





PIZZA BAR

FELIPE GONDES

Natal

24/12 as 23:59h

CLASSIC MACHINE
e Dj's convidados

25/12 as 23:00h

RÁDIO SHOW
e Dj's convidados



Experimente Nossas
Deliciosas Pizzas

Ano Novo

31/12 as 23:59h

EXO 7
e Dj's convidados

01/01 as 23:00h

ROCK S/A
e Dj's convidados

DELIVERY 4712-1826 / 4712-7758

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

informações: 4712-1826 / 4712-7758
AV. ANTONINO DIAS BASTOS, 669 - CENTRO - SÃO ROQUE/SP

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

Tel.: **(11) 4712-3886**

Av. Tiradentes, 331 - Centro - São Roque
www.portalfarmativa.com.br



Natal é momento para reflexão sobre idéias

Este ano foi atípico, não por ser um ano eleitoral, nem pelo lançamento deste Jornal Omatilde em Revista, mas pela cirurgia que fiz para retirada de um tumor (benigno) na parótida direita, isso me segurou alguns dias em casa, justamente na época das eleições.

Eu ficaria louco se tivesse que ver todos os debates de Marina Silva, Dilma Rousseff e José Serra, e o pior, teve o segundo turno. Onde, hipoteticamente, poderíamos de alguma forma analisar melhor os programas de governo dos candidatos, mas isso não aconteceu.

Tanto a candidata Dilma Rousseff, como o candidato José Serra, apresentaram programas de governo vazio, isto é, não apresentaram, e nos debates só ficaram nas acusações pessoais, religiosas e no tal do pré-sal, pré-sal e pré-sal que até subi a pressão.

Se políticos, depois de eleitos, cumprissem o que prometem em campanha, refiro-me a todas as esferas: federal, estaduais, legislativa e executiva, no Brasil não haveria problemas na saúde, na educação, nos transportes, no lazer, na comunicação, em nada, viveríamos num mar de rosas.

Isso é utopia! Utopia tem como significado mais comum a idéia de civilização ideal, imaginária, fantástica, sendo possível tanto no futuro, quanto no presente. O termo inventado por Thomas More serviu de título a uma de suas obras escritas em latim por volta de 1516.

Segundo a versão de vários historiadores, More se fascinou pelas narrações extraordinárias de Américo Vespúcio sobre a recém avistada ilha de Fernando de Noronha, em 1503, e decidiu então escrever sobre um lugar novo e puro onde existiria uma sociedade perfeita...

O "utopismo" consiste na idéia de idealizar não apenas um lugar, mas uma vida, um futuro, ou qualquer outro tipo de coisa, numa visão fantasiosa e normalmente contrária ao mundo real. Teria feito isso nosso sofrido povo brasileiro nas eleições de outubro deste ano de 2010?

Natal é momento para reflexão sobre idéias e este ano, com as eleições, temos muito que refletir com a vitória de Tiririca, um analfabeto, e de Dilma, a primeira mulher a ocupar o cargo máximo da nação, realmente, é hora de quebrar tabus rever conceitos sobre as coisas e as pessoas.

O Artigo de Vorneis de Lucia, nesta edição, reforça nossa idéia de Reflexão: "... São Roque enquanto Estância Turística deve colocar as suas atenções neste ponto. Vamos relembra que antes do Governo Lula não existia um Ministério do Turismo, órgão este que foi criado durante o seu governo. A criação deste Ministério sinalizou a importância que o governo queria dar a este segmento, culminando em duas grandes vitórias que refletem de forma direta no desenvolvimento

do turismo brasileiro: a Copa do Mundo de 2014 e as Olimpíadas de 2016".

Veja também, nesta edição, o artigo que escreveu nosso jornalista Mário Barroso sobre o comércio de músicas de Natal, tema excelente para reflexão: "Com o apelo comercial mais em alta do que o religioso, grandes compositores do jazz americano começaram a dedicar músicas ao Natal: Louis Armstrong, Nat King Cole e Frank Sinatra gravaram inúmeras canções..."

Natal bate o recorde de vendas de todas as datas sazonais do ano (Dia das Mães, das Crianças, dos Namorados etc.). Mas continua sendo um bom momento para reflexão.



Com o Tema: "Especial Festas de Agosto" o jornal Omatilde em Revista nº 3, circulou no jornal O Democrata em 03/09/10. Veja as três Edições online no site www.omatilde.com.br

Equipe

Direção Geral e Redação

Mário Sanches Matilde (Omatilde)
MTB nº. 38328 - OBT nº. 23528

Jornalista Responsável

Márcio Bortoso
MTB nº 47.431/SP

Colaboradores: Dra. Laiz Belmonte, Vorneis de Lucia, Priscila Carla Baccato, Alexandre Vaz Olimpio (China) e Gisela M. Guarnieri de Oliveira Marques

Assessor Jurídico

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

Tiragem: 5.500 Exemplares

Distribuição: Jornal O Democrata

Desenvolvimento e Diagramação

Teaser Comunicação Integrada
www.agenciasteaser.com.br

Fotografia

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

Publicado por: Foto Studio São Roque Ltda. - Mídia - CNPJ: 06.503.124/0001-94. Todas as direitos dos artigos publicados neste meio 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) 4784-5300 / 8261-4105 - e: omatilde@mat.com.br



Psiuuu! Dorme em paz que assim conversaremos mais, dorme, dorme...

Por: Mario Sanches Matilde - "Omatilde"



Era noite de Natal, no silêncio de meu quarto procurei um ombro amigo, e nessa noite conheci mais profundamente o primogênito de meu Pai. Nosso Grande Irmão que comemoramos seu nascimento dia 25 de dezembro.

Jamais esquecerei aquele ombro divino e amigo que sempre me ampara, e nessa noite especial me disse:

- Ancorar-te em meu ombro, é a única coisa que desejais neste momento?

- Sim, pois nada mais vale a pena neste mundo conturbado, em guerras, conflitos, drogas, corrupções e substituições... Mas, Feliz Natal! - respondi-lhe.

- É melhor que resolves teus problemas antes que eles te alcancem! Senão, aí, fica mais difícil equacionar. Hoje, vou solucionar o mais complicado, mas haverá dores e rangeres de dentes, os outros problemas você mesmo terá de resolver - disse meu Grande Irmão aniversariante com sua voz suave e melodiosa.

- Como resolver os meus problemas se, nessa hora, as lágrimas e as dores me dominam e me consomem? - disse-lhe, em lágrimas.

- Resolva-os antes que te alcancem! Isso é tudo. E não se

preocupe com o mundo conturbado! Ele sempre foi assim, melhore você! Se todos fizerem isso não haverá mais esse mundo conturbado, em guerras, conflitos, drogas, corrupções e substituições... Agora faça a sua parte, melhore um pouquinho! Dê-me esse presente todos os dias, e não só no Natal.

- Mas Senhor, eu...

- Calma! - disse sorrindo - O Nosso Pai não iria fazer uma obra errada. Amanhã, ao levantares esse seu problema não mais existirá, porém, não deixe que os outros te alcancem. Mas, se isso acontecer busque-me! Estarei sempre em teu coração! Que o nosso Pai lhe abençoe e abençoe os teus e a todos que creem verdadeiramente Nele. Obrigado pelo Feliz Natal.

- Senhor eu...

- Psiuuu! - seu olhar era radiante - O silêncio é o melhor diálogo neste momento! Só deseje, porque aquele que pede de coração, ao nosso Pai, em meu Nome, será atendido. Boa Noite.

- Boa Noite, Senhor! Acredito em Ti. Feliz Natal.

- Psiuuu! Dorme em paz que assim conversaremos melhor, dorme, dorme...

- Senhor! O telefone está tocando e é a cobrar!...

- Desliga e dorme, são 01h05 minutos, dorme que eu resolvo, dorme...

- Mas Senhor!...

- Psiuuu! Dorme que eu resolvo... Acredita em mim ou não?

- Sim!

- Então dorme...

Parece incrível, mas isso aconteceu comigo no ano de 2004, quando ainda vivia sozinho, na solidão. Por isso afirmo que Natal é momento de reflexão, de se lembrar daqueles que amamos e, que dar presente, é um ato de amar!

Hoje vivo com minha amada Lucimeire Silvana, mas não me esqueço desse fato; não sei se foi real ou sonhado, mas sinto-me lisonjeado por protagonizá-lo.

Presenteie quem você ama, mas não se esqueça de presentear nosso irmão maior com uma oração ou, melhor, com uma boa ação!

"Disse-lhe Tomé: Senhor não sabemos para onde vais; como saber o caminho? Respondeu-lhe Jesus: Eu sou o caminho e a verdade, e a vida: ninguém vem ao Pai senão por mim" (João 14:5-6). ▲



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

Tratamentos e Procedimentos Estéticos de última geração com tecnologia de ponta!

**AValiação
PERSONALIZADA
GRATUITA!**



**Exclusivo
Equipamento
Velashape**

- Celulite
 - Flacidez
 - Gordura
- Localizada

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

Oportunidades para São Roque no novo contexto político

Por Vorneis de Lucia

Acabamos de participar de um período eleitoral de suma importância para o Estado de São Paulo e Brasil, as eleições para Governador e Presidência da República. O que podemos esperar deste novo contexto político para a nossa cidade?

Pela amplitude do tema, vamos nos ater ao segmento turístico, pois São Roque enquanto Estância Turística deve colocar as suas atenções neste ponto. Vamos lembrar que antes do Governo Lula não existia um Ministério do Turismo, órgão este que foi criado durante o seu governo.

A criação deste Ministério sinalizou a importância que o governo queria dar a este segmento, culminando em duas grandes vitórias que refletem de forma direta no desenvolvimento do turismo brasileiro: a Copa do Mundo de 2014 e as Olimpíadas de 2016.

Entretanto, o desafio em desenvolver o turismo nacional ainda não havia sido concluído, pois o



Vorneis de Lucia é Diretor Nacional de Turismo Rural - CNTUR e Presidente do Conselho Nacional de Turismo Rural - IBTR.

Brasil não contava com uma representatividade de fato neste segmento empresarial. O Ministro do Trabalho, Carlos Roberto Lupi, reconheceu a Confederação Nacional do Turismo - CNTur, como entidade patronal, dando a ela o seu registro, que por mais de dez anos vinha reivindicando.

Por outro lado, o Governo do Estado não criou a Secretaria de Turismo e designou um orçamento,

para o Turismo, menor que o valor que a cidade de São Roque recebe através do DADE - Departamento de Apoio ao Desenvolvimento de Estâncias.

Não quero fazer um juízo de valor, mas fica evidente que existe uma desproporção entre os dois governos no que tange à importância que se dá a este segmento de relevância para nosso município.

Vamos iniciar uma segunda etapa. Existirá um continuísmo pelo fato da esfera federal e estadual estar mantendo os mesmos partidos? Acredito que não, no que diz respeito ao Governo Estadual, pois o governador eleito vem de uma escola, cujo patrono é o saudoso Mario Covas, que tinha por princípio o diálogo e a boa relação com todas as entidades representativas, ou seja, um governo mais democrático.

Dentro deste novo panorama caberá ao município uma postura de diálogo com a esfera federal e estadual para a obtenção do devido apoio. Apesar das oportunidades estarem presentes neste novo contexto, uma postura mais que administrativa será necessária, pois ambos os governos, federal e estadual, vão exigir da esfera municipal postura arrojada no desenvolvimento turístico, abrindo novas oportunidades, além das já existentes. ▲

Pensou em festa?

Sapeka festas

CONHEÇA ESSE MUNDO DIVERTIDO COM UM TOQUE DE DOÇURA!

Artigos para Festas
Doces, Confeitaria
e muito mais...

Temos salão de festas
e brinquedos para alugar

Segunda a Sexta das 8:30h às 19h
Sábado até as 15h

R. São Paulo nº 72 - Centro São Roque
Fone: 4784-2464 / sapeka-festas@hotmail.com

CULTURA FÍSICA

- Musculação
- Suplementos Nutricionais
- Artigos Esportivos

Feliz Natal e um Ano Novo de Realizações!

Fone: 4784-5272

Av. Marginal - ao lado do Posto de Saúde - São Roque

O melhor churrasco da cidade!

Restaurante e Churrascaria Campestre

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

Piu Bella Modas: Uma história de 28 anos de destaque

Por: Mario Sanches Matilde - "Omatilde"



Piu Bella, em 1988, reinaugura a loja em novo endereço, na Praça Heitor Boccato.

Piu Bella é destaque pela história de 28 anos reunindo o clássico, o moderno e o jovem: Realist, Maura Barbosa, Triton, Richini, Coca-Cola Clothing e outras.

Começou na Galeria Manfredi, em 10/04/1982, portanto, há 28 anos, com Maria Izabel de Moura (Belinha) e Bruno de Lucca.

Sete anos depois, em 1989, reinauguram a loja em novo endereço, na Praça Heitor Boccato. Belinha e de Lucca labutaram e colheram bons frutos pela

realização de desfiles, que marcaram os anos 90, e patrocinar festas. Depois Luis e Ângela, hoje proprietários do Café Requite, assumiram a direção da Piu Bella por 12 anos.

Maria Cristina Masetto e João Luiz Perino foram os primeiros clientes e hoje são seus atuais proprietários. Em 2004 Cristina e Maria Alice adquiriram a Piu Bella e, em 2005, Cristina assume totalmente a direção e começa uma nova etapa.

Cristina, a 3ª proprietária da Piu Bella, após anos trabalhando na Capital, vê seu sonho realizado, investir em moda e qualidade de vida aqui em São Roque.

A Piu Bella tem um mix de tendência que veste a mulher do nascer ao pôr do sol, com conforto e estilo, principalmente em datas especiais: Casamento, formatura, festas e, se a cliente solicitar, recebe assessoria para compor seu look.

Maria Cristina Masetto Perino foi a primeira mulher a participar da Diretoria da ABIA - Associação Brasileira das Indústrias da alimentação - que, em seus 33 anos, havia sido composta só por representantes do sexo masculino. Exerceu o cargo de Diretora-Tesoureira durante 8 anos.

Omatilde em Revista parabeniza a Piu Bella Modas pela história de 28 anos de destaque, com votos de sucesso. ▲



Maria Cristina Masetto Perino e equipe, em 2010, no atual loja na Praça do Matriz.

Com você em todos os momentos da sua vida!

Pessoas especiais em um dia especial! 13/11/2010

... e Maria Theresu

**BRINDES PERSONALIZADOS
VÁRIA OPÇÕES!**

Rua Rui Barbosa, 336 - Centro
São Roque/SP - Tel.: (11) 4712-5784
fotostudiosaoroque@ig.com.br
www.fotostudiosaoroque.com.br

"Aproveite

nossas promoções de Fim de Ano".
Consulte um de nossos vendedores.

Santa Casa Saúde
SÃO ROQUE

www.scsaude.br
vendas@scsaude.br

SÃO ROQUE:
Rua Marechal Deodoro de Fozes, 58
Centro
Tel.: (11) 4784.1051

IBIÚNA:
Rua Gabriel Monteiro da Silva, 348
Centro
Tel.: (15) 3241.2727

CENTER FARMA

Uma nova opção
em Drogaria



**Descontos Especiais
para Aposentados**



Rua 7 de Setembro, 166
São Roque - Fone: 4712-25405
(Próx. Praça da República)





SOLO

Instrumentos
Musicais

PARQUE:
R. Canejo J. Rodrigues, 122
Tel.: (15) 3344-1568

IBIUNA:
R. XV de Novembro, 103
tel.: (15) 3248-1925

SÃO ROQUE:
Av. João Pessoa, 44
Tel.: (11) 4712-1359

O maior de melhores momentos 08

JANTAR DA ALCACHOFA FESTAS DE AGOSTO 2011

Sábado, 23 de outubro de 2010, Jantar da Alcachofra - Festas de Agosto 2011, no Salão de Festas Colégio São José. Festeiros, Dêrinho e Fátima, Zé Braun e Ângela e seus colaboradores. O primeiro evento, dos muitos que virão até o apogeu das Festas, em agosto de 2011, regado de muita alegria e boa música foi sucesso.



Festeiros 2011: Zé Braun e Ângela, Dêrinho e Fátima recepcionaram os convidados.



Mesa farta: close de parte dos convidados.



Marcelo e Simone desfrutaram do jantar.



Mônica (grávida 3 meses e 1/2) e Vinicius.



Martha e Carilo do Jornal da Economia.



Marilice e Dr. Redda desfrutaram do jantar.



Fernando e Fabiana desfrutaram do jantar.

JANTAR DE CONFRATERNIZAÇÃO DA ASSOCIAÇÃO COMERCIAL - ACIA. SÁBADO 30/10

Associação Comercial de São Roque - ACIA promoveu sábado, 30 de outubro de 2010, às 21 horas no São Roque Clube, Jantar de Confraternização com animação da Banda Eros. O momento agradável reuniu os comerciantes e comerciantes convidados.



André e Daine, Jantar de confraternização.



Lara e Alan desfrutaram do Jantar da ACIA.



Mônica e Roberto (City Bank) convidados.



Paulo e Ciza, Dirceu e Dilza, Jantar da ACIA.



Celina, Emerson, Guto e Camila.



Alessandra e Eduardo (Mackenzie).



Marco e Ligiane (Oito Oito), Jantar da ACIA.



Fernando e Ângela (Posto Nacional).



Lurdinha Cabelereira e Milton, Jantar da ACIA.



Presidente Vinício (Carambela) e Vice Cláudio (Vinhos Góes) abrem a reunião plenária, 10/11.

REUNIÃO AISAM NO RESTAURANTE VILA DON PATTO

Empresários filiados a AISAM: Associação das Indústrias de São Roque, Alumínio, Araçatiguama e Mairinque, quarta, 10/11, estiveram na reunião plenária da entidade, nas dependências do restaurante Vila Don Patto. Depois da reunião foi servido o almoço, onde os presentes puderam saborear uma das especialidades da casa, o bacalhau.



Close de Germano e Adriano (SENAI).



Luiz Fontes (Isocoat) e Vinício (Carambela).



Vinício (Carambela) e Julio César (SESI).



Claudio (Duran Refeições) e Elvio (Solda Topo).



Wladimir (Fiorella) e Roberto (Servitec).



Close de Tatiane e Marcelo (Condoville).

NOVEMBERFEST - BOTEQUIM 2010 - EVENTO EM PROL DA APAE, 06/11, SÃO ROQUE CLUBE

Sábado, 06/11, Evento em prol da APAE São Roque. Célia e Gavazzi, Cida e André Genari e equipe transformaram o São Roque Clube em botequim, assinaram a decoração Patrícia e Márcio Mergulho. O grupo Samba de Rainha animou os convidados.



Zé (Estância) e Bethe, Jantar Novemberfest.



Márcio (SR Água) e Amanda, Jantar APAE.



Thais e Gustavo, Jantar Novemberfest APAE.



Vera e Lauro, Jantar Novemberfest APAE.



Alessandra, Fernanda e Sinoni (APAE).



Sueli Favaro e Marco Moreno, Jantar APAE.



Professora Rosana e Alcides, Jantar APAE.



Bete, Sandra e Claudia, Jantar Novemberfest.



Ana Maria e Esmael (Farmaia), Jantar APAE.

NATAL E ANO NOVO MOMENTOS ESPECIAIS!

A OCASIÃO PEDE MODA ÍNTIMA ESPECIAL



Delicata lingerie

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

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

Noite Tropical 2010

Grêmio União Sanroquense - GUS



Banda Solaris, em frente à piscina olímpica.



Julia e Marcela curtiram a Noite Tropical 2010.



Mariana, Márcio e Karina, Noite Tropical, GUS.



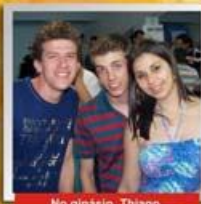
Nel e Daniely curtiram a Noite Tropical 2010.



Rodrigo e Adriana, Lilian e André.



Suza, Patricia, Renata e Luciana.



No ginásio, Thiago, Gabriel e Helo.



Carla, Raqueli e André, Noite Tropical 2010.

Tem coisa que você só encontra na
Lisboa
Presentes

*Feliz Natal e
Próspero Ano Novo!*



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

Sábado, 20 de novembro de 2010, com muito glamour, entre looks floridos e o branco, a Galera se esbaldou na Tradicional Noite Tropical do Grêmio União Sanroquense – GUS. Este ano sem uma gota de chuva, uauuu! Banda Solaris comandou o show na piscina, Djs detonaram no Ginásio, além de Frutas, Fogos, Bateria e Mulatas Rosas de Ouro.



1ª Dama Tânia e o Presidente Beto Carlini.



Marília e Diego curtiram a Noite Tropical 2010.



Thais e Diego curtiram a Noite Tropical 2010.



Eduardo e Geisa curtiram a Noite Tropical.



Fernando e Janaina curtiram a Noite Tropical.



Bruna e Anderson curtiram a Noite Tropical.



Danilo (Preto) e Patricia (Patê).



Michelli, Alexandre e Lúcia. Noite Tropical.









Empreendimentos - Construção Civil
Execução de Projetos - Reformas
Obras Industriais, Comerciais
e Residenciais

Mais qualidade de
vida por m²

Av. Bandeirantes, 55
São Roque/SP - Tel.: (11) 4784-3000
www.otimiza.eng.br

**Prêmio Top Of Mind 2010,
no Auditório da ACIA,
dia 23/11**

Closes de algumas empresas (dos vencedores de 51 categorias) que estiveram presente na Sede da Associação Comercial de São Roque – ACIA, quarta, 23/11, para receber o prêmio Top Of Mind 2010 – Jornal O Democrata.



Restaurante Campestre



Roqueville



Bar do Carlos



Tata's Sorvetes



Faculdade FAC



Unimed São Roque



Jorge Rabelo



Ski e Restaurante Langellato



Shampoo Cabeleireiros

**Cartões de Natal
em que Papai Noel
não se saiu muito
bem, uauuu!**



MUNDIAL GAMES

**ACESSÓRIOS EM GERAL
PARA GAMES**

TEL: (11) 4712-7537

RUA DR. ESTEVAUX, 76
CENTRO - SÃO ROQUE - SP

BOLSAS - CINTOS - BONÉS - PRESENTES EM GERAL

**JL
PRESENTES**

*Deseja aos clientes
Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*

RUA DR. STEVAUX, 81 - CALÇADÃO - CENTRO
SÃO ROQUE/SP - TEL: (11) 4712-7537

Criança, esporte e atividade lúdica; prazer de brincar

O mundo esportivo passou a procurar novos conhecimentos e caminhos, de modo que o esporte cada vez mais ampliado e abrangente no seu conceito pudesse atender as necessidades de participação e de educação não formal.

Essa remodelação objetivou diminuir o foco no aspecto competitivo, oportunizando maior participação e inclusão no processo sócioeducativo, além de proporcionar amplo acesso aos bens da cultura corporal.



Pesquisas mostram que, através de diferentes atividades lúdicas (forma de desenvolver a criatividade, os conhecimentos, através de jogos, música e dança. O intuito é educar, ensinar, se divertindo e interagindo com os outros) a criança forma conceitos, seleciona ideias, estabelece decisões e relações lógicas, percebendo seus limites através dos direitos e deveres, aprendendo a conviver e a participar, mantendo sua individualidade e respeitando ao outro.



Durante a infância não devemos ter a preocupação de formação de atletas e sim de ter o esporte como um meio de integração social.

A passagem da criança por diversas habilidades básicas, antes de iniciar um esporte específico, é chamada de Desenvolvimento Multilateral, proporcionando orientação e oportunidades necessárias com encorajamento as crianças, afim de que as mesmas sejam bem sucedidas nas atividades e de-

monstrem vontade de especializar-se em seus talentos, deixando a vida sedentária de lado.

No início do trabalho esportivo com crianças o melhor caminho escolhido é o da ludicidade, através da qual garantimos o prazer, o desafio e a participação ativa.

Em um programa de atividade esportiva lúdica temos objetivos como: Controlar o corpo como um todo, posicionando-o no espaço, reconhecendo e localizando suas partes; Coordenar movimentos; Desenvolver a consciência corporal; Desenvolver a percepção espacial e temporal; Estimular o ritmo respiratório fisiológico; Sociabilidade; Apresentar boa aceitação pessoal e equilíbrio emocional.

Prof. Esp. Alexandre Vaz Olimpio - China - CREF: 045418-G/SP - Coordenador do CID - Centro de Iniciação Desportiva - 4712-9058 / 9670-9123 / www.ativulazer.com.br



EMBALAGENS



CAMARADA

**Produtos Descartáveis,
Artigos para Festas
Chocolates e
Confeitarias**



Rua Marechal Deodoro da Fonseca, 157
Centro - São Roque/SP
Tels.: (11) 4784-1477 / 4719-6748
Nextel: 7734-4505 / ID 11*7119



SPORT BIKE S.R.

São Roque • SP

OFICINA ESPECIALIZADA
PEÇAS - ACESSÓRIOS
VESTUÁRIOS DAS
PRINCIPAIS MARCAS



A ÚNICA
REVENDEDORA
AUTORIZADA:



DA REGIÃO

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

DESPACHAMOS PARA TODO O BRASIL!

FARMAIS
Atitude de quem faz mais.

Santa Casa Saúde
Farmais São Roque
Rua Rui Barbosa, 319
Centro - São Roque
Fone 11 4712-7413 / Fax 11 4712-2643
Atendimento das 8h às 22h inclusive aos domingos e feriados.

Coligado Farmais
Santa Cecília
Rua Santos Dumont, 266
Centro - Mairinque
Fone 11 4718-1277 Fax 11 4708-3136

SR ORTOPEDIA
PRODUTOS ORTOPÉDICOS

Vendas de Cadeira de Rodas - Muletas
Camas hospitalares
Palmilhas, Botas e Tênis Ortopédicos
Fisioterapia, Estética Corporal e Facial
Podologia com hora marcada

Aluguéis de Cadeira de Roda, Muletas e Camas Hospitalares

Tel.: (11) 4712-3153 / 4712-9319
Rua Enrico Dell'Acqua, 112 - Centro - São Roque/SP

SORVETE TATU'S
NATURAL

24 anos produzindo os melhores sorvetes com sabor e qualidade!

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

O matilde saúde 14

Como acabar com a celulite?

A celulite é um mal que atinge 99% das mulheres do mundo todo, até mesmo as mais belas mulheres do mundo já afirmaram sofrer deste mal. Um mal que não se cura de um dia para o outro, precisa-se de paciência, disciplina e muita perseverança.

Muitas vezes o tratamento é complicado. A origem do problema pode estar ligada a fatores genéticos e comportamentais.

Classificamos a celulite em 4 graus, sendo o grau 1 o mais leve, onde a irregularidade da pele somente é observada quando a pele é pressionada. O grau 4, com uma celulite mais severa, que normalmente está associada a obesidade, diabetes ou má circulação. Em todos os tipos é possível uma melhora do quadro.

É necessário associar a dieta, exercícios físicos, cremes tópicos e muita disciplina aos tratamentos oferecidos pela medicina estética.

Quando à dieta recomendam-se a ingestão elevada de água e uma alimentação balanceada incluindo frutas frescas, verduras, legumes evitando chá preto, mate, café, álcool, sal, gorduras, enlatados e lactose. Na maioria das vezes torna-se necessário a orientação de um profissional da área como um nutrólogo e um nutricionista.

A dermatologia oferece tratamentos que auxiliam muito no combate a celulite. Entre eles estão:

Phidias - aparelho de corrente elétrica que além de proporcionar uma tonificação muscular, melhora a circulação sanguínea ajudando a remover a gordura localizada, celulite e a flacidez, fortalecendo os músculos.

Drenagem Linfática Manual - massagem com o objetivo de ativar a circulação e o sistema linfático. Com isso o corpo tem mais facilidade de eliminar as toxinas e os radicais livres. Drena o inchaço causador da celulite.

Intradermoterapia - técnica tradicional, que por intermédio de injeções subcutâneas compostas por diferentes enzimas dissolvem os nódulos gordurosos.

Manthus - aparelho de ultrassom e eletroestimulação que "esvazia" os depósitos de gordura por meio de vibração e faz leves contrações nos músculos, para que as toxinas sejam encaminhadas para o sistema linfático.



Subcissão - ideal para quem tem nível de gordura avançado e celulite de grau 4, com retrações marcantes. Utiliza um instrumento cortante especial (agulha com bisturi na ponta) para romper as fibras que criam as depressões. O tecido é cortado por dentro, provocando um fermento interno que, ao cicatrizar, estimula a formação de colágeno e ajuda a nivelar a pele.

VelaShape Plus - grande aliado no tratamento contra a celulite, é um aparelho que reúne 4 mecanismos de ação, com uma concepção única e superior, esta técnica combina Manipulação Mecânica da pele, Suave Pressão Negativa, Infravermelho e Radiofrequência Bipolar. Com a combinação desses quatro procedimentos num só aparelho, ocorre o aquecimento do tecido subcutâneo que facilita a queima de gordura. A sinergia dessas técnicas possibilita tratamentos mais eficazes e tornou-se referência mundial no tratamento da celulite. Nos estágios iniciais da celulite os resultados são excelentes e, nos casos de celulite em grau moderado ocorre uma melhora significativa. Porém, a avaliação para determinar a indicação correta do tratamento deve ser personalizada.

Dra Laiz Belmonte - Dermatologista - CRM 123815 - Membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia. Atende no Centro Médico Pschoal Belmonte (Rua XV de Novembro, 79, centro, São Roque SP), com uma equipe composta por fisioterapeutas, nutricionista, nutrólogo e cirurgião plástico. ▲

Valorize sempre seu estilo e o conforto

Mês de dezembro, aumentam as preocupações com compras, presentes, viagens e, é claro, nossos guardarroupos, que nunca parecem ter as peças ideais para nos vestirmos de forma elegante e confortável.

Em meio a formaturas, aniversários, confraternizações de empresas e cursos, festas familiares, amigos secretos, ceia de Natal e Ano Novo; precisamos de um bom acervo, por mais simples que essas reuniões sejam, temos de caprichar no visual.

Uma boa dica é não deixar para a última hora - a correria em busca de presentes toma conta de shoppings e lojas - e ficar de olho nas vitrines para comprar peças que podem fazer a diferença na elaboração dos seus looks de final de ano.

Antes de comprar o vestido branco leve em conta o tipo de ambiente que irá frequentar. Ele é ótimo para o Reveillon, mas é marcante e possui uso limitado.

Vestidos fresquinhos curtos ou longos em tecidos estampados como o algodão, são as melhores opções para reuniões em barzinhos, à beira da piscina, em jardins e chácara, graças ao calorão de dezembro. Macacões, saias de côs alto e as bermudas fazem sucesso; principalmente quando combinados com regatas mais sofisticadas, como as que trazem o glamour dos bordados ou tecidos diferenciados.

Para ocasiões que podem mais requinte, invista nos vestidos

coquetel. Para festas de empresa, eles ajudam a fugir do look básico de trabalho; atente apenas para não comprometer o visual com decotes muito ousados ou complementos micro, já que mesmo sendo uma confraternização, seus chefes e superiores estarão presentes.

Aproveite o verão para abusar das cores vibrantes. Afinal é uma boa opção para quem não adere ao look tradicional branco das festas. Tecidos, de cetim ainda é o mais indicado para festas, tanto para vestidos, quanto para blusas e saias. Para os eventos descontraídos, dê preferência para as confortáveis malhas e para os naturais.

Os acessórios são indispensáveis, além de serem as principais armas femininas para a diferenciação de looks construídos com peças repetidas. Colares, brincos grandes, pulseiras e bolsas em cores neutras; mas o destaque fica por conta dos adereços para os cabelos como tiaras, lenços, presilhas e casquetes.

Sandálias rasteirinhas com aplicações, franjas ou seguindo o modelo gladiador seguem como as preferidas e podem valorizar looks, unindo charme e conforto. Opte pelos saltos quando o evento ocorrer em ambientes mais formais.

Para os homens, pólo e bermuda continuam como um dos mais indicados para festas informais. Substituindo o shorts por uma calça, o visual pode ir para salões de confraternizações de empresa. Os mais jovens podem apostar nas camisas ou bermudas xadrez, para modernizar a básica combinação.

Quando o evento pede um pouco mais de gala a camisa se torna indispensável; e os trajes formais ficam restritos para festas de extremo glamour. Um visual mais elaborado aliando jeans, blazer e camiseta caem bem para os homens modernos mostrarem todo seu estilo nessas reuniões.

Valorize sempre seu estilo e o conforto para registrar nas inúmeras fotos looks recheados de personalidade e bom gosto! Boas compras e boas festas!

Camila Cemin Rolon - Equipe de Redação Portais da Moda - Departamento de Moda

FOTOS DIVULGAÇÃO



Premiando o ano todo!



*Feliz Natal e
Próspero Ano Novo!*

Rua Rui Barbosa, 276 - Centro - São Roque/SP
Tel.: (11) 4712-1724 - supermodas@srnet.com.br

Benefícios do Treinamento Personalizado

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

Atualmente tem-se conscientizado da importância da atividade física, mais precisamente do treinamento de força ou com pesos, tendo diversos objetivos: saúde, aumento de massa muscular, da resistência muscular, da força máxima, melhora da performance esportiva, reabilitação, entre outros.

Esses diversos objetivos podem ser atingidos com o mesmo tipo de treinamento devido às possibilidades de combinação das variáveis utilizadas como: ordem, volume, intensidade, frequência dos treinos, intervalo entre séries e exercícios, controle de carga, porém essa elaboração específica somente deve ser feita por um profissional capacitado, que sabe quando e como deve ser utilizado cada tipo de combinação.

Isso levou a um aumento na procura em academias por profissionais qualificados, buscando otimizar os resultados de um treinamento e alcançar os objetivos de uma maneira mais



Em diálogo, Gabriela, Afonso e Alingua, treino na Academia Cultura Física

eficiente. É aí que entra o trabalho do personal trainer, um profissional de Educação Física especializado na prescrição e acompanhamento de exercícios físicos, de maneira individualizada.

O personal é responsável por todos os passos desde a avaliação física, seguida da elaboração, prescrição e acompanhamento de um programa de atividades físicas, definido segundo os objetivos do cliente e de seu quadro de saúde e aptidão física, respei-

tando sua individualidade e possíveis limitações.

Dentre os motivos pelos quais indicamos a contratação de um personal trainer estão: Atendimento e acompanhamento individualizado (normalmente 1 hora de atendimento exclusivo). Total atenção na supervisão e correção dos exercícios. Possibilidade de variação de modalidades e de exercícios nas aulas. Treinamento sem preocupações com contagem de repetições ou tempo de inter-

valo, o que passa a ser função do personal. Elaboração de programas com objetividade e eficiência, atendendo às expectativas do cliente e sua individualidade biológica. Maior motivação devido à presença constante do Personal, mesmo nos dias de indisposição e falta de vontade para exercitar-se.

Esse trabalho e atendimento diferenciado têm um custo mais elevado, porém tem um retorno que pode ser constatado nas comparações das sucessivas avaliações feitas pelo profissional, para mostrar seus resultados.

Converse com alguém que tem um personal trainer e questione-o sobre os benefícios! Mas se você está pensando em contratar esse serviço prepare-se, pois da mesma forma que você exigirá muito do seu (sua) personal, este também irá cobrar de você todo empenho e dedicação necessários para que juntos cheguem às metas traçadas com segurança e eficiência. ▲

Feliz Natal!

Casa Nastri
Calçados

Tradicionalmente os melhores sapatos da cidade!

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

Marketing | Publicidade | Propaganda

teaser
COMUNICAÇÃO INTEGRADA

www.agenciateaser.com.br | 11 9728.7498

Pedras Ornamentais
Churrasqueiras - Lareiras
Fogões à Lenha
Fornos & Acessórios

4784.3881

Rua São Paulo, nº 1.101 - Taboão - São Roque-SP
www.velhojeronimo.com.br - sanjeronimo@uol.com.br

Músicas de Natal, da Igreja ao Jazz e Pop Rock

Por: Barroso - músico / jornalista MTB: 47.431/SP



As primeiras músicas natalinas destinaram-se às cerimônias religiosas realizadas dentro das igrejas, o estilo empregado seguia basicamente o "canto gregoriano", que é ainda a forma de cantar dos monges beneditinos. O repertório musical natalino foi um poderoso meio de expressão da devoção do cristão ao nascimento de seu messias. Hoje está associado ao Papai Noel, festas e presentes.

No início do século XX foram surgindo músicas mais simples e comerciais, voltadas ao crescente mercado de presentes. Uma das canções mais divulgada e conhecida "Noite Feliz" é uma versão. Jingle Bells é uma autoria de James Pierpont, criada em 1857, para o Dia



de Ação de Graças dos americanos, teve traduções e versões gravadas em todo o mundo, no Brasil é conhecida como "Sino de Belém".

Com o apelo comercial mais em alta do que o religioso, grandes compositores do jazz americano começaram a dedicar músicas ao Natal: Louis Armstrong, Nat King Cole e Frank Sinatra; gravaram inúmeras canções de Natal...

Do universo pop/rock, o pai do rock'n roll, Elvis Presley, gravou um disco inteiro dedicado ao tema ("Elvis Christmas Album" - Álbum de Natal do Elvis), um sucesso incontestável. Os Beatles gravaram cerca de



dez álbuns de Natal, com regravações de compositores diversos. John Lennon, por exemplo, escreveu "Happy Christmas" (Feliz Natal), regrava em todo o mundo, inclusive pela cantora brasileira Simone.

No Brasil inúmeras músicas natalinas brotaram do folclore. Dentre os folclore populares de Natal destaca-se "O Pastoril" (autor desconhecido). Apesar de todo apelo religioso, comercial, entre outras questões, o que hoje é conhecido como "musiquinhas de natal" deveria ser "Canções de Natal", pois são melodias intensas, vibrantes, de simplicidade invejável. Então escolha a sua música e Feliz Natal. ▲

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

CENTRO DE ESTUDOS DE INFORMÁTICA E IDIOMAS

CTI

INFORMÁTICA E IDIOMAS
De olho no futuro, sempre com você!

*A escola CTI agradece a todos seus Clientes,
Amigos e Colaboradores e deseja um ...*

**Feliz Natal
e Próspero Ano Novo!**

INFORMÁTICA
- Novos Cursos Profissionalizantes - AutoCAD e 3DS-MAX.
- Informática Kids.
- Informática Melhor Idade.

INGLÊS E ESPANHOL
- Matrículas Abertas. Turmas 2011.
- Condições Especiais.

Fone (11) 4712-9720
www.cti.br
Rua Barbosa, 519 - Centro - São Roque




Natal iluminado

Liga Tudo

MATERIAIS ELÉTRICOS
ANTENAS - FERRAGENS - FERRAMENTAS

VSEG **Schneider Electric**
www.vseg.ind.br **"AMBUS VIDEO PORTER ELETTRONICO"**
www.schneider-electric.com.br

PREÇOS IMBATÍVEIS!

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

OmatildeÉpoca18

Natal é um momento de Refletir

Por: Por Mario Sanches Matilde - "Omatilde"



Antes de existir o Natal, ou de se ter dado o nome ao Natal, até mesmo antes do nascimento de Jesus, os europeus comemoravam a chegada da luz, o fim dos dias compridos do inverno pelo "Retorno do Sol". Isso era uma comemoração Pagã!

Natal existia em várias partes do mundo sem data fixa. No século IV depois de Cristo, o papa Julius I. fixa uma data, 25 de Dezembro. A idéia era substituir os rituais pagãos por uma festa cristã e conseguiu; hoje o Natal é globalizado.

Natal, um evento cristão, tornou-se o feriado mais rentável para lojas e alguns estabelecimentos, pois é caracterizado pela troca de presente entre família e amigos, sendo estes trazidos pelo lendário Papai Noel.

Os países católicos festejam a data utilizando várias tradições natalinas como canções, a figura do Papai Noel, a ceia de Natal, a árvore de Natal e o presépio de Natal, uma das representações do nascimento de Jesus.



O presépio com o menino Deus no estábulo, ao lado seus pais, os pastores por testemunhas, os animais em volta, a visita dos Reis Magos foi criado por São Francisco de Assis em 1223 que, em companhia de Frei Leão e com a ajuda do senhor Giovanni Vellina, montou em uma gruta da floresta, numa região da Itália, a encenação do nascimento de Jesus.

Na época já havia 16 anos que a Igreja tinha proibido a realização de dramas litúrgicos nas Igrejas, mas São Francisco pediu a dispensa da proibição para lembrar o povo, daquela região, a natividade e o amor a Jesus Cristo.

O povo foi convidado para a missa e, ao chegar à gruta, encontrou a cena do nascimento vivenciada por pastores e animais. Depois da morte de São Francisco, os Frades Franciscanos continuaram com a representação do presépio, utilizando imagens.

No Brasil, a cena do presépio foi apresentada pela primeira vez aos índios e colonos portugueses em 1552, por iniciativa do jesuíta José de Anchieta. Mas só a partir de 1986 São Francisco é considerado o patrono universal do presépio.

Reflexão é a palavra que deve ser usada neste Natal. O ano termina e nasce mais um Ano Novo; e ficamos mais Antigo! Feliz Natal e Ano Novo!

AGORA COM UM DOS MELHORES E MAIS AVANÇADOS
EQUIPAMENTOS PARA TRATAMENTO DE
celulite, gordura localizada e flacidez



VelaShape™

O mais avançado sistema de radiofrequência e infravermelho
que permite tratamentos simultâneos para a redução de medidas,
flacidez da pele e a diminuição da celulite.

Nova tecnologia ELOS (Eletro Optical Synergy)

• Suave Pressão Negativa • Infravermelho • Manipulação Mecânica • Radiofrequência

DB

Centro Médico
Paschoal Belmonte

1ª NA REGIÃO

- Cirurgião Plástico
- Clínica Médica
- Dermatologista
- Esteticistas
- Fisioterapeutas
- Ginecologista
- Nutricionista
- Nutrólogo
- Reflexoterapeuta

Avaliação personalizada gratuita!
Agende um horário!

Rua XV de Novembro, 79 Centro
São Roque - SP - CEP 18130-410
(11) 4712-9433 | 4712-7229
www.cmpaschoalbelmonte.com.br

O maior Natal de todos



C.A. CAIXA 6-10312010

Promoção de 20/11 a 30/12/2010

Comprando nas lojas participantes você concorre a:

R\$ 1.000,00 por dia! (vale-compras)

e mais rodadas de prêmios especiais

05 TVs de LCD 42" às sextas-feiras

05 Notebooks

05 Celulares c/ TV



SORTEIO TODOS OS DIAS NA SEDE DA ACIA ÀS 10H30

