

Tudo

em revista

170

São 14 anos
de Revista
Tudo! Bora
comemorar!

Segurança
na Granja
Será que
agora vai?

Camila Pitanga

Pitangue-se!

ANO 14 | 170 • FEVEREIRO/25 • DISTRIBUIÇÃO: GRANJA VIANA • ALPHAVILLE • CONTIA • CARAPICUBA • CAUCÁIA • VARGEM GRANDE • RAPOSO TAVARES • SÃO ROQUE • EMBU DAS ARTES | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ACESSE JÁ WWW.REVISTATUDO.COM.BR
FIQUE POR DENTRO DE TUDO!



SIGA NOSSAS
REDES SOCIAIS



@TUDOEMREVISTA



@REVISTATUDO2021



Saiba tudo o que acontece na região e no mundo.

Prêmio Polo Destaque

8ª Edição 2024

Profissionais e Projetos que Foram Destaque em 2024

Descrição do Projeto

O projeto da residência de 961,73 m², inserido em um terreno de 2.230,20m², busca integrar funcionalidade e sofisticação, aproveitando a paisagem ao redor para criar um ambiente harmonioso e conectado à natureza.

A implantação foi cuidadosamente planejada, considerando a orientação solar, ventilação cruzada e a conexão fluida entre os ambientes internos e externos, proporcionando iluminação natural e conforto térmico. Com uma estética contemporânea, o design se destaca pelo uso de grandes vãos envidraçados e materiais naturais, como a madeira Cumaru e a pedra natural, promovendo a integração dos espaços internos com o exterior.



➤ Projeto de Interiores
CASA 3K3

➤ Premiado:
Marcos Luiz

✉ @marcosluiz.arquiteto



📞 (11) 91192-6275
🌐 pologranjaviana.com.br
✉ @pologranjaviana



POLO
Granja Viana
ARQUITETURA E DECORAÇÃO

➤ Projeto Arquitetônico: Área de Lazer

➤ Premiados:
Alvo Arquitetura
(Mara Nogueira e
Ronaldo Baena)
✉ @arquiteta_mara_nogueira



Descrição do Projeto

A área de lazer de 110 m² foi projetada com sofisticação, contando com uma completa área gourmet, spa com deck de madeira cumaru, ducha e fogo de chão.

A área gourmet inclui forno de pizza, churrasqueira, fogão à lenha, geladeira e mesa de jogos, além de banheiros e espaços confortáveis com sofás e mesas. O ambiente é coberto com telhas shingle e estrutura metálica, permitindo maior amplitude sem pilares. O spa é aquecido a gás, ideal para todas as estações. O fogo de chão, embutido no solo, oferece um espaço livre e integrado. O projeto preservou os jardins e utilizou pisos drenantes em duas tonalidades.

EMPRESAS ASSOCIADAS:



Depois dos 127 dias de janeiro (brincadeiras à parte) chegamos em fevereiro, esse mês curtinho, mas que nos acalenta com um grande abraço.

É mês de calor, muita chuva e do aniversário da Revista Tudo! São 14 anos que a gente entra em suas casas para falar dos mais diversos assuntos, levando até você notícias e entretenimento.

Por isso, a palavra que mais define esse momento é Gratidão! Obrigada por cada comentário, crítica, cada elogio! A Revista só está aqui, existindo e resistindo, graças a vocês, nosso público fiel, que começou pequeno mas que se tornou uma multidão.

Atualmente, somos referência no mundo digital e ampliamos nossa atuação com a criação da Tudo On, agência de marketing digital. Idealizamos o maior evento para networking de empresários da Granja Viana: o GV Business.

A Tudo cresceu e está em todo lugar!

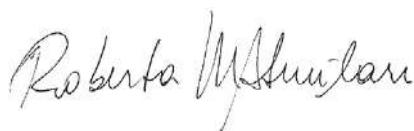
E para celebrar, mais uma edição linda com entrevista com a Camila Pitanga, esse mulherão que está mexendo com as nossas emoções no papel da dissimulada Lola, na novela Beleza Fatal, da Globo.

Ah, tem também receitas deliciosas de comidinhas de boteco, garimpando com Marcelo Sampaio e uma matéria incrível de Educação, onde nos faz refletir sobre o papel dos "likes" na vida dos nossos jovens.

Que venham muitos e muitos anos de vida para a revista, para a equipe, colunistas, parceiros comerciais e para você leitor e seguidor que torce e colabora para o nosso crescimento!

Vocês são demais!

E pra Tudo? Tudoooooooo!



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.



O ano começou com limpeza e manutenção pelas ruas de Cotia e os nossos leitores deixaram as suas mensagens.

@irenelobo

A Rua Monet está precisando... já não basta os assaltos, agora os matos invadem as calçadas.

@colognesiarquitetura

Quase 90 dias para retirar os galhos secos! Isso é uma vergonha!!!

@blogcotia

Que coisa linda de se ver. Ufa!

Momento Tudo



Elon Musk (X e Tesla), Jeff Bezos (Amazon e Blue Origin), Mark Zuckerberg (Meta) e Tim Cook (Apple) marcaram presença na cerimônia de posse de Donald Trump em Washington. O patrimônio líquido dos quatro empresários, conjuntamente, é de US\$ 887,3 bilhões, o equivalente a R\$ 5,3 trilhões.



Promoção
Sicredi Agroempresarial



Mais de
R\$ 1,5 milhão
em prêmios

Com
sorteios
o ano inteiro

Consulte os números da sorte e regulamento
em **sicredi.com.br/promocao/40anosjuntos**

CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SPA/ME N.º 04.039310/2024. Fundos de investimento não contam com a garantia do administrador do fundo, do gestor da carteira, de qualquer mecanismo de seguro ou, ainda, do Fundo Garantidor de Crédito - FGC. A rentabilidade obtida no passado não representa garantia de rentabilidade futura. É recomendada a leitura cuidadosa do prospecto e do regulamento do fundo de investimento pelo investidor ao aplicar os seus recursos. Seguros e Previdência Privada Intermediados por Corretora de Seguros Sicredi Ltda., CNPJ 04.026.752/0001-82, registro SUSEP nº 10.0412376. Os planos em PGBL e VGBL são administrados pelo Banco Cooperativo Sicredi S.A., CNPJ 01.181.521/0001-55. Produtos de Crédito: a disponibilidade está condicionada à análise de crédito do associado. Esse produto/serviço pode não estar disponível para associados da conta Woop Sicredi. Contate o atendimento no seu app para maiores informações. Promoção válida durante o período de 01/01/2025 a 11/10/2025, para os associados da cooperativa Sicredi Agroempresarial. Consulte o regulamento completo da promoção e condições de contratação nas unidades de atendimento participantes e no site sicredi.com.br/promocoes. Imagens meramente ilustrativas. SAC - 0800 724 7220 / Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525. Ouvidoria - 0800 646 2519.

08

Gastronomia

Comidinhas de boteco pra fazer em casa

12

Cuiðe-se

Focar no desenvolvimento também é cuidado

28

Garimpanão

A beleza espetacular de Curaçao

30

Educação

Comidinhas de boteco pra fazer em casa

34

Cultura

Anote na agenda o que vai rolar na região

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

Revisão

Melissa Vespa
melissavespaedita@gmail.com

Direção de Arte

Israel Carllo Holanda - @raelhc

Foto de capa

Fernanda Garcia

Fotos complementares

Depositphotos,
Freepick e Pexels

Comercial

Daniela Morrone Seidel
daniela@revistatudo.com

ACESSE

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



SITE



INSTAGRAM

SIGA NOSSAS **REDES SOCIAIS**

@tudoemrevista /revistatudo2021

@revistatudo



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.

A melhor **RESSONÂNCIA MAGNÉTICA** da região, com selos ISO 9001, agora conquistamos a creditação ONA nível 3.

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**

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



Boteco da Tudo

*Simples, saborosa, bem temperada!
Por que a gente ama tanto comida de boteco?*

Boteco é boteco! Cerveja gelada, uma turma de amigos falando mais alto que o normal, na televisão rolando um futebol, aquele garçom antigo que conhece geral pelo nome e umas porções sinistras indo da cozinha para as mesas. O happy hour pede tudo isso, um bom papo, um ambiente que a gente se sente em casa e um menu para deixar qualquer um na dúvida do que pedir! Por conta da diversidade culinária no Brasil, variedade de porções é o que não falta nos bares; por isso, a gente resolveu garimpar as melhores receitas pra você fazer o seu próprio boteco.

Use a criatividade e receba os amigos em alto estilo.

O **Bar Desembargador** mandou bem e trouxe para cá a receita que é uma das mais pedidas.

BOLINHO DE ARROZ ARBÓREO RECHEADO COM QUEIJO BRANCO

**BAR DESEMBARGADOR PORÇÃO
PARA 12 UNIDADES**

Ingredientes

- 200g de arroz arbóreo Canaroli;
- 20ml azeite extra virgem;
- 50g cebola;
- 6g alho;
- 50 ml vinho branco;
- Caldo de legumes a gosto (caseiro);
- 30g manteiga;
- 60g parmesão;
- 12 cubos cortados de queijo minas;
- 2 ovos batidos;
- Farinha Panco para empanar;
- Sal e pimenta do reino a gosto;
- Óleo vegetal para fritar.



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. Mexer bem até ficar cremoso. 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.

Bolinho de bacalhau



O bolinho de bacalhau não pode faltar como opção de comida de boteco.

O problema é que, por ter uma receita um pouco mais demorada, muitos donos de bar acabam comprando o produto pré pronto, em pacotes congelados.

Mostre que você faz diferente e aventure-se nessa receita.

Ingredientes:

- 300g de bacalhau dessalgado e desfiado;
- 3 xícaras de chá de batatas cozidas e espremidas;
- 1 colher de sopa de farinha de trigo;
- sal e pimenta-do-reino a gosto;
- 3 ovos.

O passo a passo para a receita de bolinho de bacalhau é o seguinte:

1. Em uma tigela, misture os ingredientes até a mistura ficar homogênea;
2. Faça bolinhas com a massa;
3. Frite em óleo quente até dourar.
4. A dica é testar as receitas e encontrar uma maneira mais simples de produção, mas sempre garantindo o sabor caseiro.

Anéis de cebola

Outra comida de boteco simples e barata, porém deliciosa. Faça seus anéis de cebola caseiro, com uma farofa temperada e molhos diferentes do convencional.

Ingredientes:

- 2 cebolas grandes;
- 1 xícara de farinha de trigo;
- 1 xícara de farinha de rosca;
- Pimenta e sal a gosto;
- 400ml de leite.



O passo a passo dessa receita é esse:

1. Comece fatiando a cebola em fatias grossas;
2. Tempere o trigo e a farinha de rosca;
3. Empane as rodelas de cebola uma por uma;
4. Para finalizar, frite no azeite com fogo alto e tire assim que dourar.

Pastel de camarão com linguiça



Foto: Renata Kerkmeester

Pastel é uma das comidas mais democráticas que temos, é um quitute para todos. Ele pode vir recheado com carne, queijo, linguiça, banana da terra, carne vegetal, sem contar os doces. Nesta receita, o chef Fábio Vieira surpreende com a união de ingredientes clássicos: linguiça e camarão, em uma combinação cremosa incrementada por pimentões e temperos deliciosos.

Ingredientes:

- 80g de linguiça
- 25g de cebolinha
- 1 colher (chá) de alho
- 1 colher (sopa) de cebola roxa
- 3 colheres (sopa) tomates em cubos pequenos
- Sal a gosto
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 200g de camarão.
- 40g de catupiry

Legumes

- 1 pimentão amarelo
- 1 pimentão verde
- 1 pimentão vermelho

Montagem

- Geleia de pimenta a gosto
- Massa de pastel

Preparo Legumes

- Coloque o pimentão direto no fogo;
- Deixe queimar todos os lados;
- Retire do fogo e retire a pele;
- Corte em cubos pequenos;
- Reserve.

Recheio

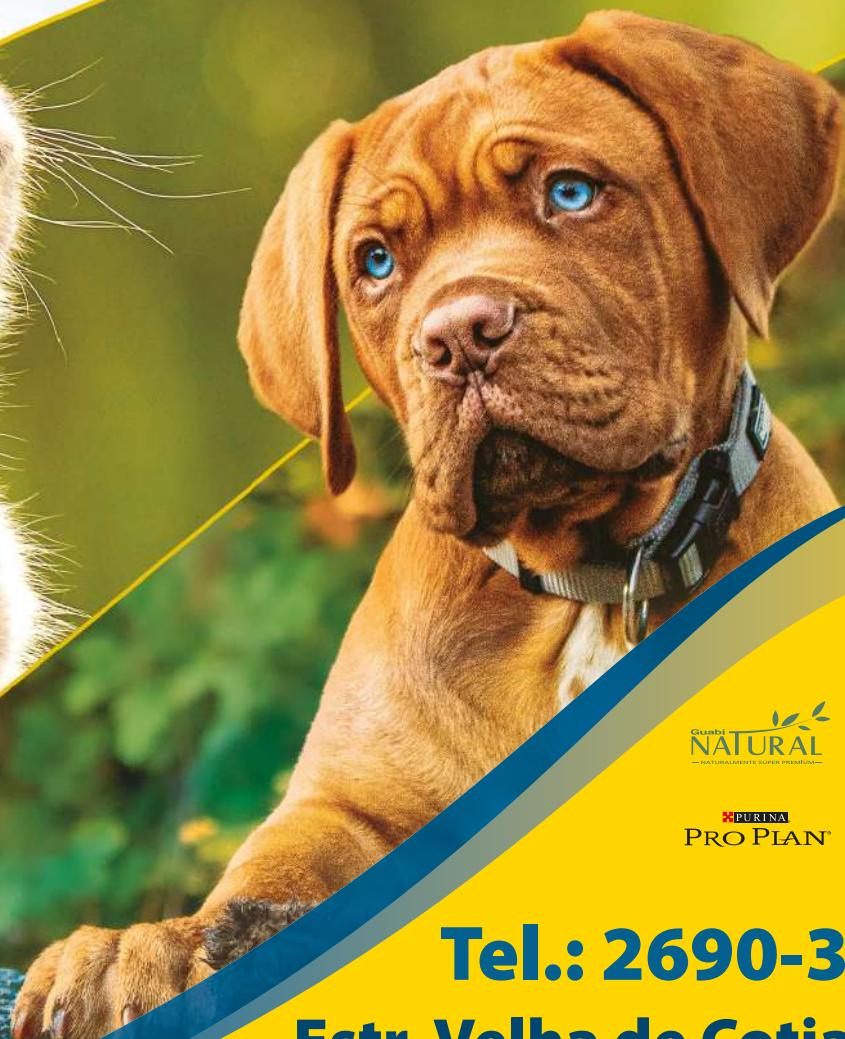
Aqueça a panela e adicione o óleo. Acrescente a carne de linguiça. Acrescente o alho e deixe fritar. Adicione a cebola, os legumes e deixe cozinhar. Adicione o camarão. Adicione, tomate e catupiry e misture bem. Acrescente água e farinha de trigo e deixe cozinhar até sair o gosto de farinha. Finalizar com cebolinha.

Montagem

Coloque o recheio de camarão com linguiça no centro da massa.

Feche. Frite. Retire o excesso do óleo. Corte os pastéis ao meio. Disponha a folha de banana. Posicione os pastéis. Servir geleia de pimenta à parte.

DOG'S DAY
A LOJA DO SEU ANIMAL



PremieR
Alimentos Super Premium

Guabi
NATURAL
NATURALMENTE SUPER PREMIUM

ROYAL CANIN

PURINA
PRO PLAN

N&D
PRIME

Tel.: 2690-3531
Estr. Velha de Cotia, 740
(ao lado do mercado Assaí)



Cuide-se

Cerca de 30 mil participantes já participaram em alguma atividade, seja workshop, ações de voluntariado e campanhas em geral.



OHquideas

Projeto de desenvolvimento humano tem um olhar generoso para todo o Planeta

O Projeto OHquideas é uma iniciativa de educação socioambiental, com início das atividades em maio de 2017. Em janeiro de 2018 se tornou uma Startup, com um modelo de trabalho baseado na economia criativa e colaborativa.

As atividades consistem na coleta de orquídeas descartadas, que são distribuídas nas palestras e workshops, criando mini orquidários nos espaços dos parceiros do OHquidea, pelas mãos de seus próprios clientes, colaboradores e visitantes!

Sabe aquela alegria que temos ao ganharmos um presente? Muitas vezes chegou até como uma surpresa, e então cria-se um vínculo com aquelas lembranças de satisfação, reconhecimento e valorização que ficam na memória e no coração.

São esses sentimentos que o projeto tem em seu trabalho, com ações que convidam cada indivíduo a aprender mais sobre si próprios, e os impactos destas decisões.

Será que as expectativas e as ansiedades podem trazer satisfações ou frustrações?

Estes aspectos da vida são ilustrados nas vivências práticas, colocando a mão na massa, ao lidar com as orquídeas que são resgatadas do descarte.



Parceria com a Bibliaspa, uma ONG que acolhe refugiados do mundo inteiro. Trabalho de capacitação das refugiadas, onde elas próprias fazem as kokedamas como forma de terem uma renda. A ONG atende Afgãs, Sírias e Nigerianas. @bibli_aspa

Cerca de 30 mil participantes já participaram em alguma atividade, seja workshop, ações de voluntariado e campanhas em geral.



Isso mesmo! O objetivo é levar atividades de forma prática onde os participantes descobrem seus potenciais de transformação da sociedade, engajando-se em ações de voluntariado e cidadania.

As orquídeas resgatadas (sem valor comercial), quando adotadas e fixadas nas árvores, valorizam o espaço e, principalmente quem fez a boa ação. Não tem árvore? Tudo bem, o projeto leva um totem para atividade Indoor ou realiza oficinas de Kokedama,, assim as plantas sempre terão chance de florescer lindamente como resultado da atitude de cada participante.

Aproveitamento de resíduos do varejo, criando valor socioambiental, resgatando princípios de pertencimento e consciência colaborativas. É a prática da economia circular e conceitos ESG ao alcance de todos.

A Cavaleri Advocacia atua há 13 anos na Granja Viana com especialização em Direito Condominial e Trabalhista voltado para condomínios, auxiliando síndicos, administradoras e moradores na gestão de questões jurídicas e trabalhistas dentro do condomínio.

Viver em um condomínio exige respeito às normas coletivas para garantir a harmonia entre os moradores.

Quais são os direitos dos condôminos?

Uso das áreas comuns: Todos os moradores têm direito de utilizar espaços como piscina, salão de festas e garagem, conforme as regras estabelecidas;

Participação nas assembleias: O condômino pode votar e se manifestar em decisões importantes sobre o condomínio;

Fiscalização da gestão: O síndico deve prestar contas, e os moradores podem solicitar esclarecimentos sempre que necessário.

Quais são os deveres dos condôminos?

Pagamento das taxas condominiais: O rateio das despesas é essencial para a manutenção dos serviços e áreas comuns;

Respeito às regras de convivência: Manter o silêncio nos horários determinados, seguir as normas de uso das áreas comuns e respeitar os vizinhos;

Zelar pelo patrimônio coletivo: Danos às áreas comuns podem gerar custos extras para todos.

Você administrador ou síndico de condomínio ou você que é um morador de condomínio e precisa de orientação, estamos à disposição! Somos um escritório especializado e pronto para resolver todas estas questões.



Acesse
nossa site



(11) 99891-1111

@cavaleriadvocacia

- Menos resíduos sólidos, melhores índices de sustentabilidade fortalecendo sua imagem positiva;
- Geração de renda para pessoas socialmente vulneráveis;
- Estratégia simples, rápida e econômica de iniciar a cultura do voluntariado em empresas, condomínios e instituições;
- Inclusão social: deficientes visuais, físicos e intelectuais colaboraram cuidando de espaços públicos;
- Cursos, oficinas e vivências colaborativas em condomínios, empresas, escolas e associações;
- Microcrédito de carbono em cada muda resgatada;
- Valorização dos espaços de uso comum.

O que está esperando? Agende uma atividade e contribua para uma sociedade participativa e acolhedora!



Economia colaborativa, também conhecida como economia compartilhada, é um modelo econômico que se baseia na troca, no compartilhamento de recursos e serviços entre pessoas e empresas. Nesse modelo, as pessoas podem optar por emprestar, alugar ou compartilhar produtos e serviços, em vez de comprá-los de um fornecedor tradicional.

Alguns exemplos de economia colaborativa são:

- Aplicativos como Uber e Airbnb;
- Coworkings, onde empresas compartilham espaços de trabalho;
- Brechós, onde as pessoas podem trocar roupas;
- Campanhas de financiamento coletivo;
- Hortas comunitárias;
- Prédios que disponibilizam bicicletas para uso dos condôminos.



Saúde



No Supera, as atividades são projetadas para todas as idades - crianças, jovens, adultos e idosos -, promovendo uma vida mais equilibrada e um desempenho superior em diversas áreas.

Se você cuidar da sua saúde cognitiva, quantas pessoas ganham?

Você sabia que é muito desafiador cuidar de uma pessoa com a saúde cognitiva debilitada? Só quem passa pela experiência e convive com o problema, sabe.

Por isso, é importante entender que o exercício cognitivo é tão importante quanto o exercício físico para uma vida mais longa e de qualidade.

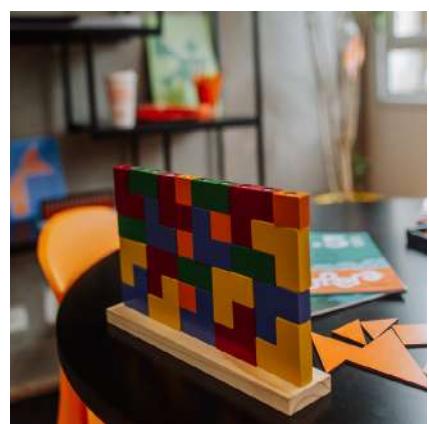
O Supera é um método cientificamente reconhecido pela

eficácia comprovada em prol do desenvolvimento cognitivo. Isso representa ter uma vida mais plena, significativa e autônoma.

Adultos e idosos relatam mais energia, criatividade e novas amizades. "Nossas atividades são projetadas para fortalecer o desenvolvimento sócio emocional", explica Anselmo Andriolo, especialista em neurociência responsável pelo Supera na Granja Viana.

Pesquisas recentes destacam que não trabalhar o sócio emocional é um dos fatores de risco para a demência, tornando ainda mais relevante a promoção de interação social, criatividade e bem-estar emocional.

É importante notar que a saúde cognitiva pode ser afetada por uma variedade de fatores, incluindo transtornos mentais, lesões cerebrais, doenças neurodegenerativas e mais.



Supera Carapicuíba Granja Viana

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

(11) 96575-1529 (WhatsApp)

Siga-nos no Instagram
@superagranjaviana



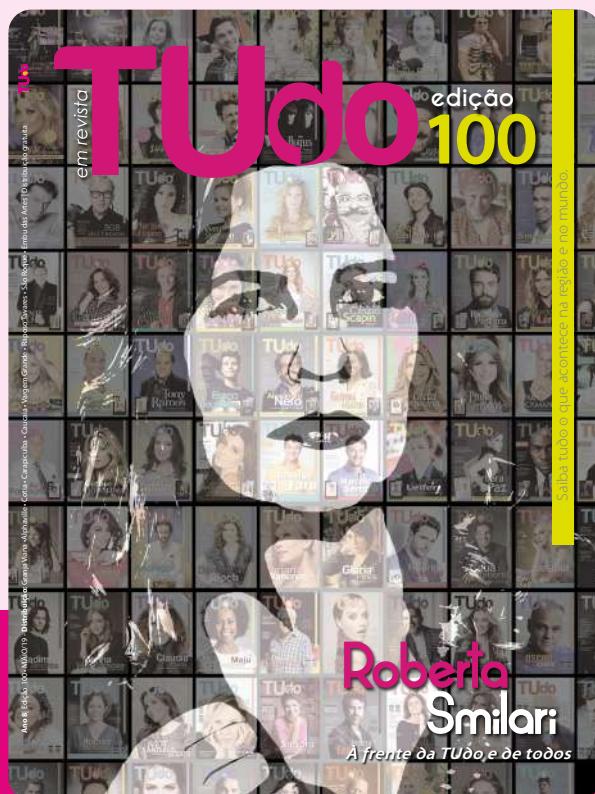
14 anos de Revista Tudo

São 169 edições repletas de notícias e entretenimento imperdíveis!

Você já deve ter ouvido falar muito dela. A Tudo é um meio de comunicação referência revelado pela publicitária Roberta Smilari em 2011, ano em que o Facebook ultrapassou o Orkut em números de usuários registrados no Brasil.

O sonho de ter uma mídia regional que realmente fosse ao encontro dos anseios da comunidade grangeira seguia vivo há anos e se realizou através de muito trabalho, persistência e criatividade.

Hoje, a Revista Tudo é referência em toda a Grande SP.



+2,5 milhões

de exemplares já foram distribuídos em toda a região.

Notícias da região

A equipe da Tudo sempre acompanhou de perto as notícias sobre o nosso reduto, ajudando a disseminar informação séria, verdadeira e que impactaram (e ainda impactam) a vida dos seus leitores.

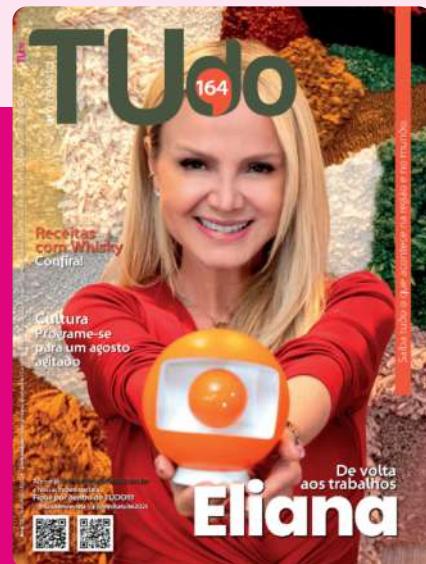
Em 2021, acontecimentos como a pandemia exigiram a atenção do time com o desdobramento dos fatos e a Revista fez uma das maiores coberturas sobre o tema.

Distribuição pontual a gente vê por aqui!

Um dos diferenciais da Tudo é a sua distribuição que acontece por Cotia, com foco em toda a Granja Viana, além de Alphaville, Aldeia da Serra, Caucaia do Alto, Vargem Grande, São Roque, Embu das Artes e Jandira.

Além dessa ação, a distribuição também é realizada de forma orgânica por meio dos displays que são um charme e estão em pontos estratégicos.

Ao longo desses anos, a equipe Tudo entrevistou as maiores celebridades e influenciadores do país. Todo mês, uma entrevista especial faz a gente mergulhar no universo dos famosos. Xuxa, Rita Lee, Gilberto Gil, Eliana, Anitta e Gisele Bündchen são algumas das figuras que já passaram por aqui. Lembrando que a saudosa Rita Lee foi a entrevistada da primeira edição.

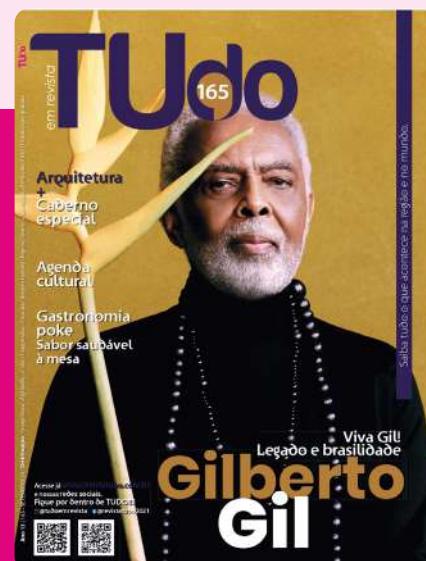




Mais de 2,5 milhões de exemplares já foram distribuídos em toda a região



A revista Tudo tem sua versão digital disponível no site onde o leitor pode encontrar todas as edições publicadas além de notícias diárias da região!





As publicações da Tudo no insta chegam a mais de 211 mil views e alcançam mais de 215 mil seguidores diariamente

Cadernos Especiais

Todos os meses a Revista Tudo oferece um Caderno Especial aos leitores: pet, educação, serviços, turismo, imóveis, saúde, entre outros.

Por dentro do ciberespaço

Com um público de internautas de mais de 14 mil seguidores no insta e mais de nove mil no Facebook, os perfis da Tudo na Internet já são bem conhecidos na cena digital e deram vida a um conteúdo inovador e adaptado ao dia-a-dia corrido dos leitores.

Tudo On

A mudança digital que a gente precisa

Navegando pelas ondas da mídia digital, a agência Tudo On é especialista em planejamento estratégico nas principais plataformas digitais, além da confecção de criativos (vídeos e fotos para reels e carrossel), tráfego pago e inteligência artificial.

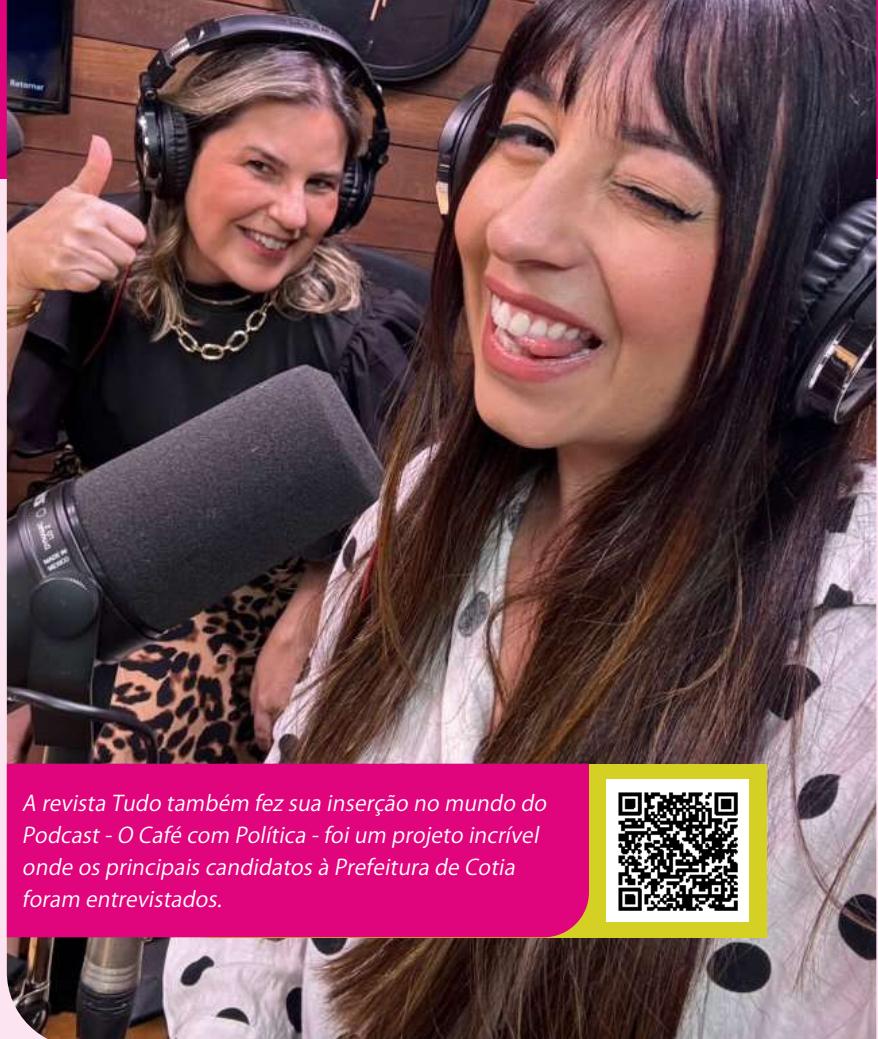
Atualmente, a equipe sabe como explorar esse mercado e os mais de 1,4 bilhão de usuários no Instagram, e o fato de encontrarem produtos e serviços por esta plataforma.



Os colunistas da Tudo são demais!

Parte do conteúdo da revista Tudo é criado por profissionais especializados que dividem, todos os meses, suas vivências com os nossos leitores.

Celso Finkler traz o que há de mais atual na moda do Brasil e do mundo; Marcelo Sampaio divide suas viagens e experiências nacionais e internacionais; Adriana Rodrigues, com amor pelo que faz, escreve sobre educação; Mariana Meneghissso com seu olhar sofisticado traz as tendências na área de arquitetura e decoração na seção Casa e Jardins; Eliana Tessitore, que assina a seção Cuide-se, sempre tem uma dica especial pra gente viver mais e melhor.



A revista Tudo também fez sua inserção no mundo do Podcast - O Café com Política - foi um projeto incrível onde os principais candidatos à Prefeitura de Cotia foram entrevistados.



Tudo Business

O GV Business, criado a partir de uma parceria entre a Revista Tudo e a Casa Noble Imóveis, se tornou o maior evento empresarial da região. Foram sete edições com palestras de especialistas, grandes parceiros, empresários e empreendedores. Os eventos frequentes promovem um networking sólido e com intensas relações profissionais, conectando pessoas e serviços.



O futuro da moda chegou!

Por: Celso Finkler
celsofinkler@hotmail.com

Com o outono se aproximando, o cenário da moda se renova com uma fusão irresistível de conforto, sofisticação e inovação sustentável.

As novas tendências prometem equilibrar a elegância com um toque futurista através de tecidos tecnológicos, cores quentes e cortes que celebram a diversidade dos nossos corpos.

Tecnologia e sustentabilidade tecendo novidades

Uma das maiores inovações é o avanço dos tecidos inteligentes que combinam conforto térmico com um design pra lá de sofisticado.





ameixa, caramelo queimado e verde-musgo, criando composições sofisticadas e versáteis.

Além disso, o maximalismo se mantém forte com estampas inspiradas na fauna e flora brasileiras, como folhagens tropicais reinterpretadas em tons sóbrios e discretos.

E as novidades das marcas internacionais? Balenciaga, Prada e Louis Vuitton já apresentaram coleções que refletem uma abordagem mais experimental para a estação.

A Balenciaga investe em sobreposições ousadas com silhuetas oversized misturando tecidos fluidos com cortes estruturados. Prada apostou em um retorno às linhas minimalistas dos anos 90, com peças de alfaiataria impecáveis e tecidos tecnológicos de baixo impacto ambiental. Já a Louis Vuitton trouxe uma coleção inspirada no futurismo retrô, com acessórios metalizados e estampas geométricas.



Peças-chave da temporada

Para compor um guarda-roupa atualizado e estiloso, algumas peças serão essenciais neste outono-inverno:

- Trench coats oversized com tecidos tecnológicos;
- Blazers estruturados em tecidos reciclados, ideais para composições mais elegantes e versáteis;
- Casacos de pelúcia ecológica, trazendo conforto e estilo para os dias frios;
- Conjuntos de alfaiataria desconstruída, para um toque fashionista no dia a dia;
- Conjuntos de tricô canelados em tons neutros, perfeitos para um look sofisticado e confortável;
- Botas de cano médio com detalhes metálicos trazendo uma pegada urbana e moderna.



Materiais biodegradáveis e recicláveis ganham espaço, com destaque para as malhas térmicas ecológicas, o couro vegano aprimorado e as fibras naturais como o cânhamo e o bambu, que garantem uma moda consciente e alinhada ao desejo do consumidor moderno.

Além disso, o acabamento antiviral e antimicrobiano continua em alta, agregando funcionalidade às peças do dia a dia.

Outra tendência que promete conquistar os nossos corações é o efeito “segunda pele” com tecidos de compressão leve que se adaptam ao corpo sem perder a mobilidade. As texturas felpudas e aveludadas também chegam com força trazendo um toque de aconchego para os dias mais frios.

Cores e estampas: a natureza em evidência

As paletas terrosas continuam dominando, mas ganham um toque moderno com tons de



Camila, voltou!

Camila tem doçura no nome! Pitanga vem da arte! Engajada em causas que defendem os direitos das mulheres e embaixadora nacional da ONU Mulheres, Camila Pitanga é o nome artístico de Camila Manhães Sampaio, filha do ator Antônio Pitanga e da atriz Vera Manhães; Camila, assim como o irmão, o também ator Rocco Pitanga, foi criada pelo pai após o divórcio do casal.

Formada em Artes Cênicas pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, sua primeira aparição aconteceu aos seis anos como figurante no filme “Quilombo”, de Cacá Diegues, no qual o pai atuou. Aos 11, tornou-se assistente de palco de Angélica no “Clube da Criança”, na TV Manchete. No ano seguinte, começou a fazer aulas de teatro e, aos 16, foi escalada para a minissérie “Sex Appeal”, quando ganhou projeção nacional. O sucesso, no entanto, se consolidou em 2000 na pele da índia Catarina Paraguaçu, em “A Invenção do Brasil”.

Um de seus papéis de maior destaque na televisão foi o da personagem Bebel, uma prostituta em “Paraíso Tropical” (2007). Tanta sensualidade rendeu um convite para a Playboy, mas ela recusou!

Mãe de Antônia, namora o professor de filosofia Patrick Pessoa há cerca de quatro anos. A atriz, que costuma manter sua vida pessoal em baixa, faz poucas publicações com o parceiro, mas já revelou em uma entrevista que os dois moravam juntos.

Hoje, no papel de Lola, um verdadeiro furacão na Novela Beleza Fatal, do canal de streaming Max, Camila volta à TV e volta pra gente!

Entrevista Por Ester Jacopetti

Introdução: Mariana Marçal

Imagen: Gabriela Schmidt

Como foi dar vida a uma personagem tão intensa como a Lola em “Beleza Fatal” e, ao mesmo tempo, participar de um projeto que representa um novo capítulo na sua carreira, levando a novela brasileira para o mercado internacional?

Eu poderia dizer que a Lola é uma mulher perigosa, histriônica e ambiciosa, mas, ao mesmo tempo, inteligente. Ela sabe rebolar, se organizar e se equilibrar no salto alto – e estou falando tanto no sentido literal, quanto no figurado. Ela é uma mulher que corre atrás do que acredita e do que quer, sem medir esforços. Ela atropela, mata, e faz coisas sórdidas se for preciso. No entanto, tem um humor e uma vontade de viver contagiantes. Mesmo tendo esse lado mais denso e, digamos, perigoso e terrível – porque, muitas vezes, ela é bem terrível. Pelo menos eu me apaixonei por ela enquanto estava fazendo. Não sei exatamente o que é, mas acho que ela se incorporou de alguma forma no meu corpo. Depois, levei um tempo para conseguir me libertar dela. Há momentos em que a gargalhada da Lola me faz rir, e acho que acabei carregando isso comigo. É isso: uma gargalhada de quem tem prazer, mas também de quem tem ferocidade. Ela é uma mulher ferina. É um orgulho enorme estar participando da primeira novela da Max. Acho que essa novela abre um mercado, é uma aposta.

Entendo que o Brasil é um farol de criatividade, de histórias, de personagens, de atores e atrizes.

É algo que parte do Brasil para o mundo. O poder de fazer um trabalho com essa vocação, de partir de algo tão singular e rico do nosso país para alcançar o mundo, é incrível. Eu nem sabia que a gente estava sendo lançado em tantos países. Eu, que já tenho uma trajetória na televisão, sinto como se estivesse recomeçando, começando um novo capítulo na minha vida. É uma novela em que eu acredito muito, e estou louca para ver como vai reverberar nos olhos e nas telas desse Brasil e, agora, do mundo.

Lola é quase uma sátira, digamos assim. Ela deseja o amor do filho, mas não consegue; quer ser amada e não consegue.

Como você fez para construir e achar esse tom equilibrado entre o histriônico e o sofrimento?

Foi um desafio. E acho que você leu muito bem a Lola. Para mim, foi muito importante aterrissar na verdade dela. Mesmo sendo uma mulher exuberante e histriônica, que tira sarro de tudo, eu precisei encontrar o coração dela.



Um filme chamado "Um Lugar ao Sol", um documentário de 2008, foi super importante para mim nesse processo. Assistir a esse trabalho foi muito interessante, porque, no início, eu achava tudo o que a Lola falava tão absurdo, tão fora de mim.

E, de fato, é. Mas eu precisava encontrar o coração dela. Então, lendo e relendo, está tudo no texto. O Rafa (Raphael Monte, criador e roteirista) é generoso em trazer a voz dela, mostrando um pouco dos antecedentes de uma vida marcada por violência, muito sofrimento e superação.

Foi sobre encontrar esse coração, sabe? Algo que pudesse ancorá-la, colocar os dois pés no chão para que, ainda assim, ela pudesse voar nos sonhos, nos devaneios, na loucura. Porque, às vezes, ela é louca e impiedosa. O objetivo foi emprestar a minha humanidade para a Lola.

Acho que foi isso que consegui. Eu realmente fiz esse trabalho. Tudo bem, ela está sendo terrível, tratando a criança como uma empregada, mas eu buscava entender. Ela está se preocupando, e isso tem a ver com quem ela é e como foi formada. Afinal, ela foi uma menina que trabalhou em casa. Então, como não a defender? Não teria como dar veracidade à personagem se eu não buscasse um ponto de vista humano. Eu fiz o meu dever de casa, como sempre faço em todos os meus trabalhos. Por conta própria, aluguei uma sala e ficava improvisando, eu me dediquei totalmente, aproveitei cada chance de ensaiar, burilar e improvisar o passado da personagem.

Muitas coisas já estavam no texto, mas eu fiz um trabalho de pesquisa aprofundado. Eu acordava todos os dias para malhar às 6h da manhã, porque a Lola tinha todo um lance de culto a um tipo de beleza, de corpo, de imagem, sabe? Então, eu malhava para dar o corpo à personagem. Depois, ia até Osasco para bater o texto do dia.

Como a colaboração com Mônica Albuquerque e a equipe impactou seu desenvolvimento como atriz e produtora executiva?

Acho que, entre os personagens icônicos e populares que são o coração desta novela, a Giovanna (Antonelli) é um pilar fundamental. Quando entendemos que ela faria parte da trama, foi um golaço! Que golaço quando a Mônica me deu essa notícia. Preciso externar minha gratidão a ela por essa nova etapa da minha vida. Foi ela quem me trouxe pela primeira vez para falar sobre a novela, sempre apostou em mim e enxergou que eu tinha, sim, vocação como atriz, mas também poderia usar minha expertise para outros voos, também como produtora executiva. Ela sempre me incentivou, me deu liberdade e respeito. Senti que a voz da Mônica valorizava minhas ideias e me permitia ter uma troca tão bonita como a que venho tendo nesta companhia. Preciso falar disso porque a gratidão pela vida se transformou em uma grande amizade. Ela é, absolutamente, o coração deste trabalho, deste projeto e desta chama que é Beleza Fatal.





O que tornou esse projeto tão especial para marcar o seu retorno às novelas e como foi trabalhar com a diretora Maria Médicis?

Se tem uma coisa que eu mais ouço por aí é: "Camila, quando você vai voltar às novelas?" Eu também estava esperando um projeto que realmente fizesse sentido para mim. Mas esse chamado, de entrar no táxi, de estar na praia ou na rua e ouvir as pessoas dizendo: "Cara, a gente tem muita saudade de você!" foi muito forte. Poder voltar com um trabalho que me desafiou, que me

exigiu e que me fez feliz é incrível. Foi uma experiência divertida e respeitosa, com um diálogo e uma interlocução que são o coração da selva. Estar novamente com minha grande amiga, a diretora Maria, foi fundamental; sem ela, essa novela não teria acontecido. O profissionalismo, a garra, a alegria e a ousadia dela foram essenciais, porque essa novela é muito ousada, graças ao Raphael. Ele não tem medo de impactar e surpreender. É uma novela que realmente faz a ponte entre o folhetim tradicional que amamos e a modernidade, com 40 episódios sem enrolação, onde a trama avança e os personagens nos surpreendem de maneiras inesperadas. A modernidade que ele traz nas temáticas também é notável.

Como foi trabalhar com a Camila Queiroz neste projeto e de que forma essa parceria ajudou a construir a relação intensa entre as personagens na novela?

Quando reencontrei a Cami, ela me olhou nos olhos, senti vontade de chorar, porque isso me remeteu ao nosso primeiro encontro. Eu já conhecia Camila Queiroz, uma atriz talentosa e linda, mas estávamos improvisando em uma sala no Jardim Botânico, enquanto ainda engatinhávamos na nossa compreensão do trabalho. Ela estava gravando outra novela. Nossa, não sei como ela deu conta disso, porque estava fazendo três coisas ao mesmo tempo. Ela é essa mulher que é assediada por ser talentosa, por brilhar, essa pessoa que a gente gosta de mirar, de olhar. Ali, as duas estavam despojadas, sem maquiagem, com

roupa de ensaio. Quanta coisa aconteceu nesse dia. Isso me deu uma confiança enorme por ter uma atriz que me apoia e uma pessoa que eu falo para todos os cantos. Desculpa me alongar nisso, mas eu sou movida pelo afeto; o afeto me leva, sabe? Então, quando tivemos esse encontro, ela me deu essa confiança por estar ali, porque é isso que a gente faz na novela: somos inimigas, mas enfim, ela é uma personagem chave pra mim. Sei que tem o elenco inteiro e toda essa constelação é muito importante, mas estou do lado de dois atores que me inspiraram. Sou muito grata por essa troca e por tudo que vivi. Eu li e sou da geração jurássica, né? Faço parte do elenco da novela desde o início, e quando comecei a ler, não parei. Foi como uma torrente. Queria entender para onde aquilo ia, porque não dava para entender; você não sabe para onde vai em uma novela como essa, nem mesmo a Lola.

Como foi o processo de preparação e colaboração com seus colegas para alcançar esse nível de entrega e construção do trabalho no set?

Eu estava preparada para chegar com o texto decorado e jogar tudo de forma tranquila nesse processo braçal, que é decorar e internalizar o texto. Preciso agradecer às pessoas que me ajudaram antes de eu chegar ao set de gravação. Contracenando com os meus colegas, que foram verdadeiros parceiros de pesquisa e trabalho, percebo que nada vem de graça. Tudo é fruto de muita labuta, de esculpir o trabalho, de pensar estratégias.

Design de Interiores X Vendas

Decor com resultados



Já pensou em ter um espaço que crie memórias e experiências incríveis aos seus clientes?

A Thayná Costa trouxe essa ideia inovadora para o mercado. Ela é design de interiores e uma apaixonada por transformar ambientes em lugares humanizados, funcionais, estratégicos e comerciais como forma de impulsionar as vendas e fidelizar os clientes.

“Muitos empresários chegam até mim diariamente e todos eles desejam algo em comum: chegar ao próximo nível”, explica ela à nossa equipe.

A especialista oferece pacotes que

condizem com a necessidade do cliente e serviços adicionais como: marcenaria, hidráulica, iluminação, elétrica, etc..., permitindo a otimização da mão de obra.

“Meu trabalho é focado em estratégias comerciais, sempre com o objetivo de elevar o faturamento do empresário”, afirma.

Criadora do método DRC - Design com Resultado Comercial, ela cria o design do seu espaço a partir de estratégias de Marketing e de Vendas.

Quais espaços a Thayná atende?

Lojas, restaurantes, estéticas, escritórios e outros ambientes comerciais.

O projeto da Thayná Costa tem como objetivo o posicionamento da empresa no mercado, tornando-a referência em seu nicho de atuação.

“Muitos empresários chegam até mim diariamente e todos eles desejam algo em comum: chegar ao próximo nível”



Thayná Costa vem de uma família dona de marcenaria há mais de 17 anos com foco no alto padrão

Thayná Costa

DECOR & INTERIORES

 @thaydecorinteriores
thaydecorinteriored@gmail.com
(11) 99984-8532



Nas piscinas do Dream Resort



Incrível Mambo Beach



Noite de Réveillon no Harbor Hotel

Curaçao Maravilhosa

Amei, amei, amei!

O povo incrível e a ilha simplesmente deslumbrante com suas belezas autênticas e gastronomia espetacular.

Chegamos em um voo bem rápido vindo de Aruba, apenas 30 minutinhos num visual de cair o queixo pelo mar.

A hotelaria foi maravilhosa e amamos ficar hospedados no Hotel Boutique e Cassino Harbor que fica bem no centrinho da ilha, em frente às emblemáticas casinhas coloridas e a ponte principal da cidade. O hotel, um

charme e com um staff simpático e acolhedor. Meu quarto era simplesmente um arraso, com todo o conforto necessário para dias pra lá de incríveis.

Fomos a diversas praias, alugamos um carro e rodamos a ilha inteira, que não é nada pequena. Um paraíso atrás de outro com muitos peixes, tartarugas e habitantes bem diferentes das profundezas do mar.

Caminhar pela cidade é simplesmente delicioso e encontramos cantinhos muito interessantes e charmosos. A ilha toda é um verdadeiro charme!



Nos últimos três dias fomos para o Resort Dreams - que foi bem interessante - para curtir a praia local e descansar a beça no início do ano com Manoel, meu filho, e seu brother Eduardo, que trouxeram muita energia para estes dias mágicos.

Dias lindos e muita diversão com boas risadas e alegria o tempo inteiro.

Voltamos para Aruba para um Day Use e embarcamos para o Brasil com a Gol Companhia Aérea num voo direto para São Paulo, confortável e com carinhos o tempo inteiro.

Volto logo logo a Curaçao, pois amei o destino e é simplesmente a minha cara!

Viva 2025!!!

Marcelo Sampaio

Apresentador TV e Gerador de Conteúdo e no Projeto "Garimpando com Marcelo Sampaio"

Todas as 3as às 22:30h na tv a cabo Travel Box Brazil.

@garimpando.life
garimpandolife.com.br





“Querido estudante, antes de entrar na escola, você precisa entregar o seu pequeno mundo para nós.”

Por Adriana Rodrigues Xavier
adriana.xavier@egv.com.br

Após cerca de 10 minutos da foto ser postada nas redes sociais, Bia de 14 anos começa a ficar com o semblante tenso. As mãos frias e suadas se contorcem e a tia, percebendo o movimento questiona:

— “O que foi querida?”

— Sabe, aquela foto que eu tirei na praia?
— a menina responde com a voz trêmula e embargada.

— “Sim, você estava linda naquele fundo do mar e céu azul! Por que, o que houve?”
- indaga a tia, já preocupada.

— “Acabei de postar nos meus Stories e ninguém curtiu ainda! Mas eu estava bonita, né? Por que ninguém curtiu? Vi que 5 pessoas visualizaram e ainda ninguém deu “like”. - Com algumas lágrimas presas nos olhos, a jovenzinha continua o diálogo com a tia.



Eu me lembro que na minha época, nessa mesma idade de 14 anos, tínhamos o costume de enviar cartões de Natal aos amigos no final do ano. Eu ficava na janela, esperando a hora em que o carteiro iria passar e quando ele parava no meu portão e enfiava as mãos na grande sacola, ficava ansiosa esperando que retirasse de lá os envelopes, por vezes coloridos, com carinho escritos por meus amigos em retribuição àqueles que enviei.

Eu descia as escadas correndo e, muitas vezes, em meio às cartas aos meus pais, com os logotipos de empresas, bancos e contas, lá estavam eles, dois ou três cartões escritos com letras conhecidas que via nos cadernos dos meus colegas em sala de aula.

Que sensação de alívio, alegria, reciprocidade, pertencimento, ceitação...

Que adolescência teria sido vivida em sua plenitude, caso não houvesse esse sentimento de espera, a doce espera...

Mas, para Bia não tem sido assim.

A exposição e a ininterrupta espera pelos retornos é maior, constante, dolorida e vai além dos limites. Então, nos perguntamos se vale a pena que nossos meninos e meninas tenham esses aparelhos em mãos em meio às redes sociais das mais diversas, com multilinguagens, vídeos, "memes", músicas e as famosas "dancinhas".

É uma opção da família que dialoga e decide, mas muitas vezes, contrair essa inserção virtual é de alguma forma, participar, ainda que em uma condição apenas de espectador, de uma gigantesca sala de audiência da vida.

Nossos jovens circulam com seus

celulares em qualquer lugar e estão sempre conectados, inclusive no ambiente da escola, ou pelo menos essa era a realidade.

Contudo, o presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, sancionou no início do ano, a Lei 15.100/25, que proíbe alunos de usarem telefone celular e outros aparelhos eletrônicos portáteis em escolas públicas e particulares, inclusive no recreio e intervalo entre as aulas.

Argumentos não faltam para defender essa sanção!

Os aparelhos distraem os estudantes durante as aprendizagens e acabam prejudicando a comunicação com seus pares, as conversas, as conexões presenciais.

Em casa, pais e mães refletem e também estabelecem suas regras de tempo e exposição a este ou

aquele aplicativo, procurando encontrar uma maneira de manejar essa utilização.

Na instituição em que trabalho, desde 2023, antes da lei ser efetivamente aprovada, ao chegarem em seus períodos, por decisão interna da escola, as crianças já depositavam seus aparelhos em uma caixinha de cada turma, e os retiravam apenas na hora da saída.

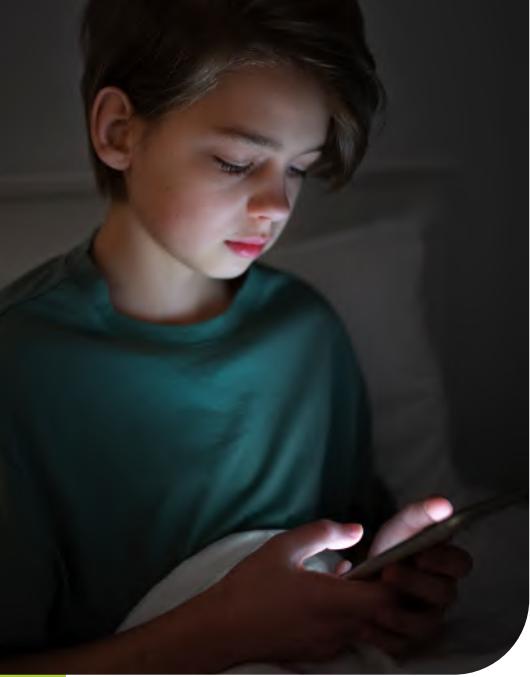
Quando eu chegava à tarde, os adolescentes já tinham "seus pequenos mundos particulares" em suas mãos e, enquanto interagiam com os colegas, acabavam dando uma olhadela, enquanto deslizavam os dedos nas suas telas, repletas de conteúdos dos mais variados, como se houvesse um tempo suspenso no ar que deveria ser preenchido em meio a essa colcha de retalhos da comunicação.

São mais de 1.100 m² pensados especialmente em crianças do Berçário ao 5º ano, com várias opções de horários (das 7:00 às 19:00). Salas com número reduzido de alunos, um dos melhores sistemas educacionais do país (Mackenzie), aulas de inglês Cambridge diariamente desde o maternal. Alimentação fresquinha, material de uso comum, expressão corporal, Capoeira, Psicomotricidade, Jogos e Brincadeiras Regionais e Judô inclusos na nossa mensalidade. **Leitores da Revista Tudo que fizerem matrícula até 31/03 terão desconto especial!**



Estrada do Capuava, 4725 Paisagem Renoir - Cotia / SP
@colegiokidsmais - Tel: 4262-1802 WhatsApp: 99357-2625





Mas, assim como iniciamos esse artigo com o título que faz um convite bem perturbador, o desafio de pedir aos meninos e meninas que entreguem os seus mundos que mais representam rotas de fuga inconscientes da realidade, não é uma tarefa fácil.

Tudo é muito rápido; ao recorrerem às telas para se alimentarem, recebem doses de dopamina, acessam esse conforto passivo e, ao mesmo tempo, quando cutucados pelo amigo no mundo “físico”, retomam suas interações.

Ainda falaremos muito nisso, é uma pauta crucial e sobre a qual especialistas têm se debruçado para encontrar soluções. A proibição, ao meu ver, é o que deve ser feito e se deu porque a orientação não foi suficiente, mas não basta só proibir. Esses jovens já sofrem com essa dependência digital e poderão contrair uma espécie de síndrome de abstinência em meio a essa ruptura, que pode ser compensada aqui ou ali, inclusive porque muitos estão em tempo integral nas escolas.

Como mãe e educadora, agora é hora de rever os projetos afetivos-sociais das escolas, olhar

para esses meninos e meninas, propor situações em que de fato, eles possam se reconectar à luz de uma condução assertiva de profissionais, parceiros que pensem e repensem com eles esse cenário.

O corpo sempre é um aliado do processo, o diálogo, o caminhar junto, a reflexão, o despertar ou o resgate de interesses.

Professores, coordenadores, gestores e a própria família, devem se unir para criar um protocolo nesse sentido, com adoção de projetos sérios e assíduos em que TODOS possam ser ouvidos, contemplados em suas necessidades, percebidos. Precisamos ensinar essa geração a olhar para o mundo, propor engajamento!

Existe muito potencial e força inertes, subestimadas, que direcionadas podem fazer uma verdadeira revolução!

Temos essa missão aqui e agora!

Para ampliar ainda mais a reflexão, proponho essa literatura mais densa, mas muito esclarecedora e que tem o objetivo de servir como uma fonte de informação importante para que todos nós, educadores ou não, possamos nos aproximar mais da compreensão de todo esse cenário.

Organizado pelos especialistas:

Dr. Cristiano Nabuco, Psicólogo com Doutorado em Psicologia Clínica pela Universidade do Minho - Portugal e Pós-Doutorado pelo Departamento de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da

Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Fundou uma unidade pioneira na América Latina para o atendimento de pacientes Dependentes em Tecnologia.

Dra Kimberly Young (9 de setembro de 1965 - 28 de fevereiro de 2019) foi uma psicóloga e especialista em transtorno de dependência da Internet e comportamento online. Ela fundou o *Center for Internet Addiction* em 1995, enquanto era professora de psicologia na Universidade de Pittsburgh em Bradford. Até sua morte em 2019, Young foi professora de administração na *St. Bonaventure University*. Young foi membro da *American Psychological Association*, da *Pennsylvania Psychologic Association* e membro fundador da *International Society of Mental Health Online*. Aos 53 anos, Young morreu de câncer em 28 de fevereiro de 2019.

Outra dica é a leitura do filósofo Byung - Chul Han em um de seus livros que reflete sobre o assunto:

A sociedade paliativa é uma sociedade do curtir. Ela degenera em uma mania de curtição. O like é o signo, o analgésico do presente. Ele domina não apenas as mídias sociais, mas todas as esferas da cultura. Nada deve provocar dor. Não apenas a arte, mas também a própria vida tem de ser instagramável; ou seja, livre de ângulos e cantos, de conflitos e contradições que poderiam provocar dor. Esquece-se que a dor purifica. Falta, à cultura da curtição, a possibilidade da catarse. (Trecho da obra)



A evolução do conhecimento.

EDUCAÇÃO INFANTIL

ENSINO FUNDAMENTAL I E II

ENSINO MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL

ECOSISTEMA
ANGLO



Matrículas
Abertas!



EDUCAÇÃO
de QUALIDADE

PLATAFORMA:
plurall



POLÔ EAD - COTIA
UNINOVE
Universidade Nove de Julho

SKILL
Habilidades



PARCERIAS:

SISTEMA ANGLO DE ENSINO
OXFORD UNIVERSITY PRESS
MIND MAKER
SEMENTE (SOCIOEMOCIONAL)

[INSTAGRAM.COM/SOUTALENTO](https://www.instagram.com/soutalento)
 [FACEBOOK.COM/COLEGIOTALENTO](https://www.facebook.com/colegiotalento)
 [YOUTUBE.COM/TVCOLEGIOTALENTO](https://www.youtube.com/tvcolegiotalento)



PORTARIA 01

Rua Janete, 32, Jardim Dinorah

PORTARIA 02

Estrada Velha da Estação, 597, Jardim Dinorah - Cotia / SP



(II) 4616-0859

(II) 4614-8970

(II) 99626-3960 - WhatsApp



contato@colegiotalento.com.br

WWW.COLEGIOTALENTO.COM.BR



Mostra de Cerâmica da Granja Viana rumo a 2ª edição

A Mostra de Arte em Cerâmica 2025 acontecerá novamente na Galeria de Arte e Fotografia Solange Viana, localizada no centrinho da Granja Viana.

Devido ao enorme sucesso da 1ª MOSTRA DE CERÂMICA DA GRANJA VIANA, o público pediu,

**Informações adicionais: 11 99912-1219 ou
galeriadeartesolangeviana@gmail.com**

e a galeria topou continuar, mas de uma maneira diferente. A mostra será permanente, sem data para acabar.

Serão 10 peças para cada artista selecionado.

Logo, logo a data de início será divulgada!

USP disponibiliza livros gratuitos

A Universidade de São Paulo (USP) oferece na internet uma variedade de livros gratuitos, isso em diversas áreas de estudo. Desde engenharia, saúde, educação, turismo, arquitetura e até mesmo coleções temáticas, os livros podem ser facilmente baixados através das plataformas online da instituição.

O que está disponível para download gratuito?

Além de mais de 900 livros, há também mais de 7.400 publicações internacionais de 60 países, que incluem jornais e revistas sobre gastronomia, artes, ciências, esportes e entretenimento.

Acesse:



Lucas Netto no Shopping Granja

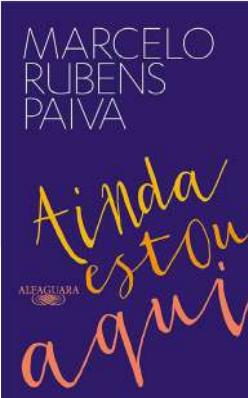
O Parque do Lucas Netto - minha colônia em Marte aterrissa no Shopping Granja Vianna com dono inflável, escorregador foguete, piscina de bolinhas, jogo da memória. Os valores poderão ser consultados na bilheteria. [@granjavianna](http://granjavianna)

Dica de leitura

"Ainda Estou Aqui", de Marcelo Rubens Paiva

Inspiração por trás do filme de mesmo nome pré-indicado ao Oscar 2025, "Ainda Estou Aqui" retrata a história de sua mãe, Eunice Paiva. Tendo sido uma mulher de muitas vidas, Eunice foi casada com o deputado Rubens Paiva, cassado e exilado em 1964. Mãe de cinco filhos, passou a criá-los sozinha quando, em 1971, o marido foi preso por agentes da ditadura, sendo torturado e morto. Em meio à dor, ela se reinventou. Voltou a estudar, tornou-se advogada, defensora dos direitos indígenas. Nunca chorou na frente das câmeras.

Ao falar de Eunice, e de sua última luta, desta vez contra o Alzheimer, Marcelo Rubens Paiva fala também da memória, da infância e do filho. E mergulha num momento obscuro da história recente brasileira para contar — e tentar entender — o que de fato ocorreu com Rubens Paiva, seu pai, naquele janeiro de 1971.



Dica de passeio

O Parque Nacional de Itatiaia, localizado na Serra da Mantiqueira, na divisa entre os estados do Rio de Janeiro e Minas Gerais, é um dos destinos mais procurados por quem ama estar em meio à natureza e do ecoturismo no Brasil. Criado em 1937, é o parque nacional mais antigo do país e oferece uma combinação única de biodiversidade, paisagens exuberantes e atividades para visitantes de todas as idades.

O acesso é facilitado por sua localização estratégica na Rodovia Presidente Dutra (BR-116), a cerca de 180 km do Rio de Janeiro e 260 km de São Paulo.

A entrada principal fica na cidade de Itatiaia (RJ), onde se encontra a parte baixa do parque, enquanto o acesso à parte alta é feito pelo município de Itamonte (MG).

O ingresso custa R\$44,00 para visitantes brasileiros, com meia-entrada para estudantes, idosos e pessoas com deficiência. Crianças menores de 12 anos não pagam. Moradores de Itatiaia, Resende, Bocaina de Minas e Itamonte pagam apenas R\$ 4,00.

A entrada para estrangeiros tem custo diferenciado.

www.pnitatiaia.com.br/loja

Em seu ponto mais alto, conhecido como Pico das Agulhas Negras, o parque apresenta uma altitude que varia entre 600 e 2.791 metros, com um relevo formado por montanhas e diversas elevações rochosas.

Batalha Medieval em São Roque

Prepare-se para uma jornada épica! No Medieval Combat Brasil, você encontrará coragem, glória e muita adrenalina. Não perca a oportunidade de vivenciar batalhas incríveis e toda a emoção do combate medieval ao vivo!

- **Assista a guerreiros habilidosos** lutando com armaduras e armas autênticas, recriando batalhas épicas da Idade Média.
- **Banda e Show de Dança:** desfrute de música ao vivo e apresentações de dança que irão transportá-lo direto para a era medieval. (NÃO INCLUSO NO VALOR)



• **Food Park Medieval:** saboreie deliciosas comidas e bebidas típicas da época em um ambiente temático único. (NÃO INCLUSO NO VALOR)

Horário e local : 1h00 – 21h00
São Roque, Estr. Turística do Morro do Saboó, 1601 - Saboó, São Roque - SP
Informações: www.ocastelo.com.br

Carnavalizando

Ainda que o Carnaval de 2025 seja apenas em março, a folia começa a movimentar as ruas da capital paulista em fevereiro. A programação do pré-Carnaval de São Paulo já começou e os finais de semana já estão agitados por blocos de rua, festas e ensaios abertos, incluindo os das escolas de samba no Sambódromo do Anhembi.



Maior detentora de títulos do São Paulo, a escola de samba Vai-Vai terá como samba-enredo para o Carnaval de 2025. "O Xamã Devorado y A Deglutição Bacante de Quem Ousou Sonhar Desordem" é o título do tema desenvolvido pelo carnavalesco Sidnei França

Escolas de Samba - A
agenda completa
dos ensaios pode ser
conferida no site da
Liga Independente das
Escolas de Samba de São
Paulo (Liga-SP), órgão
civil responsável pela
organização dos desfiles
na capital.

Frente fria no Raposo Shopping



Enquanto o verão toma conta, uma "Aventura Congelante" chegou no Raposo Shopping. Um incrível iglu interativo faz parte do espaço.

Carrossel, piscina de bolinha e outros brinquedos encantadores farão dessa experiência maravilhosa.

Consulte valores na bilheteria.

@rapososhopping

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



Estilo e sofisticação agora têm um novo endereço na Granja Viana! A **Believe** acaba de abrir suas portas, trazendo o que há de melhor em moda. São peças atemporais de muita qualidade para mulheres poderosas de todas as idades.

Anota aí: a Believe fica Estr. do Capuava, 4571 lote 4 no Vintage Center. [@maison.believe](https://www.maison.believe.com.br)

www.maisonbelieve.com.br



A nossa colunista de bem-estar **Eliana Tessitore** reuniu a imprensa e convidadas para uma oficina especial para aprender os segredos dos sais de banho de Cleópatra.

Foi uma tarde deliciosa! [@eliana.tessitore](https://www.instagram.com/eliana.tessitore)



Segurança

Prefeito de Cotia anuncia melhora no patrulhamento da Granja Viana

Wellington Formiga anunciou a promoção de todos os Guardas Civis, até o aniversário de Cotia, no mês de abril. Falou também sobre a renovação de toda a frota municipal com: 25 veículos Duster para o operacional; implantação de seis bases comunitárias (atualmente a corporação tem uma que está sem uso); nove veículos Jeep Compass para a equipe especializada da ROMU; uma picape S10 cabine dupla para Guarda Civil Ambiental e



uma Sprinter com 16 lugares para transporte da GCM em serviço.

O Projeto Educando, de resistência e fortalecimento contra as drogas, também será retomado no início do ano letivo. Alunos da rede municipal participarão de aulas ministradas pela Guarda Civil Municipal com orientações para prevenção do uso de drogas e de outras substâncias que causam dependência e violência. Outra medida que começa a

ser implantada é o aumento do patrulhamento da guarda nas áreas comerciais de Cotia, Caucaia do Alto e Granja Viana. Para os próximos meses, a Prefeitura de Cotia vai realizar estudos sobre a reformulação e mudança (conforme necessário) das bases da guarda que hoje são subutilizadas, aquisição de novos fardamentos e retorno efetivo da Guardiã Maria da Penha, além da continuidade ao concurso público para contratação de novos agentes de segurança.

Urgente - O Ministério Público de São Paulo, publicou no dia 21/01 pedido de liminar promovendo a Ação Direta de Inconstitucionalidade do Plano Diretor e das Leis de Uso e Ocupação de Solo de Cotia. Ou seja, a verticalização não será possível.

Segundo os documentos, a ausência de planejamento técnico no processo legislativo de leis que versam sobre matéria urbanística e a falta de respeito ao meio ambiente atenta contra o princípio constitucional da vedação ao retrocesso socioambiental e ao meio ambiente ecologicamente equilibrado.

Zona Azul cancelada - A Prefeitura de Vargem Grande Paulista vai suspender provisoriamente a Zona Azul no município. Após reunião entre a administração e os representantes da empresa que operam o sistema, foi definida a suspensão para uma análise de melhorias.

Fiação subterrânea - O Projeto de Lei 2963/24, em análise na Câmara dos Deputados, determina que as redes de transmissão de energia elétrica, telefonia, dados via fibra óptica e televisão a cabo sejam exclusivamente subterrâneas. O texto dá um prazo de 15 anos para que a medida seja executada, independentemente se as redes são operadas pela iniciativa privada ou setor público.

IPTU 2025

A Prefeitura de Cotia prorrogou a data de vencimento da parcela única do IPTU 2025 (com 10% de desconto) e da primeira parcela que venceram em 21 de janeiro para dia 14 de fevereiro de 2025. A mudança se deu por conta de instabilidade no sistema de emissão da 2ª via do tributo.

O tributo poderá ser pago em até 12 vezes desde que cada parcela não seja inferior a R\$50, quem optar pelo pagamento à vista terá 10% de desconto. Apesar da mudança da data da 1ª parcela e da cota única, a Secretaria da Fazenda e Planejamento informou que as demais parcelas do tributo vencerão sempre no dia 20 de cada mês, quando a data cair em fim de semana ou feriado, o imposto poderá ser pago no próximo dia útil sem incidência de multa.



Zeladoria no Parque Teresa Maia

Isabela Menezes, representante da EcoFeira Granja Viana, reuniu-se com Fernando Guedes de Almeida, novo administrador da Regional da Granja Viana, para discutir melhorias no Parque Teresa Maia, sede da EcoFeira há 13 anos.

A manutenção do parque já começou em janeiro.

Alistamento Militar

Jovens nascidos no ano de 2007 têm até o dia 30 de junho de 2025 para realizarem o alistamento militar. Independentemente de ter completado os 18 anos até o mês de junho, o alistamento é obrigatório.

O alistamento poderá ser feito remotamente, pelo site (<https://alistamento.eb.mil.br/alistamento>) ou baixar o aplicativo do Exército Brasileiro. Quem preferir poderá fazer o alistamento presencialmente. Em Cotia, a Junta Militar fica no Centro Administrativo de Cotia (CAC), localizado na rua Jorge Caixe, 306 A, térreo, Jardim Nomura. Quem nasceu antes de 2007 só conseguirá fazer o alistamento presencialmente.



FARMÁCIAS



**Farmácia
Harmonia**
MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA



11 9.9104-1349

11 4616-1615

*CONSULTE TAXAS DE ENTREGA



AV. PROF. MANOEL JOSÉ PEDROSO, 1740 - COTIA SP
11 4703-0314 | 11 4616-8944

Tudo

ANUNCIE AQUI:
11 99972-9795

BIOMEDICINA INTEGRATIVA

Dra Valêscia C. F. Barbio

Biomédica Integrativa

CRBM 16.458 - SP

(11) 96039-8252

@vb.biomedicinaintegrativa

SHOPPING OPEN MALL THE SQUARE
Rod. Raposo Tavares , Km 22,14
Bloco A - Sala 320 - Lageadinho - Cotia - SP

Atendimento presencial e on-line

Método Kovacsik
Cromoterapia
Terapia Floral
Acupuntura
REIKI
Homeopatia
Aromaterapia
Rádiestesia Genética

CIRURGIA PLÁSTICA

Dr. Mauro Henrique de Sá Adami Milman
Cirurgia Plástica Estética e Reparadora
CRM 101.917

Cirurgia
Estética

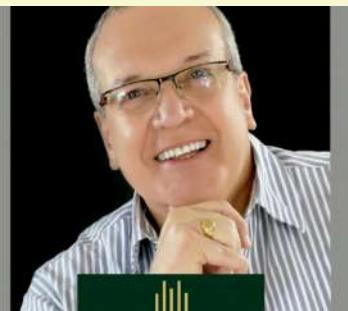
Cirurgia
Reparadora

Cosmetria

The Square Open Mall
Bloco F - Conjunto 111 - Rod. Raposo Tavares,
Km 22, sentido interior, Granja Viana - SP

Tel: (11) 2898-9823 | (11) 96638-8654
www.drauhenrique.com.br

MEDICINA ORIENTAL E QUIROPRAXIA



J.Melo

Medicina Oriental e Quiropraxia

**ESPECIALISTA em DORES
e INFLAMAÇÕES**

MAIS DE 20 ANOS DE EXPERIÊNCIA

(11) 97217-8181

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

ODONTOLOGIA E ORTODONTIA

WWW.SORRISODAGRANJA.COM.BR



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

Odontologia de Excelência:
Intervenção de periodontal, restaurações estéticas, próteses, implante, ortodontia, endodontia, cirurgia, periodontia, odontopediatria, botox/preenchimento ou clínica geral
CROCL 15046



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

CONFIRA AS CONDIÇÕES POR TELEFONE

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

4612-8980 / 9 8320-0612

www.juniorexpress.com.br

juniorexpress.24hs@hotmail.com



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

**SIGA NOSSAS
REDES SOCIAIS**

[@tudoemrevista](https://www.instagram.com/tudoemrevista) [@revistatudo2021](https://www.facebook.com/revistatudo2021) [@revistatudo](https://twitter.com/revistatudo)

Tudo

ANUNCIE AQUI:
11 99972-9795

**PREÇO
ESPECIAL!**

AULAS DE ESPAÑOL

- ✓ Professor Nativo
- ✓ Aulas online - Google Meet
- ✓ Nível Básico
- ✓ Turmas nas terças e quintas
- ✓ Horários: 18h30 às 20h00
e 20h30 às 22h00
- ✓ Máx. 5 alunos

INÍCIO 10 DE MARÇO

PROFESSOR VÍCTOR
1199572-3368

A professional woman with dark hair and glasses, wearing a white blouse, is smiling at the camera. She is positioned in front of a desk with a computer setup. The background shows a bright office environment with shelves containing books and files. The overall image conveys a sense of a modern, professional workspace.

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



SITE

REVIEWS 2020 | 41

Tudo conectado

E nossas redes sociais vêm crescendo e sendo admirada cada dia mais!!!! Obrigaduuuuu, por fazer parte desta trajetória, através de suas curtidas, comentários, compartilhamentos e visualizações. Isso é Tudo!!!!

Se você quer ver um conteúdo dinâmico, divertido e interessante, continue seguindo nossa página @tudoemrevista, O MAIORINSTAGRAM DE DICAS DA REGIÃO DA GRANJA VIANA! Tudo, né?

Veja aqui algumas publicações que deram o que falar!!!!



A publicação sobre Consórcio na Celia Xavier Seguros foi a de maior alcance: 20K. Não viu? Ainda está em tempo!



O post que fizemos sobre a Rodovia Raposo Tavares alagada, foi uma das mais visualizadas 20k. Confira já!



O reels mostrando os móveis da Mix Conceito fez muito sucesso! E ficou lindo mesmo!



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 nossos stories, 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



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.

Possuimos 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 pets, 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

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

PARCELE EM ATÉ 12X S/ JUROS



RAPOSO TAVARES KM28



PROGETTODECOR_OFICIAL



(11) 4702-5663