

Edição 50 - 2023

VillaUP

Passaio ideal

QUAL O SEU ESTILO?

55

FREE FLOW -- O QUE É?
CONHEÇA O NOVO SISTEMA DE PEDÁGIO

44

PLANEJAMENTO FAMILIAR
POR DRA. REGINA PAULA ZAMBOTTI

69

IMAGEM: Pixabay/people-2582812_1280

REVISTA DIGITAL INTERATIVA
DA COMUNIDADE DE AMERICANA, NOVA ODESSA,
SANTA BÁRBARA D'OESTE e SUMARÉ

- 3** **AGENDA SEMANAL**
Datas Comemorativas
- 6** **BRAÇO DE FERRO**
Medalhas
- 13** **EDITORIAL**
Nossa gratidão por você
- 16** **GLAUCOMA E O CINEMA**
Saúde
- 22** **ÓPTICO - O QUE É?**
Profissão
- 30** **NICOLA CAGE**
Celebridade
- 35** **MEIRE PRADO BALLETT**
Bailarina Isabela Nardy
- 40** **NOVA ODESSA**
Horário especial do comércio
- 41** **SUMARÉ**
Horário especial do comércio
- 42** **AMERICANA**
Horário especial do comércio
- 43** **PROGRAMAÇÃO DE NATAL**
Nova Odessa
- 44** **FREE FLOW - CONHEÇA**
Pedágio
- 49** **SUGESTÃO DE CEIA**
Culinária
- 55** **O PASSEIO IDEAL**
Capa
- 69** **PLANEJAMENTO FAMILIAR**
Saúde
- 76** **FALE CONOSCO**
Sua opinião é importante para nós
- 77** **MENSAGEM DA SEMANA**
Frases inspiradoras

Agenda COMEMORATIVA

11
SEG

Dia do Engenheiro
Dia Internacional das Montanhas
Dia Nacional da Câmara Júnior
Dia Nacional das APAEs
Dia do Tango

12
TER

Dia do Plano Nacional de Educação

13
QUA

Dia Nacional do Cego
Dia do Marinheiro
Dia do Ótico
Dia do Engenheiro Avaliador e Perito de Engenharia
Dia do Pedreiro
Dia Nacional do Forró
Dia do Lapidador

14
QUI

Dia Nacional do Ministério Público
Dia Nacional de Combate à Pobreza
Dia do Engenheiro de Pesca

15
SEX

Dia do Arquiteto
Dia Nacional da Economia Solidária
Dia do Jardineiro
Dia do Reservista

16
SÁB

Dia do Teatro Amador

17
DOM

Dia do Engenheiro de Produção

**PRÉDIO
NOVO**

SALAS 100%
CLIMATIZADAS

INÍCIO DAS
AULAS EM 2024

Graduação em gestão de:
RECURSOS HUMANOS
NEGÓCIOS E INOVAÇÃO
LOGÍSTICA INTEGRADA - NOVO



VESTIBULAR FATEC SUMARÉ

FACULDADE PÚBLICA - PRESENCIAL - 100% GRATUITO

INSCRIÇÕES ABERTAS
DE 16/10 ATÉ 12/12 PELO SITE:

VESTIBULARFATEC.COM.BR

Realização:



Fatec
Sumaré

Apoio:



grupoepj

 **FATECSUMAREOFICIAL**

 **FATECSUMARE.COM.BR**

 **(19) 9 9218-7436**



Lembrete
INSCRIÇÕES ABERTAS
ATÉ 12/12

CLIQUE AQUI

GRADUAÇÃO EM
LOGÍSTICA INTEGRADA

**CURSO
NOVO**

**PRÉDIO
NOVO**
SALAS 100%
CLIMATIZADAS

**PRESENCIAL
MATUTINO
100% GRATUITO
40 VAGAS**

Acesse:
VESTIBULARFATEC.COM.BR

CP
Centro
Paula Souza

Fatec
Sumaré

INSCRIÇÕES ABERTAS DE 16/10 ATÉ 12/12/2023

**A EQUIPE VIPER
CONQUISTA**

11 MEDALHAS

BRAÇO DE FERRO

Equipe conquista pódio no
Brasileiro de Seleções e
garante vaga no Panamericano

Por Diretoria de Comunicação da Prefeitura de Nova Odessa

[Índice →](#)

BRAÇO DE FERRO



IMAGEM: PMNO

Mais um excelente resultado da equipe Viper de luta de braço de Nova Odessa, o famoso “braço de ferro”. Os atletas integraram a Seleção Paulista no Campeonato Brasileiro de Seleções disputado no domingo (02/12), em Rafard. O torneio contou com mais de 250 atletas de dez estados e a equipe de São Paulo se classificou em 1º lugar, seguido de Mato Grosso (2º lugar) e a Federação Gaúcha (3º lugar).

A equipe Viper conquistou 11 medalhas, e teve como destaque Fernando Magalhães “Big”, que se sagrou campeão invicto na categoria 85kg Sênior. Os demais atletas medalhistas – Mariana Moura, Alex Adriano, Cassius Monroe, Luis Carlos Sabino e Welinton Rocha – também carimbaram o passaporte para o Panamericano, que acontecerá ano que vem no Peru.

“ A equipe vai comemorar as conquistas treinando ainda mais forte para o Panamericano. Vamos nos concentrar nos treinos para melhorar ainda mais e tentar trazer medalhas desta importante competição ”

disse Luis Sabino, atleta e técnico da equipe.

O secretário municipal de Esportes e Lazer, Renan Reis, parabenizou os atletas.

“ Deixamos os parabéns a esta talentosa equipe Viper de luta de braço de nossa cidade pelo talento, pela dedicação e por representarem Nova Odessa em competições de alto nível, e como sempre trazendo medalhas para o município ”

“

“Em nome da equipe Viper, agradecemos os nossos parceiros que nos apoiaram durante o ano de 2023, pois se não fosse por eles, não teríamos tido resultados tão positivos. Nosso muito obrigado aos Supermercados Paraná, ao prefeito Cláudio Schooder (o Leitinho) e à Secretaria Municipal de Esportes, à TV WA Notícias e ao Pusch Games. ”

”

finalizou Luis Sabino.

Os treinos da Viper acontecem no Ginásio Municipal de Esportes do Jardim Santa Rosa. Os empresários que tiverem interesse em patrocinar a equipe devem entrar em contato com Sabino, pelo WhatsApp (19) 99236-6436.



MEDALISTAS

Fernando Magalhães “Big”

Campeão invicto na categoria 85 kg sênior

Mariana Moura

2º lugar braço direito – categoria livre sênior

2º lugar braço esquerdo – categoria livre sênior

Alex Adriano

2º lugar braço direito – categoria 110 kg sênior

3º lugar braço esquerdo – categoria 110 kg sênior

Cassius Monroe, atleta e técnico

2º lugar braço direito – categoria 60 kg máster

2º lugar braço esquerdo – categoria 60 kg máster

Luis Carlos Sabino, atleta e técnico

2º lugar braço esquerdo – categoria 100 kg gran máster

3º lugar braço direito – categoria 100 kg gran máster

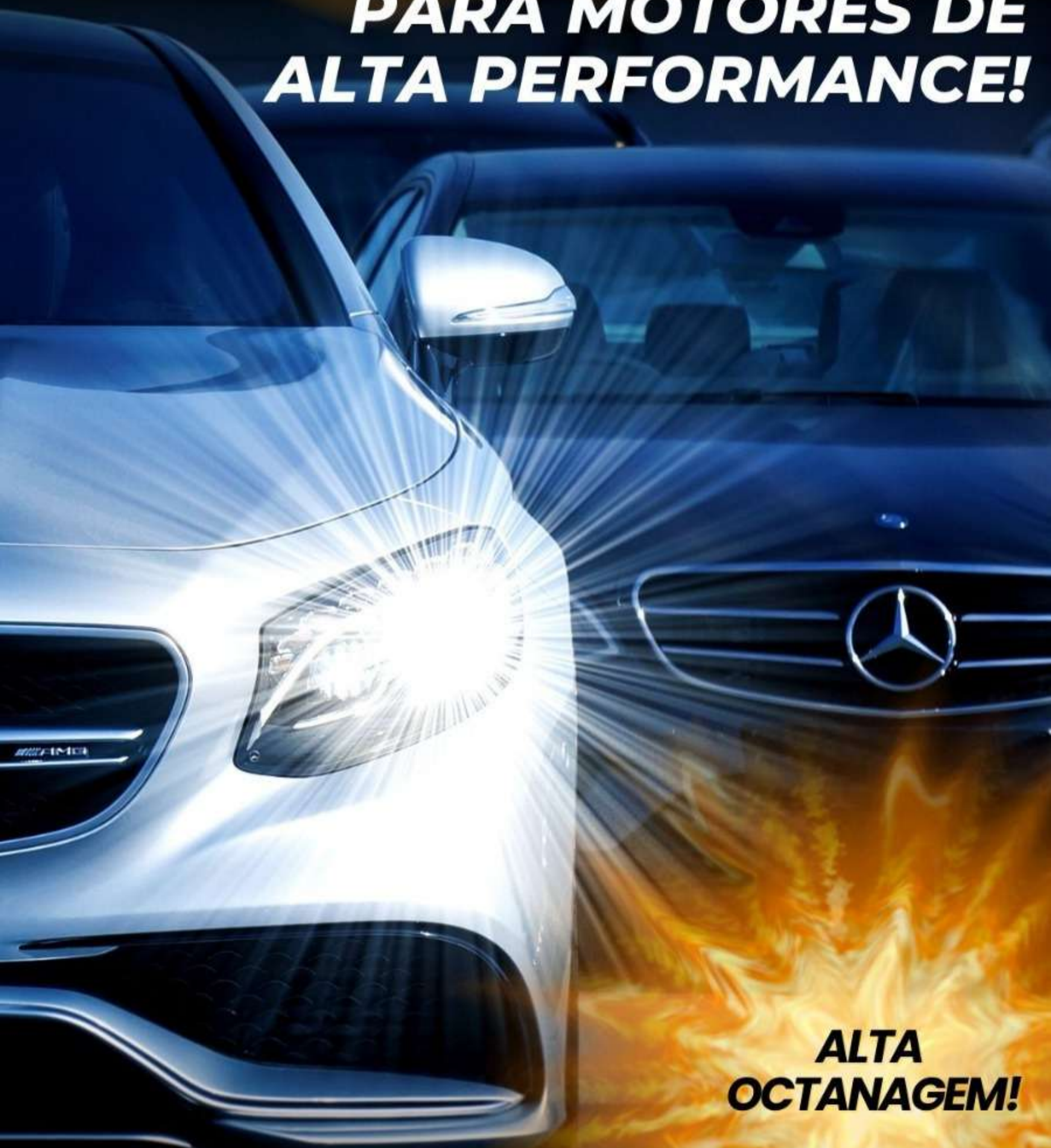
Welinton Rocha, atleta e técnico

5º lugar braço direito e esquerdo – categoria 80 kg máster



Ipimax Pro!

**PARA MOTORES DE
ALTA PERFORMANCE!**



**ALTA
OCTANAGEM!**

📍 Av. de Cillo, 752 Americana / SP



 **(19) 9 8286-9899**

Toda a SOFISTICAÇÃO que sua casa merece



Gesso (Forro, Sanca, Parede,
Moldura, Boiserie)
Pintura e Elétrica
Papel de Parede
Box e Espelho
Piso Laminado e Vinílico



GESSATO
— HOME DECOR —



Queridos leitores da Villa Up,

É com imensa gratidão que dedicamos este editorial a vocês, leitores assíduos que nos acompanham fielmente, e também aos novos inscritos que se juntaram à nossa comunidade. Este é um momento especial em que celebramos não apenas o fim de um ano, mas também as possibilidades emocionantes que as férias de fim de ano nos proporcionam.

Em nossa matéria de capa, exploramos uma variedade de estilos de passeios para as férias, inspirando aventuras memoráveis e momentos inesquecíveis. Desde destinos agitados até refúgios tranquilos, buscamos trazer opções para todos os gostos.

Além disso, não poderíamos deixar de lado a essência gastronômica das festividades. Preparamos uma pitada sobre culinária para a ceia, com dicas para facilitar seu dia a dia e tornar seu Natal ainda mais saboroso e especial.

E para aqueles que buscam informações valiosas sobre planejamento familiar, oferecemos orientações sobre métodos que podem contribuir para uma jornada de planejamento consciente e cuidadoso. Neste período de celebração e união, desejamos a todos um Natal repleto de amor, alegria e paz. Que este momento seja marcado por sorrisos compartilhados e momentos preciosos ao lado daqueles que mais amamos.

Obrigado por fazerem parte da família Villa Up. Feliz Natal!

Com carinho,

A equipe da Villa UP



Programa
MANHÃ PARAÍSO

DE SEGUNDA A SEXTA

7 h às 10 h

**Música, Informação,
entrevista, Interação
Prêmios**

APRESENTAÇÃO LOCUTOR

Charles Reis

OUÇA-NOS

Rádio FM 90,9

Aplicativo paraíso FM 90,9

Facebook: radio paraíso FM 90,9

RECEBA GRÁTIS



Salve o número

(19) 9 9917-8937

em seu celular e clique no botão
abaixo para receber grátis

toda semana a

REVISTA DIGITAL INTERATIVA

VillaUP



**QUERO RECEBER GRÁTIS A REVISTA
VIA WHATSAPP**

GLAUCOMA

E O CINEMA

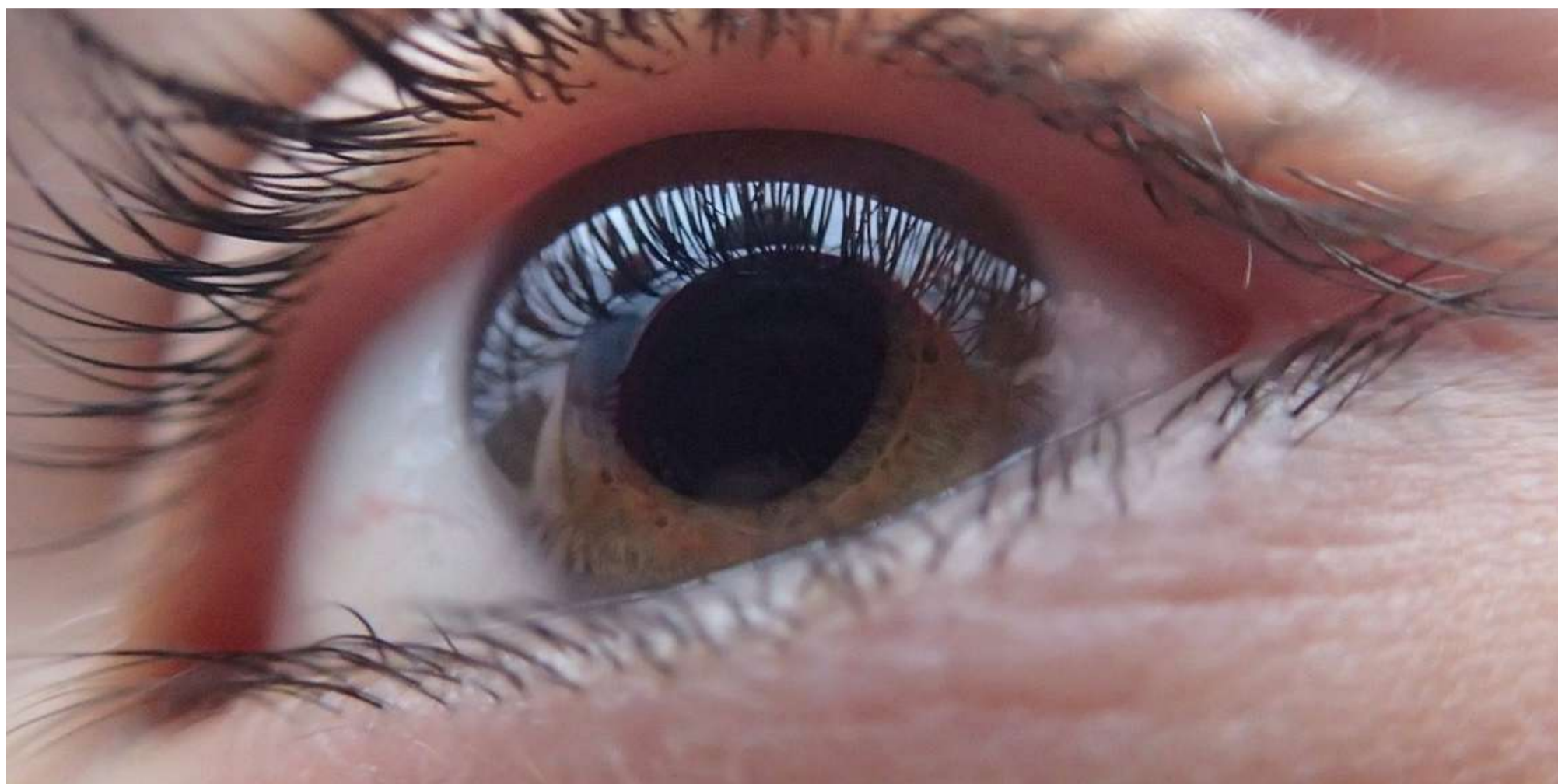


IMAGEM: PIXABAY - EYE-321961_1280

**ESTIMA-SE QUE 2,5 MILHÕES
DE BRASILEIROS VIVAM COM
ESSA CONDIÇÃO**

De 7 a 15 de dezembro, cinemas de 125 cidades do Brasil exibirão um filme de 29 segundos alertando sobre os riscos do glaucoma, a principal causa de cegueira irreversível no mundo.

A campanha, da Sociedade Brasileira de Glaucoma (SBG), busca conscientizar sobre exames preventivos anuais com oftalmologista. No cinema, atingirá cerca de 150 mil pessoas, mostrando os efeitos avançados da doença.

Uma pesquisa da SBG revelou que 90% dos 1.636 entrevistados não sabiam de seus sinais de risco para o glaucoma. Estima-se que 2,5 milhões de brasileiros vivam com essa condição.

Globalmente, 3,6 milhões são cegos e 4,1 milhões têm deficiência visual grave devido ao glaucoma. Estima-se que até 2040, 114 milhões serão afetados, com prevalência de 1% a 2% na população geral e 6% a 7% em maiores de 70 anos. O diagnóstico tardio é comum: em 2022, foram feitas 10.805.942 consultas oftalmológicas pelo SUS no Brasil. Cerca de 6,7% das pessoas consultam um oftalmologista ao menos anualmente.

Por isso, o glaucoma é frequentemente

descoberto em estágios avançados, tornando o tratamento mais caro (quatro vezes mais que na fase inicial) e difícil. Isso causa danos irreversíveis na visão, levando a mais acidentes e custos adicionais.

O diagnóstico precoce, por meio de consultas anuais, pode retardar o avanço da doença. O glaucoma inicialmente afeta a visão periférica, e quando 60% do nervo ótico está comprometido, os sintomas começam a ser perceptíveis.

Apesar de afetar pessoas de todas as idades, o glaucoma não apresenta sintomas claros, mas sinais como pressão intraocular elevada, diabetes, hipertensão, miopia e defeitos no nervo ótico.

Não há cura definitiva, mas é possível estabilizar a doença com intervenções adequadas, todas disponíveis no SUS. Tratamentos variam de colírios gratuitos a procedimentos como laser e cirurgias, se prescritos por um médico.

Consultar um oftalmologista regularmente é essencial para proteger sua visão. Ao detectar precocemente o glaucoma, é possível retardar seu avanço e preservar a qualidade de vida. Não deixe de agendar sua consulta anual com um especialista qualificado. Sua visão merece cuidados dedicados e a prevenção é sempre o melhor caminho para garantir um futuro com saúde ocular.



IMAGEM: PIXABAY - EYE-CARE-5016057_1280

Aumente em até

60%

a sua geração de
novos negócios!



F2WMARKETING

www.f2wmarketing.com.br



AGENDA CULTURAL

DEZEMBRO 2023

CAT SESI
SUMARÉ



MÚSICA

7 DE AÇO
Guilherme Lamas

16 de Dezembro
Sábado, às 15h

TODA A
PROGRAMAÇÃO É
GRATUÍTA

SESI

Adquira seu ingresso
gratuitamente pelo MEU SESI



Dia do Óptico

IMAGEM: CANVA

A PROFISSÃO É UMA
PEÇA-CHAVE NA
MELHORIA DA VISÃO
DAS PESSOAS



Antes de iniciar nossa conversa vamos esclarecer alguns pontos a palavra óptica deve ser usada somente para os fenômenos da visão, já a ótica pode ser sinônimo de óptica ou relativo ao ouvido (audição), porém a derivação da palavra correta muitas vezes pode causar uma divergência quanto a atividade, logo é prudente que deixemos a Óptica para a visão e a Ótica para a audição.

A história da óptica no Brasil

Na colonização do século XVI, os primeiros óculos chegaram com jesuítas e funcionários portugueses. A descoberta do ouro impulsionou a economia e a leitura, com reformas educacionais em 1760 fortalecendo esse mercado. Óculos artesanais feitos por técnicos oculistas, principalmente da Alemanha e França, apareceram no Brasil. Dom Pedro II usou óculos produzidos por Joseph Hersched. A história do país entrelaça-se com a da óptica, destacando a importância dos ópticos, justificando a celebração do Dia do Óptico.

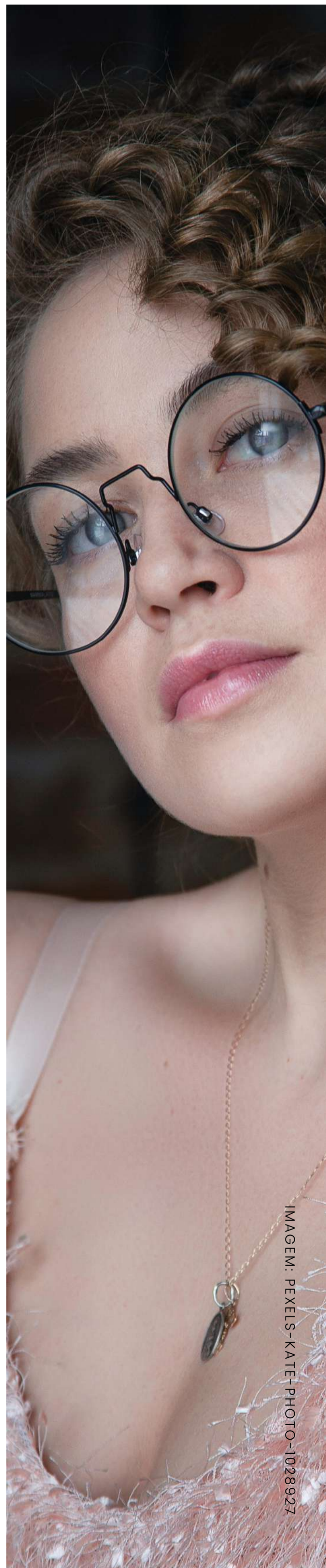
Quando é comemorado o Dia do Óptico?

O Dia do Óptico coincide com a celebração de Santa Luzia, ligada à história de uma santa martirizada por sua fé, tornando-se protetora dos olhos após perder sua visão durante o martírio. Essa data é compartilhada com o Dia da Pessoa com Deficiência Visual. A óptica está intrinsecamente ligada à luz e à refração, sendo essencial para corrigir a visão. O óptico desempenha um papel crucial, interpretando prescrições e oferecendo soluções como óculos, lentes de contato e outros dispositivos. A profissão é uma peça-chave na melhoria da visão das pessoas, combinando conhecimento técnico e cuidado para proporcionar soluções visuais adequadas.



O que faz um óptico?

O óptico é essencial nas óticas, cuidando da correção visual através de óculos, lentes e mais. Lê prescrições, fabrica lentes, interpreta receitas e orienta clientes. Com legislações de 1932 e 1934, surgiram especializações e cursos técnicos na área. A figura do técnico em óptica está sendo substituída pelo atendente, resultando em lacunas técnicas na interpretação de prescrições e adaptação de lentes. O papel conjunto entre oftalmologia e optometria é crucial, ligando quem prescreve e quem produz soluções para a visão. O óptico é o elo que materializa a prescrição, merecendo reconhecimento e respeito por seu trabalho transformador na saúde visual das pessoas.



Parabéns aos ópticos por toda a dedicação que empenha para a melhora nas condições de visão das pessoas, uma profissão simplesmente mágica.



(19) 9 9608 4133



Colaborador:

Janio de Souza Castilho Soares

Técnico em óptica – Senac Campinas

Técnico em Optometria- organizações Einstein de Ensino

Bacharel em Optometria – UNC – Canoinhas

Pós Graduado em Optometria – UBC – Brás Cubas



14^a MOSTRA DE ORQUÍDEAS DE SUMARÉ

**DE 15 A 17 DE DEZEMBRO,
DAS 8H ÀS 17H**

Local: Orquidário Municipal
Av. Eugênia Biancalana Duarte, 200 - Jd. Primavera



Prefeitura de
SUMARÉ
Renovada e Forte.



S.O.S.

ORQUÍDEAS AMERICANA

Diversas espécies de mudas e produtos
para manutenção

Rua São Lucas, 781
São Manoel - AMERICANA



99143.9114 - MARCELO

99284.9808 - MEIRE



QUER ANUNCIAR?

Conheça algumas das vantagens

SEGMENTAÇÃO. A mídia que permite melhor segmentação hoje em dia é a internet.



CUSTO REDUZIDO. Quando comparada às mídias tradicionais, a propaganda online é claramente mais em conta



DINAMISMO. Facilidade para alternar o anúncio com ofertas e promoções ou a arte em si.



INTERAÇÃO: Facilidade do cliente entrar em contato através de botões de ação disponibilizados na Revista



VISIBILIDADE: Aparecendo toda semana fica mais fácil atrair clientes e fortalecer sua imagem no mercado.



quero mais informações



NICOLA CAGE

POR QUE NÃO TEM REDE SOCIAL?

Nicolas Cage, um ícone de Hollywood, permanece distante das redes sociais, surpreendendo seus fãs e a mídia. Sua justificativa, compartilhada recentemente em uma entrevista à Wired, revelou um motivo singular para essa ausência:

o apego à estética das estrelas da Era de Ouro do cinema. Cage, um romântico por natureza, busca preservar o mistério e a aura que envolviam os grandes nomes do passado, evitando a constante exposição que as redes sociais proporcionam. Ele expressou sua preferência por momentos mais selecionados de visibilidade, como entrevistas e aparições públicas esporádicas.

Além disso, o ator abordou seus planos para o futuro, revelando uma inclinação para diminuir o ritmo frenético de sua carreira. A iminente marca dos 60 anos o levou a repensar suas prioridades, aspirando dedicar mais tempo à sua família e, especialmente, aos seus filhos.

Para Cage, o verdadeiro legado não reside apenas nas telas, mas na maneira como ele molda sua vida pessoal, questionando-se se está investindo o suficiente na educação, no convívio e no apoio aos seus filhos. Ele coloca ênfase na reflexão sobre seu papel como pai e na

e na construção de um legado que transcende sua carreira cinematográfica.

Nicolas Cage, conhecido por suas performances marcantes, mostra-se agora inclinado a uma abordagem mais seletiva em relação à fama e ao trabalho, priorizando valores que vão além do universo do entretenimento. Sua busca por preservar a estética clássica das estrelas de cinema, somada ao desejo de priorizar sua família e seu legado pessoal, oferece uma perspectiva singular sobre um dos astros mais enigmáticos de Hollywood.

“ A razão pela qual não estou nas redes sociais é muito simples. Sou um romântico e tenho grande carinho pelas estrelas de cinema da Era de Ouro que me inspiraram. Então, acho que, de alguma forma, estou tentando manter a estética da estrela de cinema da Era de Ouro. muito acesso, talvez um talk show ocasional ou uma entrevista como estamos fazendo, mas não twitte a cada cinco segundos. Para mim, perdemos todo o mistério e, francamente, acho isso chato. ”

Nicolas Cage



MS2 TiINFO

SOLUÇÕES
EM
INFORMÁTICA



9 9783 6712



Servidores Windows e Linux
Redes Wired e Wireless
Equipamentos
Softwares
Peças e Serviços
Assessoria geral em TI

www.ms2info.com.br



QUEM VÊ CARA NÃO VÊ EHLERS DANLOS

SAIBA MAIS



Mensagem

agora

Para Você:

As doenças não visíveis são reais, alguém do seu lado pode ter e precisar de ajuda!



ZBRA RARA

*Meire Prado Ballet celebra 25
anos de história em Nova Odessa*

Meire Prado *e* Isabela Nardy

Parceria de sucesso

MEIREPRADO
BALLET.PILATES

Fotógrafo: Marcelo Rocha



Meire Prado Ballet celebra 25 anos de história em Nova Odessa sob a direção incansável de Meire Prado, marcados por um árduo e apaixonado trabalho. Mais do que uma escola de dança e pilates, a instituição carrega consigo uma filosofia que vai além da formação artística, buscando nutrir a educação através da arte, moldando cidadãos responsáveis.

Este compromisso com a excelência não só se reflete na formação artística, mas também na conquista de reconhecimento profissional. Neste ano, testemunhamos um dos frutos mais expressivos desse empenho: **Isabela Nardy**, uma das melhores alunas da escola, foi aprovada para ingressar como trainee na Joffrey Ballet School.

Essa aprovação representa não apenas o início de uma jornada de quatro anos de estudos intensivos em balé clássico, mas também a obtenção de um diploma universitário em dança pela New Jersey City University.



Isabela deu seus primeiros passos na Meire Prado Ballet aos 3 anos de idade, sempre demonstrando uma dedicação e comprometimento exemplares, além de contar com o apoio inestimável de sua família, elemento crucial para seu sucesso, sem mencionar seu notável talento. Seu percurso já inclui aprovações em cursos de verão em Miami e prêmios conquistados em diversos festivais de dança, e agora ela se prepara para alçar voos ainda mais altos.




Esta conquista não é somente de Isabela, mas também é resultado do empenho incansável dos professores, que se dedicam arduamente para proporcionar um ensino de qualidade. A jornada da Meire Prado Ballet é marcada não apenas por esses 25 anos, mas também pela construção de sonhos e realizações que ecoam para além das barreiras da dança, influenciando vidas e moldando futuros brilhantes.

Colaboração:

MEIREPRADO
BALLET.PILATES



 (19) 9 9206 0523

 @meirepradoballet

NATAL PREMIADO ACINO

Compre nas lojas
participantes da
Campanha Natal
Premiado ACINO

Peça seu Cupom e
concorra a Prêmios!



Ontracedsgn

*Imagem meramente ilustrativa.

LOJAS PARTICIPANTES

ACADEMIA FLYNOW

APOSERV SERV. PREVIDENCIÁRIOS

AUGUSTO ROUPAS E BRINQUEDOS

BANHO & TOSA CÃOBELEIREIRO

BLACK ROSE NOVA ODESSA

D' JULLY MODAS

ELOAH MODA INFANTIL

ESPAÇO CULTURAL LARYSSA CAMARGO

HIDROLUZ ABC

IDEAL MADEIRAS

LION VEST

LUA AZUL MODA INFANTO JUVENIL

LUH MODAS

MARAMAR CONFECÇÕES

METRÓPOLE MATERIAIS ELÉTRICOS

NEW LOOK COSMÉTICOS

NOCAUTE MODA MASCULINA

OLGA TRAVESSEIROS

ÓPTICA AVENIDA

ÓPTICA BELL

ÓPTICA DE SALES

ÓPTICA EXÓTICA

ÓPTICAS CINARA

ÓPTICAS GR - GIOVANA ROSSATTO

PÉ DIREITO MODAS E CALÇADOS

PITUQUINHA MODAS

PLINIO PIEROZZI

PROAUTO NOVA ODESSA

REDS CALÇADOS

STUDIO YAMASHITA BY JOSELY

SUPERA GINÁSTICA PARA O CÉREBRO

TWISTER MODA JOVEM

UNIP - POLO CAMPO SALES

#NatalPremiadoAcino

A Campanha Natal Premiado ACINO tem início em 01/12/2023, termina em 18/01/2024. O sorteio dos prêmios será realizado no dia 25/01/2024, às 16h na Sede da Associação. Consulte o regulamento da campanha no site ou no App ACINO Nova Odessa Mobile.

Realização



Quem é daqui, compra aqui!



TRABALHO QUE DÁ RESULTADO



Horários de Funcionamento

- 07 de Dezembro - Quinta-feira**
Início da Abertura do comércio - Horário Especial
Das 9h às 22h

- 09, 16 e 23 de Dezembro - Sábados**
Horário Especial - Das 9h às 18h

- 10 e 17 de Dezembro - Domingos**
Horário Especial - Das 9h às 15h

- 24 de Dezembro - Domingo**
Véspera de Natal - Horário Especial - Das 9h às 17h

- 26 de Dezembro - Terça-feira**
Após o Natal - Horário Normal - Das 9h às 18h

- 30 de Dezembro - Sábado**
Horário Especial - Das 9h às 15h

- 31 de Dezembro - Domingo**
Comércio Fechado



Quem é daqui, compra aqui!

ACIAS

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL INDUSTRIAL
E AGROPECUÁRIA DE SUMARÉ

APRESENTA

PARADA MÁGICA DE NATAL

20/12, às 19h

Av. Sete de Setembro,
Centro - Sumaré

EVENTO
GRATUITO

APOIO:



OS HORÁRIOS PARA OS COMÉRCIOS COMEÇAM HOJE!

- **SEGUNDA À SEXTA** (07 E 08, 11 A 15, 18 A 22): **ABERTO ATÉ 22H**
- **SÁBADOS** (09, 16 E 23): **ABERTO ATÉ 18H**
- **DOMINGOS** (10 E 17): **ABERTO DAS 10H ÀS 16H**
DOMINGO (24): **ABERTO DAS 09H ÀS 16H**
- **TERÇA** (26/12 E 02/01): **TRABALHO A PARTIR DAS 12H**
- **DOMINGO** (31/12): **COMÉRCIO FECHADO**

Aproveite para se programar!

horário especial

Americana

Horário especial em Dezembro

a partir de 07/12

Segunda à Sexta das 9h às 22h

Sábado das 9h às 18h

Domingo das 9h às 15h

Especial de Natal

24/12 das 9h às 17h

26/12 das 9h às 18h

Especial de Ano Novo

30/12 das 9h às 18h

31/12 - COMÉRCIO FECHADO

02/01 das 9h às 18h



PREFEITURA DE
**NOVA
ODESSA**



Um natal mais feliz

• NOVA ODESSA 2023 •

QUI | 14 DEZ

18h Cantata de Natal

Alunos da Educação Municipal

20h Apresentação 'Christmas Choir'

Nova Odessa Idiomas

 **Atração surpresa!**

SEX | 15 DEZ

19h Apresentação Espaço Laryssa Camargo

Trem Iluminado da RUMO

SAB | 16 DEZ

19h Show Forró DiCasa

20h30 Show Sâmi Rico

DOM | 17 DEZ

19h Noite do Flashback com Turma do Passinho

e Flashback da Igreja São Jorge

QUA | 20 DEZ

19h Apresentação da Escola Castelinho

20h Cantata de Natal

Alunos da Educação Municipal

QUI | 21 DEZ

20h30 Legião Urbana Cover do Brasil

 **Atração surpresa!**





CONHEÇA O FREE FLOW

VOCÊ JÁ OUVIU FALAR DO NOVO SISTEMA DE PEDÁGIO QUE ESTÁ SENDO IMPLEMENTADO NAS ESTRADAS DO BRASIL?

O governo federal sancionou em **junho de 2021** a Lei n.º 14.157/21 para reduzir os valores cobrados nos pedágios das rodovias brasileiras. No início deste ano, o Contran regulamentou o pedágio free flow, oferecendo comodidade aos usuários frequentes das estradas brasileiras, sejam eles viajantes ou trabalhadores.

Esse modelo, amplamente utilizado na Europa, EUA e Chile, já está funcionando na Rio-Santos (BR-101) e no Rio Grande do Sul, e em breve será estendido para outras rodovias do país.

Mas afinal, o que é o pedágio free flow e como ele opera? Antes de tudo, um resumo rápido sobre os pedágios: Os pedágios são fundamentais para financiar a construção e a manutenção das estradas, gerando receita para o governo e permitindo a alocação de recursos em outras áreas. No Brasil, são regulamentados pela ANTT, e suas tarifas dependem do custo da construção e manutenção das estradas, do volume de tráfego e da distância percorrida.

São equipamentos eletrônicos, câmeras com alta tecnologia de leitura instaladas em pórticos nas rodovias que identificam os veículos. Assista ao vídeo da CCR no YouTube clicando no botão abaixo para um melhor entendimento.

O conceito do free flow é ser uma forma eletrônica de cobrança de pedágio sem as conhecidas praças tradicionais. O pagamento é proporcional aos quilômetros rodados. Na BR-101, onde já está em funcionamento, a cobrança é feita pelos 3 pórticos instalados, não por quilômetro percorrido. Ele permite fluidez no tráfego e segurança, já que não requer paradas.

No sistema de pedágio free flow, os sensores presentes na estrutura do pórtico são capazes de identificar a altura, largura e comprimento, além da quantidade de eixos rodantes e suspensos, funcionando até mesmo em situações de baixa visibilidade.

Para veículos com tags de cobrança, o

o pedágio é automaticamente debitado, funcionando de maneira similar às cabines automáticas. Aqueles sem a tag precisam efetuar o pagamento em até 15 dias corridos, podendo optar por PIX, aplicativos como WhatsApp, Chatbot, App ou portal da concessionária online, ou presencialmente em bases operacionais instaladas nas rodovias. Nestas bases, aceitam-se pagamentos em dinheiro, cartão de débito ou Visa Vale. A falta de pagamento acarreta infração grave de trânsito (multa grave) e 5 pontos na CNH. Embora a leitura da placa pelo sistema seja possível, ter uma tag traz benefícios como descontos de 5% a 70% nas tarifas, dependendo da quantidade de passagens pelos pórticos.

Que essa nova implementação de pedágio, o free flow, traga mais praticidade e fluidez em suas viagens pelas estradas brasileiras. Desejamos a todos os viajantes e trabalhadores que usufruam desses benefícios uma excelente jornada, repleta de segurança e tranquilidade.

Boa viagem!



Mês de Conscientização sobre o câncer de pele

DEZEMBRO

Laranja


Alerta Laranja!

Evite excesso de sol, previna-se com protetor solar.

Ontracedsgn



Quem é daqui, compra aqui!



O dia de
Natal se
aproxima!

**Sugestão
de ceia
deliciosa que o
não pese
no bolso**

Por Maria Clareti Marçon

O Natal se aproxima e, é claro, estamos planejando uma ceia deliciosa que não pese no bolso. Vamos lá. Não pode faltar um arroz com passas, uma maionese saborosa, um pernil assado com limão, alho, sal e uma pitada de alecrim. Você também pode considerar comprar esses pratos deliciosos em estabelecimentos ou com profissionais autônomos, caso prefira. Em vez do Peru, uma ave festiva já vem temperada, basta assar. Para decorar, algumas frutas da estação, flores e, para finalizar, uma sobremesa refrescante, como gelatina de abacaxi com hortelã. Hummmmm, simples e delicioso.

Além dos pratos já mencionados, considere também algumas outras opções que podem enriquecer sua mesa natalina. Por exemplo, uma salada colorida de folhas verdes, com nozes caramelizadas, queijo gorgonzola e um toque de redução de vinagre balsâmico. Esta entrada não apenas adiciona frescor à refeição, mas também oferece uma explosão de sabores.

Outra alternativa é um tender assado com uma camada generosa de mel e mostarda, decorado com cravos e abacaxi. É uma carne succulenta e adocicada que contrasta lindamente com os demais pratos salgados. E que tal incluir um bacalhau ao forno, regado com azeite, alho, batatas, cebolas e azeitonas? É um prato tradicional e muito apreciado em algumas ceias natalinas.

Se preferir, você pode explorar opções vegetarianas ou veganas, como uma lasanha de legumes assados, com camadas generosas de berinjela, abobrinha, tomate e um cremoso molho béchamel, tudo gratinado no forno. Para quem busca uma variedade de sabores, um risoto de frutos do mar ou cogumelos é uma excelente escolha. O arroz cremoso, preparado com um caldo rico, açafrão e parmesão, combinado com frutos do mar frescos ou cogumelos robustos, oferece uma explosão de sabores que agrada a todos os paladares.

Além da gelatina de abacaxi com hortelã, uma torta de nozes, um pavê de chocolate ou até mesmo um clássico pudim de leite podem encerrar a refeição com um toque doce e memorável.

E se preparar todos esses pratos parece um desafio, considere comprar essas delícias em estabelecimentos especializados ou com chefs autônomos, que muitas vezes oferecem cardápios personalizados para as festividades.

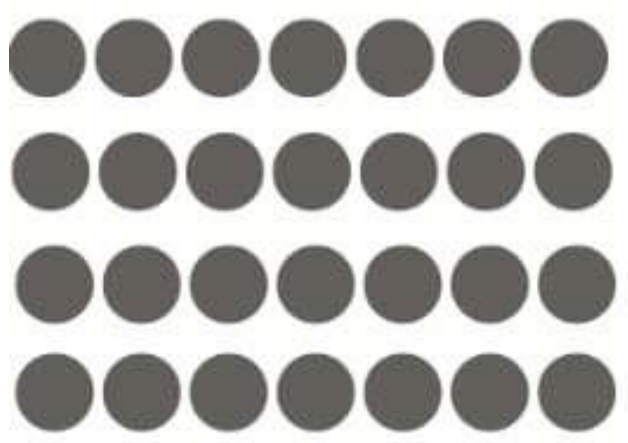
Seja preparado por suas mãos ou adquirido com carinho de especialistas na arte culinária, bom apetite e Feliz Natal!

Colaboração:



 **(19) 9 9183-3889**

Maria Clareti Marçon



Sofisticação e elegância para o seu NEGÓCIO



GESSATO
— HOME DECOR —



Gesso (Forro, Sanca, Parede,
Moldura, Boiserie)
Pintura e Elétrica
Papel de Parede
Box e Espelho
Piso Laminado e Vinílico



PRODUTOS

para sua festa!

marca ou evento

personalizadíssimo!



Adesivo para latinha
Adesivo para marmitinha
Adesivo para tic tac
Bolsa para lembrancinhas

Cachepo

Caixa cone

Caixa para batata frita

Caixa para bisnaga

Caixa para bombom

Caixa para pipoca

Caixa surpresinha

Capa para pirulito

Chapéu para festa

Convite para festa

Embalagem para bis

Embalagem para cachorro quente

Forminha para doce

Kit festa infantil

Mobile

Painel para festa

Porta guardanapos

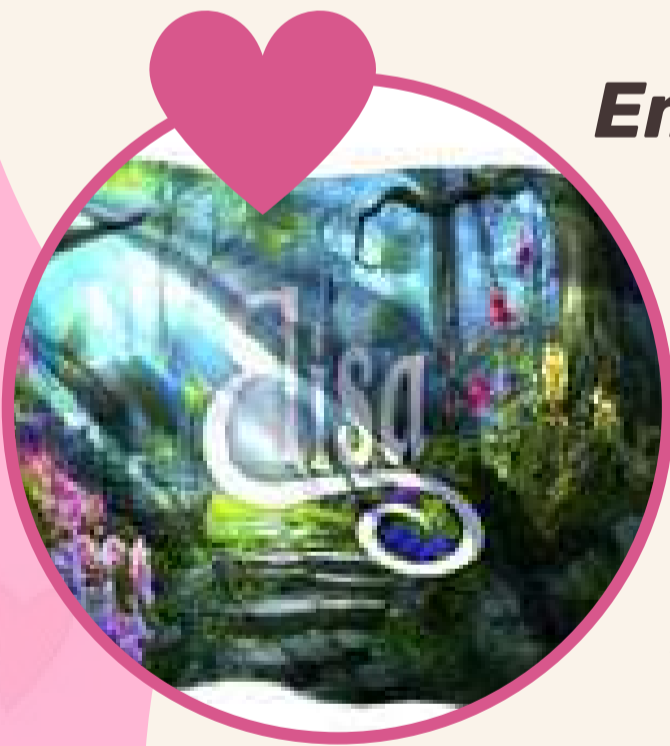
Rótulos para garrafinhas 500ml

Saia para cupcake

Solapa para festa

Tag para canudo

Topper



*Clique no botão
abaixo para maiores
informações*

EU QUERO



PASSEIOS



Passaio Ideal Qual seu estilo?

Descubra Oportunidades
Incríveis, Incluindo Dicas
Exclusivas para os
Momentos em Casa.

[Índice →](#)



Chegaram as férias de fim de ano, e agora, o que fazer? As preferências de viagem e passeios estão mudando e cada vez mais as pessoas procuram experiências que combinem com seu estilo de vida. Se você curte aventura, natureza, cultura ou só quer relaxar, tem um tipo de passeio perfeito para você. Vamos conhecer alguns estilos de viagem, começando pela aventura!

Aventura



Para quem adora aventura, o Brasil é cheio de lugares cheios de energia. Imagina conhecer de perto as montanhas na Chapada Diamantina, explorar as águas clarinhas de Fernando de Noronha em Pernambuco, nadar em rios com águas límpidas na cidade de Bonito ou fazer rafting nas águas agitadas no rio em Brotas. É uma sensação incrível de liberdade e superação.



Mas, se você se preocupa com o meio ambiente, dá para se conectar com a natureza e ajudar a preservar os lugares. O Pantanal, a Amazônia e a Serra da Mantiqueira têm lugares lindos para contemplar. Em nossa região, na cidade de Itu tem espaços de visitação exuberantes inclusive com réplicas de dinossauros.

Provando Delicias



Se você adora comida, você sabe que o Brasil é um paraíso de sabores. Das ruas agitadas do Rio de Janeiro ao pão de queijo de Minas Gerais e a moqueca na Bahia, tem comida boa em todo lugar.   muita opção para experimentar, nos mercadões cheios de sabores locais ou nos restaurantes que fazem pratos t picos com autenticidade. Piracicaba é um exemplo disso e a fazenda do chocolate em Itu.

Calmaria

Não esquecemos de quem quer s  descansar, o Brasil tem lugares ótimos.

Lugares como as termas de Caldas Novas em Goiás, Campos do Jordão, águas de São Pedro, São Pedro, todos em no estado de São Paulo e são perfeitos para relaxar.

Históricos

Entretanto, se você curte história e cultura, o Brasil é cheio de lugares incríveis! Cidades como Ouro Preto, Salvador, Paraty e até mesmo aqui próximo na cidade de em Itu, são verdadeiros tesouros históricos. Andar por essas ruas, visitar museus e igrejas é como fazer uma viagem no tempo

E não deixe de pesquisar sobre as festividades culturais desses lugares, são cheios de danças, músicas e comidas típicas que contam a história do Brasil. É uma experiência bem legal para quem passeia.



Natureza

Para você que é fã da natureza, o Brasil é o lugar perfeito. Tem parques e reservas que mostram toda a beleza natural do país



O Parque Nacional do Iguaçu, com suas Cataratas gigantes é um convite para explorar a fauna e flora brasileira. Pesquise nos sites das prefeituras de nossa região, as opções de lazer que disponibilizam passeios entre a natureza, como bosques e fazendas particulares

O Parque Nacional do Iguaçu, com suas Cataratas gigantes





Fazendas e Sítios

Para muita gente, férias são sinônimo de sítios ou fazendas, longe da correria da cidade. São lugares ótimos para curtir a natureza, relaxar e aproveitar momentos especiais em família. São lugares sossegados, bem longe do barulho das cidades. É um tempo para descansar a mente. Lembrando que a diversão está garantida conhecendo cavalos e outros animais domesticados. Tem muita coisa para fazer ao ar livre: caminhadas, piqueniques e até aprender como se cuida da terra. É uma chance legal para a criançada aprender sobre plantas, colher frutas e cuidar dos animais.

E as praias?

O litoral paulista convida a mergulhar não apenas nas águas refrescantes, mas também em uma atmosfera de descontração perfeitas

para criar memórias à beira-mar com a família e amigos. Além das opções tradicionais de hospedagem, como hotéis e pousadas, a região oferece uma gama diversificada de casas e apartamentos para aluguel.

Imagem: Pixabay family-6398107_1280.jpg



Essa alternativa proporciona não apenas conforto e privacidade, mas também a sensação de um lar longe de casa, possibilitando que as famílias desfrutem das praias e das paisagens deslumbrantes em um ambiente acolhedor e personalizado.

Férias em casa



Para quem opta por ficar em casa durante as festas, a região reserva opções interessantes para explorar. Há trilhas encantadoras e parques naturais na região. Explore as trilhas próximas para caminhadas ou mesmo com a turma da bike, com certeza serão momentos magníficos. Combine com amigos de se encontrarem em parques ecológicos ou ponto de estratégicos sem hora pra voltar. Você pode criar roteiros mais distantes com paradas intercaladas.



Delicias



Uma forma de aproveitar os dias de descanso é experimentar a culinária da região, principalmente as cidades que são margeadas por rios, como Piracicaba, descobrindo restaurantes e estabelecimentos que oferecem pratos especiais e iguarias locais.



Shopping

Ainda para aqueles que optaram por ficar em casa durante o período de férias de fim de ano, os centros de entretenimento, cinemas, shopping e espaços de recreação, se prepararam para esses dias, com grande disputa entre eles, cada um oferecendo opções e momentos divertidos exclusivos e originais. Tudo para ganhar sua atenção.

Temos uma variedade de experiências para desfrutar em nossa região, permitindo que os dias de folga sejam repletos de descobertas e momentos agradáveis, sem a necessidade de grandes deslocamentos e gastos. Lembrando que a prioridade das férias é o descanso mental.

ops! Fake news 

Mas nem tudo é alegria, enquanto exploramos diversas opções para as férias ideais, é essencial estar atento à realidade por trás das informações turísticas. A disseminação de fake news pode influenciar nossas decisões de passeio. Vamos agora abordar os desafios dessa desinformação no setor do turismo.

Saiba que o universo das fake news não é exclusivo da política, onde a disseminação de informações falsas pode gerar repercussões negativas significativas. Essa prática não se limita apenas a imagens editadas ou descrições enganosas, mas também inclui avaliações

e informações manipuladas. Cuide para não ser enganado, principalmente se você deixou tudo para última hora.



Certificar a veracidade das informações é crucial. Consultar fontes confiáveis, como sites oficiais e guias turísticos reconhecidos, é fundamental para evitar ser vítima da desinformação e evitar que uma experiência que deveria ser alegre se transforme em um pesadelo financeiro.

Para viagens mais longas e de última hora, procure por profissionais do ramo, como agentes de turismo que desempenham um papel crucial na orientação dos viajantes, oferecendo informações confiáveis e auxiliando na organização de viagens seguras.



Independentemente do estilo de viagem escolhido, cada uma dessas opções oferece não apenas uma experiência enriquecedora, mas também uma oportunidade valiosa para compartilhar momentos inesquecíveis com a família e amigos.



Cada momento é uma chance de estreitar laços, criar memórias duradouras e vivenciar aventuras únicas ao lado das pessoas que mais amamos. Aproveitar esses momentos especiais juntos pode ser o verdadeiro tesouro.



Boas férias! Bom passeio!



Gráfica e Comunicação visual



Confira nosso
catálogo digital!



Clique aqui

PRODUZ COMUNICAÇÃO
E EDITORA

20

BAZAR

solidário

**Projeto Social da
Advocacia Fazion**

**"Bazar Solidário"
conta com produtos
incríveis de diversas
Instituições**

Sem Finalidade Lucrativa.

**ATÉ
15/12**

10h às 12h e 13H ÀS 16H

ENDEREÇO:

**Rua José Maria Miranda nº 80
Jardim São Carlos - Sumaré/SP**

Tel. (19) 3883-4561 Whats/Cel (19) 99482-1996



FAZION

ADVOCACIA

[Índice →](#)

PLANEJAMENTO FAMILIAR



Imagem: pexels-amina-filkins-5427937.jpg

VAMOS BATER UM PAPO SOBRE PLANEJAMENTO FAMILIAR ?

A escolha do método ideal
depende do perfil de cada mulher

[Índice →](#)

Vamos bater um papo sobre **planejamento familiar ?**

O planejamento familiar abrange diversas estruturas familiares, baseando-se na conexão afetiva entre seus membros. Visa orientar sobre contracepção, prevenção de gravidez indesejada e a liberdade de decidir sobre ter filhos. É importante considerar a fertilidade masculina e feminina em relacionamentos estáveis, permitindo escolhas conscientes. Em situações de infertilidade, profissionais de reprodução são essenciais.

Abordaremos a prevenção de gravidez em mulheres com parceiros saudáveis. Os métodos contraceptivos, como preservativos, visam evitar gestações não planejadas e proteger contra ISTs. Existem opções naturais, de barreira, hormonais, mecânicas e definitivas. A escolha do método ideal depende do perfil de cada mulher. Por exemplo, para pessoas com dificuldade de seguir rotinas, métodos alternativos à pílula são mais recomendados, visto que a eficácia desta requer uso diário e consistente.

MÉTODOS

1 Camisinha

É um preservativo, masculino ou feminino, funcionando como uma barreira contra DSTs e gravidez. Sua eficácia é alta, sendo fácil de usar. O preservativo consiste em uma capa de borracha que cobre o pênis ou a vagina, impedindo o contato do sêmen com os órgãos genitais. *na entre trocas.*

2 Pílulas anticoncepcionais

Feitas com hormônios, variam em tipos e combinações. Impedem a ovulação e a passagem dos espermatozoides para o útero. Tomadas diariamente no mesmo horário, têm alta eficácia quando usadas corretamente.

3 Adesivo contraceptivo

Similar a um esparadrapo, libera hormônios na pele de forma contínua. Usado por 3 semanas com uma pausa de 1 semana entre trocas.

4 DIU (Dispositivo Intrauterino)

Pode ser de cobre ou hormonal. O DIU de cobre impede a fecundação com ação espermicida e pode durar até 10 anos. O hormonal libera hormônios em doses baixas no útero, podendo permanecer por até 5 anos.

5 Diafragma

Método de barreira de látex combinado com gel espermicida. Deve ser colocado algumas horas antes da relação e removido depois, mas sua eficácia não é alta, sugerindo uso combinado com espermicida.



6 Anel Vaginal

Método hormonal similar à pílula, é flexível e introduzido na vagina, liberando hormônios por 3 semanas para evitar a liberação dos óvulos.

7 Implante hormonal

Um bastão intradérmico inserido no braço, com duração de até 3 anos.

8 Contraceptivos definitivos

Esterilização permanente através de métodos como laqueadura e vasectomia, indicados para pessoas com mais de 25 anos e critérios específicos.

9 Pílula anticoncepcional de emergência

Deve ser usada excepcionalmente, composta por duas pílulas com alta dose hormonal, retardando a ovulação.

10 Tabelinha e coito interrompido

A tabelinha monitora o período fértil, exigindo regularidade para evitar relações durante a ovulação. O coito interrompido, com baixa eficácia, demanda controle para a retirada do pênis antes da ejaculação.

Cada método tem suas particularidades, eficácia e indicações específicas, devendo ser escolhido e utilizado com orientação médica. É crucial buscar a orientação de um profissional especializado para encontrar o método contraceptivo mais adequado. Considerando a ampla gama de opções e as particularidades de cada método, a avaliação médica é essencial para uma escolha consciente e segura. Ao discutir suas necessidades e preferências com um especialista, é possível encontrar o método contraceptivo que melhor se adapte ao seu perfil e estilo de vida. Esta abordagem direcionada garantirá a eficácia e a segurança no planejamento familiar.



Center

Clínica



9 9135-8424



Colaboradora

Dra. Regina Paula Zambotti - CRM: 79585

UNESP - Campus de Botucatu - Graduação em Medicina

UNESP - Residência Médica em Ginecologia e Obstetrícia,

UNESP - Mestrado, UNICAMP - Doutorado



reginapaulazambotti



Índice →



16 de dezembro



DIA NACIONAL DO

teatro
amador

DEPOIS QUE A
CORTINA
SE ABRE,
A VIDA VIRA ARTE!

PARABÉNS A TODOS!

NOS ENVIE SUA MENSAGEM

CLIQUE NO BOTÃO ESCOLHIDO

Não quero mais receber gratuitamente a Revista Villa UP.



Minha sugestão para matérias e melhorias na Revista Villa UP



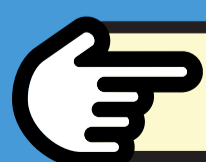
Esta é minha mensagem de apoio a equipe da revista Villa UP



Recebi a Revista por um amigo e peço que me incluam na lista de entrega semanal e gratuita da Revista Villa UP.



QUER ANUNCIAR?



WHATSAPP



Palavra da semana

Humildade

A base de todas as virtudes.

Devemos ser humildes para

admitir nossos erros,

inteligentes para aprender

com eles e maduros

para corrigi-los.

Ser humilde engradece o espírito.

