

Hype

DEZ
2023
Nº 79

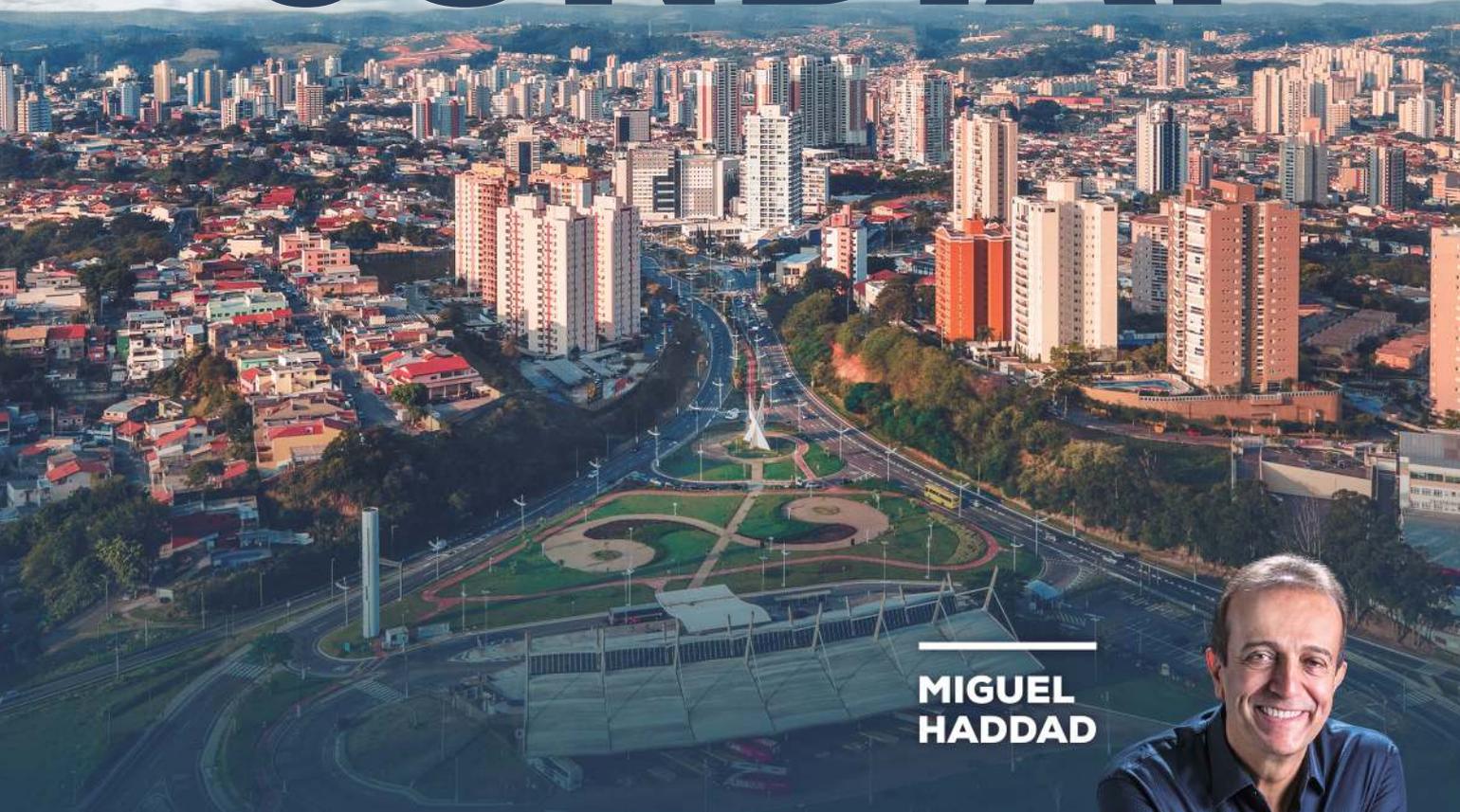
“BOM VELHINHO”
Papai Noéis contam
como começaram carreira

MAGIA DO NATAL
De caixa postal a estrelas
orientadoras: uma jornada
pelas tradições natalinas

367

A N O S

Parabéns,
JUNDIAÍ



**MIGUEL
HADDAD**



6 "BOM VELHINHO"

Histórias de Papai Noel



8 COMEMORAÇÃO EM DOSE DUPLA

Pessoas que fazem aniversário no Natal



10 MAGIA DO NATAL

De caixa postal a estrelas orientadoras: uma jornada pelas tradições natalinas

14 NATAL SOLIDÁRIO

Fazer o bem sem olhar a quem

21 SAÚDE E BEM-ESTAR

Exagerei, e agora?

24 EDITORIAL DE MODA

Principais tendências do verão 2024



28 ARTIGO DE OPINIÃO

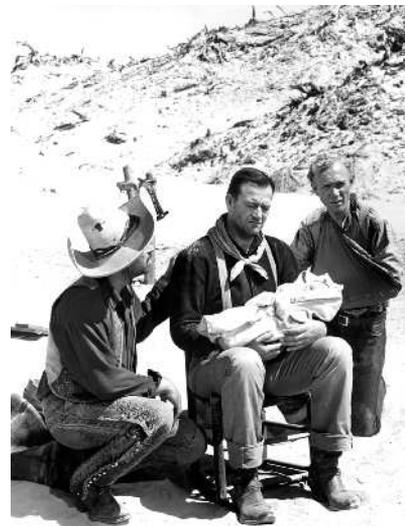
Por que é Natal?

36 DICAS DE PRESENTES

Ideias para todos os gostos e bolsos

42 SÉTIMA ARTE

Os três reis magos no faroeste



44 HYPE GOURMET

Receitas de carinho

48 TURISMO

África do Sul: inspiradora e inesquecível



Das luzes às canções: contagie-se pela magia do Natal

Nesta edição especial de Natal da Hype, convidamos você a mergulhar no encantador universo festivo que permeia nossos corações. Em meio às luzes cintilantes e canções alegres, relembramos o verdadeiro significado desta época: amor, compaixão e união. Em um mundo repleto de desafios, o Natal nos oferece a oportunidade de renovar nossos laços afetivos e espalhar a alegria que transcende fronteiras.

Embalados pela magia do Natal, destacamos histórias inspiradoras de solidariedade e voluntariado, histórias de vida de Papais Noéis, além de pessoas que nasceram no dia 25 e tradições diferentes que algumas famílias mantêm na data. Esteja pronto para explorar dicas literárias, receitas deliciosas, presentes significativos e um roteiro de viagem inesquecível para a África do Sul.

Desejamos a todos uma temporada festiva repleta de momentos memoráveis e felizes. Boas festas!



EXPEDIENTE – DEZEMBRO 2023

Diretora presidente

Sueli N. F. Muzaiel

Diretor vice-presidente

Tobias Muzaiel Junior

Editor-chefe

Rafael Amaral – MTB 69.395

Edição / Revisão

Mariana Checoni

Revisão

Luana Nascimbene

Edição de Arte

SMANTOVA Produções Gráficas

Publicidade

Depto. Comercial (11) 2136-6001
comercial@jj.com.br / www.jj.com.br

 jornaldejundiai  /jornaldejundiai

Hype é uma publicação do Jornal de Jundiaí Regional (Lauda Editora, Consultorias e Comunicações Ltda)
Rua Barão de Jundiaí, 1041 – sala 92 – Jundiaí - SP – CEP 13201-012

87 anos de excelência em seguros no interior paulista!

Ao longo dos anos, nossa equipe tem ajudado inúmeras pessoas e empresas a protegerem seus bens mais preciosos.

Escolha o seu seguro e conte com a gente para garantir sua tranquilidade!



Venha nos conhecer e descubra por que somos referência em seguros no interior paulista há quase um século ↓

JUNDIAÍ

R. Eduardo Tomanik, 241

+55 11 4583 1111

Av. Samuel Martins, 600

+55 11 2923 4300

CAJAMAR

Av. Vereador Joaquim Pereira Barbosa, 134

+55 11 4447 6200

ITUPEVA

Av. Brasil, 970

+55 11 4593 8888

ITATIBA

R. Cel. Camilo Pires, 248

+55 11 4524 0142

CAMPO LIMPO PAULISTA

Av. Adherbal Costa Moreira, 720

+55 11 4038 8007

VÁRZEA PAULISTA

R. Paschoal Gianfrancesco, 60

+55 11 4809 1111

Histórias de Papai Noel

Os 'bons velhinhos' também já foram crianças e contam como começaram a carreira

MARIANA CHECONI

Quem vê o Papai Noel alegrando a criançada que enxerga o “bom velhinho” como símbolo de alegria e esperança daquele tão desejado presente não imagina que, em um passado, essas figuras tão importantes no Natal já foram crianças e tiveram uma inspiração para começar com a função.

Aristides Pretti, de 68 anos, é Papai Noel há 19 anos, sendo 18 somente no Maxi Shopping. Conta como começou a carreira. “Nunca havia passado pela minha cabeça ser Papai Noel, até que recebi o convite do Clube do Carro Antigo de Jundiá para uma carreata de Natal na avenida Nove de Julho. Desde então não abandonei mais”, afirma.

Hoje aposentado, Aristides revela que quando criança não nutria uma ilusão sobre a figura do Papai Noel. “Eu era de uma família humilde com poucos recursos e por isso não tinha a ilusão de Papai Noel. Para mim, era só uma decoração de árvore de Natal, um personagem que representava o período”..



Aristides Pretti é Papai Noel há 19 anos

Atualmente, em sua opinião, a magia fica cada ano mais forte. “Hoje, tanto as crianças como os adultos acreditam na magia do Natal. A maioria acredita em Papai

Noel e não perde a fé em Cristo e no nascimento do menino Jesus”, acredita Aristides.

Ademir Coelho, 77 anos, é Papai Noel há 15, aproximadamente. Assim como

Aristides, conta que nunca havia pensado em trabalhar como Papai Noel. “Sempre tive barba grande, mas nunca havia pensado em trabalhar como Papai Noel. Até que em um final de ano fui convidado para entregar presentes em uma comunidade que cuidava de famílias carentes. Naquele momento, sentindo a alegria das crianças, vendo como eles ficaram felizes em ver o Papai Noel e percebendo o quanto me fez bem ver toda essa alegria, acabei me envolvendo na magia”, conta

O Natal para Ademir era um dia de festa, mas a presença do Papai Noel na época em que era criança não era tão comum. “Lembro como um dia de festa e às vezes alguns presentes. Não me recordo da imagem do Papai Noel. Hoje percebo que as crianças e até os adolescentes ficam muito felizes. Outro público que me emociona são os idosos. Eles sempre comentam que na época não tiveram essa

oportunidade de ver um Papai Noel.”

Ser Papai Noel também é sinônimo de segurar a emoção. “Uma vez perguntei qual presente a criança gostaria de ganhar e ela respondeu com lágrimas nos olhos que gostaria que os pais voltassem a viver juntos. Isso me emocionou muito. Em outro caso, uma criança pediu que gostaria que o pai comprasse uma casa, pois como ele morava em apartamento não tinha amigos. Também fiquei muito abalado, senti que a criança estava se sentindo muito sozinha, carente de afeto”, relata Ademir.

Papai Noel no Natal Luz de Campo Limpo Paulista, Willy Bill, de 76 anos, já atua como Noel há 8 anos. Teve uma inspiração muito especial. “Minha inspiração para ser Papai Noel veio após um dia que levei minha

neta ao shopping e ela viu a figura do ‘bom velhinho’. Vendo os olhinhos dela brilhando, quis me tornar também”, afirma.

Em sua época de criança, não era comum ver a figura do Papai Noel nos shoppings e Centros. “O Natal sempre foi em nossa casa, mas sempre mantendo a magia. Acredito que hoje a magia permaneça, mas as crianças têm a oportunidade de tirar fotos com o ‘bom velhinho’, contar para os amigos e criar boas recordações dessa época do ano”, conta Willy.

Um dos momentos mais marcantes desses anos foi um pedido de um menino. “Ele pediu para que eu desse de presente o retorno de seu pai, já que o pai e a mãe estavam separados. Eu fiquei sem ação no momento, mas a mãe dele contornou a situação. Eu não tive como reagir”, relata.

Hype



Ademir
Coelho,
77 anos



Willy Bill é
Papai Noel de
Campo Limpo
Paulista

Histórias de pessoas que fazem aniversário no Natal

LETÍCIA MALATESTA

Ter que dividir o aniversário com o menino Jesus não é a única lembrança que fica marcada. Longe de traumas pela falta de uma festa só sua, fazer aniversário nesta data também marca boas recordações de encontros em família.

Natalina de Fatima Candido Alves Bonde nasceu no dia 25 de dezembro de 1961 e comemora seu aniversário junto à comemoração do Natal, fazendo uma única festa, “No dia 24 de dezembro fazemos a ceia de Natal e quando o relógio marca meia-noite cantamos parabéns, dando início às comemorações do meu aniversário e do Natal”, relata Natalina.

Quando Natalina fez 15 anos ganhou uma festa surpresa organizada pela sua mãe, Domingas Terezinha Alves. Em relação aos presentes, ela comenta que sempre ganhou apenas um para as duas datas. “Nós éramos muito humildes, meus pais quase não tinham condições de fazer festas e dar presentes, mas quando ganhava era apenas um único presente”. Mas isso nunca foi um problema para ela. “Natal é sempre uma data especial e feliz,



comemoro com minhas filhas, com muita alegria e gratidão a Deus, por me permitir comemorar sempre com muita alegria e saúde junto à minha família.”

Maria Natalina Paganotti Picch nasceu em 1958, no dia do Natal, e celebra seu aniversário reunindo a família durante a ceia. “Sempre celebro o meu aniversário reunindo a família durante a ceia de natal. Gosto de enfeitar a casa, fazer uma decoração natalina toda especial e estar com as pessoas que mais amo, afinal, é uma come-

moração dupla, Natal e o meu aniversário. São datas muito especiais onde posso estar rodeada de amor e carinho.”, comenta Maria.

Maria ainda dá mais detalhes sobre a “tradição” de dupla comemoração da família, que surgiu quando ainda era pequena. “Quando pequena, me achava diferente das outras crianças, porque eu falava para elas, na escola, que na minha casa eu sempre ganhava duas festas e dois presentes, então a comemoração era sempre dupla e para uma criança pequena isso é ainda mais especial.”

O Natal e seu aniversário, para Maria, sempre foram bons, longe de traumas. “Sou grata por ter nascido no Natal, essa data celebramos o menino Jesus com toda a sua bondade e, para mim, Natal é caridade, é amor, é união, então, poder celebrar o meu aniversário nessa data tão importante, faz com que eu me sinta muito abençoada.”

Letícia Pouza Jorge nasceu meia-noite, na virada do dia 24 para o dia 25 de dezembro de 1994, e conta que foi escolha de sua mãe. “Minha mãe diz que era para eu ter nascido no dia 24, mas ela concordou em esperar uns minutinhos para eu



Leticia Pousa comemorando com seus pais

nascer no dia 25 e ter direito a um ano de plano de saúde, por ter sido o primeiro bebê a nascer na data. “

As comemorações de Natal da família de Letícia costumam ser diferentes. “A comemoração do Natal costuma ser um pouco diferente por conta do meu aniversário. Sempre temos bolo de aniversário e cantamos parabéns, às vezes abrimos mão da ceia de Natal para comprar salgadinhos e outras comidinhas de festa e deixar com um clima de festa de aniversário mesmo, mas ainda assim, sempre tem troca de presentes e outras tradições natalinas. Para a família de Letícia, o Natal se tornou uma data ainda mais especial “Para as pessoas próximas de mim, acaba sendo uma data ainda mais especial e elas dificilmente esquecem o dia do meu aniversário, justamente por ser no Natal. Isso eu considero algo bem positivo, além da boa energia, todos estão sempre felizes e eu gosto bastante desse clima.” 



Maria Natalina Paganotti Picch

De caixa postal a estrelas orientadoras: uma jornada pelas tradições natalinas

RAFAELA SILVA FERREIRA

O Natal é uma época do ano celebrada de maneiras diversas ao redor do mundo, cada cultura traz suas tradições únicas que refletem a riqueza de suas histórias e crenças. Em alguns lugares as festividades se concentram na troca de presentes e na ceia, mas algumas famílias fazem a magia natalina de todo mundo ser vivenciada de formas inusitadas e encantadoras.

Uma dessas tradições natalinas ganha contornos especiais na vida de Michelly Messias Alves, estudante de publicidade de 32 anos. Todos os anos, ela reserva um momento especial com seu filho, Micael Davi Alves, de 9 anos, para embarcar em uma jornada única que os transporta para o clima gelado do Polo Norte, mais precisamente para a mágica Caixa Postal do Papai Noel, no Canadá.

“Eu sempre incentivei a imaginação do Mica, e quando chegava a época do Natal, já corríamos com os preparativos. Em uma dessas vezes, ele me pediu para escrevermos uma carta para o Papai Noel. Mas na hora de realmente enviar, ele me perguntou ‘qual o endereço?’”, conta. “Eu fiquei sem res-



*Michelly
Messias Alves
com seu filho
Micael Davi
Alves*

ponder a ele na hora, porque todos os adultos sabem que as cartas nunca são enviadas de verdade.”

Foi então que Michelly procurou saber se realmente existia uma caixa postal em que pudesse enviar a carta do filho. “A caixa de correio do Papai Noel está no Canadá e, de acordo com a tradição, se você escrever até o dia 16 de dezembro e enviar até meia-noite, a resposta virá.”

A tradição não se resume apenas à carta. Mãe e filho se envolvem em uma experiência colaborativa, decorando a carta com desenhos, fotos e recortes que representam os desejos e sonhos de Micael. Santa Claus, código postal: FIN-96930, Arctic Circle, Canadá, são os dados escritos na parte da frente da carta de Mica. “Não há necessidade de selos”, pontua Michelly. “Talvez seja por isso que nunca recebemos a resposta, mesmo enviando a carta há três anos”, brinca. “No entanto, os pedidos do Mica sempre chegam e sabemos o porquê.”

A tradição de enviar cartas ao Papai Noel para a Caixa Postal no Polo Norte começou por volta da década de 1950, nos Estados Unidos, quando um departamento dos correios do país assumiu o papel de responder às cartas endereçadas ao bom velhinho. As cartas enviadas ao Polo Norte eram, na verdade, encaminhadas para a cidade de North Pole, no Alasca, onde voluntários locais, muitas vezes membros da comunidade e funcionários dos correios, assumiram a tarefa de responder a cada uma delas. Essa prática cresceu ao



longo dos anos, e o local tornou-se um símbolo da magia natalina.

FOTOS E CÁPSULAS DO TEMPO

Em muitos lares ao redor do mundo, a prática de colocar fotos da família nas árvores de Natal tornou-se uma maneira especial de celebrar os vínculos familiares e relembrar momentos preciosos ao longo dos anos. Ao invés de enfeites tradicionais, como bolas brilhantes e laços reluzentes, as fotografias cuidadosamente escolhidas tornam-se os protagonistas da árvore de Natal, transformando-a em um álbum visual de memórias.

A estudante de direito, Laysa Cristina de Souza Matos, 19 anos, trouxe a tradição do século 20 para dentro da sua família. “É uma maneira de lembrarmos de onde viemos e quem somos como família. Cada foto na árvore tem uma história por trás, e olhar para elas durante a temporada de Natal é como reviver esses momentos especiais”, compartilha.

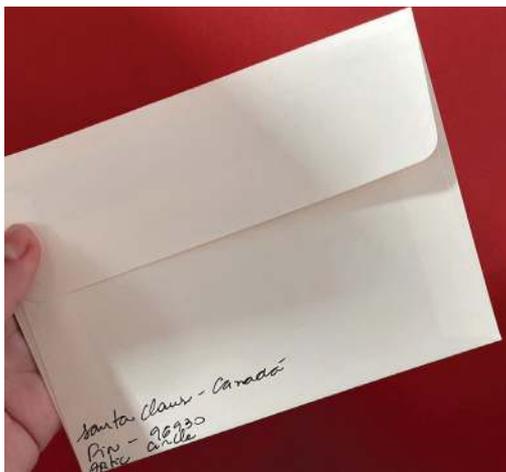
Sobre a tradição, algumas pessoas acreditam que ela pode ter evoluído organicamente à medida que as famílias procuravam maneiras criativas de personalizar suas celebrações de 25 de dezembro. Na família Souza Matos, a prática não se limita apenas a retratos formais. Fotos engraçadas, espontâneas e até mesmo aquelas que capturam as imperfeições do cotidiano ganham espaço na árvore de Natal. “É uma tradição simples, mas carregada de significado”, completa.



ESTRELAS ORIENTADORAS

No coração da Europa, em terras marcadas por uma rica herança cultural, uma tradição natalina única brilha como uma estrela guia. Originada em países como Ucrânia e Polônia, a prática conhecida como “Estrelas Orientadoras” traz consigo um significado profundo que ilumina os lares durante a época festiva.

Mais do que simplesmente o filho mais novo da família olhar para o céu, e determinar o momento certo para abrir os presentes, as estrelas orientadoras assumem um papel simbólico, representando a Estrela de Belém que, segundo a tradição cristã, guiou os Reis Magos até o local do nascimento de Jesus.



Para Giovana Cristina Ribeiro de Moraes, 20 anos, Estrelas Orientadoras é tradição que une as gerações. “Minha família sempre teve o costume de comer a ceia só depois da meia noite, mas as crianças sempre ficavam ansiosas demais para abrir os presentes. Foi então,

que, para não ficar irritante a espera, meu pai nos contou esta história.”

Conforme Giovana foi crescendo, o papel de decidir a hora dos presentes por meio das estrelas passou a ser de sua irmã do meio, Nadia Moraes. “Anos mais tarde, era a vez dela. As outras crianças da família ficavam esperando minha irmã ver algo no céu e correr para dentro dizendo que já podiam abrir os presentes”, conta. “Eu nunca soube o que, de fato, ela julgava ser interessante para determinar a hora, mas no meu caso, eu procurava a constelação de capricórnio, o meu signo. Quando achava, ou acreditava que achava, tomava aquilo como sinal”, comenta de bom humor.

E assim, atualmente, a tradição das Estrelas Orientadoras encontrou seu caminho até a filha mais nova da família Moraes, Lays. Através dos anos, essa prática transformou-se em uma celebração anual, reunindo a família em torno da mesa, com risos e música natalina, afinal, como diria Mariah Carey, “it’s time!”.

“Eu brinco que a Lays é o último elo nessa corrente de tradição”, completa Giovana. “Estou noiva, mas acho que não vou levar essa tradição para a família do meu namorado. Acredito que, por mais que a tradição na minha família tenha sido criada por motivos não tão especiais, ainda é mais do que aprender a ver uma estrela. É sobre estar conectado com algo que vem de longe, algo que representa nossa história e união como parentes”, finaliza.



Giovana Cristina Ribeiro de Moraes comemora o Natal com a sua família

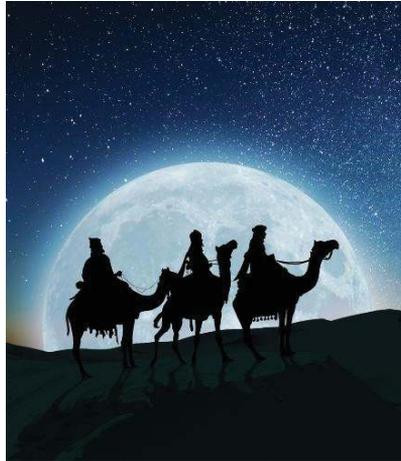
Natal de Belém

MARIA CRISTINA CASTILHO DE ANDRADE *

Viver o Natal de Belém é uma escolha. Passa por uma decisão interior e não por um olhar as vitrinas, as gulodices e as bebidas. Vai além de própria alegria de reencontrar as pessoas nas confraternizações ou da melancolia pelos espaços que se tornaram vazios de abraços e sorrisos.

Neste ano, testemunho que os passos para meu Natal de Belém começaram na primeira Missa do Advento, celebrada pelo querido Padre Márcio Felipe de Souza Alves, Pároco e Reitor do Santuário Diocesano Santa Rita de Cássia. Foi um convite forte para o Céu. Saí de “Nazaré” do cotidiano de minhas comodidades, para me dirigir à gruta, de onde o Menino acena.

Fez ele três colocações profundíssimas: “Deus se fez pobre para nos dar sua riqueza. Coloquemos em Deus nossa pobreza. Ressaltou a prece do Profeta Isaías: “Senhor, Tu és nosso Pai, nosso Redentor; eterno é o Teu nome (...) Senhor, Tu é nosso Pai, nós somos barro; Tu nosso oleiro, e nós todos, obra de Tuas mãos” (Isaías 63, 16.64, 7). Acrescentou que devemos esperar e concluiu sobre o Evangelho de São Marcos (13, 33-37), em que Jesus nos convida a vigiar, ressaltando que essa é uma atribuição somente nossa, pois somos os porteiros de nossa vida.



Sacerdote iluminado, clareia o coração.

Para viver o Natal de Belém preciso constatar minhas misérias tantas, sair de meus pedestais e pedir ao Senhor que me cure do mal e coloque, no lugar, a Sua vinda de todos os dias.



ARQUIVO PESSOAL

Para viver o Natal de Belém preciso esperar, ou seja, ser sinal da estrela que os Reis Magos seguiram, para as pessoas de meu entorno e para as que passam por mim. E isso se faz com ouvir, indicar e partilhar.

Para viver o Natal de Belém, com o propósito de acolher o Senhor, preciso estar vigilante. E a colocação do Padre Márcio Felipe sobre sermos porteiros de nossa própria vida, me sacudiu. Verdade em plenitude! O que entra de mal ou sai é por permissão pessoal, pois sou a porteira da minha vida.

A gruta não tinha porta. O mal, no entanto, não conseguiria entrar lá, pois o Menino era do Céu e Maria e José haviam escolhido, sem temer as agruras, ser do Céu. Eram vigias para as coisas do Céu.

Frei Robert Cyril da Ordem dos Carmelitas Descalços de Paris, escreveu que “a vigilância a que Cristo nos chama é a vigilância do amor que vela sobre o próximo e sobre si mesmo. (...) Um homem que se entrega ao pecado (...) é uma pessoa que não se mantém à soleira da porta, acordado. (...) Fecha os olhos ao sentido da sua vida e ao resultado final de sua conduta”.

Que Deus nos conceda a graça de vivermos o verdadeiro Natal de Belém!

Hype

* Maria Cristina Castilho de Andrade é professora e cronista

Fazer o bem sem olhar a quem

Ao doar um brinquedo, um alimento ou um abraço, as pessoas compartilham a alegria da época natalina e fazem a diferença na vida do próximo

LUANA NASCIBENE

O Natal é uma época de celebração, alegria, união, esperança e solidariedade. Para muitas pessoas, a data simboliza a oportunidade de fazer o bem e ajudar o próximo. O espírito solidário deve ser cultivado todos os dias, mas é ainda mais valorizado no fim de ano. Ao doar um brinquedo, um alimento ou um abraço, as pessoas compartilham a alegria da época natalina e fazem a diferença na vida do outro.

REFLEXÃO

O dia 25 de dezembro é também um momento de reflexão sobre o verdadeiro significado da data: o nascimento de Jesus Cristo.

O nascimento de Jesus é uma mensagem de esperança, amor e solidariedade. Jesus nasceu em uma manjedoura, em meio a pobreza e simplicidade. Ele veio ao mundo para salvar a humanidade e ensinar o caminho da paz e da justiça.

A mensagem de Jesus é uma inspiração para todos que buscam um



mundo melhor. Ela ensina a amar ao próximo, a ajudar os necessitados e a construir uma sociedade mais justa e fraterna. No Natal, podemos celebrar o nascimento de Jesus e refletir sobre o seu significado e, assim como ele, fazer o bem sem olhar a quem.

CORRENTE DO BEM

Os jundienses Kaio Cezar, Elis Oliveira e Mariana Cristina, sempre contribuíram em campanhas de arre-

cação para diferentes instituições ao longo dos anos e decidiram criar uma corrente do bem para incentivar outras pessoas às causas sociais. “Nós sempre fomos muito ativos em ações voluntárias e tivemos a ideia de criar uma página nas redes sociais para estimular o gesto da doação. Foi aí que nasceu o ‘Ajuda 2 Reais’, uma entidade sem fins lucrativos que contribui com doações e divulgação de diferentes entidades filantrópicas todo mês”, explicou Elis.

As ações começaram em junho de 2021, durante a pandemia, quando o trio teve a ideia de doar alimentos para a Cidade Vicentina de Jundiá e divulgaram a campanha para um grupo de whatsapp de moradores do bairro da Elis. “Nós refletimos que se cada pessoa doasse um valor pequeno, como R\$ 2,00, teríamos uma quantidade significativa e poderíamos, juntos, ajudar o próximo. As ações mostram que pequenas ações têm grande impacto na vida de quem precisa”, disse a criadora da associação.

Nesta primeira ação, o Ajuda 2 Reais conseguiu arrecadar R\$ 80 que foram convertidos em alimentos. Hoje em dia, o trio chega a atingir a média de R\$ 1 mil a R\$ 2 mil reais por mês que são doados para diferentes instituições da cidade.

Para o Natal, a campanha que o trio abraçou foi “Natal Feliz”, da ONG jundiense Vida.Com. A associação atua há mais de 15 anos no município, promovendo ações de cultura, educação e desenvolvimento social para crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social.

A campanha Natal Feliz já beneficiou mais de 4 mil crianças e conta com uma grande festa com brinquedos infláveis, lanches e entrega de kits de presentes para as crianças.

Para contribuir com a ação, os interessados podem doar qualquer valor em dinheiro para a chave Pix: ajuda2reais.missao@gmail.com. Toda quantia arrecadada será convertida em brinquedos, roupas e alimentos para as crianças assistidas pela ong Vida.Com.



Kaio César
contribui com
doações todo mês

Conheça mais sobre o projeto Ajuda 2 Reais nas redes sociais: @ajuda2reais.

CAMPANHAS

A importância de doar no Natal é imensa. Além de ajudar pessoas que passam necessidades, doar também é uma forma de demonstrar solidariedade e amor ao próximo. É a oportunidade de fazer a diferença na vida de alguém e tornar o Natal mais feliz para todos.

Há várias formas de doar. A Revista Hype

separou algumas campanhas de Natal de instituições sem fins lucrativos da cidade que estão ativas durante o fim do ano.

GRENDACC

Este ano, a campanha do Grupo em Defesa da Criança Com Câncer (Grendacc) é “Natal Solidário - Ajude o Grendacc a salvar vidas”.

Para participar, basta doar qualquer valor por meio do Pix: celular (11) 98541-7747.

NATAL SOLIDÁRIO



Ao fazer qualquer doação a pessoa estará ajudando o Hospital da Criança do Grendacc a salvar vidas e a continuar sua incansável luta contra o câncer infantojuvenil.

Além das doações via Pix, também é possível ajudar o Grendacc de várias outras formas, doando lacres de latinhãs na cabine de doações do hospital, roupas, calçados e brinquedos seminovos no bazar permanente, doando pela Nota Fiscal Paulista e por meio de incentivos fiscais.

CASA TRANSITÓRIA NOSSA SENHORA APARECIDA

Fundada em 1982, a Casa Transitória Nossa Senhora Aparecida é uma organização da sociedade civil que acolhe crianças e adolescentes, de 0 a 18 anos, encaminhadas pelo Conselho Tutelar e Vara da Infância e Juventude de Jundiaí, as quais estão em situação de vulnerabilidade social.

A Casa Transitória, em parceria com a Amarati, está realizando a venda de



Festa de Natal da
Apae Jundiaí

Ajuda 2 Reais contribui com doações no Natal



panetões, chocotones e bolos natalinos para arrecadar fundos à instituição.

As encomendas já estão acontecendo. Para adquirir os doces e ajudar a instituição, basta enviar uma mensagem no WhatsApp (11) 4521-5743.

A Casa Transitória também realiza, anualmente, ceias de natal e ano novo para os acolhidos, portanto doações de produtos para ceias também podem ser entregues na recepção do local (av. Carlos Salles Block, 845 - Anhangabaú), de segunda à sexta das 08:00 às 17:00 e aos sábados das 08:00 às 12h.

APAE JUNDIAÍ

Atuante desde 1957, a Associação de Pais e Amigos

dos Excepcionais (Apae) de Jundiaí é uma organização da sociedade civil, beneficente, sem fins lucrativos, com atuação nas áreas de assistência social,

educação, saúde, prevenção, trabalho, profissionalização, defesa e garantia de direitos, esporte, cultura, lazer, estudo e pesquisa. Sua missão é contribuir para

a inclusão social de pessoas com deficiência intelectual e transtorno do espectro do autismo, além de prestar apoio a suas respectivas famílias.

A campanha de Natal da Apae consiste na captação de recursos para que as pessoas se lembrem da instituição nesta época do ano e façam doações. O tema deste ano é: É tempo de doar: colaborar com um pouco é fazer muito pela Apae de Jundiaí. Os interessados podem doar para a associação neste link: <https://www.apaejundiai.org.br/quero-ajudar>.



Altas temperaturas exigem cuidados redobrados com a pele

O verão está se aproximando e promete trazer temperaturas elevadas. Assim como o resto do corpo, a pele também sofre bastante por causa da exposição solar

DA REDAÇÃO

Pensando nisso, a dermatologista Valéria Campos dá dicas de cuidados com a pele nesse clima.

REVISTA HYPE: Quais são os principais danos que a exposição solar pode causar à pele durante o verão?

Valéria Campos: Com relação aos danos que a exposição solar pode causar na pele. O principal é a lesão de DNA. O que quer dizer isso? O sol lesiona a estrutura do DNA e ele vai ser reconstruído de uma maneira, assim dizendo, errada, torta, e aumentam as chances de ter um câncer de pele. Isso é cumulativo. Então, a cada queimadura solar que você sofre, mais chance tem de ter danos futuros. Não é à toa que o Brasil é campeão de diagnóstico de câncer de pele. De cada dez, três são de pele. O câncer de pele mata. Esse é o principal. Além disso, a luz mancha a nossa pele e aumenta a incidência de doenças como dermatites e outras. Isso tudo pode causar envelhecimento precoce da pele.

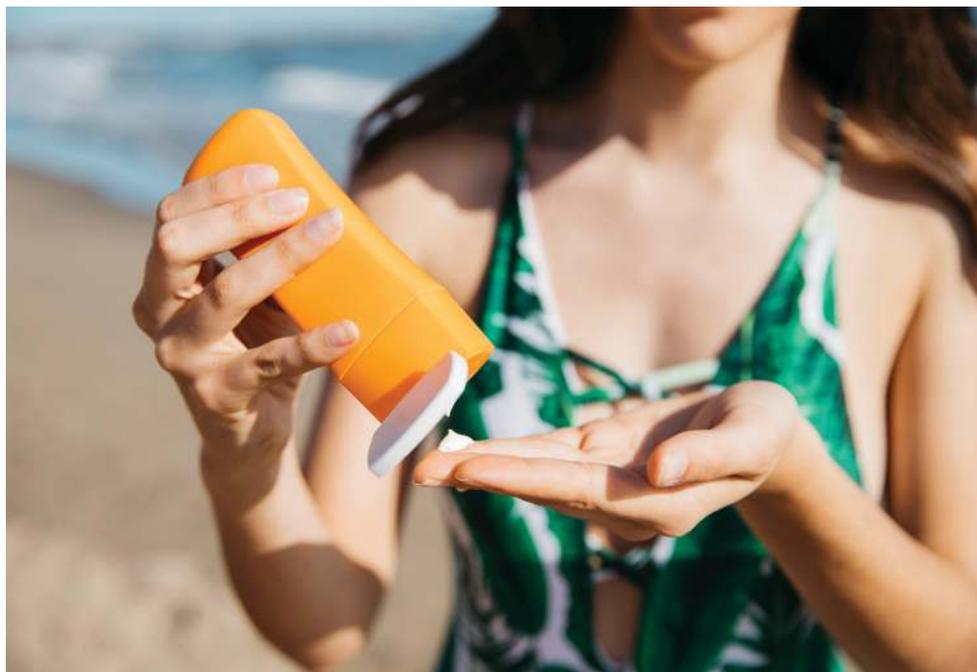


RH: Qual é a melhor maneira de escolher um protetor solar adequado para o meu tipo de pele?

VC: A melhor maneira de escolher um filtro solar é indo ao dermatologista, pois existem vários tipos, para diferentes funções. Existe o filtro solar para quem vai entrar na água, o para quem não vai, o do dia a dia, para quem tem melasma, para quem tem rosácea, para quem tem propensão ao câncer de pele, entre outros.

No caso de não conseguir a ajuda de um dermatologista, é importante que esse protetor tenha o fator de proteção solar de pelo menos 30 FPS. Isso porque 30 é a proteção contra os raios UVB, que é a parte que queima. Lembrando que existem os raios UVA, que é o matador silencioso, pois não queima e tem o dia todo. Então você precisou olhar se nesse protetor solar ele tem um PPD de pelo menos 10. O que quer dizer isso? Um terço daquele que foi escolhido, por exemplo, se você tem um protetor de 30, então pelo menos 10 de PPD, proteção contra UVA. E UVA é muito importante proteger porque ele trabalha nas manchas e no câncer. É aquele que vai mais fundo na pele.

Uma outra coisa, o fator de proteção. A pessoa pensa que, por exemplo, o fator 20 não tem tanta diferença entre o 60 e o 20. É verdade, mas desde que você use a quantidade suficiente. Um tubo de filtro solar deveria dar para uma pessoa em um final de semana. As pessoas não passam a quantidade adequada. Então, aquele protetor de 60, se você passa a metade da quantidade que deveria, ele cai para 30. Por isso, tem



que se ater à quantidade. Eu recomendo protetores com fatores maiores mesmo, principalmente para pessoas que têm a pele mais clara. É importante se atentar ao preço também, infelizmente, os mais baratos protegem menos.

RH: Além do protetor solar, quais outros produtos de skincare são essenciais para proteger a pele durante o verão?

VC: Além do filtro solar, outros itens também são importantes, como o antioxidante. A vitamina C de boa qualidade ajuda na proteção da pele contra o sol, contra a poluição e até contra o calor, já que o calor a gente não consegue proteger com o filtro solar. Além disso, um bom hidratante também ajuda, porque a pele desidratada é mais sensível. E, o que poucas pessoas sabem, existe o filtro solar oral, que ajuda um pouco. Ele não substitui, mas é um produto extraído das plantas e ajudam

na proteção da pele contra as agressões do verão.

RH: Como devo adaptar minha rotina de skincare durante os meses mais quentes do ano?

VC: Rotina para o verão: vitamina C, filtro solar – que tem o específico para o corpo e para o rosto, pois existem variações entre pele muito oleosa ou mais seca. Os filtros para pele oleosa inclusive ajudam a reduzir essa oleosidade. Um filtro com cor, principalmente para quem tem tendência a melasma, é importante. Protetor deve ser reaplicado na hora do almoço, porque a gente transpira, se expõe ao sol. Para quem tem melasma, reaplicar mais uma vez ainda no final do dia. Os ácidos também podem ser incluídos na rotina, mas precisam estar em uma quantidade menor ou até em uma potência diferente, por exemplo. , o ácido retinóico pode ser

substituído pelo retinol, que é uma fórmula mais gentil, ou ácido glicólico, existem ácidos para ser usados no verão. O ácido hialurônico já tem função hidratante, o salicílico pode ser usado para quem tem tendência à acne, então lógico, como eu já disse anteriormente, o ideal é você combinar essa rotina com o seu dermatologista. Os banhos, como são mais frequentes, devem ser mais frios e com menos sabonetes, pois podem ressecar a pele.

RH: Quais são os principais mitos sobre proteção solar que precisam ser esclarecidos?

VC: O principal mito é que o protetor solar só é necessário quando está fazendo sol e que não precisa usar de manhã porque é o 'sol bom'. Mito. Não existe 'sol bom'.

Mito ou verdade?

Protetor solar é tudo igual - **Mito**

Protetor com fator de proteção alta não precisa ser aplicado - **Mito**

Protetor solar causa câncer - **Mito e verdade.** É mito porque o protetor não causa câncer, mas o protetor de má qualidade,

que não protege contra o UVA, a pessoa se sente protegida, fica mais tempo no sol e acaba piorando a situação.

Protetor solar protege contra o envelhecimento - **Verdade**

Maquiagem com filtro solar substitui o filtro solar - **Mito.** O filtro solar com cor substitui a maquiagem

Peles mais escuras não precisam de protetor solar - **Mito**

Protetor solar tem prazo de validade - **Verdade**

RH: Qual é a melhor maneira de tratar queimaduras solares e evitar danos duradouros?

VC: Não tem como. Como a queimadura solar lesiona o DNA, você pode usar até uma substância calmante, tomar um anti-inflamatório para diminuir a irritação, a inflamação, mas o dano causado no DNA não melhora. O que você pode fazer depois é algumas sessões de laser para trocar a pele e tentar minimizar, mas na hora não tem muito o que fazer. Somente acalmar a pele com loções pós exposição solar e talvez tomar anti-inflamatório hormonal. Em casos de queimaduras

muito graves, procurar o pronto-socorro para ser tratado como queimadura.

RH: Além dos produtos tópicos, há alguma dieta ou suplementos que podem ajudar a proteger a pele do sol?

VC: Uma dieta rica em antioxidantes. As plantas conseguem se proteger do sol. É necessária uma dieta rica, colorida. Ingerir vitamina C, alimentos amarelos, vermelhos, a beterraba, é muito interessante. Caprichar mesmo em vegetais. Existem alguns estudos com relação ao chá verde, tanto tópico quanto tomar já ajuda. As especiarias, de modo geral, ajudam a proteger.

Finalizando, roupas também auxiliam. Um bom chapéu com proteção UVB. Para quem dirige o tempo todo, uma luva ou aquelas mangas. Eu, por exemplo, deixo no meu carro uma canca, sempre protegendo o colo. O tempo está ficando muito quente e a gente esquece de se proteger. Lembrando, o sol não é nosso amigo. Não existe 'bronzado saudável'. Bronzido é resultado de agressão. Se depender do dermatologista, ninguém toma sol e toma vitamina D em comprimido. 



Feliz NATAL

Neste Natal, desejamos ainda mais segurança para você.



DELPHOS
Segurança e Facilities

“Exagerei! E agora?”

Nutricionista Luciana Moura Abreu dá dicas de como manter o equilíbrio durante as festas

Natal e Ano Novo são sinônimos de almoços e jantares completos, com muita comida, bebida, carnes, pratos elaborados e doces. Para algumas pessoas, é difícil se controlar nesses momentos e manter a 'dieta'.

Pensando nisso, a nutricionista Luciana Moura Abreu tranquiliza sobre o consumo e os possíveis exageros nesta época. “Não pense que seu mundo vai acabar por conta de dois jantares e dois almoços diferentes. E também é bom evitar aquela expectativa como se nunca mais fosse comer esses itens na sua vida. Esses exageros podem realmente fazer mal. O ideal é entender a diferença entre fome emocional e fome física (ou fome que vem do estômago) e comer até estar satisfeito, evitando exageros. Evite sempre excessos de açúcar, álcool, etc e tome bastante água. Lembre-se que as frutas dessa época são muito saborosas e podem ajudar nesse equilíbrio”, afirma.

Se, ainda assim, você preferir alimentos mais leves no momento da ceia, a nutricionista dá dicas. “Prefira as carnes brancas (aves, peixes e suínos). Elas trazem a saciedade necessária, contribuem para sua organização alimentar e combinam bem com pratos à base de vegetais assa-



dos e molhos leves (como o de tomate e a vinagrete). Uma regrinha fácil é sempre ter ao menos dois tipos de vegetais no prato, equilibrando toda a refeição. Pode ser uma folha crua ou refogada, assados, batidos em forma de molhos ou como preferir.”

“Vegetais assados, saladas super completas, com queijos, sementes e molhos leves podem compor uma refeição ultra saborosa e prática. Basta somar a isso uma

proteína da ceia e assim você festeggia com muito sabor e mantém seus objetivos”, completa Luciana.

EXAGEREI, E AGORA?

A nutricionista afirma que não há motivo para desespero em caso de exagero neste momento. “O maior erro que alguém pode cometer é aquele pensamento ‘já que eu exagerei, agora está tudo perdido’. Ao contrário. Exagerou? Tudo certo. Apenas retome a sua rotina o quanto antes. Não espere um momento certo, como uma segunda-feira. Senão, no caso deste ano será a semana toda perdida. Continue sua rotina de treinos normalmente, e retome seu plano”.

Uma maneira de ajudar é incluir frutas e chás. “Inclua frutas como mamão, ameixa e abacaxi para melhorar a digestão e o intestino. Consuma frutas como melão, melancia, pêra, maçã que são boas fontes de nutrientes e água, com baixo valor calórico. Use chás diuréticos como hortelã, cavalinha, hibisco ou erva doce, sem adoçar. Farão a diferença e ajudarão a voltar à vida normal. E claro, inclua em seus planos o desejo de criar novos bons hábitos, para que isso faça mesmo a diferença em 2024 e nos próximos anos.

Hype

O meu destino é ser e estar

MARIANA MEIRA*

Diz uma lenda da literatura hindu que, no século 8, Markandeya, um sábio indiano, meditou longamente sentado em uma pedra sobre o encontro de dois rios, situados na região de Ubud, na Indonésia. Ali, ele fundou o templo Gunung Lebah, esculpido na montanha e, pouco tempo depois, servindo de destino de milhares de peregrinos que buscavam as águas fluviais sagradas para levar às suas aldeias. Localizado sob a ponte do rio Campuhan Ubud, hoje é um dos mais importantes templos de Bali, sendo bastante frequentado por moradores e turistas que desejam respirar toda a magia e sincretismo religioso do povo balinês que se mistura sem conflito entre diferentes crenças. Visitantes também podem simplesmente parar, respirar, orar e meditar.

Poder escrever sobre a experiência mágica de passar o último Réveillon em um retiro espiritual de meditação neste local em Bali e tudo o que aprendi com ele é um sonho. Sim, um sonho, porque nunca estive lá. Sinto muito decepcioná-lo. À meia-noite de 2023, eu estava em uma praia do litoral paulista apinhada de gente se esbarrando para ver os fogos de artifício, pisando em uma areia já poluída de latas de bebida vazias e correndo rumo ao mar para pular sete ondas sobre um chão de rochas amarelas que haviam sido jogadas para lemanjá. E pegar uma rosa “usada” para lançar no oceano, imaginando

um novo ano perfeito, foi o menor dos meus erros que vieram a seguir.

Logo depois do retorno ao meu lar, não sem pelo menos seis horas de trânsito em um carro manual, fui picada pelo mosquito epidêmico de janeiro: a lista de metas. Organizei minhas finanças, com um saldo um pouco mais negativo do que eu esperava devido aos custos da viagem e do IPVA que viria na sequência, e desenhei, mês a mês, meu novo ano. Estabeleci tetos de gastos, montei uma rotina de exercícios físicos diários, pensei em cardápios semanais práticos e saudáveis, defini como objetivo ler no mínimo um livro por mês e decidi que ia começar a organizar mais minha casa.

Agora corta a cena para outubro. Faltando um mês para o meu aniversário, com oito quilos a mais e sem entrar no vestido que eu separara para comemorar, me dei conta de que talvez – ape-

nas talvez – o ano tivesse se desenrolado de maneira um pouco diferente do que eu esperava. Àquela altura do campeonato, eu havia lido apenas sete livros; abandonado os treinos na academia duas vezes; transformado meu apartamento em um caos, na qual eu era uma mera inquilina dos faraós proprietários, meus quatro gatos; estava gastando mais do que podia e comendo por uma família de capivaras raivosas para descontrair a ansiedade. Como consequência – ou bônus, depende do ponto de vista – também fiquei mais doente do que o normal, com viroses, gripes e intoxicações alimentares por lanches que não contrairia se os comesse aos 20 anos. Saudosos 20 anos. Ah, e como também estava passando mais tempo nas redes sociais do que gostaria, invariavelmente era bombardeada por imagens de pessoas magras, ricas, saudáveis e equilibradas. Em algum bangalô nas Maldivas, é claro, com a pele alaranjada de bronze natural e sem poros visíveis.

Precisei de um tempo de maturação – e de terapia, que, graças a Deus, está em dia – para não rasgar minha lista de metas e atirá-la no lixo. Senti raiva de mim. Tive ímpetos de recomeçar coisas, uma tentativa débil e vão de apertar o botão de “reset” das minhas angústias existenciais, como se elas pudessem simplesmente não existir mais e fosse possível reiniciar de outro jeito. “Não dá pra deixar nossa mala pra trás, porque nós somos a mala e estaremos nos es-



ARQUIVO PESSOAL

perando aonde quer que formos”, disse minha psicóloga. Querer esganá-la foi só uma resposta infantil da minha frustração. Era a mim que eu queria punir. Desejava me deixar de castigo, por ter chegado a mais um fim de ano desfazendo outra checklist. Me deixar no cantinho do pensamento, refletindo sobre meus hábitos tóxicos de vida.

Com o combo tempo e terapia, foi durante uma meditação, em meio a pensamentos embaralhados entre cores formas boletos séries de respiração boletos louça mais cores, que me dei conta de que vida é a água que cai morna do chuveiro depois de um dia de trabalho e antes dos afazeres domésticos da noite. É uma boa noite de sono sobre roupas de cama limpas cheirando a amaciante. Um café da tarde com bolo ouvindo som de chuva. Percebi, ao inspirar em quatro, segurar em sete e soltar em oito, que a vida é processo, e não chegada. E então fiz as pazes comigo mesma. É um clichê bonito, esse: processo. Meditar pensando em como é meditar. Respirar pensando em como é respirar. Pensar sobre o processo de pensar. A vida é essa metalinguagem, esse sair do mar para ver o mar com mais calma. A vida está no intervalo entre encher o peito e mergulhar de novo. Na pausa. Na brisa. Na areia. No beijo. Nas mensagens de texto e segredos de liquidificador.

As linhas de chegada são como o último horizonte a olho nu no mar: dá pra chegar lá, mas você não sabe como nem o que vai encontrar no caminho. Apenas vá e aprecie a viagem. Se precisar voltar, haverá bilhões de grãos de areia e



um guarda-sol te esperando. Em 1950, japoneses criaram a filosofia kaizen, um dos grandes responsáveis por reconstruir a economia do país ao final da Segunda Guerra. Seu significado vem de “mudança”, “melhoria”, “transformação”, e propõe uma vida na qual metas grandiosas e radicais sejam substituídas por pequenas conquistas diárias, em uma tentativa de reduzir frustrações e uma visão entediante e mundana dos longos processos. E, bem, a conquista pode ser o pedido de casamento com que você sempre sonhou, o nascimento de um filho, um novo emprego, e também pode ser um elogio inesperado, uma louça vencida ou um pôr do sol bonito.

Todo mundo já decorou a letra de “De repente Califórnia”, de Lulu Santos. É muito legal quando ele diz “o meu destino é ser star”. Mas me perdoe, Lulu, por dizer publicamente aqui

que esse era o meu desejo quando eu era adolescente. De lá para cá foram muitas listinhas de Ano Novo rasgadas e pouca atenção às pequenas estrelas brilhantes que piscam no dia a dia da imensidão que é a existência humana. A vida pode ser grande demais para caber em um papel ou um post no Instagram. Eu olho é para as entrelinhas. Para as vírgulas que separam pequenas orações. Pode ser no sofá de casa, com a barriga dobrada ao me sentar, desejo incontrolável de comer doce na TPM e uma faxina sem-vergonha. Não é Bali. Mas também é templo. E lá farei minha resolução para 2024: apenas SER e ESTAR. Doe, mas aprendi.

Um Feliz Natal e um Ano Novo com pequenezas que reabastecem. Até depois da virada!



* Mariana Meira é jornalista e cantora

AS PRINCIPAIS TENDÊNCIAS DO VERÃO 2024

Comprimentos mini, tons de azul pastel e vários detalhes de franjas estão entre as principais tendências do verão 2024 que apareceram na temporada internacional de moda. Confira a lista!

Publicado originalmente por Redação Elle



AZUL BEBÊ

O tom pastel da estação é o azul, claríssimo, adoçando roupas levinhas ou a alfaiataria mais pesada



SLIP DRESS

Com jeito de camisola ou baile de formatura, o vestido de alcinha é o look da vez.



FRANJA

Uma das principais tendências do verão 2024, o elemento traz movimento e leveza.



OMBRO À MOSTRA

Tops sem alça e blusas de ombro único dão a oportunidade de colocar a saboneteira pra jogo.



SHORTS CURTOS

As pernas ficam completamente de fora com comprimentos de shorts curtíssimos.



BICO QUADRADO

Seja na sapatilha ou na sandália aberta, o hit da vez é o calçado de ponta quadrada.



SAIA LÁPIS

A saia lápis aparece mais comprida e com uma boa fenda.



ACESSÓRIO DE METAL

Seja como brinco ou fecho de cinto, o acessório é dourado e volumoso.



CRAVOS E ROSAS

Grande imagem da temporada, as flores aparecem de jeito figurativo ou inspirando o shape das roupas.



TRANSPARÊNCIA

Mais do que mostrar a pele em si, a brincadeira da temporada é fazer a misteriosa com muita transparência.



PAETÊ

Bordados e brocados aparecem para dar um toque retrô às peças de silhueta soltinha.



RENDA

Em vestidos sexy ou visuais mais dark, a renda traz o equilíbrio transparente perfeito.

Por que é Natal?

Natal é natalício. De quem? De um judeu que nasceu em Belém, filho de Maria e do carpinteiro José e que foi batizado com o nome de Jesus. Para grande parte da humanidade, esse menino é o Filho de Deus, uma das pessoas da Santíssima Trindade, ao lado do Pai e do Espírito Santo.

Essa parcela da humanidade, que se autodenomina “cristã”, exatamente porque o garoto seria a concretização da promessa que Deus fizera ao povo eleito, de que enviaria Aquele que resgataria os humanos do pecado, parece esquecida disso. O Cristianismo produziu mártires, contaminou toda a população da Terra nos anos iniciais. Tornou-se religião oficial de vários Estados.

Mas trivializou-se como algo com que se nasce e de que não se cuida como deveria. Já não suscita emoção, não entusiasma, não contamina.

Por isso é que o Natal se inclui hoje nas datas festivas cuja celebração pouco retém de sua causa e origem. Aos poucos, Papai Noel assumiu o lugar do Cristo. A festa de 25 de dezembro serve para a troca de presentes, para a ceia, para as libações alcoólicas.

Entra no calendário que atende às finalidades do mercado. “Espera-se aumento de vendas superior ao do ano pas-

sado”. Ficam algumas tradições que pouco têm a ver com o Brasil. Na escancarada cópia dos costumes europeus, pois foi de lá que vieram os colonizadores, consome-se elevada quantidade de frutas secas, que só existem no Velho Continente. As árvores de Natal recebem imitação de flocos de neve, pois na Europa, o final de dezembro costuma ser coberto dela.

Uma concessão ao espírito original é a intenção de propiciar festas mais alegres e fartas para os que só têm por companhia a escassez. Campanhas de oferta de brinquedos para os carentes, a participação numa lista de amparo a quem mais necessita, algo que serve para aplacar pruridos de remorso. Afinal, tenho tanto e quantos não têm nada!

O costume europeu do presépio ainda é cultivado em algumas residências. Foi iniciativa de Francisco de Assis, o “homem do milênio”, visionário e amigo da natureza. A intenção é propiciar reflexão nos cristãos de hoje. Indicar o caminho da singeleza. O “Rei dos Reis”, o prometido Messias, preferiu nascer numa estrebaria, aquecido pelo hálito morno de uma vaca e de um burro. Seus pais, cidadãos obedientes à normatividade regente, saíram de sua morada e vieram atender à ordem do

recenseamento. Não encontraram quem lhes oferecesse pouso. Abrigaram-se junto aos animais e ali nasceu o Salvador.

Quanta diferença entre Ele e os patéticos exercentes de qualquer parcela de autoridade, que se consideram melhores do que os demais e que exigem culto e vassalagem. O Senhor de todas as coisas, o Senhor do Universo, preferiu a companhia animal à corte hipócrita dos poderosos. Enquanto isso, os iludidos pela sensação de poder, comportam-se como se fossem imortais. Como se não tivessem de deixar esta esfera existencial e tudo o que foi amealhado. Bens materiais, fama, amores e amizades. Ser-lhes-á exigida minuciosa prestação de contas.

Você atendeu aos meus mandamentos? Conseguiu amar ao próximo como a si mesmo? Foi agente da redenção alheia, do resgate da dignidade do irmão, ou foi dele, um fator de aflição?

Quem nasce no seio de uma família cristã nem sempre se conscientiza desse legado e das responsabilidades que dele advêm. Por isso é prudente examinar como se tornaram verdadeiramente apóstolos, como conseguem vivenciar os Evangelhos, os convertidos. Aqueles que experimentaram o ateísmo, o agnosticismo, a descren-





ça e são chamados a ouvir a mensagem do Cristo, acordam para a verdade, concretizando a realidade do “mito da Caverna” de Platão. Estavam na escuridão, enxergando sombras projetadas por uma fogueira e se extasiaram quando viram o sol. Tanta luz de início assusta. Em seguida inebria. Mostra o colorido de tudo o que existe e desperta aquela mente atrofiada para a exuberância da verdade.

Os convertidos podem nos ajudar a recuperar o fervor anestesiado. Eles são aqueles que estranham nosso comportamento alienado. Por exemplo: se Deus está mesmo na Eucaristia, o que explica passarmos diariamente diante das Igrejas e não entrarmos para adorá-Lo?

Um famoso convertido foi Pitigrilli, cujo nome verdadeiro era Dino Segrè (1893-1975), italiano nascido em Turim e figura polêmica. Depois de conhecer o Padre Pio de Pietrelcina, hoje canonizado e de assistir a vários milagres em Lourdes, converteu-se ao catolicismo.

Era comum indagarem a ele: se tantas religiões acreditam na alma e em Deus, por que escolheu a religião católica?

Ele respondia: “Tem razão. Na alma acreditavam os egípcios, os gregos, os romanos, e sob diferentes pseudônimos, honraram a Deus. Nos anjos e nos demônios acreditavam os antigos persas. Na alma e em Deus acreditam os budistas, os maometanos, os judeus; neles acreditaram

Confúcio, Platão, Lao Tse, e crêem, a seu modo, até os pagãos. Mas a única Palavra que me convenceu, foi dita por Aquele que nasceu há dois mil anos, quando veio à Terra, não para “abolir a lei e os profetas”, mas para completá-los. Aquele que à teoria da vingança substituiu o princípio do perdão. Não existem dez motivos pelos quais me tenha submetido à Igreja Católica Apostólica Romana. Existe apenas um, e é o seguinte: porque Jesus Cristo não foi um fundador de religião, mas é Deus. Por outro lado, não “escolhi” uma religião: permaneci naquela que sempre foi a “minha” religião. O que se deu comigo foi um retorno a Deus, não a escolha de uma fé. Mas se tivesse de escolher, escolheria a religião que sempre foi a minha, porque Moisés, Buda, estes iluminados psicólogos, legisladores, me ofereceriam algo de truncado e incompleto. A Bíblia, os livros sacros da Índia e da China e o Alcorão são maravilhas de doutrina, de espiritualismo e sabedoria. Mas lhes falta uma página e os vários ritos das várias religiões se voltam para um Deus distante. Na religião de Cristo, Deus baixa ao altar todas as manhãs”.

Pitigrilli narrou sua conversão no livro “A piscina de Siloé” e considera haver mergulhado no banho de espiritualidade. “Como o cego do Evangelho, na Piscina de Siloé encontrei a água maravilhosa que deu a vista a meus olhos, os quais não viam dantes porque estavam deslumbrados

pelos luzes terrenas, pelos tubos de gás neon da publicidade luminosa, pelos lampejos das ribaltas e bares, pelas centelhas verdes das centrais elétricas, pelos milhões de lâmpadas das fascinantes cidades subterrâneas”. Se vivo hoje, Pitigrilli acrescentaria a influência das redes sociais, a Inteligência Artificial, a internet das coisas, a nanotecnologia, os algoritmos que nos manipulam, tudo o que nos requisita, nos distrai e nos entorpece, impedindo vejamos com exatidão e humildade o que realmente interessa.

Quando se converteu, Pitigrilli era tão famoso que repercutiu em múltiplas esferas. A imprensa católica o saudou como o filho pródigo que retorna. Igino Giordani, em seis jornais católicos italianos, escreveu: “Pitigrilli continua Pitigrilli, mas enriquecido por uma nova aspiração. No horizonte do novo Pitigrilli se eleva Deus, como sol que tudo compreende”. Todos perceberam que, ao orientar-se para Cristo, ele conferiu nova inspiração à sua arte. Percebeu-se que seu coração estava rejuvenescido. Monsenhor Gustavo J. Franceschi, na revista “Critério”, que então dirigia, exortou: “Respeite-se a posição de homens como Pitigrilli, que, havendo caminhado por toda parte sem parar, não encontraram repouso e luz senão se ajoelhando defronte ao altar”. Algo que Santo Agostinho já dissera: “minha alma não teve descanso antes de se reabastecer em Deus”.



Dentre as providências que os humanos tomam para festejar o Natal, não estão a retomada de consciência do que ele significa para a civilização. Foi graças ao catolicismo que prosperaram as ciências, as artes, a ideia de solidariedade e fraternidade. Aqueles que conseguiram observar a recomendação: “Procurai primeiro o reino dos céus e tudo o mais vos será dado por acréscimo”, têm noção do que significou a presença da Igreja Católica na História.

Pode-se afirmar, sem receio de equívoco, ter sido a Igreja Católica a formuladora do conceito de caridade tal como a concebemos no Ocidente. Na inspiração da pobreza do presépio, é que o verdadeiro cristão partilha com os irmãos aquilo que possui. Na certeza de que é desnecessário acumular bens materiais para a curta permanência de cada qual nesta peregrinação terrena.

Somente o amor ao Menino Jesus pode explicar a doação de almas escolhidas que praticam atos de generosidade para com todos. Um assombro que ainda hoje se verifica entre os não atingidos pela graça da crença. Dos quais foi exemplo o filósofo Voltaire, talvez o mais prolífico propagandista anti-católico do século XVIII. Ele se mostrou respeitosamente admirado com o heroico espírito de sacrifício que animou tantos dos filhos e filhas da Igreja e afirmou: “Talvez não haja nada maior na terra que o sacrifício da juventude e da beleza com que belas jovens, muitas vezes nascidas em berço de ouro, se dedicam a trabalhar em hospitais pelo alívio da miséria humana, cuja vista causa tanta aversão à nossa sensibilidade. Tão generosa caridade tem sido imitada, mas de modo imperfeito, por gente afastada da religião de Roma”.

Foi graças ao catolicismo que prosperaram as ciências, as artes, a ideia de solidariedade e fraternidade

Sim. Pode existir bondade sem adesão à fé. Mas esse altruísmo se ressentir da falta de sentido que transborda para o católico. Este é quem recebeu o lema evangélico: “Amai a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a si mesmo”.

É a diferença entre o filantropo e o católico. Sêneca explicitou o que acontece com o homem bom, mas desprovido de fé: “O sábio poderá consolar aqueles que choram, mas sem chorar com eles; socorrerá o naufrago, dará hospitalidade ao proscrito e esmolas ao pobre, restituirá o filho à mãe em prantos, salvará o cativo da arena e até mesmo enterrará o criminoso – mas em toda a sua mente e no seu semblante estará igualmente imperturbável. Não sentirá compaixão”.

Paixão por fazer o bem, só o cristão.

Certa eclipse da Igreja provoca danos indizíveis em todas as esferas. Empobrece-se a filosofia anti-metafísica de nossos tempos, com efeito debilitante sobre a cultura, as artes e as ciências. Para Jude Dougherty, decano da Escola de Filosofia da Universidade Católica americana, “Sem um reconhecimento metafísico do transcendente, sem o reconhecimento de um intelecto divino que é, ao mesmo tempo,

fonte da ordem natural e cumprimento das aspirações humanas, a realidade é construída em meros termos materiais. O homem converte-se em medida de todas as coisas, sem o menor compromisso com a ordem objetiva. A vida em si mesma torna-se vazia e sem propósito”.

Essa aridez encontra sua expressão na perversidade e esterilidade de tantas manias contemporâneas. Tanta sofisticação e tanta falta de sentido. Sentido que os “homens de boa vontade” – eles ainda existem – poderão encontrar na contemplação da cena bucólica de um presépio. A criança na manjedoura, os pais ao lado, a presença confortadora de animais do estábulo e de pobres pastores que foram atraídos pela Boa Nova.

É urgente a reconversão de quem deixou amainar o entusiasmo pela Igreja e se acomodou na rotina paralisante. Muitos movimentos, poucos instantes para pensar. Atendimento às imposições e requisições rotineiras, abandono da meditação.

Valhamo-nos do exemplo dos convertidos e reconvertamo-nos. Assumamos a ingenuidade infantil e nos aproximemos do Menino que os profetas anunciaram e que nos traz a certeza de que a história é o lugar de realização do propósito de Deus. Inebriemo-nos do misterioso processo da relação de Deus com a humanidade, a partir de uma reflexão a respeito do sentido do Natal.

Que este Natal seja, realmente, efetivamente, feliz para todos!



José Renato Nalini é reitor de universidade, docente de pós-graduação e Secretário-Geral da Academia Paulista de Letras.

Ler faz bem para a mente e para a alma

Confira os lançamentos recentes do mundo da literatura

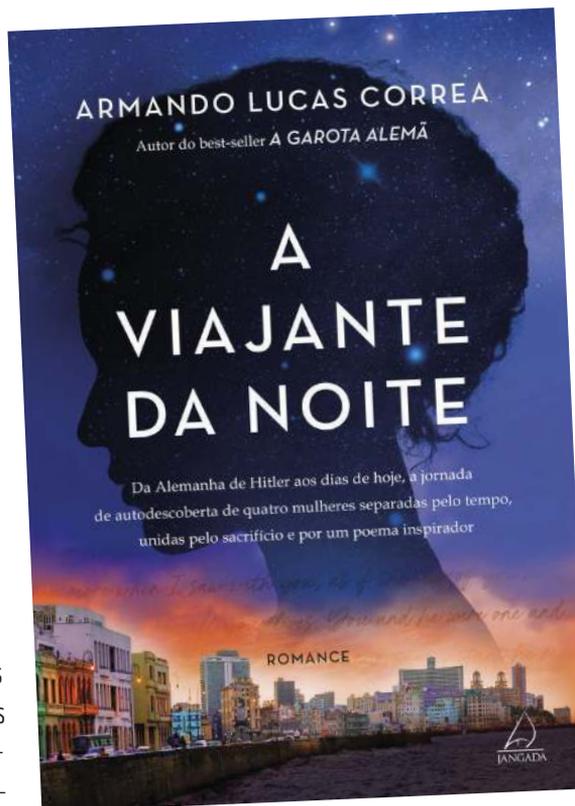
Nova ficção histórica de autor best-seller une quatro gerações de mulheres à sombra da Segunda Guerra

“A Viajante da Noite”, do premiado escritor Armando Lucas Correa, faz o leitor embarcar num universo de autodescoberta e transcendência

Dono de uma escrita reconhecida mundialmente, o jornalista e escritor cubano, Armando Lucas Correa, está lançando no Brasil seu mais recente livro: “A Viajante da Noite” pela editora Jangada, selo dedicado à ficção do Grupo Editorial Pensamento, a exemplo de suas duas outras obras lançadas no país [A Garota Alemã, best-seller mundial traduzido para mais de 13 idiomas e A Filha Esquecida].

A história de “A Viajante da Noite” narra a trajetória de quatro mulheres que vivem em gerações distintas, mas que acabam por embarcar em jornadas de autodescoberta, resiliência, lutas e superação. Na obra, elas vivenciam o amor, a perda, a guerra e a esperança, desde a ascensão do nazismo até a Revolução Cubana e, por fim, à queda do Muro de Berlim.

Neste romance histórico, Armando



Lucas Correa retorna à tragédia da Alemanha nazista, retratando os perigos que pessoas mestiças enfrentaram sob as Leis Raciais de Nuremberg da década de 1930, e a fatídica viagem do transatlântico St. Louis para Cuba. Por meio de uma narrativa envolvente e emotiva, o autor traz personagens cativantes e eventos históricos que marcaram quatro gerações. Seu trabalho é uma ponte entre as identidades culturais e as his-

tórias de famílias que enfrentaram desafios e adversidades.

SOBRE AS PROTAGONISTAS E A ÉPOCA EM QUE AS HISTÓRIAS SE DESENNOLAM

Berlim, 1931: Ally Keller, uma jovem poetisa, dá à luz a Lilith, uma criança mestiça. Com a ascensão dos nazistas ao poder e o desaparecimento do pai de sua filha –um alemão negro –, Ally precisa esconder sua filha para protegê-la da mortal e fanática ideologia de pureza ariana. Mas, conforme a menina cresce, torna-se cada vez mais difícil e ela põe em ação um plano perigoso, e desesperado, para mandar a filha a um lugar seguro do outro lado do oceano.

Havana, 1958: Já adulta, Lilith tem poucas lembranças da mãe ou de sua infância na Alemanha. Além disso, está muito animada com o futuro ao lado de seu amado Martín, um piloto cubano com fortes vínculos com o governo de Batista. Mas, quando as chamas da revolução se inflamam, Lilith e sua filha recém-nascida, Nadine, veem-se em uma terrível encruzilhada.

Berlim, 1988: Como cientista em Berlim, Nadine se dedica a assegurar a dignidade dos restos mortais de todos aqueles que foram assassinados pelos nazistas. Ela passou a vida toda evitando a verdade sobre a história da própria família, mas sua filha Luna a encoraja a ir atrás de seus antepassados. Porém, caberá a Luna lidar com uma traição chocante que mudará tudo o que ela achava que sabia sobre o passado da família.

Separadas pelo tempo e unidas pelas suas forças e um poema inspirador, as quatro protagonistas de “A Viajante da Noite” ensinam a força do que o amor maternal é capaz.

SOBRE O AUTOR

Armando Lucas Correa é jornalista premiado, autor e editor-chefe da revista People en Español, a revista hispânica mais vendida dos Estados Unidos. Tam-

bém é editor da revista cubana Tables. Já recebeu vários prêmios da Associação Nacional de Publicações Hispânicas e da Sociedade de Jornalismo Profissional. É autor do best-seller internacional A Garota Alemã, publicado em 13 idiomas, e de A Filha Esquecida, publicados no Brasil pela Editora Jangada. Mora na cidade de Nova York com seu companheiro e seus três filhos.

ELA MUDOU O NOME E A APARÊNCIA... MAS NADA PODE APAGAR O QUE TESTEMUNHOU.

Alex Armstrong mudou tudo sobre si mesma: seu nome, sua aparência, sua história. Ela não é mais a adolescente aterrorizada que apareceu na TV, algemada, sendo conduzida da casa onde vivia até a noite em que sua família foi massacrada.

Apelidada de Olhar Vazio pela imprensa, ela foi acusada dos assassinatos, teve a vida duramente exposta pelos veículos de comunicação, mas lutou com todas as suas forças para limpar o seu nome.

Dez anos se passaram e Alex nunca parou de procurar pela verdade, mesmo tendo que esconder sua identidade da horda de fanáticos por crimes reais e repórteres desesperados por qualquer notícia sobre seu paradeiro.

Agora como investigadora, ela trabalha incansavelmente para ga-



rantir justiça para outros acusados. Pessoas como Matthew Claymore, que é suspeito do desaparecimento da namorada, uma estudante de jornalismo chamada Laura McAllister.

Laura estava prestes a divulgar

uma grande história sobre estupro e acobertamentos em sua faculdade. Alex acredita que Matthew é inocente e descobre revelações impressionantes sobre o corpo docente da universidade, alunos e pais poderosos dispostos a fazer qualquer coisa para proteger os filhos.

Mas ao iniciar sua investigação, Alex encontra conexões surpreendentes com o assassinato da própria família. Por mais diferentes que os crimes possam parecer...

Este é um thriller explosivo que você não conseguirá largar.

Título: OLHOS VAZIOS

Autor: Charlie Donlea

Tradução: Carlos Szlak

Editora: Faro Editorial

Formato: 16×23 cm | Miolo: P&B

Páginas: 320

ISBN: 978-65-5957-420-9

Preço: R\$ 69,90

Categoria: Suspense

DE ONDE UM AUTOR BUSCA INSPIRAÇÃO PARA SUAS HISTÓRIAS SOMBRIAS?

Isolada em uma velha casa à beira-mar, Emma Carpenter vive sozinha em companhia de sua cachorra, Laika. O único contato humano que tem é com o vizinho, Deek.

Ao perceber que Emma é uma leitora assídua, Deek recomenda a ela um livro de terror de publicação independente. Após a leitura, Emma acha a obra fraca e publica uma crítica com uma estrela, fazendo com que uma discussão on-line se inicie com ninguém menos do que o próprio autor.

Logo depois, incidentes perturbadores começam a acontecer ao seu redor. Para ela, isso pode ser apenas uma coincidência. Já foi estranho o suficiente o autor brigando por uma

crítica ruim na internet, será que ele poderia estar por trás daqueles eventos?

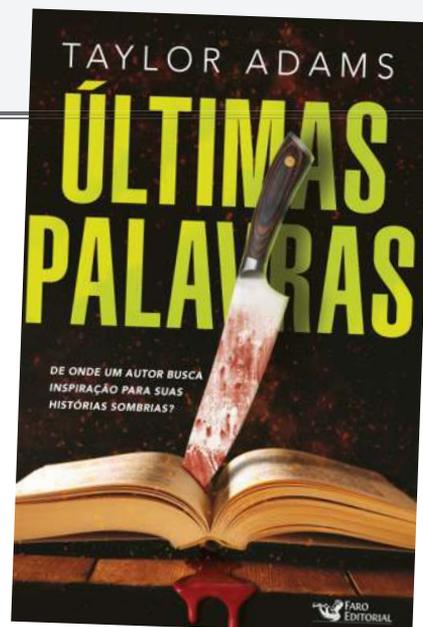
Enquanto investiga a vida e o trabalho do autor, Emma descobre que ele já havia publicado dezesseis outros romances, todos igualmente sádicos, com perseguição e assassinato. Mas quem é esse cara? E do que seria capaz?

Exibindo sua marca registrada de ritmo acelerado, Taylor Adams oferece uma trama repleta de detalhes e com uma reviravolta de deixar todos pensando duas vezes antes de publicar uma crítica negativa deste livro.

Título: ÚLTIMAS PALAVRAS

Autor: Taylor Adams

Tradução: Carolina Itimura Camargo



Editora: Faro Editorial

Formato: 16x23cm | Miolo: P&B

Páginas: 288

ISBN: 978-65-5957-432-2

Preço: R\$ 64,90

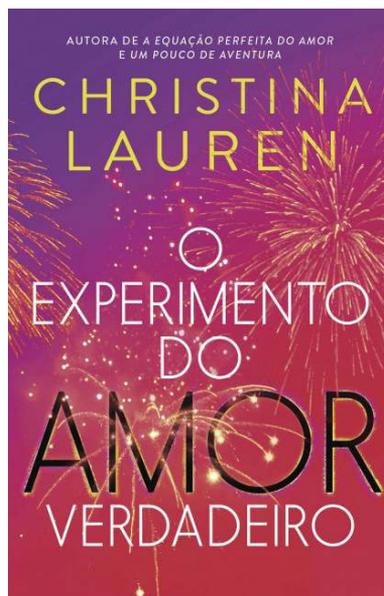
Categorias: Lançamento, Suspense

THE TRUE LOVE EXPERIMENT

O livro que os fãs de Christina Lauren estavam esperando desde que conheceram Fizzy em A equação perfeita do amor.

Fizzy Chen está perdida. É verdade que ela tem uma carreira incrível como autora de romances, mas, quando a convidam para discursar em uma formatura, ela percebe que não tem vivido o que retrata nos livros. A realidade é que Fizzy nunca se apaixonou. Agora, o otimismo que ela sempre incentivou em suas leitoras parece apenas uma mentira.

Connor Prince ama o que faz como documentarista, mas não sabe como vai cumprir a missão dada pelo chefe: criar um reality show de namoro. Seu caminho cru-



za o de Fizzy no momento ideal: ele está desesperado para encontrar uma protagonista para o novo programa, e quem seria melhor para

isso que a rainha do romance?

Porém, quando a produção de O Experimento do Amor Verdadeiro começa, Connor passa a se perguntar se pode haver um par perfeito para ele também -- enquanto Fizzy percebe que o final feliz do qual ela já tinha desistido pode estar se escondendo bem ali, atrás das câmeras.

Título original:

THE TRUE LOVE EXPERIMENT

Páginas: 456

Formato: 13.60 X 21.00 cm

Peso: 0.529 kg

Acabamento: Livro brochura

Lançamento: 18/01/2024

ISBN: 978-85-8439-352-7

Selo: Paralela

HO! HO! HO! PAPAÍ NOEL CHEGOU... E TROUXE PRESENTES

Presentear é um ato de amor. De crianças a idosos, todos gostam de receber uma surpresa. Confira algumas dicas para este Natal

KIT PRESENTE NATAL CELEBRE FEMININO O BOTICÁRIO

O Kit Presente Natal Celebre Feminino oferece itens de perfumação e de corpo e banho para deixar tudo mais especial.

Além disso, o kit vem em uma caixa para presente montada para demonstrar carinho. O desodorante colônia traz uma fragrância fresca, potente e perfeita para nos lembrar de quanto é importante celebrar as pequenas conquistas do dia a dia. O hidratante corporal é o item ideal para completar a sua rotina de autocuidado. Além de perfumar a pele com a fragrância Floral Frutal de Celebre, a loção corporal promove pele macia e hidratada, sensação de frescor, ação desodorante e absorção rápida.



Valor: R\$ 104,90



CAMISETA GRINCHMAS

Camiseta 100% algodão sustentável, malha penteada, fio 30.1. Não junta bolinhas ao lavar.

Inspiração no filme O Grinch

Valor: R\$ 59

<https://www.hippieartesanatos.com/produto/camiseta-grinchmas-off-white>



“REINO MÁGICO” É O TEMA DA NOVA COLEÇÃO INVERNO 2024 DA CALÇADOS BIBI

Com opções exclusivas e que prometem

encantar as crianças nesse inverno, a Bibi, empresa pioneira de calçados infantis com mais de 70 anos, apresenta a nova coleção de Inverno 2024. A marca que possui design, tecnologia e todo o conforto necessário para o desenvolvimento feliz e natural das crianças, traz uma coleção inspirada no tema “Reino Mágico”, com diferentes itens inspirados no digital e no mundo da fantasia, buscando expressar um sentimento lúdico de faz de conta. As novas estampas e cores estarão disponíveis nas mais de 130 lojas da Bibi e no canal do e-commerce a partir de fevereiro.



LUMINÁRIA GATINHO - IMAGINARIUM

Como resistir a essa luminária de gatinho? Ela é linda? É. Mas além disso, ela é super macia e gostosa de tocar, pois seu material é todo em silicone, despertando aquela vontade louca de ficar horas dando carinho. E não para por aí, tem mais 2 super funções:

1. Sua iluminação é controlada pelo toque, basta retirar e recolocar na base para ligar ou desligar o produto.
2. Possui diversas opções de iluminação nas cores: vermelho, azul escuro, verde, amarelo, roxo, azul claro, branco.

Valor: R\$ 189,90

<https://loja.imaginarium.com.br/luminaria-gatinho/p>



PLANNER TILIDISCO 2024

O Planner Tilidisco 17,7 x 24,4 cm West Village 90g 2024 garante a liberdade para você se organizar como bem entender. O produto é desenvolvido com capa dura removível, 9 discos coloridos, bolsa plástica, adesivos para decorar e miolo com visões anual, mensal e semanal, além de páginas para anotações. São 80 folhas, de 90 g/m², soltas que podem ser retiradas e adicionadas quantas vezes quiser.

R\$ 173,90

<https://www.tilibraexpress.com.br/planner-tilidisco-17-7-x-24-4-cm-west-village-90g-2024>



PISCINA PARA PETS COM SISTEMA DE IRRIGAÇÃO

Os pets também merecem ganhar presentes. Com esse calor, imagine seu animal de estimação mergulhando em uma piscina especialmente projetada para oferecer alívio instantâneo nos dias mais quentes. A Piscina Pet é a resposta para um banho refrescante e estimulante.

Valor: R\$ 147,90

<https://yuzi.com.br/products/piscina-para-pets-com-sistema-de-irrigacao>



Onde mora o Papai Noel?

“No polo Norte.” – diria o meu filho com seu rosto resabiado e olhos castanho-claros quando eu lhe perguntei isso pela primeira vez. Ele deveria ter uns cinco anos na época. “Que estranho ele não saber disso” – deve ter ele pensado, com seu conhecimento recém-adquirido do filme Expresso Polar, que assistira em um notebook, enquanto jantávamos em um restaurante com um casal de amigos, em uma praia do litoral paulista, não há muito tempo.

Devo confessar ao leitor e ao meu próprio filho, que apesar da resposta corretíssima, eu, influenciado pela minha alma indomável (pela qual eu agradeço) não me satisfaço e fico me perguntando isso de novo e de novo, como se houvesse alguma resposta diferente que eu precisasse chegar.

Onde começa o Natal? Qual a sede do espírito que muda toda a conformidade das mentes que, nas outras épocas do ano se encontram agitadas, corridas, mas que nesta época têm ao menos a oportunidade de se voltar para o espírito, para o invisível que nos liga, até mesmo por estruturas astrais como chamados chackras transpessoais, marcos de uma realidade tão frequentemente esquecida: somos todos uma só fa-

mília e unidos tal como são as raízes das árvores de uma grande floresta.

Onde é a sede deste poder? Nas histórias que destinamos às crianças, essa compreensão é auxiliada dando um locus físico para o que é abstrato: uma terra muito distante, de difícil acesso, onde somente o herói, ao empreender sua jornada, poderá alcançar. Caso isso lembre o leitor(a) a “chamada” clássica dos contos de fada, começando com um “Em um reino muito distante...” está absolutamente correto(a)! É neste sentido mesmo que evocamos para as crianças um lugar que existe, mas em um plano mágico, quase intangível (eu escrevi quase!).

Voltemos, contudo, ao foco da questão! Seria o estado natalício um fenômeno criado pelo ciclo infundável do movimento das estrelas, um momento no tempo feito por uma dada coincidência dos astros? Quando encontrar a resposta através da outra dimensão do nosso “espaço”, aquela a que chamamos de “tempo”, o mistério simplesmente continua pois, quem me acompanha sabe que sigo e pratico as celebrações do planeta Terra ao longo do ano, o que podemos chamar “a roda do ano” e, por ela, notamos que os fenômenos





típicos do natal aqui no hemisfério Sul ocorrem em julho e não em dezembro, como os comemoramos para nos sincronizarmos com as festividades no tempo daqueles de vivem no hemisfério norte.

Se não são os astros, de onde irradia essa energia? Eis a pergunta que não quer calar.

“Coração, pai.”

Logo vem a imagem do meu pequerrucho me respondendo, através daquele tipo de conhecimento que existe dentro e fora de cada um de nós. Menino esperto! Nunca estudou sobre a medicina chinesa ou anatomia sutil, mas “dá aula” sobre o assunto para seu pai.

O caminho para este reino distante onde cada um vai recuperar o encantamento do próprio mundo não se encontrava do lado de fora, mas abaixo do nosso próprio osso esterno, no meio do peito, a firmeza para nosso chackra cardíaco.

Deste local irradiam não somente as energias que nos caracterizam como humanos, seres capazes de escolher os próprios caminhos, mas também dele começa o sentimento de caridade e fraternidade que é tão característico desta época do ano. Sua força emanada é tamanha que vence qualquer tendência astrológica, criando o espírito de Natal em qualquer lugar e em qualquer tempo.

Um sorriso se coloca na minha face quando atino que de um espírito puro de criança, presente em todos nós, vem a indicação do caminho mais lon-

go de nossas vidas, aquele que cada um de nós deve percorrer: o espaço entre o coração e a nossa mente.

O que encontraremos neste caminho? Passaremos por desertos e silêncios, certamente, haverá perigos e dores e, provavelmente, iremos nos perder e nos machucar um pouco. Isso é assim mesmo. Contudo, haverá alegrias, recompensas e presentes. Haverá amor. Amizades maiores que a vida inteira.

Quem pode prever o que há dentro do próximo embrulho natalício que a vida nos reserva? Somente as mãos delicadas da criança que desfaz o laço e rasga decididamente o papel brilhante que o envolve irão revelar.

Uma coisa, no entanto, é certa: será sagrado, pois proverá do re-encantamento do mundo vindo do caminho que não é para polo, mas para o centro de cada um. Será repleto de magia, amigos(as)... magia de Natal.

Parece que este ano trará para mim uma resposta mais completa que irá aplacar minha alma... quem sabe por quanto tempo?

Feliz Natal a todos meus caros amigos leitores(as). No meu presente rogo que percorram todos, altivos, seus próprios caminhos e compartilhem com o mundo o que encontraram por lá.

Hype

Alexandre Martin é médico formado pela Unicamp e especialista em acupuntura e osteopatia

Então é Natal e o que você fez?

PASTOR DANIEL ANTONIO*

A canção lançada pela cantora Simone no ano de 1995 se tornou muito famosa e cantada em diversos lares nesta época natalina. Tenho certeza que você assim como eu cantarola esta música em algum momento do mês de dezembro a partir da descoberta da mesma.

Ela é convidativa e traz uma reflexão simples, porém profunda trazendo algumas verdades muito importantes a respeito do Natal.

Me permita então tomar esta música como base para refletirmos a respeito da sua mensagem.

Logo de início ela traz a pergunta que é título deste artigo: “Então é natal e o que você fez?” realmente chegamos neste período com essa indagação: “O ano está terminando e o que eu fiz, conquistei ou alcancei?” Sempre que o mês de dezembro bate à porta nos tornamos juízes de nós mesmos tentar validar ou não o que foi feito e produzido durante o ano todo. Muitas frustrações são produzidas aqui por ver que nem sempre alcançamos aquilo que inicialmente projetamos e é aqui, que apesar de coach, me vejo discordando de muitos coaches que quase determinam que as pessoas têm que alcançar tudo o que querem e só dependem delas para isso.

Não é verdade, alcançar tudo sempre será uma possibilidade e nunca uma certeza e precisamos compreender isso para continuar tendo esperanças e forças para

conquistar por saber que a possibilidade existe afinal a canção continua dizendo “o ano termina e começa outra vez” portanto, pegue mais leve com você e celebre mesmo que tenham sido pequenas as suas conquistas sabendo que sempre haverá uma nova janela de oportunidade abrindo no ano que nasce outra vez para quem não se acomodar.

A maior afirmação desta canção é feita agora neste momento em que peço sua especial atenção na reflexão comigo.

“Então é Natal, a festa Cristã, do velho e do novo, do amor como um todo” aqui chegamos à grande verdade de poder declarar que é natal, uma festa Cristã cujo alvo de celebração é o nascimento do nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo, aquele que de fato marcou a história entre o velho e o novo pois a história é dividida em seu nascimento o antes e o depois de Cristo.

De fato, é a festa do velho e do

novo, daquele que uniu os que estavam debaixo do que chamamos de velha aliança com aqueles que agora se achegam pela nova aliança através do seu sangue como diz a Bíblia.

Os que antes viviam para satisfazer a lei com ritos e tantas outras atitudes para satisfazer a santidade de Deus e viver o seu propósito jamais conseguiram devido a própria carnalidade humana e seus maus desejos egoístas. Jamais conseguiríamos viver segundo o propósito para o qual fomos criados em Deus por nós mesmos, mas o Natal chegou e com ele trouxe vida e esperança, trouxe a possibilidade de perdão e salvação nos levando através de Cristo e no Santo Espírito ter oportunidade de poder viver este feliz e alegre propósito de vida plena e abundante.

Sim é a festa do amor como um todo, o amor genuíno, puro e verdadeiro que vem de uma única fonte que é Deus. A bíblia traz o amor como sendo uma das definições do nosso Deus, Ele é amor, paz, justiça, alegria, fogo consumidor, misericórdia e outras definições de Sua característica, mas essencialmente Ele é amor e nesse seu atributo ele mostra o quão profundo é como diz em João 3:16 “Porque Deus amou ao mundo de tal maneira que deu seu unigênito filho para que todo aquele que nele crê não pereça mas tenha a vida eterna”, não existe maior amor do que este e tudo o que sabemos de amor emana da verdade



de que Deus é amor. Natal é amor, é a materialização do maior amor do mundo através do nascimento de Cristo Jesus. Esse amor não é somente o todo, mas é também o nosso tudo.

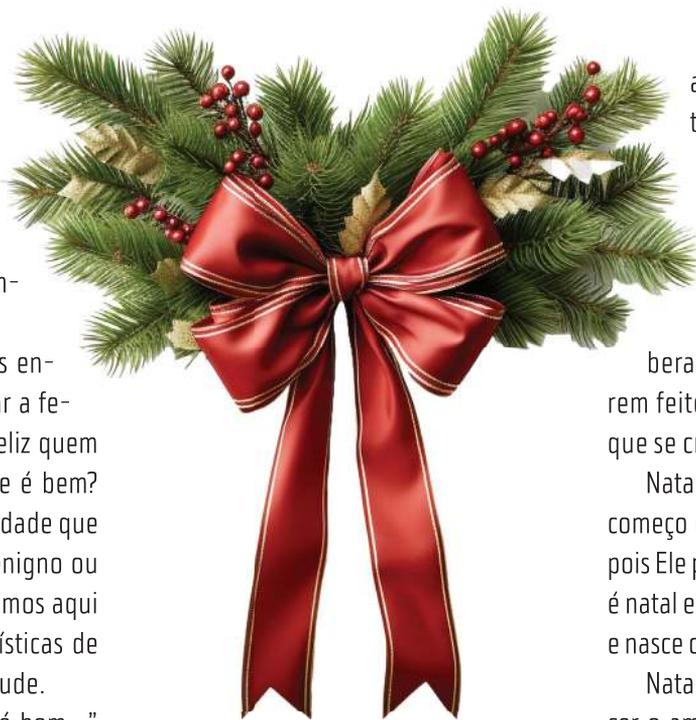
A próxima afirmação nos entrega o segredo de encontrar a felicidade, ela diz: “que seja feliz quem souber o que é bem”. O que é bem? Bem tem sua raiz em benignidade que é uma virtude de alguém benigno ou bom. Mais uma vez encontramos aqui um dos atributos e características de Deus que é a fonte dessa virtude.

Naum 1:7 diz “O Senhor é bom...” e depois o próprio senhor Jesus ao ser chamado de bom mestre responde: “Por que me chamas de bom? Ninguém é bom, a não ser um, que é Deus!” veja que o Messias afirma que somente Deus é bom portanto o bem só pode vir daquele que é bom e este é Deus.

Quando a canção afirma “que seja feliz quem souber o que é bem” traz a maior verdade do mundo: A felicidade somente é encontrada no bem, ou seja em Deus por definição o próprio bem.

Você pode obter tudo na vida mas o natal ensina que somente aquele que encontra o bem (Deus) através do seu presente (Jesus Cristo) é que alcança a verdadeira felicidade.

E então a canção antes de começar a repetir estas verdades nos traz uma última e abrangente verdade declarando: “Então é Natal, pro enfermo e pro são, pro rico e pro pobre, num só coração. Então bom natal, pro branco e pro negro, amarelo e vermelho, pra paz afinal”.



O Natal é para todos sem distinção alguma. O Natal não aconteceu apenas para os nobres reis magos mas também para os pobres pastores que cuidavam do rebanho no momento do nascimento, para o que não tinham lugar para dormir como José e Maria, para os que estavam na rua e também os que estavam nos céus como os santos anjos de Deus. Sim, o Natal é para todos.

Em Deus não há distinção alguma Ele concedeu o Natal a todos para que todos que cressem no Natal alcançassem a vida eterna.

Apesar do Natal ser para todos, não significa que todos o receberam. Muitos rejeitam o Natal. Não a festa, e sim o Natal, que é Cristo o Senhor. A bíblia ainda nos declara: “Veio para os seus e os seus não o receberam...” Ele foi rejeitado por muito desde o princípio, por todos que não entenderam o que é o Natal e onde está

a verdadeira felicidade, mas todos que entenderam receberam um imenso presente, um grande privilégio dado por Ele como o texto bíblico continua a dizer “... mas todos quantos o receberam deu-lhes o poder de serem feitos filhos de Deus a saber aos que se creem no seu nome.”

Natal é a oportunidade de um novo começo e não importa o que você fez pois Ele pagou o preço por você (Então é natal e o que você fez? O ano termina e nasce outra vez).

Natal é a possibilidade de reconhecer o amor verdadeiro como um todo e para todos através da festa do Cristo (Então é Natal, a festa Cristã, do velho e do novo, do amor como um todo).

Natal é a festa daqueles que encontraram a verdadeira felicidade descobrindo e reconhecendo Aquele que é o bem, o nosso Deus (Então bom Natal e ano novo também, que seja feliz quem souber o que é o bem).

Natal pode hoje não fazer sentido ou te trazer alegria, mas o natal também é para você, Ele é para todos pois Cristo veio para todos, morreu por todos e ressuscitou por todos para que todos os que O reconhecem no seu coração e com seus lábios declaram que Ele é o seu Senhor e Salvador alcancem o verdadeiro presente de Natal, a alegria da Vida eterna Jesus o Filho de Deus.

Um bom natal para você que fez a escolha pelo Bom no Natal. 

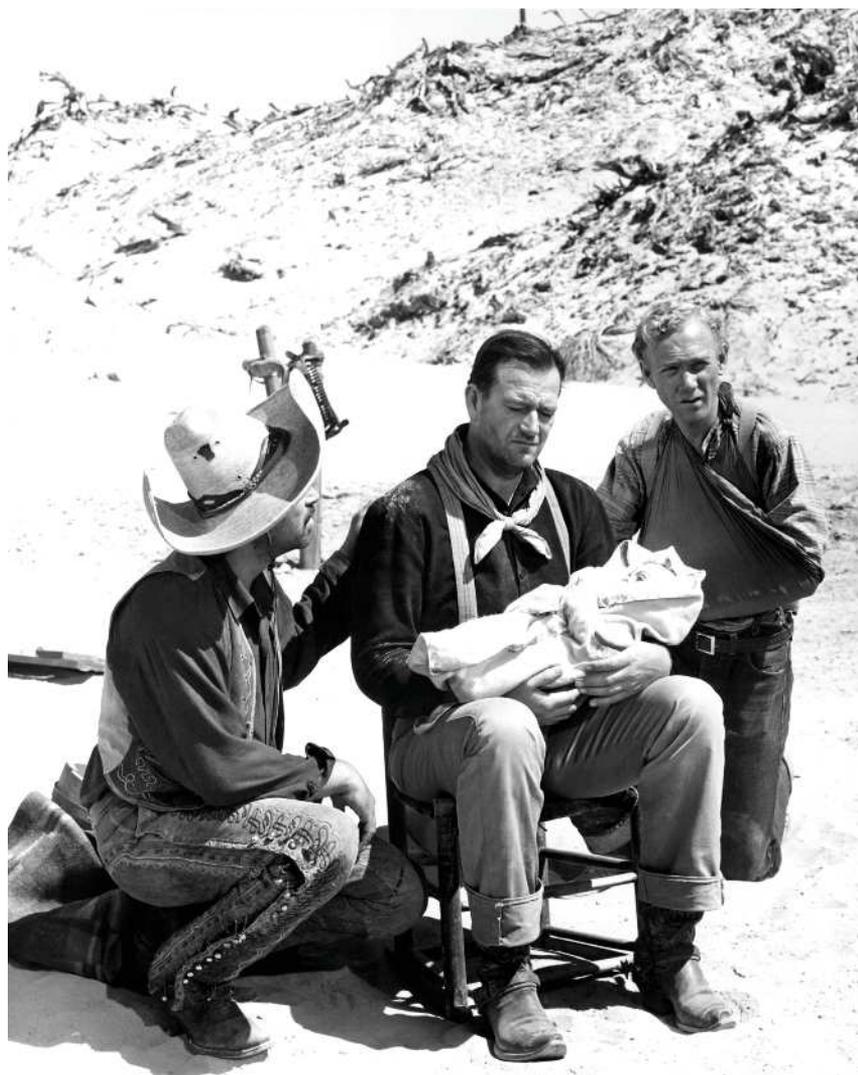
*Pastor Daniel Antonio

Os três reis magos do faroeste

Antes de encontrarem a redenção, os três bandoleiros circulam de cidade em cidade para roubar bancos. Nos Estados Unidos dos tempos do faroeste, eles nunca se assumem malvados por completo e deixam que o espectador perceba, o tempo todo, o jeito camarada, o companheirismo ao longo da jornada, a preocupação com o outro, a água compartilhada, todas as características que, desde cedo, preparam-nos para o encontro com o bebê.

“O Céu Mandou Alguém” é um belo filme sobre o Natal, com a assinatura de um cineasta que, ao longo de tantos filmes, em mais de cinco décadas de atividade, sempre mesclou o pior dos homens à possibilidade de graça, coadjuvantes cômicos e seres de forma acabada às contradições palpáveis de uma nação moldada sob os sinais da exploração, da injustiça, da conquista do mais fraco, no seu gênero favorito: o faroeste.

Falo, claro, de John Ford, que toma as figuras bíblicas dos três reis magos para contar a história de seres nada gloriosos que cruzam o deserto do Mojave com um bebê. Uma história de autoria de Peter B. Kyne e que o próprio Ford já havia levado aos cinemas, no período mudo, em 1919, com o título “Homens Marcados” – a exemplo de outros diretores que filmaram duas vezes uma mesma história, como Cecil B.



DeMille (“Os Dez Mandamentos”), Alfred Hitchcock (“O Homem que Sabia Demais”) e Frank Capra (“Dama por um Dia”).

O protagonista é Robert Hightower

(John Wayne), o cabeça do trio, aquele com boa parte das certezas e que guia os outros primeiro ao roubo a banco, depois à fonte d’água inexistente, depois ao de-



serto no qual uma carroça parcialmente enterrada - vista de dentro para fora como uma gruta - guarda uma mãe prestes a dar à luz. Os criminosos lutam pela própria vida ao caminhar por um terreno de sal, de tempestades de areia, seguidos por um xerife (Ward Bond) de bom coração que eles conheceram quando passaram pela cidade.

Ao lado de Robert estão Pedro Roca Fuerte (Pedro Armendáriz), mexicano sábio que, quando necessário, assume as rédeas da jornada para fazer o parto da criança que todos juram proteger, e William Kearney (Harry Carey Jr.), o mais jovem entre os três, com o dom do canto, a quem é dada a possibilidade de desistir do crime ainda no início e, mesmo machucado à bala, com sede, até a morte não deixará os amigos de lado.

O ponto de virada é o encontro com a mulher grávida (Mildred Natwick). Como é de se imaginar, ela morre pouco depois de dar à luz um menino. Os três homens tornam-se os padrinhos da criança, juram cuidar dela, e com ela nos braços seguem pelo deserto, em conflito com a natureza, nessa revelação do verdadeiro vilão que a direção de Ford, aliada à fotografia de Winton C. Hoch, apre-

senta-nos com aspereza e velocidade: pelo movimento dos ventos que formam ondas sobre os montes de areia ou pela repetição do solo lotado de sal, sem fim, sobre o qual os homens caminham, quase mortos, para chegar à pequena cidade de Nova Jerusalém - seguindo, claro, uma estrela que brilha no céu.

Ford faz um filme de tons envelhecidos, como que saído de um pergaminho, impregnado pelo deserto, de figurinos que variam entre o marrom, o pastel e o azul escuro, maneira de tornar os elementos com cores gritantes ainda mais potentes quando vistos na tela, como as flores do canteiro da casa do xerife e, sobretudo, o sino vermelho - pequeno mas impossível de não se notar - pendurado no bar cujos frequentadores comemoram a noite de Natal.

Ao escrever sobre "O Céu Mandou Alguém", o crítico Tag Gallagher observa que o filme "é um paradigma de temas fordianos", no qual "a vida não é uma peregrinação sem sentido, mas uma peregrinação que desemboca em algum tipo de epifania, seja por meio de um decreto divino ou mesmo a partir do Destino - uma redenção (ou talvez um sacrifício)".

Mesmo com tantos sinais negativos,

como a cruz caída e parcialmente coberta pela areia, como as mortes deixadas pelo caminho, o filme alimenta-se da graça, do impossível, e nos leva a pensar na tolerância e perdão aos marginalizados. Exemplos semelhantes não faltam no cinema de Ford: a busca do perdão pelo protagonista - uma variação de Judas - em "O Delator", que não ao acaso termina em uma igreja; o juiz que defende um menino negro contra a turba branca e permite a realização do funeral de uma prostituta em "O Sol Brilha na Imensidão"; e, por que não?, o homem rude, vingativo, que acolhe a sobrinha - agora uma índia - após tentar matá-la em "Rastros de Ódio".

Ford podia ser conservador, mas não era tapado como tantos conservadores de seu tempo e de nossa época. Seus filmes, a começar por "O Céu Mandou Alguém", podiam se inclinar ao místico, à idealização que beira o inverossímil, sem nunca renunciar à inteligência, ao grande cinema, ao espetáculo que começa em um assalto a banco e termina no Natal.



Rafael Amaral é crítico de cinema e jornalista; escreve em palavrasdecinema.com; contato em ramaral@jj.com.br

Receitas de carinho

O Natal é uma excelente oportunidade para unir a família e preparar diversas receitas, reunir os parentes em volta da mesa e aproveitar a data para experimentar pratos novos. Confira algumas dicas.

TOMATE CONFIT

Por *Sonia Machiavelli*

INGREDIENTES

- 1 Kg de tomate-cereja bem maduro
- Meia xícara de azeite
- 1 colher de sopa de vinagre balsâmico
- 5 dentes de alho cortados em lâminas
- Sal e pimenta-do-reino
- Alecrim fresco
- Folhas de manjeriço frescas

MODO DE PREPARO

O melhor tomate para confitar é o cereja. Macio e adocicado, fica perfeito com azeite de oliva e quase todas as ervas. Mantêm-se inalterado na geladeira por até 15 dias, se



acondicionado em vidro esterilizado e bem fechado. Veja como é fácil obter o tomate confit. Arrume os tomates em um refratário médio. Cubra com o azeite e o vinagre balsâmico. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Misture

o alho cortado, alguns ramos de alecrim e folhas de manjeriço. Leve ao forno pré-aquecido a 100 °C por aproximadamente 60 minutos. Mexa de vez em quando. Sirva frio com pães, torradas, queijos e massas.



Família Le Meats deseja
Boas festas

Antecipe suas encomendas de
Natal e Ano Novo!



@lemeatsjundiai



(11) 97443-7101



(11) 4582-9330



R. COMENDADOR GUMERCINDO
BARRANQUEIROS, 285 - JD STA TERESA



NHOQUE AL LIMONE

Por *Sonia Machiavelli*

INGREDIENTES

- 500 g de batatas
- Meia xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 gema
- sal
- farinha de trigo para polvilhar a bancada

MOLHO

- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1 colher (sopa) de caldo de limão-siciliano
- Raspas de meio limão-siciliano
- Lascas de queijo parmesão
- Folhas de mini agrião

MODO DE PREPARO

Lave, descasque e corte as batatas em quatro pedaços. Transfira para uma panela média, cubra com água e leve ao fogo alto. Assim que ferver, junte 1 colher (sopa) de sal, abaixe o fogo e deixe cozinhar até que os pedaços fiquem macios mas não em excesso. Escorra-os bem e volte-os para a panela, amassando-os. Pode usar garfo,

triturador, espremedor. O importante é obter massa lisa, sem grumos. Espere esfriar bem. Junte o sal, a gema e, aos poucos, a farinha. O importante no nhoque é deixá-lo leve, ou melhor, não deixá-lo pesado. Por isso, não caia na tentação de ir juntando muita farinha. Quando conseguir fazer cordões com as mãos, está no ponto.

Leve dois litros de água ao fogo alto. Enquanto a água ferve, polvilhe a bancada e uma assadeira grande com farinha. Faça os cordões com cerca de 1,5 cm de diâmetro, rolando-os na bancada enfarinhada e corte-os em pedaços de 2 cm. Use uma faca sem serra nessa operação. Transfira os nhoques para a assadeira polvilhada com farinha e repita o processo com o restante da massa, polvilhando a bancada com mais farinha para modelar os rolinhos.

Para o molho, reserve uma xícara (chá) da água do cozimento dos nhoques. Lave e seque a casca do limão. Com o descascador de legumes, retire tiras da casca e, usando uma tesoura de cozinha, corte em tiras menores. Elas precisam ficar bem fininhas. Leve uma frigideira grande ao fogo médio

para aquecer. Adicione a manteiga e deixe derreter completamente por cerca de 1 minuto. Mantenha a manteiga em fogo médio por mais 1 minuto até começar a espumar. Pintinhas douradas vão aparecer no fundo da frigideira; é assim mesmo. Esse douradinho da manteiga vai dar mais sabor ao molho. Desligue o fogo.

Acrescente as tirinhas de limão e deixe dourar por cerca de 30 segundos no calor residual da manteiga, até ficarem levemente douradas e darem uma enroladinha. Retire-as com pinça e reserve para a decoração.

Volte a frigideira ao fogo baixo, adicione o caldo do limão, $\frac{1}{4}$ de xícara (chá) da água do cozimento reservada e deixe cozinhar até começar a ferver. Junte os nhoques cozidos ao molho e misture delicadamente para aquecer, fazendo movimentos circulares com a frigideira, com cuidado para não desmanchar os nhoques. Adicione aos poucos o restante da água do cozimento reservada caso o molho seque. Coloque o nhoque na vasilha de servir. Rale o parmesão em tiras diretamente sobre os nhoques. Decore com as raspas fritas e folhinhas de mini agrião.



UMA NOITE ITALIANA ESTÁ ESPERANDO POR VOCÊ.
GARANTA SEU LUGAR NO EMPÓRIO VERACE!



SALPICÃO DE FRANGO TRADICIONAL

Por Receitas Nestlé

INGREDIENTES

• 2 xícaras (chá) de frango cozido e desfiado

- 2 batatas cozidas e picadas
- 1 xícara (chá) de milho
- 1 xícara (chá) de ervilha
- 2 cenouras raladas
- meia xícara (chá) de salsaõo picado
- 1 maçã, sem sementes, picada
- meia xícara (chá) de uvas-passas

- 3 colheres (sopa) de azeite
- 1 caixinha de Creme de Leite
- 1 colher (sopa) de MAGGI® Fondor

MODO DE PREPARO:

Em um recipiente, misture todos os ingredientes. Sirva gelado.



Cestas especiais com produtos importados

Rua Dr. Leonardo Cavalcanti, 16
Centro- Jundiaí (ao lado do Forum)
Telefone: (11) 4521-2897



PAVÊ DE PÊSSEGO

Por Receitas Nestlé

INGREDIENTES

Creme

- 1 lata leite Moça (lata ou caixinha) 395g
- 2 xícaras (chá) de Leite
- 2 gemas
- 2 colheres (sopa) de amido de milho

MONTAGEM

- 1 pacote de biscoito champanhe

- meia xícara (chá) da calda do pêssego
- 1 lata de pêssego em calda picado
- 100 g de raspas de chocolate branco

MODO DE PREPARO:

Creme

Em uma panela, misture o leite condensado, o leite, as gemas e o amido de milho e leve ao fogo, mexendo sempre até engrossar. Deixe esfriar e reserve.

MONTAGEM

Passa rapidamente parte dos biscoitos na calda do pêssego, acomodando-os no fundo de um refratário retangular (20 x 30 cm). Distribua metade do creme e metade dos pêssegos picados. Repita a camada de biscoitos e coloque o restante do creme e dos pêssegos. Decore com as raspas de chocolate branco e com fatias de pêssegos. Leve à geladeira até o momento de servir.



Restaurante e Choperia

Mais de **40** anos de tradição

Uhlenhaus

O Alemão da Marechal

Completo serviço à la Carte

R. Marechal Deodoro da Fonseca, 702
Centro - Jundiá - alemaodamarechal.com.br

Informações | Delivery
(11) 4521-0917 | 4521-9836

@restaurante_uhlenhaus
@alemaodamarechaloficial

ÁFRICA DO SUL

Inspiradora e inesquecível

POR "TGK TRAVEL" E FOR YOU TUR

País de paisagens espetaculares e muita aventura, a África do Sul é um destino apaixonante em que cada momento fica eternizado na memória. Conheça sua cultura fascinante, seus sabores marcantes e abundante vida selvagem

Pense em algo que não pode deixar de ser feito? No caso da África do Sul a resposta é: o safari.

O Kruger National Park é um dos mais famosos parques nacionais do país, mas também é possível fazer safáris em muitas outras regiões – cerca de 20% do território da África do Sul é preservado como reserva ambiental.

O objetivo do safari é ver os animais selvagens em seu habitat na-



tural, aprender sobre seus costumes e principalmente ver os "Big Five" – leão, leopardo, rinoceronte, elefante e búfalo. Os melhores horários são de

manhã bem cedo ou no final do dia antes do pôr do sol.

Você será conduzido por especialistas, os rangers que dirigem os veículos 4X4 e os trackers que localizam os animais. É uma grande emoção o momento em que se vê um animal pela primeira vez – não tenha vergonha de querer fotografar, afinal, você vai para a África do Sul para depois poder contar e mostrar a sua incrível aventura!

BOTSWANA

Se você escolheu Botswana como seu destino, é porque gosta de nature-





za e é isso o que irá encontrar aqui, as riquezas extraordinárias do sul da África, com apenas 2 milhões de habitantes é uma das regiões menos habitadas do mundo. Devido à sua pequena população e à pequena interferência do homem, esta região é perfeita para os melhores safáris fotográficos.

Existem diversas modalidades de safáris para que o turista aproveite a sua estada em Botswana, como o tradicional em veículo 4x4, de barco pelos rios [excelentes para ver de perto hipopótamos, crocodilos, elefantes e outros animais em busca da água], safáris a pé, cavalgada, tour de helicóptero e os inesquecíveis passeios de Mokoro (um tipo de canoa, construída com troncos da árvore Kigelia).

Boa parte da variedade animal se encontra às margens do rio Okavango. No norte de Botswana, as águas do rio formam o chamado Delta de Okavango, que se espalham formando vários braços, canais e outros diversos e pequenos rios.

QUÊNIA

Sua viagem com certeza será memorável, em especial pela forte emoção de um autêntico safári fotográfico. Esta é talvez, uma das únicas regiões do mundo em que o visitante ainda pode ver animais com quase a mesma abundância como séculos atrás – a Grande Migração de mais de dois milhões de “Wildebeest” (Gnu) e outros animais.

TANZÂNIA

É obrigatório fazer um safári pelo Serengeti, que se desdobra em parques nacionais e concentra grande quantidade de mamíferos. De lá, ainda é possível fazer voos de balão!

Outro destino que tem que estar em seu roteiro é a cratera do vulcão Ngongoro, considerada um dos lugares de belezas naturais mais impressionantes da Tanzânia e do mundo!

Vale fazer também uma parada no Parque Nacional Lake Manyara, para apreciar a imensa população de flamingos nas águas serenas do lago, assim como as majestosas montanhas do Vale da Grande Fenda (Great Rift Valley).

Você ficará encantado com os pássaros coloridos e os baobás, árvore-símbolo da Tanzânia. E no Parque Nacional de Tarangire com mata de tons dourados e que, apesar de ser pequeno, concentra grandes quantidades de animais.

Hype





TGK TRAVEL

ÁFRICA DO SUL

INSPIRADORA E INESQUECÍVEL

Pais de paisagens espetaculares e muita aventura, a África do Sul é um destino apaixonante em que cada momento fica eternizado na memória. Conheça sua cultura fascinante, seus sabores marcantes e abundante vida selvagem



SAFÁRIS

LODGES LUXUOSOS

Explore a natureza com muito contornto em **reservas privadas** na região do **Krugger Park**, e veja de perto os famosos **Big Five** Leões, Leopardos, Búfalos, Rinocerontes e Elefantes

VINHOS

VINÍCOLAS SOFISTICADAS

O **clima temperado** da África do Sul é adequado para o plantio de uma ampla variedade de uvas. Visite **vinícolas renomadas** e deguste alguns dos melhores vinhos do país

ROTA JARDIM

BELEZA CENOGRÁFICA

Localizada entre Cape Town e Port Elizabeth a rota percorre **cidades encantadoras**, Vinícolas florestas cheias de vida e **praias exuberantes**, em uma imagem repleta de **aventura!**

CAPE TOWN

CULTURA VIBRANTE

Experimente o melhor da gastronomia sul-africana nos renomados e elegantes restaurantes do V&A Waterfront e visite o mercado de Old Biscuit Mill



SAFÁRIS E ROTA JARDIM
11 dias | Privativo
a partir de USD 4.681,21
por pessoa



ÁFRICA DO SUL | VINHOS E SAFÁRIS
11 dias | Privativo
a partir de USD 3.207,84
por pessoa

*Viva **experiências únicas**, acompanhado de família ou amigos!*



JUNDIAÍ 11-998380550

PIRACICABA 19-997166060

Siga nossas redes sociais @foryoutur

JUNDIAÍ

ANOS

NOSSA CIDADE, NOSSO ORGULHO

Referência nacional em qualidade de vida, inovação e sustentabilidade.
Parabéns a todos que ajudam a escrever esta história.



Centro das Artes:
o novo espaço da cultura
para a população.



**Mutirão Cirurgias
Eletivas:**
3 mil pessoas beneficiadas.



Revitalização do Centro:
o coração da cidade mais
bonito e seguro.



Jardim da Mobilidade:
educação no trânsito
para as crianças.



JUNDIAÍ
PREFEITURA