em revista TUdo 153

Guia de Educação
Colégios da Região e suas propostas educacionais

+

Guia de Saúde
Os melhores profissionais e serviços

Caderno Arquitetura e Decoração. Confira!

Saiba tudo o que acontece na região e no mundo.

A regularização de imóveis tem nome e sobrenome

Raquel de Fátima

Acesse já www.revistatudo.com.br e nossas redes sociais.
Fique por dentro de TUDO!!!!
@tudoemrevista @revistatudo2021

Ano 12 | 153 • SETEMBRO/23 - **Distribuição:** Granja Viana • Alphaville • Cotia • Carapicuíba • Caucaia • Vargem Grande • Raposo Tavares • São Roque • Embu das Artes | Distribuição gratuita

DermaLotus
ESTÉTICA AVANÇADA

ESTÉTICA AVANÇADA

Prepare-se para conhecer sua melhor versão

Protocolos para tratamento de estrias, celulite, flacidez, gordura localizada, rejuvenescimento, manchas, botox, preenchimentos e depilação definitiva a Led.









11.98912.7575

Av. José Giorgi, 1243 -Térreo Granja Viana II, Cotia

INSTITUTO BESSER
Saúde e Performance

SAÚDE E PERFORMANCE

O melhor investimento de todos: você

- Emagrecimento
- Hipertrofia
- Terapias injetáveis
- Modulação Intestinal
- Modulação hormonal
- Implantes hormonais
- Exames laboratoriais
- Exames de imagem









11 99821-9988

Avenida José Giorgi 1243 sala 21 - 2 andar

editorial

O mês floriDo chegou. Que alegria!

Nesta eDição, a entrevistaDa De capa é Raquel De Fátima. Empresária e moraDora Da nossa região, criou a D&R Assessoria e Regularização De Imóveis; ela conta à TuDo como se reinventou após uma fase DesafiaDora Da sua viDa. Com a viDa profissional DeclinanDo, ela teve ousaDia e coragem para tomar uma Decisão que muDaria o seu DestinO para sempre.

Vejam também o CaDerno Especial De Arquitetura e Decoração, De conteúDo DiversificaDo com Dicas De profissionais Do setor, inDicação Dos melhores serviços e lojas, próximos Da sua casa, preparaDos para atenDer ao mercaDo sempre exigente e em franco DesenvolvimentO. Vale conferir!

AinDa nesta eDição, trouxemos os nossos esperaDos guias De eDucação - com uma lista completa Das escolas Da região - e De saúDe - com especialiDaDes e clínicas méDicas.

Mas, como sempre, esta eDição Da TuDo traz muito mais: em Região, tuDo o que aconteceu por aqui; em Gastronomia, a alcachofra, essa planta amaDa por muitos e receitas DeliciosAs para você se aventurar; na seção Cuide-se, uma linDa matéria sobre como alcançar seu bem-estar, por Eliana Tessitore.

Visite o perfil Da Revista TuDo no "instagram" - @tuDoemrevista - ou acesse nosso site www.revistatuDo.com.br e fique por DentrO De TUDO!

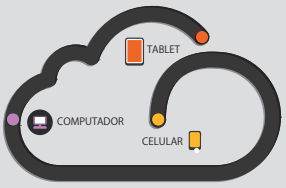
Ótima leitura e nos vemos na próxima eDição!

Inté

Roberta Smilari



Nossa capa Raquel de Fátima, Roberta Smilari e o fotógrafo Michel Cuthait



ESPAÇO DO LEITOR

Este espaço é seu, escreva! Fale com a gente por email, Facebook ou Instagram.

Super curtida e comentada a notícia de que os ex-BBB Viih Tube e Eliezer chegaram na Granja Viana. Nós desejamos muitas alegrias em terras granjeiras pra essa família linda.



@licalarocca

Melhor escolha de lugar para viver.

MOMENTO TUDO:

A Revista Tudo conferiu de perto o grande festival de música, The Town em Interlagos, São Paulo. Apesar da chuva torrencial no primeiro dia e da organização, que deixou a desejar em vários aspectos, o evento ficará marcado pela sua grandiosidade.



Escreva neste espaço, mande sua foto, texto sobre o que é TUDO pra você!
revistatudo.com.br
contato@revistatudo.com
facebook.com/revistatudo2021
@tudoemrevista

TRANSDUSON

Medicina Diagnóstica Avançada 30 anos



A melhor **RESSONÂNCIA MAGNÉTICA** da região, com selos ISO 9001, ONA 1 e ONA 2.

Fazemos parte da ABRAMED, Associação Brasileira de Medicina Diagnóstica, que contempla somente os 30 maiores laboratórios do Brasil.

Empresa alinhada com o ESG, temos usina de energia solar com mais de mil placas fotovoltaicas.

Alta tecnologia e tudo em um só lugar: Ressonância Magnética, Tomografia Computadorizada, Ultrassonografia Geral e Especializada, Doppler, Mamografia Digital, Densitometria Ossea, Exames Cardiológicos, Exames Laboratoriais.







Tecnologia de última geração em ***DIAGNÓSTICO POR IMAGEM*** *e* ***EXAMES LABORATORIAIS***



TRANSDUSON

Medicina Diagnóstica Avançada

Informações e agendamentos:

(11) 4185-8595 | 11 2222-1130

UNIDADE CARAPICUÍBA

R. Corifeu de Azevedo Marques, 209 - Centro - Carapicuíba - SP

UNIDADE ALPHAVILLE

Alameda Araguaia, 943 - Alphaville Industrial - Barueri - SP

www.transduson.com.br

Gastronomia 08
A potência e a versatilidade da alcachofra

Arquitetura e Decor 16
Um caderno especial pra você. Decore com cerâmica.

Entrevista de Capa 22
Regularizar seu imóvel significa valorizá-lo no mercado. Entrevistamos a mulher que entende tudo sobre o assunto

Moda 28
Inteligência artificial ganha os guarda-roupas do mundo

Cultura 32
Confira o que rola pela região para se divertir com toda a família

Expediente

Publisher e Diretora Executiva
Roberta Smilari
roberta@revistatudo.com

Edição e Conteúdo
Mariana Marçal
conteudo@revistatudo.com

Jornalista Responsável
Mariana Marçal
MTB: 49094/SP

Direção de Arte
Andressa Pirschner/*Editora Seta*

Foto de capa
Michel Cutaith

Make Up
Thalita Maia

Fotos complementares
Depositphotos,
Freepick e Pexels

Comercial
Daniela Morrone Seidel
daniela@revistatudo.com

A Revista TUdo é uma publicação da Editora Tudo:
***Tel:* 99972-9795.**
As matérias assinadas não expressam necessariamente a opinião da revista. A inclusão do nome de colaboradores neste expediente não implica em vínculo empregatício.

Distribuição gratuita: *condomínios e pontos comerciais instalados na Granja Viana, ao longo da Rodovia Raposo Tavares, Cotia, Caucaia do Alto, Vargem Grande, Embu das Artes, Jandira, São Roque, Alphaville e Aldeia da Serra.*

revistatudo.com.br

/revistatudo2021
@revistatudo

@tudoemrevista

revistatudo.com.br





INÍCIO DE VENDAS

LOTES A PARTIR DE 175M²

CONDOMÍNIO DE LOTES

CAUCAIA DO ALTO - COTIA/SP

11 98100-5000

caucaiahomeclub.com.br





CAUCAIA HOME CLUB

@CAUCAIAHOMECLUB

INCORPORADORA: Miranda & Mendelsohn

COORDENAÇÃO DE VENDAS: CHICOLI imóveis

REGISTRADO SOB O R.04, MATRÍCULA Nº 148.714, EM 12/06/2023 NO CARTÓRIO DE REGISTRO DE IMÓVEIS DA COMARCA DE COTIA

CRECI: 28.283 J



ALCACHOFRA:
o sabor da primavera



Bonita? Não! Linda!
Mas quem dá de cara com a alcachofra no mercado não faz ideia de como prepará-la.
É dentro dela, escondido entre as pétalas, que está o seu coração, parte mais nobre e saborosa da planta.

A alcachofra é uma planta tradicional da região do Mediterrâneo, no Sul da Europa e Norte da África, natural de climas temperados. Por essa razão, suas flores se desenvolvem no Brasil com o início da primavera.
Ou seja, de setembro a novembro ela se torna a estrela de muitas receitas, preparada de diferentes formas: em conserva, como saladas frias, assadas, recheadas, ou ainda cozidas em preparos variados.

O que comemos das alcachofras frescas?
A base das pétalas, como são popularmente chamadas, que são carnosas e macias; o coração, assim nomeado pois fica no interior da inflorescência, utilizado sobretudo em conservas; e o miolo do caule, que também é macio, mas está envolto de uma camada fibrosa menos saborosa, que pode ser retirada.

O que você precisa saber antes de comprá-la
Via de regra, quanto mais jovens e frescas as alcachofras estiverem, mais tenras e saborosas estarão para o consumo. Por isso, devem ser consumidas antes da floração. Ao escolher, veja se a base do caule está seca; isso é um indício de que foi colhida há alguns dias. Além disso, ao dobrar as pétalas, elas devem estar macias e não quebradiças – o que pode ser um sinal de que está passando do ponto.
Depois de comprá-la, prepare-a em poucos dias. Em uma semana ela envelhece e já não será possível o consumo.



Dica de ouro: É indicado utilizar panelas de aço inox, esmaltadas ou com revestimento antiaderente durante o cozimento para preservar a cor e o sabor da planta.

Alcachofra recheada gratinada com molho quatro queijos



Ingredientes

2 alcachofras inteiras
500g de molho **quatro queijos (veja receita abaixo)**
2 batatas picadas sem casca
1 gema
50g de manteiga
100g de presunto Parma picado
Queijo parmesão ralado à gosto
Sal e pimenta do reino à gosto
Vinagre de álcool à gosto

Modo de preparo

Cozinhe as batatas em água fervente até ficarem macias. Amasse-as formando um purê. Adicione a gema, o presunto Parma e a manteiga. Tempere com sal e pimenta do reino. Reserve.

Retire o talo da alcachofra e cozinhe-a inteira em água fervente com um pouco de vinagre até que as pétalas centrais fiquem fáceis de remover. Limpe retirando as pétalas e os espinhos, deixe o centro livre para rechear. Corte as pontas das pétalas laterais se necessário.

Aqueça o forno a 200C por 15 minutos.

Preencha o centro da alcachofra com o purê de batata. Regue com molho quatro queijos e salpique queijo parmesão ralado. Leve para gratinar por 15 minutos.

Molho Quatro Queijos

Ingredientes

1 xícara de muçarela
1 xícara de provolone
1 xícara de parmesão
⅓ xícara de gorgonzola (o sabor é mais forte, use menos)
2 latas de creme de leite
Sal e pimenta a gosto
1 colher de manteiga
1 dente de alho triturado

Modo de preparo

Doure o alho na manteiga, adicione o creme de leite. Logo em seguida, quando levantar fervura, adicione os queijos picados, mexa bem até tudo estiver incorporado e sirva.



Alcachofra frita

Ingredientes

2 xícaras de corações de alcachofra em pedaços;
Azeite ou óleo de girassol suficiente para fritar;
1 xícara e ½ de farinha de arroz;
1 xícara e ½ de cerveja;
½ colher de sobremesa de sal;
Cominho para salpicar.

Modo de preparo

Cozinhe as batatas em água fervente até ficarem macias. Forre uma panela com 3 camadas de papel toalha, coloque as alcachofras e, gentilmente, seque, removendo o máximo de umidade possível. Reserve.

Em uma panela bem funda, despeje óleo suficiente para mergulhar as alcachofras a 177 ºC.

Em uma panela grande, misture a farinha e a cerveja formando uma massa macia e fofa. Misture o sal e o cominho.

Mergulhe as alcachofras na massa e frite em pequenos lotes, virando conforme necessário, até ficar bem crocante e dourada.

Transfira para papel toalha para escorrer.

Polvilhe com flor de sal e sirva quente.



OS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE

A alcachofra é uma planta medicinal rica em água, fibras e flavonoides, além de ter boas quantidades de vitamina C e minerais, como o potássio e fósforo, tendo ação antioxidante, anti-inflamatória, diurética, probiótica e antidispéptica (combate a má digestão).

SÃO ROQUE E AS ALCACHOFRAS

A temporada das alcachofras é um ótimo motivo para visitar São Roque. Experimente!

Alcachofra cozida

Ingredientes

1 unidade de alcachofra grande ou duas pequenas
100 g de manteiga
Suco de 1 limão
1 pitada de pimenta branca moída
Temperos a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, cozinhe o caule da alcachofra por cerca de 30 minutos em fogo médio ou até as folhas saírem com facilidade.

Enquanto isso, prepare o molho que irá temperar o vegetal misturando manteiga, limão, sal e outros temperos. Após o cozimento, disponha a alcachofra em uma tigela e despeje o molho em cima. Sirva em seguida.





Luciana Moraes criou o sorvete de alcachofra com vinho, uma exclusividade que é a "cara" de São Roque



Risoto de Alcachofra

Ingredientes

500 g de alcachofrinhas limpas
200 g de alcachofras grandes limpas (deixando apenas os fundos)
100 g de cebola
2,5 de caldo de legumes
500 g de arroz carnaroli
200 g de manteiga sem sal
200 g de parmesão ralado
Azeite
50 ml de vinho branco
Salsinha a gosto

Modo de preparo

Cozinhe as alcachofras por 15 min em água fervente com sal. Escorra e coloque em água fria com gelo para parar a cocção (efeito de cozer) e reserve.

Pegue a metade da alcachofrinha e bata em um processador formando uma pasta. A outra parte, coloque em uma grelha ou em uma frigideira com azeite deixando marcas bem grelhadas e reserve.

Corte cada alcachofra grande ao meio, deixando 4 pedaços em formas de triângulo e reserve.

Em uma panela, doure a cebola e adicione o arroz carnaroli, frite um pouco e coloque o vinho branco sempre mexendo para não grudar.

Adicione o caldo quente aos poucos e cozinhe por 15 minutos, adicionando mais quando necessário e mexendo sempre.

Coloque as alcachofras cortadas em triângulo e a pasta da alcachofrinha. Deixe por mais 5 minutos até chegar no ponto do arroz mais cozido e secar o caldo.

Finalize com o parmesão, manteiga e salsinha. Mexa até emulsionar tudo e ajuste o sal e pimenta a gosto. Sirva com as alcachofrinhas grelhadas por cima do risoto.

Mergulhe as alcachofras na massa e frite em pequenos lotes, virando conforme necessário, até ficar bem crocante e dourada.

Transfira para papel toalha para escorrer.

Polvilhe com flor de sal e sirva quente.

DICAS

- Ravióle de Mussarela de Búfala ao Molho de Alcachofra da Vila Don Patto
  @viladonpatto

- Sorvete de Alcachofra com Calda de Vinho do Quintal das Alcachofras
  @quintaldasalcachofras


DOG'S DAY
A LOJA DO SEU ANIMAL
PremieR
Guabi NATURAL
ROYAL CANIN
PURINA PRO PLAN
N&D PRIME
Tel.: 2690-3531
Estr. Velha de Cotia,740
(ao lado do mercado Assaí)

10 PASSOS FÁCEIS E INFALÍVEIS PARA ALCANÇAR SEU BEM-ESTAR



Encontramos muitos textos, pesquisas e sugestões para alcançarmos o bem-estar e, aqui, vou te dar os 10 passos infalíveis e simples.Talvez você não tenha ainda percebido, mas seu bem-estar, verdadeiramente, se inicia no dia anterior.

Você é além do seu arcabouço músculo esquelético, quer dizer que, tanto você quanto eu, somos seres integrais e integrados aos acontecimentos que nos afetam, à nossa ancestralidade, ao ambiente que vivemos. Assim, às vezes, os acontecimentos que vem vindo ou aqueles que nos pegam de surpresa impactam nosso corpo e, se não cuidamos do nosso bem-estar, tudo isso pode ir acumulando no nosso corpo e humor sem que ao menos percebamos.



Experimente e desfrute esses 10 passos

Nos 40 anos de clínica enquanto fisioterapeuta, professora de dança e consteladora familiar, experimentei e estudei muitos modos para o bem-estar de cada um e logo aqui abaixo reuni os 10 passos que eu faço diariamente e que ofereço a você para experimentar e desfrutar.

1. Seu bem-estar se inicia no dia anterior: 20 minutos antes de deitar-se, prepare seu quarto; deixe-o arejado, com a temperatura confortável, coloque 1 gotinha de óleo essencial de lavanda na pontinha do travesseiro que fica em contato com o lençol debaixo. Pode inalar um pouco ou espargir no quarto.

2. Enquanto faz o passo 1, vá aquietando sua mente: não julgue o seu dia; observe o que está fazendo agora; observe suas sensações corporais, sua respiração, seus movimentos.

3. Caso goste, ouça sua música preferida e, se quiser experimentar, Mozart pode te inspirar.

4. Escalda pés em baixo do chuveiro faz milagres: adaptação da medicina japonesa (coloque um tapetinho antiderrapante embaixo de uma bacia que caiba seus pés), na bacia uma gotinha de óleo essencial de eucalipto ou chá de camomila; tome seu banho normalmente enquanto fica com os pés dentro da bacia, já mentalizando o dia que se foi; desapegue, sem julgamentos; o que não terminou ficará para o dia seguinte e agradeça pelo dia, pelo banho e por tudo que quiser.

Talvez você não tenha ainda percebido, mas seu bem-estar, verdadeiramente, se inicia no dia anterior.



5

Ao ir para cama, tomar uma pequenina xícara de chá (sem cafeína) de camomila ou erva cidreira, por exemplo. Caso você seja uma pessoa que pensa muito, se puder, adoce com uma colherinha de mel (repõe a glicose cerebral e você dorme toda noite).

6

Não leve computador ou telefone para cama: aceleram sua mente e você perde o relaxamento que conseguiu.

7

Se gosta de ler, somente leituras relaxantes e nada que se relacione ao seu trabalho.

8

Ao deitar, espreguice-se: conforme atravessamos o nosso dia, alguns músculos se encurtam, outros nem usamos e nossa respiração pode se encurtar; ao espreguiçar você "limpa"tudo isso.

9

Se puder, diminua bem a luz e ainda na posição sentada, respire lenta e longamente pelo abdômen (coloque as mãos nele): 4 tempos inspira, 2 tempos segure o ar, 4 tempos expira, 2 tempos segura. Faça 3 vezes em seguida essa série (você já está iniciando um exercício de meditação).

10

Agradeça: por respirar, por esse momento, por cuidar de si mesmo, pelo seu quarto, pela sua cama…



Eliana Tessitore: Fisioterapeuta RPG Souchard (3650|f), Mestre em Enfermagem Psiquiátrica EEUSP HCFMUSP IPq, Terapeuta Integrativa, Consteladora Familiar.
Atendimentos: 11. 96456-0777
@eliana.tessitore
@eliana.tessi

VEM AÍ o 2º Corre Cotia Kids

Programe-se!!!!

Data: **28 de outubro**
Local: **Colégio Rio Branco**
Público: **Crianças de 3 a 12 anos**
Horário: **a partir das 8h**

Corre Cotia
Kids & Teens



KITS: todos os inscritos ganharão um kit numa sacolinha contendo: **camiseta, brindes e medalhas de participação** após a prova. (Não haverá premiação por tempo)

A **retirada dos kits** será feita na loja da **Track & Field** da Av. São Camilo no Centro Comercial Granjardim da Granja Viana, em data e horário a definir.

Patrocínio:
Track & Field

Apoio:
RIOBRANCO
TUdo
women with wings



Faça já sua inscrição pelo app TFSPORTS Treiner

GET IT ON Google Play
Download on the App Store



Cerâmica na arquitetura e na decoração

Lindo, acessível e atual

Proveniente da argila, a cerâmica compreende todos os materiais inorgânicos, não metálicos, obtidos geralmente após tratamento térmico em temperaturas elevadas.

A cerâmica é um dos materiais mais antigos produzidos pelo homem. Começou a ser utilizada desde os tempos antigos, na construção de casas, vasilhas, armazenamento de alimentos, vinhos, óleos, perfumes e até como superfície para escrita.

Principalmente no Oriente Médio, a sociedade percebeu que o uso da cerâmica para revestir pisos e paredes trazia inúmeras vantagens. A popularidade veio em meados do século XX, após a Revolução Industrial, quando a produção em larga escala tornou o revestimento cerâmico acessível para toda população, e não apenas para a nobreza.









A colonização de Portugal também influenciou na chegada de revestimentos cerâmicos no Brasil. Normalmente, as placas cerâmicas eram trazidas em forma de "painéis" e eram utilizadas como decoração, retratando paisagens e cenas bíblicas de Portugal.

Há uma variedade de modelos de cerâmica, e esse é um tipo de revestimento bastante utilizado nos projetos arquitetônicos, e traz vantagens como a de não ter manutenções específicas e ótimo custo-benefício. Saber como escolher modelos de cerâmica é essencial para que o projeto tenha resultados satisfatórios, e nesse caso, há uma infinidade de modelos e tipos de revestimentos que trazem as vantagens da cerâmica, incluindo o fato de ser um revestimento frio e uma ótima opção para regiões quentes, mantendo a temperatura agradável.

No Brasil, a abundância da matéria prima principal da cerâmica, a argila, estimulou o crescimento desse mercado, com características específicas para se adaptar ou compor diferentes ambientes. De início, o material era utilizado apenas para revestir ambientes internos, como decoração. Aos poucos, começaram a revestir fachadas devido suas qualidades antitérmicas e de durabilidade. O uso se popularizou principalmente no Norte, Nordeste e Rio de Janeiro.



Qual é a vantagem da cerâmica?

A cerâmica é um material acessível, sobretudo se a compararmos com materiais como a madeira, a pedra ou o papel de parede. Existe uma grande variedade acessível a todos os tipos de necessidade e orçamento. Além disso, a facilidade de instalação baixa o custo da mão-de-obra.

Outra vantagem é que a cerâmica está entre os modelos preferidos, principalmente, por ser prática de limpar. Esse fato vem do índice que mede a facilidade de limpeza de um piso, com escala de 1 a 5. A cerâmica se classifica como nível 3, 4 ou 5. O aspecto vitrificado faz com que ela não tenha poros.



Dica de ouro

A cor de porcelanato que suja menos são aquelas com tons médios. Opte por tons de cinza, bege, ocre e terracota. Vale lembrar que os tons muito claros, como branco, ou muito escuros, como o preto, sempre evidenciam a sujeira e devem ser evitados em locais que sujam com facilidade.

Pintando a cerâmica

Pisos e azulejos de cerâmica são lindos, mas é natural que se desgastam com o tempo. Estes revestimentos são produzidos a partir de uma mistura de argila e outras matérias-primas inorgânicas, possuem fácil manutenção e bom custo benefício. Por isso, já foram os materiais favoritos para cozinhas e banheiros – perdendo espaço, recentemente, para o porcelanato.





Feirão Probel®

Granja Viana



50% off

Ofertas Exclusivas Até

venha garantir o colchão dos seus sonhos!

(11) 4617-3968
(11) 91316-6913
probelgranjaviana.oficial

Shopping Granja Viana - Rodovia Raposo Tavares km 23,5 Lageadinho, Cotia - SP.
CEP:06709-015

DESDE ★ 1940

A barbotina é uma mistura de argila líquida e água, com uma consistência cremosa e fluida. É amplamente utilizada no processo de modelagem e moldagem de peças cerâmicas.





Peça exclusiva Santa Cerâmica



Cursos ministrados por Paola Marchi, da Florilegus

Se você tem em casa um piso ou parede com peças de cerâmica já sem brilho, com vários arranhões, e está preparando o psicológico (e o bolso!) para substituir todo o revestimento, saiba que esta não é sua única opção! Uma alternativa mais barata é utilizar tinta para pintar revestimentos e dar novos ares à superfície.

A **Santa Cerâmica** oferece cursos e aulas de pinturas para crianças e adultos. Ensinam a técnica de baixa temperatura, de pintura de peças decorativas ou utilitárias pré-fabricadas.
Além disso, vendem peças sob encomenda.
Infos: (11) 98580-5609
@santa.ceramica
Av. São Camilo, 889, Sala 18

Handmade

Apontada como uma das tendências mais fortes na decoração, as peças em cerâmica estilo handmade (feita à mão) ganham cada vez mais destaque no mercado.
Paola Marchi, da Florilegus, explica porque a cerâmica feita a mão é tão especial. "Fazer a cerâmica de forma artesanal envolve a escolha do material, em relação à cor, textura e disponibilidade. A técnica inclui todo o processo de criação, desde amassar a argila e entender o tempo certo de cada etapa, os cuidados, as queimas e, principalmente, a esmaltação", explica a ceramista.

A **Florilegus** oferece cursos de técnicas manuais como placa e borbotina.
Infos: @florilegus
Local: Granja Viana, Cotia/SP



Tel: (15) 3243-1544 / 3023-6137 / 3023-6138
(15) 99105-4455
Av. Gisele Constantino, 1180 - Parque Bela Vista - Sorocaba
www.mecalight.com.br



(11)97129.2765

maysa@maysacabral.com.br
@arquitetamaysacabral



MAYSA CABRAL
ARQUITETURA E CONSTRUÇÃO



- Projetos Residenciais, Comerciais e Industriais.
- Construção e Acompanhamento de Obras
- Designer de Interiores e Paisagismo



mixconceito
granja viana



(11)99960.7373

bialucstudio.blogspot.com.br
@bialuc.arquiteturaludica
bialuchetti20@gmail.com

Projetos e obras de residências, espaços comerciais, recreativos e educacionais (escolas/playgrounds/brinquedotecas)



studio 128 arquitetura criativa

Sustentabilidade
Inovação
Design diferenciado
Praticidade e Conforto

Projetando para seu bem-estar físico e emocional!





APOTOTEL
★★★★★
O ENXOVAL IDEAL PARA VOCÊ!!!

Enxoval, cama, mesa e banho

Av. Denne, 245
Parque São George
Cotia
Tel: 95075-9605
Instagram@hosptel



Escritório Granja Vianna
Rua José Felix de Oliveira, 834, sala 5b.

(11) 4702-3109
(11) 99272-8924

@meneghisso-pasquotto-arquitetura



Projeto - Consultoria - Gestão

Raquel de Fátima

GUARDE ESTE NOME... VOCÊ VAI PRECISAR DELE UM DIA

ENTREVISTA: MARIANA MARÇAL
IMAGENS: MICHEL CUTHAIT
PRODUÇÃO CABELO E MAKE UP: THALITA MAIA



Raquel de Fátima Silva é o nome de uma mulher empreendedora e visionária, afinal, em uma fase turbulenta e desafiadora da vida pessoal iniciou um novo capítulo no livro da própria história. E, num ato de coragem, nasceu a D&R Assessoria e Regularização de Imóveis com a proposta de deixar o maior bem da vida de uma pessoa - o seu imóvel - com a documentação em dia e devidamente regularizada. "Muitas pessoas perdem a venda de um imóvel por causa da documentação", explica a especialista.

E é verdade. Somente em Cotia, de acordo com a Secretaria de Habitação, 65% dos imóveis estão irregulares de acordo com a Lei de Zoneamento e Ocupação de Solo. Ou seja, pessoas modificaram suas construções e não as regularizaram, o que pode vir a ocasionar sérios problemas na documentação e, consequentemente, dificuldades para vender ou financiar o imóvel que, uma vez com a documentação em dia, possui maior valor agregado. Durante entrevista com a Revista Tudo, Raquel explicou tudo nos mínimos detalhes, por isso, aconselhamos: leia essa matéria do início ao fim.

Inspire-se nessa história e boa leitura.



"A regularização não apenas resguarda a segurança, mas também valoriza o patrimônio. Propriedades regularizadas tendem a ser mais valorizadas no mercado imobiliário"

Raquel, como surgiu a D&R?

Não tem como falar da D&R e não falar da minha história. Em março de 2015, dei à luz minha segunda filha, e embora a gestação tenha sido planejada, o período após o nascimento se transformou em uma fase turbulenta e desafiadora da minha vida.

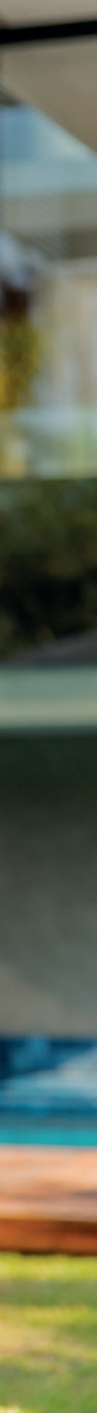
Problemas emocionais desencadeados pela gravidez me fizeram sentir insatisfeita comigo mesma. Lutando contra um aumento de peso, medos e traumas do passado que ressurgiram, eu estava sobrecarregada, irritada e impaciente. Em abril de 2016 fui desligada da empresa "dos sonhos" que eu trabalhava há seis anos, um golpe que me atingiu como uma bomba.

A busca por um novo emprego se tornou uma jornada desafiadora. Nesse contexto, uma sugestão anterior de um antigo patrão ecoou em minha mente: "Por que você não abre uma empresa para aprovar projetos? Você tem conhecimento e competência para isso." A insegurança inicial me levou a rejeitar a ideia, optando por procurar um emprego convencional para sentir segurança.

Dois longos meses se passaram até que, finalmente, consegui um emprego na área de vendas. No entanto, a insatisfação com o trabalho crescia e, mesmo aprendendo sobre técnicas de vendas, minha atuação era ineficaz. Em outubro de 2016, meu antigo patrão me ofereceu um trabalho freelance para aprovar projetos, o que abracei para complementar meu salário. Meu marido sugeriu que eu abrisse uma empresa para fornecer serviços de aprovação de projetos, mas o medo da incerteza me dominava. Contudo, com coragem e determinação, decidi enfrentar o desafio e fundar minha própria empresa, a D&R Assessoria, em dezembro de 2016, mesmo com recursos limitados. O início foi árduo. Lutando para atrair clientes, enfrentei a dificuldade de não ter um espaço próprio para atendê-los. Com empréstimos e apoio do Banco do Povo, abri meu escritório em julho de 2017. Apesar do começo promissor, um período de poucos trabalhos me fez questionar minha decisão, culminando em uma crise de pânico.



"Não tem como falar da D&R e não falar da minha história."



Quando você descobriu que estava no caminho certo?

O ponto de virada veio quando percebi que estava em uma batalha contra meus próprios demônios internos. Investi em autoajuda e descobri que a depressão e crises de pânico eram um resultado de traumas não resolvidos da infância. Essa revelação me incentivou a adotar uma abordagem mais positiva, envolvendo meditação, exercícios físicos e autoconhecimento.

Com uma mudança de mentalidade, minha empresa começou a prosperar. Liquidei dívidas, regularizei finanças e, em julho de 2018, minha empresa tornou-se uma Microempresa, impulsionando ainda mais o crescimento. Participando de grupos de negócios, eventos e buscando continuamente o desenvolvimento pessoal, consegui me reerguer.

Explique pra gente o que é a Regularização de Imóveis?

A regularização de imóveis é o caminho para garantir que uma propriedade esteja totalmente regularizada dentro das regras de zoneamento, leis municipais e governamentais.

Para isso o imóvel precisa estar devidamente documentado, com todas as aprovações necessárias.

Em resumo, é o processo que transforma um imóvel em algo pronto para ser adquirido por compradores em potencial, tornando um imóvel legalmente válido e apto para transações.

Além disso ao regularizar seu imóvel automaticamente você valoriza seu imóvel aumentando o valor de mercado.

Como a regularização pode influenciar no mercado imobiliário.

A regularização não apenas resguarda a segurança, mas também valoriza o patrimônio. Propriedades regularizadas tendem a ser mais valorizadas no mercado imobiliário, já que compradores e investidores veem nelas uma garantia de procedência legal e conformidade com as normas vigentes. Imóveis irregulares, por outro lado, muitas vezes enfrentam desvalorização e dificuldades de comercialização devido à incerteza jurídica associada a eles.

REGULARIZAÇÕES

A regularização de construções junto à prefeitura, à Receita Federal e ao Registro de Imóveis é muito mais do que uma obrigação legal; é um ato de responsabilidade social que reverbera por toda a sociedade. Ao zelar pela segurança, valor patrimonial, desenvolvimento urbano ordenado e investimentos públicos, você não apenas protege seu investimento, mas também contribui para uma comunidade mais segura, justa e próspera. A construção de um futuro sólido começa com alicerces legais bem estabelecidos



E na urbanização?
O planejamento urbano é uma necessidade crescente nas cidades modernas. Construções irregulares prejudicam a eficácia desse planejamento, obstruindo vias, comprometendo redes de infraestrutura e prejudicando a estética da paisagem urbana. Ao regularizar sua construção, você contribui para um desenvolvimento urbano ordenado, facilitando a implementação de melhorias e garantindo uma cidade mais funcional e agradável para todos. Além disso, a regularização é um ato de cidadania que também impacta positivamente na arrecadação de impostos. Construções regularizadas possibilitam uma cobrança precisa de impostos e taxas municipais, que são essenciais para financiar serviços públicos como saúde, educação, segurança e infraestrutura. Ao regularizar sua propriedade, você contribui diretamente para a melhoria da qualidade de vida em sua comunidade.

Como você enxerga a D&R atualmente?
Hoje, meu sucesso se reflete não apenas no crescimento da minha empresa, mas também na minha evolução como empreendedora e ser humano. Esta jornada me ensinou que, mesmo diante dos maiores desafios, a resiliência e a busca pelo autoconhecimento são chaves para transformar obstáculos em oportunidades. Sair na capa desta revista é mais do que um reconhecimento; é a prova de que superações podem inspirar e encorajar outros a enfrentar seus próprios desafios com determinação e coragem. Minha jornada é um testemunho de que o poder da resiliência pode transformar vidas e negócios.



5 BENEFÍCIOS DA REGULARIZAÇÃO DE IMÓVEIS

- Valorização do imóvel
- Possibilidade de adquirir um financiamento imobiliário
- Venda, transferência e locação com segurança jurídica
- Obtenção de alvará de funcionamento, necessário quando o imóvel se destina para fins comerciais;
- Ajudar na economia do país e no desenvolvimento urbano.

D&R Assessoria e Regularização de Imóveis
Instagram: @raqueldefatim
Fone/WhatsApp: 11 2690-1445
Estrada do Embu, 421 Sala 06 - Jd. Torino – Cotia/SP

Uma criança inserida no esporte desenvolve não apenas habilidades físicas, mas também constrói confiança, disciplina e habilidades sociais essenciais nos dias de hoje









"O esporte tem o poder de mudar o mundo. Tem o poder de inspirar, de unir as pessoas de uma forma que poucas coisas conseguem. Fala aos jovens em uma linguagem que entendem. O esporte pode criar esperança onde antes só existia desespero..." Foi assim que Mandela discursou na principal premiação destinada ao esporte mundial, em 2000.

Sou educadora física , casada com um educador físico, ou seja, o movimento é algo precioso e muito presente em casa . Tanto é, que aos 8 meses, Manuela Mayumi, nossa única filha, já andava… por mais que não quiséssemos que ela se sentisse "pressionada" a gostar de esportes, era muito natural estimular.

Antigamente, sem o uso de tablets e celulares , as crianças frequentemente tinha contato com bola, bicicleta, jogos como pega pega, entre outros; difícil era deixar as "crianças na sala", bem diferente dos "novos tempos ", hoje, mais de 60% das crianças e adolescentes utilizam-se de tecnologias digitais por mais de seis horas por dia, o que, para mim, é um número assustador. E o mais preocupante: um número que só cresce.

De fato, a tecnologia veio para ficar; mas vejo que muitas vezes, os pais, e obviamente me incluo, usamos da forma errada, muitas vezes como uma muleta que auxilia nossa vida corrida. É sabido também que o excesso pode acarretar distúrbios psicológicos futuros; hoje, 1 a cada 4 crianças apresenta quadros depressivos e transtornos de ansiedade e, por isso, sempre atento a importância do esporte com o intuito de sociabilização, uma vez que cada vez mais eles estão em "seus mundos". A liberação de serotonina e dopamina que causa a sensação de bem-estar e autoestima é fundamental na adolescência, o que significa cuidar da saúde física e mental.

O intuito da crônica não é assustar e sim orientar, refletir e trazer para consciência as escolhas que podem ser feitas desde agora.

Para minha família, a escolha da escola e dos nossos hábitos fizeram a diferença; Mayumi se interessou por novas modalidades que foram apresentadas no ambiente escolar e se estimulou a tirar as rodinhas da bicicleta, por exemplo, quando me viu andando de bicicleta.

A criança precisa e quer se movimentar, tem energia e tempo para isso e, por isso, cabe aos pais a orientação e incentivo. Obviamente, Mayumi usa as telas, gosta como qualquer outra criança, mas, todas as vezes que saímos para fazer alguma atividade física, como andar de bike no parque, ir à praia, ela volta dizendo ter se divertido muito mais.

Uma criança inserida no esporte desenvolve não apenas habilidades físicas, mas também constrói confiança, disciplina e habilidades sociais essenciais nos dias de hoje e, provavelmente, carregará o hábito em sua vida adulta.

Manuela Mayumi, 7 anos
WomenWithWings desde a barriga

Ana Luiza Castro
Corredora há 20 anos e idealizadora da família WomenWithWings
@analuizawww | @corrida.www

celsofinkler@hotmail.com
CELSO FINKLER

A MODA É IA.



E AGORA?





Esta IA
está servindo de estratégia
para aumentar as vendas em lojas virtuais,
pois existem consumidores que têm receio de comprar
e não gostar da peça, justamente por não terem tido a oportunidade de experimentá-la.
Mas isso ainda é pouco! Quem aqui nunca ouvir falar da Alexa? Apesar de emitir opiniões um tanto quanto subjetivas, Alexa é programada para dar a opinião quando perguntada sobre o look de uma pessoa. Existem também outros tipos de assistentes virtuais que, por meio das ferramentas de IA e reconhecimento de voz, ajudam a encontrar roupas que lhe satisfaçam, oferecendo indicações personalizadas para determinados tipos de eventos e dando até mesmo sugestões de cores baseadas no seu horóscopo do dia.

E, para quem não tem tempo para passar horas revirando lojas virtuais até encontrar o que deseja, que tal IAs que ajudam você a achar o que procura, rapidinho? Através delas você pode encontrar peças semelhantes a um look que viu em um post do Instagram ou no blog de sua fashionista preferida.

Se você ainda não acessou ferramentas de inteligência artificial como Midjourney e o ChatGPT, que estão transformando a dinâmica dos profissionais de criação de moda e reescrevendo as regras de marketing da indústria como um todo, não perca mais tempo! A web, assim como a internet, são vastos mundos de conhecimento sempre prontos a lhe surpreender.
Aproveite! Você é inteligente o bastante para pesquisar,
navegar, desbravar e construir o seu próprio
futuro.







Medellín, uma linda surpresa da Colômbia



Nossa família na Praça Botero

Medellín, para mim, foi uma surpresa absoluta. Cidade lindíssima, arborizada e elegante em todos os sentidos. Ficou marcada pela história do Cartel de Pablo Escobar e, hoje, é uma cidade segura e deliciosa de caminhar e curtir tanto o dia como a noite.

A cultura das flores está muito presente em Medellín e os festivais acontecem com adornos impressionantes, produzidos por pequenas fazendas familiares.

O café é o que existe de mais emblemático nessa região; a meia hora de distância do centro entramos em área rural com lindos cafezais de propriedade familiar; cafezais que são o sustento de cada uma das famílias ali representadas. Cafés premiados nessas pequenas "fincas" são absolutamente incríveis e seus sabores são inigualáveis. Não à toa são exportados para o mundo inteiro.

Ficamos hospedados no NH Collection Royal Medellín, um hotel lindo com design sofisticado. Sua localização é num dos pontos mais altos e elegantes da cidade, com vista para um parque sensacional.

O hotel é moderno e com serviços impecáveis, com gastronomia e drinks sensacionais. Um staff muito simpático esteve presente o tempo inteiro em nossos dias pelo NH Collection.

A área de lazer é deliciosa e permite-nos curtir o lugar ainda mais com sua piscina, academia e spa especiais.

Por sinal, a cidade está recheada de parques lindos rodeados de prédios modernos e o hotel NH fica próximo ao melhor "mall" local.



Icônico Jesus Cristo de Botero



A pintora Isabelle Tuchband carregando espaldar de flores do festival local



Carinhos do Hotel NH Collection Royal



Plantação de café em fazenda particular



No maravilhoso Hotel NH Collection Royal

O teleférico é usado como transporte público na cidade e liga pontos altos e baixos de Medellín, facilitando a locomoção de todos. O metrô é extremamente moderno e já é visto como exemplo de qualidade mundo afora.

Diferente de Bogotá - que são de origem indígena - em Medellin as pessoas são mais altas e esguias, com ancestralidade espanhola, e desse destino já saíram lindíssimas misses campeãs no concurso Miss Universo.

A gastronomia da cidade é um espetáculo à parte e está muito conectada com o que acontece mundo afora com ingredientes locais. Vale muito conhecer o Restaurante Gabo com pitadas de literatura e arte. Um arraso de tirar o chapéu.

A história de Pablo Escobar, Narcos, ainda é muito marcante e a gestão atual do estado destruiu prédios relacionados ao Cartel, transformando-os em praças públicas com obras de arte que lembram o ocorrido, deixando como alerta para que nunca mais se repita o caos. São impactantes e emocionantes as instalações diante da perda de milhares e milhares de pessoas. Faz parte a ferida de um povo que não se fecha, mas que transmuta sentimentos.

Fernando Botero nasceu em Medellín onde doou diversas esculturas para a principal praça da cidade (mais de 30 gigantescas obras) que leva o seu nome. Ali também está um dos museus mais lindos de arte que visitei: Museu de Antioquia, com acervo estonteante, tanto de Botero como de diversos outros artistas colombianos. Que lugar! Medellín é, de verdade, um destino imperdível nesse país do qual ficamos tão apaixonados.



Cartazes incentivando a alegrias espalhados pela cidade

Desejo retornar e mergulhar mais ainda nesse lugar que tanto nos encantou.

Trouxemos lindos adornos e artesanias indígenas feitos em palha e madeira os quais utilizo em vários momentos.

São lembranças eternas dessa cidade inesquecível!

Bora Garimpar?

Dica: viajamos com @mister.travelbr



Artesanias indígenas em Exposição local para venda



Monumento aos Mortos do Cartel de Medellín



Jardim Botânico lindíssimo de Medellín

MARCELO SAMPAIO
Apresentador TV e Influenciador
Mercado Premium
Tv a cabo Travel Box Brazil todas às 3as às 22:30h
Rádio Vibe Mundial todas às 6as às 19h

@garimpando.life
garimpandolife.com.br
+5511 999791784

Vale a pena assistir “Besouro Azul”?

Veja o que a crítica está dizendo



A crítica internacional já divulgou as primeiras impressões do filme, sendo a maioria bastante positiva até o momento.

Alguns críticos elogiaram a representatividade latina na trama, a relação emocionante do super-herói com sua família, as cenas de ação e os momentos engraçados com o comediante e ator **George Lopez**, que interpreta o tio do **Besouro Azul.**

A atuação de **Bruna Marquezine** também não ficou de fora. Teve crítico dizendo que ela está impecável no filme: *“Um parabéns para a Bruna, que está ótima. Sua química na tela com Xolo é inegável. Quero ver mais dela como Jenny Kord, e também em outros projetos”*, afirmou Fico, crítico especializado e membro do Hollywood Critics Awards, em seu perfil no Twitter.



Bruna Marquezine, a estrela de **Besouro Azul**

O adolescente Jaime Reyes ganha superpoderes quando um misterioso escaravelho se prende à sua coluna e lhe fornece uma poderosa armadura alienígena azul.

O filme "Barbie" foi destronado do posto de líder de bilheteria nos Estados Unidos. A estreia de "Besouro Azul", longa com Bruna Marquezine no elenco, arrecadou o equivalente a R$ 126 milhões, enquanto no último fim de semana "Barbie" havia arrecadado algo em torno de R$ 107 milhões.

Arte feminina na Granja Viana



A obra Útero, de Catharina Suleiman

A **Galeria de Arte e Fotografia Solange Viana** apresenta a exposição coletiva **ENTRENÓS,** que surgiu do encontro de mulheres, artistas maravilhosas, que vivem e trabalham com arte na Granja Viana. São elas: Catharina Suleiman, Milenna Saraiva e Patricia Furlong. A curadoria fica a cargo da galerista, Solange Viana.

Serão apresentadas obras íntimas e inéditas. Cada artista irá mostrar um pouco do que está produzindo atualmente, influenciadas pelo entorno: a nossa Mata Atlântica. Não por acaso, a mostra abre celebrando a Primavera, enaltecendo ainda mais a nossa região.

SERVIÇO:

ENTRENÓS - EXPOSIÇÃO COLETIVA

Catharina Suleiman, Milenna Saraiva e Patricia Furlong

Visitação: de 2 a 30 de outubro de 2023

ENTRADA FRANCA / VISITAS SOMENTE COM HORA MARCADA

A Galeria de Arte e Fotografia Solange Viana fica na Rua São João, 246, centrinho, Granja Viana - Cotia

galeriadeartesolangeviana@gmail.com

Alanis Morissette fará show no Brasil

Após 11 anos, a ganhadora de 7 Grammy volta ao país

Será uma única apresentação no dia 14 de novembro, no Allianz Parque, em São Paulo, com um repertório que irá passar por todas as músicas do álbum, incluindo de hits como "Ironic", "You Oughta Know", "Hand in My Pocket" e "You Learn". A classificação etária do show é de 16 anos. Menores de 6 a 15 anos só poderão entrar acompanhados dos pais ou responsáveis legais.

Veja os valores do show da Alanis no Brasil:

Cadeira superior - R$ 225,00 (meia-entrada) e R$ 450,00 (inteira)

Pista - R$ 275,00 (meia-entrada) e R$ 550,00 (inteira)

Cadeira inferior - R$ 320,00 (meia-entrada) e R$ 640,00 (inteira)

Pista premium - R$ 380,00 (meia-entrada) e R$ 760,00 (inteira)

Compra de ingresso no site

www.eventim.com.br/campaign/alanis-morissette



Apresentado pelo Santander, show de São Paulo será o único na América do Sul e acontece no dia 14 de novembro, no Allianz Parque

Yoga e Circo

combinam sim!

Editora da Revista Tudo há 8 anos e professora de yoga formada pela Premananda Yoga School, Mariana Marçal ministrará uma aula especial de **YOGA DETOX** no Trapézio Voador, escola de artes circenses localizada no Butantã.

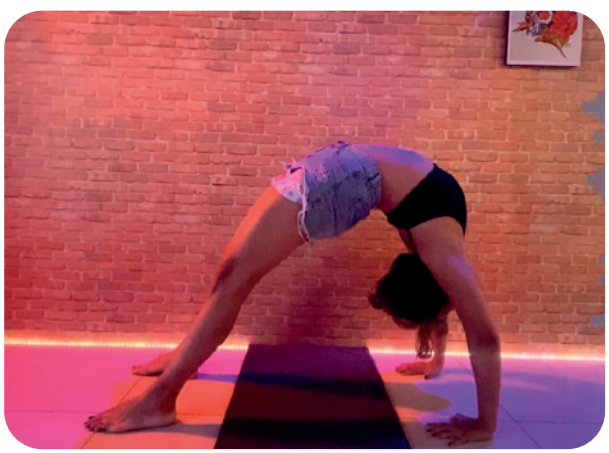
O aulão, que terá duração de 1 hora e meia, acontecerá dia 16/09, às 10:00.

A colaboração sugerida é de R$50 e a inscrição é realizada mediante pagamento, já que as vagas são limitadas.

Para informações:

@marpe.mari

@trapeziovoador



Do Mato Pro Prato



Pancs são Plantas Alimentícias Não Convencionais

Estão abertas as inscrições para a **3ª edição da Oficina 'Do Mato Pro Prato – elas são as PANCs'** que será oferecida gratuitamente no Viveiro Municipal Parque Curupira, que fica na Avenida Benedito Isaac Pires, 1.105, no Parque Isaac Pires.

A aula intensiva acontecerá no dia 16 de setembro (sábado), das 9h às 12h. As vagas são limitadas e as inscrições devem ser feitas pelo Whatsapp 93937-1333.

Durante o encontro, os participantes aprenderão a identificar, cultivar, preparar receitas e se alimentar de Plantas Alimentícias não Convencionais, que são comestíveis e pouco conhecidas. Entre as PANCs estão a taioba, a peixinho, a ora-pro-nóbis, a capuchinha, entre outras.

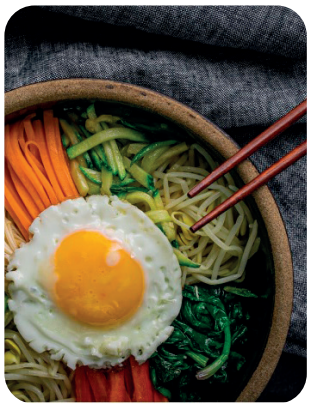
Cultura gastronômica

O **Centro Cultural Coreano no Brasil (CCCB)** vai realizar o **Festival de Gastronomia Coreana, HANSIK**, até o dia 6 de outubro. Com entrada gratuita, vão rolar exposições de alimentos, degustações, cursos e oficinas sobre a gastronomia tradicional coreana. A mostra acontece de segunda a sexta, das 10h às 18h, com degustações simples das 14h às 18h. Aos sábados e domingos, em horários marcados (11h, 13h ou 15h), haverá degustações mais elaboradas com ingressos adquiridos pelo site do CCCB a partir de 26 de agosto, disponibilizados aos sábados.

Cursos sobre pratos tradicionais coreanos rolam às sextas e sábados, até o dia 23 de setembro.

https://brazil.korean-culture.org/



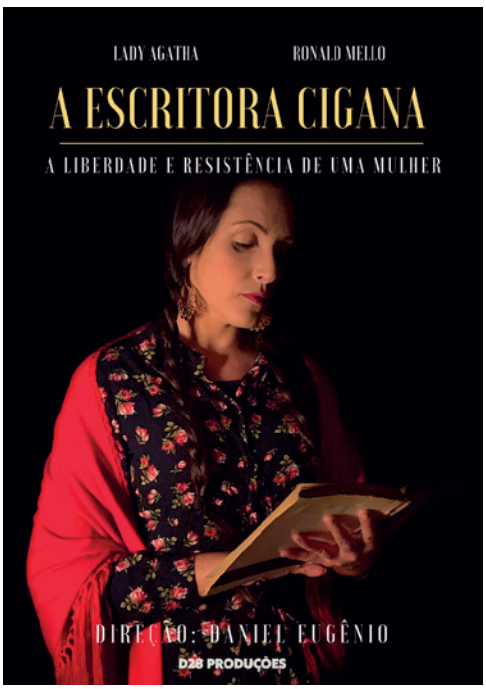




Cover do Michael Jackson

O Raposo Cover do mês está imperdível. Dia 30/09, a partir das 19 horas, terá Cover do Michael Jackson na Praça de Alimentação. Rodovia Raposo Tavares, Km 14,5 - Jd. Boa Vista

A Escritora Cigana no Teatro Raposo



"A Escritora Cigana: Liberdade e Resistência de uma Mulher" conta a história de vida de uma mulher cigana, Papuska, que busca a liberdade para seguir seus sonhos e se realizar como escritora. A música é sua fonte de inspiração e libertação, e ela luta contra a cultura que tenta impedi-la de aprender e estudar. Ao longo de sua vida, Papuska se dedica à escrita e à natureza, encontrando nelas a paz e a serenidade que busca. Seu desejo é contar a verdade sobre o sofrimento do seu povo e de outros que foram vítimas da intolerância. Mesmo que isso lhe custe tudo, Papuska não se arrepende de ter lutado por sua liberdade e por aquilo em que acreditava.

O espetáculo é permeado pela música e pela dança Gipsy, além de momentos que retratam alguns poemas da autora que sensibilizam e contam a história de uma mulher que esteve à frente de seu tempo e deixou um legado lindo e emocionante.

Duração do espetáculo: 60 minutos
Texto: Daniel Eugênio e Lady Agatha
Direção Musical: Ronald Mello
Coreografias: Lady Agatha

Faixa Etária: Livre
Temática: Drama Cigano
Compra de ingressos e informações: www.bilheteriaexpress.com.br

Casa Warner, exposição interativa inédita

Uma jornada de 100 anos e muitas histórias para contar

Um dos maiores eventos da Warner em celebração ao centenário do estúdio, acontecerá de forma inédita no Shopping Eldorado nos meses de Setembro e Outubro. Você poderá encontrar um universo de personagens das histórias construídas pela companhia ao longo de um século com muitas aventuras! Programe-se para curtir esse evento incrível com a família e amigos.
Sucesso de público e crítica desde a primeira edição, o espaço temático com exposição interativa deste ano é uma celebração ao centenário dos estúdios Warner Bros. e seus incríveis filmes, séries de TV e animações que conquistaram fãs por todo o mundo. **Até dia 29/10.**
Dias e horários de funcionamento: 3ª a 5ª com sessões a cada 15 minutos das 12h00 às 21h00. Sextas, sábados, domingos e feriados com sessões a cada 15 minutos das 10h00 às 21h00



Local: Shopping Eldorado
Endereço: Av. Rebouças, 3970 - Pinheiros
Classificação: ***Livre. Menores de 14 anos entram somente acompanhados de pais e/ou responsáveis legais.****

A edição em homenagem ao centenário do estúdio aborda inúmeros sucessos entre filmes, séries e desenhos animados, como: DC, Looney Tunes, Os Flintstones, Scooby-Doo, Tom e Jerry, Harry Potter, Casa Blanca, Matrix, O Senhor dos Anéis, O Mágico de Oz, IT e Sexta-Feira 13.



Espetáculo 'Dominguinhos:

Isso Aqui Tá Bom Demais' alegra SP



O musical "Dominguinhos: Isso Aqui Tá Bom Demais" é uma homenagem ao renomado sanfoneiro pernambucano Dominguinhos (1941-2013), destacando sua diversificada carreira musical que abrangeu forró, jazz, pop e MPB. O espetáculo, que já obteve sucesso em várias cidades, retorna a São Paulo para uma curta temporada no Teatro Bravos, marcando uma década desde o falecimento do compositor.

A partir de 07 de setembro de 2023
Quinta - Sexta - Sábado - Domingo
Quinta a sábado, às 20h
Domingo, às 18h
De R$50 a R$100
@dominguinhosmusical

NA REGIÃO

Dengue: em números

Os casos de dengue na cidade de Cotia estão subindo, assim como em todo o Estado de São Paulo. No mês de julho, a cidade registrou 11 casos autóctones, ou seja, contraídos na própria cidade, chegando a marca de 102 casos de janeiro de 2023 até o último dia de julho. Desse número, tudo indica que apenas 8 casos foram contraídos em outra localidade. Os casos em julho foram menores que junho, que teve 23 ocorrências. Lembrando que, nos três últimos meses do ano passado, a cidade não registrou casos.

A Vigilância Ambiental da cidade, intensifica as ações de combate à doença com visitas de casa em casa para reforçar a população sobre a necessidade permanente dos cuidados para evitar a proliferação do mosquito Aedes aegypti (vetor da dengue e de outras doenças como a zika, febre amarela e chikungunya).





Circuito Mata Atlântica: trecho de cicloturismo regional passa pela Granja Viana

Centenas de ciclistas de Cotia e de cidades vizinhas participaram da inauguração de parte do trecho de Cotia do Circuito Mata Atlântica que passa pelas cidades integrantes do Conisud (Cotia, Vargem Grande Paulista, Embu, Embu Guaçu, Itapecerica da Serra, Juquitiba, Taboão da Serra, São Lourenço da Serra e Ibiúna). O trecho de Cotia começa no Parque Cemucam, na Granja Viana, e, nesta primeira etapa, foram inaugurados 32 dos 49 km que cortam a cidade de Cotia. Em sua totalidade, o Circuito terá 309 km.

Em Cotia, os ciclistas passam pelo Templo Odsal Ling, Basílica de Nossa Senhora do Rosário de Fátima, Centro de Mergulho Evidive, Sítio do Padre Inácio (Iphan) e pela Reserva Morro Grande de oportunidade de apreciação da riqueza natural da cidade. O percurso tem grau de dificuldade moderado e pode ser feito a qualquer dia e horário. Em breve, os últimos 17 km do trecho de Cotia (totalizando os 49 km) estarão sinalizados e poderão ser percorridos pelos ciclistas. Ainda neste mês, o Circuito Mata Atlântica em sua totalidade será oficialmente inaugurado.

Em Vargem Grande Paulista, o trecho é de 24 quilômetros.



Ciclistas com Nelson Broering, Secretário de Turismo de Cotia, e Wagner Neves, administrador do Cemucam

Está afim de perder uns quilinhos?

Perda de peso, qualidade de vida, controle de doenças crônicas e bem-estar. Estes são apenas alguns dos benefícios proporcionados aos participantes do Programa Emagrecer Certo. Novas turmas estão sendo formadas e, para participar das atividades, é preciso fazer a inscrição na Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima. O programa acontecerá nas UBSs e Caucaia do Alto, neste mês de setembro, e nas UBSs Atalaia, Rio Cotia, a partir do dia 6 de setembro.

O Emagrecer Certo foi lançado há cinco anos com a proposta de incentivar as pessoas acima do peso ou com obesidade a praticarem atividade física e se alimentarem corretamente. As atividades são coordenadas por uma equipe multiprofissional que conta com Enfermeira, Técnica de Enfermagem, Preparador Físico, Nutricionista, Psicólogo, entre outros.

Os participantes acompanham palestras, tiram dúvidas, participam de rodas de conversa e de atividades físicas. Os organizadores do programa ainda estimulam a solidariedade, ao final de cada edição, os participantes doam alimentos em quantidade equivalente aos quilos eliminados. A doação é revertida ao Fundo Social.

Serviços
Inscrições para o Programa Emagrecer Certo – 2º Semestre
Local de inscrição:
Unidade Básica de Saúde mais próxima de você
Das 8h às 16h
Apresentar documento de identificação e comprovante de endereço



Os participantes doam alimentos em quantidade equivalente aos quilos eliminados; Uma participante da edição anterior chegou a eliminar 20 quilos



Os vereadores Celso Itiki e Luis Gustavo Napolitano votaram contra a proposta

Cotia terá 17 vereadores a partir da próxima eleição

A Câmara Municipal de Cotia aprovou o aumento do número de vereadores na cidade. Com 11 votos a favor, a partir do próximo mandato (2025-2028) o legislativo passará de 15 para 17 vereadores. Segundo a lei federal, cada município pode ter até 55 vereadores, e seu número é regido pela proporção do número de habitantes:

A população de Cotia registrou 273.640 pessoas no Censo de 2022, o que representa um aumento de 36,04% em comparação com o Censo de 2010.

Para municípios com mais de 160 mil e até 300 mil habitantes, o limite máximo é de 21 vereadores.

De Cotia para o Canadá

Mayara Almeida de Paula, egressa do curso de Arquitetura e Urbanismo pela Universidade Federal de Alagoas (Ufal), morou no Jardim Nova Vida, em Cotia, e, aos 29 anos, foi selecionada com bolsa integral para um PhD (equivalente ao doutorado, no Brasil) em Planejamento, na Universidade de Toronto, no Canadá.

Em entrevista ao site da universidade, Mayara explicou que a aprovação no vestibular e a ida para a Ufal foram as primeiras grandes mudanças em sua vida. *"Costumo dizer que esse momento me deu asas: saí de perto da minha família e amigos, mas ganhei autonomia e percebi que conseguiria dar conta"*, disse.



Ela foi selecionada para outras grandes universidades; a escolha por Toronto se deve ao fato de estar entre as 20 melhores instituições de ensino do mundo e por ter a oportunidade de desenvolver estudos de planejamento de cidades voltadas à inclusão.

Regularização de Imóveis em Cotia



Imóveis residenciais com até 70m² de área construída estarão isentos da Taxa de Regularização e do ISSQN e poderão fazer a solicitação em processo simplificado

Mais da metade das construções residenciais e comerciais da cidade foram construídas em desacordo com a Lei Complementar que trata sobre o zoneamento de uso e ocupação do solo. Por meio de um processo simplificado e isenção da Taxa de Regularização e do ISSQN para imóveis residenciais com até 70m² de área construída, a regularização pode ser realizada. É a anistia que chegou também para quem quer regularizar o seu imóvel.

Proprietários ou titulares de direito sobre imóveis com edificações irregulares, ou seja, que foram construídas em desconformidade com a Lei 334/2022, podem requerer sua regularização. Os pedidos de regularização serão recebidos no Setor de Protocolos da Prefeitura e endereçados à Secretaria de Habitação e Urbanismo, juntamente com todos os documentos relacionados na nova legislação. "Entre as vantagens de regularizar o imóvel está possibilidade de solicitação de Certidão Negativa de Débitos (CND), junto à Receita Federal e a averbação da construção na matrícula do registro de imóveis", explicou o Secretário Interino da pasta, o arquiteto Onofre de Oliveira Ferreira.

Feijoada beneficente em prol da ONG Adote Saúde











Aconteceu no mês de agosto, a feijoada beneficente em prol da ONG Adote Saúde. O evento no lindo espaço na Casa Granja Viana, ao lado da Escola Pitangueiras, reuniu convidados que abraçam e incentivam projetos como esse. Foi uma tarde deliciosa repleta de empatia e amor.

1. Roberta Smilari da Revista Tudo, Marcelo Guazelli da Escola Pitangueiras, Marcia Lima da Tem Comunicação, Stella Winderom do Granjeiras e Marcelo Sampaio do Garimpando Life
2. Toda equipe do Adote Saúde
3. Thomas da Anoa Maresias, Marcelo Guazelli e Marcelo Sampaio
4. Marcelo Sampaio, Magda Minchillo, Claudia Barnabé e André Minchillo do Doutores da Granja



Sicredi Agroempresarial PR/SP

Sicredi Agroempresarial PR/SP anuncia resultados em prestação de contas do primeiro semestre de 2023 em várias cidades e a Revista Tudo esteve presente no encontro de São Roque. Estas reuniões evidenciam transparência da gestão e comprometimento com associado.









Guia dos Festeiros, coquetel de lançamento

O coquetel de lançamento do 2º edição do Guia dos Festeiros no espaço Vila Pau Brasil e com apoio da Revista Tudo foi um sucesso. Esta revista digital reúne os principais serviços e produtos para eventos da região, com o objetivo de fomentar e conectar o cliente final com essas empresas.

1. Os idealizadores do projeto: Camila Lages e Marcos Aurélio com Roberta Smilari da Revista Tudo
2. Encontro das principais mídis da região: Mauricio Orth, Ana Alcântara, do Site da Granja, Camila Lages, Roberta Smilari, Marcos Aurélio, Carol Del Gaiso da Revista Valoriza.
3. Camila Lages, o Chef Patrick e Marcos Aurélio.
4. Empreendedores do segmento de eventos que fazem parte do Guia dos Festeiros



Farmácias

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA



Av. Prof. Manoel José Pedroso, 1740 - Cotia - SP
Tel.: 4703-0314 / 4616-8944

anuncie
que é
sucesso

Endocrinologia



- Título de Especialista pela Soc. Bras. de Endocrinologia e Metabologia - RQE 103030
- Título de Especialista pela Soc. Brasileira de Clínica Médica - RQE 91353
- Pós-graduação em Nutrologia pela Faculdade de Medicina da USP - RP

Rod. Raposo Tavares, km 22 Bloco A - Sala 315/316
Shopping Open Mall The Square - Cotia SP
11 4612.5599 / 4612.9233 / 11 91168.3023

Odontologia / Ortodontia





em revista TUdo
99972-9795

Siga-nos nas redes
@tudoemrevista
@revistatudo2021
www.revistatudo.com.br
revistatudo.com.br

Anuncie aqui:
99972-9795

Medicina Oriental e Quiropraxia



Cirurgia Plástica



Daniela Morrone

Artista Plástica





Trabalhos exclusivos feitos para dar aquele toque especial na sua decoração. Colagens, ilustrações e telas em acrílica.

11 98177 7333 @danimorrone_art



- CABELO
- TRATAMENTOS / QUÍMICAS
- MANICURE E PEDICURE
- DESIGNER DE SOBRANCELHA
- DEPILAÇÃO
- PODOLOGIA

Agende o Seu horário

☎ 11 4551-8126
11 97491-2622

Rua Monet, 272 Horizontal Park • Granja Vlana

JUNIOR EXPRESS

MOTOBOY



Agora também com furgão
entrega ou retirada com preço justo!



Transporte de malotes e pequenos volumes.
Bancos e transporte, deixe conosco.
Sua entrega ou retirada com preço justo!

4612-8980 / 9 8320-0612

www.juniorexpress.com.br
juniorexpress.24hs@hotmail.com

Confirme as condições por telefone



em revista TUdo

99972-9795

Siga-nos nas redes
@tudoemrevista
@revistatudo2021
www.revistatudo.com.br

Tudo conectado



Você acompanha nossas redes sociais??? Então, entre agora e siga nossa página no instagram @tudoemrevista que está bombando, quase 100 mil contas alcançadas e traz sempre as novidades da região. Corra e compartilhe!

Se você quer ver um conteúdo dinâmico, divertido e interessante, continue nos seguindo.
Veja aqui algumas publicações que deram o que falar!!!!

Os Ex-BBBs Viih Tube e Eliezer moradores da Granja Viana



O post com os novos moradores famosos que escolheram nossa região para morar fez sucesso. Se perdeu, veja tudo agora!

Visita na rotisserie Massas Ricci

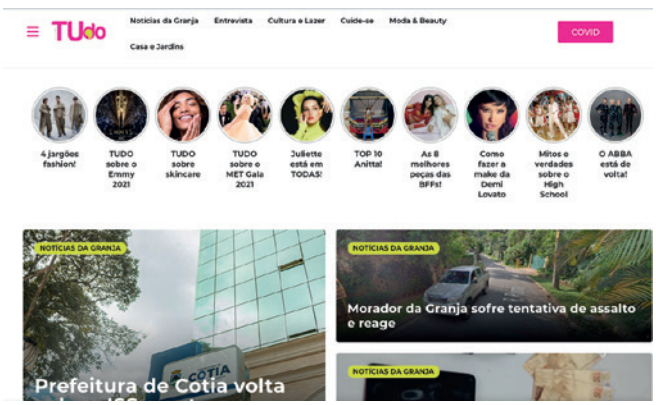


Mostramos a rotisserie mais deliciosa e conhecida da nossa região, a Massas Ricci que de quebra, ainda nos ofereceu várias delícias. Foi uma visita inesquecível!!!!

Escola Cognos e a pequena Cecília



Fez o maior sucesso o nosso reels onde visitamos a escola Cognos. A pequena Cecília foi a grande sensação desta divulgação. Ficamos apaixonadas pela Cecília e claro, pela escola.



O site da Revista TUDO tem sempre um conteúdo exclusivo! Além das notícias da região que atualizamos diariamente, nossos leitores poderão acompanhar nossos stories, entrevistas exclusivas e uma agenda completa de tudo o que acontece por aqui e em Sampa! E o melhor, a edição do mês e as edições anteriores da Revista Tudo!

Acesse já e fique por dentro de Tudo:
www.revistatudo.com.br

Siga-nos nas redes
@tudoemrevista
@revistatudo2021
www.revistatudo.com.br

Clínica Veterinária - Cirurgia - Laboratório
Estética Animal



A Família Pet é fruto de muito amor e dedicação da Dra. Fabiana Sartori, há 19 anos veterinária especialista em diagnóstico clínico e cirurgia com anestesia inalatória, e vem cada dia mais se tornando referência aqui na Granja Viana.

Na Família Pet você encontra - além de muita qualidade e ética - o diferencial de receber um tratamento humanizado. Aqui, seus filhos de pelo são tratados como filhos mesmo, porque é assim que a doutora Fabiana considera seus próprios pets e de seus amigos e clientes, pessoas que vêm, cada dia mais, endossando seu trabalho.
Em nossa clínica você encontra todas as vacinas que seu pet precisa, além de especialidades como oftalmo, oncologista, cardiologista, exames de raio x, ultra-som entre outros. Contamos ainda com um laboratório próprio da Idexx, onde os resultados de vários exames saem praticamente na hora, afinal, quem tem um bichinho doente não pode esperar, não é mesmo?

Na área de estética animal temos um banho e tosa todo equipado -, e de vidro - onde o cliente pode acompanhar todo o tratamento que é dedicado ao seu pet. Usamos com exclusividade a linha Pet Society, a melhor do mundo atualmente.
Venha conferir, agende o banho do seu pets e marque uma consulta para eles com a Dra. Fabiana.







CRMV 17.506

Família Pet Clínica Veterinária
Dra. Fabiana Sartori Fávaro
Estr. do Capuava, 4550
Paisagem Renoir – Cotia
Tel.: 11 98280-0145
Instagram: @familiapet.granjaviana







mixconceito

granja viana