



O ARAUTO

PORTO FELIZ • ANO 1 • EDIÇÃO 6 • MAIO DE 2018

A INFORMAÇÃO QUE CHEGA A VOCÊ



João Vitor, Raíssa,
Luciana, Amanda
e Samanta

Entrevista

Luciana Dal Pozzo fala sobre
a adoção da sua filha Raíssa
e a importância do amor
maternal na família

.....página 5

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
3 MIL EXEMPLARES



VETERINÁRIA

Os benefícios que os
pets trazem para os
seres humanos

.....página 11

GASTRONOMIA

Aprenda a fazer um delicioso
Virado à Paulista

.....página 7

Opinião

Pe. Miguel fala
sobre o papel
da escola e
da família

Ação Social

Clube União
realiza campanha
em prol
do Asilo

Saúde

Campanha
contra a gripe
está a todo
o vapor



SOCIAL

Thaeme & Thiago no Tênis Clube

.....página 10



Editorial

Feliz Dia das Mães

Maio chegou e trouxe com ele, uma data mais que especial, o Dia das Mães! Elas, que são as pessoas mais importantes das nossas vidas, as quais estaremos para sempre entrelaçados. Além das mães biológicas, também temos as adotivas, as de coração, as de respeito, entre outras. Na entrevista, conhecemos a história de Luciana Dal Pozzo, que após ter criado três filhos adultos, adotou a pequena Raissa, que tem síndrome de down, e construiu um lar ainda mais abençoado para ela.

Nesta edição, padre Miguel também fala sobre a relação escola-família, Angela fala sobre a importância de se manter focado no presente, Katiane Gimenez traz uma deliciosa receita de Virado à paulista, Mareleine fala da importância da campanha contra a gripe e Samira Angelieri finaliza falando sobre os benefícios dos pets para seus cuidadores. Confira! •

Opinião

Educar: Entre o caos e a harmonia

Falar em Educação em nosso País é bem complexo, pois envolve vários aspectos. Não podemos acusar e dizer que existem 'culpa-dos'. Mas há um sistema que precisa ser revisto e reestruturado.

Se formos falar em parceria, a primeira seria entre a Escola e a Família. O Aluno chega na Instituição e traz sua bagagem familiar e perspectivas que, muitas vezes, são equivocadas, pois querem tudo pronto e não ter que construir um saber, uma consciência. Estamos divididos com tanto acesso às informações e tecnologias. Temos de olhar de forma sistêmica para compreender essa engrenagem que estamos implicados, assim, perceberemos que essa transição é árdua e dolorosa.

Hoje, percebe-se que há uma terceirização para a Escola daquilo que caberia a Família e vemos professores assumindo o lugar que não deveriam, pois cada parte deveria assumir sua corresponsabilidade.

Quando a Escola assume o papel que não é dela, a Família ausenta-se, omite-se, e o Aluno não tem o limite regulador para um foco. O caminho é insistir numa nova postura, pois quando uma parte se posiciona de maneira nova, as outras tendem a buscar novas posturas, e nisso sente-se uma nova configuração, até adotarmos um comportamento mais harmônico. Família, Escola, Professor e Aluno, despertem! Pois o futuro já chegou! •

MIGUEL ANGELO

Padre, Terapeuta, Psicanalista, Filósofo,
Teólogo, Palestrante e Apresentador de TV



LR

Funilaria e Pintura

**Funilaria
Pintura
Polimento
Cristalização**

**Trabalhamos com
todas as seguradoras**

Luis **15 99179-7305**

João Marimônio de Camargo, nº 397
Vila Marteli - Porto Feliz - SP

EDITORA
JULIANA MACHADO

COMERCIAL
LUIS HENRIQUE DINIZ

PROJETO GRÁFICO
RODRIGO DE FREITAS

COLUNISTAS
MIGUEL ANGELO, MARELEINE HALTER, KATIANE GIMENES,
RAFAELA SGARIBOLD, ANGELA RITA CORRER, SAMIRA ANGELIERI

REDAÇÃO E ANÚNCIOS
J2RCOMUNICACAO@GMAIL.COM - (15) 99711-9012

IMPRESSÃO
EDITORA PERISCÓPIO

TARARAM

AR CONDICIONADO

O clima é você quem faz

www.tararam.com.br
rtararam@terra.com.br

15 3262.2099
R. Indaiatuba, 21 - Jd Santa Rosa
Porto Feliz/SP - 18540-000

**EU FAÇO KUMON,
EU FAÇO MEU
FUTURO BRILHAR.**

MATEMÁTICA INGLÊS PORTUGUÊS JAPONÊS

**SEM TAXA DE MATRÍCULA
DE 21/04 A 20/06/18**

UNIDADE PORTO FELIZ - CENTRO
3262-4209

KUMON

Empregos

Toyota vai contratar mais 130 para 3º turno

A Toyota confirmou no dia 2 de maio, a abertura de vagas para o terceiro turno da empresa nas unidades de Porto Feliz e Sorocaba. Serão 130 empregos diretos para a planta de Porto Feliz e 737 para a planta de Sorocaba. Além disso, aproximadamente 700 vagas serão abertas pelas empresas sistematizadas (fornecedoras da montadora). As vagas estarão disponíveis no site da Toyota www.toyota.com.br e os interessados devem se inscrever para o processo seletivo na seção "Trabalhe Conosco".

Vestibulinho ETEC

Inscrições até dia 25 de maio

As inscrições para o Vestibulinho da Etec de Porto Feliz estão abertas até dia 25 de maio e os

curso oferecidos são de Administração e Segurança do Trabalho, ambos no período da noite com 40 vagas cada. Os interessados devem acessar o site www.vestibulinhoetec.com.br

Infraestrutura

Jardim Vante deve ganhar nova ponte

Segundo a prefeitura municipal, o Jardim Vante deve ganhar uma nova ponte em breve, visto que o prefeito Cássio Habice Prado assinou contrato com a empresa Trilha Engenharia, vencedora do processo licitatório, para a realização das obras. A nova ponte permitirá o fluxo de veículos simultaneamente nos dois sentidos, melhorando as condições de tráfego do local e atendendo uma antiga reivindicação dos moradores da região.

Errata: O nome correto do pai do jovem Enzo da edição anterior é Steve Queiroz.



Ray

Restaurante & Assados

(15) 2107-5749 / (15) 99854-6065

Avenida Capitão Joaquim Floriano de Toledo, 529 - Centro - Porto Feliz



Ótica FOCO

tem uma **PROMOÇÃO** especial para você!

Compre seus óculos!
Armação + Lentes toda terça ou quinta,
apresente este anúncio e **GANHE AS LENTES!**
(lentes simples incolor cr. / esf +3,00/-3,00 e cil até -2,00).

(15) 3261-6578 - 99609-0231

Rua Dr. Alvim, nº44 - Centro
(atrás da Igreja Matriz)



RR Móveis Planejados

Marcenaria RR

Móveis Padrão - Gabinetes
Armários - Cozinhas - Closets

Roberto & Renato

15 99668-9154 - 99600-3508

moveisplanejados@hotmail.com
Rua Antonio Cardoso Pimentel, 1142
Bepim - Porto Feliz




ASTRA

Corretora de Seguros

(15) 3262 3728
(15) 98153 4312

EMPRESARIAL - RESIDENCIAL - AUTOMÓVEL - CONSÓRCIO - VIDA

Otoni Joaquim de Souza 600 - Centro
comercial@astraseguros.com.br



Escritório da Valéria

Assessoria Rural,
Trabalhistas e
Aposentadorias

Incra, ITR
Energia rural
Imposto de renda
Inscrição de produtor

Fone/Fax:
(15) 3261-3497
(15) 3261-6108

e-mail: escritoriodavaleria@yahoo.com.br
Rua Candido Motta, 68 - Centro - Porto Feliz - SP

GIULI

MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

silvia.giuli@bol.com.br

TEL.: (15) 3262.1789 / 3262.5747 / 9.9773.5911

Avenida Monsenhor Seckler, 1200 - Vila América - Porto Feliz - SP



Sudoku

	9	2		5		3		
	4	3		2		1		
	5		3	9			2	4
2	6	5			3	8		
4					1			3
		7	4		2			
			7	4		5		
9			2		5	6		
5	2			3				7

Resposta da edição anterior

5	3	9	1	4	6	8	7	2
8	4	7	9	2	5	3	1	6
2	6	1	3	7	8	9	5	4
6	7	5	4	8	1	2	9	3
9	1	2	6	3	7	5	4	8
4	8	3	5	9	2	7	6	1
3	2	6	7	1	9	4	8	5
7	5	8	2	6	4	1	3	9
1	9	4	8	5	3	6	2	7

ELETRÔ SENE
TUDO QUE SUA CASA PRECISA!

TRABALHAMOS COM:

- MATERIAIS ELÉTRICOS
- PROD. PARA PISCINAS
- FERRAMENTAS
- MANGUEIRAS
- HIDRÁULICA

OPRYCO hth TRAMONTINA

(15) 3262-9670 (15) 99625-4783
FACEBOOK.COM/ELETROSENE

AV. CAPITÃO JOAQUIM FLORIANO DE TOLEDO, 427
MARGINAL TENDA - PORTO FELIZ - SP

Padaria e Confeitaria

Nona

Tel: 3261-6447
Av. Monsenhor Seckler 877 - Vila América

LAVA RÁPIDO
PAPA LÉGUAS

Lavagem, polimento,
Cristalização, Vitrificação,
Micro Pintura,
Remoção de Chuva Ácida

98132-8164 / 99684-6883

Rua Candido Motta - Centro - Porto Feliz - SP
(Em frente ao Cartório de Registro Civil)

HabitaR
Empreendimentos
CRECI 28.159-J

(15) 3261-4885 | (15) 9 9653-6440
www.habitaempreendimento.com.br
habitaempreendimentos@uol.com.br

Rua Altino Arantes, 329 - Centro - Porto Feliz/SP



CA00069: Localizada na Rua Ararituaba, possui 3 dormitórios, sala, cozinha, banheiro social, copa, cozinha, quintal e garagem.
Valor de Locação: R\$1.300,00

TERRENO105: Dois terrenos no centro de Porto Feliz ao lado do Colégio Presbiteriano, um com 278,78 m² e o outro com 287,96 m², por R\$120.000,00 (Cento e vinte mil reais) cada.



**WILSON
GUADAGNINI &
PAULICHI**
SOCIEDADE DE ADVOGADOS

João Carlos Wilson
OAB/SP 94.859

Sandra Regina Paulichi
OAB/SP 290.674

Clóvis Juliano Guadagnini Junior
OAB/SP 311.365

(15) 3261-1500

Rua José Fernandes, 103
Jardim Morumbi - Porto Feliz - SP



Fotos: Arquivo pessoal



Luciana e seus quatro filhos: Raíssa, João Vitor, Samanta e Amanda

Uma família mais que especial

Luciana Neves Dal Pozzo fala da adoção da filha Raíssa e de como isso abençoou ainda mais sua família

Ser mãe é uma benção na vida das mulheres, principalmente nos dias atuais, nos quais as mulheres se dividem em tantas obrigações, como emprego, casa, família, entre outros. No entanto, mesmo com tanta coisa para conciliar, a maternidade ainda é o sonho de muitas e, algumas a realização de formas diferentes, como Luciana Neves Dal Pozzo, 52 anos. Lu, como é conhecida, já tinha três filhos: Samanta, Amanda e João Vitor, mas, em 2009, adotou a Raíssa, uma garota com síndrome de down, pela qual se apaixonou, ganhando uma quarta filha. Nesta entrevista, Lu conta sobre o processo de adoção, da relação en-

tre os filhos e de como Raíssa veio para completar ainda mais a sua família.

Como conheceu a Raíssa?

Fui presidente da APAE por quatro anos e mesmo não fazendo parte da diretoria, não perdi o vínculo com as crianças, professores e funcionários. Recordo que, certa vez minha filha chegou e comentou que havia sido matriculada na APAE uma criança com síndrome de down negra, que era a coisa mais linda do mundo. Logo após houve uma festa lá, onde a conheci e tivemos nosso primeiro contato. Ficamos ali brincando e depois pedi a mãe biológica se poderia levá-la em casa no final de semana e foi

permitido. Depois, ela começou a passar conosco todos os finais de semana seguintes e era como se fosse da parte da família. Em 2009, acabei assumi legalmente a guarda dela e, desde então, ela nunca mais deixou nossas vidas.

Como foi o processo de adoção?

Foi tranquilo, mas admito que tive que pensar bem antes de adotá-la, pois já estava com os filhos crescidos e começar com uma criança que seria criança para sempre parecia um grande desafio. No entanto, ao pensar em não tê-la comigo, senti uma dor imensa e dei início ao processo de adoção.

Como é a relação dela com seus filhos?

Não há diferença entre Samanta, Amanda, João Vitor e Raíssa, todos são meus filhos. Os irmãos têm verdadeira loucura por ela e ela por eles.

Teve muitos obstáculos por ter síndrome de down?

Em 2012, a matriculamos no Colégio Presbiteriano, sendo ela aluna de inclusão. Foi muito bem recebida tanto pelos colegas de classe, pais, professores e direção da escola.

Em 2017, optamos em transferi-la

para a Escola Municipal Domingos de Marco. Confesso que fiquei apreensiva, mas para nossa alegria, sua adaptação aconteceu de forma tranquila e, hoje, está no 8º ano, com muitos colegas, o mais importante, respeito de todos.

E hoje, como Raíssa está?

Ela tem 15 anos, é uma criança doce, meiga e por onde passa, não há quem não a ame e respeite. Ela conquistou isso. Ela tem consciência das suas limitações e conversamos a respeito. Do nosso jeito, nos entendemos e lutamos para que ela não se sinta diferente de ninguém, embora alguns a olhem assim. A deficiência dela é visível, não pode esconder. Eu nem quero que ela esconda. E quem não tem alguma deficiência não é mesmo? Usamos óculos, aparelhos auditivos, fazemos cirurgia plástica para mudar o que não está do nosso gosto. Ela é pura e verdadeira, sem nada a esconder.

Como foi a festa de 15 anos da Raíssa?

Foi maravilhosa. Ficou parecendo uma princesa. Ela recebeu seus amigos e familiares. Conversou, brincou, dançou, cantou, comeu, bebeu. Ela nos trouxe serenidade. Como todo ser humano, tem seus momentos de mau humor e olha, não são poucos, mas tudo isso faz parte do nosso crescimento. Não é novidade a ninguém que, filhos trazem gastos e preocupações, mas posso dizer com muito orgulho, valeu a pena cada centavo e momentos de preocupação. Ser mãe e pai não precisa necessariamente ter o mesmo sangue, a mesma cor.

Ser mãe e pai é um dom precioso que precisa tão somente estar disponível para amar e ser amado. A maternidade muda as pessoas, todos dizem e eu concordo, mas, é preciso dedicação sem esperar nada em troca. O amor entre mãe e filhos é mágico, não há palavras que possa resumir-lo num texto ou em perguntas e respostas. Só posso dizer que é doce! •

ATENDEMOS TODA REGIÃO!!!

CHURRASQUEIRAS | LAREIRA | FOGÃO À LENHA
FORNO CAIPIRA | TIJOLOS | TELHAS | PLAQUETA
MASSA REFRAATÓRIA | ACESSÓRIOS EM GERAL

(15) 3261-3530

CASADACHURRASQUEIRADEPORTOFELIZ@HOTMAIL.COM

**RUA EUGÊNIO EGÍDIO ALCALA, Nº165 - RESIDENCIAL SANTA CLARA
PORTO FELIZ - SP (ESQUINA COM A AV. MÁRIO COVAS)**

S.S ENGENHARIA

Projetos - Construção - Reforma
Gerenciamento de obra

(15) 99725-6912

Guido Sembeneli
Engenheiro Civil - CREA 5070002028

Giovana Sembeneli
Desenhista Técnica

Rua Eugênio Egídio Alcalá, 165 - Santa Clara - Porto Feliz/SP



ESPORTE e SOLIDARIEDADE andam juntos

Cidade dos velhinhos completa 70 anos e sobrevive graças ajuda da população

A campanha “Sacolinha do Asilo” teve sua nona edição neste mês. O Esporte Clube União distribui em diversos bairros da cidade, uma vez por ano, uma sacola com um convite para as pessoas ajudarem a Cidade dos Velhinhos com mantimentos não perecíveis, itens de higiene pessoal, produtos de limpeza e fraldas geriátricas. Em algu-

mas edições da ação social, as arrecadações chegam a durar seis meses.

Mario Tuani, um dos organizadores, junto com um grupo de amigos que frequenta o União aos domingos, tiveram a ideia de fazer uma campanha em prol das entidades locais e o Asilo foi o primeiro escolhido para essa ação. De início, o Asilo foi escolhido pelas necessidades e pedidos. A intenção é que essa

ajuda se estenda para outros lugares como a Santa Casa.

A ação é realizada em dois sábados: no primeiro, são distribuídas cerca de duas mil sacolas em alguns setores da cidade. Já na semana seguinte, diversos voluntários auxiliam na arrecadação e carregamento dos produtos. As pessoas ficam felizes em ajudar e se mostram muito prestativas sempre. “Apesar da crise da cidade e do país, esse ano foi muito bom. O pessoal ajuda, o povo tem um coração muito bom”, conta Mário.

Elisa Moraes, nutricionista do Asilo, diz que essa ajuda é muito bem vinda e chega a “salvar” o Asilo por meses. “Nosso estoque de alimentos estava praticamente

zerado e, com essa ajuda, estamos abastecidos por um bom período com itens básicos para uso diário”, explica ela.

Belas atitudes como a do União, podem ser mais constantes. Que tal juntar um grupo de amigos e fazer uma ação social também? Procure os responsáveis pelas instituições de caridade da cidade e veja o que mais precisam. Muitas vezes, o que falta pra eles, está sobrando para você. Vamos ajudar e fazer o bem! •

**RAFAELA
SGARIBOLDI**
Jornalista



Foto: Acervo União



**LL PISCINAS
E
JARDINS**
www.llpiscinas.com.br

Manutenção de piscinas e jardins
Disk cloro, produtos e acessórios
15 - 3262.1440 | 99702.6002

Jorge Correa – OAB/SP nº 235.838
Claudia Telles de Camargo - OAB/SP nº 259.796
Fabiana da Silva Milaceno Bellon – OAB/SP 340.411

Rua Rui Barbosa 228, Centro - Porto Feliz



Virado à paulista

Em São Paulo, no século XVII, a base da alimentação do paulista não constituía-se de canjica, angu de fubá e de farinha de mandioca, ensinada pelos indígenas. Esses angus e a canjica dispensavam o sal, o qual era escasso naquela época. A farinha de mandioca com seu efeito aglutinador fazia parte do preparo da iguaria. Pegava-se, por exemplo, um pedaço de carne, já preparada em molho, colocava-se na palma da mão, acrescentava-se verdura e farinha, formando um bolo que era levado à boca.

As raízes paulistas preservam pratos como o ensopado de galinha caipira, o feijão-tropeiro (farinha de mandioca, feijão-preto), o virado à paulista e o cuscuz paulista.

O virado é uma refeição completa.

Surgiu espontaneamente, para alimentar os bandeirantes. Em suas expedições, eles carregavam em seus farnéis repletos de feijão cozido, habitualmente sem sal, para não endurecer, farinha de milho, carne-seca e toucinho. Com o chacoalhar da andança, os ingredientes ficavam virados ou revirados (daí o virado). Comiam frio ou aquecido.

Os bandeirantes levaram o virado para Minas Gerais, onde o prato se converteu no tutu à mineira. O Estado vizinho ainda era região a desbravar quando isso aconteceu. Portanto, a receita mineira tem ascendência paulista. Mas há uma diferença importante. “O uso mineiro mais frequente do tutu é com feijão moído, não em grãos, como o virado”, observa o historiador Ricardo Maranhão. •

Prato símbolo

Refogar o feijão já cozido em cebola, alho e gordura; acrescenta-se sal e um pouco do próprio caldo do feijão ou de água; mexe-se com farinha de milho ou de mandioca; serve-se acompanhado de bisteca ou costeletas suínas fritas; linguiça frita; banana empanada e frita; ovo estrelado, de preferência com a gema mole; couve cortada em tiras e refogada na gordura; torresmo feito na hora, ruidosamente crocante e arroz.



Foto: Katiane Gimenes

KATIANE GIMENES DE OLIVEIRA

Formada em Gastronomia na Universidade Cruzeiro do Sul - CEUNSP



Empório Do PORTO
tudo para suas festas

- * Locações de Mesas
- * Bebidas
- * Chopp
- * Vinhos
- * Carnes Nobres
- * Acessórios para churrascos
- * E muito mais!!!

(15) 3261-6234
(15) 99762-6699

Adilson Giuli

Avenida Monsenhor Seckler, nº 845 - Vila América - Porto Feliz

PADARIA & RESTAURANTE São João

Doceria

(15) 3262 1506
Rua José Bonifácio 211 - Centro Porto Feliz/SP

Sueli Bolos doceria

Apresente este VOUCHER neste mês e ganhe 10% de desconto no balcão*

*Mês de Maio e Junho
Válido para compras à vista, não inclui encomendas

(15) 3262-2486
Rua Sarquis Abibe n 70
Rua Altino Arantes, 98, Porto Feliz



TODOS CONTRA A GRIPE

A campanha 2018 contra a gripe já começou e a imunização é de extrema importância para a população, pois o objetivo da vacina é evitar os casos graves e as mortes decorrentes da doença. Embora, muitos casos de gripe resolvam-se espontaneamente, em alguns grupos de risco, o quadro pode complicar e evoluir para doenças graves como a pneumonia e, até mesmo, levar a óbito.

Entre os grupos de risco incluem-se crianças maiores de seis meses e menores de cinco anos; pessoas com 60 anos ou mais; profissionais da saúde; população indígena; gestantes; puérperas (mulheres até 45 dias após

o parto); pacientes com comorbidades (doenças respiratórias, cardíacas, doenças renais, diabéticos, hepáticos e neurológicos, baixa imunidade entre outros). Incluem-se também professores e auxiliares de educação.

Embora, a divulgação da campanha seja grande, ainda existe uma certa resistência por parte de algumas pessoas que, por falta de informação ou medo, não procuram se imunizar e acabam correndo riscos desnecessários.



MARELEINE HALTER DINIZ
Farmacêutica, Bioquímica e Técnica em Química



A vacina só é contraindicada para os alérgicos à proteína do ovo

A vacina só é contraindicada para os alérgicos à proteína do ovo, usada na composição da vacina e aqueles que tiveram reações a doses anteriores devem consultar um médico para avaliar o risco-benefício da imunização.

A vacina é oferecida gratuitamente nas unidades básicas de saúde.

Para mais informações, dirija-se ao posto de saúde mais próximo da sua casa! •

A Toka

Moda Evangélica

15 3262.2275

Rua Altino Arantes, 170
Centro - Porto Feliz/SP
atoka.pf@gmail.com



Murilo Tassignon
CRC 1SP=290222/0-0

Contabilidade e seguros



15 3261.1435

Rua Iveta gibim alcalá, 308 - Vila Alcalá

murilo@wmse.com.br



Empresa de Transporte de Passageiros

Empresas, Fretamento, Excursões, Turismo
Aeroporto, Viagens, Translados, Faculdades

Viaje com quem entende de transporte!!!

Acesso a zona máxima de restrição de fretamento SPTrans

15. 3261-1179
15. 99790-1735



sg.trans@hotmail.com

Contrate uma empresa legalizada para fazer seu transporte.
Não aceite ser PIRATEADO.

Porto Feliz

DEVIDAMENTE
CADASTRADO:



EMTU



Cadastur



Momento Presente: como se manter focado

Em meio a tantas questões do dia a dia, o nosso tempo de relógio vai ficando cada vez mais curto. Digo tempo do relógio porque é o tempo que nós conseguimos mensurar, mas existe o outro tempo, que é o tempo de qualidade, o qual passamos com quem amamos. Esse tempo tem muito mais valor do que o do relógio. Hoje, o convido a pensar sobre o quanto tem prestado atenção na qualidade do tempo que tem gasto com as pessoas que você ama. Qualidade do tempo é diferente de quantidade, 10 minutos bem gastos podem valer mais que 1 hora mal aproveitada. Queremos fazer tudo, estar presente em tudo, não perder uma festa, nem uma oportunidade de trabalho, e até queríamos que o dia tivesse 30

horas, mas mesmo que tivesse, ainda nos faltaria tempo para realizar tudo que gostaríamos.

Então, toda ação precisa de direção, você só obterá todo resultado desejado decorrente de suas ações se colocar total dedicação no presente. A única coisa concreta que nós temos é o presente. O Futuro é uma utopia e o passado já não temos mais domínio sobre ele.

Dicas de como se manter no presente (Focado)

1 - Comece a perceber cada detalhe das suas ações, esse é um exercício poderoso, no início você terá algumas dificuldade, pois frequentemente seu pensamento vai passear pelo presente e pelo passado, mas o bonito desse exercício é que você

pode sempre voltar para o presente sempre que precisar e voltar a sua atenção focada.

2 - Experimente novas coisas durante o seu dia, mude de caminho, altere horário de algumas atividade, pois experimentar o novo vai abrir novas gavetas mentais e aumentar a sua atenção e foco para o momento presente! É muito poderoso, depois que fizer esse exercício vai começar a enxergar coisas que não via antes, ampliará seus horizontes e a sua percepção!

Muita Luz e Muita Paz! •

ANGELA RITA CORRER

Coach, Treinadora e Praticante de Programação Neurolinguística



Assados BONFÁ
Buffet com assados

(15) 3626-1886
99715-5814

Casamentos
Aniversários
Confraternizações

bontaa@terra.com.br
Rua Tatui, 203 - Santa Rosa - Porto Feliz

CLAUDIO CAMPOS JR.
Engenheiro civil

CREA/SP nº 506.995-8510

Projetos
Regularizações
Gerenciamento de Obras.

15 99664-2152

Nivaldo Giacomeli
Carpinteiro

Serviços de Madeiramento
Instalações de forros, portas
e muito mais!

nivaldogiacomeli@hotmail.com
15 3262.5761 / 9 9766.7033

PORTO PEDRAS®
MÁRMORES E PEDRAS DECORATIVAS

Porto Feliz - Tel 15 3262 4373 Boituva - Tel 15 3263 5023

MadHALTER móveis sob medida

ARMÁRIO EMBUTIDO P/ QUARTOS
e COZINHAS
ESPAÇO GOURMET e BANHEIROS

HOME THEATER, ADEGAS
e BALCÃO REFRIGERADOS

Tel: / (11) 9 9947-8945
Rua Trindade Carvalho Bueno, 345 Jardim Rancho Grande - Itu/SP. Cep 13.306-010.



Social

Fotos: Porto Feliz Tênis Clube



Thaeme & Thiago
Confira alguns cliques do show com a
dupla no Tênis Clube, no dia 28 de abril



PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Torneio de futebol disputado pela primeira vez há 85 anos (13-30/7/1930)	Mulheres perseguidas por paparazzi	Personagem da Disney que não usa calças, mas sai do banho de toalha	Vestes que distinguem os torcedores, 190, 193, no estádio 199, 198 e 181
Sistema de registro de voz e dados do avião		Incôgnita matemática	Rua (abrev.)
		Pedido de repetição de número artístico	(?) -casado, doce escolhido pela noiva
Problema que assola países africanos	Letra-símbolo do Twitter		Base da montanha
			Debaixo de
Locais das filmagens do "making of"	Claras; brancas		Especialização acadêmica (red.)
		Os xodós dos avós	
"(?) de Hiroshima", poema de Vinícius	Astro que influencia as mares Furtado		Muito boa (gíria)
			(?) Médio, território de guerras santas
Sinuoso		Discussão de relação amorosa (pop.)	Rede, em inglês
Hora canônica (Catol.)			Senhor (abrev.)
Pó, em inglês		"(?) jaz", inscrição de lápides	
Olivia Byington, cantora e violonista brasileira	Patente do aleno da Aman (mil.)		
Arma branca usada em filmes orientais		Museu projetado por Niemeyer (Niterói)	Ernesto Nazare: compôs "Odeon"
(?) zumbi, situação retratada na série "The Walking Dead" (TV)			Unidade do código binário (Inform.)

BANCO 3/bt — mac — net — noa, 4/dust, 10/curvilinear.

38



confira a resposta na próxima edição

TORRES ENGENHARIA E ARQUITETURA

ENGENHARIA CIVIL | SEGURANÇA DO TRABALHO | ARQUITETURA | MAQUETES EM 3D
PLOTAGENS AO | CÓPIA E DIGITALIZAÇÃO AO | DESDOBROS | LEGALIZAÇÕES
RETIFICAÇÕES DE ÁREA | LEVANTAMENTOS TOPOGRÁFICOS | PAISAGISMO

FABRÍCIO BELO TORRES
ENGENHEIRO CIVIL / SEGURANÇA DO TRABALHO
CREA: 5060585010 - TEL: (15) 99704-3655

ANTONIO CELSO CANOVA BAZZO
ARQUITETO E URBANISTA
CAU: 168036-6 - TEL: (15) 99653-1637

E-MAIL: TORRESPLOTAGEM@GMAIL.COM | TORRESPORTOFELIZ@GMAIL.COM

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/TORRESENGENHARIAEARQUITETURA - TELEFONES: (15) 3262-3665 - PORTO FELIZ-SP





As mãães e seus pets

Hoje em dia os pets vêm conquistando um espaço maior nas famílias e é muito comum vermos um tutor cuidar e amar como se fosse um filho, ou melhor, um bebê, diferente de muitos anos atrás em que a sua função era apenas ser um cão de guarda para proteger a família e trazer segurança.

A forma natural que esse processo vem acontecendo é encantadora, é visível perceber o bem que eles trazem as pessoas e a família de forma geral, independente

de qual seja o tipo de animal. Eles também conseguem suprir a carência de uma perda, falta de afeto, entre outras dificuldades que podemos enfrentar.

Estudos demonstram que a companhia desses seres têm uma eficácia muito positiva no tratamento de diversas doenças, tais como: Depressão, Ansiedade, Bipolaridade, etc.

Neste mês de Maio, comemoramos o dia das mães, e, sem dúvida, mãe de Pet também é mãe, e gosta-

ríamos de homenagear você mamãe, por todo cuidado, atenção, carinho e amor pelo qual você tem com o seu animalzinho de estimação, é por você que ele vive feliz, você é quem diagnostica quando algo não está bem, você o conhece melhor do que ninguém, e é por isso que ele é tão fiel a você.

Feliz dia das Mães para todas as mãães inclusive as de Pet! •

SAMIRA ANGELIERI

Médica Veterinária formada pela Universidade de Marília (UNIMAR) e proprietária do Centro Médico Veterinário de Porto Feliz



3261-3402

RUA JOÃO THOMAZ DE ALMEIDA, 210
VILA AMÉRICA

AGRO-PORTO

do FUBA

Renato e Daniele
TUDO P/ AGRICULTURA E PECUÁRIA

DISK RAÇÃO (15) 3262-2265 / 99787-2102

Av. Armando S. de Oliveira N°391 - Vila Progresso - Porto Feliz / SP

Leo Giuli

Terraplanagem, Aterros,
Platôs e Limpeza em geral

ID 29*100925
Nextel 97403-3871
Vivo 99718-1043

e-mail: leonardogiuli@uol.com.br

Rua Aracy Sampaio de Almeida, 01
Vila Manduquinha
Porto Feliz - SP

QUALITY

EMPRESARIAL

**PROJETOS - CONTRUÇÕES
FINANCIAMENTOS**

Realizamos seu sonho da Casa própria
Rua Santa Cruz, 190 - Centro - Porto Feliz/SP
fone: 15/2107-6048 - 15/99649-3722

www.qualityempresarial.com.br



IRMÃOS GERALDO
ARQUITETURA - INTERIORES
Edson Geraldo & Gilson Geraldo



11 Anos!

11 anos de sonhos que se projetam para a realidade

Contatos: (11) 95530 - (15) 99712-1515

Av. Monsenhor Seckler, 651 - Jd. Julita - Porto Feliz/SP

PANIFICADORA NOGUEIRA

VENHAM CONHECER NOSSOS
COMBOS PARA FESTAS

Kit para festas a
partir de R\$ 189,00
com os seguintes
produtos: 2Kg Bolo,
150 Mini Salgados,
50 Doces, 20 Mini Sonhos



(15) 3262-2515

Rua Cardoso Pimentel, 1163 - Bepim - Porto Feliz/SP

NOSSA CASA

Negócios Imobiliários e Projetos

Vantagens

MCMV - nada mais é do que o
projeto Minha Casa Minha Vida,
do governo federal, que oferece
condições atrativas para o
financiamento de imóveis

Personalize seu apê

Financie um imóvel

Taxas, entrada e prestações que cabem no seu bolso

(15) 3261-2008

(15) 99772-3493 / 997566480

Rua Joaquim Olavo de Carvalho, nº25 - Centro - Porto Feliz - SP

Exija
Creci

CAIXA



Minha Casa
Minha Vida