

# mais Ibiúna<sup>®</sup>

Revista de Desenvolvimento Turístico



Ano 4 - 2015 - nº 34

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

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA  
Ibiúna e Região



## PEELING 3D

A Revolução na Estética



*La Bella*

Estética Avançada

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





- Cultura • Turismo • Esporte
- Educação • Saúde • Beleza
- Moda • Entretenimento

Porque o interior é **MAIS**

**mais Ibiúna**

(15) 3248-3716

 [revistamaisibiuna](https://www.facebook.com/revistamaisibiuna)

 [@revistamaisibiuna](https://twitter.com/revistamaisibiuna)

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

**Diretora:**

Edilene Niebuhr  
Cel.: (15) 99144-2150 | (15) 99806-6567  
edilene@maisibiuna.com.br

**Atendimento:**

Andreza Jasmine  
atendimento@maisibiuna.com.br

**Projeto Gráfico e Diagramação:**

Ricardo dos Santos Machado

**Edição de Arte:**

Andreza Jasmine  
Gustavo Kirsten Niebuhr  
Ricardo dos Santos Machado

**Capa:**

La Bella Estética Avançada  
www.esteticalabella.com.br  
Arte: Ricardo dos Santos Machado  
Foto: shutterstock

**Jornalista Responsável:**

Edilene Niebuhr – Mtb 76985/SP

**Representantes Comerciais**

Nilson Yonezawa  
Tony Nakamura

**Colaboradores:**

Erileide M. S. S. Antunes  
J. E. Sobral  
Lolita Del Monterrey  
Magno Solari  
Suzana Cunha

**Colunista de esporte:**

Elaine Sobral

**Tiragem:**

7.000 exemplares



## Sem ELAS...

Juro que não foi de propósito, mas esta edição parece que foi concebida para “elas”, contudo aconteceu naturalmente. A começar pela capa, clientes de clínica de estética são em sua maioria mulheres, todavia de alguns anos para cá aumentou a frequência masculina. ELES estão se cuidando para ELAS, rsrsrs.

No esporte, ELAS se destacam nos artigos sobre softbol e ciclismo. Em fitoterapia, nossa colaboradora fala de gravidez, totalmente feminino.

No nosso evento Jeito do Campo, realizado e organizado com Sakura Viagens, agência de Ibiúna, (aliás, Sakura é nome de cerejeira e falamos também do Festival em São Roque), ELAS deram um show de beleza e simpatia no concurso Garota Country.

Nossa colaboradora e blogueira de férias pelos “States”, comenta como ELAS driblam o calor (sim lá é verão!), e como montam seu look do dia a dia.

E para completar o “mundo cor de rosa”, nosso mestre dos traços, Magno Solari, traz a sua contribuição com depoimentos de suas pupilas falando sobre a arte do desenho e seu efeito terapêutico.

Dia 09.08 é Dia dos Pais, e fazemos nossa homenagem no início e no fim desta edição.

Vale lembrar que sem ELAS não existiriam ELES (pais e filhos).



# Peeling 3D: A Revolução na Estética

*O Peeling 3D é uma técnica revolucionária e inovadora com resultados fascinantes nunca obtidos até então pelo profissional da estética.*

O método não trata somente melasmas, que é um distúrbio causado pela produção excessiva de melanina – **pigmento responsável por dar cor à pele e aos pelos** – mas também outras disfunções estéticas como sardas, rugas, poros dilatados, cicatrizes de acne, manchas senis (provocadas pelo dano causado pelo sol ao longo dos anos).

A técnica desenvolvida foi patenteada e está fazendo sucesso em países como Argentina, Portugal, Austrália e Inglaterra. A Farmacêutica Esteta Dra. Michele Martins Campos, é pioneira no tratamento em Ibiúna. De acordo com ela, o Peeling 3D é um novo conceito de Peeling Químico, realizado em apenas 3 dias. *“A técnica é baseada 100% na fisiologia. O método pode ser aplicado em todos os biótipos e fototipos cutâneos e em qualquer época do ano”*, afirma.










Os produtos utilizados no tratamento são nacionais, industrializados e com registro na **ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária)**, obedecendo as exigências de concentrações e pH.

Antes de realizar o procedimento, fazemos uma Avaliação com uma Lâmpada de Wood para verificar a profundidade das manchas e assim decidir quantos ciclos serão necessários em cada paciente. "Já tratamos peles de pacientes que chegavam frustrados por já terem se submetido a tratamentos estéticos ou médicos sem resultados que se surpreenderam muito com Peeling 3D".

*"Rico em detalhes e estratégias, o Peeling 3D vem se tornando a revolução nos tratamentos estéticos faciais, sendo a melhor estratégia terapêutica da atualidade", afirma Dra. Michele. ■★*

## TRATAMENTOS QUE A

## *La Bella* OFERECE:

- Botox;
- Limpeza de pele;
- Peeling químico; 
- Mini-Peeling;
- Peeling vulcânico;
- Luz Intensa Pulsada;
- Laser fracionado;
- I-lipo;
- Criolipólise; 
- Manthus;
- Radiofrequência corporal e facial;
- Carboxiterapia corporal e facial;
- Endermoterapia; 
- Corrente russa  
(estimulação muscular eletrônica);
- Aplicação de enzimas;
- Depilação definitiva a laser;
- Drenagem linfática.



Av. Cap. Manoel de Oliveira  
Carvalho, 16  
Ibiúna – São Paulo  
Cep 18150-000

 [labellaesteticaibiuina](https://www.facebook.com/labellaesteticaibiuina)  
[www.esteticalabella.com.br](http://www.esteticalabella.com.br)

(15) 3248.1250

(15) 99782.2896

# #papis:

meu pai na Revista Mais Ibiúna



Pai Alexandre com Pietro



Pai Abramo com Bianca



Pai Paulo com Sílvia



Pai Saburo com Teru



Pai Marcial com Pedro



Pai Raphael e Guilherme



Pai Edson Mariano e Raíssa



Pai Vando com Victor



Pai Wagner com Marcos



Pai Juliano com Laroh



Pai Cleber com os filhos Toffano e Felisa Breta



Pai Alex com os filhos Victor e Carmen



Pai Motoki com Sílvia



Pai Ari Gabriel com Dinora



Pai Foel com João Pedro



# Dia dos Pais

09 DE AGOSTO



Fal Renan com Alexia



Fal Rômulo com Kauê



Fal Renato com as filhas Juliana, Agostelo e Roberto



Fal Thiago com Anna



Fal Guilherme com Thaysia



Fal Lúcio com Lourenço



Fal José Santos e Jaqueline



Fal Ricardo com Renan e Rafael



Fal César com as filhas Bruna e Brábara



Fal Magnê com os filhos Caio e Kevin



Fal Luciano com Lucas



Fal Marcelo com Arthur



Fal Marcelo com os filhos Mateus, Rafael e Caio



Fal Edson com as filhas Nathália e Gustavo



Fal Marcelo com Léo



## Jogos Pan-Americanos 2015 Toronto/Canadá

Os Jogos Olímpicos Rio 2016 se aproximam e a preparação dos atletas brasileiros segue em ritmo avançado. Porém, antes da histórica participação olímpica em casa, o Time Brasil disputa os Jogos Pan-americanos Toronto 2015.

A competição continental está sendo a última oportunidade do Comitê Olímpico do Brasil (COB) reunir uma delegação multiesportiva de porte antes do Rio 2016. E o Brasil embarcou para o Canadá quebrando um recorde. Com uma delegação de cerca de 600 atletas, este foi o maior contingente enviado para um evento esportivo fora do país. A maior delegação brasileira em todas as edições de Jogos Pan-americanos participou do Rio 2007, com 660 atletas. Em Guadalajara 2011 foram 515. Atualmente o país já conta com 460 vagas garantidas na competição continental, que aconteceu entre 10 e 26 de julho, no Canadá.

Os Jogos Pan-americanos Toronto 2015 reuniu mais de 6 mil atletas de 41 países das Américas na disputa por medalhas em 36 esportes e 52 modalidades.

**Dentre estas modalidades esportivas, nesta edição destacamos o Softbol.**

Falaremos desta modalidade em especial, por termos uma prata da casa, uma representante da nossa cidade nos Jogos Pan-Americanos de Toronto 2015, a atleta Simone Suetsugu (mais conhecida como Ninjja). A trajetória dessa ibiunense iniciou não no Softbol, mas no beisebol juntos com os





meninos, justamente por este fato que rendeu a Ninija na época algumas reportagens, por ser a primeira atleta feminina a ser convocada para a Seleção Brasileira para disputar um Mundial. Logo após o Mundial, passou para Softbol, modalidade feminina desse esporte.

*Com sua migração para o Softbol, Ninija foi jogar e estudar no Japão, nesse período disputou o Pan-Americano 2007 (Rio de Janeiro). Destacou e conseguiu bolsa de estudo no EUA.*

Por intermédio do esporte, *nossa atleta ibiunense* formou-se em Psicologia, sagrou-se campeã da Liga Universitária Americana e recentemente concluiu seu Mestrado. O esporte teve uma grande influência em sua trajetória de vida e também profissional, por intermédio do Softbol ela conheceu outros países e nos últimos anos vem atuando como Scout Manager (recrutadora de novos jogadores), o que não a impede de participar de vários campeonatos internacionais.

Atualmente através de intercâmbios realizados com os Estados Unidos temos inúmeras garotas jogando e estudando na terra do Tio Sam, o que vem contribuindo para o bom desenvolvimento do esporte.



Simone Suetsugu (Ninija)

*“Defender a cores do Brasil no Pan-2015 é um orgulho muito grande e única promessa e lutar com muita garra e muito esforço” - comentou Ninija*

## Quadro de Medalhas

Países:		 Ouro	 Prata	 Bronze	
 1º ESTADOS UNIDOS.....		103	81	81	265
 2º CANADÁ.....		78	69	70	217
 3º BRASIL.....		41	40	60	141

## Elaine Sobral - CREF 69679-G/SP

CEO Friends Sports Manager & Entertainment, esp. Adm. e MKt Esportivo, MBA em Negócio do Esporte pela ESPM.

Atua na área há mais de 20 anos em âmbito nacional e internacional, tendo no currículo SPFC, produtora de Eventos na Virada Esportiva e Copa do Mundo de Futebol.

Contato: [elainesobral@friendssportsmanager.com.br](mailto:elainesobral@friendssportsmanager.com.br)  
[facebook.com/friendssportsmanager](https://www.facebook.com/friendssportsmanager)





## Ciclismo de Ouro!

Fotos: Denis Yoshio

*A equipe de ciclismo da cidade de Ibiúna liderada por Marcelo Freitas faturou 6 medalhas na 59ª edição do Jogos Regionais realizada na cidade de Jundiáí.*

Apesar do número de medalhas ser igual ao da edição anterior, este ano a equipe se superou e conquistou **3 ouros, 2 pratas e 1 bronze**.

Mesmo sem nenhum apoio do município o grupo de amigos se uniu pelo amor ao esporte e, por conta própria, resolveram participar da competição que durou 3 dias. Segundo Marcelo Freitas, a correria para participar foi maior que a das competições propriamente dita. ***“Tivemos que pedir favores para outras delegações que nos ajudaram prontamente sem contar o leva e traz diário de atletas de Ibiúna a Jundiáí. Mas graças Deus deu tudo certo e o resultado não poderia ser melhor”.***

A ciclista Barbara Yuri garantiu no primeiro dia de competição a medalha de prata na Prova de Critério por Pontos. Nas demais competições a ciclista fechou com ouro nas provas de Resistência Individual e Mountain Bike. Ainda no feminino Katia Deyama garantiu a dobradinha ibiunense no pódio levando a medalha de prata na modalidade Mountain Bike.

No masculino, a equipe de Velocidade Olímpica formada por Marcelo Freitas, Yang It e Marcelo Mendes, garantiu o bronze num sufoco danado

para arrumar uma bicicleta de pista, já que o time estava desfalcado, ***“foi tudo de última hora”***, afirmou Marcelo Freitas.

E pra fechar com chave de ouro, na competição mais disputada e emocionante, a equipe formada por Apolo Torres, Sergio Vargas, Rafael Campioto, Marcio Sobreiro, Denis Yoshio, Yang It, Yuri Gonzaga e Marcelo Freitas trabalhou como nenhuma outra equipe para garantir o ouro de Yuri Gonzaga, que venceu a prova por menos de 10cm de diferença do atleta da cidade de Votorantim.

A equipe chamou tanta atenção nas duas últimas edições dos jogos que até recebeu convite para correr por outros municípios. Marcelo Freitas acredita que muito em breve a equipe terá o reconhecimento que merece e que não haverá necessidade de mudar a cidade do time. ■★



A MAIOR LOJA DE EMBALAGENS DE IBIÚNA E REGIÃO



# SEI EMBALAGENS

HIGIENE, DESCARTÁVEIS & AGRICULTURA

*Embalagens descartáveis de todos os tipos*

São mais de 5 mil itens com preços especiais no atacado e varejo

## COPOS

50 ml caixa c/ 30 pacotes\* = R\$ 55,00

180 ml caixa c/ 25 pacotes\* = R\$ 56,00

300 ml caixa c/ 20 pacotes\* = R\$ 79,90

\* 100 unidades

## PROMOÇÕES

Válidas até 30/08/2015

## LUVA DE

## PROCEDIMENTO

P / M / G

Pacote com 100 unidades = R\$ 15,90

## LUVA DE VINIL

P / M / G

Pacote com 100 unidades = R\$ 12,90

## PAPEL

## INTERFOLHA

100 folhas - cor creme = R\$ 4,90

100 folhas - cor branca = R\$ 6,90

**(15) 3248-2289**

Av. Vereador Benedito de Campos, 310





## Gravidez e Plantas medicinais

*A globalização é real. Alguém fala uma frase, acontece um acidente, uma foto é divulgada do outro lado do planeta e em apenas uns segundos o mundo todo já recebeu a notícia, vídeo ou imagem. Refletindo sobre isso decidi escrever este mês sobre o excesso de informação que recebemos a todo instante sobre as Plantas Medicinais e os cuidados necessários durante a gravidez.*

Suzana M Cunha

*Pós Graduada em Fitoterapia | Terapeuta e Jardineira  
Proprietária 4 Estações – Terrários, Mini Jardins, Prod. Artesanais  
com Ervas Medicinais e afins.  
e-mail: 4estacoesjardins@hotmail.com - Fone 15 99820-5299*



Recebo e leio e-mails diariamente, com diversas informações sobre como utilizar e ingerir as plantas medicinais. Existem inúmeras comunidades nas redes sociais, matérias em vários meios de comunicação dizendo o que são e como funcionam as plantas. Muitos estão certos, mas muitos


estão incorretos. Já li matérias onde o que muda é apenas o nome da planta. Minha dica: **CUIDADO, MUITO CUIDADO.** Sempre procure informações honestas antes da utilização de QUALQUER Planta Medicinal e o mais importante, peça sempre orientação ao seu médico ou ao Fitoterapeuta.

Gravidez é sinônimo de MUDANÇAS NO CORPO e na vida da mulher. O corpo vai aos poucos se transformando, as mudanças surgem diariamente. O nível de alguns hormônios, como o estrógeno, pode *umentar até 30 vezes*, então imagine o que isso pode trazer na rotina de uma mulher grávida. Durante esta fase, a menstruação é interrompida, o útero aumenta de tamanho progressivamente, as mamas ficam maiores, uma vez que estão sendo preparadas para a amamentação, o enjoo até o terceiro mês é constante, oscilação de humor, dores nas costas a partir do 3º ou 4º mês, inchaço, alterações metabólicas. Nossa, quanta mudança no corpo da mulher!

O ideal neste período de 9 meses, é fazer uma dieta com acompanhamento médico, não pintar o cabelo, parar de fumar, ter uma alimentação equilibrada, fazer exercícios com acompanhamento de um profissional da área e toda e qualquer dúvida, pergunte ao seu médico ele é o seu melhor conselheiro neste período. Tudo para que o feto se desenvolva saudavelmente até o nascimento do bebê.



## ESPAÇO ONDA VERDE



**Temos uma grande variedade de plantas ornamentais para seu jardim, seja para empresa ou residência.**

**Temos vasos, terra, adubos, frutíferas e muito mais!**

**Venha fazer um orçamento de paisagismo, recuperação de jardim, pomar e horta.**



**Rod. Bunjiro Nakao - Km 61,8  
Ibúna - SP  
espacoondaverde@outlook.com  
Tel.: (15) 3249-2327**

Com todas essas mudanças podemos considerar até natural a mulher precisar de um “chazinho” para relaxar e ficar melhor, certo? Sim, só que NÃO!

“Um chazinho, é um santo remédio” sempre ouvimos esta frase, mas é bom ter cuidado antes de ingeri-lo. Um simples chá, dependendo da Erva Medicinal é contraindicado e pode prejudicar e trazer sérios problemas ou até um aborto, durante a gravidez.

Conheça algumas Ervas **CONTRAINDICADAS** durante o período da gestação:

- **Alcachofra - Cynara scolymus** – redução do leite e sabor amargo no leite;
- **Arnica montana** - Amamentação Hemorragia e aborto, vômitos e cólicas
- **Losna - Artemisia adsinthium** - Contrações e aborto, cólicas;
- **Erva de Santa Maria** - Chenopodium ambrosioides Contrações e aborto, vômitos e torpor;
- **Copaiba - Copaifera sp** - Má formação no recém-nascido, cólicas
- **Guaco - Mikania glomerata** - Gestação Hemorragia
- **Quebra Pedra - Phyllanthus niruri** - Amamentação Aborto Cólicas e Diarreia
- **Tansagem - Plantago major** - Gestação Contrações
- **Salvia** - Salvia officinalis Contrações
- **Hortelã - Menta piperita** - Gestação Má formação no recém-nascido

**ATENÇÃO:** Durante os três primeiros meses de gestação, deve ser evitado o uso de qualquer espécie de planta medicinal, sem a prévia autorização do médico.

“Toda erva guarda um significado próprio. Como todo ser vivo devemos respeitá-las, não devemos arrancá-las de qualquer forma, retire apenas o que precisar e antes de tudo peça sua permissão”. Lembre-se as plantas medicinais devem ser ingeridas com critério. Para cada sintoma há uma parte da planta a ser utilizada. Consulte sempre um especialista da área médica e fitoterápica. Nenhuma planta substitui o seu tratamento médico, porém pode complementá-lo.

*“A diferença entre a cura e o veneno é a dose”*





Receita

# Refogado de shitake, shimeji e champignon



## Ingredientes

- 1 bandejinha de shitake fresco
- 1 bandejinha de shimeji
- 1 xícara de hastes de brócolis cozidos
- 100 g de champignon
- 1 colher de sopa cheia de óleo de gergelim torrado
- 1 colher de sopa cheia de shoyo
- 1 punhado de castanhas de caju trituradas
- Gergelim preto a gosto
- 1 fio de azeite
- 2 dentes de alho picadinhos

## Preparo

Numa frigideira refogue o alho no azeite e em seguida os cogumelos (shimeji, shitake e champignon). Acrescente o shoyo e o óleo de gergelim. Mexa e misture as hastes de brócolis cozidas no vapor. Misture tudo, desligue o fogo e salpique a castanha de caju triturada e o gergelim preto. Depois é só servir. Não precisa de sal, o molho shoyo faz a vez.

*Cogumelo*  
**Paruru**  
**Direto do Produtor**  
SHIMEJI, SHITAKE,  
CHAMPIGNON,  
AGARICUS BLAZET  
(cogumelo medicinal)

EM SALA: FILE DE TILÁPIA, ALCACHOFRA, MASSAS CABRINAS,  
MEL, TOMATE CERESJA, PALMITO, CHAMPIGNON  
COGUMELO MEDICINAL (desidratado / capsula / extrato)

WhatsApp: 31324-0100 / 31324-0101  
E: 3132-1722 / 3132-1723

Rua Ruijão Neves, 800 - Paruru - Ibiraçu - SP




**吉村 Yoshimura**  
Casa de Pão

O MELHOR PÃO DA REGIÃO!  
(15) 3241-5830

facebook.com/yoshimuracasadepao  
yoshimura\_pao@iglobo.com @yoshimura\_casadepao

AV. São Sebastião, 126 (próximo ao shopping Ibirapuera)



Panquecas Parrhóisias  
Feijoada Sushi e pratos

**Delivery** Seg-Sáb 11:00 as 15:45  
(Delivery até 15:00)

3248-3214  
99641-6320

**Kumamoto**  
ESTAB. 1988

Rua José Cipriano de Freitas, 171  
(em frente ao Centro Olímpico)



# Unimed São Roque oferece programa de medicina preventiva gratuito

*A Unimed São Roque oferece a seus usuários gratuitamente o programa de medicina preventiva para pacientes crônicos acima de 30 anos com o objetivo de aumentar a qualidade de vida de homens e mulheres.*

**Nessa faixa etária, a Unimed São Roque tem cerca de 25 mil usuários nas cinco unidades: São Roque, Mairinque, Ibiúna, Vargem Grande e Alumínio.**

Pacientes já diagnosticados com diabetes, obesidade, dislipidemia (colesterol elevado) e hipertensão podem comparecer à sede Medicina Preventiva, encaminhados ou por iniciativa própria, de segunda a sexta das 9h às 17h. **O programa inclui orientação médica, de enfermagem e nutricional, grupos com acompanhamento psicológico e atividades físicas.**

As atividades de prevenção oferecidas pela Unimed São Roque aos pacientes crônicos são fundamentais para a estabilização da saúde, melhoria na qualidade de vida e redução nos riscos de sofrer as consequências dessas doenças. A diabetes, por exemplo, pode afetar a visão, os rins, a mobilidade, além de aumentar as chances de AVC e infartos.

Os trabalhos da medicina preventiva da Unimed São Roque se estendem aos familiares de pacientes crônicos que precisam de cuidados, assim, é

oferecido – também gratuitamente - o curso de cuidadores com duração de 10 semanas e que acontece todas as quartas-feiras às 19h. Podem fazer o curso usuários da Unimed São Roque ou pessoas que cuidem de pacientes que são usuários São Roque.

## MEDICINA PREVENTIVA

### Para quem é:

*beneficiários da Unimed São Roque diagnosticados com doenças crônicas acima de 30 anos.*

### Acolhimento:

*segunda a sexta, das 9h às 17h.*

### Local:

*Medicina Preventiva ao lado da Sede da Unimed São Roque  
Rua Capitão José Vicente de Moraes, 97 –  
Esplanada Mendes São Roque*

**Informações:** 11 4713-5200 ramal 9141









## Em tempos de crise

Edilene Niebuhr



**A crise nos EUA** e em seguida nos países europeus não tinham como não afetar os países do terceiro mundo. *Uma hora o vento traria esta nuvem densa com tanta intensidade que provocaria tempestades e devastações na economia.* Não precisa ser nenhum especialista para entender que para se ter uma economia estável precisa haver um equilíbrio. Se o topo se desestrutura faz pressão desproporcional comprimindo e interferindo na base. É a lei da física. O mesmo conceito do efeito avalanche nos grandes picos montanhosos e gélidos, que sai empurrando para baixo o que encontra pela frente.

**O que fazer quando tudo parece desmoronar?** *Reinvente-se.*

**Fechar as portas não é a solução.** É preciso ser ponderado, contudo criativo. Redefinir o negócio: produto, público, preço, ponto de venda. O que funcionava antes, em tempos de crise não funciona mais. O consumidor está com novo comportamento, mais conservador, mais apático, menos receptivo. **Entretanto, as pessoas não param de fazer aniversário, não deixam de namorar, não param de comer, não ficam sem estudar, não deixam de fazer manutenção no carro.**



### O pensamento deve ser: NÃO PERDER.

Fazer promoções que atraiam o cliente com condições favoráveis de pagamento. No balanço vai ganhar menos, mas não terá prejuízo, se for uma ação bem estruturada. Divulgar. A primeira coisa que muitos fazem é cortar investimento em publicidade. *Como disse, publicidade é investimento e não custo. Usar de meios de comunicação é uma forma de propagar para o maior número de pessoas a sua promoção, objetivando aumentar as vendas.*

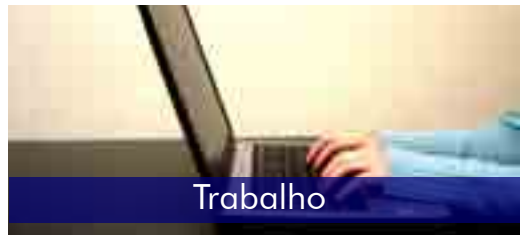
Sem contar que fazendo promoções e havendo vendas, o empresário e o consumidor mantém ativa e aquecida a economia. Vai precisar comprar mais produtos, portanto as fábricas irão produzir, e assim por diante. *Na crise, a diferença está no ganho e na falta de excessos. Tudo deve ser planejado.*

Já tivemos crises muito piores do que essa. Quem se lembra de uma inflação de 84% ao mês? De reajustes monetários de 2% ao dia? Provavelmente no mínimo era adolescente na década de 80. *A nova geração nasceu numa época de economia estabilizada e agora se desespera com a inflação atingindo a casa dos dois dígitos ao ano. Mas o passado só serve de experiência e eram outros tempos.*

### Como se preparar para estes tempos?



Pensamento Positivo



Trabalho



União



**VIDRAÇARIA**  
**NASCIMENTO**  
 Wagner



• Vidros e Box • Fechamento de área • Tampo para mesa  
 • Projeto e Instalação Comercial e Residencial

**ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES DE CRÉDITO**

Tel.: (11) 3249.3063 • (11) 9 9785.4388 • 30 112\* 15058 • [www.vidraçariasnascimento.com.br](http://www.vidraçariasnascimento.com.br)  
 Rodovia Bunjiro Nakao, Km 68 • Ibiúna • SP



# JM-ANDAIME

TRAGA ESSE ANÚNCIO E GANHE 5% DE DESCONTO

**Locação**  
 15 3249-1291  
 15 98174-9719

**ANDAIME  
 A PARTIR DE  
 R\$ 10,00  
 O METRO**

Rod. Bunjiro Nakao, km 65 - Ibiúna/SP  
[jm65sandaimes@gmail.com](mailto:jm65sandaimes@gmail.com)

Contrate o Limpa Telha e sinta a diferença de um ambiente mais limpo.

## LIMPA TELHA

Limpa Telha é especializado em:

- Telhados
- Calçadas
- Pedras
- Fachadas
- Pisos
- Madeira
- Muros
- Grafiteados
- Toldos
- Pastilhas
- Fibra de Amianto e outros.

[www.limpatelha.com](http://www.limpatelha.com)  
 15 98692-3330 (vivo) / 11 97598-8055 (vivo)  
 11 95360-4889 (fix)

## Lava Rápido e Borracharia km 60

Motos - Carros - Tratores e Caminhões



**Ducha simples e completa**  
**Engraxamento em geral**

15 7814-9736 / ID 649 17250 / ID 688 15418  
 Rod. Bunjiro Nakao, km 60 - Votuporã - Ibiúna SP

# MADEIREIRA SÃO JOSÉ

**ENTREGAMOS  
 EM 24 HORAS!**

**VIGAS / TÁBUA / TELHAS / MOURÃO TRATADO**

**15 3241-5256**

[madeireirasaojoseibiuna@gmail.com](mailto:madeireirasaojoseibiuna@gmail.com)  
 Rod. Bunjiro Nakao, km 73,5 - Ibiúna/SP



# Ibiúna<sup>®</sup>

Arte e Cultura

1º **Jeito do  
Campo**

**SHOW de beleza e talentos musicais  
NO 1º JEITO DO CAMPO**



# 1º Jeito do Campo

## 1º Jeito do Campo prestigia os talentos musicais de Ibiúna e região

Dia 11 de julho aconteceu o 1º Jeito do Campo, evento organizado por Ideia Nova Comunicação e Sakura Viagens, com apoio da Revista Mais Ibiúna, cobertura total da TV WEB UNA e locução do carismático cerimonialista e radialista Prof. Zezinho Nascimento.

O evento foi realizado no clube da cidade, ICC – Ibiúna Clube de Campo, teve doze horas de duração, iniciando com um almoço caipira servido pela empresa Nanni's Prime, barracas típicas com participação de Michele Restaurante, Aroma da Roça, Marcelo Atui e doces artesanais.

O Concurso Garota Country agregou charme e beleza com as candidatas e seus convidados dando um show de dança, totalmente entrosados com a proposta do evento: fazer as pessoas curtirem muita música boa.



**Fael Mayoral e Paulo**

M. Produções - 15 99833-3653 | 15 99844-9192



**Gustavo Silva e Gabriel**

[www.gustavosilvaegabriel.com.br](http://www.gustavosilvaegabriel.com.br)  
[simao.lonas@hotmail.com](mailto:simao.lonas@hotmail.com) | 11 94270-4837



**Jeferson Ramalho**

15 99791-8192 | 15 3248-1298  
[jefersonramalho@ibest.com.br](mailto:jefersonramalho@ibest.com.br)

No palco, vários artistas ibiunenses fizeram sua apresentação interpretando músicas de autoria própria e outras famosas. Rolou de tudo, desde música raiz ao sertanejo universitário, além de artista cantando Raul Seixas, Roupas Nova. Em breve, estará disponível o vídeo com alguns shows dos artistas no evento.

Fotos: Andreza Jasmine





**Jefferson e Ronaldo**  
15 99787-4612 | contato@jeffersoneronaldo.com.br



**Jonathan Leonardo**  
producao@jonathanleonardo@hotmail.com  
15 3249-1020



**Jessé Andrade**  
15 99660-6108 | jessepercussao@hotmail.com



**Josy Moraes**  
15 99754-2848 | 7812-6260 (Alexandre)  
alemosca@gmail.com



**Luiz Fernando**      **Valdecir Rebouças**  
15 99796-6261      (Paraná)  
luiz\_biker@hotmail.com      15 99729-5789



**Paulinho**      **Neto Seixas**  
15 99830-4623      15 99773-5704  
paulosergiojgrangeiro@gmail.com      netoiuina@terra.com.br



**Wagner Cavalcante**  
15 99142-3730 | 11 97170-4414  
bmanoproducoes@gmail.com

Veja mais fotos: *facebook: Festa é com a gente*







# Concurso ★ ★ GAROTA ★ ★ COUNTRY

O Concurso Garota Country fez parte do evento 1º Jeito do Campo realizado no Ibiúna Clube de Campo na cidade de Ibiúna, no dia 11 de julho de 2015.

Este concurso foi idealizado pelas organizadoras do evento: Ideia Nova Comunicação e Sakura Viagens.

Participaram oito garotas, todas entre 14 e 25 anos, a maioria da cidade de Ibiúna. As candidatas deram um show de beleza, simpatia e produção. Estes foram os quesitos avaliados pelos jurados que definiram as três primeiras colocadas.

O júri, composto por *Ricardo Rodrigues - booker da Limits Agency Model*, *Regiane Ferreira - proprietária da loja Selaria do Preto*, e *Edilene Niebuhr - proprietária da Revista Mais Ibiúna*; deram notas de 0 a 5 e o resultado da apuração mostrou uma diferença mínima entre as candidatas, demonstrando a dificuldade dos jurados em escolher a primeira colocada entre tantas belas garotas.



Ricardo Rodrigues, booker da Limits Agency Model, com as candidatas ao Concurso Garota Country

As jovens encantaram ainda mais o público quando subiram no palco e dançaram lado a lado em coreografia com a cantora Josy Moraes.

## Premiação

**1º lugar – Denise Gabriel Vieira, 20 anos**  
**RAINHA GAROTA COUNTRY**

**Prêmio:** 01 book fotográfico da Limits Agency Model, incluso produção (maquiagem e cabelo), 36 clicks, 08 ampliações 24 x 30cm , 01 pasta book profissional; 01 limpeza de pele ouro da LA BELLA; 01 óculos de sol da Óptica da Sú

**2º lugar – Nathália Godinho Dias, 17 anos**  
**1ª PRINCESA GAROTA COUNTRY**

**Prêmio:** Blusa, Chapéu e cinto da loja Selaria do Preto; Corte/hidratação/ escova do Estevão Beauty; 01 óculos de sol da Óptica da Sú

**3º lugar – Amanda Tanzillo Gomes Nogueira, 16 anos - 2ª PRINCESA GAROTA COUNTRY**

**Prêmio:** Corte/hidratação/limpeza de pele da Mariah Cabelo e Estética; 01 óculos de sol da Óptica da Sú



Natália Caroline C. Machado,  
15 anos



Thays dos Santos,  
22 anos



Claudia Caroline S. Barbosa,  
20 anos



Giovanna Tisêo de Campos,  
14 anos



Denise Gabriel Vieira,  
20 anos



Nathália Godinho Dias,  
17 anos



Amanda Tanzillo Gomes Nogueira,  
16 anos



Larissa Almeida Vieira,  
14 anos





# Ilustradoras

Agora é a vez delas!



Elas são ilustradoras talentosas e cheias de criatividade, usam o desenho para expressar seus sentimentos. Fazem parte de uma geração de garotas que estão cada vez mais ligadas no movimento cultural, artístico e jovem, que tem crescido a cada dia na nossa cidade. A mulher absorve e sente o mundo à sua volta de uma maneira diferente, e talvez, mais intensa e delicada do que os homens.

O que podemos ver nas obras a seguir dessas meninas é que, o desenho colorido ou preto e branco pode levar a um encontro com nós mesmos.

*Todas elas, seja por hobby ou por trabalho, estão formando o maior grupo de desenhistas femininas que nossa cidade já teve.*



*Elas desenham muito e falam um pouco sobre a importância do desenho em suas vidas.*



### Maiara Rigon - 14 anos

O desenho entrou na minha vida quando eu comecei a ver os desenhos do meu pai. Não me lembro exatamente quando comecei a desenhar mas, de repente, eu já estava desenhando. Até então, antes de fazer o curso tudo o que eu tinha de recurso era um lápis, borracha e um sulfite. Por influência de amigos e família decidi me aprofundar mais, então, descobri novos estilos e técnicas e dentre eles tenho mais admiração pelo retrato, que estou aprendendo atualmente.

### Layane Nishiyama - 18 anos

Desenho desde criança, isso me ajudou a ser a pessoa que sou. Hoje vivo do desenho e não tenho uma técnica preferida, pois, adoro aprender técnicas novas porque sei que vão me ajudar a evoluir. Mas acho que prefiro técnicas que envolvam cores, que dão mais vida ao desenho e os deixam bem mais bonitos.



### Gabriela de Fátima - 14 anos

Eu comecei gostar de desenhar aos 8 anos, fazendo personagens de desenhos animados e depois de um tempo participei de uma oficina de desenho. Então, entrei no curso para aperfeiçoar meu traço e aprender novas técnicas, inclusive o realismo, o meu preferido. Para mim, desenhar é um passatempo, uma maneira de descontrair.

### Laís Rovani - 18 anos

O desenho é para mim uma das fontes de inspiração, forma de descontrair e ocupar a mente. O desenho me completa em todas as formas, e posso colocar no papel boa parte de mim e o que eu não poderia demonstrar abertamente em forma de sentimento. Adoro cartum e todas as técnicas "líquidas", como aguadas com nanquim, aquarela e café.



## Giovanna Ariel - 18 anos

O desenho é como uma terapia, quando foco em um lápis e papel me desconecto de tudo e fico mais calma. Meu estilo favorito é o Realismo.



## Maria Izabelle - 14 anos

Sempre fui apaixonada por desenhos. Quando soube que estava tendo um curso na cidade resolvi me inscrever para aprimorar meus conhecimentos e estou gostando muito. Hoje, dentre os estilos que aprendi, o que mais gosto de fazer é o retrato, ele me deixa mais inspirada pela forma que o desenho vai ganhando vida.



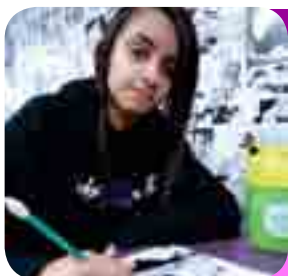
## Jessica Oliveira - 13 anos

Comecei a desenhar aos 4 anos, adorava colorir os livros de pintar que ganhava da minha mãe. Com o passar tempo passei a desenhar objetos que via nos livros, tentava até conseguir, depois passei a desenhar animais. Conheci o curso através de um amigo que já fazia aula, aprendi várias técnicas mas a que eu mais gosto é o lápis de cor. No futuro eu pretendo usar o desenho como profissão.



## Paula Cari - 13 anos

O desenho sempre se fez presente em minha vida, já que meus pais são tatuadores e adoram arte. Mas realmente me apaixonei quando conheci os animes Sakura Card Captors, Bleach e Yuyu Hakusho. Então comecei a desenhar todo o tipo de mangá que é meu estilo preferido. Eu já grafiti muros e fiz algumas tatuagens e pretendo ser tatuadora, mas por enquanto tenho que treinar para melhorar cada dia mais o meu traço.



## Larissa Pinheiro - 13 anos

Eu sempre gostei de desenhar e às vezes é o que me acalma. Amo desenhar cartum e caricatura e pintar com aquarela, estilos que estou me aperfeiçoando atualmente. Pretendo me aperfeiçoar ao máximo com os meus desenhos.



## Giovana Nakamura - 14 anos

Comecei a desenhar aos seis anos, quem me fez se interessar pelo desenho foi meu primo Naoto. Iniciei o curso para me aperfeiçoar e lá conheci alguns estilos como caricatura, retrato e mangá. Também conheci a técnica de pintar com café, minha preferida, uso para pintar os desenhos que faço.



# Portfólio



Giovanna Ariel



Layane Nishiyama



Larissa Pinheiro



Maiara Rigon



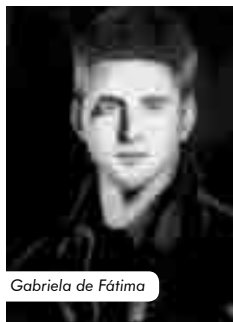
Laís Rovani



Jessica Oliveira



Giovana Nakamura



Gabriela de Fátima



Maria Izabelle



Desenhista, cartunista e designer Gráfico. Especialista em Caricatura, retrato e mangá. Formado em Artes Visuais pela Estácio Uniradial.

Curso de Desenho Magno Solari | Cel: (15) 99606-9651 E-mail: magnosolari@yahoo.com.br

**Supermercado**  
**IBIUNA**  
Você merece o melhor!

**O Melhor atendimento da região!**

Latínios - Frios  
Congelados - Mercearia  
Açougue - Peixaria  
Padaria e Rotisseria

Rua José Juni, 75 - Tel.: (15) 3248-9880





## Emoção em foco

*Jéssica Ramos há três anos registra o desenvolvimento do bebê de várias famílias, retratando cada momento, esta é sua especialidade e preferência profissional.*

Investe em equipamentos para captar com perfeição os mínimos detalhes e adquire acessórios para produzir seus pequenos “modelos”.

Hoje a fotógrafa pode optar em segmentar seus clientes, pois são mais de 30 crianças que ela acompanha desde a gravidez. **“Faço com muito carinho e sinto o mesmo dos pais e principalmente da criança”**, revela Jéssica, tratada muitas vezes como se fosse membro da família.



Fazer ensaios fotográficos de bebês é muita responsabilidade. O profissional deve saber as limitações da idade para não por em risco a segurança e saúde da criança. **“Se estou gripada, prefiro adiar a sessão de fotos. Também não forço um bebê de poucos meses, por exemplo, a sentar. Cada fase tem seu encanto e devemos respeitá-la”**.

Toda criança pequena reage a estímulos. Jéssica tem a prática de como obter espontaneamente um sorriso, um gesto, uma gracinha. Sua paciência e interatividade com o bebê reflete nas fotos, por isso ela é uma das mais procuradas, passando a ser indicada pelos parentes e acaba virando “a fotógrafa da família”. ■★

jessicaramos  
fotografia

Cel 15 99798-7175

 facebook Jéssica Ramos fotografia

# ÓTICAS OFFICER

*Sua visão sempre em 1º lugar!!!*

Ibiúna - Rua Pinhaçu Soares, 41 - Centro - 15 3241-1432  
 Piedade - Rua Cônego José Rodrigues, 70 - Centro - 15 3344-2623  
 São Roque - Rua Rui Barbosa, 318 - Centro - 11 4712-5469  
 R. Prof. Germano Negrão, 100 Ina 87 - Shopping Center - 11 4284-2788



*Agora em Itiúna*

## JC Marcenaria

*Sob medida para você*

Móveis residenciais, escritórios,  
lojas, clínicas, etc.  
Fazemos projetos e orçamentos  
sem compromisso

15 3294-2065 Rod. Bunjiro Nakao, km 61,5 - Ibiúna/SP  
 35\*20\*90885 jcmarcenaria2011@hotmail.com  
 15 97401-4055 jcmarcenaria.net.br

## Stock Car Auto Center

Pinças - Rodas - Alinhamento - Balançamento  
 Escapamento - Freios - Suspensão - Amortecedores  
**EVITE MULTAS, EXTINTOR ABC COM  
 PREÇOS PROMOCIONAIS**

15 3248-3683 / 3249-3885  
 Nextel: ID 89\*87606  
 Av. Marta La Farina Milioni, 347 - Centro - Ibiúna/SP

## DEPÓSITO 61

MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

Área: Pedra, Ferro,  
Tijolo, Cimento, Blocos,  
Tubo, Fiação, Hidráulica

Entrega Imediata  
 Frete gratuito na região  
 Melhores preços da região

siqueira.fil@hotmail.com  
 15 3249-1197

Rod. Bunjiro Nakao, km 61 - Ibiúna/SP



**Consertos de Máquinas  
em Geral**



Compressor, Schultz, Pressure e Chiaperini

(15) 3248-3175 / 99614-2448 / (11) 97505-0849  
 Av. Ver. João Benedito de Melo Jr, 77 (próximo ao comércio)  
 Centro - Ibiúna/SP

## ARTPRINT

COMUNICAÇÃO E PROJETOS

- Letra Caixa • Banner • Adesivo
- Fachadas e Painéis de ACM
- Envelopamento de Veículos
- Decoração de Ambientes
- Recorte Eletrônico
- Criação de Logotipo
- Impressão Digital
- Cartão de Visita
- Luminoso
- Parfleto

R. Fortunato A. de Camargo, 59 - Centro  
 Ibiúna - SP - Cep. 18.150-000  
**(15) 3241-5844**





# Moda nos "States",

Natália Fortunato

*Estou aqui nos EUA fazendo uma trip bem legal, pegando parte da famosa rota 66 e parte da costa Oeste americana, também passando pelo deserto, Arizona, Vegas e Bass Lake.*

*Estar aqui é incrível!* Conhecer lugares novos e viver uma cultura diferente é encantador. Tudo parece um cenário como nos filmes, as ruas, as cidades, as pessoas.



*As pessoas são muito gentis,* trabalham com o sorriso no rosto, respeitam o seu país e as leis. Pude perceber que valorizam a boa educação e consciência de viver em sociedade. Assim caminha um país de sucesso! Nos EUA o verão é muito quente. Já peguei temperatura de 41°C, o ar é seco e quase nunca chove.

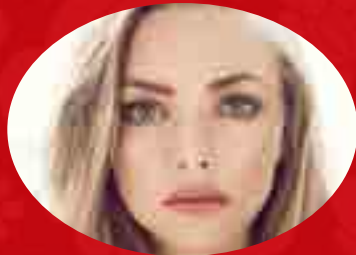


*Com esse clima,* a moda se baseia em roupas leves, confortáveis e curtas. Sim, apesar dos biquínis americanos maiores do que os nossos, eu fiquei impressionada com o comprimento dos shorts, são extremamente curtos e geralmente de cintura alta, que modela o corpo e alonga as pernas, dando a impressão de mais altura. Junto com o shorts, cropeds e camisetas de malha são muito comuns. Prevalece o conforto, usam rasteirinhas ou tênis. *As americanas são muito estilosas e sempre estão com algum item customizado ou super diferente para compor o look.*

*Não há um julgamento* do que é "bonito ou feio", elas usam o que gostam e sentem bem. Se der na telha de sair pelas ruas de mulher maravilha, elas vão (eu já vi algumas) e por que não?! Principalmente em Los Angeles, percebi que não há aquela olhada de canto de olho pela pessoa não estar nos "padrões da sociedade". *As pessoas acham divertido, elogiam e pedem para tirar fotos.*



**Na maquiagem,** o efeito "naturalmente linda". Geralmente a pele uniformizada com base ou bb cream, um pouco de blush rosado nas maçãs do rosto



e máscara para cílios. Esse estilo de maquiagem é ideal em climas quentes, pois não precisa aplicar muitos produtos e mesmo assim podemos dar textura e acabamento para realçar a beleza natural. Elas usam e abusam de unhas postiças de vários formatos e cores, aplicadas abaixo da cutícula, não rente a ela como no Brasil. Eu também entrei na onda. As unhas não lascam, ficam sempre lindas e tem duração de até 15 dias. É uma maravilha.

*Inscreva-se no meu canal no YouTube e acompanhe os vídeos*  
YOUTUBE/NATÁLIA FORTUNATO





**MATRÍCULAS  
ABERTAS**

Vem curtir



**Aproveite e conheça o  
Aroma da Roca. Conveniência  
dentro do Posto Folena.**

*Reservas obrigatórias. Salvo em dias de  
férias e feriados. www.posto1.com.br*

**Rod. Tancredo Neves, 402 - Capim Azedo  
Tel. (15) 3248 2692 | 9 9643 1859**

*(Coma também no barbeque da sua feirinha  
paga-se sua marmita no prato)*

*Churrasco aos fins de semana e pizza toda noite.  
AGORA DE DOMINGO A DOMINGO.*

 [www.facebook.com/aroma.roca](http://www.facebook.com/aroma.roca)

**ABERTO TODOS OS DIAS, DAS 8:30 AS 23h**

**NOVA UNIDADE  
Escola Oficial Santos F.C**  
**(15) 3021 6688 | (15) 3389 1005**

**escoladosantos@hotmail.com**



*Atende em  
Araraquã, Itaipava e São Carlos*



Corte - Escova  
Coloração - Terapi Hair  
Plástica Capilar - Progressiva  
Selama - Luzes  
Hidratação à Luz Pulsada  
Penteados  
Manicure e Pedicure  
Dia da Noiva  
Madrinhas  
Formandas  
Debutantes  
Estética

*Instituto de Beleza  
Anna e Equipe*

**Aqui sua Beleza é nosso Objetivo  
Atendemos com hora marcada**



**Anna Cristina / (15) 3248-1290 / (15) 99733-3433 / Rua Pinduca Soares, 176 - Centro - Ibiúna/SP**



**Camila Gabriela**  
PILATES E FISIOTERAPIA  
ACUPUNTURA

**Há 2 anos no cidade**

**15 3248-1247 / 15 99653-9067 (VIVO)**

*Rua Teófilo Soares, 402 - Sala 3 - Centro - Ibiúna/SP*



**DIANA**  
AMBIENTES PLANEJADOS

**Ambientes  
que sua casa  
vai adorar!**



**15 3248-4026**

**Rod. Burjirô Nakao, km 68,5 - Ibiúna/SP**

**MATRÍCULAS  
ABERTAS  
2º Semestre  
2015**

**Berçário  
Educação Infantil  
Ensino Fundamental  
Ensino Médio**



**COLÉGIO  
DOM  
BOSCO**  
IBIÚNA

SISTEMA UNIVERSITÁRIO

**UniVersitário**

*com mais, mais e diferente*

**UNIP**  
*UNIVERSIDADE INTEGRADA*

**(15) 3241-2001 / (15) 3248-1355**





# 19ª Sakura Matsuri: Festival das Cerejeiras Bunkyo

Texto e fotos: Andreza Jasmine

*O Festival das Cerejeiras, um evento de beleza natural realizado duas vezes por ano no Centro Esportivo Kokushikan Daigaku em São Roque.*

O Festival atraiu grande público, mesmo com chuva, no final de semana de 4 e 5 de julho, acompanhados pelo Bunkyo em conjunto com as entidades nipo-brasileiras da região.

O evento faz parte do calendário oficial da Estância Turística de São Roque que também integra comemorações dos 120 Anos de Amizade Brasil-Japão e os 60 anos de fundação do Bunkyo.

Além da grande atração, que incluiu cerca de 400 pés de cerejeiras floridos com três variedades (Okinawa - rosa forte, Himalaia - flores miúdas em rosa claro e Yukiwari - rosa claro), a programação



Foto: Divulgação



cultural do 19º Sakura Matsuri ofereceu diversas oficinas gratuitas, concurso de fotografia, shows artísticos como música, dança, taikô, artes marciais e muitas outras atrações.

A Praça de Alimentação surpreendeu a todos pela diversidade de receitas típicas de vários países como a gastronomia japonesa, alemã/austríaca, brasileira, italiana e portuguesa.

# Desafios

## Desafio 1 - Pensamento combinatório

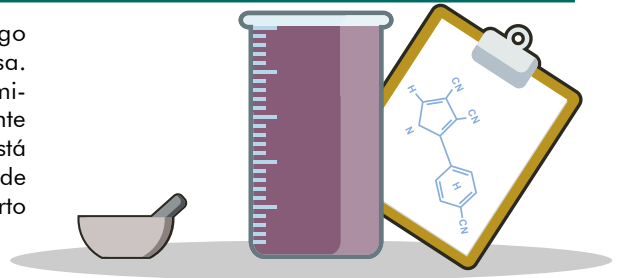
Colaboração: Erileide M S S Antunes

Três mulheres que não sabem nadar querem atravessar um rio. O barco que possuem suporta, no máximo, 150 quilos. Elas pesam 50, 75, e 120 quilos. Qual é a melhor maneira para atravessarem o rio sem afundar o barco, fazendo o número mínimo de viagens?



## Desafio 2 - Pensamento dedutivo

Um cientista pesquisa certa espécie de fungo que se reproduz a uma velocidade espantosa. O número de fungo duplica de minuto em minuto dentro de um tubo de ensaio. Exatamente uma hora depois do início da cultura, o tubo está cheio. Quanto tempo decorreu até que a metade do tubo estivesse ocupada? E até que um quarto estivesse ocupado?



## Resoluções: Edição 33

### Desafio 1 - Regularidade numérica

O número que está faltando é 100, pois em cada círculo a parte vermelha é a média aritmética do verde e azul ( $1+3 = 4$ ,  $4:2 = 2$ ), ( $4+6 = 10$ ,  $10:2 = 5$ ), então  $55 \times 2 = 110$  e  $110 - 10 = 100$ .

### Errata - Desafio 1 - Edição 33



### Desafio 2 - Tudo depende do ponto de vista....

O melhor é o relógio que não funciona, pois duas vezes por dia ele marcará a hora certa. Enquanto o outro levará 60 dias para atrasar uma hora, 360 dias para 6 horas, então 12 horas ou 720 minutos, ou aproximadamente dois anos, para tornar a marcar a hora certa.

### Caça Palavras edição 33

A	M	I	G	O	R	B	O	E	R	O	N	N	E
U	R	U	G	G	A	R	U	E	R	S	D	O	
L	L	A	S	I	A	S	A	L	A	S	A	R	N
N	O	N	R	S	O	S	D	R	E	V			
J	E	S	B	O	L	O	S	I	C	A	S	I	
P	R	B	H	C	I	A	N	L	O	A	V		
D	E	L	F	E	C	I	A	I	H	U	A	R	
F	U	R	E	M	F	E	G	U	M	U			
J	C	A	R	T	U	P	R	E	U	R	T	I	N
O	P	H	C	A	R	T	A	S	G	I			
U	N	I	N	R	A	M	U	R	E	V	I	S	A
B	R	A	R	G	E	N	T	I	N	A	S	E	O
U	N	I	B	I	U	N	H	O	M	E	M	N	I



# LEÃO

22 de julho a 22 de agosto

*Conselhos de Lolita Del Monterrey*

*Antigamente, as dores se resolviam com chás, de tudo quanto é coisa. Hoje, drogas pra tudo quanto é dor. Antes, almoço com a família, pelo menos aos domingos; hoje pelo menos no Natal. Antes se matava a galinha, depenava...preparava; hoje do celular, liga pro delivery e pede frango assado, frito, empanado. Tá entendendo? Dava mais trabalho, mas era a família unida, a vó fazia o chá, as tias preparavam o almoço em família, correria pra pegar a melhor galinha. Diversão garantida, e agora individualidade total. Toma um comprimido, pede comida pronta senta no sofá e só.*

**AMOR.** Separação nem sempre é pesadelo, muitas vezes é libertação, renovação, dói do mesmo jeito, mas abre portas para um novo amor, que pode ser mais maduro, melhor, diferente com certeza. A dor passa, diminui a solidão, as amizades voltam. O mundo se descortina, nebuloso no início e fascinante no decorrer do tempo. Quem nunca chorou por amor, não viveu, sobreviveu?!

**DINHEIRO:** Anda contando moedas né, quem não faz isso? A simples e única solução para muitos é o dinheiro, o sonho é ganhar na loteria, mas será que estaria maduro o suficiente para isso? Melhor saber onde investir, liste as prioridades, os impostos levam metade. Já dívida com o governo, o que sobrar, mesmo que seja pouco, faça uso com consciência. Não esbanje, mas não precisa ser sovina. Viu, eu sabia que você era pão duro!

**SAÚDE:** Onde é que já se viu dormir na sala com a tv ligada? Faz mal, o sofá é duro, o pescoço fica torto, aparelhos ligados interferem no sono. Ah, tá!!! Só porque você quer. Tem que dormir na cama? Quarto escuro em silêncio? Nada disso, pegou no sono, não mexa comigo, me deixe aonde eu estiver, se o sono veio, é porque o organismo desabou de cansaço. E é ele quem comanda, não deite se não estiver com sono; ah, daí a insônia vem, e judia viu! Vai passar o dia seguinte com olho de coruja, dorme onde se sentir bem, teu corpo é o templo que carrega e recarrega as energias durante o sono, seja ele onde for. Caramba, tv tem timer, esqueci ligada...!



**Gala**  
Exibição e Lançamento

Buffets abertas  
Lanches • Pastéis  
Tapiocas • Pastelada

**DISK ENTREGA**  
em toda a Região  
a partir de R\$ 100

Rua Cel. Delatorre Barros da Pretina, 800  
Vilares da Igreja Velha - Centro - Itaboraí/SP

(15) 3248-3128  
(15) 99715-3764

**ESSENCIAL**  
ARQUITETURA E DECORAÇÃO

Arqtª Rosana Pedroso

Tel: 15 3249 2656  
essencial@essencialdecor.arq.br  
www.essencialdecor.arq.br

**Wedding Cakes**  
Cupcakes

(15) 99821-2580

**HERMANN SAYRE**  
MONITORAMENTO 24H DE ALARME  
PROTEÇÃO PERIMETRAL E IMAGENS  
COORDENADOR RESISINDIA COMERCIO HABILITADO

(15) 3248-1010 • 011 3700-9403

**Oficina Madeira & Arte**  
FABRIL CARPENTARIA

MARcenARIA e CARPENTARIA

IBIUNA-SP  
Respeitamos a Madeira Natural  
Prezamos pelo meio-ambiente

(15) 9 9228-2993  
(15) 9 9113-4533  
(15) 99922248

**CHAFARIZ**  
Lava Rápido  
Aguinaldo  
Roberto

Operador 2007

(15) 3248-2799

Rua Ezequiel Soares, 30 (ant. João da Silva)  
Centro - Itaboraí/SP

**Lupa dos Olhos**

Óculos de sol e com grau  
Armadilhas e malinhas / Importados  
Montagem e Reparos  
Lentes • Solbrilios • Alérgicas

Rua Princesa Leopoldina, 98 (15) 3241-8821  
Município: R. José Carlos, 338 (15) 4715-3335

**Isanete**  
Modista e Costureira

(15) 3241-8537  
Rua Zéco Soares, 81  
Centro - Itaboraí/SP

**To-Fu**  
Aulas de Contrabaixo

15 99600-8059  
To-Fu baixista

AGÊNCIA DE VIAGENS  
**Sakura**  
Viagens

(15) 3248-2897  
(15) 99706-5252

R. Princesa Leopoldina, 333 (ant. Leopoldina) - Centro - Itaboraí/SP  
@sakura\_viagens | facebook.com/sakuraviagens

**Show - Sôni - Palco**  
with with with with with

Já Presença - Itaboraí/SP

(15) 9 9660 0100 / 9 9130 0308

**Óptica do Sá**  
Sua visão é nossa preocupação

Traga seu PAI e GANHE até 25% de desconto no mês de Agosto

suopticas@hotmail.com | facebook.com/opticadasauibiana

Itaboraí: R. Dr. Samuel Helvécio da Silva, 117 15 3348-6136 / 99809-7813  
Bragança Paulista: Av. São João, 2234 15 3236-6489 / 99835-6481

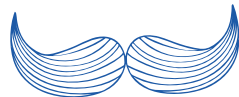
**CARTÃO CLIENTE & AMIGO**  
Adquira seu

CLASSIFICADOS PRODUTOS E SERVIÇOS



## Caça Palavras

## DIA DOS PAIS



## Meu Velho Pai - (Carmem Silva)

P	A	I	G	O	B	O	O	A	T	O	N	I	U
J	E	S	U	S	D	R	D	C	U	I	D	A	U
O	R	I	S	A	A	A	A	D	O	R	A	D	O
A	O	N	S	R	O	O	L	S	O	D	B	O	U
O	E	N	B	C	I	A	O	H	I	C	L	A	U
P	A	B	N	N	I	I	N	N	D	U	C	A	U
C	E	E	O	C	R	I	A	R	A	N	U	O	C
F	B	T	E	E	Z	M	F	P	A	G	D	M	O
A	N	C	U	I	D	A	R	R	U	I	I	I	R
A	I	P	A	H	E	C	B	R	R	A	S	G	A
U	N	P	N	O	E	M	U	E	E	L	O	U	C
B	A	A	R	G	E	N	U	I	V	A	N	E	A
P	N	I	B	L	U	Q	P	E	D	R	O	L	O

Meu velho **PAI** preste atenção no que eu lhe digo  
 Meu pobre papai **QUERIDO**  
 Enxugue as lágrimas do rosto  
 Porque, papai, que você chora tão sozinho  
 Me conta, meu papaizinho o que lhe causa desgosto.

Estou notando que você está **CANSADO**  
 Meu pobre velho **ADORADO**, sua filha está falando  
 Quero saber qual é a tristeza que existe  
 Não quero ver você triste, por que é que esta chorando?

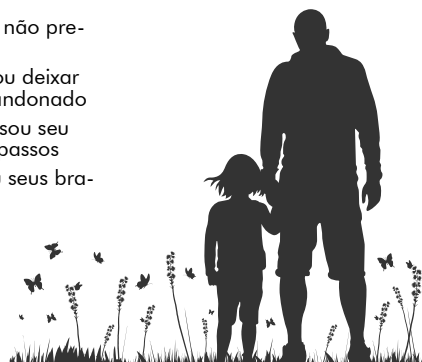
Quando lhe vejo tão tristonho desse jeito  
 Sinto estremecer meu peito, ao pulsar meu **CORAÇÃO**  
 Meu pobre pai você sofreu pra me **CRIAR**  
 Agora eu vou lhe **CUIDAR**, esta é a minha obrigação.

Não tenha medo meu velhinho adorado  
 Estarei sempre ao seu lado, não lhe deixarei jamais  
 Eu sou o sangue do seu sangue **PAPAIZINHO**  
 Não vou lhe deixar sozinho, não tenha medo meu pai.

Você sofreu quando eu era ainda criança  
 Não me sai mais da **LEMBRANÇA** seu carinho e seus cuidados  
 Eu fiquei grande estou seguindo meu caminho  
 E você ficou velhinho, mas estou sempre ao seu lado

Meu pobre pai seus passos longos silenciaram  
 Seus cabelos branquearam, seu olhar escureceu  
 A sua voz quase que nem se ouve mais  
 Não tenha medo meu pai, quem cuida de você sou eu.

Meu papaizinho, não precisa mais chorar  
 Saiba que não vou deixar você sozinho abandonado  
 Eu sou seu guia, sou seu tempo, sou seus passos  
 Sou sua luz e sou seus braços, sou sua filha  
**ABENÇOADA**





ÓTICA  
UNIMED SÃO ROQUE

Sair da rotina e  
curtir o passeio.  
**#esseéoplano**

ANS nº 318388

APROVEITE CADA MOMENTO  
COM SEUS FILHOS SEMPRE.  
FELIZ DIA DOS PAIS.

**Unimed**   
São Roque

[f/unimedsaoroque](https://www.facebook.com/unimedsaoroque) | [www.unimedsaoroque.com.br](http://www.unimedsaoroque.com.br)



- Profissionais
- Serviços
- Decoração



**mais** Ibiúna<sup>®</sup>  
Casa e Decoração 

Divulgue nos principais condomínios da cidade.  
[vendas@maisibiuna.com.br](mailto:vendas@maisibiuna.com.br)