

J O R N A L

omlatilde

E M R E V I S T A

CIRCULA NO JORNAL O DEMOCRATA



VENDA AVULSA: R\$ 4,25



É Natal!

Natal é o nascimento de Cristo:
É amor, alegria, presentes,
roupas novas, guloseimas,
festas...

8

Music Place PizzaBar

de cara **nova**
mas
com o mesmo **sabor!**



Natal

25/12 a 00:30h

DUPLA FACE

e Dj's convidados

Ano Novo

01/01 a 00:30h

ROCK EXPRESS

e Dj's convidados

CONVITES
Antecipados
Garanta já o seu!

Confira a programação atualizada em
www.V8musicplace.blogspot.com

DELIVERY

4712-1826 / 4712-7758

AV.ANTONINO DIAS BASTOS,699 CENTRO-SÃO ROQUE/SP

*Desejamos a todos
Feliz Natal!*



farmativa
tradição em manipulação



*A primeira Farmácia de Manipulação de São Roque onde a satisfação
e o respeito ao cliente vêm em primeiro lugar!*

MANIPULAÇÃO DE MEDICAMENTOS, COSMÉTICOS E FLORAIS

UNIDADE SÃO ROQUE:

Av. Tiradentes, 331 Centro

Tel.: (11) 4712-3886 / ID: 55*11*80621

NOVA UNIDADE EM IBIÚNA:

R. Pinduca Soares, 265 - Centro

Tel: (15) 3248-1608 / ID: 55*11*80622

www.farmativa.net

FACILIDADE DE PAGAMENTO - ATENDIMENTO PERSONALIZADO - DISK-ENTREGA



R. Enrico Dell'Acqua, 251
Centro - São Roque
Tel.: (11) 4784-1519

Se existe amor e caridade existe Natal

Antigamente as mensagens de Natal pareciam ser mais humana, mais interior, mais do coração e nos passava aquele clima de paz e amor. Lembro-me, com muita nitidez, das livrarias, papelarias e lojas vendendo cartões de mensagens de Natal.

Era um sufoco comprar esses cartões, depois enviá-los pelo correio era outra aventura, uma loucura, mas lá estava todo mundo na fila, sorrindo. Cada ser humano tem sua própria recordação da infância, dos presentes e dos velhos natais.

Tudo muda - nada fica estagnado no tempo - e os natais agora são totalmente tecnológicos, a Internet mudou os conceitos de fazer e mandar cartões de Natal, hoje eles são virtuais e aparecem nos e-mails e fazem a festa nos sites de relacionamentos!

O mundo está globalizado; fala-se com o outro lado dele em segundos. As pessoas não saem tanto, ficam em casa curtindo as redes sociais. Até as compras de final de ano estão se rendendo a Internet e a febre agora são os sites de compras coletivas.

Se existe amor e caridade existe Natal... É época de reflexão, de sorrir, cantar, presentear, de ver Papais Noéis nas praças, lojas e Shoppings. Não importa se a coca-cola vestiu ou não o Papai Noel de vermelho e branco, ele é o espírito do Natal.

É atribuída à coca-cola a roupa vermelha e branca do Papai Noel,

mas está comprovado que o responsável por essa roupagem é o cartunista alemão Thomas Nast, na revista Harper's Weeklys, em 1886. A coca-cola emprestou essa imagem e teve sucesso!

Até então Papai Noel era representado com roupas de inverno, na cor verde com detalhes prateados ou brancos, típico dos lenhadores. Em 1931 a coca-cola realizou uma grande campanha publicitária vestindo Papai Noel ao mesmo modo de Nast.

As cores vermelha e branca foi bastante conveniente para a coca-cola, já que estas são as cores de seu rótulo. A campanha destinada a promover o consumo no inverno foi sucesso. E a nova imagem de Papai Noel espalhou-se pelo mundo.

A empresa contribuiu para difundir e padronizar a imagem atual do bom velhinho, mas não é responsável por tê-la criado. Esse é o mito da coca-cola! No inverno de 1931a campanha publicitária da bebida, com o Papai Noel, ganhou o mundo!

O Natal não é nem da coca-cola e nem do bom velhinho, é de nosso irmão

Maior. Durante a correria com as festas e a compra dos presentes, tente dar uma parada e ver o Natal, ele é uma homenagem ao menino Jesus...

Era comum montar um Presépio em casa, muitos de nós já fizemos e muitos ainda fazem. Natal é alegria, presente, roupas novas, guloseimas, festas... Mas olhe para uma festa maior, a festa do nascimento de Cristo em nossos corações. ▲



EXPEDIENTE

Direção Geral e Redação

Mario Sanches Matilde (Omatilde)
MTB nº. 38328 - DRT nº. 23528

Assessor Jurídico

Dr. Jorge Rabelo de Moraes
OAB/SP: 57.753 / OAB/AM: 263

Desenvolvimento e Diagramação

Teaser Comunicação Integrada
www.agenciasteaser.com.br

Jornalista Responsável

Mário Barroso
MTB nº 47.431/SP

Tiragem: 5.500 Exemplares

Distribuição: Jornal O Democrata

Apoio

Foto Studio São Roque
Tel.: (11) 4712-5784

Colaboradores: Priscila Carla Boccato, Alexandre Vaz Olimpio (China), Gisele M. Guarnieri de Oliveira Marques.

Publicado por: Foto Studio São Roque Ltda. - Mídias - CNPJ: 56.553.134/0001-94. Todos os direitos dos artigos publicados neste veículo são reservados. Proibida a reprodução parcial ou total por qualquer meio de comunicação, sem autorização prévia por escrito da direção. Os artigos e anúncios são de inteira responsabilidade de seus autores e anunciantes. Contato: (11) 4784-5305 / 8251-4105 - c.omatilde@uol.com.br.



Com o tema "Sorriso de Criança" a Revista Omatilde nº 7, circula no jornal O Democrata em 07/10/11. Veja esta e as outras Edições online no site www.omatilde.com.br

Natal representa o nascimento de Cristo em nossos corações!

Natal é alegria, presente, roupas novas, guloseimas, festas... Espero que o seu olhar esteja voltado para uma festa maior, o nascimento de Cristo em nossos corações.

Natal é um momento doce e cheio de significado. É tempo de repensar valores, de ponderar sobre a vida e tudo que a cerca. É momento de deixar nascer à criança cheia de esperança que mora dentro de nossos corações.

É hora de deixar o espírito natalino nos envolver e entender o que nos ensinou Jesus; que o ser humano vale por aquilo que é e faz, e nunca por aquilo que possui.



Desejamos a todos um Natal iluminado, cheio de esperança e saúde. Vamos viver cada momento de nossa vida como se fosse Natal; com mais esperança e amor!

Aproveite o espírito do Natal e crie em sua tela mental um mundo melhor pra você e sua família. Para um mundo melhor devemos começar melhorando nós mesmos. ▲

Natal comercial tem o Papai Noel como seu representante!



Papai Noel Verde



Papai Noel Thomas Nast



Papai Noel Vermelho

Papai Noel está presente na vida das crianças, principalmente durante as festas natalinas. É o bom velhinho de barbas brancas e roupa vermelha que, na véspera do Natal, traz presentes para as crianças. Ele habita o Polo Norte e, com seu trenó, puxado por renas, traz a alegria e os presentes. Natal sem Papai Noel não é Natal.

A figura do bom velhinho foi inspirada no bispo chamado Nicolau, que nasceu na Turquia em 280 d.C. O bispo, homem de bom coração, costumava ajudar as pessoas pobres, deixando saquinhos com moedas próximas

às chaminés das casas. Foi transformado em santo (São Nicolau) após vários milagres atribuídos a ele.

Associar São Nicolau ao Natal começou na Alemanha e espalhou-se pelo mundo. Nos Estados Unidos ele é Santa Claus, no Brasil é Papai Noel e em Portugal é Pai Natal. Até o final do século XIX, o Papai Noel era representado com uma roupa de inverno na cor marrom ou verde escura, era magro e se parecia com um lenhador.

Em 1886, o cartunista alemão Thomas Nast criou uma nova imagem para o bom velhinho. A

roupa nas cores vermelha e branca, com cinto preto, criada por Nast foi apresentada na revista Harper's Weekly, no mesmo ano.

Uma campanha publicitária da coca-cola, em 1931, mostrou Papai Noel com o figurino criado por Nast, que eram as cores do refrigerante e fez um grande sucesso no inverno daquele ano. Por isso o mito de que Papai Noel de roupa vermelha e branca, com cinto preto foi criado pela coca-cola. Ela contribuiu para difundir a imagem atual do bom velhinho pelo mundo todo, mas não o vestiu. ▲



Aesthetics
ESTÉTICA FACIAL E CORPORAL

By Lilyanne Townsend

Agora com a
equipe da Dra.
Laiz Belmonte.
Venha nos visitar no
Centro Médico
Paschoal Belmonte!

Tratamentos e
Procedimentos
Estéticos de
última geração
com resultado
garantido!

**AVALIAÇÃO
PERSONALIZADA
GRATUITA!**

OPERAÇÃO BIKINI 2012
Pacotes Promocionais
imperdíveis!

PARA FACE E CORPO:
Celulite, Estrias, Flacidez,
Gordura Localizada,
Rejuvenecimento, Acne
e Manchas.

Rua XV de Novembro, 79
Centro - São Roque
Tel.: (11) 4712-9433
ou 4712-7229

Câmara: 2011 com a presença de mais de 15 mil pessoas

Por: Rodrigo Garcia



Fotos: Adriana Martins/Rodrigo Garcia

Câmara Municipal de São Roque celebra um histórico ano de 2011, com os eventos realizados, sob a Presidência de Milton Brasil Cavalcante, o popular Tio Milton, contou com a presença de mais de 15 mil pessoas.

Se o ditado diz que a Câmara é a casa do povo, nada mais justo que o mesmo fazer parte deste processo, conhecendo, frequentando, vivenciando e usufruindo daquilo que é seu.

Coube ao Cerimonial da Câmara à missão de realizar atividades, eventos e acontecimentos, de forma gratuita para o são-roquense, cumprindo ao mesmo

tempo uma série de Leis esquecidas e, também, valorizando o trabalho dos vereadores e daqueles que colaboraram com a cidade.

Algo que emocionou a todos. A retomada do Projeto Vereador Mirim, fazendo com o que o jovem da cidade se interessasse e se integrasse com aquilo que ocorre na sua comunidade, representando na Câmara seu bairro e escola.

De janeiro a novembro deste ano, passaram pela Câmara, mais de 15 mil pessoas. Uma cidade que possui 80 mil habitantes, conseguir levar uma marca dessa de cidadãos a sede do seu legislativo,

é algo gratificante e histórico.

Foram oferecidos acontecimentos que narravam nossa história, que visavam levar mais aprendizado, cultura e informação para todos, além de justas homenagens para grupos que colaboram com o desenvolvimento local.

Aliados aos mais de 50 eventos realizados, tivemos novos mecanismos instalados, que facilitaram ainda mais aqueles que, por motivos de horário ou agenda, não podem vir a Câmara.

Foram implantados um novo Web Site, totalmente reformulado e com inúmeras ferramentas, e a TV Câmara, que mostra as Sessões ao

vivo, bem como exibe em programas o dia a dia do Legislativo, sempre primando pela transparência.

Recentemente, para fechar o pacote de novidades voltado única e exclusivamente para a população, foi lançado o projeto Cine Câmara, que visa levar a magia do cinema local e nacional de forma gratuita para todos.

Sem dúvidas podemos ver o quanto especial foi esse ano. E que o ano de 2012 seja ainda melhor, com outros milhares de pessoas visitando a Câmara e acompanhando suas ações. Parabéns a todos!



Fotos: Adriana Martins/Rodrigo Garcia



TROPÉUS SÃO ROQUE

Troféus, Medalhas Personalizadas e Fogos de Artíficos em Geral

"HÉLIO FOGUETEIRO"

Rod. Raposo Tavares, km 63,5 - nº 1.628
Jd. Marieta - São Roque/SP - Tel.: (11) 4712-8154
trofeu@trofeusaoroque.com.br - www.trofeusaoroque.com.br

MATERIAIS ELÉTRICOS
ANTENAS - FERRAGENS - FERRAMENTAS

**QUALIDADE E
PREÇOS IMBATÍVEIS!**

*Desejamos a todos os clientes e amigos
um Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*

Rua Rui Barbosa, 480, Centro - São Roque
Tel.: (11) 4784-7672 - 4712-8650
www.ligatudoonline.com.br

Óticas Morada do Sol, 7 anos de sucesso

Por: Mario Sanches Matilde - "Omatilde"



Close no interior da antiga Ótica Morada do Sol, Av. Tiradentes, 210. Local muito pequeno.

Alessandro Franco, Ótica Morada do Sol, profissional no ramo de óptica há 26 anos, começou na Ótica Veja, em 1986, com apenas 14 anos. Aprendeu montar óculos com o óptico Miguel Zucalá, conhecido por Dê.

Depois de cinco anos, em 1991, já conhecendo a profissão Alessandro foi trabalhar na Ótica Suíça, como montador óptico profissional e permaneceu nessa empresa, também, por mais quase cinco anos, até 1995.

Em janeiro de 1996, em sociedade com Jacira, montou a Ótica Nova Opção, dois anos depois, em 1998, desfez a sociedade. Em 2004 vendeu a Ótica Nova Opção e montou a Ótica Morada do Sol em Indaiatuba, com previsão de montar mais uma ótica, mas aqui em São Roque.

O que veio a se concretizar em 2005. Alessandro e sua esposa Tina, sempre ao seu lado, inauguraram a Ótica Morada do Sol em São Roque, em outubro de 2005, na Av. Tiradentes, 210. O

local, muito bem montado, em apenas 2 anos, ficou pequeno e houve necessidade de mudar.

O casal, Alê e Tina, em outubro de 2007 reinaugurou a Ótica em um amplo espaço, na mesma Avenida Tiradentes, mas no nº 196. Agora com mais espaço, mais funcionárias e mais produtos, aliados ao bom atendimento e preços imbatíveis, o casal conquistou novos clientes.

Hoje a Ótica Morada do Sol oferece a seus clientes descontos especiais, marcas renomadas em

armações solares e de receituários e, o direito a uma consulta (gratuita agendando horário) com uma médica oftalmologista, que atende uma vez por semana no seu consultório.

A Morada do Sol tem parceria com modernos laboratórios de lentes oftálmicas digitais e de montagem, por isso seus óculos são de alta tecnologia. O casal está sempre buscando novidades em ótica participando de feiras, por ex., da ABIOPTICA, maior feira de ópticas do Brasil.



Close da fachada atual da ampla Ótica Morada do Sol, na Avenida Tiradentes, 196.

Casa Nastri
Calçados

Natal do amor e da felicidade!

Aceitamos:
VISA MasterCard

Rua 7 de Setembro, 72, Centro - São Roque - Tel.: (11) 4712-2395

Especial
Casa & Cia.

Mensalmente, no O Democrata!

Anuncie: (11) 9728-2556 / 7898-0623 - comercial@especialcasaecia.com.br

Neste natal experimente todas as emoções, todas as alegrias, todos os sorrisos, todos os sonhos. E deixe-se levar pela magia!!

Feliz Natal e Feliz 2012

Pedras Velho Jerônimo

Rua São Paulo, nº 1.101 - Taboão - São Roque



PRESERVANDO
SEU PATRIMÔNIO
COM SEGURANÇA

Seguros em Geral!

Telefones: (11)
4712-5087
4712-5637

Av. Antonino Dias Bastos, 974
Sala 01 - Centro - S. Roque/SP
www.maltaenardelli.com.br

Omidade melhores momentos 08

31ª Mostra Moda Verão 2012

Sexta, 11/11/11, São Roque Clube 31ª Mostra Moda Verão 2012. Na Passarela lojas Evidência Baby, Essência Kids, Empório Fashion, Zarut Modas, Via Minas, Rogério e Scarlet.



S. R. CLUBE
31ª MOSTRA MODA



LOJA EVIDÊNCIA BABY



LOJA ESSÊNCIA KIDS



LOJA EMPÓRIO FASHION



LOJA ZARUT MODAS



LOJA ROGÉRIO CALÇADOS



LOJA VIA MINAS



LOJA SCARLET LINGERIE

PVT Teen Blackout, 13/11/11

Domingo 13/11 a Galerinha curtiu seu espaço no São Roque Clube, o PVT Teen Blackout foi sucesso. A vibe teve os DJ Cunha Jr - Special Guest, Rodrigo Morales e outros.



**PVT TEEN
BLACKOUT SRC**





Show com a banda Dupla Face V8 sexta, 18/11

Banda Dupla Face mostrou que o show que vão apresentar no Natal, dia 25 às 00h30, vai detonar a Galera do V8 Music Place, com muita Luz, Samba Rock, MPB e Pop. A irreverente banda com repertório variado, fez uma apresentação inusitada, sexta, 18/11.



Noite Tropical G.U.S. com a banda Pop Brasil

Sábado, 19 de novembro de 2011, no G.U.S. Grêmio União Sanroquense Noite Tropical 2011, um evento festivo já tradicional em São Roque e região, com slogan até a lua virar sol. Animação da banda Pop Brasil, coordenação da Atmosfera Mkt e Eventos.



NATAL E ANO NOVO MOMENTOS ESPECIAIS!



A OCASIÃO PEDE
MODA ÍNTIMA ESPECIAL



Ana Hickmann
MARCYNIPRAIA



CAPRICHÔ
MARCYNIPRAIA

Delicata
lingerie

Feminino - Masculino
Infantil
Tamanho Grande, do 50 ao 54!

Galeria Pontes
Av. João Pessoa, 44 - Sl. 02 e 03
Centro - São Roque/SP
Tel.: (11) 4712-3288
delicata.renata@hotmail.com

Coquetel Inauguração Camarim Cabeleireiros, 18/11



A partir de sexta, 18/11, Camarim Cabeleireiros está em novo endereço. As novas instalações se localiza num dos pontos mais privilegiados de São Roque! Rua Duque de Caxias, 45. Camarim, além dos excelentes cabeleireiros e manicures, agora tem um espaço para podologia, estética, um café e a loja Oito.Oito.



auto elétrica
Santa Quitéria

*"Aqui sua Família é
atendida pela minha"
Chiquinho*

Feliz Natal!
Próspero Ano Novo

**AUTO ELÉTRICA EM GERAL
INJEÇÃO ELETRÔNICA**

**Rua Euclides Bueno Miragaia, 67
Santa Quitéria - São Roque - SP**
Tel/Fax: (11) 4712-9288 - (11) 4712-6307

AUTO MOTO ESCOLA

Delta
Categoria A - B - D

Rua Padre Marçal, 97 - Centro - São Roque - SP
www.deltaautoescola.com.br
(11) 4712-5778

DESPACHANTE
XICO

Agilidade e Confiança!

Av. Tiradentes, 361 - Centro - São Roque - SP
Tels. 11 4712-1711 / 4784-7778 / 4784-3140
e-mail: xicosr@hotmail.com

Inauguração da Essência Store, sábado, 26/11

Essência Store, sábado, 26/11, com as renomadas marcas Hering e PUC inaugurou sua moderna e ampla loja na Enrico Dell'Acqua, 251, centro. A nova Loja Essência Store é a união, numa só loja, da Essência "Kids" e da Essência "O Básico da Moda". Parabéns ao casal William e Elaine, pelo belo empreendimento.



DONNATELLA

LA DOLCE DONNA

Boas festas!



ABILLEWINE

www.vinhosgoes.com.br • (11) 4711.3500

Festival de Verão Boteco do Patto sexta 25/11

Segunda noite do Projeto Festival de Verão no Boteco do Patto, sexta 25/11, foi excelente. A banda Balakubaka detonou; mostrou um belo show. O novo espaço está maravilhoso, tem que conferir...



Mônica e a afilhada
Maria Clara.



Magno e Tatiane
grávida 3 meses.



Sorrisos de Alexandre
e Daniela.



Vadão e sua linda
filha Marina.



Sorrisos de Jaqueline e Talita.



Maria Rita e Osmar curtiram...



Kelly Abe e Alessandra...



Priscila e Karen, sorridente...

6 anos de Merceria São Paulo

Merceria ofereceu um coquetel para a imprensa, colaboradores, amigos e apresentou a sua Revista, terça, 29/11, Parabéns!



Nem coisa que você só encontra na
Lisboa
Presentes

Presenteie com carinho!

Feliz Natal e Próspero Ano Novo!

RUA SOTERO DE SOUZA, 16 - CENTRO - SÃO ROQUE/SP



Acampamento de Férias: ensaio para a vida

Prof. Esp. Alexandre Vaz Olimpico – China - CREF: 045418-G/SP



Com a chegada das férias escolares, os filhos estão sempre prontos para o agito, mas nem sempre as férias da garotada coincide com as férias dos pais, o que pode acabar sendo um transtorno para os mesmos.

Acampamento é um método educativo orientado por pessoal especializado que se processa em um ambiente natural oferecendo oportunidade de aprendizagem dinâmica da vida em grupo, em termos sadios e democráticos.

Pelo método educativo o acampamento procura proporcionar elementos e valores que ajudem na

formação do indivíduo. O acampamento implica em convivência com a natureza e entre pessoas, destacando os benefícios da saúde e da inter-relação entre grupo. Ele exerce uma educação ativa, vivenciada entre pessoas, com base nos acontecimentos.

As atividades recreativas favorecem o desenvolvimento pessoal e social, deixando entendido o acampamento como um espaço possível de transformação da sociedade, na qual a criança frequentadora dos acampamentos está inserida nessa transformação.

Muitos valores são transmitidos para as crianças durante uma

temporada, podemos citar principalmente: sociabilidade, amizade e trabalho em equipe, respeito ao próximo e às diferenças, respeito aos pais, respeito à natureza, ensinamentos dos afazeres de casa, formação moral, valorização do brincar, entre outros.

O convívio em grupo reforçará as noções de direitos e deveres, bem como a análise das situações e as tomadas de decisões nas atividades, vivenciando e entendendo vitórias e derrotas. A ideia é trabalhar a capacidade de organização e responsabilidade de forma independente, supervisionada e segura.

O objetivo principal nos dias de hoje é a contribuição para a formação de uma geração mais comprometida com sua sociedade e seus pares e, por consequência, um mundo melhor para todos nós. Na vida adulta, todas estas experiências serão essenciais, por isso definimos o acampamento como: ensaio para a vida.

Acampamento do Tio China em São Roque de 9 a 12 de janeiro.

Prof. Esp. Alexandre Vaz Olimpico – China - CREF: 045418-G/SP - Coord. do CID – Centro de Iniciação Desportiva - 4712-9058/9670-9123 - www.ativalazer.com.br ▲

São Roque • SP

OFICINA ESPECIALIZADA - PEÇAS - ACESSÓRIOS
VESTUÁRIOS DAS PRINCIPAIS MARCAS

Desejamos aos nossos clientes e amigos que o Natal, símbolo de amor e paz, reine em seus corações. E o Novo Ano seja de realizações de seus sonhos!

TEL/FAX: (11) 4712-6302 - www.sportbikesaoroque.com.br
Rua Enrico Dell'Acqua, 258 - Centro - São Roque/SP

DESPACHAMOS PARA TODO O BRASIL!

**TROCA DE ÓLEO A VÁCUO
LUBRIFICANTE E DERIVADOS
SHAMPOO - FILTRO - CERA**

TEL.: (11) 4712-7267 / FAX: 4784-2355
R. SÃO MANOEL, 167 - JD. VILLAÇA - S. ROQUE/SP
lubrivillaca@uol.com.br

Proteja seu patrimônio!

REPRESENTANTE EXCLUSIVO NA REGIÃO:

PROJETOS EXCLUSIVOS, COM IMAGENS DA FACHADA

FABRICAÇÃO PRÓPRIA - MATERIAL COM GARANTIA ANTI-FERRUGEM
PAGAMENTO FACILITADO - ATENDIMENTO PERSONALIZADO

Av. Bandeirantes, 287 - Jd. Bandeirantes - S. Roque/SP
Tel.: (11) 4784-4428 - www.icapseg.com.br

Portões Automáticos

Aumento das mamas: mitos e verdades

Por: Dr. Eduardo Vilas Boas Braga – CRM 109279

Apesar de consagrada, a cirurgia para aumento das mamas tem alguns mitos. Interferência na amamentação, aumento no risco de contrair câncer de mama e perda da sensibilidade nos seios são algumas das dúvidas mais frequentes.

Segundo a International Society of Aesthetic Plastic Surgery, por ano mais de 800 mil mulheres submetem-se à colocação de implantes mamários em todo o mundo com o intuito de melhorar a harmonia do corpo e aumentar a autoestima, e a tendência é de que esse número permaneça crescendo. O procedimento é comum, mas ainda existem dúvidas e mitos que devem ser esclarecidos antes da realização da cirurgia.

Um dos mitos mais temidos é a de que os implantes podem influenciar na contração de câncer de mama. A verdade é que não há absolutamente nenhum fundamento para tal afirmação, implantes de silicone não aumentam nem diminuem a predisposição para o câncer de mama. Depois da cirurgia, as pacientes podem e devem seguir normalmente suas rotinas de exames, com mamografias regulares.

A amamentação é outro tema que preocupa as mulheres que desejam colocar implantes mamários e pretendem engravidar futuramente. Entre as mulheres com próteses, as taxas de sucesso na amamentação são as mesmas das que não possuem. O leite materno é igual, sem nenhuma contaminação pelo silicone. Para as que gostariam de engravidar em menos de 2 anos é melhor esperar para colocação do implante, porque durante a gestação existem grandes transformações na mama.

Em relação ao tamanho mais adequado, deve ser definido em consenso entre cirurgião e paciente, levando-se em consideração a estrutura física da mulher (peso, altura, volume da mama original, condições da pele, entre outros). Outra preocupação está relacionada com uma possível perda na sensibilidade das mamas. É possível que ocorra tanto diminuição quanto exacerbação da sensibilidade, mas com o tempo, que pode ser de até 1 ano, a tendência é de que isso seja normalizado.

A idade ideal para colocação da prótese é outra questão frequente.

Dois anos após a primeira menstruação já é possível realizar o procedimento, mas deve haver uma avaliação individual para saber se a paciente terá maturidade sexual e psicológica para seguir os cuidados pós-operatórios e se adaptar à nova forma corporal. Em geral realiza-se a cirurgia a partir dos 16 anos de idade. Já no caso de mulheres com mais idade os limites são as condições clínicas de base. Está aumentando a procura por pessoas de mais idade que não tiveram a oportunidade de colocar um implante de mama quando mais jovens.

Estrias após o implante de mama é uma verdade. O tratamento dermatológico é importante após a colocação do implante como um meio de prevenir estrias, quanto maior o tamanho do implante maior a chance de seu aparecimento.

A recuperação para esta cirurgia é geralmente de 2 semanas para a maioria das atividades. Outra Verdade! A cirurgia do aumento mamário é uma das cirurgias plásticas com maior índice de satisfação do paciente. ▲



Dr. Eduardo Vilas Boas Braga – CRM109279 - Cirurgião Plástico

Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica

Fellow do Coupure Voor Plastische Chirurgie Bélgica

Tire suas dúvidas: Centro Médico São Roque - Tel. (11) 4712-2996
www.institutobraga.com.br

O melhor churrasco da cidade!

Restaurante e Churrascaria Campestre

R. Marechal Deodoro da Fonseca, 77 - Centro - S. Roque - Tel.: (11) 4712-3670

MakeOffer

INFORMÁTICA

Recarga de Cartuchos e Toners
Originais, Compatíveis e Remanufaturados

Tel.: (11) 4784-3110 / ID 14*10*13889
makeoffer2@terra.com.br

R. Profº Alino de Oliveira, 91 - Loja 06 - Centro - São Roque/SP
(Travessa do Colégio Objetivo)

SORVETE
NATURAL

TATU'S

Sempre produzindo os melhores sorvetes com sabor e qualidade!

R. Prof. Tibério Justo da Silva, 703
Cambará - São Roque
Tel.: (11) 4712-5801 / 7159-8777

Closes: Eliane Dias, Lucimeire Silvana e Aniversariantes



Niver de Lucas Paolillo

Close de Lucas Paolillo; trabalha no Xico Despachante. Ele curtiu seu Niver dia 29 de novembro, com sua Galera. E recebeu os parabéns dos pais Xiquinho Despachante e Luciane, e dos irmãos Victor e Vinícius.



Niver de Kaique Toledo

Enquanto fechávamos esta edição recebemos uma foto de Kaique Toledo, ele completará 7 anos, no dia 6 de dezembro. Seus pais, Adriano e Débora e sua irmã Larissa se preparavam para comemorar a data.



Niver de Fernando Delta

Dia 17 de dezembro, sábado, Fernando Zucculin, nosso querido Zó da Auto Moto Escola Delta completará mais um Niver, nossos Parabéns! Tai um close de Zó com sua amada, Dra Mônica Santos Pereira Leite.



Lucimeire Silvana...

Close especial de minha amada Lucimeire Silvana com seu sorriso encantador, com seu olhar de soslaio e seu novo cabelo que me encantou, isso não poderia deixar passar, beijos amor! Feliz Natal... Uauuu!



Modelo Piu Bella Eliane Dias...

Close da modelo Eliane Dias, num ensaio fotográfico na Igreja da Matriz, em frente da Piu Bella, excelente. Hair Fabrício, Make-up Dony Luxo. Veja os três vestidos usados no ensaio, no anúncio da loja nesta edição!

Super P premiando o ano todo!



*Feliz Natal e
Próspero Ano Novo!*

Exageros de verão na alimentação e nos exercícios

Por Gisele M. Guarnieri de Oliveira Marques CREF nº 053474-G/SP

O fim do ano chega e sempre acompanhado daquela correria. É uma loucura para os preparativos de Natal, enfeites, presentes, ceias, férias, roupas, viagens e é exatamente nessa hora que algumas pessoas se deparam com o espelho e percebem que não estão sentindo-se bem com sua imagem.

É nesse momento que ouvimos a frase "preciso voltar pra academia!". E realmente vão, porém sem a consciência de que a atividade física, independente de qual for, deve fazer parte de sua rotina durante o ano todo e não somente durante uma estação: o verão!

Muitas pessoas deixam de lado qualquer tipo de atividade física durante quase o ano todo e quando chega o final do ano se desesperam e acabam por cometer diversos exageros tanto no que diz respeito à alimentação quanto aos exercícios. Treinamentos fantásticos e dietas milagrosas multiplicam-se



Parte da Galera da Academia Cultura Física que treina o ano todo.

e o que é pior seus seguidores também!

É comum nos depararmos com clientes que passam mal durante as atividades e que acabam contando depois que não se alimentaram corretamente, muitas vezes, na esperança de um resultado mais rápido. Ou ainda relatos de

outros que fazem uso de substâncias proibidas como os esteroides anabolizantes, sem qualquer orientação médica, almejando alguns centímetros a mais em suas medidas.

Posturas totalmente incorretas e que colocam em risco um bem muito precioso: sua saúde! Além

disso, independente da forma utilizada para alcançar seus objetivos estéticos, estes não são como bens que bastam ser adquiridos para lhe pertencerem, deve haver ao menos um trabalho de manutenção se não quiser recomençar do zero no próximo ano.

Então, para que isso não ocorra, o ideal é manter a prática de uma atividade física, acompanhada de uma alimentação equilibrada constantemente. Se você já faz parte do grupo consciente parabéns, e os que ainda não são adeptos é hora de começar.

Gisele M. G. de Oliveira Marques CREF nº 053474-G/SP, graduada pela Universidade Estadual de Londrina (UEL). Pós-graduada em Avaliação e Prescrição de Exercícios pela Universidade Norte do Paraná (UNOPAR). Professora e coordenadora da Academia Cultura Física. ▲

Pensou em festa?

Sapeka festas

Feliz Natal!
Prospero Ano Novo

Temos salão de festas e brinquedos para alugar

R.: São Paulo nº 72 - Centro São Roque
Fone: 4784.2464 / sapeka-festas@hotmail.com

REI DOS PARAFUSOS

Desejamos aos clientes e amigos Feliz Natal e Próspero Ano Novo!

REI DOS PARAFUSOS
COMÉRCIO DE PARAFUSOS J.A LTDA-ME

RUA SÃO PAULO, 951
TABOÃO - SÃO ROQUE
(EM FRENTE DA PREFEITURA)
FONE: (11) 4712-6280
e-mail: japarafusos@ig.com.br

Filosofia de Natal

Por: Braian Sanches Matilde

Mais um ano está acabando e nada mais justo do que nossas comemorações. Uns viajam, outros passam em casa; alguns preferem ficar com a família, há quem opte pelos amigos; todos comem muito, os adultos bebem, as crianças brincam. Isso acontece todo ano, na virada e também no natal. Uma das diferenças entre essas duas festas é que no natal há uma comemoração a mais: ganhamos e damos presentes. Mas, o que significa essa comemoração?

Como vocês devem saber o natal é uma data religiosa que celebra o nascimento de Cristo. Com isso, comemoramos também a ética, os valores e a moral: dar e receber presentes são uma forma de representar o amor ao próximo, pensar no outro e sermos caridosos. Isso se chama altruísmo; o natal simboliza nossas práticas altruístas para com o nosso semelhante.

Meu caro leitor será que nós agimos mesmo dessa maneira? A teoria nos diz para sermos altruístas, porém, na prática, muitas vezes somos egoístas ao longo do ano. Para a simbologia do natal, valer a pena, não adianta ser altruísta só no fim do ano, temos que ser assim o ano inteiro.

Claro que o tempo todo é difícil e acabamos cometendo erros. Afinal, não somos de ferro! Somos de carne e osso e, às vezes, os prazeres da carne nos vencem. Daí vem mais uma pergunta: como conciliar a teoria com a prática?

Um leitor poderia responder assim: "Meu caro filósofo, é só nós fazermos um esforço, mudarmos nossas atitudes e aplicarmos aquela teoria". Muito bem! Isso resolveria o problema, apesar de que exigira um grande esforço.

Por isso, eu gostaria de convidar o leitor a filosofar sobre uma última



Foto Ilustração

A Escola de Atenas (Causarum Cognitio) de Rafael Sanzio (1483-1520). Fresco, com 5m x 7m, pintado em 1509-1510, na Stanza della Segnatura, no Vaticano.

questão: em vez de mudarmos nossas atitudes, não seria mais coerente se nós fizéssemos uma nova teoria que estivesse de acordo com as nossas práticas corriqueiras?

Desejo a todos vocês um bom natal, ótimo ano novo e excelentes festas!

Braian Sanches Matilde
Mestrando em Filosofia pela
Universidade de São Paulo.



MODELO: Eliane Dias | HAIR: Fabrício | MAKE UP: Dony Luxo

MINAMORA - VOOZ FASHION - MAURA BARBOSA
RICHINI - MIRASUL - DABÔ - COCA-COLA CLOTHING
OPERA Z - REALIST - NATUAL BASIC

Praça da Matriz, 53, Centro - São Roque - Telefone: (11) 4712-7387



O espírito natalino nos faz refletir

Por: Mario Sanchez Matilde - "Omatilde"



Deixe o espírito natalino invadir o seu coração. Não, não, ele não é uma árvore iluminada, nem o papai Noel, nem os presentes que você deu ou recebeu.

O espírito natalino é tudo isso e mais; amor, compaixão e caridade. Todos os dias do ano ele vive em nós, mas só lembramo-nos dele no Natal. O espírito natalino é Jesus – o aniversariante do mês – que vive em nossos corações.

Para entender o espírito natalino... Alguma vez fizeste solidariedade? Já a sentiste? E quando é que a realizaste? Reflete sobre estas três questões e depois diz com a força de todo o teu coração: Feliz Natal!

Depois do Natal vem um Ano Novo

Por: Mario Sanchez Matilde - "Omatilde"



Depois do Natal vem um Ano Novo, sempre carregado de paz amor e esperança, e nele depositamos todos os nossos sonhos! Então aproveite para começar a realizar seus sonhos logo no primeiro momento de 2012, durante as Festas!

No mundo inteiro o Ano Novo começa entre fogos de artifício, buzinas, apitos e gritos de alegria. A tradição é muito antiga e, dizem, serve para espantar os maus espíritos. As pessoas reúnem-se para celebrar a festa com muitos abraços.

Vestir uma peça de roupa que nunca tenha sido usada combina com o espírito de renovação do Ano Novo. O costume é universal e aparece em várias versões, como trocar os lençóis da cama e usar uma roupa de baixo nova.

"Daqui a alguns anos você estará mais arrependido pelas coisas que não fez do que pelas que fez. Então solte suas amarras. Afaste-se do porto seguro. Agarre o vento em suas velas. Explore. Sonhe. Descubra" (Mark Twain).

Reflete, também, sobre estas questões e depois diz com a força de todo o teu coração: Feliz Ano Novo! E estoure a champagne!

MODA INFANTO JUVENIL

BALÃO MÁGICO

R. Dr. Stevaux, 190
4712.8457

SÃO FRANCISCO MODAS

Sempre com as melhores grifes

Revanche
Pierre Cardin PARIS

POLO WEAR

AUDIOVISUAL

Hot Point **Hering**

Rua Rui Barbosa, 261
Centro - São Roque

Fone: 11 4784-3188

A história do Jornal O Democrata é uma trajetória de tradição, dedicação, respeito e liberdade.

JORNAL O DEMOCRATA RUMO AOS 100 ANOS!

O DEMOCRATA
1917 2017
94 ANOS

Seminário dedicado aos interesses do município e região.
Notícias de São Roque e Região

- Esportes • Sociais • Lazer
- Pesquisas • Informações
- Classificados

www.odemocrata.com.br - Fone/Fax: (11) 4712-2034

FotoStudio São Roque

Há décadas com você em todos os momentos da sua vida!

Rua Rui Barbosa, 336
Centro - São Roque/SP

Tel.: (11) 4712-5784
fotostudiosaoroque@ig.com.br
www.fotostudiosaoroque.com.br

*paz amor saúde felicidade
alegria prosperidade paz amor felicidade
felicidade alegria amor saúde felicidade alegria*

Promoção Viva o Natal

O Natal do comércio de São Roque
já começou...

Peça seu cupom e concorra!!!

R\$ 1000,00
por dia durante
30 dias

05 Tv's LCD 32"

120 Cestas de Natal
Sorteadas dia 22/Dez

SORTEIO TODOS OS DIAS NA SEDE DA ACIA ÀS 10H30

21/11 a 31/12



C.A. CAIXA 6-1025/2011

*alegria prosperidade paz amor felicidade paz
amor saúde felicidade prosperidade
felicidade alegria*



Você busca qualidade.
Eles querem tecnologia.
Aqui tem os dois.

**MATRÍCULAS
ABERTAS**



Uma escola com material didático completo e inovador, com excelentes professores e a melhor tecnologia aplicada à educação. Tudo isso você encontra aqui! Venha para o CB COC, o Sistema de Ensino que mais investe e inova em recursos educacionais. Seu filho merece a melhor educação.

**INTEGRAL BILINGUE
EDUCAÇÃO INFANTIL
ENSINO MÉDIO
ENSINO FUNDAMENTAL**



Rua Dr. Fleury, 280 - Jd. das Flores - São Roque/SP
Tel.: (11) 4712-6277 - www.colegiocb.com.br



CB Lândia



CB Language School



Conteúdo Digital



Class Builder



Aula 3D



Material Didático



Professor On-line



Portal Educação



Livro Eletrônico



Lousa Inteligente