

em revista

# TUDO

168

Especial Final  
de Ano  
Solidariedade +  
Gastronomia +  
muito mais!

Líliá  
Cabral

Protagonismo e talento na melhor idade

Saiba tudo o que acontece na região e no mundo.

ANO 13 | Nº 168 - DEZEMBRO 2021 - DISTRIBUIÇÃO: DIANA VIANA - ALPHAVILLE - COSTA - CARAPICUBA - CAUCAIA - VARESEM GRANDE - BAPOSO LAVAREIS - SÃO JOSE - EMU DAS ARTES (DISTRIBUIÇÃO GRATUITA)

ACESSE JÁ [WWW.REVISTATUDO.COM.BR](http://WWW.REVISTATUDO.COM.BR)  
FIQUE POR DENTRO DE TUDO!



SIGA NOSSAS  
REDES SOCIAIS



@TUDOEMREVISTA



@REVISTATUDO02021



Cuidar da sua saúde é a  
nossa maior motivação.  
Agradecemos por confiar em  
nós ao longo deste ano.

A equipe Transduson deseja  
a todos os nossos amigos e  
clientes um Natal repleto de  
alegria e um Ano Novo cheio  
de saúde, paz e realizações!

FELIZ  
**Natal**  
Boas festas!



TECNOLOGIA DE ÚLTIMA GERAÇÃO  
EM DIAGNÓSTICO POR IMAGEM E  
EXAMES LABORATORIAIS

[WWW.TRANSDUSON.COM.BR](http://WWW.TRANSDUSON.COM.BR)

INFORMAÇÕES E  
AGENDAMENTOS:

11 2222-1130

11 4185-8595



\*As campanhas do Outubro Rosa e Novembro Azul continuam válidas até 31/12/2024.  
Cuide da sua saúde, previna-se e aproveite esse período para realizar os exames de rotina

**UNIDADE CARAPICUÍBA**

R. CORIFEU DE AZEVEDO MARGUES, 209  
CENTRO - CARAPICUÍBA - SP

**UNIDADE ALPHAVILLE**

ALAMEDA ARAGUAIA, 943  
ALPHAVILLE INDUSTRIAL - BARUERI - SP

**TRANSDUSON**  
Medicina Diagnóstica Avançada **30** anos

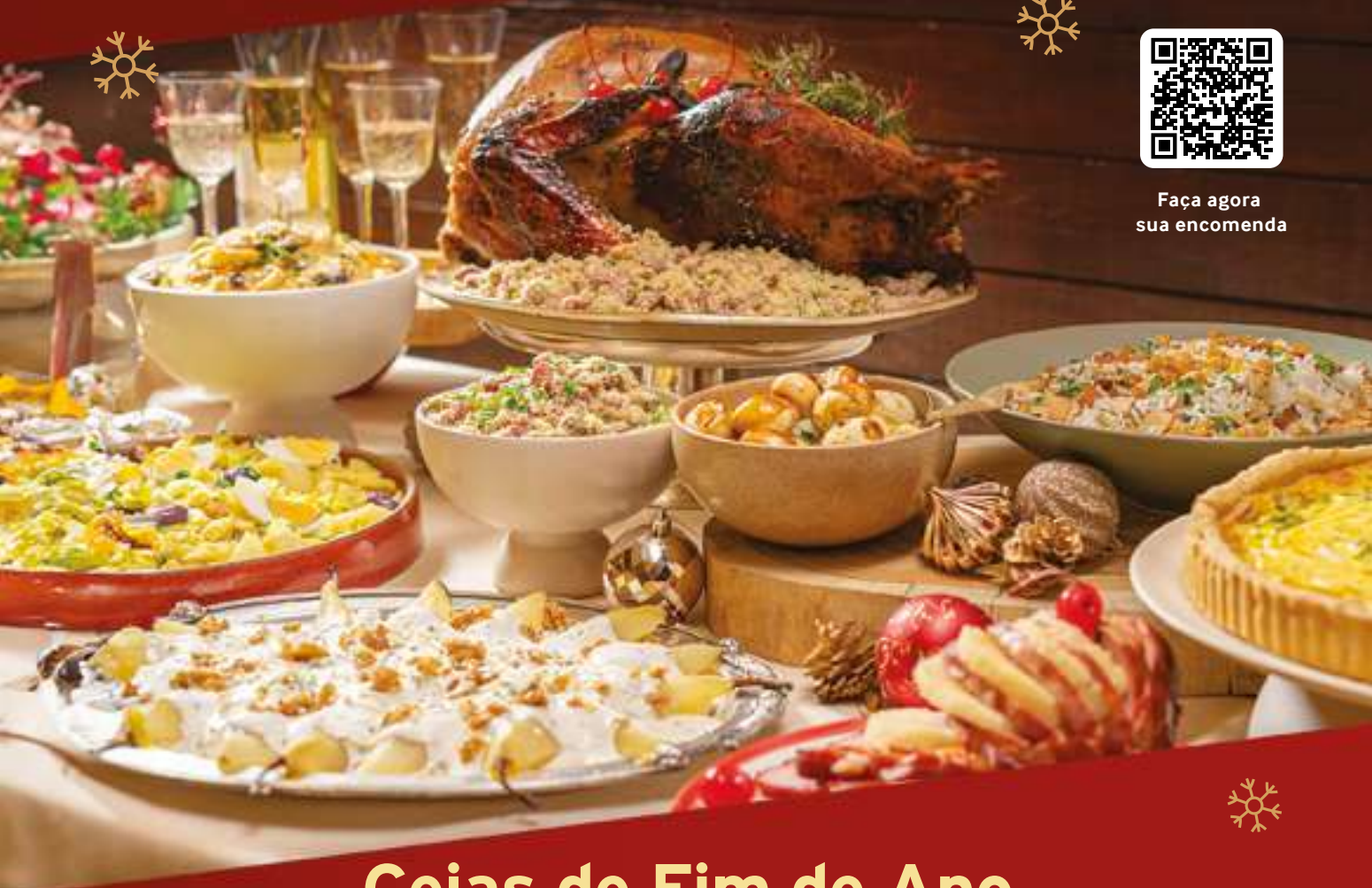
# NATAL

*Dona Deôla*

SUA CELEBRAÇÃO RECHEADA DE CARINHO E SABOR



Faça agora  
sua encomenda



## Ceias de Fim de Ano

**TODOS OS PEDIDOS DEVEM  
SER RETIRADOS NAS LOJAS**

**LIGUE: (11) 3873-3933**  
e digite a opção de loja desejada

**donadeola.com.br**

@donadeola /padariadonadeola

Natal: encomendas até 22/12 e retirada 24/12, até as 17h  
Ano novo: encomendas até 29/12 e retirada 31/12, até as 17h

Parece que estamos presos no mês de dezembro, no bom sentido da frase! São preparativos, confraternizações, reencontros, compras, Natal e Ano Novo... tudo isso mostrando pra gente que a vida acontece pelo caminho e não na linha de chegada. Ano Novo vai chegar e a vida continua, com recomeços, novidades e tudo que só um ano novinho em folha é capaz de proporcionar.

O coração desta equipe aqui é de gratidão! Não foi um 2024 fácil, mas foi enriquecedor. Que 2025 venha com tudo de bom que a gente merece! E quando digo a gente, digo todos nós, inclusive vocês, nossos leitores, que ainda acreditam no nosso jornalismo feito com amor, entretenimento e vontade!

Como todas as outras, essa edição está imperdível! Moda, gastronomia, notícias da região e um especial de Natal repleto de amor e solidariedade pra vocês! Ah, tem uma entrevista incrível com a atriz Lilia Cabral! Apesar de tanto tempo na TV, foi aos 50 anos que ela protagonizou sua primeira personagem, mostrando que tudo tem o seu tempo certo de acontecer.

Nos vemos em breve!

Com tudo novo!



**Escreva neste espaço, mande sua foto, texto sobre o que é TUDO pra você!**

revistatudo.com.br

contato@revistatudo.com

facebook.com/revistatudo2021

@tudoemrevista



# Espaço Do Leitor

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



A última edição do ano do GV Business deu o que falar.

**@pologranjaviana**

O evento foi completo e ótimo para todos os profissionais da área aprenderem e realizarem networking.



Veja o que falaram sobre a matéria "Na onda do Ozempic."

**@officinamagistral**

Parabéns pela matéria, e por conscientizar a população. Automedicação não é saudável, podendo trazer consequências severas no futuro.

## Momento Tudo



O bom velhinho já invadiu a região! Salário para quem topa o desafio pode chegar a R\$8 mil por mês em alguns lugares.

10

## Gastronomia

Sempre dá para inovar no Natal

16

## Garimpendo

Se tem algo melhor do que ter paz, desconhecemos!

18

## Cultura

Confira uma programação para toda a família

22

## Solidariedade

Acorde: instituição que merece nosso respeito e nossa ajuda

30

## Viajar é preciso

As belezas de San Marino

ACESSE

**WWW.REVISTATUDO.COM.BR**  
**FIQUE POR DENTRO DE TUDO!**



SITE



INSTAGRAM

SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS

@tudoemrevista /revistatudo2021

@revistatudo



## 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

Israel Carillo Holanda - @raelhc

### Foto de capa

Globo/Manoella Mello

### 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.

## Os banhos secretos de Cleópatra: sais de banho para ingressarmos em 2025

Prepare-se para ingressar numa viagem mágica na linha do tempo, onde você se tornará parte da rica herança de sais de banho do Antigo Egito, para ao final do artigo, aprender a realizar a melhor fórmula, simples e eficaz, se despedindo de 2024 e abrindo espaço interno para receber 2025 de modo saudável, leve, próspero e o melhor é que você não precisará de uma banheira e nem se banhar no rio Nilo.

A cultura do Antigo Egito considerava o corpo como reflexo da alma, que deveriam estar em harmonia e por isso, os egípcios banhavam-se de 3 a 4 vezes por dia. Além da conexão corpo|alma, as condições climáticas e receio das possíveis doenças determinavam os cuidados através do corpo.

Em suas casas de banho ou à beira do Nilo, todos se banhavam. Cada banho era considerado Sagrado, num ritual que envolvia água, minerais, vegetais, mel e leite para saúde, beleza, prosperidade e prestígio da pessoa (Papiro Medicinal de Ebers 1550 a.C.).

Achados pré-dinásticos mostram que: "A crença valia tanto para a realeza, cortejada com óleos aromáticos e massagens aplicadas pelos escravos, quanto para as populações mais pobres, que recorriam inclusive a profissionais de rua quando não conseguiam tratar da própria beleza".

Cleópatra usava uma mistura com sais marinhos e argila para manter sua pele lisa e esfoliada. O banho de leite e mel tinham a função de hidratação corporal. Outros ingredientes também eram usados como o bálsamo, o cedro, a cera de abelha, a mamona, gordura de ganso, endro, hortelã, gengibre, antimônio, chumbo, enxofre vermelho e cebola.

Ao longo dos anos, Eliana Tessitore vem desenvolvendo uma fórmula

de sais de banho, para ser usada na nossa vida contemporânea, embaixo do chuveiro, de modo simples e eficaz, inspirada na sabedoria do Antigo Egito. Essa

fórmula e seu uso correto, tem a função de nos despedirmos de 2024 e abrirmos espaço interno para a chegada de 2025.

## Sais de Banho Cleópatra

### Materiais:

- Sal marinho : 100gr
- Sal grosso marinho: 30gr
- Bicarbonato de sódio: 100gr
- Argila branca: 30gr
- Óleo essencial de laranja doce: 10 gotas
- Óleo essencial de alecrim: 5 gotas
- Óleo essencial de lavanda: 3 gotas
- Óleo carreador: girassol, amêndoa doce ou de semente de uva (óleos especiais para massagem e sem cheiro): o suficiente para ao misturar, ficar uma pasta.



## TIRE SEU SONHO DO PAPEL EM 2025

ESPAÇO IDEAL PARA O SEU NEGÓCIO

- FLUXO DE ATÉ 30 MIL PESSOAS POR MÊS;
- FÁCIL ACESSO NA RAPOSO TAVARES, ENTRE DOIS RETORNOS;
- ESTACIONAMENTO COBERTO.

  
**VIANNA VILLAGE**  
CENTRO COMERCIAL

(11) 4702-2655 | @VIANNAVILLAGE

ATENDIMENTO@VIANNAVILLAGE.COM.BR

**minuto** smart **fit**  
Pão de Açúcar

**Modo de fazer:** numa bacia limpa e seca, misturar com as mãos todos os ingredientes secos e, em seguida, os óleos até formar uma pasta. Guardar em lugar limpo, seco e bem fechado.

**Modo de usar:** somente no corpo. Para usar debaixo do chuveiro.

Reserve um momento em que não seja interrompido e prepare um ambiente acolhedor: velas e luz ambiente diminuída para favorecer seu bem-estar e conexão consigo. Usar um tapete antiderrapante no seu box.

Entre no box e com a pele ainda seca, se preferir de olhos fechados, faça uma breve retrospectiva de 2024, sem julgar, somente lembre de um ou dois

eventos importantes e diga: - eu vejo você. Observe que partes do seu corpo tensionam ou costumam se tensionar, doer, apertar, arder, ou outro incômodo .

Em cada uma você passará o sal de banho, como uma automassagem e ira repetir: tudo foi como tinha que ser. Agora o que passou, pode descansar. Muito obrigado.

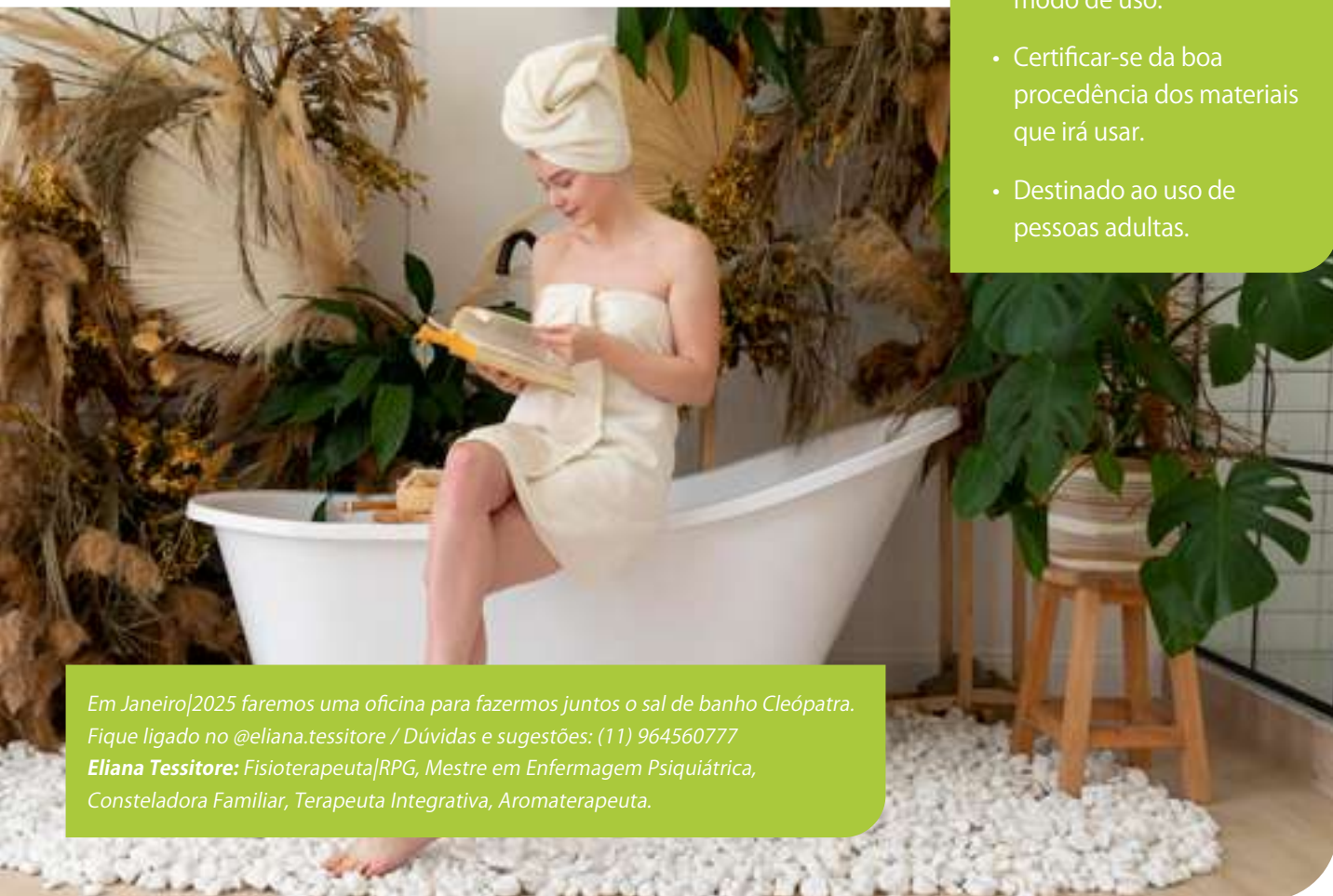
Repetir o procedimento em cada parte do seu corpo que se manifestou. Ao terminar, tome seu banho normalmente. Após o banho, use um aroma que goste, se preferir, feche os olhos, conectando-se com o "Novo 2025".

Com toda sua imaginação diga: "Agora sim: com alegria e leveza eu te recebo"!

Observe seu corpo como está. Guarde essa sensação para que possa acioná-la sempre que quiser|precisar.

### Recomendações:

- Não usar no rosto ou em mucosas.
- Testar numa pequena parte do braço. Em caso de alergia, suspender o uso e lavar com água corrente.
- Usar somente óleos essenciais e nunca essências.
- Siga corretamente as indicações dos materiais e modo de uso.
- Certificar-se da boa procedência dos materiais que irá usar.
- Destinado ao uso de pessoas adultas.



Em Janeiro|2025 faremos uma oficina para fazermos juntos o sal de banho Cleópatra. Fique ligado no @eliana.tessitore / Dúvidas e sugestões: (11) 964560777  
**Eliana Tessitore:** Fisioterapeuta|RPG, Mestre em Enfermagem Psiquiátrica, Consteladora Familiar, Terapeuta Integrativa, Aromaterapeuta.





Supera Carapicuíba - Granja Viana

Avenida São Camilo, 1564 – Sala 20 - Alpha Granja - Granja Viana

(11) 96575-1529 (WhatsApp)

Siga-nos no Instagram @superagranjaviana



### Nova Unidade Supera Carapicuíba - Granja Viana: Experimente a Transformação!

Recém-inaugurada, a unidade Supera Carapicuíba - Granja Viana, está sob a direção do franqueado Anselmo Andriolo, também formado com especialização em neurociências. Anselmo, morador da Granja Viana há mais de 15 anos, acredita que a proposta do Supera pode beneficiar imensamente a comunidade granjeira.

“Convido você e sua família a conhecerem nosso método e a descobrir como podemos transformar suas vidas. Agende uma visita e experimente um momento Supera para vivenciar os benefícios de uma vida mais saudável”, completa o especialista.



## Supera: Uma Revolução na Saúde do Cérebro e na Qualidade de Vida

Em 2006, Antônio Carlos Guarini Perpétuo, um pai determinado a melhorar o desempenho escolar e a saúde cognitiva de seu filho, fundou o Supera. Inspirado pela neurociência educação e aprendizagem, ele criou um método de ginástica cerebral, que pelo uso de ferramentas como ábaco, exercícios cognitivos, jogos, neuróbicas (atividades específicas para sinapses), dinâmicas e atividades online aplicadas de forma intencional e mediada desenvolvem as competências

cognitivas, socioemocionais e éticas como atenção, foco, memória, raciocínio lógico e autoestima oferecendo um modo incrível de viver. Hoje, o Supera é reconhecido globalmente pela eficácia comprovada cientificamente de seu método, que já impactou mais de 200 mil vidas em quase 300 unidades pelo Brasil.

### Educação Transformadora: Da Escola ao Sucesso Profissional

Estudantes que participam do Supera revelam maior concentração, desempenho acadêmico superior e um interesse renovado pelos estudos. Para adolescentes e jovens, o método oferece uma preparação sólida para vestibulares e processos seletivos. Já para adultos, proporciona um suporte valioso para o sucesso profissional, aumentando sua competitividade em processos seletivos, promoção e concursos.



o queijo brie folhado pode ser uma deliciosa e sofisticada opção de acompanhamento



Receita disponível no nosso site. Aponte a câmera para o QR Code



## Um Natal surpreendente

*Inove nos pratos para a ceia e surpreenda seus convidados*

Quando o assunto é a ceia para o Natal, existem alguns pratos tradicionais que não podem faltar na mesa dos brasileiros. Mas, se você quer surpreender seus convidados, que tal inovar no cardápio? Uma dica muito legal é incluir opções vegetarianas ou alternativas para agradar a todos.

O segredo é usar a criatividade e combinar as tradicionais opções com saladas, entradas e sobremesas diferentes. Quer algumas ideias para servir com peru, tender, arroz com passas, panetone e salpicão? Aí vai:

- Queijo brie folhado
- Bruschettas de queijo e tomate
- Kibe vegetariano
- Torta de limão
- Salada de batata com atum
- Petiscos de boteco

## DICAS DO CHEF

Se você pretende oferecer um jantar mais elaborado, o famoso chef Sergio França deixou aqui receitas deliciosas, que farão desta noite inesquecível.

- Entrada –Arancini trufado recheado com queijo;
- Bacalhau à la Des Cucina.

### Torta de Abacaxi com calda de frutas vermelhas.

“O menu para o Natal que sugerimos foi pensado em agradecer a todos os paladares. De

entrada o Arancini recheado com queijo, ganha um leve toque de sabor trufado que acrescenta um requinte especial para a ocasião. Para as festividades de fim de ano sempre é bem-vindo um prato principal de bacalhau, e esta sugestão é fácil de preparar, leva ingredientes que embelezam a apresentação e é muito saborosa. E a sobremesa além de muito bonita e colorida, combina os sabores cítricos do abacaxi e das frutas vermelhas que vão finalizar deliciosamente a refeição”, explica o chef Sergio França.



Chef Sergio França – Des Cucina

## Bacalhau à la Des Cucina – Chef Sergio França – Restaurante Des Cucina



### Ingredientes

- 400g de batata cortada em rodela finas.
- 400g de bacalhau dessalgado
- 150ml de leite
- 100ml de água
- 100g creme de leite
- 100g de tomate cereja
- 100g de cebola
- 200g de brócolis
- 80g de ervilha torta
- 200g de alho poró
- 50g de azeitona preta
- 60ml de azeite
- 100g de queijo parmesão
- Sal a gosto.
- Pimenta do reino a gosto.

### Modo de preparo

Numa panela colocar o leite, a água e o bacalhau, cozinhar até ferver por 5 minutos. Na mesma água da panela coloque a batata, a ervilha torta e o brócolis para cozinhar. Quando estiverem al dente retire e reserve.

Numa frigideira refogue com azeite o alho poró e a cebola. Acrescente o creme de leite, mexer fazendo um creme e depois incluir o tomate cereja, sal e pimenta do reino a gosto. Reservar.

Colocar a rodela de batata no prato, a posta de bacalhau por cima, em volta colocar o brócolis e ervilha torta, colocar o creme por cima do bacalhau e polvilhar com queijo parmesão. Leve o prato ao forno para gratinar rapidamente e sirva.

## Arancini Trufado Recheado com Queijo Branco Chef Sergio França – Restaurante Des Cucina



*Obs.: A salsa trufada e o azeite trufado são opcionais.*

### Ingredientes

- 200g arroz arbóreo canaroli
- 20ml azeite extra virgem
- 50g cebola
- 6g alho
- 50ml vinho branco
- Caldo de legumes (quanto necessário)
- 30g manteiga
- 60g parmesão
- 10g salsa trufada
- 1ml de azeite trufado
- 12 cubos pequenos cortados de queijo minas padrão
- 2 ovos batidos
- Farinha panco (quanto necessário)
- Sal e pimenta do reino a gosto
- Óleo vegetal (quanto necessário)

### Modo de preparo

Refogar a cebola e o alho no azeite. Coloque o arroz arbóreo e refogue. Entre com o vinho branco e em seguida o caldo de legumes sempre mexendo até ficar na textura al dente, em torno de 22 minutos.

Nessa textura do arroz, coloque a manteiga, o queijo parmesão, o sal e a pimenta do reino a gosto. Mexa bem até ficar cremoso. Por último coloque a salsa trufada e o azeite trufado (que também podem ser opcionais). Deixe esfriar. Coloque num recipiente e leve à geladeira para gelar.

Retire da geladeira, faça os bolinhos e recheie com os cubos de queijo Minas. Empane os bolinhos na farinha Panco, passe nos ovos e novamente na farinha Panco. Frite em óleo vegetal até ficar crocante por fora e o queijo derretido por dentro.

Quando se trata de harmonização de vinhos, uma escolha errada pode colocar tudo a perder. Por isso, a primeira recomendação é saber associar o peso da bebida com a receita escolhida.

Em outras palavras, refeições leves, como saladas e petiscos, pedem vinhos de corpo menos denso, como os espumantes. Já pratos de sabor intenso, como costela ou embutidos, pedem vinhos como o Malbec, por exemplo.

Colaborou com a matéria  
Restaurante Des Cucina:  
@descucina

Rua Desembargador do Vale, 233 – Perdizes – São Paulo – SP

Tel: (11) 3872-0050 /  
Whatsapp: 98999-9490

# SUA BEBIDA GELADA E NO GELO.

BEBER COM MODERAÇÃO

18+

PRODUTOS  
DA LINHA  
HEINEKEN



NA ECHOPE,  
VOCÊ NÃO PRECISA  
ENCOMENDAR O CHOPE.  
É SÓ PEDIR.



Entrega

GRÁTIS



Instalação



Retirada

## TUDO PARA O SEU EVENTO

BAIXE O APP



- CHOPE
- DESTILADOS
- SOUVENIRS
- GELO
- CERVEJA
- SUCO
- SNACK
- CARVÃO
- VINHO
- REFRIGERANTE
- CAIXA TÉRMICA
- JOGOS DE MESA

ECHOPE ALPHAVILLE

ALAMEDA ARAGUAIA, 60 - ALPHAVILLE INDUSTRIAL,  
BARUERI (SP) - (11) 4552-7931

 (11) 94541-3330

**e chope**<sup>®</sup>

TODOS OS DIAS DAS 9H ÀS 24H



## Elegância a Bordo - O que vestir em um cruzeiro marítimo para entrar 2025 em grande estilo!

Por: Celso Finkler  
celsofinkler@hotmail.com

O ano de 2025 está aportando e a exuberância de cores se destaca como uma das tendências mais emocionantes da temporada. Com o clima de férias e a promessa de novos começos, nada melhor do que aproveitar um cruzeiro marítimo com estilo e elegância.

Explore conosco as principais tendências para garantir uma viagem inesquecível navegando na elegância.

**Cores e estampas vibrantes.** O verão de 2025 vem com uma explosão de cores e estampas. Tons quentes como laranja, amarelo e azul-turquesa estão super em alta, refletindo as riquezas das nossas paisagens tropicais. Estampas florais e geométricas inundarão o seu guarda-roupa, trazendo alegria e vivacidade às festas de fim de ano.

**A moda sustentável é pop.** Materiais como algodão orgânico, linho e tecidos reciclados estão predominando no verão. Invista o

seu look em marcas que priorizem a sustentabilidade. Além de ser uma escolha estilosa, é pra lá de responsável, também.

**Silhuetas oversized: uma tendência cada vez maior e mais forte.** Peças como vestidos largos, blusas soltas e calças de cintura alta oferecem todo o conforto que você precisa, especialmente durante um cruzeiro, onde a mobilidade é essencial. Além disso, esses cortes favorecem diferentes tipos de corpo.

**Acessórios como protagonistas.** Colares grandes, brincos coloridos e chapéus de praia amplos são ideais para complementar o look, proporcionando um charme adicional aos visuais simples.

Mas, cuidado na hora das selfies na proa do navio: nesta hora o vento poderá levar parte do seu look para alto-mar num piscar de olhos!

**Calçados confortáveis e estilosos.** Para os passeios no navio ou durante as paradas, os calçados confortáveis como sandálias de tiras, tênis levinhos e sapatos de couro em estilo mocassim estão em alta. Eles são perfeitos para combinar praticidade e elegância. Quando estiver navegando, opte por roupas leves e arejadas durante o dia. Um vestido longo com estampa tropical ou um conjunto de top cropped e saia midi, são escolhas ideais. Use sandálias rasas ou sapatilhas confortáveis para explorar as áreas externas do navio.

Já para os eventos noturnos, a atmosfera no cruzeiro se transforma. Um vestido de festa com brilho ou uma combinação de blusa de seda e calça flare



imprimirão a sofisticação que você precisa. Os homens podem optar por uma camisa social combinada com calças de linho. Não esqueça de adicionar um par de saltos altos ou loafers elegantes.

Para os momentos de lazer à beira da piscina, um maiô estiloso ou um biquíni acompanhado de uma saída de praia são essenciais. Optar por padrões arrojados e cores vibrantes fará com que você se destaque sob o sol.

Embarcar em um cruzeiro marítimo oferece a oportunidade perfeita para expressar sua personalidade através da moda. Ao mesclar tendências contemporâneas com conforto e estilo, você estará pronta para aproveitar cada momento, celebrando a chegada de 2025 esbanjando elegância e savoir-faire! Prepare-se para brilhar não apenas nas festas, mas também nas paisagens deslumbrantes que um cruzeiro proporciona!



## Óculos solares

O PRESENTE QUE NUNCA SAI DE MODA

A SR Fábrica de Óculos é sinônimo de confiança e qualidade. Com 30 anos no mercado possuímos uma linha de produtos exclusivos além de contar com um portfólio de grandes Marcas como: Ray Ban, Prada, Dior, Carolina Herrera, Carmim

PROTEÇÃO, ESTILO E FUNCIONALIDADE





Baixio, Litoral Norte da Bahia



Retiro "O Encontro"  
no Espaço Prema,  
Monteiro Lobato

# Eu só quero PAZ

Existe algo mais valioso nesse mundo? Algo te preenche mais e te abastece mais que a paz no seu entorno e dentro do seu coração?

Pois então, se existe, eu, de verdade, não conheço. Todos nós estamos a cada dia que passa mais carentes desse sentimento tão tranquilo e iluminado, afinal de contas, vivemos num mundo onde a disputa por espaço, poder e destaque está cada vez mais acirrada.

Por isso, minha dica para esse mês tão iluminado e abençoado é que todos busquem lugares onde possam parar, refletir e conectar-se com o Divino existente dentro de nós.

Os lugares mais simples e desprovidos de luxo, na maioria das vezes, é onde conseguimos contemplar o "belo" e repensarmos sobre o "todo" que nos cerca.

Mergulhe em momentos únicos com você mesmo e com aqueles que realmente são essenciais em suas vidas. Não abra espaço ao vazio, ao desnecessário e, óbvio, à ganância/inveja que só promovem dor e medo.

Aproveite o final do ano para juntar os cacos e reconstruir o seu melhor.

Hora de reagir e reacender a luz interior através do "bem querer" a "TUDO" e a todos.

Feliz oportunidade para conectar-se com a verdade e o amor..

Paz e Bem!!!





Convento no Pequeno Cotolengo Paulista, Cotia



Capelinha de Santa Izildinha no meu sítio, Mairinque



Encontro Rio com o Mar em Pirambu, Sergipe



Mansão do Caminho, Salvador

---

## Marcelo Sampaio

@garimpendo.life

Garimpendolife.com.br

You Tube Garimpendo  
com Marcelo Sampaio

# Clássicos de Natal

*Chegou a época de juntar a família e se deliciar nos filmes que fizeram parte da nossa história*

## O GRINCH

A gente também ama o longa com Jim Carrey, mas precisamos reconhecer que a animação da Illumination é muito fofa e merece mais reconhecimento do que recebeu.

No longa, acompanhamos o Grinch (dublado por Benedict Cumberbatch no original e pelo Lázaro Ramos no Brasil) tentando colocar em prática o seu plano de arruinar o Natal com a ajuda de seu cãozinho. Amamos o mau humor charmoso do protagonista, e a versão animada é um programa para a família inteira!

## PAI EM DOSE DUPLA 2

As dinâmicas familiares caóticas no Natal foram atualizadas com a sequência de Pai em Dose Dupla! O longa traz Will Ferrell e Mark Wahlberg nos papéis de Brad e Dusty, agora trabalhando juntos na criação dos filhos, quando seus próprios pais — e John Cena — aparecem para uma viagem natalina. Muita discussão, confusão e momentos engraçados estão garantidos por aqui, além de John Lithgow e Mel Gibson como vovôs prontos para as tretas de Natal! Logo, se você quiser se distrair das discussões da sua própria família antes ou depois da ceia, rir das trapalhadas desta família é uma ótima pedida.



# Árvores de Natal e decorações que não dá pra perder

## Trenzinho no Villa

Erguida pela Coca-Cola FEMSA Brasil, a Árvore de Natal do Parque Villa Lobos tem 55 metros de altura - 3 metros mais alta do que a versão de 2023 - e é decorada com 210 mil pontos de LED, formando um visual mágico. Além disso, a árvore conta com 72 itens de adereço, como livros, corações e silhuetas, criando um ambiente ainda mais acolhedor e encantador para todos.

Completando a magia do momento, a atração conta com uma experiência imersiva, a "Fantástica Escola de Noéis", onde os visitantes poderão participar de um circuito no trenzinho e descobrir o espírito natalino.

A Árvore de Natal da Coca-Cola no Parque Villa-Lobos pode ser contemplada de forma gratuita, permitindo que as famílias aproveitem um momento sem custo adicional. O evento tem expectativa de atrair mais de 2 milhões de pessoas ao longo de suas semanas de funcionamento, impactando ainda mais de 5 milhões de pessoas indiretamente.

O circuito imersivo ocorrerá nas sextas, sábados e domingos, das 10h às 20h, e deve receber cerca de 20 mil pessoas até o início de janeiro.

**Onde: Parque Villa-Lobos  
Av. Prof. Fonseca Rodrigues, 1025,  
Pinheiros - São Paulo**

revistatuão.com.br

## Gelo no Ibira

Imagine encontrar em um dos maiores parques da cidade, um Castelo Gigante de Gelo Cristal com 8 metros de altura e 15 metros de comprimento, repleto de esculturas incríveis e escorregadores que te levam diretamente para a neve. Dentro deste castelo, projetado pelo renomado escultor de gelo Wenistus Asangae e sua equipe de sete especialistas de diferentes partes do mundo, os visitantes poderão explorar cada detalhe encantador, desde subir escadas que levam a novos andares de diversão até observar a paisagem do topo da torre.

Para garantir a qualidade e a segurança da experiência, foram produzidos 4.000 blocos de gelo cristal durante quatro meses, usados na construção do castelo que será a cereja do bolo no circuito natalino do Parque Ibirapuera.

O ingresso gratuito não inclui o empréstimo de jaqueta térmica, botas ou luvas térmicas. O evento oferece a opção de alugar casacos, botas e luvas térmicas. Os tamanhos de casacos disponíveis vão de 4 anos ao plus size e as botas do 21 ao 47. Confira os valores dos aluguel dos equipamentos:

Casaco, luvas ou botas: R\$30 cada item

Casaco + Bota: R\$50

Kit de Neve com luva, casaco e bota: R\$70

### Onde fica o Castelo de Neve e Gelo?

O Castelo de Neve e Gelo by Ártico acontece no Parque Ibirapuera, localizado na Av. Pedro Álvares Cabral, em São Paulo

### Mais infos:

[@artico.neve.gelo](https://www.instagram.com/artico.neve.gelo)



# O Papai Noel te espera no Shopping Granja

Traga a família e venha viver um Natal encantado no Shopping Granja.

**Seg a sáb: das 13h às 21h**  
(com intervalo das 18h às 19h)

**Domingos e feriados: das 14h às 20h**  
(com intervalo das 17h às 18h)

**Dia 24/12, das 13:00 às 18:00**  
(com intervalo das 15:00 às 16:00)

**O Shopping Granja Vianna  
fica na Rod. Raposo Tavares, Km 23  
@granjavianna**



O Raposo Shopping está com atrações imperdíveis: árvore de sete metros decorada com cristais cintilantes e casa de vidro já estão disponíveis para visitação!

**@rapososhopping**

Até o dia 23/12 vão rolar oficinas infantis no Shopping Iguatemi Alphaville para que as crianças possam escrever suas cartinhas ao Papai Noel.

**@iguatemialphaville**

A decoração natalina do The Square está de tirar o fôlego! Confira programação de Natal no **@openmallthesquare**

Até o dia 15 de dezembro vai acontecer a 1ª Mostra de Cerâmica da Granja Viana com ceramistas locais.

### Marque na agenda:

Galeria de Arte Solange Viana - R. São João, 246  
**Entrada Gratuita**

Serão 20 talentosos artistas em uma exposição impermanente e cheia de vida. O evento contará com música, gastronomia e celebração.

### Artistas selecionados:

alisson silva | antonio cortada | ateliê urucum |  
ateliê veiga | carolina ferreira | claudia machado  
| dan kaneko | débora marcolin | heloísa reis  
| laura martinez | luigi zucchi | mali tessler |  
manoela pundek | mariângela aragão | marília  
volpiano | oficina lica cruz | pedro machado |  
renata amaral | vila das ideias



A mostra contará com várias instalações que serão divididas de maneiras que irão representar os quatro elementos da natureza: terra, fogo, água e ar. Cada artista mostrará trabalhos tanto utilitários como artísticos. A mostra será impermanente, mudando a cada hora, a cada saída de peça vendida, portanto será uma exposição completamente diferente do que o público está acostumado. (Foto da artista Semdy Chantal, do Ateliê Urucum).

A large advertisement for Terraiz Supermarket. The main image shows a well-lit grocery store with a prominent sign that reads "FRUTAS NOBRES" in large, white, illuminated letters. Below the sign, there are displays of fresh fruits and vegetables. Two circular inset images show close-ups of produce: one with bread and another with various fruits. At the bottom left, there is a dark banner with the text "ESTACIONAMENTO GRATUITO!". In the bottom right corner, there is a dark box containing the text "cliente TERRAÍZ", "CONHEÇA NOSSO CLUBE DE VANTAGENS! BAIXE O APP E CADASTRE-SE!", and a QR code.

SEU **SACOLÃO**  
**FAVORITO**  
DENTRO DO  
MERCADO  
MUNICIPAL  
DE COTIA!



@TERRAIZSACOLAO



## ASSOCIAÇÃO ACORDE

*Pratique esperança! Colabore com uma ONG que impulsiona crianças, adolescentes e jovens para um futuro de oportunidades*

A Acorde completou 23 anos neste ano e, por meio de uma educação gratuita de qualidade, promove o desenvolvimento humano e o protagonismo em crianças, adolescentes e jovens de 07 a 17 anos moradoras das periferias de Embu das Artes e Cotia. Confira alguns dos diversos projetos da organização!

### **Bazar Natal, Presente!**

Dia 21 de dezembro vai rolar o maior bazar do ano na Acorde, que já virou tradição. O bazar: Natal, Presente! Uma oportunidade para você renovar o armário com roupas novas e seminovas, calçados, eletrodomésticos, acessórios e brinquedos a preços baixos e variados. Muitas opções para você aproveitar e presentear quem você ama. Todo o recurso arrecadado será utilizado para potencializar os programas de educação da organização. Caso tenha interesse, você pode contribuir doando o que você e sua família não usam mais. Mas, lembre-se, não é descarte, é doação!

### **Culinária**

São muitos os projetos desenvolvidos hoje pela Acorde! Em outubro, por exemplo, a Acorde realizou o evento Cozinheiros em Ação, no qual adolescentes entre 13 e 17 anos que participam das oficinas de culinária prepararam um almoço especial para suas famílias, equipe e parceiros da organização, com pratos inspirados na culinária brasileira. Eles foram responsáveis por todos os processos que envolvem um almoço coletivo como definição do cardápio, compras, convites, preparo, recepção e encerramento.

## Acorde para o Esporte

Oferece acesso ao esporte educacional por meio de oficinas, tendo como foco o desenvolvimento humano e a inclusão social. O projeto oferece oficinas de Taekwondo, Jogos Cooperativos, Jogos Africanos e também a Capoeira, que visa a valorização da cultura afro-brasileira, como forma de expressão e conexão ancestral.

## Acorde para as Artes

Através de oficinas de artes plásticas, música e teatro, com o propósito de estimular a criatividade, aprimorar a coordenação motora e fortalecer a autoestima, promovendo, assim, habilidades sociais, emocionais, físicas e psicológicas de maneira lúdica. Com esse intuito, a Acorde levou no início de novembro, 120 crianças, adolescente e jovens para assistirem ao espetáculo Ledazeda, no CEU Barro Branco – Cidade Tiradentes (SP), que propõe reflexões sobre convivência e alteridade com graça, humor e poesia.

## Doe e faça parte da rede de cidadania!

Existem várias formas de você contribuir com a continuidade do trabalho da Acorde. Doando produtos, serviços, conhecimento e financeiramente.

Um dos formatos de doação mais simples e com potencial enorme, é a nota fiscal paulista. Você costuma pedir CPF na Nota? Se a sua resposta foi “não”, doe suas notas de forma automática

para Acorde! Os créditos rendem muito mais. Basta cadastrar seu CPF no app ou site da Nota Fiscal Paulista e favoritar a Acorde como beneficiada através do

CNPJ 04.684.567/0001-85. Pronto, agora é só pedir CPF na Nota que a sua doação vai direto para a Acorde continuando oferecendo os programas de educação.



Caso queira entender melhor sobre o trabalho da Acorde e os formatos de doação, chama a gente através dos contatos abaixo :)

**Saiba mais:** [www.acorde.org.br](http://www.acorde.org.br) | Instagram: @associacaoacorde  
WhatsApp: (11) 993960-5564 | E-mail: [contato@acorde.org.br](mailto:contato@acorde.org.br)





# Lilia Cabral

## Uma mente brilhante

Lilia Cabral é aquela atriz que sabe exatamente como se conectar com o público.

Estreou no teatro em 1978 e, apesar da sua longa carreira (esteve presente em algumas das novelas mais marcantes da história da TV Globo, como Anjo Mau, Tieta e Vale Tudo), sua primeira protagonista veio somente aos 50 anos, com a inesquecível personagem Griselda, ou Pereirão, da novela Fina Estampa.

Nascida no coração de São Paulo, paulistana do bairro da Lapa, Lilia cresceu em uma família de imigrantes de classe média, com um pai italiano bastante rigoroso, o Sr Gino; ela fez faculdade de artes cênicas enquanto o pai achava que estava no curso de jornalismo, afinal, na época ela não poderia nem cogitar a ideia de ser atriz diante de uma educação tão severa, porém, já tão apaixonada pelos palcos. Então, o teatro a encorajou e Lilia foi para o Rio viver o encanto da cidade maravilhosa com todas as suas possibilidades.

Casada com Iwan Figueiredo, é mãe da filha única Giulia e tem duas enteadas. Hoje, aos 67 anos está brilhando como a vilã Maristela na trama global Garota do Momento.

**Entrevista Por Ester Jacopetti**  
**Introdução: Mariana Marçal**  
**Imagens Globo/Manoella Mello**

**Embora Marta, de “Páginas da Vida”, seja lembrada por muitos como uma vilã, você não a enxerga dessa forma. Em relação à Maristela, em “Garota do Momento”, como você a classificaria, e quais aspectos de sua personalidade acredita que mais chamarão a atenção do público?**

A Marta não era exatamente uma vilã. Ela era uma personagem extremamente amargurada, sofrida e cheia de inveja. Esse era o grande problema dela: vivia focada no que os outros tinham, em vez de olhar para o que podia fazer por si mesma.

Além disso, tinha um marido que ela chamava de “banana”, um verdadeiro encosto que não fazia nada para melhorar sua vida. Essa combinação de insatisfação e negatividade parecia atrair ainda mais problemas, como se fosse um ciclo interminável. Chega um momento em que a vida parece dizer: “Não tem mais saída, é loucura ou solidão.” E foi exatamente isso que aconteceu com ela. Agora, no caso da Maristela, é diferente. Aqui, eu olho para a personagem e penso: “Sou vilã.” Sem medo de errar, pelo menos no sentido literal da palavra, eu posso dizer: sou vilã.

**“Quanto maior o meu desconforto, maior é a minha vontade de acertar”**

**Como tem sido interpretar uma vilã em um contexto de época tão distinto, e como você percebe as mudanças no comportamento social retratadas na novela?**

É uma vilã deliciosa, principalmente porque está inserida em um contexto que eu nunca vivi. Já participei de novelas de época antes, mas a experiência foi completamente diferente daquela que estou vivenciando agora. Essa personagem cria desafios para todos nós, atores, especialmente pelo contraste entre como nos comportávamos nos anos de 1958 e como vivemos em 2024. O interessante é que, mesmo se passando tanto tempo, ainda temos a oportunidade de dizer coisas que já foram ditas no passado e que, infelizmente, continuam sendo relevantes hoje. A novela mostra que, em muitos aspectos, pouca coisa mudou. O que mudou foi a forma de expor certos comportamentos. Antigamente, tudo era mais comedido, implícito. A agressividade estava nas palavras, nas atitudes, nos gestos, mas era algo que ficava no subtexto.



Hoje, tudo é mais direto, escancarado, e muitas vezes de maneira agressiva.

**Como você enxerga o papel das palavras e do arquétipo da matriarca em sua personagem, e de que forma a novela envolve o público em torno dessas dinâmicas?**

Hoje, parece que demonstrar sentimentos se tornou algo muito fácil e, ao mesmo tempo, muito necessário. No caso desse arquétipo de matriarca que cuida de uma família poderosa, com muito dinheiro e influência, a trama explora profundamente quais sentimentos realmente importam e quais não valem a pena. Minha personagem está ali justamente para administrar essas emoções e, ao mesmo tempo, ajudar o público a refletir sobre o que mudou e o que permanece igual. Embora muitos digam “é só mais uma vilã”, essa personagem não é apenas isso. Eu gosto de brincar com as palavras porque, em uma novela, elas não estão ali apenas para serem ditas, mas para realizar um pensamento, provocar o público a se perguntar: “O que será que ela vai fazer? O que será que vai dizer? O que vai acontecer no próximo capítulo?” Essa mistura de vilania, leveza, cenas emocionantes e momentos impactantes é o que prende o público e dá sentido à novela. A Alessandra conseguiu, com maestria, criar um melodrama clássico, uma grande história que nos envolve completamente, tanto como atores quanto como personagens. Tudo está nas palavras, e é isso que torna a experiência tão rica e envolvente.



**“Hoje, parece que demonstrar sentimentos se tornou algo muito fácil e, ao mesmo tempo, muito necessário”**

**Como é para você vivenciar o processo de produção de uma novela, desde o cuidado da equipe até o envolvimento emocional com a história e os personagens?**

Quando você lê a história, sabe exatamente quem é quem. Não há dúvidas, tudo está muito bem definido. E eu estou lá, sim, me divertindo e me emocionando, porque amo fazer novela. Esse desejo de “fazer algo sério” já passou pela minha cabeça muitas vezes, mas quando estou no set, vendo aquelas araras de figurino passando, as caixas com sapatos e acessórios, percebo que esse é o meu lugar. A televisão é isso: magia, detalhes e histórias que encantam. Quando você trabalha com diretores como Natália e Gerson, além de uma equipe tão empenhada e cuidadosa, percebe que não é só sobre o valor financeiro ou os grandes recursos. É sobre o olhar atento, a compreensão e os pequenos cuidados que fazem toda a diferença. Não sabemos



se a novela será um grande sucesso, mas nos dedicamos completamente para que seja. Esse empenho se reflete no compromisso que assumimos de levar a história até o fim com o mesmo cuidado e dedicação. É por isso que sou grata e emocionada por fazer parte desse processo. Muito obrigada!

**Como tem sido para você interpretar esse personagem, e de que forma ele contribui para sua evolução como atriz e para a percepção do público sobre o seu trabalho?**

Eu adorei esse personagem, foi uma surpresa incrível. Não esperava mesmo, e sou muito grata por essa oportunidade. Acho que cada novo personagem nos ensina algo.

Eu nunca chego em uma cena pensando: “É assim e pronto.” Pelo contrário, quanto maior o meu desconforto, maior é a

minha vontade de acertar, e isso reflete no trabalho de todo o elenco. No núcleo em que estou, percebo o quanto todos estão comprometidos. Quando recebemos visitas no set, sentimos que há uma energia boa, um ambiente acolhedor. Essa troca é sempre muito bem-vinda. Desde “Páginas da Vida”, aprendi a importância de mostrar diferentes facetas do meu trabalho. Por muito tempo, fui vista apenas como uma atriz de papéis divertidos, mas venho provando que posso ser muito mais: posso ser amada, odiada, ou até mesmo algo no meio-termo. Com essa novela, acredito que estamos perpetuando a importância da dramaturgia como parte da nossa cultura. A história é bonita demais e merece ser vista, e esse é o nosso grande desafio: fazer com que o público sinta isso também. Agradeço a todos da equipe por essa experiência tão rica.

# DOG'S DAY

A LOJA DO SEU ANIMAL



PremierR

Clube de  
NATURAL

ROYAL CANIN

PURINA  
PRO PLAN

N&D  
PRIME

**Tel.: 2690-3531**

**Estr. Velha de Cotia, 740**

(ao lado do mercado Assaí)



Vista do quarto no Grand Hotel



Posando para um artista na rua



Basílica San Marino

## San Marino o que você precisa saber

Por **Lorien Saviano**  
[loriensaviano@gmail.com](mailto:loriensaviano@gmail.com)

San Marino é uma república independente; fica na Emilia Romagna, a 10 km em linha reta do mar Adriático. A cidade italiana mais próxima é Rimini, a 24 km. Do Brasil, não há voos diretos, mas você pode voar até uma cidade europeia e dali chegar até Bolonha, a 130 km, ou até Rimini. Há um shuttle do aeroporto de Bolonha até San Marino e ônibus em vários horários a partir de Rimini.

San Marino é considerada a república mais antiga do mundo,

datada de 301. Não pertence à Itália porque o país só foi unificado no século 19 e San Marino segue protocolos próprios desde 1600.

Embora pequeno, San Marino tem, além da capital de mesmo nome, mais oito municípios: Borgo Maggiore, Serravalle, Faetano, Acquaviva, Domagnano, Chiesanuova, Fiorentino e Montegiardino.

Se sua ideia é “voar” entre as montanhas, embarque num passeio no teleférico que sai do centro histórico até Borgo Maggiore. O bilhete custa 4,5 euros.

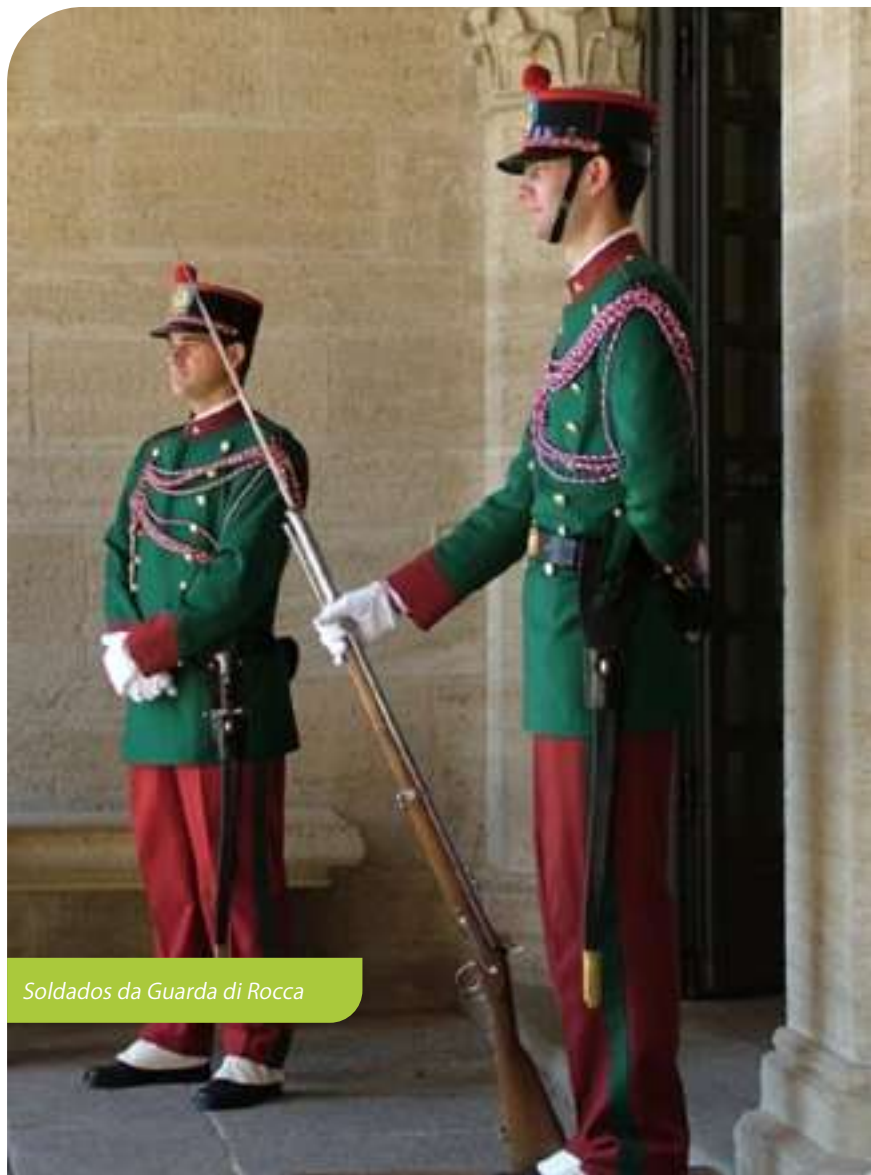


Há muitos hotéis na cidade, de todas as estrelas, O **Grand Hotel** (Viale Onofre, 31) tem 4 estrelas e quartos com café a partir de 120 euros o casal. No **Hotel Titano**, (Contrada del Collegio, 31), de mais de 100 anos e também de 4 estrelas, o quarto mais econômico custa 99 euros para o casal com café da manhã.

No Hotel Titano fica um dos mais concorridos restaurantes de San Marino - **La Terrazza**. A comida é boa, mas o que vale mesmo é a vista. Reserve uma mesa na varanda. e saboreie um belo prato de strozzapretti (massa típica) enquanto aprecia as colinas, os vales e até o Adriático ao longe.

Um jantar sai a partir de 25 euros por pessoa, sem bebida, café e gorjeta. Outra opção é o **Nido del Falco** (Ninho do Falcão), como o nome sugere, encarapitado no alto da montanha. Os preços se equivalem aos do La Terrazza, mas eles servem pizzas que custam de 3,5 a 7 euros. (O endereço é Contrada Fossi, 7).

**O Museo della Tortura** (Contrada San Francesco, 2) funciona todos os dias, das 10h às 19h. Na mesma rota macabra inclui-se o **Museo delle Creature della Notte**, bem próximo, na Contrada del Collegio, 22. Funciona também todos os dias, das 10h às 19h. Cada um cobra 8 euros pela entrada.



Soldados da Guardia di Rocca

# O MARKETING DIGITAL DE VERDADE CHEGOU COM TUDO NA GRANJA VIANA

**TUDOON**  
— MARKETING DIGITAL —

Agência de Marketing digital  
**TUDOON 11 94038-4545**  
**agenciatudoon.com.br**





Pra quem quer  
as melhores  
férias.



Para cada  
viagem,  
uma CVC



Pensou Viagem  
vai de CVC

Com a CVC, você transforma o seu sonho de viagem em realidade

## Gramado

5 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **166**  
ou à vista R\$ 1.660

Saída de São Paulo em 06/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Hotel Colina São Francisco Hotel.

## Salvador

6 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **190**  
ou à vista R\$ 1.900

Saída de São Paulo em 09/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Hotel Salvador Mar Hotel.

## Fortaleza

6 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **230**  
ou à vista R\$ 2.300

Saída de São Paulo em 12/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Hotel Iracema Travel.

## Buenos Aires

5 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **333**  
ou à vista R\$ 3.330

Saída de São Paulo em 06/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Embaixador Hotel Bj 525.

## Santiago

4 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **336**  
ou à vista R\$ 3.360

Saída de São Paulo em 20/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Hotel Santa Lucia.

## Orlando

10 dias



A partir de  
**10x** de R\$ **857**  
ou à vista R\$ 8.570

Saída de São Paulo em 15/03/2025.  
Preço por pessoa, com base em acomodação dupla  
no Hotel Rosen Inn At Pointe Orlando.

Prezado cliente: Preço por pessoa, em apartamento duplo, saindo de São Paulo. Preços, datas de saída e condições de pagamento sujeitos a reajuste e alteração sem prévio aviso, devido ao fechamento publicitário em 03/12/2024. Consulte condições de pagamento e demais informações com os nossos vendedores. Fotos ilustrativas.

# CVC SHOPPING GRANJA VIANNA

 11 94006-9868

Venha nos visitar no  
**Piso L2**



### Obra pela mobilidade

O Governo de SP apresentou o valor que será destinado para a obra do Corredor que ligará Itapevi, Cotia e Embu das Artes como forma de aliviar o trânsito, também, do Rodoanel Oeste, o trecho de maior movimento do Rodoanel.

Para tentar melhorar o fluxo nesta parte importante da rodovia, o Lote Nova Raposo prevê a

criação desta rota paralela. Os investimentos para duplicação e melhorias neste trecho somam R\$ 730 milhões.

A intervenção, segundo o governo, promete melhorar o fluxo de veículos e reduzir a pressão sobre o Rodoanel Oeste, otimizando o escoamento do tráfego de veículos leves e pesados entre as diversas regiões metropolitanas.

### Os Caminhos de Cotia

Aconteceu no Teatro Assa, na Granja Viana, o evento "Os Caminhos de Cotia" - 1º Fórum de Debates sobre a Cidade de Cotia promovido pelo vereador eleito Alexandre Frota. O objetivo foi discutir temas como segurança, organização da cidade, saúde, educação e meio ambiente e contou com a presença de representantes de condomínios e associações, empresários, moradores da região e imprensa.

Os encontros serão mensais, esta é uma iniciativa para que a comunidade participe efetivamente das discussões e rumos do nosso município.



### Atenção! Estoques de sangue estão em nível crítico na Grande S.Paulo

A Fundação Pró-Sangue, responsável por manter os bancos de coleta e os estoques em

hospitais de toda a Grande São Paulo, está precisando de doadores.

Segundo a entidade, os estoques de sangue dos tipos O+, O- e B- estão em estado crítico; já o tipo A- está em alerta. Seja um doador!





## Proteção Ambiental

Cotia, Arujá, Biritiba-Mirim, Caieiras, Diadema, Embu-Guaçu, Ferraz de Vasconcelos, Franco da Rocha, e outras 16 cidades foram beneficiadas com 32 veículos para reforçar a proteção aos mananciais.

O investimento - de R\$ 3,2 milhões - busca, segundo a Secretaria de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística do Estado de São Paulo (Semil), reforçar o monitoramento de áreas protegidas na Região Metropolitana de São Paulo, **“além de ajudar no diagnóstico e aperfeiçoamento de ações conjuntas entre órgãos para impedir invasões irregulares em áreas importantes para a produção de água”**.

A Anvisa aprovou, nesta sexta-feira (22), a atualização da composição das vacinas Spikevax, da empresa Adium S.A., e Comirnaty, da empresa Pfizer do Brasil Ltda., destinadas à prevenção da covid-19.

A atualização consiste na alteração da cepa usada como fonte para a produção do antígeno da proteína S (spike) do vírus Sars-CoV-2, causador da doença, e atende a normas recém-publicadas, que tratam da atualização da composição das vacinas covid-19 a serem utilizadas no Brasil.

## Praias impróprias

É quando são identificadas mais de 100 colônias de bactérias, a cada 100 milímetros de água, a praia é considerada imprópria para banho. Após essa análise, os locais não recomendados para banho são sinalizados com a bandeira vermelha. Confira a lista de praias impróprias!

### Caraguatatuba:

- Indaiá
- Pan Brasil
- Tabatinga - Rio Tabatinga
- Tagatinga - Condomínio Gaivotas

### Guarujá:

- Enseada – Rua Chile
- Perequê

### Ilhabela:

- Perequê
- Portinho
- Veloso

### Itanhaém:

- Praia Centro

### Mongaguá:

- Praia Central
- Santa Eugênia um
- Flórida Mirim

### Peruíbe:

- Peruíbe – Icaraíba

### São Sebastião:

- Deserta
- Pontal da Cruz
- Praia Grande
- Preta do Norte
- São Francisco

### São Vicente:

- Milionários
- Gonzaguinha
- Praia da Ilha Porchat
- Prainha

### Ubatuba:

- Enseada
- Itaguá
- Perequê-Mirim
- Rio Itamambuca
- Santa Rita

### Praia Grande:

- Balneário Flórida
- Canto do Forte
- Guilhermina
- Vila Tupi
- Real



Networking, parcerias e insights de uma das maiores referências em vendas do Brasil marcaram a 7ª edição do GV Business. Estamos prontos para construir ainda mais conexões e oportunidades juntos!



### Organizadoras

**Revista Tudo:** Referência de comunicação na região da Granja Viana, a Revista Tudo conecta os leitores com conteúdo de qualidade, tendências, notícias e muita informação. Parceira essencial para fomentar a visibilidade e relevância dos negócios locais.

**Casa Noble:** Especializada em imóveis de médio e alto padrão, a Casa Noble é referência em ética, transparência e atendimento personalizado. Além de facilitar transações imobiliárias, a Casa Noble acredita no fortalecimento da comunidade e promove conexões que vão além dos negócios.

@tudoemrevista

@casanobleimoveis



## Patrocinadores



**Turquesa Beleza & Bem-Estar Granja Viana**, a maior franquia de beleza da América Latina trouxe ao GV Business a oportunidade de criar esmaltes personalizados, proporcionando uma experiência única e inesquecível.

@turquesagranjaviana



**Athenas Tintas**, referência no mercado de tintas, oferece soluções completas para os segmentos imobiliário, automotivo e de arte urbana. Destaque pela parceria com as principais marcas do setor.



@athenastintas



**AlvoCom** conta com mais de 70 telas digitais em Cotia e Vargem Grande Paulista, conectando marcas e públicos por meio de uma mídia moderna e sustentável, garantindo visibilidade regional.

@alvocom



**Discovel**, concessionária Volkswagen que se destaca pela inovação e confiança. No GV Business, apresentou o novo T-CROSS, reafirmando seu compromisso com excelência e tecnologia.

**Discovel** @discovelvw



**Hera Estética Avançada** oferece tratamentos personalizados para beleza e bem-estar, como harmonização facial e terapia capilar, ajudando clientes a realçarem o melhor de si.

@hera\_esteticaaa



**Transduson** é um centro de diagnósticos com tecnologia avançada e certificações renomadas, oferecendo exames laboratoriais e de imagem com confiabilidade e acessibilidade.

**TRANSDUSON**

@transduson



**Éden Capital** é especialista em assessoria de investimentos, promovendo mudanças positivas na gestão de capital com atendimento personalizado e estratégias seguras.

@edencapitaloficial



## Decoração

O Vila Pau Brasil foi novamente palco do evento, desta vez na área externa, mostrando sua versatilidade. A Cibeles Amorim Locações garantiu itens essenciais, enquanto as decoradoras Rubia Baldissera Decor e Tata Decor deram um show de criatividade, incluindo o espaço instagramável oficial. A Amoras Balões complementou a decoração com seus balões únicos, e a Blessed trouxe um espaço instagramável personalizado, encantando todos os participantes.

#villapaubrasil | @cibelesamorimlocoes | @rubiaaldisseradecor | @tatadecor | @amorasbaloes | @blessedbrasil



## Gastronomia

Child Eventos surpreendeu com um brunch e almoço saborosos. Trilha do Pão e Terraiz Sacolão colaboraram com itens essenciais e deliciosos. Cia Blend Coffee encantou novamente com seus cafês especiais. Açai House trouxe o melhor açaí e gelatos de Cotia, e a Senhorita Chopp marcou presença com seu chopp premiado, elevando a experiência gastronômica do evento.

#child\_eventos | @trilhadopao | @terraizsacolon | @ciablendcoffee | @acaihouse | @senhoritachopp



## Comunicação e Som

Davino Outdoor e Lótus Comunicação Visual foram responsáveis por toda a comunicação visual e materiais gráficos. A Agência Tudo On capturou o evento ao vivo e produziu conteúdos oficiais. Já a Aerial Audiovisual garantiu excelência no som e vídeo, proporcionando uma experiência impecável para os participantes.

#davinooutdoor | #lotuscomunicacao | @aerialaudiovisual | @agencia.tudoon.br



Agradecemos a todos os patrocinadores, apoiadores e participantes que tornaram essa edição do GV Business um sucesso absoluto!

Não deixe de acompanhar nossa Instagram @gvbusiness\_networking para conferir os melhores momentos e ficar por dentro das novidades da próxima edição. Nos vemos em breve!

# A revista Tudo traz os últimos acontecimentos com os eventos que marcaram o mês

## 7º GV Business

Alguns momentos do 7º GV Business, o maior encontro de empresários da Granja Viana. Uma realização da Revista Tudo em parceria com a Casa Noble Negócios Imobiliários

@gvbusiness\_networking





### Degustação da Ceia de Natal na Trilha do Pão

A Trilha do Pão abriu a temporada mais aguardada do ano: as festas de fim de ano! A padaria que já é referência no setor, foi palco de um encontro especial onde os convidados puderam degustar do cardápio muito especial com opções de pratos para a Ceia de Natal e harmonização de vinhos.

@trilhadopaooficial



### Palestra sobre o Cenário Econômico

A Eden Capital, agência da XP Investimentos reuniu um seleto grupo de empresários e investidores, dentre eles, alguns da Granja Viana em um delicioso jantar com palestra esclarecedora sobre o cenário atual econômico, no lindíssimo restaurante Pobre Juan, no Shopping Iguatemi em Alphaville.

@edencapitaloficial

### Supera Granja Viana

Tem novidade por aqui! Acaba de chegar na nossa região o Supera Granja Viana. A revista Tudo esteve lá e conheceu de perto esta escola que trabalha ginástica para o cérebro. Foi uma delícia de visita!

@superagranjaviana





Selecite pelo whatsapp ou telefone e receba no conforto do seu casa!

WhatsApp: 9 9824-1349  
Telefone: 4616-1613

## Farmácias

**FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA**



**DERMOVIRA FORMULAS**

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

anuncie  
que é  
sucesso



## Odontologia / Ortodontia

www.sorrisodagrانيا.com.br



**Sorriso Da Granja**

Atendimentos pelo **Prof. Dr. Ricardo Raiz** (CROSP 58714), cirurgião dentista formado pela USP, onde também fez seu mestrado e doutorado, auxiliado por outros 6 especialistas.

**Odontologia de Excelência:**  
lentes de porcelana, restaurações estéticas, implante, ortodontia, endodontia, cirurgia, periodontia, odontopediatria, botox/preenchimento ou clinica geral.  
CROCL 15046

Rod. Raposo Tavares, km22, bloco A, sala 318 - The Square Open Mall  
4612-1721 | 93800-8655

em revista **TUdo**  
**ANUNCIE**



## Biomedicina Integrativa

**Dra. Valéscia C. F. Barbio**  
Biomedicina Integrativa  
CRM 22.022 - SP

Metodo Kovacsik  
Cromoterapia  
Terapia Floral  
Acupuntura  
REIKI  
Homeopatia  
Aromaterapia  
Fototerapia  
Fisioterapia, Dietética e

(11) 90039-8252  
whatsapp: 99972-9795  
www.biomedicinaintegrativa.com.br

SHOPPING OPEN WALL THE SQUARE  
Rod. Raposo Tavares, km 22,14  
Bloco A - Sala 320 - Caporinópolis - Cotia - SP  
Atendimento presencial e on line!

em revista **TUdo**

99972-9795



Anuncie aqui:

99972-9795

## Medicina Oriental e Quiropraxia



**J. MELO**

Medicina Oriental e Quiropraxia

EXPERIÊNCIA COM OMM  
E MEDITAÇÃO COM  
MÉTODOS DE TERAPIA INTEGRATIVA

(11) 97217-8181

Rua José Félix de Oliveira, 2060 | Granja Viana - Cotia/SP

## Cirurgia Plástica



**Dr. Mauro Henrique de Sá Adams Milwan**  
Cirurgia Plástica Estética e Reparadora  
CRM 101.917

Cirurgia Estética  
Cirurgia Reparadora  
Cosmeceútica

**The Square Open Mall**  
Bloco F - Conjunto 111 - Rod. Raposo Tavares,  
Km 22, sentido Interlagos - Granja Viana - SP  
Tel: (11) 2898-9823 | (11) 96638-8654  
www.drmmaurohenrique.com.br

Siga-nos nas redes

@tudoemrevista

@revistatudo2021

www.revistatudo.com.br



revistatudo.com.br





Somos uma confeitaria **delivery** de **bolos e sobremesas** a pronta entrega.

- Bolos da vovó (bolos caseiros)
- Bolos com Cobertura e Recheados
- Copo da Felicidade
- Pudim
- Kit Coffee Break
- Kits pra Eventos Empresariais



*Faça seu Pedido!*

 (11)91083-1339



Acesse aqui o nosso **cardápio online**



**Jetta**  
Offices



## JETTA OFFICES

A Jetta Offices oferece uma infraestrutura completa para você e seu negócio.

Agende sua visita e descubra o espaço que vai transformar sua rotina de trabalho!

### NOSSOS DIFERENCIAIS

- ✓ Salas privadas
- ✓ Sala de reunião completa
- ✓ Segurança com portaria via iToken
- ✓ Estacionamento integrado
- ✓ E mais!

 **11 98940-4723**

 Rua dos Manacás, 276, 1º andar  
Jardim da Glória - Cotia

**JUNIOR EXPRESS**  
MOTOBOY



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

*Agora também com furgão entrega ou retirada com preço justo!*

**4612-8980 / 9 8320-0612** 

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

[juniorexpress.24hs@hotmail.com](mailto:juniorexpress.24hs@hotmail.com)

Confirme as condições por telefone

 **PREÇO ESPECIAL!**

**AULAS DE ESPANHOL**

- ✓ Professor Nativo
- ✓ Aulas online - Google Meet
- ✓ Nível Básico
- ✓ Turmas nas terças e quintas
- ✓ Das 18h30 às 20h00
- ✓ Máx. 5 alunos

**INÍCIO 10 DE MARÇO** PROFESSOR VÍCTOR  
**11 99572-3368**



em revista **TUdo**

 **99972-9795**

## Tudo conectado

Quem está acompanhando a nossa rede social? Nossa página do Instagram está incrível e chegamos nos 14 mil seguidores! A página @tudoemrevista está repleta de novidades e dicas da região. Siga já!!

Agora se você precisa dar um up nas suas redes sociais, com uma equipe especializada, a Tudo ON chegou para te ajudar nesse processo. Demais, né?

**Veja agora os posts que se destacaram no Instagram @tudoemrevista:**



O post sobre a edição nova com o Caio Carneiro foi o de maior alcance. Quase 40 mil contas alcançadas. Foi TUDO!!!



A invasão violenta em um condomínio na região infelizmente foi um dos mais visualizados na rede.



Nossos seguidores adoraram a novidade da chegada do Madero por aqui. Se perdeu, veja agora!



O site da Revista TUDO está todo repaginado e cheio de conteúdo exclusivo! Além das notícias da região que atualizamos diariamente, nossos leitores poderão acompanhar entrevistas exclusivas e uma agenda completa de tudo o que acontece por aqui e em Sampa!

**Acesse já e fique por dentro de Tudo:**  
[www.revistatudo.com.br](http://www.revistatudo.com.br)



# Clínica Veterinária - Cirurgia - Laboratório Estética Animal



## Não conhece a Família Pet?

A Família Pet é fruto de muito amor e dedicação da Dra. Fabiana Sartori crmv 17.506, há 20 anos veterinária especialista em clínica e cirurgia geral com anestesia inalatória, e vem cada dia mais se tornando referência na região da Granja Viana.

Nossa Clínica além de ter as melhores veterinárias, temos:

## Consultas com especialistas:

Nossos consultórios estão mais equipados do que nunca pra as consultas

## Exames:

Possuímos laboratório próprio da Idexx, onde os exames são coletados na hora e o resultado sai em menos de 5 min, o que na maioria dos casos pode salvar muitas vidas pela agilidade do diagnóstico.

Os exames que não são realizados na hora possuímos parceria com laboratórios de referência.

## Possuímos também:

RX, Ultrassonografia, Eletrocardiograma, Ecocardiograma

**Centro Cirúrgico:** O Centro Cirúrgico tem os melhores equipamentos para que seu Pet tenha toda a assistência necessária com monitoração cardíaca.

**Vacinação:** A Vacinação em dia é muito importante, por isso que na Família Pet encontra se todos os tipos de vacinas

*Amamos o que fazemos e já amamos o seu Pet, mesmo sem conhecê-lo.*

## Além de muito amor, temos:

O Banho & Tosa na Família Pet é com muito cuidado e carinho pensando exclusivamente em seu bichinho. Produtos de alta qualidade para que seu pet saia mais limpinho ou branquinho do que entrou.

Possuímos parceria com a Docg, produtos hipoalergênicos e cheirosos e banheiras vitorianas, que são aconchegantes e charmosas.

O Banho & Tosa é muito importante para a saúde dos pelos, então nos preocupamos muito com isso. Nossa preocupação vai além do Banho. Ao passarmos as mãos no bichinho podemos encontrar algo de anormal e imediatamente informamos a nossa veterinária para avaliar e avisar ao tutor do pet sobre o caso.

Também possuímos um pequeno Hotel para os pets que já conhecem a casa e se sentem nela quando se hospedam. Afinal somos uma família!!



CRMV 17.506



## Venha conhecer a Família Pet

Dra. Fabiana Sartori Fávoro  
Estamos localizado na Estrada do Capuava, 4550 - Cotia  
Centro Comercial Vintage ( ao lado do Condomínio Vintage)

## Agende nossos serviços

Tel.: 11 98908-0023

Instagram: @familiapet.granjaviana

Prepare sua casa para as festas de fim de ano!  
Com a **Mix Conceito**, seu lar fica ainda mais especial.



**mixconceito**

Rodovia Raposo Tavares, km 27,5 - Granja Viana  
Telefone da loja: (11) 4380-1892  
Instagram: @mixconceitooficial

