

Leandro Amaral / Arquivo



## ARTE NAS RUAS

Nesta quinta (04), os católicos celebram o dia de Corpus Christi, e mantendo uma tradição milenar, diversas paróquias da Baixada Santista confeccionam os tradicionais tapetes que trazem desenhos que simbolizam a fé. Entre os materiais, serragem, pó e borra de café, areia, tecidos, casca de ovos.

Página 3

Os cuidados com os joelhos nas escadas

Página 7

Artistas da encenação de SV vão para Portugal

Página 2



## Artistas vicentinos participarão de encenação em cidade portuguesa

Parte dos artistas da Encenação da Fundação da Vila de São Vicente 2015 foi convidada para produzir e capacitar os artistas de Vila do Conde, em Portugal. A cidade contará a sua história em um espetáculo inspirado na montagem vicentina, com 400 participantes, entre 20 e 24 de agosto. Em uma ação inédita, o secretário da Cultura de São Vicente, Amauri Alves, dirigirá parte da encenação via Internet e, durante seu período de férias da secretaria, completará os ensaios e acompanhará as apresentações.



## Inscrições para curso gratuito de motofrete

O Sest Senat de São Vicente está com inscrições abertas para o curso gratuito de motofrete, que será ministrado em parceria com o Detran. As inscrições podem ser feitas até sábado (6) e as aulas terão início no dia 15, das 18 às 23h30. O aluno aprenderá conceitos básicos sobre condução defensiva, legislação de trânsito, pilotagem em condições adversas e situações de risco, além da importância dos equipamentos de segurança. Para participar é preciso ter 21 anos completos e estar habilitado há no mínimo dois anos na categoria "A". Inscrições no Sest Senat São Vicente (Praça Adalberto Panzan, 151, Cidade Náutica III), apresentando uma foto 2x2 colorida e recente, xerox da CNH aumentada em 130%, certidão de prontuário do Detran e certidão de distribuição criminal original. Mais informações pelo tel. 3465-1300.

## Educa Santos abre novas turmas de inglês

A Ong Educa Santos recebe até sábado (6) inscrições para o preenchimento de 30 novas vagas para o curso de inglês básico, que será ministrado aos sábados em duas turmas - uma das 10h30 as 12h30, outra das 12h30 às 13h30. A inscrição deve ser feita pelo e-mail educa.santos@hotmail.com, podendo participar adolescentes a partir de 12 anos e adultos de qualquer idade, mediante o pagamento de pequena taxa para manutenção da entidade. Maiores informações no site www.educasantos.webs.com

## Mais empresas da região vencem licitações da Prefeitura de Santos

Após um mês do lançamento pela Prefeitura do programa LicitaSantos, 146 empresas se cadastraram no portal [www.santos.gov.br/licitasantos](http://www.santos.gov.br/licitasantos) para receber por e-mail os avisos dos editais de licitação da Administração Municipal. Deste total, 96% são de Santos. O programa visa incentivar a participação de empresas santistas e da região nas licitações públicas e, conseqüentemente, contribuir para o desenvolvimento da economia local. Para se cadastrar, basta informar a razão social da empresa, CNPJ e e-mail, além de marcar até 16 opções de áreas de interesse.



Rogério Bomfim / PMS

## Sebrae Móvel estará em Guarujá dias 10 e 11

A unidade móvel do Sebrae estará nos próximos dias 10 e 11 estacionada no Atacadista Roldão, em Guarujá, à disposição da população das 10 às 16h. Trata-se de um escritório itinerante montado em uma van customizada, que conta com a presença de analistas do Sebrae para realizar atendimentos individuais, prestando consultoria especializada gratuita aos empreendedores e futuros empresários. O veículo tem ainda computadores com acesso à internet, TV para apresentações e informativos impressos. O endereço do supermercado é av. Santos Dumont, 4403, Pae Cará.

## Avenida Adhemar de Barros tem trecho interditado

Um novo trecho da av. Adhemar de Barros, no Guarujá, está interditado desde quarta-feira (3) para as obras de revitalização da via, entre a av. Manoel Albino e a rua dos Gerânios (sentido Balsa/Centro). A interdição se faz necessária para implantação da nova rede de drenagem na Adhemar de Barros, com o objetivo de minimizar os problemas de enchentes que ocorrem naquele trecho há pelo menos quatro décadas. O trânsito tanto no sentido Ferry Boat/ Centro como na direção contrária está sendo desviado para rotas alternativas.



## Festa da Tainha do Lions Clube Guarujá

O Lions Clube Guarujá Sul abre nesta sexta-feira (5) a 33ª edição da Festa da Tainha, evento que faz parte do calendário oficial da cidade e é um dos mais tradicionais da região. A festa será todas as sextas e sábados, a partir das 20h, e domingos, a partir das 12h, até 28 de junho. A renda será revertida para as ações sociais realizadas pelo Lions. Neste primeiro final de semana a tainha recheada custará R\$ 70,00, e nos demais será R\$ 80,00, acompanhada de arroz, farofa, pão, vinagrete e uma caneca com vinho. Serve bem até três pessoas, com bebidas à parte. O Lions Clube fica na av. Vicente de Carvalho, 275, Jardim Boa Esperança, Vicente de Carvalho, tel. 3352-4086 e 3355-2480



regional

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



# TAPETES DE CORPUS CHRISTI COLOREM AS RUAS DA REGIÃO

Leandro Amaral / Arquivo

Nesta quinta-feira (4), feriado de Corpus Christi, em que os católicos celebram o sacramento do corpo e do sangue de Jesus Cristo, Santos vai transformar as ruas do entorno das principais igrejas em verdadeiras obras de arte com os tradicionais tapetes coloridos. Para a Igreja Católica, os desenhos simbolizam a expressão de fé na presença real de Jesus na Eucaristia. Entre os materiais, serragem, pó e borra de café, areia, tecidos, casca de ovos. A montagem dos símbolos eucarísticos encanta os visitantes, diante do espetáculo de arte e religiosidade.

A festa de Corpus Christi remete ao ano de 1264, quando o Papa Urbano IV estendeu esta solenidade para toda a igreja. Neste mesmo período surgiu a procissão com o ostensório (que carrega o Corpo de Cristo na hóstia), por ruas enfeitadas nas cidades e aldeias. A passagem pelo tapete tem um significado especial. O ostensório



é carregado pelo sacerdote e os fiéis só podem pisar nos desenhos após a passagem do padre. É uma representação de que Jesus anda por ali e é recebido com um belo tapete pelas ruas da cidade.

As principais igrejas de San-

tos convocam membros das pastorais e fiéis em geral para a confecção de seus tapetes. Algumas iniciaram os trabalhos na noite de quarta-feira (3), para que já esteja tudo pronto quando amanhecer. É o caso da Basílica de Santo Antônio do

Embaré e da Igreja Imaculado Coração de Maria, cujos tapetes começaram a ser produzidos por volta das 20h de ontem.

Em conjunto com a confecção dos tapetes, a igreja do Embaré (av. Bartolomeu de Gusmão, 32) promove o Tapete Solidário, em que os fiéis que participarem das comemorações de Corpus Christi, poderão levar toalhas, cobertores e mantas que serão doados às famílias atendidas pela igreja. Nesta quinta, haverá missa às 7h e às 16h (seguida de procissão). Os

tapetes da Imaculado Coração de Maria (av. Ana Costa, 74, Vila Mathias) podem ser vistos dentro da igreja, que recebe missa às 19h.

A Paróquia Nossa Senhora Aparecida (av. Afonso Pena, 614) inicia a confecção de seus tapetes às 8h. Às 18h acontece a missa campal, seguida de procissão pelo bairro. A Catedral Nossa Senhora do Rosário (pc. Patriarca José Bonifácio, s/nº, Centro) terá missa, às 9h30, presidida por D. Tarsísio Scamarussa.

## Festa Santo Antônio do Valongo já começou

A Festa de Santo Antonio do Santuário do Valongo começou domingo (31) e prossegue até 20 de junho, tendo como tema "375 anos de fé e devoção" e lema "Eu vim para servir", uma alusão à da Campanha da Fraternidade deste ano. Além da programação litúrgica, o evento conta com atrações culturais em área coberta e quermesse com bebidas e comidas típicas, shows e brinca-

deiras, sempre a partir das 18h30. Todo o trabalho é realizado por voluntários. No dia 13 de junho, Dia de Santo Antonio, serão celebradas missas às 7, 8, 10, 12, 14 e 16h. Às 18h, sairá a tradicional procissão pelas ruas do Centro, seguida de missa campal às 19h. O Santuário Santo Antônio do Valongo fica no Largo Marquês de Monte Alegre, 13, Centro Histórico.

## Amazona de Cubatão é campeã da Copa São Paulo de Hipismo

Giovanna Lara de Freitas, amazona de Cubatão de apenas 14 anos, foi a campeã na categoria Pré Junior do CSN XLIV Copa São Paulo de Hipismo, realizado no último final de semana na Sociedade Hípica Paulista, em São Paulo. A jovem

e seu cavalo QH Samur foram o conjunto mais rápido entre todos os participantes nos três dias de competição. Giovanna é a única representante da Baixada Santista na categoria Pré Júnior, saltando 1,30m, e se mantém na liderança dos

rankings da Federação Paulista de Hipismo e da Confederação Brasileira da modalidade. O próximo desafio será o CSN de Curitiba, de 26 a 28 de junho, que valerá como seletiva para o Sul-Americano, em novembro, na Argentina.

### QUINA DE SÃO JOÃO (ANUAL)

PREVISÃO DE ACUMULADO  
120 A 130 MILHÕES

OS MELHORES BOLÕES DO ANO E OS  
DE MAIOR POSSIBILIDADE DE PRÊMIOS

ESQUEMA INÉDITO E EXCLUSIVO

CADASTRE-SE PARA PODER PARTICIPAR!

ENVIE SEU NOME, TEL. (SE CELULAR,  
QUAL OPERADORA) E E-MAIL

ASSESSORIA E CONSULTORIA LOTÉRICA MUNIR PÉ QUENTE  
45 ANOS DISTRIBUINDO PRÊMIOS

TEL. (13) 3386-1382 / 9.8123-8111 (TIM)

WWW.MUNIRPEQUENTE.COM.BR

WWW.MUNIRPEQUENTEONLINE.COM.BR

E-MAIL: FRANCOLUCI@UOL.COM.BR





# joão bernardo



Adela & Marcos Franco, Ana Musa & Sergio Escuder, Danielle & James Conway e Karen & Cesar Alonso de Oliveira, respectivamente o casal presidente, vice e diretores sociais, receberam, em grande estilo, para a celebração dos 89 anos do Tênis Clube de Santos



Brenno Guarmani Lucena e Eduardo Spessoto Moura se juntaram e lançaram a marca "SB7 Som e Luz" durante um grande evento, com muita tecnologia, no Mendes Convention Center



Oswaldo e Clara Monforte, orgulhosos, ladeando a filha Graziela Monforte de Souza Pinto, uma jovem empreendedora, que inaugurou a ampliação da sua Shape Estética e Beleza



Marcelo Gil Figueira com os filhos Marcelo e Juliana Padial Figueira, no Mendes Convention Center



Andréa Zuffo reinaugurou a Zuffo Paisagismo e recebeu um mundaréu de gente no novo endereço, agora no 79 da Azevedo Sodré

**HORA** IMÓVEIS  
www.horaimoveis.com.br

**Compre, venda e financie seu Imóvel na Hora!**

**41** anos  
Tradição

PABX: (13) **3289-6302**  
NEXTEL ID: **96\*54275**  
AV. PRESIDENTE WILSON, 7  
LOJA 2 - GONZAGA

VISITE EM NOSSO SITE MUITO MAIS OFERTAS DE IMÓVEIS

|                                                                                                                        |                                                                                                                            |                                                                                                                              |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>PREÇO DE OCASIÃO POMPEIA</b><br/>1 dorm, sala, cozinha, banheiro, garagem.<br/>R\$ 260 mil   REF. 419</p>        | <p><b>ÓTIMA PARA RENDA GONZAGA</b><br/>1 dorm., sala, cozinha, banheiro, ár. serv. e gar.<br/>R\$ 290 mil   REF. 279</p>   | <p><b>ORQUIDÁRIO</b><br/>1 dorm, sacada, garagem privativa, piscina, salão de festa e quadra.<br/>R\$ 320 mil   REF. 428</p> | <p><b>EMBARÉ</b><br/>Próx. à Faculdade de Medicina, 2 dorm., suite, c/ 1 vaga demarcada. Prédio semi novo.<br/>R\$ 360 mil   REF. 397</p> |
| <p><b>PREÇO DE OCASIÃO VILA RICA</b><br/>prédio de 3 andares c/ elevador, gar. fechada.<br/>R\$ 590 mil   REF. 361</p> | <p><b>OPORTUNIDADE SOBRADO EMBARÉ</b><br/>3 dormitórios, sendo c/ 1 suite e terraço, VAZIO.<br/>R\$ 715 mil   REF. 290</p> | <p><b>GONZAGA</b><br/>atrás do Parq. Balneário, 3 dorm, suite, dep. de emp., 160m²<br/>R\$ 750 mil   REF. 432</p>            | <p><b>SOBRADO CAMPO GRANDE</b><br/>terreno 10x25, próx. H. Ana Costa, de esquina, Ótimo p/ comércio.<br/>R\$ 1.600.00,00   REF. 430</p>   |

**RELOJOEIRO ESPECIALIZADO**  
Consertos de Carrilhões, Cucos, Pedestal e Relógios de Pulso com garantia.  
**50 ANOS NO RAMO**  
**(13) 99725-9243**  
Cláudio Almeida | sanches-mr@uol.com.br





Fotos: Walter Cabrera



Julia Maria da Costa Ozores (a nova Presidente do GALP), Gabriela de Góes Rodrigues Feio, Juliana da Costa Fernandes Gonzalez, Catia Ramos de Cerqueira e Vania Denari comemorando o sucesso de mais uma promoção da entidade, o almoço Árabe, oferecido pelo Mendes Plaza Hotel



Os médicos Bruno Barreiro, Daniel Fortes, Monica Mazzurana, Guines Antunes Alvarez e Amer El Khatib recebendo para a inauguração da nova sede da Kirus Medicina Especializada, no Unique Offices, na Conselheiro Nébias, 703



Ronaldo & Monica Varella e Ana Paula & Reinaldo Alves, na solenidade de transmissão de posse da ASFAR, no buffet Mário, quando Monica Varella passou o cargo de presidente da entidade para Ana Paula Alves

NOTAS

- Dia 8, Marco Loutfi inaugura o seu Aline's Bar & Bistrô, no 5 da Castro Alves
- Dia 9, tem o projeto Mega-riso, show de stand Up Comedy, no Bar Maria Chuteira, 21hs, convites limitados
- Dia 10, reinauguração, em novo endereço, do CAPS, Centro Auto Motivo Porto Seguro e escritório regional em Praia Grande, agora na Avenida São Paulo, 1239
- Dia 13, acontece mais uma edição do "Feijão, samba e solidariedade" tradicional feijoada promovida pelo Rotary Club de Santos, no Ilha Porchat Clube

**Empreiteiro de Obras**  
(pintura e reparos)  
**Nilton J.N.**  
9799-4559  
9755-9791

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

**TENHA AO SEU LADO**

**QUEM VOCÊ PODE CONFIAR!**

Consultoria Jurídica - Convênios - Desconto na Contribuição Assistencial

**ASSOCIE-SE JÁ!**  
**SIMEES**  
SINDICATO DAS INDUSTRIAS METALURGICAS  
ELETRO ELETRÔNICAS DA BAIXADA SANTISTA

Rua General Câmara 05, cj 907/908 - Centro - Santos  
Tel.: (13) 3235-1293 e-mail: simees@simees.com.br





## Horóscopo de hoje

Estamos em Fase de Lua Cheia e hoje no signo de Capricórnio. Os astros no signo de Gêmeos - Sol, Mercúrio e Marte - promovem muita energia através da palavra e é preciso ter mais cautela com o que fala, principalmente porque Netuno está em aspecto tenso com esses astros. Fuja de confusões e evite enrolações.

**Áries** - Ainda esta semana bons contatos tendem a aparecer para a resolução de muitos dos seus problemas. Esteja atento e não deixe de se relacionar e conhecer novas pessoas. As ideias externas te ajudarão.

**Touro** - Sua vida financeira tende agora a estar mais agitada com entradas e saídas. Sabendo administrar, você só tem a ganhar, mas não deixe de comprar coisas que te agradam apertando demais suas economias.

**Gêmeos** - Iniciar novas atividades é a sua grande chance nessa etapa de sua vida. E você já deve ter percebido isso, pois novos ventos estão soprando ao seu redor. Fique ligado nos sinais.

**Câncer** - Não baixe a guarda agora, muito pelo contrário. Você está vivendo um tempo de sua vida em que tem que encarar as situações da forma que se apresentarem e nada de subterfúgios.

**Leão** - Muitos desafios estão na sua vida para serem vividos e nessa fase não tenha receio. Mantenha seus projetos em pauta, pois muita coisa está mudando sem você perceber. Continue o seu trabalho!

**Virgem** - Você está chamando mais a atenção agora e por isso deve estar mais focado nos seus interesses pessoais. Pode até haver falatório, mas o que vale é o que você realiza. Alguém sempre vai falar de alguma coisa....

**Libra** - Lembre-se que um dia não é igual ao outro e cada vez mais vá resolvendo as coisas por etapas. Não é tempo de se lançar rapidamente em algo, mas sim de avaliar os pormenores antes.

**Escorpião** - Não é tempo de extremos e sim de avaliar o que você quer para um futuro próximo. Esteja certo de que a relação com os seus parentes deve ser bem cuidada e nada de intrigas e respostas prontas.

**Sagitário** - Tudo agora na sua vida tem o tempo certo para acontecer. Evite antecipar as coisas, pois nesse período em que o astro Saturno está presente é necessário consertar e ter muita responsabilidade pelos atos.

**Capricórnio** - Hoje a Lua está presente em seu signo e irá fazer conjunção com o astro Plutão. A tendência é a expurgação dos seus sentimentos mais íntimos. Aproveite e finalize o que for preciso. É dia de reforma pessoal.

**Aquário** - Um dos seus grandes atributos é mirar para o futuro com esperança e otimismo, então aproveite para ajudar as pessoas que estão para baixo e não acreditando em suas próprias vidas.

**Peixes** - Com os aspectos que o seu astro regente Netuno está tendo, é bom ter calma e não acreditar em tudo o que escuta. As impressões tendem a ficar mais fortes. Concentre-se no que tem em mãos.

## O salto de Mariana Godoy

Trocar a Globo pela Rede TV! representa, necessariamente, um retrocesso para um profissional?

Após 23 anos lendo notícias em vários telejornais globais - incluindo o canal Globonews - Mariana Godoy pediu demissão. Convidada pela Rede TV!, topou o desafio de encarar um talk show que leva seu nome.

O programa (sexta, 23h15), feito ao vivo, estreou dia 8 de maio. Após quatro edições, dá pra afirmar sem medo de errar: a jornalista deu um passo à frente em sua carreira.

Além de matérias interessantes, a atração traz um convidado por semana. E as entrevistas têm mostrado uma profissional que o público "desconhecia": desenvolta, segura e com perguntas pertinentes - o que não é fácil num programa ao vivo. Tudo na medida certa, permitindo ao convidado se sentir à vontade. Quem imaginaria, por exemplo, ver na telinha o sinistro presidente da Câmara, Eduardo Cunha, tocando bateria?

À Folha de S.Paulo, Mariana Godoy disse estar muito contente na nova casa, especialmente por desfrutar de algo que, segundo ela, inexistia na Rede Globo: liberdade.

"Não me conheciam. Na Globo, todas as perguntas que você vê um apresentador fazer, incluindo o William Bonner, é o Ali Kamel que escreve", afirmou, citando o nome do diretor geral de jornalismo da emissora.

Qual jornalista não se sentiria feliz ao se ver livre das amarras,



Divulgação

podendo desenvolver um projeto de boa qualidade?

**Justiça seja feita** - A Rede TV! costuma ser alvo de muitas piadas (às vezes com razão) por conta de atrações de gosto duvidoso, mas deve-se reconhecer que seu jornalismo melhorou consideravelmente depois que Franz Vacek assumiu a superintendência do departamento, em agosto do ano passado.

Exemplo disso, inclusive destacado nesta coluna foi o ótimo trabalho na cobertura das eleições gerais. Que continue assim.

**Intolerância** - Impressionante a reação agressiva nas redes sociais contra o comercial do Boticário para o Dia dos

Namorados. A campanha é extremamente discreta e bem feita - a máxima demonstração de afeto mostrada são pessoas se abraçando, sendo algumas do mesmo sexo. Mas tem gente que encara isso como "falta de respeito" e quer que a propaganda seja retirada do ar. Há ainda quem defenda um boicote à empresa.

Bem, nesse último caso, para seguir a sugestão à risca seria preciso também parar de consumir produtos de outras companhias que apóiam a causa LGBT, como Apple, Microsoft, Coca-Cola, Pepsi, Visa, Mastercard, Nike, P&G, McDonalds, Renault, Fiat, Starbucks...

**Sob Medida**  
No almoço ou no jantar,  
quatro pratos à sua escolha  
Peça e ganhe um refri ou suco grátis

Disk Beduíno  
13 3284.1207

**Beduíno**  
SABORES ÁRABES  
beduino.com.br

**CHURRASCARIA**

Service 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

**E o delicioso CARRÉ DE CORDEIRO NA BRASA**

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

**Disk CHURRASCO**

☎ 3232.2579  
3222.8484

**Alonso Carneiro, Oliveira Neto, Janino**  
Advogados Associados  
OAB/SP 17410

**DIREITO PREVIDENCIÁRIO**  
INSS - PETROS - PREFEITURA  
PENSÃO DE MORTE - AUXÍLIO-DOENÇA  
REVISÃO DE APOSENTADORIA

**DIREITO ACIDENTÁRIO**  
**DIREITO CIVIL**  
**REPARAÇÃO DE DANOS MATERIAL E MORAL**

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



# em dia com a saúde

## OS JOELHOS E AS ESCADAS

Divulgação

De acordo com o fisioterapeuta Emerson Lessa, coordenador do Centro de Reabilitação do Hospital 9 de Julho, se exercitar em escadas não é indicado para aqueles que sofrem de algum processo degenerativo nos joelhos ou mesmo nos quadris e tornozelos. “É uma atividade que deve ser feita com cuidado para evitar lesões articulares e musculares. Ao subir e descer escadas, podemos colocar até três vezes o peso corporal sobre os joelhos. Porém, não só os joelhos precisam estar estáveis e fortes, mas o quadril e glúteo também, principalmente ao descer escadas, pois envolve a ação da gravidade, que funciona como acelerador do movimento”, informa o especialista.

### CUIDADOS PARA EVITAR LESÕES

O fisioterapeuta comenta que é possível perder peso com atividades simples como subir e descer escadas, mas não se pode trocar a redução na balança por lesões, “até porque a recuperação pode ser lenta, já que a região é uma das mais demandadas para a movimentação do corpo”, alerta. Algumas das lesões mais comuns são as fraturas por estresse, distensão muscular (rompimento das fibras), inflamação dos tendões e condromalácia da patela. O ideal, segundo ele, é aliar o fortalecimento muscular ativo e funcional (musculação e exercícios funcionais), atividade aeróbica, como as subidas pelas escadas e a melhora da flexibilidade.



## Os riscos da hipertensão na terceira idade

Entre os idosos, a hipertensão arterial é uma das doenças mais prevalentes e um dos principais fatores de risco para morbimortalidade cardiovascular. No Brasil, atinge aproximadamente 30 milhões de pessoas, sendo que 50% destes são assintomáticos. Segundo o cardiologista Bruno Valdigem, o grande problema para o tratamento da hipertensão na terceira idade é a polifarmácia, situação que acontece quando um paciente utiliza quatro ou mais medicamentos ao mesmo tempo. “Muitas vezes, há baixa adesão ao tratamento, inclusive entre os idosos. Assim como as medidas preventivas e de combate à hipertensão, os tratamentos e as recomendações médicas são fundamentais”, orienta o médico.

### Fisioterapeuta

Especializada em Drenagem Linfática, RPG Original e Acupuntura. Trabalha nas áreas de Ortopedia, Reumatologia e Neurologia.

ATENDE EM DOMICÍLIO

Carolina • crefito: 3/39767-F

13 99767-0279

**PRO** Programa de Reformas e Obras novas  
**vias**

O programa de pavimentação que vai revitalizar as vias da Cidade

Anúncio pago com dinheiro do contribuinte R\$ 2.454,06



Já está em andamento o 1º lote de obras do PROVias, que irá pavimentar

**65km** de vias na Zona Noroeste e morros





## MÚSICA

Divulgação



**Esquenta Santos** - Mumuzinho e Xande de Pilares se apresentam, no sábado (13), às 22h, na festa Esquenta Santos que acontece na Associação Atlética dos Portuários (r. Joaquim Távora, 424/428, Marapé). Ingressos: de R\$ 40 a R\$ 250. Informações: 4062-0177.

Daryan Dornelles / Divulgação



**Milton Nascimento** - O Mendes Convention Center (av. Gen. Francisco Glicério, 206, Gonzaga) recebe, na sexta-feira (5), às 21h, show do cantor Milton Nascimento, que promete tocar os sucessos de seus mais de 50 anos de carreira. A apresentação terá a participação de Lô Borges, lembrando o Clube da Esquina. Ingressos: de R\$ 100 a R\$ 280. Informações: 4062-0016.

**Thiaguinho** - O príncipe do pagode lança, na sexta-feira (5), às 23h, no Sofitel Jequitimar (av. Marjory da Silva Prado, 1100, Guarujá), o CD "Hey Mundo". Ingressos: de R\$ 50 a R\$ 80. Informações: 3353-4650.

**Caetano Veloso** - Depois de nove anos, o cantor e compositor baiano retorna a Santos para apresentação, no sábado (20), às 23h, no Mendes Convention Center (av. Francisco Glicério, 206, Campo Grande). Comemorando 50 anos de carreira, Caetano encerra a turnê "Abraço", lançada em 2012, cujo CD foi eleito como o Melhor Disco Nacional, pela revista Rolling Stone Brasil. No repertório, clássicos como "A luz de Tieta", "Eclipse oculto", "Você não entende nada", entre outros. Ingressos: de R\$ 70 a R\$ 220. Informações: 4062-0177.

## TEATRO

**Frozen** - O Teatro Coliseu (r. Amador Bueno, 237, Centro) será palco, nesta quinta-feira (4), às 15h30 e às 18h, o espetáculo "Frozen 2 - Um aniversário atrapalhado", em que Elsa, Kristoff, Olaf e cia. se organizam para realizar uma festa para a princesa Anna. Ingressos: de R\$ 60 a R\$ 80. Informações: 4062-0016.

**"Arriá de histórias"** - A Cia. Prana apresenta, no sábado (6), das 17h30 às 18h30, na toca do Sesc Santos (r. Conselheiro Ribas, 136, Aparecida), um conto popular que

narra a história da pequena cidade de Finzinho do Mundo, onde havia uma árvore conhecida como "a árvore de Santo Antônio". Entrada franca.

**"Guia improvável para corpos mutantes"** - O teatro do Sesc Santos recebe, no domingo (7), às 17h30, o espetáculo de dança voltado para crianças a partir dos seis anos de idade. A coreografia, dirigida por Airon Tomazzoni, aposta em reinvenções, desenhos e esculturas, retoma ideia de manuais e guias

com orientações, joga com os sentidos e trabalha o imaginário. Ingressos: de 5 a R\$ 17. Informações: 3278-9800.

**Projeto Mega Riso** - Na terça-feira (9), às 21h, o Maria Chuteira Bar (r. Senador Dantas, 415, Embaré) inaugura o projeto Mega Riso com shows de stand up comedy. Fazem apresentação os humoristas Enor Cesar, Fábio Barros, Luciano Cidade e André Garrido. Ingressos: R\$ 15 (antecipados). Informações: 3227-6027 e 99163-0967.

## EXPOSIÇÃO

**Monique Saboya** - Até sexta-feira (19), a Galeria de Arte Nelson Penteadado de Andrade (pç. dos Expedicionários, 10, Gonzaga) abriga a exposição de pinturas "Nebulosa Humana x Nebulosa Divina", da artista plástica Monique Saboya. Em suas obras, ela mostra a interação do homem com o divino, apresentando a ideia de sentimentos elevados em contato com a natureza. Visitação: de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h. Entrada franca.

**Espaço Unisanta** - A mostra "Gravuras como forma de expressão", da artista Cláudia Rosário dos Santos, é atração no Espaço Cultural da Unisanta (r. Oswaldo Cruz, 277, Boqueirão). São 40 obras desenvolvidas na linguagem de colagem, uma técnica na qual as imagens resultam da impressão de uma matriz, com um carimbo. Visitação: até sexta-feira (26), de segunda a sexta-feira, das 19h às 21h30. Entrada franca.

**"ISSOVALE"** - Pode ser vista até sábado (6) a exposição da artista plástica Erika Malzoni, em cartaz na Galeria de Arte Braz Cubas (av. Sen. Pinheiro Machado, 48, Vila Mathias). A mostra reúne 16 obras que têm em comum a utilização de materiais destituídos da função original. Com isso, roupas, calçados, cintos, gravatas, elásticos e cordões se transformam em arte. Visitação: de segunda a sexta-feira, das 13h às 20h. Entrada franca. Informações: 3226-8000.

**"Casos, Causos e Sonhos"** - Até domingo (7), a Casa do Trem Bélico (r. Tiro Onze, 11, Centro) recebe a exposição que apresenta pinturas produzidas pelo padre Valfran dos Santos. No local estão obras carregadas de cores e formas inspiradas no jeito autêntico de viver em diversos lugares da região. Dia 7, Valfran fará um bate-papo com o público, a partir das

14h. Visitação: de terça a sábado, das 11h às 17h. Entrada franca.

**Museu do Café** - Até 14 de julho, o Museu do Café (r. XV de Novembro, 95, Centro Histórico) abriga a mostra "Design Espresso", que aborda as transformações tecnológicas e estéticas pelas quais as máquinas de espresso passaram desde sua origem até a década de 1970. A exposição é fruto de uma parceria com o Museo della Macchina per Caffè - MUMAC, sediado em Milão, na Itália. Ingressos: R\$ 6. Informações: 3213-1750.

**"Entre cores e formas"** - O Espaço Cultural Dr. Paulo Bonavides (av. São Francisco, 136, Centro) abriga, até segunda-feira (8), a exposição que reúne 30 telas das artistas plásticas Bel Braga Cléo Calisto, Inês Moretti, Orávia Silva, Sônia Barbosa e Vandete Charleaux. Visitação: de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h. Entrada franca.

## TOP SHIRT'S

*A sua loja do Rock desde 1970*

SUGESTÕES PARA O DIA DOS NAMORADOS



**Camisetas estampadas, Baby Look, Body e Camisetas para bebê, Coturno, Cadernos de Rock, Bonés e Acessórios**

[www.topshirtscamisetas.com.br](http://www.topshirtscamisetas.com.br)

FACEBOOK/ TOPSHIRTS1970 | TEL. 13 3284-3552  
 RUA MARCÍLIO DIAS, 09 - GONZAGA / SANTOS  
 ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES DE CREDITO