

REVISTA  
**OSASCO**

**PLAZA**

SHOPPING

AGOSTO 2014  
ED. 14 Distribuição gratuita

**PAI**

**PÉ NA ESTRADA**

**PETAR**

**AS CAVERNAS DE  
SÃO PAULO**

**ENTREVISTA**

**GIL HERNANDEZ**

**É DIA DE HOMENAGEAR  
O HOMEM MAIS  
IMPORTANTE DA SUA VIDA**

**BEM ESTAR**

**A SAÚDE DO HOMEM**

**oBoticário**  
Aqui a vida é linda

No dia dos Pais,  
comemore esta relação  
única com um  
presente especial.

Portinari  
Memórias.  
Lançamento  
especial  
para o Dia  
dos Pais.



Portinari Pipas.  
Novidade  
para as crianças.  
Sem álcool.

[encontre.boticario.com.br](http://encontre.boticario.com.br)



loja



revendedora



site



Que frio! Enquanto as primeiras brisas surgem para anunciar o inverno, que aqui no Brasil nem é tão frio assim, chega também a edição de Dia dos Pais da Revista Osasco Plaza Shopping, trazendo muita coisa boa para seus leitores. Nesta edição conversamos com o ator, e pai, Gilberto Hernandez, que falou sobre carreira, a situação complicada da Venezuela, onde tem familiares, e também sobre paternidade. E, aproveitando o tema, que tal presentear seu velho com um equipamento de pesca bem bacana? Ou mesmo, quem sabe, convidá-lo para uma gostosa pescaria? As dicas estão na seção Sempre Ligado. Dependendo do resultado desta pescaria, um churrasco parece ser uma deliciosa opção para o almoço do dia dos pais. Na seção Temperos e Sabores trazemos um pouco sobre esta verdadeira paixão nacional que é assar uma carniinha. Batemos um papo com João Goes Neto, Secretário de Transportes e Mobilidade Urbana de Osasco, que abordou temas ligados a esta importante área da administração pública. Na página Pê na Estrada visitamos o Petar, parque das cavernas localizado no sul do estado de São Paulo, que revela belezas deslumbrantes, escondidas dos olhos humanos. Em nossa coluna Passarela, um apanhado das tendências em calçados, masculinos e femininos, para a estação mais fria do ano. Mas não é só isso, esta edição traz ainda cultura, saúde masculina, dicas de filmes, livros e tudo o que de mais importante acontece no Osasco Plaza Shopping.



Foto: Rodrigo Lopes



## 04 IR E VIR COM QUALIDADE E SEGURANÇA

João Gois, secretário de Transporte e Mobilidade Urbana fala sobre o setor em Osasco.

## 14 GIL HERNANDEZ,

O ator fala sobre carreira, futebol, Venezuela e a experiência de ser pai

## 06 VIAGEM AO CENTRO DA TERRA

Petar, o parque das cavernas do Estado de São Paulo.

## 10 SEUS PÉS NA MODA INVERNO 2014

As principais tendências da moda para a temporada mais fria do ano.

## 24 A MALETA DO PESCADOR

Equipamentos de pesca para presentear os pais.

## 26 A DEMOCRACIA DO CHURRASCO

Uma paixão gastronômica do brasileiro

### EXPEDIENTE

REVISTA OSASCO PLAZA SHOPPING | AGOSTO/14

Responsável legal: Carlos Araújo

Jornalista Responsável: Carlos Araújo | MTB: 74534/SP

Redação: Henrique Furlan

Administração: Carlos Araújo

Projeto Gráfico: KMC DESIGN - [www.kmcdesign.com.br](http://www.kmcdesign.com.br) - (12) 3157-1392

Designer Gráficos: Kallel Capucho

Comercial e Marketing: Adriana Senne (11) 94288-2864

Fotografia: João Athaide, Leandro Rodrigues, Rodrigo Lopes, Antônio Kolb Filho, Sxc.hu, iStock

Colaboradores: Prefeitura Municipal de Osasco, Márcio Damasceno, Associação Comercial de Osasco, [www.petar.com.br](http://www.petar.com.br) José Luiz de Souza, Fiori Orlandi.

Impressão: Vox Editora

A Editora não se responsabiliza pelos conceitos emitidos nos artigos assinados

A Revista Osasco Plaza Shopping Ed. 14 é uma publicação da Editora Araújo  
Rua Dr. Levy Cornetti Velloso, 288 - Parque das Alamedas Guaratinguetá/SP.  
CNPJ: 04.958.072/0001-05 / Tel.: (12) 99106-2318, (12) 99121-9427, (35) 8836-0452  
(11) 94288-2864 - E-mail: [contato@editoraaraujo.com.br](mailto:contato@editoraaraujo.com.br) [editoraaraujo@hotmail.com](mailto:editoraaraujo@hotmail.com)



editora araujo



João Gois

A área de transporte e mobilidade urbana é uma das mais importantes e também problemáticas em todo o Brasil, principalmente nos grandes centros. Em Osasco, quinta maior cidade do Estado de São Paulo, não é diferente, mas muitos projetos estão sendo elaborados para o setor. Para conhecermos um pouco mais da realidade do município, conversamos com João Gois, secretário de Transporte e Mobilidade Urbana de Osasco.

**Como se configura, hoje, em Osasco a relação entre desenvolvimento urbano e aumento da frota de veículos?**

Osasco tem um potencial econômico muito grande, por isso, muitos empreendimentos residenciais, comércios e indústrias têm se instalado na cidade. Como consequência desse desenvolvimento, existe o aumento da frota de veículos, tanto dos moradores, como também, o número de veículos que pertencem à frota flutuante, ou seja, veículos de pessoas que circulam em Osasco para resolver questões de trabalho ou para realizar compras em nosso comércio. Por isso, temos procurado investir em projetos para aumentar a fluidez do trânsito na cidade.

**A área de transporte é considerada, por muitos, um dos principais problemas de infraestrutura do Brasil como um todo. O que Osasco está fazendo para enfrentar os desafios do setor?**

Nossa cidade possui um problema na ligação Norte e Sul, pois temos uma linha de trem e o Rio Tietê que cortam a nossa cidade. Para melhorar a questão do transporte, estamos investindo na criação de novos corredores de ônibus, com isso, possibilitamos que os moradores de Osasco tenham uma opção de chegar mais rápido e com conforto ao seu local de trabalho utilizando o transporte público. Atualmente, temos o corredor na avenida Getúlio Vargas, na zona Norte da cidade, e também em toda a extensão da avenida dos Autonomistas, que liga a Vila Yara até o Km 21, no limite com Carapicuíba. Além disso, estamos realizando intervenções em diversas avenidas da zona Norte e Sul de Osasco, para que o transporte público circule cada vez mais rápido.

**O Brasil é um dos recordistas mundiais em compras pela Internet, fato que impacta diretamente o trânsito das grandes cidades. Em sua opinião, de que forma a infraestrutura dos municípios poderá se adequar a novas tendências como esta?**

Podemos contribuir dando todo o suporte necessário para a instalação das empresas que fazem a entrega desses produtos, através da Secretaria de Indústria, Comércio e Abastecimento. Para garantir a mobilidade, também podemos dar orientações sobre os horários de carga e descarga de mercadoria, tudo para não afetar o trânsito na cidade.

**A acessibilidade dos portadores de necessidades especiais é um importante quesito quando se pensa em mobilidade urbana. Como o senhor avalia esta questão e como Osasco cuida deste aspecto?**

Posso dizer que essa é uma prioridade em Osasco. Para garantir essa acessibilidade nossos coletivos são adaptados. Em todas as obras viárias são realizados os rebaiamentos das guias para garantir o direito de ir e vir das pessoas com necessidades especiais. Além disso, estamos fazendo a adaptação de aproximadamente 200 escolas, que recebem além de sinalização, adequação para garantir a acessibilidade. Osasco também teve a preocupação de adequar os prédios públicos para receber pessoas com necessidades especiais ou mobilidade reduzida.

### Quais os principais projetos em andamento e também aqueles que serão implantados no setor de transportes de Osasco?

Em andamento temos projetos como Educação para o Trânsito, que consiste na formação dos nossos futuros condutores, através de aulas educativas dentro da sala de aula, tornando esse aluno um agente multiplicador das leis de trânsito. Também ampliamos o programa POT (Placas Orientação de Trânsito). Através desse projeto os condutores terão mais informações sobre rotas alternativas para circular em Osasco. Outro projeto é a ampliação dos corredores de ônibus, para garantir maior fluidez ao transporte público. Para o futuro, estamos elaborando um projeto para implantação do VLT (Veículo Leve sobre Trilhos) que deve ligar a Raposo Tavares até a região de Quitaúna, uma das mais adensadas do município. Além disso, está em licitação o Plano de Mobilidade Urbana, um estudo que vai analisar toda a questão do transporte da nossa cidade e servirá de base para a criação de novas linhas de ônibus, abertura de vias e elaboração de outros projetos para melhorar o transporte público.

### Em sua opinião, de que forma o cidadão pode contribuir para melhorar o trânsito e a mobilidade urbana de sua cidade?

Existem várias formas de contribuição, mas a principal delas é respeitar as leis de trânsito, dar preferência ao pedestre, não estacionar em locais proibidos ou fazer a ultrapassagem do farol vermelho. Parece simples, mas, infelizmente, todos os dias, acontecem diversos acidentes que poderiam ser evitados. Precisamos compreender que o trânsito é feito de vários indivíduos (pedestres, motoristas, ciclistas, motociclistas, entre outros), por isso, o respeito às leis é fundamental para garantir um trânsito mais seguro a todos. Além disso, estamos investindo para que o motorista, quando possível, possa deixar o carro em casa e utilizar o transporte público.

## Você conhece todos os serviços do Espaço Secor?

Espaço Secor



**A**lém de cuidados com cabelo e unhas, nós contamos com uma equipe preparada para te atender, no 1º andar, em diversos serviços, como tratamentos estéticos e de podologia!



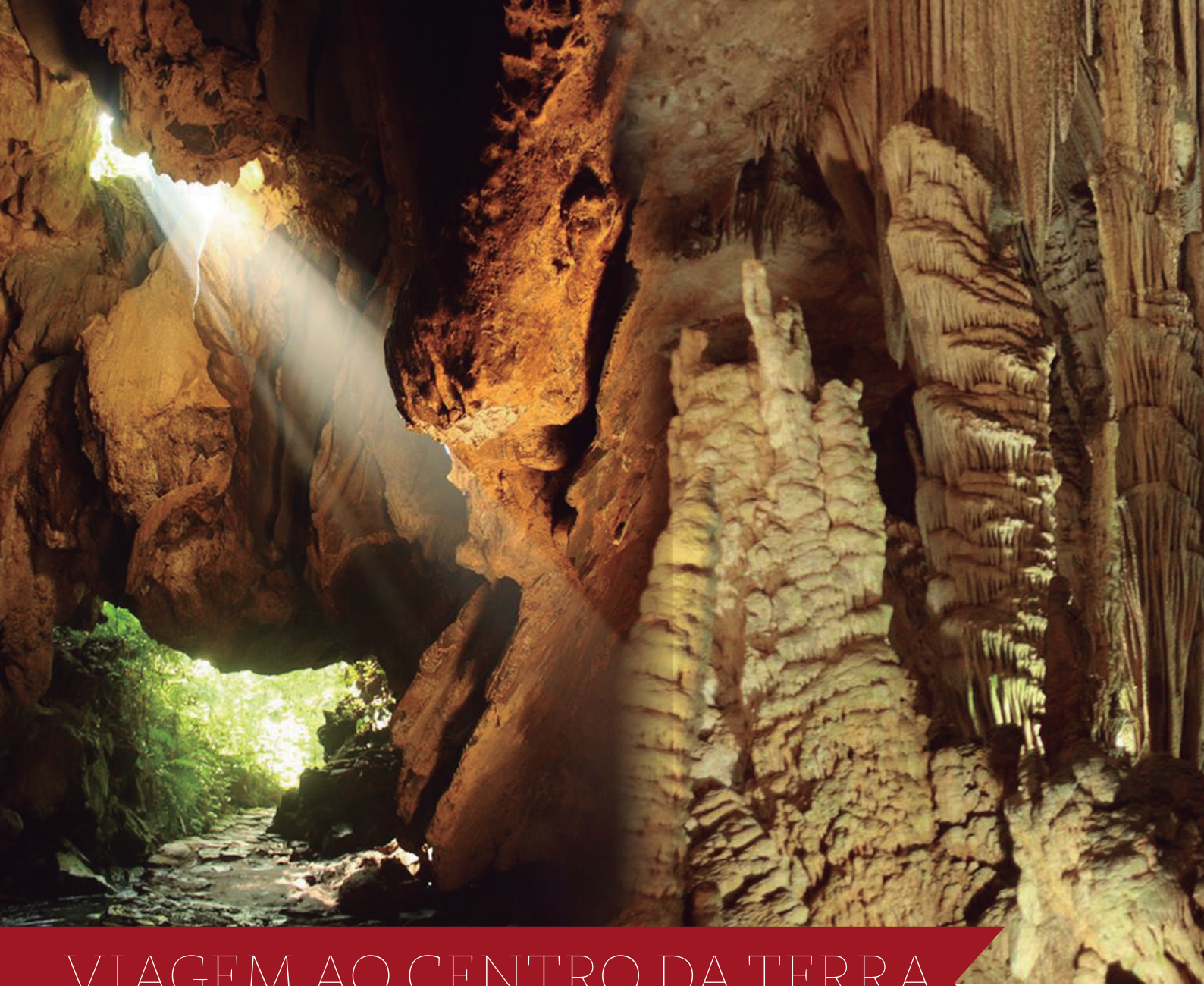
Confira nossos serviços e venha para o Espaço Secor!

- Drenagem linfática
- Massagem modeladora
- Banho de lua
- Esfoliação corporal
- Massagem anti-estresse
- Limpeza de pele
- Podologia
- Tratamento p/ unhas encravadas



**Espaço Secor** Beleza, Estética e Saúde

R. Batista de Azevedo, 84 - Centro de Osasco  
Telefones: 3654-3405 / 3654-3138



# VIAGEM AO CENTRO DA TERRA

Por Henrique Furlan

O Brasil é um país de natureza estonteante. São praias, rios, lagos, florestas e montanhas de encher os olhos. Mas, o país possui também belezas que ficam escondidas da vista, protegidas pelo manto da mãe Terra, as cavernas e grutas.

O Petar (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira) está localizado entre as cidades de Apiaí e Iporanga, no Vale do Ribeira, a 320 km da capital. Ele reúne mais de 300 cavernas cadastradas pela Sociedade Brasileira de Espeleologia, além de cachoeiras, trilhas, sítios arqueológicos e paleontológicos, mirantes e muito mais.

Este reduto de Mata Atlântica, que foi criado em 1958 por um decreto do governo estadual, possui cerca de 35 mil hectares de área preservada, que abriga diversas espécies animais, como gavião-real, paca, onça-pintada, anta e muriqui, além de uma vegetação muito rica, com bromélias, orquídeas, canelas, cedros e palmito juçara.

Apesar de atrair adeptos de esportes radicais como rapel, boia cross, cascading, canyoning, trekking, tirolesas e espele, a maioria das pessoas que visita o parque vem interessada nos mistérios e belezas ocultas sob seus pés. E, neste aspecto, o Petar não decepciona, oferecendo cavernas para todos os gostos e níveis de coragem, desde as

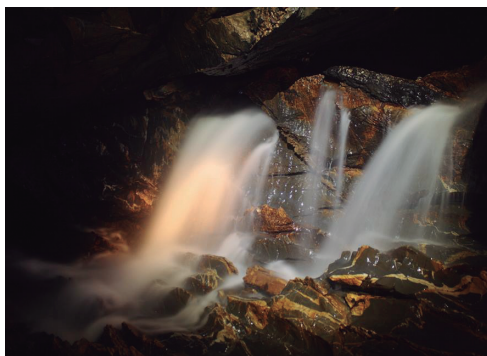
mais radicais, com rios, salões enormes, escadadas, dunas, abismos de até 240 metros, mergulho e rapel, até aquelas formatadas ao turismo normal, com passarelas, pontes e escadas. O parque possui cavernas “secas” e “molhadas”, estas com rios em seu interior.

O Petar conta com quatro núcleos de visitação, criados para controlar o número de visitantes, a segurança dos turistas e garantir sua preservação:

- Núcleo Santana: Atrativo mais visitado do parque, este núcleo possui também as principais cavernas, como a de Santana, Torre de Pedra, do Morro Preto, do Couto e da Água Suja.



Fotos: Antônio Kolb Filho



- Núcleo Caboclos: É o mais afastado do Petar, abrigando as belas cavernas Desmoronada e Terminina, a única aberta à visitação, ao lado das do Chapéu, Aranhas, Água Sumida, Arataca e Pescaria. O acesso a elas é bem difícil.

- Núcleo Casa de Pedra: Abriga a caverna de mesmo nome, que possui o maior pórtico

do mundo, com nada menos que 215 metros de altura. A visita em seu interior é proibida.

- Núcleo Ouro Grosso: Possui aquela que é considerada a mais difícil das cavernas do parque, a do Ouro Grosso, e também a caverna do Alambari de Baixo.

Por razões de proteção e conservação deste riquíssimo patrimônio natural, somente 12 cavernas do Petar são abertas à visitação.

### CACHOEIRAS E OUTROS ATRATIVOS

Para emoldurar suas magníficas cavernas, o Petar abriga ainda lindas cachoeiras, que impressionam pela beleza e também pelo tamanho, como a das Arapongas (50 metros de queda) do Betarizinho (45 metros), das Andorinhas (35 metros de altura), do Sem Fim (10, 04 e 11 metros), Sete Reis (10 metros), da

caverna do Ouro Grosso (06 metros), do Couto (05 metros) e da Água Suja (03 metros).

Os adeptos de um passeio mais voltado à história e à cultura podem visitar o centro histórico de Iporanga, a Casa do Artesão na cidade de Apiá ou ainda visitar o Quilombo do Ivaporunduva, no município de Eldorado. Na região vivem também comunidades caiçaras e índios Guarani.

Para visitar o Petar é necessário agendamento prévio e os passeios só podem ser feitos com monitores locais. O horário de visita é de terça a domingo, das 8h às 17h. Traga lanterna e dê preferência a calças que cheguem aos tornozelos. As taxas de visitação e monitoria no parque devem ser pagas em dinheiro.

Seu espelho e  
sua esperança...

Seu super-herói  
merece o  
melhor.



10X  
124

### ANEL DE OURO

Estampado com  
Zircônia Redonda  
de 10 mm

AN10073



10X  
170

### PULSEIRA EM OURO

Figaro 3x1

PS5281



10X  
47  
CADA

### ALIANÇA DE OURO

Gravação Grátis  
Garantia Permanente  
do Ouro

AS0009



10X  
62

### RELÓGIO TECHNOS

Capitães da Taça  
Dunga

2315YP4M

GARANTIA  
PERMANENTE



10X  
248

### ANEL DE OURO

Com São Jorge  
Detalhe em Ródio

AN11816

GRAVAÇÃO  
GRÁTIS



10X  
115

### ANEL DE OURO

Anel em Ouro 18KL  
Pérola Com Brilhante

AN5549

E TODA LINHA  
DE RELÓGIOS

MAGNUM

ORIENT

seculus

TECHNOS

Champion

CONHEÇA A NOVA  
LINHA DE ÓCULOS

Serftore®  
occhiali

FABRICAÇÃO  
PRÓPRIA





Descubra as vantagens de ter um cartão CASA DAS ALIANÇAS. Passe em uma de nossas lojas e se informe com um de nossos vendedores.



10X  
25

**RELÓGIO CHAMPION**

Caixa em Aço Inox  
Pulseira em Couro

CA30374H

CONDIÇÕES ESPECIAIS

10X  
103  
CADA



**ALIANÇA DE BODAS**

Filete Diamantado Central  
Gravação Grátis

AS0051

LANÇAMENTOS

CONHEÇA A NOVA LINHA DE ÓCULOS

SANTORINO



10X  
28

**RELÓGIO MAGNUM**

Caixa em Aço Inox  
Pulseira em Couro

MA31524L



10X  
72

**PINGENTE**

Pingente Nascimento em ouro 18KL

PG6162

PEÇAS EXCLUSIVAS

ATENDIMENTO PERSONALIZADO



10X  
202

**ANEL EM OURO**

Com Cristo em Ródio

AN11873

CONHEÇA A NOVA LINHA DE ÓCULOS



VALÊNCIA

A MAIOR VARIEDADE



10X  
49

**RELÓGIO ORIENT**

Pulseira e Caixa em Aço Multifunção

BR0173



10X  
142

**PULSEIRA EM OURO**

Malha Romana Oca

PS5792



10X  
166

**ANEL DE OURO**

Estrela de Davi em Ouro Branco

AN11820



JOIAS • ÓTICA • RELÓGIOS  
**CASA DAS ALIANÇAS**

Onde o seu amor tem mais brilho!

Pagamento à vista ou parcelado nos cartões de crédito sujeito aos critérios de aprovação da loja. As ofertas são válidas no período de 14/07/2014 a 10/08/2014 ou até durarem os estoques. As imagens e produtos e preços divulgados servem apenas como referência aos consumidores.



## SEUS PÉS NA MODA INVERNO 2014

Foto: istockphoto

Por Henrique Furlan

Quando chega o inverno, nossa primeira preocupação é sempre com os agasalhos, casacos e blusas, e acabamos nos esquecendo de uma parte de nosso corpo que, por razões óbvias, sofre bastante com o frio: nossos pés.

Por esta razão, trazemos aqui uma seleção com as principais tendências de calçados para este inverno, com um pouquinho do que estará fazendo a cabeça e, principalmente, os pés delas e deles.

É mais que sabido que mulher é apaixonada por sapato, e como o inverno é considerado a época mais elegante do ano, elas vão querer arrasar, transformando cada passo num desfile de charme e beleza. Separamos algumas dicas essenciais para os delicados pés femininos:

**- Botas:** Continuam sendo o calçado oficial do inverno e aparecem neste ano nas versões "Ankle boots", que unem sandálias abertas com botas, um pouco de plataforma, bico fino e salto grosso; "Chelsea boots", com elástico na lateral, que prometem ser o sucesso da temporada; "Folk boots", com cano curto, fivelas e detalhes aplicados; e as "Over the knee", de cano alto, um pouco acima do joelho, que também serão obrigatórias.

**- Sandálias:** Nesta estação ganharão destaque os modelos com tiras finas na parte superior, todavia com saltos, que aparecem grossos ou finos. A tendência sugere a combinação com meias nos dias de frio mais intenso.

**- Animal Print:** quase que uma marca registrada do inverno, ela aparece menos neste ano, mas será sempre um ás na manga, moderno e chique.

**- Preto e branco / cores:** O preto e branco continua sendo um clássico da estação mais fria do ano, que em 2014 aparece numa mistura de couros e também em estampas, como pied de poule, zebras e póas, entre outros. Entre as cores, o vermelho, o nude e os metálicos estarão no top das preferências. O modelo "cap toe", que apresenta no bico uma cor diferente do restante do sapato, também aparece como forte tendência.

**- Tênis de running:** Tanto para elas quanto para eles, os tênis de corrida poderão ser incorporados ao visual deste inverno.

## PARA ELES

Os calçados masculinos aparecerão trazendo um interessante mix entre a tradição e a inovação. Quem aparece com destaque é o verniz, tanto nos sapatos sociais quanto nas botas de cano curto e médio. Os bicos afinam levemente e as cores ficam mais vibrantes. Os brogues, oxfords e napolitanos se mantêm em alta.

O estilo militar se dilui um pouco ao ganhar looks mais urbanos, embora os coturnos continuem com seu visual pesado, com sola de trator, mas desta vez com cores sóbrias e leve desgaste no couro acamurçado.

Ao que parece, o conforto e a discrição serão sempre as principais apostas para todos os modelos masculinos, sejam eles sociais, casuais ou esportivos. E, para estes últimos, menos será sempre mais nesta estação.

Neste inverno, coloque seus pés na moda e curta o friozinho da estação.

QUANDO VOCÊ QUER  
ESTILO E VARIEDADE

TODOS OS CAMINHOS  
LEVAM A UM SÓ LUGAR

VENHA SE SURPREENDER



FOCUT.com.br



VIM VI  
VENCÍ  
MODA INFANTIL - TEENS

MAIS QUE UMA MARCA  
UM SENTIMENTO

Shopping Osasco Plaza - Loja 140

Santos - Araraquara - Campinas - Santo André

Fone: (11) 3684.0844

f /vimvivencibrasil  
www.vimvivenci.com.br

Presentes para o  
Dia dos Pais é na

PODEROSO  
**TIMÃO**  
A LOJA OFICIAL DO CORINTHIANS



R\$ 59,90

REF: CO0464001

CANECA NA LATA DOURADA



R\$ 249,90

REF: CO3243007

AGASALHO LOGO LATERAL



R\$ 159,90

REF: 12010004

KIT CHURRASCO

... e muito mais!

OSASCO PLAZA SHOPPING | R. Ten. Avelar Pires de Azevedo, 81 - Centro | Tel. (11) 3654-2367

PRESENTES PARA  
O DIA DOS PAIS É NA



SÃO PAULO

MANIA

POLO RECORTES IRREGULARES



R\$ 129,90

SP0164004

AGASALHO TRILOBAL PRETO



SP3223001

R\$ 219,90

KIT CHURRASCO



R\$ 172,50

12010003

... E MUITO MAIS!

OSASCO PLAZA SHOPPING | R. Ten. Avelar Pires de Azevedo, 81 - Centro | Tel. (11) 3683-2986

# VOCÊ SABIA?

## Revistas têm 64% de atenção exclusiva.

Quando um consumidor lê uma revista, ele está muito menos propenso a se ocupar com outras atividades. Estudos Marplan demonstram que REVISTAS têm 64% de atenção exclusiva, contra 61% de Jornais 34% de Internet, 16% de TV e 15% de Rádio.

Além disso, os leitores de revista prestam mais atenção nos anúncios publicitários do que os internautas. Prova disto, é que você leu até aqui.



editora araujo

Anuncie Aqui!



Por Henrique Furlan

N

esta edição, entrevistamos o ator Gil Hernandez, que nesses quinze anos de profissão, atuou em mais de 25 peças teatrais, novelas, seriados, filmes, além de aparecer em publicidades e apresentar um programa sobre futebol na TV por assinatura. Neste animado bate papo, o ator carioca, que atualmente grava a nova temporada de Malhação e atua na peça "Feliz por nada", fala sobre carreira, copa do mundo, sobre a situação da Venezuela, onde residem seus pais e irmãos. Gil fala também sobre a alegria e as transformações trazidas pela paternidade.

# “ GIL HERNANDEZ, ATOR POR PROFISSÃO, PAI POR VOCAÇÃO

Foto: Rodrigo Lopes

**Você está hoje em Malhação, um seriado que está em sua vigésima temporada, e também estrelou várias outras séries, como "A justiceira", "A lei e o crime" e "Acampamento de férias". O que mais te atrai neste formato? E quais são as suas séries favoritas, nacionais ou estrangeiras?**

Sem dúvida, nos seriados os personagens são mais bem estruturados e muitas vezes têm uma dimensão mais profunda. Gosto muito do gênero seriado. Para citar alguns nacionais, não posso deixar de fora "Sessão de terapia", "Pé na cova", "Entre tapas e beijos". Eu adorava a leveza de "Louco por elas". Dentre os estrangeiros sou fã de "House" até hoje.

**Você já atuou em televisão, teatro e cinema. Qual destas mídias mais te desafia como ator? Por que?**

Acho que de todos os veículos o que é sempre mais desafiador é o teatro. Ali não tem recursos, edições, é ao vivo e a reação do público potencializa tudo. É Mágico! Adoro televisão, sou apaixonado por cinema, mas, sem dúvida, para mim o teatro é a casa do ator.

**Existe algum personagem que você sonha interpretar, ou mesmo algum autor ou diretor com quem tenha vontade de trabalhar um dia?**

Muitos. São muitos os personagens, diretores, autores e atores com quem gostaria de trabalhar. É engraçado isso, muitas vezes os atores não se conhecem, mas de tanto assistirem o trabalho um do outro, criam-se afinidades. Existe muita gente boa no Brasil, e muitos nem são conhecidos do grande público. Dos conhecidos, eu adoraria um dia trabalhar com o diretor Luiz Fernando Carvalho, com o ator e diretor Selton Mello e com a Glória Pires, isso para citar alguns.

**Conte-nos um pouco sobre sua experiência como apresentador, já que esteve à frente do programa "Clubes do Coração", no Sport TV. O futebol também é uma paixão em sua vida?**

Como não tinha muito dinheiro para fazer curso de vídeo, eu virei "rato" de teste, no Rio

de Janeiro. Institucionais, vídeos corporativos, publicidade etc. Isso me aproximou muito dessa função do apresentador, que é um pouco ator, um pouco jornalista e um pouco você mesmo. Olha, e eu gosto muito desse lugar. Sobre futebol, eu já fui mais ligado, batia uma bola redondinha, cheguei a participar de uma peneira no Flamengo. Mas depois fui me afastando um pouco, comecei a sentir um certo desgosto com a política do futebol, a coisa se tornou muito mercenária, o amor pela camisa mudou pelo amor ao salário. Hoje sou muito ligado em tênis, até faço parte de uma associação de tenistas, a ATB.

**E por falar em futebol, a realização da Copa do Mundo no Brasil foi cercada de muita polêmica devido aos elevados gastos com o evento, em detrimento de áreas sociais que passam por dificuldades. Você tem uma opinião formada sobre este assunto?**

Olha, não acho ruim o Brasil estar sediando uma copa, acho até legal, o problema é que tudo no Brasil é pretexto para corrupção e ineficácia pública. Acho um absurdo o Brasil ter aberto mão dos impostos que teria direito de receber da FIFA, especula-se algo em torno de um bilhão de reais, e isso para uma entidade bilionária como a FIFA. Acho um acinte, uma esculhambação o Congresso se dar folga enquanto o salário dos professores, dos médicos, dos policiais e de tantas outras categorias ser essa miséria.

**Você é nascido no Rio de Janeiro e tem descendência venezuelana. Como você vê as dificuldades enfrentadas pelo povo deste nosso vizinho sul-americano nas áreas mais básicas, como alimentação, energia, entre outras? Você acha que a democracia está, de alguma forma, ameaçada na América do Sul?**

Morei na Venezuela até os oito anos, tenho pai e quatro irmãos que ainda moram lá, fui alfabetizado lá e tenho um grande carinho pelo país. Mas, a última vez que estive lá com a minha mulher e minha filha, em 2010, fiquei

**"A paternidade é uma das funções mais maravilhosas que um homem pode ter".**

muito triste. É muito penoso viver num lugar onde faltam as coisas mais básicas e onde a população é refém de um governo que reprime violentamente qualquer tipo de manifestação e controla os meios de comunicações. Tenho certeza de que a Venezuela vive uma tragédia e é uma pena que a maioria dos países vizinhos nada façam. Não sou um grande entendedor do assunto, mas para mim, esse papo de esquerda e direita já foi há muito tempo. O grande problema continua sendo a corrupção e o jogo de poder, e não adianta culpar só os políticos, uma parte da sociedade tem culpa nesse esquema perverso que aí está. Não sou adepto de nenhum governo totalitarista, mas, se aquilo ali que acontece na Venezuela é democracia, estamos perdidos.

**Todos falam que após nos tornarmos pais, nossa visão sobre nossos pais muda. Isso aconteceu com você?**

Aconteceu sim, a vida ganha um outro sentido, muito mais pleno. É necessário perdoar e entender os seus pais e a si mesmo. O Legião Urbana tem aquela música "Pais e Filhos", que traduz muito bem esse sentimento: "Você culpa seus pais por tudo, isso é um absurdo, são crianças como você, o que você vai ser quando você crescer...".

**O que a paternidade significa para você?**

Tenho observado tantas crianças sendo criadas somente pelas mães, não entendo. A paternidade é uma das funções mais maravilhosas que um homem pode ter, a de ser uma referência de amor, um solo fértil para o crescimento, um continente de segurança, poder influenciar amorosamente na vida de um ser humano.

**"Adoro televisão, sou apaixonado por cinema, mas, sem dúvida, para mim o teatro é a casa do ator".**



# Teve Copa. E agora?



A maioria dos comerciantes ouvidos pela Associação Comercial e Empresarial de Osasco (ACEO) tem sido categórica: as vendas caíram durante a Copa do Mundo. Um mês atípico devido ao torneio que parou o Brasil, obviamente, mas também pelas incertezas de um cenário econômico cada vez menos promissor.

A expectativa de crescimento da economia brasileira neste ano foi corrigida para baixo pela nona vez consecutiva e decaiu para menos de 1% em julho. Definitivamente, os próximos meses serão de muito trabalho. E isto é uma especialidade de nossa cidade!

Industrial, desde sua concepção até os dias atuais, Osasco soube crescer apoiada também por outros setores, como o comércio e os serviços, que vislumbraram no município um potencial único na região. Hoje, somos umas das esquinas comerciais mais pujantes de São Paulo, competindo em público e preço com a Capital e outras grandes cidades do Estado. É com base neste histórico que acreditamos que a indústria, o comércio e os serviços de nossa cidade vão vencer neste momento de apreensão.

Nossa meta é continuar trabalhando para que a classe produtiva de Osasco

continue tendo ferramentas para crescer. Seja atuando como tribuna do empresariado, exercendo forte atuação representativa, ou oferecendo serviços e produtos desenvolvidos para cada tipo de negócio, a ACEO, hoje, está preparada para atender as novas demandas do mercado e focada na prestação de serviços a seus associados.



Empresário e presidente  
da Associação Comercial  
e Empresarial de Osasco



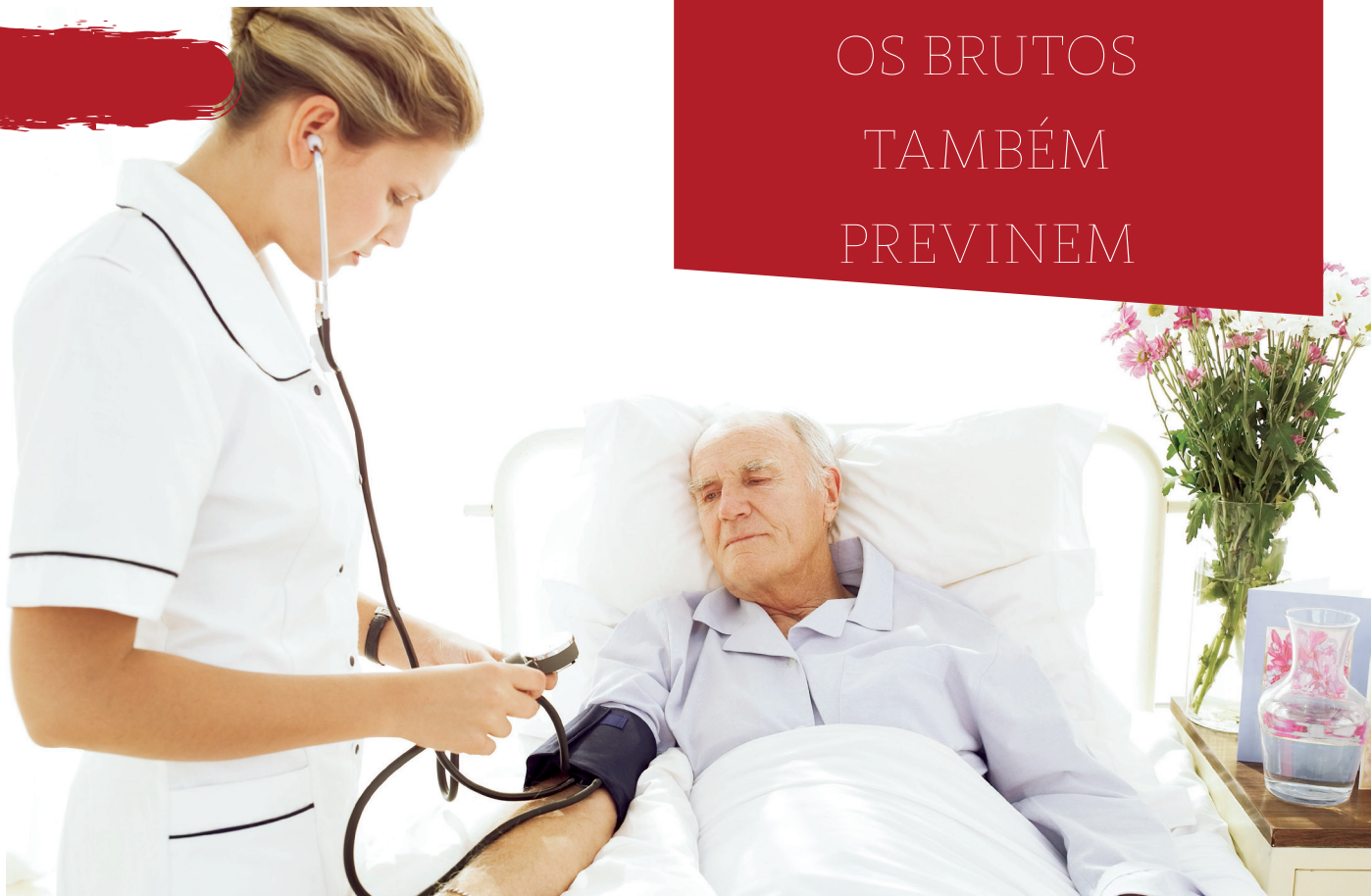


# Pai

Que me faz crescer  
e ser mais forte  
Que me carrega  
e que me ensina  
Que me leva todos os dias  
ao meu destino

Homenagem da ACEO  
a todos os pais pelo seu dia





Por Henrique Furlan

Foto: Sxc.hu

Para os homens que fogem do médico como o diabo foge da cruz, um aviso mais que óbvio: a prevenção é ainda o melhor caminho para uma vida saudável.

Este péssimo hábito cultural da população masculina, comprovada em pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde em 26 capitais brasileiras e no Distrito Federal, contribui, e muito, para as tristes estatísticas de mortalidade por doenças cardiovasculares, câncer entre muitas outras.

Por ainda se julgar o sexo forte, fato também aliado a uma boa dose de machismo e preconceito, o homem evita determinados exames, como o de toque retal, realizado pelo urologista, que detecta o câncer de próstata. É mais do que sabido que o diagnóstico precoce é uma das maiores armas contra esta e muitas outras doenças. Um check-up anual no cardiologista também é importante, para controle dos fatores de riscos cardiovasculares, como excesso de peso, hipertensão arterial, diabetes, colesterol, entre outros. Este comportamento de fuga, do homem, o leva a sofrer com enfermidades

que poderiam ser evitadas com uma simples prevenção.

Quando se ouve falar em prevenção, isso não se refere somente às visitas periódicas ao médico, mas também a uma completa mudança no estilo de vida, com alimentação saudável, atividade física regular, tempo para o lazer e convívio com a família e amigos, abandono de vícios como fumo e álcool e até mesmo desenvolvimento da espiritualidade.

#### PROBLEMAS MAIS COMUNS

Além das enfermidades já citadas, outros problemas são bastante comuns aos homens, como a andropausa, ou distúrbio androgênico do envelhecimento masculino (DAEM), que acontece com a redução na produção do hormônio masculino testosterona, produzido nos testículos. Ela provoca uma série de sintomas e pode estar relacionada a várias enfermidades do homem. Outro grande fantasma para o homem é a disfunção erétil, ou impotência sexual masculina, que é a dificuldade de atingir ou de manter uma ereção suficiente para uma relação sexual

bem-sucedida. Ela pode ser causada por fatores emocionais ou físicos, como diabetes, hipertensão, doença cardíaca, fumo e a idade.

A síndrome metabólica, doença da civilização moderna, associa doenças cardiovasculares, vasculares e diabetes e é também associada à obesidade, e resultante de má alimentação e sedentarismo.

#### EXAMES ESSENCIAIS

Entre os principais preventivos que todo homem deve fazer com regularidade estão os exames de sangue para colesterol total e frações, triglicérides, glicemia e insulina; calcificação em coronária; função hepática (TGO, TGP); ácido úrico, ureia e creatinina; câncer de próstata, com dosagem da enzima PSA e toque retal; câncer de cólon, com a colonoscopia; função pulmonar, indicada aos fumantes; e radiografia de tórax.

Além destes exames, vale repetir: faça exercícios cinco dias por semana, alimente-se de maneira saudável e reduza o estresse. Viva bem, com alegria e saúde!



AMANHECER MINAS

 useamanheceminas

Tel. 35 3341-3760 / Tel. 35 3332-2772  
[www.amanheceminas.com.br](http://www.amanheceminas.com.br)





### Os Mercenários 3

**Com:** Sylvester Stallone, Mel Gibson, Harrison Ford, Arnold Schwarzenegger, Jason Statham, Jet Li, Dolph Lundgren, Antonio Banderas, Wesley Snipes. Lançamento da Califórnia Filmes.

Reunindo um time de astros, o filme mostra um grupo de jovens mercenários se aliando aos veteranos quando um de seus fundadores volta para se vingar. Ação e emoção garantidas. Estreia em 21 de agosto.



### Hércules

**Dirigido por Brett Ratner.**

**Com:** Joseph Fiennes, Peter Mullan, John Hurt, Irina Shayk, Rebecca Ferguson e Ingrid Bolsø Berdal, Aksel Hennie, Ian McShane, Rufus Sewell. Lançamento da Paramount Pictures.

Hércules, desiludido após realizar os doze trabalhos é contratado pelo rei da Trácia para criar um exército. Quando o rei usa a armada contra inocentes, o herói se volta contra ele. Estreia em 04 de setembro.

## LIVROS



### Não contém glúten nem lactose - Lapinha spa - suas receitas, seus segredos

**Autores:** Daniel S. F. Boarim, Dieter Brepohl, Carolina Nizer  
**Editora:** Senac Rio  
**192 páginas**

Indicada para os portadores de intolerância ao glúten e à lactose. Além de uma parte teórica sobre o assunto, o livro traz 60 receitas nas quais não estão incluídas estas substâncias. A obra oferece dicas, dados de pesquisa e diagnósticos de casos para ajudar a entender o problema e identificar os sintomas que afligem um grande número de pessoas.



### Eu, Christiane F., a vida apesar de tudo

**Autor:** Christiane V. Felscherinow  
**Editora:** Bertrand Brasil  
**266 páginas**

A história de vida de Christiane F. ficou famosa no mundo inteiro graças ao livro "Eu, Christiane F. – 13 anos, drogada e prostituída" e a um filme baseado nele. Mas, e depois, o que aconteceu? Nesta nova obra, a própria Christiane volta para revelar seus dias felizes, seus sofrimentos, a luta contra o vício, de forma franca e corajosa.



### Capitão América 2 – O Soldado Invernal

**Com:** Chris Evans, Samuel L. Jackson, Scarlett Johansson, Anthony Mackie, Stan Lee  
Lançamento da Paramount Pictures  
**Duração:** 2h08

Após os eventos de Os Vingadores, o Capitão América é envolvido numa conspiração que pode acabar com a S.H.I.E.L.D. e matar seus amigos. Ao lado da Viúva Negra e do Falcão, ele enfrenta assassinos profissionais enviados para caçá-los, entre eles o misterioso e implacável Soldado Invernal. O filme chega em DVD e Blu-ray.



### Walt nos bastidores de Mary Poppins

**Com:** Tom Hanks, Emma Thompson, Colin Farrel, Paul Giamatti, Kathy Baker  
Lançamento da Disney  
**Duração:** 2h

Baseado em fatos reais, o filme mostra a batalha por trás da produção do clássico Mary Poppins, travada por Walt Disney e pela autora da obra, Pamela Lyndon Travers, que relutava em vender os direitos para a adaptação cinematográfica. Após muitas tentativas, Disney venceu, mas a escritora odiou o resultado. O filme chega em DVD e Blu-ray.

# AM

CHOPP GRILL

## Distribuidora de CHOPP e ESPETINHO

Festas e Eventos



### Barris de 10,30 e 50 litros

Chopp Claro | Chopp Escuro | Ice Fuel | Chopp Vinho Tinto  
Energético | Vodka Absolut c/ Energético ou Água de Coco  
Red Label c/ Energético

Não cobramos aluguel de Equipamento

+ de 50 Tipos  
de Espetinhos

3681-4248

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

## Homenagem da LH Gráfica Digital a todos os pais.

A Sabedoria de um Mestre e a Sinceridade de um Amigo.



Ele nos inspira as conquistas,  
nos dá força quando precisamos,  
nos parabeniza quando vencemos.

Mais do que nunca,  
hoje é o dia de dizermos:

Muito obrigado, Pai!  
Feliz dia dos Pais

# PAIS E LIVROS

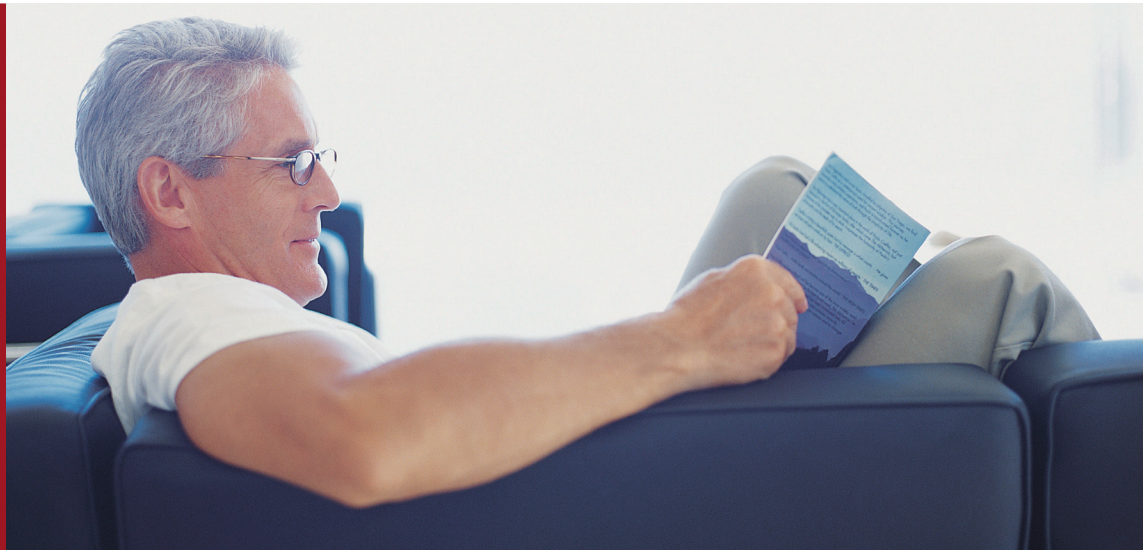


Foto: Sxc.hu

Dia dos Pais. Dei uns “googles” sobre o tema e qual não foi a minha surpresa ao ver a enorme quantidade de livros que falam sobre o assunto. Os títulos são os mais variados possíveis, mas o conteúdo basicamente o mesmo. Fui em frente na minha pesquisa para ver qual livro escolheria para dar para o meu querido papai. Vejam o que eu encontrei:

- “Como nascem os pais”. Esse não serviria de nada para o meu, que foi por mais de 40 anos médico ginecologista-obstetra e sabe muito bem como nascem os bebês, quem dirá os pais.

- “Diário de um pai grávido”. Também não serve. De grávidas ele entende mais que todo mundo!

- “Eu e meu pai”. Achei esse título muito pessoal. Vai que a história do autor não tem nada a ver com a minha...

- “O pai mais horrível do mundo”. Imagino que seja um livro de humor, mas não fica muito chique dar um livro para o meu pai com esse título, até porque ele sempre foi bonitão, segundo minhas amigas.

- “O livro dos pais”. Básico demais, ainda mais com uma capa que traz três bebês sorrindo.

- “Conversa para pai dormir”. Acho que a essa altura da vida, de cima dos seus 85 anos, já não consigo mais enganá-lo. Mas gostei do título.

- “Coração de Pai”. O do meu já tem três pontes de safena. Melhor não tocar nesse assunto.

- “Pai, você é o maior”. Isso eu já sei. Ele é campeão de snooker, fez mais de quatro mil partos e mede 1,90.

- “O que os pais do século XXI precisam saber”. O meu é do século XX.

- “Pai inteligente influencia o filho adolescente”. Também não vem muito a calhar. Já passei faz tempo da adolescência. Mas concordo com o título do livro.

- “Cenas da vida de um pai solteiro”. O meu é casado há 54 anos.

- “Apreendi com meu pai”. Muito óbvio. Se foi ele que me ensinou, já sabe o que está escrito ali.

- “50 coisas que os pais nunca devem dizer aos filhos”. Esse até que me parece interessante.

- “Meu pai fala cada merda”. Se der esse livro de presente para ele tenho grandes chances de ouvir mais uma.

- “Pais inteligentes enriquecem seus filhos”. Trilogia de autoajuda, nem pensar!

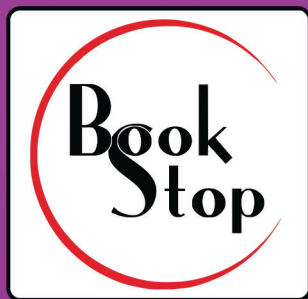
- “Neymar – conversa de pai e filho”. Se fosse o Zico eu comprava na hora. É o ídolo do meu pai no futebol.

E, quando já estava desistindo, com meu monitor lotado de capas do tipo “Papai Porcolino”, “Papai Urso” e até “O Pai Nosso”, Rui Castro me salvou com um exemplar de “Flamengo – do vermelho ao negro”. Esse sim, é o ideal para meu pai, um flamenguista apaixonado.

Mas o que fazia esse livro na minha busca intitulada “livros para pais” só o Google poderá explicar.



Helena Perim é escritora e roteirista. Trabalhou na TV Cultura e para o Grupo Televisivo Mediaset em Milão, Itália. Autora de livros de moda, humor e comportamento, atualmente trabalha no desenvolvimento de roteiros de séries para TV e programas de variedades para canais a cabo.



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

# Grande Liquidação Anual

Durante os meses de julho e agosto  
vários títulos com  
descontos especiais

Cadernos e agendas com **20% a 50%**  
de desconto

Osasco Plaza Shopping loja 125  
tel. (11) 3652-3591





Foto: .sxc.hu

Por Henrique Furlan

Há quem diga que pescar é muito mais que um esporte ou lazer. Para muitos, a atividade é sim uma filosofia de vida, um momento de introspecção e contemplação, de integração homem e natureza, ou mesmo um tempinho para prostrar com amigos.

Definições à parte, a pesca está presente na história da humanidade desde praticamente o seu princípio, por esta razão, são poucos aqueles que não apreciam esta prática. A importância da atividade na cultura humana como fonte de alimentos, fator de inclusão social e modo de vida é destacada ao longo da História, estando presente até mesmo na Bíblia, que cita os apóstolos de Jesus que eram pescadores, entre eles Pedro, relata a pesca milagrosa e a multiplicação dos peixes, entre muitas outras passagens. Essa importância se reflete inclusive na escolha do peixe como símbolo dos cristãos ao longo dos séculos. Um dos mais antigos relatos históricos dá conta de um comércio de bacalhau seco entre o norte e o sul da Europa que começou há mais de mil anos, desde a época dos vikings.

Aproveitando a proximidade do dia dos pais, selecionamos algumas dicas básicas de equipamento de

pescaria para você apresentar seu velho ou mesmo convidá-lo para passar excelentes momentos ao seu lado.

### MALETA COMPLETA

Mesmo que você não queira ser aquele exímio pescador esportivo ou se aventurar em alto mar atrás de emoções tão grandes quanto os peixes, possuir uma maleta de pesca com um mínimo de equipamentos é essencial. Estes apetrechos básicos podem garantir uma pescaria agradável e, quem sabe, um delicioso pescado para o jantar.

Nesta maleta não podem faltar alicates variados e também canivetes, que auxiliem tanto a segurar o peixe, especialmente aqueles com dentes e ferrões, quanto retirar o anzol da boca dos animais, apertar nós e cortar a linha, quando necessário. E, por falar em linha, carretéis sobressalentes de bitolas variadas são obrigatórios, além de um completo jogo de anzóis para espécies de todos os tamanhos, chumbadas e molinetes adequados à modalidade escolhida. E não se esqueça das iscas, que variam de acordo com a espécie de peixe.

### ESCOLHENDO AS VARAS

Quanto às varas, opte pelo desempenho e a durabilidade das industrializadas, feitas em fibra de vidro, liga de carbono, boron, epóxi, etc. Entre as qualidades a serem observadas no momento da escolha de uma vara de pesca estão a resistência, que mede a dureza de uma atividade; a ação, que indica ponto de verga da vara e define se o equipamento é de ação rápida, moderada ou lenta; o poder ou força, que determina a capacidade de força da linha que as varas suportam os pesos de arremessos; capacidade de peso e resistência de linhas, que delimita as capacidades máxima e mínima da linha que se pode utilizar na vara escolhida. Estas variáveis determinam também a classificação das varas, que podem ser ultraleves, leves, médias, pesadas e musky, estas as mais poderosas

Se tudo pareceu muito técnico, isso é um sinal claro dos avanços tecnológicos atingidos para possibilitar os melhores resultados na atividade. Por esta razão, é sempre bom procurar uma empresa especializada antes de sair comprando. Lá você terá todas as informações necessárias para que a pescaria ao lado do seu pai não se transforme em história de pescador.

## A MALETA DO PESCADOR



# Estacionamento **SANTA MARIA**

Estacione a  
**1 MINUTO**  
da Basílica de Nossa Senhora

Segurança  
**24H**



Ao lado do Hotel Rainha do Brasil

[www.estacionamentosantamaria.com.br](http://www.estacionamentosantamaria.com.br) \*Área sem manobra



Rua Isaac Ferreira Encarnação, 300 - Jardim Paraíba - Aparecida - SP Tel.: (12) 7850 5801 (12) 9786 1615 ID: 82\*67 852



Por Henrique Furlan

Foto: istockphoto

A Copa do Mundo serviu para colocar em evidência mais uma das paixões brasileiras, além do futebol e da cerveja: o churrasco.

Uma verdadeira instituição nacional, mais do que um simples prato, “assar uma carniinha” se tornou uma convenção social, um motivo a mais para reunir a família e os amigos ao redor de uma mesa, e acompanhar uma boa conversa ou partida de futebol.

A relação do homem com o ato de assar e consumir carnes ao lado de seus semelhantes vem desde a aurora dos tempos, quando nossos ancestrais, munidos de instrumentos rudimentares feitos de madeira e pedras, caçavam os animais e os preparavam utilizando uma maravilha recém-descoberta, o fogo.

O prazer e a satisfação promovidos pelo alimento impeliavam estes humanos primitivos à caça, enfrentando perigos, locais desconhecidos e, até mesmo, tribos rivais para garantir o sustento de sua gente. À medida que evoluía a sociedade, evoluiu também a forma de preparo deste assado, além de expandir as opções de iguarias que poderiam passar pelas churrasqueiras, como

carnes suína, bovina, caprina, de peixe, de frango, de coelho, peru, além de linguças, frutos do mar, queijos, legumes e até mesmo frutas, como abacaxi, entre outras.

O preparo varia muito de acordo com o corte da carne. A nobre picanha, por exemplo, pode ser assada numa peça inteira ou fatiada. Há quem prefira também os espetinhos, mais práticos e rápidos, tanto de preparar quanto de comer. Com relação ao tempero, este também depende muito do gosto pessoal e também dos costumes da região onde se vive. Há quem não abra mão do tradicional churrasco temperado apenas com sal grosso, outros preferem adicionar ervas e condimentos. Enfim, não existe uma única receita e nem uma forma exclusiva de preparo. O churrasco é bastante democrático, e este acaba sendo um dos segredos que fazem dele um dos pratos mais consumidos pelos brasileiros de praticamente todas as regiões do país e das mais variadas classes sociais.

#### PRATICIDADE

Para aqueles que não querem ter o trabalho de limpar, temperar e ficar pilotando a churrasqueira e

sendo defumado junto com a carne, as churrasqueiras são uma opção bastante atraente, principalmente também porque oferecem uma enorme variedade de opções de carnes, coisa que dificilmente teremos em nossos lares. E isso sem falar ainda nos acompanhamentos, guarnições, e tudo mais o que faz parte de um bom churrasco. É claro que tudo isso vem acompanhado de um custo, portanto, cabe a cada um avaliar isso de acordo com seu orçamento, já que, assim como o prato, as churrasqueiras são também bastante democráticas.

Outra opção para aqueles que só querem mesmo degustar o churrasco são os espetinhos prontos, que podem ser assados em casa ou mesmo serem pedidos por telefone, para serem entregues quentinhos no endereço do cliente. Neste caso, o espetinho alia, ao sabor inconfundível, praticidade, variedade e comodidade.

Pronto, não há mais desculpas para deixar de fazer aquele churrasco de dar água na boca e convidar a família, os amigos e, também, este jornalista que vos escreve.



**VOCÊ APRENDEU MUITAS COISAS COM O SEU PAI**

**GOSTAR DE TUDO QUE É BOM FOI UMA DELAS**

**Tradicional almoço por quilo com churrasco.**

A comida mais saborosa de Osasco em um ambiente descontraído e reservado.

Venha jantar conosco a partir das 16h, comendo à vontade por um preço fixo.

Estacionamento grátis por 3 horas de 2ª a 6ª feira. Aos domingos o estacionamento é grátis.



**Conheça a nossa nova estrutura para melhor atendê-lo.**



**Venha saborear o melhor churrasco da região!**

**PLAZA GRILL**

**OSASCO PLAZA SHOPPING**

**(em frente a loja Angela, dentro do shopping)**

**Informações:**

**(11) 3683 6448**



Paulo Calado

# COMO CONTROLAR SUAS FINANÇAS

Com a correria do dia a dia, acabamos por dar mais atenção a demandas externas do que às pessoais. Paulo Calado, professor de Administração do Senac Osasco, dá algumas dicas práticas para administrar o orçamento doméstico, tirando as dúvidas mais frequentes.

## Quais os princípios básicos da administração do orçamento pessoal?

O indivíduo deve saber lidar com o seu salário ou qualquer tipo de renda, para definir a administração do orçamento pessoal ou familiar. Na administração das despesas domésticas todos os envolvidos contribuem com a sua renda mensal, definindo cada um os seus gastos.

## Pensando então nas despesas domésticas, na casa de uma família, onde os gastos são divididos entre os moradores, o ideal é que cada uma faça o seu planejamento individual ou deve-se fazer um planejamento para a casa?

A melhor forma é que cada um faça seu planejamento, conforme vai recebendo do seu serviço ou da sua empresa, e que, a partir de então, se estabeleça um diálogo, no qual um ajuda ao outro com relação ao orçamento de cada mês e atribuição de contas

## Existe alguma fórmula, que possa ser compartilhada com os leitores, para ajudar as pessoas a saberem quanto sobrar no final do mês para gastos eventuais?

Não existe fórmula, mas sim estabelecer como meta 10% por mês da sua renda. Trata-se de um desafio pessoal e familiar.

## Uma vez reservado o valor para gastos eventuais, quanto da renda mensal pode ser destinada para o lazer?

Para destinar sua renda mensal para o lazer, vale colocar uma meta de 5% a 15%, sabendo definir quais os locais que vai frequentar, como teatros, cinemas, clubes e praias e estabelecer que não pode ser todo mês.

## Ainda pensando em lazer, como se planejar com o salário no período de férias? O salário é antecipado e muitas pessoas acabam se perdendo.

Para o planejamento das férias, quando retornar ao tra-

balho, deverá se fazer um plano de ação. Na antecipação do salário deve-se guardar na poupança pelo menos 50% do total das férias, para que, no seu retorno, tenha como pagar as contas e dívidas.

## Além da poupança, que outro tipo de investimento é indicado e para que tipo de pessoa?

A poupança, para nós brasileiros, é uma coisa muito complicada, já que muitas pessoas têm dificuldade em administrá-la. Portanto, poderiam aplicar na Previdência Privada, que é um investimento seguro para a pessoa e sua família, garantindo financeiramente uma renda no futuro. Com relação à Previdência Privada, o ideal é começar com 14 anos de idade, enquanto Jovem Aprendiz, e reservar, durante os dois primeiros anos, 5% do salário para tal. No terceiro ano, deve-se verificar com o banco e aumentar para 7% e, a cada dois anos, aumentar mais 2%, até a meta de 12%. Sempre acompanhando sua carteira de investimento fornecido pelo banco.

## Com relação à aquisição de imóveis, qual a porcentagem de salário deve-se utilizar para a aquisição?

Na aquisição da casa ou apartamento, terá que comprometer pelo menos 30% da sua renda, mas tem que dar o valor da entrada com o seu Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS), desde que tenha mais de três anos de contribuição. Vale também juntar a renda da família

## Até que ponto vale pagar um aluguel ao invés de comprar um imóvel?

Aluguel nunca, pois não devemos nos acomodar e acostumar a perder dinheiro. Mas, se a pessoa não quer sair do bairro/cidade e o investimento da aquisição do imóvel fica impossível de pagar, pois compromete de 50% a 70% da sua renda, a solução é fazer a opção de um aluguel que só comprometa 10% a 20%, naquele bairro/cidade que ela escolheu.





“A melhor maneira de encontrar o seu cliente é ser encontrado por ele.”

## É PRECISO TRANSFORMAR...



SAIBA MAIS

No mundo em que vivemos, a vida, a natureza, as pessoas, o mercado e os negócios se transformam.

Eu, você, nós nos transformamos.

Por isso iniciamos a uma grande transformação:

Para oferecer informações que tem o poder de transformar o seu dia e a sua empresa.

Pois o mundo se modifica a todo instante.

E tudo isso acontece porque é preciso. É necessário. Vital.

Na KMC temos um portfólio de soluções para você mudar, transformar, renovar, evoluir.

O primeiro passo é apenas o começo de uma jornada de trabalho, resultados e sucesso.

E que tal começarmos juntos essa caminhada?

Muitas mudanças estão em curso, esperando você chegar.

## Mude conosco. Transforme-se!

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

# Adorable Societá

Por José Luiz de Souza



## TOTALMENTE DEMAIS!

O segundo semestre chega cheio de novidades para a modelo, blogueira e ex-integrante teen da famosa Família Sampaio lançada há alguns anos!

Estamos falando da bela Mariana Sampaio, hoje com 427 mil seguidores no Instagram, 160 mil no Facebook e 262 mil no Twitter – números que crescem dia a dia – que estará lançando uma coleção de bolsas com seu nome – a “150 by Mariana Sampaio” que promete o mesmo sucesso de sua linha de t-shirts. No mais, desfiles, viagens, campanhas e projetos para internet.

### IDEIAS LUMINOSAS



Foto: Cláudia Resende

Ainda saboreando o sucesso de sua estréia na Casa Cor de São Paulo – onde assinou o projeto de iluminação e automação da Cozinha Verona, da arquiteta

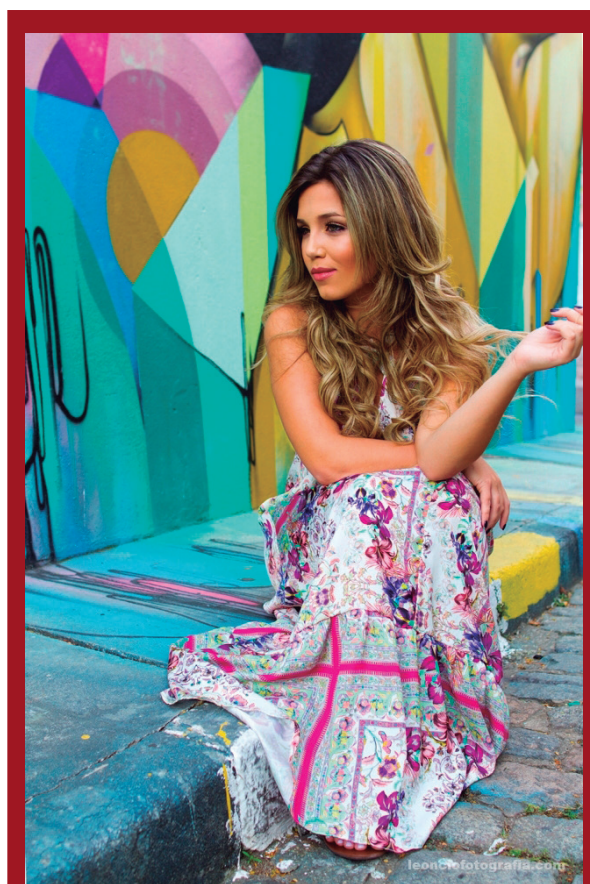


Foto: Leôncio Fotografia

Adriana Giacometti, o Ruy Soares só vê transbordar sua agenda de trabalhos.

Para sua participação na Casa Cor criou alguns recursos inéditos, como o relógio do século XVIII, que voltou a marcar as horas com recurso de luz e sombra; o protetor de vidro do “cooktop” que se transforma em uma tela de projeção, além três grandes lustres equipados com 120 velas LED, tudo controlado pela automação.

Na esteira de trabalhos para esse segundo semestre, estão projetos de iluminação e automação residenciais para projetos de Isay Weinfeld, Roberto Migotto, Gilberto Elkis e Isabel Duprat além de consultorias em automação para construtoras e o desenvolvimento de luminárias com LEDs.

## PALCO ILUMINADO

No último mês de julho voltou ao Teatro Maria Della Costa, de São Paulo o espetáculo Manual da Bisca, escrito e vivido nos palcos pelo ator Thiago Tavares (foto) que também assina a direção ao lado de Guy Davillis, que desde sua estréia já foi assistido por mais de cento e cinquenta mil pessoas em trinta cidades do país e que em outubro próximo participa da FITA - Festival Internacional de Teatro de Angra dos Reis. Paralelamente, está em cartaz o infantil "As aventuras de Chapeuzinho Vermelho" no Teatro da Villa para uma temporada em agosto e setembro.

E pra quem acha isso pouco, Thiago Tavares avisa: "começo os ensaios da peça "Desforra- A vingança é um prato que se come frio" deliciosa comédia escrita e dirigida por Guy D'avllis com estréia programada para início de 2015."



Foto: Tiago Farina



Foto: João Athaide

## BLACK IS BEAUTIFUL

Adiada para o segundo semestre por conta da Copa do Mundo, a Mostra Black de São Paulo trará à luz, mais uma vez, o conteúdo conceitual e criativo dos melhores profissionais de arquitetura, decoração e paisagismo de diversos estados do Brasil. Organizada por Raquel Silveira, que também é a idealizadora do projeto, será inaugurada no dia 23 de setembro permanecendo aberta ao público por duas semanas.

Trata-se da quarta versão da mostra, que teve desde o início a participação carimbada do arquiteto Roberto Migotto, que confirmou novamente a presença, e divide o flash ao lado de Raquel Silveira.

## ADEGA SUBMERSA

E olha só que projeto incrível! A Maison Veuve Clicquot acaba de lançar o projeto "Cellar in the Sea", para analisar de maneira controlada como funciona o processo de envelhecimento de champagnes no fundo do mar. O experimento envolveu a submersão de uma seleção de garrafas de Veuve Clicquot – desde os tradicionais Brut Yellow Label e Demi-Sec ao sofisticado Rosé Vintage 2004 – no mar Báltico, dentro de uma adega projetada especialmente para isso. A adega foi submersa bem próxima ao Arquipélago de Åland (Finlândia), local onde, em 2010, 47 garrafas de Veuve Clicquot - datadas de 1840 - foram descobertas num navio naufragado. Tudo para recriar o mesmo ambiente de envelhecimento que garantiu às garrafas encontradas serem consideradas com ótimas condições de degustação.

A Veuve Clicquot fará retiradas periódicas dessas garrafas no fundo do mar para comparar a uma seleção semelhante de champagnes mantidos nas adegas da Maison Clicquot, em Reims, na França. Na tentativa de desvendar os segredos do envelhecimento no fundo do mar, essas análises são coordenadas pelo chef de cave da Maison, Dominique Demarville.

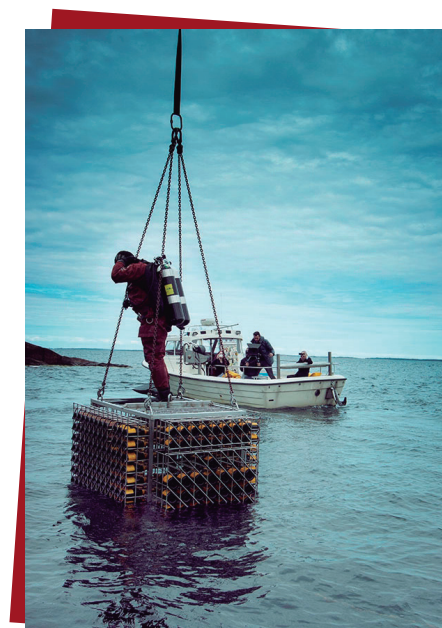


Foto: Tema Assessoria/ Divulgação

# CONFIRA AS NOVIDADES DO SHOPPING



## ▶ NOVO CINESERCLA UMA MANEIRA GOSTOSA DE IR AO CINEMA

Um novo cinema, com novas salas, projeção 3D, som digital e mais conforto, tudo isso para fazer sua sessão ser inesquecível.

## ▶ 5ª EDIÇÃO ABUTRE'S ROCK MOTOR FEST

O evento, realizado pelo Abutre's Osasco, acontece de 01 a 14 de agosto de 2014, na Praça dos Eventos do Osasco Plaza Shopping.

## ▶ EXPOSIÇÃO DE ARTIGOS PARA JARDINAGEM E DECORAÇÃO NATURAL

A Secretaria de Meio Ambiente – PMO convida a todos para o evento, que será realizado de 10 a 17 de agosto de 2014 na Praça dos Eventos do Osasco Plaza Shopping.

## ▶ EXPOSIÇÃO DE FOTOS DE SERVIDORES HISTÓRICOS DO PODER PÚBLICO EXECUTIVO DE OSASCO

Conheça um pouco da história do município nesta mostra realizada pela Coordenadoria de Juventude – Secretaria de Relações Institucionais – PMO, na Praça dos Eventos do Osasco Plaza Shopping, de 10 a 17 de agosto de 2014.

## ▶ PROMOÇÃO GOLEADA DE PRÊMIOS

Neste Dia dos Pais compre seu presente no Osasco Plaza Shopping. A cada R\$ 80,00 em compras você pode ganhar um carro, duas motos e muitos outros prêmios. Comprando de segunda a sábado você recebe 01 cupom, as compras aos domingos dão direito a 03 cupons.

**PROMOÇÃO GOLEADA DE PRÊMIOS**  
**DIA DOS PAIS**  
 A cada R\$ 80,00 em compras você pode ganhar 1 carro e muitos outros prêmios

**SEG. A SÁB. 1 CUPOM**  
**COMPRANDO AOS DOMINGOS 3 CUPONS**

**25/04/14 a 31/08/14**  
 Consulte regulamento.

**osasco plaza shopping**  
 o nosso shopping

foto meramente ilustrativa

Cartão de Anúncio/OPS/OPS/OPS nº 46/023/2014



## ALIMENTAÇÃO

<b>Bomboniere / Chocolates</b>	
Cacau Show .....	3654-2584
Chocolate Brasil Cacau .....	4124-7760
Docella .....	8084-0423
Showcote .....	3699-0000
Shalom Balloon .....	3654-1331

<b>Cafeteria</b>	
Café do Ponto .....	3681-1287
Belle Café .....	3681-1622

<b>Choperia</b>	
Estação do Chopp .....	3682-8452

<b>Fast Food</b>	
Batata Brazil .....	3682-7164
Bob's .....	3453-7800
Burguer King .....	4199-5320
Casa Suíça .....	3654-4132
Giraffas .....	3699-0868
McDonald's .....	3681-1424
Mister Sheik .....	3685-9077
Montana Grill .....	3651-2274
Patroni Pizza .....	3682-9934
Pizza Parte .....	2778-2731
Ranchinho .....	3682-3906
Rei do Mate .....	3699-0694
Baff's Salgadeira .....	3789-6667
Mei Mei .....	3682-2480
Spoleto .....	3688-1535
Subway .....	3681-1371
KFC .....	.....

<b>Restaurante</b>	
Divino Fogão .....	3682-7391
Ibiza .....	3682-7501
Plaza Grill .....	3683-6448

<b>Sorveteria</b>	
Bob's Sorveteria .....	.....
McDonald's .....	.....
Burguer King .....	.....
Paleteca .....	.....

## ARTIGOS DO LAR

<b>Cama / Mesa / Banho</b>	
Zêlo .....	3587-3594

<b>Colchões</b>	
Ortobom .....	3685-2883

<b>Eletro / Eletrônicos</b>	
Casas Bahia .....	3681-9760

<b>Presentes / Utilidades Domésticas</b>	
Polishop .....	3685-4727

## APOIO AO CLIENTE

<b>Serviço de Informação ao cliente</b>	
SIC .....	2117-2793
Ambulatório .....	.....
Fraldário .....	.....

## ARTIGOS DIVERSOS

<b>Acessórios e Presentes</b>	
Márcia Presentes .....	3685-0980
Lovely Presentes .....	3681-3832

<b>Artigos Religiosos</b>	
Shekiná .....	3699-3793

<b>Bolsas e Couros</b>	
Di Marino .....	3683-8403
Tiara Bolsas .....	3681-7311

<b>Games/Informática</b>	
King Games .....	3683-4116

<b>Joalherias / Bijouterias / Relojoarias</b>	
Casa das Alianças .....	3681-5347
Cupido Jóias .....	3654-0999
Del'Line .....	3654-4235
Empório do Aço .....	3683-2096
Fashion Mania Bijoux .....	3683-3655
Fetische .....	3699-0674
Ornamento .....	3685-9982
Queen's .....	3681-4532

<b>Livrarias e Papelarias</b>	
Book Stop .....	3685-3591
Educação e Cia .....	.....

<b>Ótica / Foto / Som / Vídeo</b>	
Blueberry .....	4237-6330
Chilli Beans .....	3681-0904
Fototica .....	3682-9665
Lúnicia .....	3699-6191
Óticas Carol .....	3682-2649
Triton Eyewear .....	3699-3820
Universo Mix .....	3681-2300

<b>Perfumaria / Cosméticos</b>	
L'acqua Di Fiori .....	3681-6304
O Boticário I .....	3683-8326
O Boticário II .....	3685-4481
Quem disse, Berenice? .....	3681-8940

<b>Telefone / Celulares</b>	
Access Quality .....	3654-4641
Alô Digital .....	3684-1175
Claro .....	1052
Claro .....	.....
Comcenter (Vivo) .....	3698-6886
Oi .....	.....
TIM .....	.....
Vivo(Telesp) .....	*8486
Nextel .....	7825-6024
Samsung .....	3684-1703

## CONVENIÊNCIA

<b>Banca de Jornais e Revistas</b>	
Planeta Diário .....	3699-5838

<b>Drogarias e Produtos Naturais</b>	
Drogaria São Paulo .....	3654-1357
Mundo Verde .....	3683-5120

<b>Loja de Departamentos</b>	
Americanas Express .....	3587-3738

## LAZER

<b>Cinema</b>	
Cinesercla .....	4624-2088
Cinesercla .....	4624-5088

<b>Jogos / Diversão</b>	
Parks & Games .....	3683-7830

<b>Lan House</b>	
G7 Net .....	.....

<b>Recreação Infantil</b>	
Salão da Criança .....	.....

## OUTROS

<b>Quiosques</b>	
Associação Comercial (SPC) .....	.....
Chaveiro Miguel .....	3685-9452
Reino do Bordado .....	3685-0746
Conserto de Relógios .....	3699-0674
Fotomática .....	.....
Havaianas .....	3683-0504
Ideal Fotos .....	.....
Itavox Veículos .....	3652-5875
Massage Express .....	.....

## SERVIÇOS

<b>Agência de Viagens</b>	
CVC .....	3652-3600
Gol Linhas Aéreas .....	3654-0375

<b>Caixa Eletrônico</b>	
Banco 24 Horas .....	.....
Banco do Brasil .....	.....
Bradesco .....	.....
Caixa Econômica Federal .....	.....

<b>Cabeleireiro/ Manicure</b>	
Zeus Cabeleireiros .....	3682-1522
Bellas Unhas .....	.....

<b>Casa Lotérica</b>	
Lotérica Osasco .....	3683-4200
O Marco da Sorte .....	3659-5998

<b>Casa de Câmbio</b>	
Cotação .....	4002-1010

<b>Copiadora</b>	
Teck Prints .....	3688-1122

<b>Financeira</b>	
Ibi Cred .....	2109-0000

<b>Posto de Identificação (RG)</b>	
I.I.R.G.D. .....	3682-1671

## VESTUÁRIO - MODA

<b>Artigos Esportivos</b>	
Deny Sports .....	3681-3101
Circuito Sports .....	3682-2983
Liquido .....	3684-0496

<b>Calçado Feminino</b>	
Shoe Shop .....	3651-6518
Linda Luz .....	3681-2867/1864

<b>Calçados</b>	
American Shoes .....	3682-9867
Angela .....	3683-5774
Authetic Feet .....	3681-2582
Nômade .....	3684-0338
Sian Shoes .....	3685-2029
Tennis One .....	3681-4526
Tennis Station .....	3682-6430
World Tennis .....	3699-0051

<b>Lingerie</b>	
Casa das Calcinhas .....	3681-6368

<b>Loja de Departamentos</b>	
Lojas Marisa .....	3651-1312
Riachuelo .....	3336-7700

<b>Moda Branco</b>	
Le Blanc .....	3681-3253

<b>Moda Feminina</b>	
Barred's .....	3682-8705
Codigo Girl .....	3654-0051
DKF .....	3683-7850
Filomena .....	3681-6350
Fitwell .....	3699-0685
Madan .....	3654-2201
Mistima .....	3654-3207

## VESTUÁRIO - MODA

<b>Moda Geral</b>	
Hering Store .....	3682-0140

<b>Moda Infantil</b>	
Baby Sol .....	3683-4902
Dada & Lili .....	3699-0637
Rosa Baby .....	.....
Magiceet .....	3685-1437
Vi Vim Venci .....	3684-0844 / 3682-3540

<b>Moda Íntima</b>	
Lupo .....	3681-6505

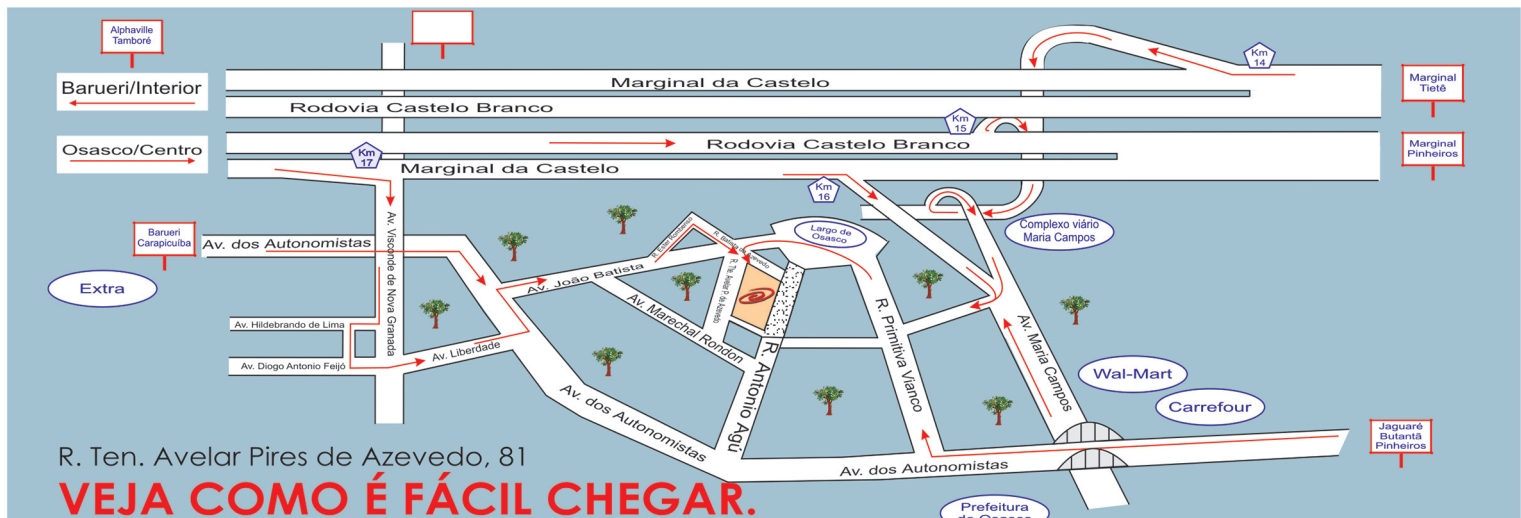
<b>Moda Jovem</b>	
Âmbito .....	3683-4564
Conexão .....	3654-4724
Conexão .....	3651-2377
Espaço Zeta .....	6877-1993
Fluor .....	3681-5411
Idios .....	3683-9504
Krokodilu's .....	3654-0003
Leporello .....	3682-6262
M. Officer .....	3587-9381
Pressão Total .....	3699-0656
Piticas .....	3683-9465
Symbol Store .....	3699-5330
TNG .....	3681-8648
Zuken .....	3681-2053

<b>Moda Masculina</b>	
Colombo .....	3522-4356
Dorinho's .....	3682-4063
Garbo .....	3682-6476

<b>Moda SurfWear</b>	
Akamai .....	3699-5959
Bleat Surf Shop .....	7888-6812
Natiluca .....	3699-0680
Nico Boco .....	3651-2215
Out Trax .....	3699-0654
Set-U .....	3682-7931
Star Surf .....	3682-9254
Surf Trip .....	3654-3264
Super Tubes .....	3654-2398
KYW Board .....	5093-3187

<b>Moda Tamanho Grande</b>	
Program .....	3654-3505

<b>Moda Personalizada</b>	
Poderoso Timão .....	3654-2367
São Paulo Mania .....	3683-2986



R. Ten. Avelar Pires de Azevedo, 81

**VEJA COMO É FÁCIL CHEGAR.**

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

Fone: 2117-2777 | Osasco - Centro

# EM 2014 SERÃO MAIS DE 115 MILHÕES DE TABLETS NO MUNDO.



## PRECISA DIZER MAIS ALGUMA COISA?

# CONECTAMOS PESSOAS ATRAVÉS DO IMPRESSO E DIGITAL.

**VOX**  
Digital Publishing  
produção e publicação para tablets

**VOX**  
Gráfica | Editora  
promocional | editorial | embalagem

**JONATAS PAULIM TAVARES DE SOUZA**

Aluno do Senac São Paulo.

# O SUCESSO ESTÁ PERTO: SENAC OSASCO.



## CURSOS LIVRES

- Administração e Planejamento da Produção
- Bambuterapia
- Básico de Vinhos
- Básico em Computação Office 2013
- Contabilidade Geral
- Decoração Prática
- Depilação
- Desenvolvimento em Liderança
- Excel 2013 - Avançado
- Gestão de Riscos Financeiros
- Introdução ao Paisagismo
- Logística de Transportes
- Logística, Marketing e Vendas
- Make & Hair para Eventos e Festas

- Maquiador
- Massagem com Óleos
- Negociação em Compras
- Plano de Negócios para Empreendedores Inovadores
- Práticas Administrativas de Escritório
- Quick Massage
- Retenção na Fonte de Impostos e Contribuições
- Técnicas de Liderança
- Técnicas de Manicure e Pedicure

## CURSOS TÉCNICOS

- Técnico em Administração
- Técnico em Design de Interiores

**EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA SENAC:** Conheça a programação no site [www.ead.senac.br](http://www.ead.senac.br)

**MULTIPLIQUE SUAS CHANCES.**

**SENAC OSASCO**

Rua Dante Batiston, 248

Tel.: 2164-9877

[www.sp.senac.br/osasco](http://www.sp.senac.br/osasco)



PROMOÇÃO GOLEADA DE PRÊMIOS

# DIA DOS PAIS

A cada R\$ 80,00 em compras você pode ganhar 1 carro  
e muitos outros prêmios

SEG. A SÁB. 1 CUPOM  
COMPRANDO AOS DOMINGOS  
3 CUPONS

Cert. de Aut./SEAE/MF n° 06/0223/2014.



fotos meramente ilustrativas

**25/04/14 a 31/08/14**  
Consulte regulamento.



osasco  
plaza  
shopping

o nosso shopping