



MULT MIX

Uma criação:

REVISTA
SAPUCAIA

TRABALHO DEDICAÇÃO+

IGUAL A BONS RESULTADOS

CAMPEÃO INTER FLU SUB 9 ◀

CAMPEÃO INTER FLU SUB 15 ◀

CAMPEÃO COPA VALE DO PARAÍBA SUB 15 ◀

3º LUGAR COPA RIO SUL DE FUTSAL 2011 ◀

ARTILHEIRO COPA RIO SUL DE FUTSAL 2011 ◀

VICE CAMPEÃO COPA ALÉM PARAÍBA SUB 13 ◀

3º LUGAR COPA RIO SUL DE FUTSAL 2004 ◀

CAMPEÃO COPA ALÉM PARAÍBA SUB 15 ◀

3º LUGAR JAI FUTSAL FEMININO ◀





As tentativas para se conseguir uma bela fotografia fazem com que as imagens geradas através das lentes não fiquem apenas gravadas na mente de quem as realiza, mas sim impressa nos corações daqueles que as vêem com os mesmos olhos.

Gero Hoffmann

Sindiclei Baião

“PROTESTANTES

Criação: Mult Mix



SAEM DO CAMINHO QUANDO O DINHEIRO FALA MAIS ALTO”.

Por Gaby Telles

A Bíblia Sagrada diz que o povo se perde por falta de conhecimento. Parece irônica essa frase, afinal, podemos nadar nas Escrituras, pois a temos disponíveis da forma que quisermos, seja impressa, em downloads, on line, elas estão por toda parte; como se perder?

Ir à igreja, levantar as mãos, pular, gritar, cantar, bater palmas, abraçar o irmão e dizer que o ama, ser ativo no ministério, são formas de expressão de louvor dos denominados “crentes”, e muito lindas por sinal, porém quando se trata de cristianismo, o assunto se torna um pouco mais picante e as palmas ficam mais fracas, o pulo e o grito mais baixos, as palmas sem sons, o irmão desaparece e atividade no ministério nem sempre se ativa, e quando acontece, em muitos casos, não todos é claro, é por conta dos próprios interesses. Sabe por quê? Porque ser cristão é renunciar sua própria vida em função da vida de Cristo. (Palavras de Jesus: “Se alguém quiser vir após mim, negue-se a si mesmo, e tome a sua cruz, e siga-me”.)

Alguns pensam que essa vida é realmente chata. Viver em função de outra pessoa não pode ser bom, mas a proposta é exatamente essa, pois no cristianismo acredita-se que Jesus tem melhores pensamentos e o melhor caminho para a felicidade do ser humano, por isso a entrega total. Contudo, o cristão está no mundo e não no céu, o que leva a entender que como qualquer outro ser de carne e osso, este tem desejos, ambições e inclinações, o que é completamente normal, o único problema é saber dominar isso, viver o que as Sagradas Letras dizem.

Teologia da Prosperidade, diz com maestria Ciro Sanches Zibordi: “Hoje, os pregadores da “nova onda” afirmam que é vontade de Deus que todos sejam prósperos na Terra. E acrescentam: “Adeus, pobreza do inferno! Você nasceu para ser rico! Não aceitamos a teologia da miséria”. Ser pobre — mesmo que as Escrituras digam o contrário (Hb 11.37,38; Tg 2.5) — é estar sob maldição. Bem-vindo ao evangelho da prosperidade!”

Afinal, viver o que o Jesus diz para fazermos ou pôr em prática esse Evangelho barato que esses pregadores e telepregadores da Prosperidade nos impõe? Esses últimos nos falam de alcançar mais para nós e Jesus nos fala de dar o que temos (Lc 12.33). Quem está certo, eles ou Jesus? Os pregadores de prosperidade nos falam que se dermos aos seus ministérios, vamos ser abençoados grandemente, mas quando um homem na bíblia tentou dar dinheiro a Pedro para receber a bênção do Espírito Santo, o Apóstolo repreendeu e o condenou (Atos 8.18-23). Os pregadores de prosperidade nos falam que o mundo vai nos amar por causa da nossa prosperidade, mas Jesus nos avisou “Ai de vós” quando o mundo fala bem de vocês (Lc 6.26). Assalto a mão desarmada, esse é o nome que deveria ser dado para a atitude desses ladrões de púlpito que distorcendo a Palavra, literalmente tiram dos pobres para encher seus bolsos. Por causa disso, muitos odeiam ouvir o nome dízimo, que não tem nada a ver com essa roubalheira toda.

O problema não está no dinheiro em si, mas no amor a este, que segundo as Escrituras é a raiz de todos os males. O homem domina o dinheiro e não o contrário. É muito bom e prazeroso ouvir uma Palavra que vá exatamente encaixar-se em uma necessidade, e por consequência atingir o alvo: a própria vontade, o próprio deleite. Na verdade, é isso que uma boa parte do “povo de Deus” quer. Dinheiro. Segurança financeira. Uma casa própria. Um bom carro. Só que é bom reparar nas aspas lá, do povo de Deus, porque sabe-se que realmente existem verdadeiros cristãos.

Mas qual será o fim dessa igreja idólatra que coloca seus interesses na frente dos do Senhor das quais tanto proclamam? Qual será o fim de pessoas que dizem servir a Cristo, mas que são presas as coisas desse mundo?

Outra turma que também se perde na ambição financeira, são os músicos. Começam com a ideia correta de levar o Evangelho e não demora muito, se tornam conhecidos e começam a cobrar preços exorbitantes para fazer shows. Isso para não falar das gravadoras que de Deus mesmo só tem o marketing. É de se duvidar, que uma dessas abria mão de seus milhares para tocar num lugar onde não se tem recurso para arcar com as despesas desta. Agora pensemos, que raça é essa que não tem nada a ver com Bíblia, aliás têm sim, a parte dos fariseus tem tudo a ver com eles. É triste ver o nome de Jesus Cristo na boca de pessoas assim. Esse Evangelho é desconhecido com a simplicidade que se vê na Bíblia.

Não há nenhum problema em querer ganhar dinheiro na vida e nem de cobrar por um show por causa de sua estrutura, pois muita gente vive disso, mas o errado é esquecer que aceção de pessoas é abominável segundo Jesus e que o Evangelho deve ser levado a toda criatura e não só para quem pode pagar pelos serviços. É preciso ficar alerta para não

se deixar enredar por falsos ensinamentos e doutrinas de homens que pensando em si próprios têm enganado a muitos, que por sinal, pensam igual, e alguns por ingenuidade mesmo e falta de conhecimento. Se prega, vive! A Bíblia em sua essência é realmente louvável!





16| **MINISTÉRIO AMOR E CRUZ** Portadores do Evangelho



03| **PROTESTANTES**
saem do caminho quando
o DINHEIRO fala mais alto

05| **PE. BETINHO**
Entrevista



07| **A CARA DO POVO**
brasileiro

08| **DENTISTA**
Um mal necessário ou
um bem indispensável?



10| **ENTREVISTA**
Professor Vinícius



12| **HOMENS**
preferem as Mulheres...

14| **ESPORTE**
levado a sério



15| **QUANDO A INDESEJADA**
das gentes chegar...
Por Jorge Evilázio



17| **SUPER ENSAIO**
FOTOGRAFICO
Com Jéssica Felix



18| **Eyshila**
Nada pode calar
um adorador



20| **POR UMA VIDA**
em pleno equilíbrio

22| **MOMENTOS INESQUECÍVEIS**
E INÉDITOS

que guardamos para vocês...
Fotos expo 2011



26| **MOTORISTAS**
Aumento nas
diárias e nível 8

ERRATA:

Na edição nº 15, na página 10,
onde se lia "Novo Venerável",
o correto é "**Novo Venerável**".
Pedimos desculpas aos nossos
leitores; Revista Multimix

Capa: Sindiclei Baião - Estúdio Mult Mix

Agradecimento especial a Guilherme Azevedo

Adilson dos Santos, Amanda Ribeiro Bastos, André Lobato Ribeiro, Carlos Augusto, Pereira Itaborahy, Carlos Willian Lara de Azevedo, Cristiano Bernardes Ribeiro, Dário Otom Teixeira Almeida, Edgar Leite Xavier, Fabrício dos Santos Baião, Fúlvio Bronzo Bittencourt, Gabriela Ramos dos Santos, Geosephine Stella Eiras V.Langoni, Gilmar Carvalho de Magalhães, Gosto Perfeito Presentes, Ilma Holanda Coelho, João Baptista Rapozo Filho, Layde Cândida Bernardes, Lindalva Guimarães Alípio, Luzinéia de Jesus Barbosa, M^o José Bonfim Gomes Pereira (Dorinha), Marco Antônio T. Francisco, Maria Coelho Viana, Paulo Vinicius Coutinho Jannotti Silva, Samuel da Rocha Gama, Tiago Orichio, Valdete Coelho de Souza, Vinicius Bento Ferro, Yane Pacheco de Brito Coelho, Zilton Alves da Silva.

A Revista agradece aos seus ASSINANTES

Trabalhar em equipe

Na minha vida profissional, jamais acreditei em estrelismo, concentração de poder e do mérito em um só indivíduo. Sempre gostei de trabalhar em equipe. E se hoje sou merecedor de algo, é porque soube despertar em meus companheiros o entusiasmo, delegando autoridade com responsabilidade e compromisso, exortando-lhes o pleno uso de suas potencialidades e qualidades, em proveito do conhecimento.

Exploramos as pautas partindo desse mesmo princípio. Fazemos questão de que nossa gente faça parte da Revista, em matérias, em entrevistas, ou simplesmente o fato de participar. Nosso papel é divulgar assuntos que despertarão nossos interesses. Assuntos que em outras mídias não teriam espaços dedicados. Quando precisamos explorar assuntos diversos, como mundo em geral, utilizamos o famoso "Google", e a resposta está lá. A Revista compreende a dimensão de seu tamanho. Pequena sim, mas importante por que é nossa história está sendo escrita, e é a divulgadora.

A quantidade de páginas nem sempre diz muito, o importante é ter qualidade nas informações. Orgulho de saber que a Revista literalmente é lida e guardada; que os assuntos são pertinentes e não simplesmente um produto plagiado para o mercado.

A complexidade em unir forças não é tão simples, investir em equipamentos profissionais para aprimoramento não é barato. A especialização dos profissionais em um mercado cruel, e às vezes injusto, é um risco que se corre. E se algum dia tivesse o direito de pedir algo, pediríamos: "RESPEITO".

Uma frase de Henri Frédéric finaliza nossas colocações: "Respeitar em cada homem o homem, se não for aquele que é, pelo menos o que ele poderia ser, que ele deveria ser."

Boa leitura!

Sindiclei Baião

Nossa Equipe



Gláucia Baião: Vice-Presidente
(editoração, assinatura/atendimento
ao cliente, fotografia,
cabelo/maquiagem);



Jorge Oliveira: Produção
(cabelo/figurino/maquiagem);



Herom Tarcitano:
Correção;



Sindiclei Baião: Presidente
(diagramação, pesquisa, tratamento
de imagens, arte e fotografia);



Marciel Pires: Produtor Visual
(cabelo, maquiagem);



Gaby Telles:
(Editoração, entrevistas e pesquisas);



Expedito Vieira Jr.:
(fotografia, making of);



Humberto Baião:
(digitação/auxiliar de fotografia);



José Antônio:
(Fotografia, distribuição).



www.revistamultmix.com.br

Rua Manoel Vaz Baião, 211 - São João - Sapucaia/RJ
Tel/fax: (24) 2274-2166 - CNPJ: 07.537.984/0001-93

22712133

Jornalista Responsável: Graciele Vianna
Reg. MTB 066 79 JP

ASSINATURA / EDIÇÃO ANTERIOR /
ATENDIMENTO AO CLIENTE

Ligue para: 24 - **9297-3485**

(fale com Gláucia Baião).

Impressão: **Gráfica Wcolor**

PARTICIPE - Sugestões, críticas, dúvidas, dicas - contato@revistamultmix.com.br

A REVISTA MULT MIX,
é uma criação/publicação da
Revista Sapucaia



Entrevista com:

Pe. Betinho

Revista Mult Mix

A equipe da Revista Mult Mix foi até a Igreja Matriz de Santo em Antônio, em Sapucaia, para conhecer de perto um pouco de Pe. Betinho. Responsável pela paróquia de Sapucaia, onde preside a Sagrada Eucaristia, além de atender as confissões, aconselhamentos e outros, Pe. Betinho é um homem que doou sua vida a serviço do Evangelho e vive para servir a Deus e aos leigos por meio da evangelização.

Pe. Betinho contou com exclusividade para a Revista um pouco de sua rotina e falou sobre vários assuntos, dentre os quais está incluído a vida dos jovens. Falou também sobre assuntos polêmicos como: drogas, alcoolismo e etc. Confira esta entrevista.

Como era o Pe. Betinho na juventude?

Pe. Betinho: Eu nasci em Aparecida, onde passei a infância e adolescência. Essa fase da minha vida foi igual a da maioria dos jovens de comunidade rural.

E hoje, qual sua rotina?

Pe. Betinho: A vida de padre em paróquia é muito agitada, pois nosso trabalho não se resume unicamente em celebrar missa, como alguns acreditam. Há o trabalho de visita aos enfermos, bênção das casas, formação da comunidade, atendimento das pessoas, etc.

Como está hoje a procura de jovens pelo sacerdócio? E que conselho você daria para quem deseja seguir essa vocação?

Pe. Betinho: O número de jovens que desejam ser padre vem crescendo muito nos últimos anos, no entanto não acompanha o crescimento da população.

Como está a participação dos jovens?

Pe. Betinho: A sociedade moderna oferece muitas coisas para os jovens e o desejo da Igreja é motivar para o seguimento a Jesus Cristo "caminho, verdade e vida". É nossa missão oferecer para os jovens possibilidades de uma vida alegre, feliz, sustentada no amor na ética e na moral.

Diante das questões como drogas, alcoolismo, pobreza e tantos outros problemas sociais, qual a importância da religião na vida de uma pessoa?

Pe. Betinho: A religião não tem função de polícia e nem de juiz. Ela tem a função de orientar as pessoas para prática do bem. Ajudar na compreensão de que a vida vai além da dinâmica "vida na terra", e esse ir além da terra suscita uma relação harmônica do indivíduo consigo, com o outro, com a natureza, o cosmos, com Deus.

A Igreja é contra o uso da pílula anticoncepcional. Qual sua opinião sobre esse tema?

Pe. Betinho: O padre tem sempre a visão do Magistério da Igreja, sobre qualquer assunto, pois ele confia na Igreja da qual ele faz parte.

Defina o Padre Betinho?

Pe. Betinho: Padre Betinho é uma pessoa de bem com a vida. Ama e acredita no que faz. Acredita que com o seu ministério pode colaborar com a salvação das pessoas e pode contribuir para a transformação da sociedade. Padre Betinho acredita que todas as pessoas podem se transformar e ser hoje melhor do que foram ontem e amanhã. Tenho certeza do amor de Deus para com os homens. Os homens crentes ou não podem e devem ter para com os outros uma relação de irmãos e sempre querem o bem.

A CARA DO POVO

“Pagam-se muitos impostos”. Frase tão conhecida pelos brasileiros. Muita indignação, revolta, mas ainda assim nada se resolve e continua tudo na mesma, aliás, os impostos sempre subindo. Mas, em nosso país não faltam tantos recursos para as necessidades básicas da população? Isto não tornaria esse imposto necessário? Mas, se é assim, cadê esse dinheiro que ninguém vê?



Por Gaby Telles

O maior problema do povo brasileiro não é em pagar impostos, uma vez que são necessários para: a ordem, o progresso e para o andamento da máquina pública. O que todos estão saturados é em não receber de volta tais recursos e ainda não ter qualidade nos serviços dos governos, sejam eles municipais, estaduais e federais.

Desta forma ele paga, em média,

18% sobre a renda,

3% sobre o patrimônio e

23% sobre o consumo, o que dá um total de

44% do seu rendimento bruto.

Hoje, o brasileiro paga a tributação sobre sua renda, que é o imposto de renda mais o **INSS**. Paga a tributação sobre o seu patrimônio, principalmente o **IPTU** e o **IPVA** e paga também tributação sobre consumo, aquele conjunto de tributos que já estão embutidos no preço final dos produtos e serviços.

Percebe-se com isso, que não é a falta de arrecadação para investimentos, mas sim um descontrole da administração pública que opta sempre em aumentar a tributação e não em controlar a aplicação do dinheiro público. O nível de investimento é muito pequeno em razão do total arrecadado.

Não se pode esquecer que é notório o **desvio do dinheiro público**.

Cerca de **32%** de tudo o que é arrecadado no Brasil é desviado [de seu destino que] deveria ser para o fornecimento dos serviços públicos à população.



brasileiro

Impostos pagos por brasileiros atingem 33,56% do PIB em 2010

Quando existir uma conscientização por parte da povo brasileiro, de que este paga muito, então exigirá de seus governantes uma melhor aplicação do dinheiro público. Infelizmente, os tributos brasileiros ficam escondidos principalmente no preço final de produtos e mercadorias. Então é importante que a população conheça, mas para isso, é importante que esteja destacado no preço final quanto que tem de tributos ali, para que a população saiba, por exemplo, que no combustível ela paga cerca de 53% do preço do final em tributos, energia elétrica e telecomunicações 46% [de tributos no preço] e assim por diante.

O mais cômico nisso tudo, é que quem mais reclama da alta carga tributária é quem pode pagá-la, os ricos. Os mais atingidos como sempre, são os pobres pelos altos tributos de consumo. Não é por acaso que no Brasil há tanta pobreza e exclusão social. Sabe-se que a Justiça é feita pelos homens, portanto, acaba expressando muitas vezes interesses parciais, ao contemplar, de um modo direto

ou indireto, expectativas que atendam às elites econômicas e sociais – os donos do poder. E isso, infelizmente, é a cara do Brasil, tá aí pra todo mundo ver. É importante que a classe trabalhadora, principalmente a de baixa renda, tenha conhecimento sobre tributos e possa influenciar para que nossa tributação se torne justa e solidária.



*Informações retiradas durante o processo de elaboração da Revista.



“ PL propõe medidas de esclarecimento ao consumidor quanto a incidência de impostos nos produtos. O texto original foi entregue ao Senado em 2006 após terem sido colhidas pelo país mais de um milhão e duzentas mil assinaturas. O PL 1.472/07 estabelece que deve constar nos documentos fiscais ou equivalentes, por ocasião da venda ao consumidor de mercadorias e serviços, a informação do valor aproximado correspondente à totalidade dos tributos Federais, Estaduais e municipais, cuja incidência influa na formação dos respectivos preços de venda. O assunto é de grande interesse para a população, pois os cidadãos não têm consciência de que são contribuintes de tributos a todo o momento, em todos os atos que praticam, desde a simples aquisição de um pãozinho francês até a compra de um imóvel, cujos preços seriam bem menores caso houvesse uma carga tributária menor.

Não existe a contrapartida com a obrigatória prestação dos serviços públicos, o que desvirtua a finalidade do pagamento e arrecadação dos tributos, e com a informação do quanto estão pagando de tributo em cada mercadoria (de acordo com o texto do projeto), a exigência pela obrigatória prestação de serviços públicos e protesto pela elevada carga tributária serão bem mais acentuadas. A última movimentação do projeto foi o pedido efetuado em 3/11/2010 pelo relator deputado Federal Guilherme Campos para inclusão na pauta do plenário da Câmara dos Deputados, e ainda não foi votado. Os redatores do texto do projeto de iniciativa popular aprovado pelas entidades, e que foi entregue no Senado Federal em 2006 são os advogados: Walter Carlos Cardoso Henrique e Luiz Antonio Caldeira Miretti; e Gastão Alves de Toledo da Associação Comercial de São Paulo.

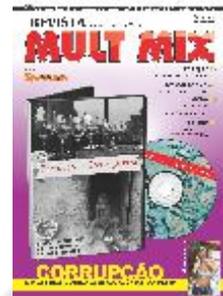
”

A FUNÇÃO DA **REVISTA** EM SUA CAMINHADA

Na edição nº 08, da Revista Mult Mix, abordamos o tema: “CORRUPÇÃO E CONSEQUÊNCIAS”, corrupção que abrange a várias camadas da nossa sociedade.



Explicamos com detalhes os caminhos que os criminosos caminham para se tornarem poderosos com o dinheiro que seria destinado a: SAÚDE, EDUCAÇÃO...



Na edição nº 10, mostramos quanto é a parte que o governo retém em alguns produtos que consumimos; como tema: “NOSSA CARGA TRIBUTÁRIA É JUSTA?”. A Revista Mult Mix se importa com a população. Somos humildes o suficiente para entender que o alcance da Revista é como um “átomo” comparado aos grandes veículos de comunicação. Mas acreditamos na validade desse esforço, acreditando na futura consciência humana.



DENTISTA:

Um mal necessário

É chegada o dia da consulta no dentista... Ai que dor de cabeça! Tem como remarcar a consulta? Não suporto o barulhinho daquele aparelho! Que medo da anestesia!

Não importa a idade, nem o sexo, essas frases e muitas outras são comuns entre pacientes de odontologia por toda parte. A aflição e algumas vezes até o choro de adultos e crianças antes e durante algumas consultas, são de se esperar na rotina desses profissionais, ora muito amados pela sua importância em cessar com a dor e os problemas bucais, ora odiados pelos aparelhos, anestésias e processos inconvenientes. Mas, quem não quer um sorriso bonito e saudável? Portanto, vale a pena!

Sobre ele...

Além de cuidar dos nossos dentes, também trata dos problemas da gengiva, boca e ossos da face.

Na verdade, ele cuida da saúde bucal como um todo, além da parte estética. Dentre as funções, pode fazer restaurações, obturações, projetar e instalar próteses e dentaduras.

A primeira escola dentária, para formar dentistas, surgiu em 1840, em Baltimore, nos Estados Unidos.

Para nossa tranquilidade, os profissionais na área odontológica do nosso tempo, passam por um longo período de capacitação, o que se difere de antigamente, em que os nomeados "dentistas práticos", que normalmente eram barbeiros ou ambulantes, trabalhavam em locais precários, com pouco conhecimento e sem a higiene

necessária, fazendo apenas extração daqueles dentes mais estragados e não os tratavam.

Como os demais cursos na área de saúde, o de odontologia é longo, durando, geralmente, cinco anos. No ciclo básico, há disciplinas como anatomia, patologia e fisiologia. Na parte profissionalizante, o aluno tem aulas de farmacologia, cirurgia, prótese e traumatologia. Pode exercer a profissão como clínico geral ou seguir uma especialidade, como, por exemplo: Cirurgião-dentista, Endodontista, Implantodontia, Estética, Periodontista, Ortodontista, Odontopediatria, Traumatologia e cirurgia bucomaxilofacial.



LAERTE OTTERO

O que mais proporciona prazer a um profissional, qualquer que seja sua área de atuação, é saber que aqueles os quais dependeram de você, se sentiram completamente satisfeitos com seu desempenho. É por isso que do alto dos 21 anos dedicados à odontologia, acordo sempre com o mesmo prazer para dirigir-me ao meu consultório, e esta, por ser uma profissão voltada para o segmento de saúde da população, faz com que tenhamos sempre a obrigação de procurar desempenhá-la com a maior responsabilidade, e nada mais prazeroso que poder restituir o sorriso a uma pessoa ou simplesmente lhe proporcionar o alívio de suas dores. Infelizmente, ainda que já tenhamos uma melhora significativa, a odontologia ainda é muito seletiva, pois não são todos que podem arcar com os honorários de um consultório particular, daí a minha visão de que deveria haver uma maior conscientização dos governos em todas suas esferas, seja federal, estadual ou municipal, para que os impostos pagos por todos sejam revertidos para a melhoria da qualidade de vida de todos os cidadãos, não só na saúde, como também trabalho e educação, proporcionando uma vida mais digna a todos.



MAURICIO JANNOTTI

Estou a quase 20 anos clinicando em Sapucaia região e aprendi muito. Através da minha experiência clínica ao longo desses anos de profissão e dedicação a Odontologia, procuro estar sempre me atualizando, seja estudando, seja participando de palestras, seja fazendo cursos, visando sempre o melhor para o sorriso e para a saúde bucal dos meus pacientes.

Quando formei e comeci a trabalhar, percebi que a situação da saúde bucal da população não só aqui em Sapucaia, como em todos os municípios em que trabalhei, era bastante precária. Com o passar dos anos pude perceber que graças às ações de prevenção desenvolvidas tanto na rede privada quanto principalmente na rede pública, que abrange a maior parte da população, trazendo informações, orientações e um aumento muito grande na oferta de atendimento odontológico, melhoraram bastante a condição da saúde bucal da população. Hoje em dia está bem menos comum o paciente perder um dente, seja pelas ações preventivas melhorando a higiene oral ou pela busca precoce de atendimento odontológico.

Sabemos que a simples perda de um dente promove sérias conseqüências e traz enormes transtornos ao sistema mastigatório, muscular, articular, esquelético e neurológico, diante disso, fico muito feliz em poder ter contribuído ao longo desses anos para esta melhoria significativa da saúde bucal da população.



DRA. FÁTIA

A cada dia surgem novos obstáculos a serem transpostos. Um exemplo disso é o programa de promoção de saúde, que teve um conflito entre a odontologia tradicional e a odontologia atual, que é mais voltada para o social. Para nós, cirurgiões dentistas tradicionais, certas mudanças são mais difíceis de adaptação e deveria ser a passos mais largos e a longo prazo. Por outro lado, vejo esse avanço na saúde como algo positivo, pois tem estreitado a interação entre o povo e o profissional da odontologia. O destaque é este: Qualificar a assistência à saúde prestada a comunidade por meio da educação permanente dos profissionais.

ou um bem indispensável?

Nossos dentes...

Presos aos maxilares inferior e posterior, os dentes são estruturas calcificadas que fazem a mastigação dos alimentos, para que os mesmos passem pelo tubo digestivo em tamanhos menores, aproveitando seus nutrientes e facilitando o processo digestivo.

Os seres humanos possuem 32 dentes, divididos em duas dentições. A primeira delas, durante a infância, é chamada de provisória ou "dentes de leite" e é constituída de apenas 20 dentes. O nascimento dos primeiros dentes acontece por volta dos seis meses de idade, indo até os trinta meses. Essa dentição é trocada, variando com a

idade e o tipo de dente, até que todos eles sejam definitivos.

Os dentes humanos possuem diferentes funções. Os incisivos (dentes da frente) e os caninos (os pontudos) servem para morder os alimentos, fazendo a divisão dos mesmos; os pré-molares e os molares servem para triturar, cortar e esmagar os alimentos.

Por volta dos 17 anos de idade, nascem os dentes sisos, bem ao final das gengivas. Porém, esses não têm muita utilidade para o processo de mastigação e normalmente são extraídos para não causarem problemas, como entortar os outros dentes por falta de espaço. É difícil

encontrar pessoas que possuam esses dentes. Dia do dentista no Brasil...

O Dia Nacional do Dentista coincide com a assinatura do decreto 9.311 que criou os primeiros cursos de graduação em odontologia no país, especificamente nos estados da Bahia e Rio de Janeiro. Através de uma portaria do Conselho Federal de Odontologia, a data passou a homenagear quem se dedica à profissão no Brasil.



FERNANDO JANNOTTI JR

Embora pareça estranho, a correlação de doenças da gengiva com problemas cardíacos, como infarto do miocárdio já é comprovado cientificamente. As bactérias presentes na placa bacteriana dos dentes, quando específica (patogênica), lançam leucotoxinas nos tecidos adjacentes causando inflamação na gengiva. O agravamento, pode levar a uma bacteremia (entrada da bactéria na corrente sanguínea), que migra para artéria coronária. Esta inflamação aumenta a agregação de plaquetas nas paredes dos vasos sanguíneos, causando a formação de trombos que levam ao possível infarto. A Periodontite pode levar também a outras doenças como Endocardite Bacteriana, pneumopatias, Derrame Cerebral, Lesões articulares graves, Lesões renais, e etc... Portanto mantenha sua gengiva sadia, visite seu dentista regularmente.



LUCAS CARVALHO

É ótimo fazer o que você gosta, e na odontologia não é diferente, por isso acredito que o Dentista precisa atualizar-se constantemente, para poder acompanhar o que acontece de novo e dar o melhor disponível da odontologia para seus pacientes. Recentemente, estive presente no Curso à nível de pós-graduação na Universidade de Malmo na Suécia (uma das mais renomadas faculdades de odontologia do mundo), e pude observar o quanto é importante buscar, não somente no Brasil, mas em países de primeiro mundo, para estar cada vez mais atualizado e capacitado. E além da atualização permanente, é importante, o profissional saber educar o paciente quanto aos cuidados com sua saúde bucal, é fazê-lo entender que alterações como cárie e gengivite, são doenças bucais que devem ser tratadas e controladas. Ou seja, antes de pensar em tratamento deveríamos focar na prevenção, transformando a odontologia curativa em preventiva. Por isso, nesse mês de outubro que é comemorado o dia nacional da Saúde bucal e do Dentista, devemos refletir um pouco mais sobre isso.



JOÃO CAVALCANTE

O maior desafio para o dentista é conscientizar o paciente a cerca dos cuidados preventivos para a manutenção bucal. Eu acredito, vale a pena investir em conhecimento através de cursos de aperfeiçoamento e especialização para melhorar gradualmente a qualidade dos procedimentos. Por outro lado o cliente, precisa entender que o custo operacional de um consultório é alto e que sempre há uma significativa demanda de investimentos. Atualmente, ainda há uma cultura negativa que vicia as pessoas a buscarem assistência apenas quando ocorre dor e limitação profissional geralmente em condições irreversíveis.

VALORIZAÇÃO E RECONHECI- MENTO

PARA OS VERDADEIROS GUERREIROS:

OS PROFESSORES

“Sempre tive medo da Matemática, e isso me levava a ter muita dificuldade na matéria e não produzir como poderia. Até que na sétima série tive a oportunidade de estudar com um professor incrível, que me levou não só a tirar as melhores notas da sala como a amar as equações gigantescas que eu resolvia. Ele e os seus gizos coloridos...” GTS

Fotos: Expedito Vieira Jr. - Estúdio Mult Mix

Numa sociedade onde as mudanças são tão aceleradas, além da competência intelectual, o professor é aquele que orienta seus alunos quanto à compreensão do mundo, de aprendizagem experimentada de novos caminhos. Sua tarefa não é apenas inserir na cabeça das crianças e jovens um número crescente de ensinamentos e sim, antes de tudo, exercer certa influência sobre a personalidade, como um todo. E há momentos em que essa atuação do professor sobre a personalidade é mais importante do que as atividades curriculares.

Em meio a tanta violência que existe hoje em muitas escolas, ao salário curto, a escassez de equipamentos necessários para um bom método de aprendizagem, a pouca valorização e reconhecimento, o professor pode ser considerado um guerreiro. Tem um papel tão importante na sociedade, passam por todo o período escolar, formam profissionais em diversas áreas, é realmente de se admirar tão pequena valorização por parte do governo. Esta valorização realmente não acompanha a importância do docente na educação e desmotiva a inserção de novos profissionais no ramo, uma vez que com a expansão de investimentos e leis que tornaram obrigatórios o

ensino fundamental de nove anos e o ensino médio, cada vez mais professores serão necessários nas salas de aulas brasileiras. Sem salários atrativos não há vocação que resista!

Professor corre contra o tempo! Além de suas responsabilidades com os alunos, ainda carrega uma elevada carga de trabalho para ser feito fora sala de aula (planejamento, a avaliação do desenvolvimento dos alunos, os relatórios, as atividades, a seleção de recursos didáticos, a reflexão e o registro de trabalho).

Além disso, este profissional nos dias atuais, ainda enfrenta um novo desafio, têm um papel social maior, estão mais envolvidos e engajados no exercício da profissão, pois as metodologias de ensino mudaram muito de uns anos pra cá.

Reproduzir conceitos pré-estabelecidos, ensinar exclusivamente em função dos seus próprios interesses, ou mesmo vingar as suas opiniões e as suas perspectivas pessoais estão fora de moda no sistema educativo. Na verdade, sempre foram ultrapassados, mas algumas vezes por força política ou mesmo por falta de uma maior orientação e conscientização no sistema, muitos jovens se tornaram simplesmente réplicas dos seus mestres, comprometendo sua personalidade e iniciativa.

Em outras palavras, o professor de hoje, deixa

de ser visto como o único detentor do saber para proporcionar a circulação do conhecimento, assim seus alunos podem manifestar suas opiniões acerca dos assuntos discutidos e criar suas próprias ideias. Diante a tanta responsabilidade, não somente em apresentar conteúdos didáticos, mas com a formação da personalidade de cada indivíduo e a preocupação em levantar formadores de opinião na sociedade, nesse dia, 15 de outubro, aplaudimos os professores de todo o mundo que mesmo com tantos obstáculos à carreira, continuam a se dedicar e buscar o melhor para o desenvolvimento de cada aluno. Dia após dia, ano após ano, mostram para cada um de seus aprendizes que vale a pena ser uma pessoa melhor e que nunca é tarde demais para recomeçar!

Entrevista com Professor Vinícius

Por Gaby Telles
Foto Gláucia Baião

Fale um pouco sobre você (de onde veio, onde trabalha, formação, etc)

Meu nome é Vinícius Bento Ferro.

Eu nasci em Além Paraíba e sempre morei em Sapucaia. Sou professor graduado e pós-graduado em Matemática e exerço como docente de Matemática, Física e Geometria para turmas dos anos finais do Ensino Fundamental e para o Ensino Médio. Em Sapucaia trabalho no Colégio Estadual Maurício de Abreu e na CNEC.

Como tem sido a sua experiência como docente?

É um desafio que exige atualização constante e primo pela qualidade do ensino. A cada ano letivo é uma experiência nova.

Qual a influência da educação nos relacionamentos interpessoais na sociedade brasileira?

Considero que a educação é o portal para que os valores éticos e morais sejam norteados, direcionados e aperfeiçoados para que as relações interpessoais possam ser as melhores

possíveis na sociedade brasileira.

Para você, quais são as mudanças significativas que vem acontecendo na educação brasileira nos últimos anos?

A mudança de estrutura no Ensino Fundamental que agora são de nove anos, a Prova Brasil e o índice do Ideb para avaliar a qualidade de ensino, o ENEM, o ProUni, faculdades à distância (EAD), maior acesso e democratização do Ensino Superior e a temática do Bullying que está sendo muito abordada.



DDO-DAO
A PADARIA E LANCHONETE DA NOSSA SATISFAÇÃO

PÃO C/ LINGUIÇA
Tel.: (24) **2272-1224**
Anta - RJ

RESTAURANTE E LANCHONETE NO POSTO BR EM ANTA
SOPAS E CALDOS

Bigu Ind. e Com. de Refrescos e Doces Ltda

Bigu
uma delícia gelada

Av. Paulino Fernandes e Silva - 403/A
Jamapará - Sapucaia - RJ
Tel.: (32) 3462 - 6497
E-mail: produtosbigu@hotmail.com

INDÚSTRIA DE MÁQUINAS E AUTOMAÇÃO JAMAPARÁ LTDA

Av. Paulino Fernandes e Silva, 441
Jamapará - Sapucaia - RJ / CEP: 25.887- 000

TELEFONES: (32) 3462-6923 - 3462-6058
E-MAIL: imaa@hotmmail.com

Drogaria União
Desde 1996

Tel.(24) **22721077**
drog.uniao@yahoo.com.br
R. Paulino Fernandes, 70 - Anta/RJ

Farmácia Unida
Desde 2003

Tel.(24) **22711179**
farmaciaunida@bol.com.br
R. Raphael Langoni, 105 - Sapucaia/RJ

MEDICAMENTOS GENÉRICOS COM DESCONTOS ESPECIAIS

Tresauto
Perfeito para a sua vida

Veículos novos e Semi-novos
Consórcio Volkswagen

Av. Paulino Fernandes da Silva, 157-B
Jamapará - Sapucaia - RJ

PABX: (32) 3462-6060
E-mail: jamapara@tresauto.com.br

Odontologia Especializada

Tel. (24) **2271-1993**
22711877

Rua Papa João XXIII, 29 - Centro - Sapucaia/RJ

Ortodontia, prótese, disfunção temporomandibular e clínica geral

Dr. Lucas Carvalho
CRO/RJ 29822

Dr. Sérgio Jansotti
CRO - 121299

VIDATIVA ACADEMIA

Aulas de musculação, jump, ginástica localizada e power mix.
Agora com mais uma novidade: aulas de kickboxing.

Rua Maurício de Abreu, 157, cobertura - centro - Sapucaia - Contato: academia.vidativa@yahoo.com.br

Como vê a educação no futuro próximo?

Eu vejo que as mudanças estão ocorrendo de modo muito rápido devido ao mundo digitalizado, acesso rápido e atualizado a cada segundo das informações. Porém, é necessário selecionar e transformar o conhecimento, orientar os alunos para filtrar cada informação, modismo e tendência, sabendo que os adolescentes e jovens utilizam muito o mundo virtual para acessar as redes sociais e jogos on-line, esquecendo de aprender e aperfeiçoar conhecimentos na internet.



HOMENS

preferem as

MULHERES...

Que tipo de mulheres que os homens preferem? As lindas das Revistas, como ofertas impossíveis? As de extraordinária inteligência com suas carreiras fabulosas? As super donas do lar especialistas em: lavar, cozinhar e passar? Ou simplesmente as de abundante beleza? Na verdade, a resposta é não.

Os homens estão à procura de mulheres confiantes, que gostam delas mesmas e sabem expressar seus desejos. Essas mulheres se interessam pelo que é importante para os homens e tentam agradá-los, sem que isso as torne antiquadas ou dependentes. Afinal, é perfeitamente normal que pessoas bem resolvidas queiram encontrar alguém com quem possam dividir tanto os melhores momentos como suas inseguranças e fraquezas.

Algumas mulheres são capazes de encontrar companheiros que construam com elas relacionamento equilibrado e feliz. Conhecendo seu próprio valor, sabem reconhecer e expressar seus desejos, ao mesmo tempo se importam com desejos do seu companheiro.

O segredo das boas relações é entender que as semelhanças entre homens e mulheres são mais numerosas do que as diferenças. Eles compartilham os mesmos tipos de necessidades básicas e vulnerabilidades, e ambos querem amar e ser amados. A maneira como lidam com esse desejo pode ser diferente, mas, no fundo, a humanidade é a mesma.

Para ter uma relação duradoura e feliz, pense em compaixão, amor próprio e companheirismo. Pense nos sentimentos e inseguranças de vocês dois e tente entender que, assim como você, todo homem também está em busca de alguém que o apoie e complemente.

Os homens gostam de mulheres que gostam de si mesmas, nem sempre românticas, mas certamente realistas, tanto para mulheres que já têm uma relação estável, como para as que ainda estão à procura de um par.

Em um relacionamento amoroso, querer agradar ao parceiro é um dos pilares para se ter uma relação feliz. Não é preciso muita coisa para despertar um sorriso e aquele brilho no olhar no seu amado.

Algumas atitudes bem simples, podem fazer com que ele fique ainda mais encantado pela mulher que está do lado dele.

Confira algumas atitudes que vão deixar seu parceiro "derretido" por você:

Fazer com que ele se sinta um herói

Os homens se encantam quando percebem que podem garantir proteção às mulheres. Não importa a situação pela qual você esteja passando, fazer com que ele se sinta um herói e deixar protegê-la faz dele um parceiro mais feliz.



Ter mãos suaves

Eles até podem reclamar muitas vezes da vaidade excessiva, mas os homens adoram sentir mãos delicadas acariciando sua pele.



Ficar ao natural

Mesmo que você dedique uma hora diária para se arrumar antes de sair para que ele te veja deslumbrante, ele também adora poder curtir os momentos em que você está em casa relaxada, sem maquiagem, ao natural.



Ser adorável com crianças

Ainda que ele não se sinta preparado para ser pai, muitos homens ficam encantados quando percebem que suas parceiras têm um instinto maternal aflorado e que elas se derretem quando se deparam com um bebê de amigas ou até mesmo de pessoas desconhecidas.



Usar a roupa dele de manhã

Não perca a oportunidade de colocar uma das cuecas dele ou mesmo a camisa que ele vai usar no trabalho. Essa atitude pode ser muito sexy e fazer com que ele nem se preocupe em chegar atrasado no trabalho.



Foto: Gláucia Baião (Estúdio Mult Mix)

Modelo: Fabiana Rodrigues Rocha Lopes

Mostrar sua independência

Nada melhor para um homem do que admirar sua parceira. Claro que existem homens que preferem suas mulheres em casa, mas é cada vez maior o número de homens que gostam quando a mulher demonstra paixão por um trabalho.



Decorar o ambiente

Eles gostam de lugares aconchegantes, mas muitos não têm ideia de como consegui-los. Extraia o máximo do seu instinto feminino e use a criatividade para tornar os momentos e lugares em que você estiver com ele muito prazerosos.



Fazer "biquinho"

Sim, esse gesto de menina mimada quando você não está satisfeita com algo funciona de vez em quando. Só tome cuidado para não fazer manha além da conta ou em situações sérias.



Usar sapato alto

Muitos homens se queixam do barulho e do incômodo do salto alto, mas eles também adoram ver como as mulheres ficam elegantes quando usam esse tipo de sapato.



Arrumar-se para ele

Eles adoram se sentir importantes e poder "exibir" sua parceira toda linda para os amigos.



Vesti-lo para ir ao trabalho

Não se trata de escolher todo dia a roupa que ele vai usar para trabalhar, mas de vez em quando dê um retoque em pequenos detalhes, por exemplo, no nó da gravata.



Preocupar-se com detalhes em ocasiões especiais

As mulheres têm uma memória invejável, por isso é muito fácil surpreendê-los em datas especiais. Um cartão, uma lembrancinha são sempre bem-vindos.



Apelidos carinhosos

Os casais geralmente costumam criar apelidos criativos como "amorzinho", "chuchu" e tantos outros. Alguns homens gostam desse tipo de mimo, mas se certifique de usá-lo somente quando estiverem sozinhos, a não ser que ele tome a iniciativa e comece a falar em público primeiro.



Cenas caseiras

Você não precisa aparecer na frente dele usando um avental, estilo dona-de-casa dos anos 50, para poder seduzi-lo ao preparar uma refeição. Mas, eles gostam de ver os dotes caseiros das mulheres. É como alguns dizem: conquistar o homem "pela barriga".



Lingerie sensuais

Se há algo que os deixa muito loucos é quando as mulheres usam lingerie especiais mesmo sem ter uma data comemorativa. Use-as quando você souber que poderão ter um momento a dois naquele dia.



 **Churrascaria**
Restaurante
Lanchonete
Abastecimento
Loja de Conveniência



Tel.: (32) **3462-9476**

O Ponto de Encontro da Família da Região Centro-sul e Zona da Mata.
Rod. BR 116 c/ 393 Trevo Teresópolis - Jamaparã - RJ



Centro Odontológico Especializado

Fernando Jannotti Jr.
PERIODONTIA - IMPLANTE
CRO-RJ 12.255

Maurício Jannotti
CLÍNICA GERAL
CRO-RJ 19.081

TEL.:(24)2271-1153



Dr. João Cavalcante
CIRURGIÃO - DENTISTA
CRO - RJ37.295

CLAREAMENTO | CIRURGIA
RESTAURAÇÃO ESTÉTICA | PRÓTESE

Tel.: (24) **2272-1042**

Rua Paulino Fernandes, 70 - Anta - Sapucaia/RJ

FOTOGRAFIA



As tentativas para se conseguir uma bela fotografia fazem com que as imagens geradas através das lentes não fiquem apenas gravadas na mente de quem as realiza, mas sim impressas nos corações daqueles que as vêem com os mesmos olhos.

Geno Hoffmann

Sindiclei Baião

FOTOGRAFIA PROFISSIONAL

ESPORTE LEVADO A SÉRIO

Em Janeiro de 2009, o Prefeito Anderson Zanon convidou o ex-vereador Francisco de Assis Cavalcante da Silva (Chiquinho), para assumir a pasta da Secretaria de Esporte e Lazer do município de Sapucaia. Objetivando um trabalho sério e dedicado, sem interferências nos outros já existentes no município. Chiquinho aceitou o desafio. O encontro de uma secretaria desestruturada e sem nenhum projeto para os jovens sapucaianos foi à motivação para a busca de novos programas, o que se tornaria “um

novo”. Após poucos meses de trabalho, a Secretaria de Esporte e Lazer já havia firmado parcerias com grandes projetos, como: “FLU EDUCAÇÃO ESPORTIVA” e “ESPORTE PARA TODOS”. Com o Fluminense Futebol Clube, o projeto “Flu Educação Esportiva”, atende em média 485 atletas com idade de 07 a 17 anos. Já a Ong Quali vida fundada em 19 de

Dezembro de 2002 pela professora de Educação Física Georgette Vidor Mello, ajuda 220 crianças que participam do “Esporte para Todos”. Esta inclusão social a partir do esporte e de cunho sócio esportivo tem dado certo graças ao o apoio do prefeito Anderson Zanon, que torna forte estas parcerias. Com esse acesso à prática de esportes, várias crianças e adolescentes são beneficiados.

“Dois programas em pleno funcionamento que atende parte do município e em breve todos os distritos.”

RESULTADOS

CAMPEÃO INTER FLU SUB 9, CAMPEÃO INTER FLU SUB 15, CAMPEÃO COPA VALE DO PARAÍBA SUB 15, 3º LUGAR COPA RIO SUL DE FUTSAL 2011, ARTILHEIRO COPA RIO SUL DE FUTSAL 2011, CAMPEÃO COPA ALÉM PARAÍBA SUB 15, VICE CAMPEÃO COPA ALÉM PARAÍBA SUB 13, 3º LUGAR JAI FUTSAL FEMININO, DIA DO DESAFIO 2009, DIA DO DESAFIO 2010, DIA DO DESAFIO 2011, TROFÉU DE PARTICIPAÇÃO GINÁSTICA OLÍMPICA GERDAL, TROFÉU DE PARTICIPAÇÃO GINÁSTICA OLÍMPICA CACHOEIRA DE MACACU, TROFÉU DE PARTICIPAÇÃO GINÁSTICA OLÍMPICA TRÊS RIOS, 3º LUGAR COPA RIO SUL DE FUTSAL 2004, DIA DO DESAFIO 2005 E 2008.



Fotos: S.M.E.L



SECRETÁRIO DE ESPORTE CHIQUINHO VISITA OBRA DO GINÁSIO POLIESPORTIVO DO BAIRRO SÃO JOÃO

Na última terça - feira dia 27/09 o secretário de Esporte e Lazer de Sapucaia, Chiquinho, esteve com sua equipe vistoriando a obra do Ginásio poliesportivo do bairro São João. O Ginásio será um dos maiores do município e poderá sediar jogos do campeonato Carioca de futsal. Uma conquista do Prefeito Anderson Zanon e do secretário de Esporte e Lazer Chiquinho, que irá beneficiar os moradores do bairro São João e localidades vizinhas.

SELEÇÃO DE SAPUCAIA SE PREPARA PARA COPA CANTAGALO DE FUTSAL SUB 11 E SUB 15

A seleção de Sapucaia comandada por André Lobato, Marcos de Carvalho (Marcão) e João Carioca vem se preparando forte para disputa da 1ª Copa Cantagalo de Futsal sub 11 e sub 15 a realizar-se nos dias 15 e 16 de Outubro na cidade de Cantagalo-RJ.

A Delegação sapucaiana será composta por 25 pessoas que carregam na bagagem a responsabilidade de representar o município em busca de títulos.

A Equipe conta com total apoio do Prefeito Municipal Anderson Zanon e do Secretário de Esporte Francisco de Assis C. da Silva (Chiquinho).

Tabela dos Jogos:

- 09h00min – Sapucaia x São José – Sub 11
- 11h00min – Sapucaia x Laranjais – Sub 11
- 13h30min – Sapucaia x Elos – Sub 11
- 14h30min – Sapucaia x Banquete – Sub 15
- 17h00min – Sapucaia x Laranjais – Sub 15
- 19h00min – Sapucaia x CSE – Sub 15



QUANDO A INDESEJADA DAS GENTES CHEGAR...

Pessoas partem. Mas estas separações não são rupturas na intimidade. Nós estamos ligados não por vínculos de sangue, nem pelo lugar, mas por uma moralidade semelhante, a necessidade de viver a vida completamente e no presente, um respeito pela honestidade, uma necessidade de quebrar limites e uma história comum.

Há entre nós uma habilidade em ouvir e compartilhar que ultrapassa a definição normal de amizade.

Sempre procuramos dentro de nossas limitações, encararmos a vida como algo eterno. Um para sempre que na verdade são instantâneos, passageiros. Um dia iremos nos separar. Sentiremos saudades de todos os momentos vividos, daquilo que sonhamos em realizar e o tempo se encarregou de guardar em alguma gaveta, do próprio tempo.

A vida é assim.

Pensamos que viveremos sempre as mesmas alegrias, até mesmo as angústias.

Mas aí, a vida passa.

Restarão nos álbuns da lembrança as nossas recordações, com a saudade dentro do peito, e vai doer muito, muito mesmo.

Porque a saudade nos disse Neruda (1904-1973), "é amar um passado que ainda não passou. É recusar um presente que nos machuca, é não ver o futuro que nos convida..."

Por isso temos que viver cada momento. Por mais simples que seja a vida, ela terá no final uma história, uma lembrança, comum que seja, mas é a sua vida, vivida, amada, conflitante.

E já que as lembranças nos fazem refletir, e assim corrigir os nossos erros, vamos procurar compartilhar mais, amar mais, sermos mais participativos, em nossos poucos momentos de vida, porque como nos ensinou o poeta pernambucano Manoel Bandeira (1886-1968), em seu poema "Consoada":



**"QUANDO A INDESEJADA DAS GENTES CHEGAR,
(NÃO SEI SE DURA OU CAROÁVEL),
TALVEZ EU TENHA MEDO.
TALVEZ SORRIA, OU DIÇA:
- Alô, iniludível!**

**O MEU DIA FOI BOM, PODE A NOITE DESCER.
(À NOITE COM OS SEUS SORTILÉGIOS.).
ENCONTRARÁ LAVRADO O CAMPO, A CASA LIMPA,
A MESA POSTA,
"COM CADA COISA EM SEU LUGAR".**

"SER FELIZ OU TER RAZÃO?"

Oito da noite, numa avenida movimentada. O casal já está atrasado para jantar na casa de uns amigos. O endereço é novo e ela consultou no mapa antes de sair. Ele conduz o carro. Ela orienta e pede para que vire, na próxima rua, à esquerda. Ele tem certeza de que é à direita. Discutem. Percebendo que além de atrasados, poderia ficar mal-humorados, ela deixa que ele decida. Ele vira à direita e percebe, então, que estava errado. Embora com dificuldade, admite

que insistiu no caminho errado, enquanto faz o retorno. Ela sorri e diz que não há nenhum problema se chegarem alguns minutos atrasados. Mas ele ainda quer saber: - Se tinhas tanta certeza de que eu estava indo pelo caminho errado, devias ter insistido um pouco mais... E ela diz: - Entre ter razão e ser feliz, prefiro ser feliz. Estávamos à beira de uma discussão, se eu insistisse mais, teríamos estragado a noite!

MORAL DA HISTÓRIA:

Esta pequena história foi contada por uma

empresária, durante uma palestra sobre simplicidade no mundo do trabalho. Ela usou a cena para ilustrar quanta energia nós gastamos apenas para demonstrar que temos razão, independentemente, de tê-la ou não. Desde que ouvi esta história, tenho me perguntado com mais frequência: 'Quero ser feliz ou ter razão?' Outro pensamento parecido, diz o seguinte: 'Nunca se justifique. Os amigos não precisam e os inimigos não acreditam.

Leia este texto para os seus amigos, para ver se o mundo melhora...

Eu já decidi... EU QUERO SER FELIZ e você?

foto&vídeo
MULTIMIX

Estúdio Digital Profissional

Sapucaia/RJ

SERVIÇOS

■ FOTOGRAFICOS ■ VÍDEO ■ OUTROS
■ GRÁFICOS ■ INTERNET

(24) **2271-2133**

Rua Maurício de Abreu, 204 Centro - Sapucaia/RJ | revistamultmix@gmail.com



Portadores do Evangelho

Gaby Telles / Foto: Sindiclei Baião (Estúdio Mult Mix)

Levar o Evangelho a toda criatura. Essa é uma das responsabilidades deixadas por Jesus a nós, cristãos de todo o mundo. E o Ministério Amor e Cruz, nada mais é do que um portador desse Evangelho, só que através da música.

Com o desejo de poder compartilhar do amor de Deus e também de mostrar as pessoas, que Nele podemos ser alguém melhor, mas que para isso é necessário morrer para o desejo de querer ganhar a vida da nossa maneira, é que foi formado esse ministério.

Não levantamos bandeira denominacional, nem pregamos a nós mesmos, mas a Jesus Cristo. Dentro de nossas habilidades musicais, oferecemos nosso melhor, pois acreditamos que

a Excelência é um dos atributos de Deus, e para Ele não podemos oferecer nada menos do que o melhor que temos, e ainda nos aperfeiçoamos a cada dia. E o mais importante, nosso coração, nesse sim buscamos a afinação perfeita, pois é nisso que realmente o nosso Deus se interessa e que torna a música muito mais atraente que qualquer habilidade musical.

Cada componente desse ministério tem um toque único dado pelo Senhor, especial, o que o faz interessante, e estes toques se juntam para formar uma unidade de pensamento e um grupo forte, cada qual com sua tarefa de fortalecer ainda mais o nome de Jesus por onde passa.

Davi Bastos, Mateus de Paula, Gabriel Telles,

Gesiel Telles, Leonardo Romano, Guilherme Azevedo, Daina Pacheco, Daniela Bastos e Gabrielle Telles. Somos nós! Juntamente com os nossos intercessores: Niléia, Liliana, Luciana, Talita, Cristiane e Juliana. E pastores: Josué dos Santos, Luiz Cláudio e Mário Lúcio. Agradecemos pelo apoio em tudo!

E queremos dizer a você, leitor(a), que é um prazer fazermos parte da mesma geração! Deus tem muitos planos em Sua vida, deixe-O entrar para que a vida Dele se manifeste em seus corações e você venha experimentar a boa, perfeita e agradável vontade do Pai Eterno!

MARIA
Bonita
PERFUMARIA

O menor preço da região

Tel.: (24) **2271-2135**

R. Maurício de Abreu, 213 - Sapucaia - RJ

Aceitamos os Cartões:



Nome: **Jéssica Felix Pires**

Data de nascimento: **25/06/1991**

Sigmo: **Câncer**

Apelido: **Nininha**

O que mais gosta em seu corpo: **O olho**

O que mais gosta em uma pessoa: **Sinceridade**

O que não tolera em uma pessoa: **Falsidade**

Mulher bonita: **Ana Hickmann**

Homem bonito: **Reynaldo Gianecchin**

Uma dica pra te conquistar: **Ser humilde e carinhoso**

Perfume: **Malbec**

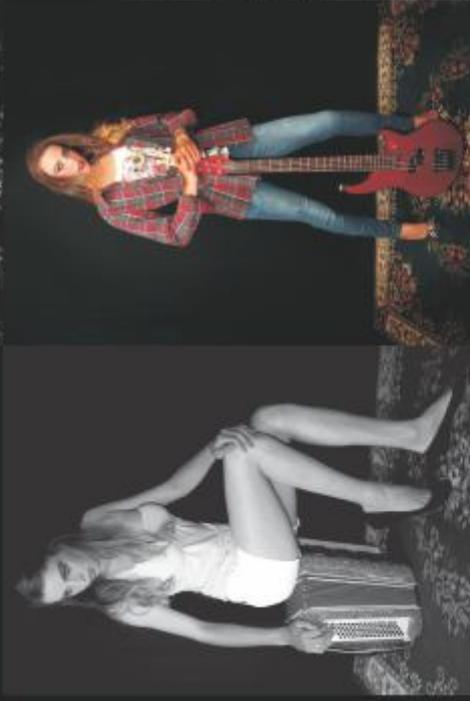
Soni: **Sertanejo**

Filme: **Em busca da felicidade**

Prato predileto: **Arroz, feijão e peixe**

Não vivo sem: **Meus pais**

Uma frase: **A tristeza pode ser intensa, mas jamais será eterna!**



Como já dizia o escritor inglês Aldous Huxley: "Depois do silêncio, aquilo que mais aproximadamente exprime o inexprimível é a música." Inspirados nesta frase, a equipe da Revista Mult Mix resolveu fazer um ensaio com o tema voltado para a música. Mas não queríamos fazer em uma locação, achamos que o mais conveniente seria fazer as fotos em um estúdio. A produção pesquisou e montou vários cenários correspondentes. A questão agora era escolher a modelo. E a escolhida foi Jéssica Félix. Jéssica ficou entre as 20 colocadas do concurso Elite Model Look Brasil 2011, disputando com mais de 1100 candidatas, venceu vários desfiles em Sapucaia, Pão, Santa Cruz, ficou em primeiro lugar no Concurso Teresopolis, participou do Congresso Internacional de cabelos - Penteados Rio Centro - L'Oréal Paris; e outras. Realmente é um release invejável. As fotos foram feitas pelo fotógrafo Sindiclei Baiao, que já conhecia Jéssica de alguns eventos. A produção foi feita por Gláucia de Castro e Expedito Vieira Jr. Cabelo e maquiagem ficaram a par de Indiara Telles. As fotos foram feitas no próprio estúdio da Revista Mult Mix. Confira a performance.

A full-length portrait of a woman with long, dark hair and bangs, smiling warmly. She is wearing a black top, a black and grey striped cardigan, and a black skirt with a large silver buckle. She has a gold necklace with a circular pendant and large earrings. The background is a plain, light-colored wall.

Eyshila

Nada Pode Calar um Adorador

Revista Mult Mix

Dia 13 de setembro do ano corrente, na Festa dos Evangélicos, tivemos a honra de receber na cidade de Sapucaia, a cantora Eyshila. Ela, que figura uma das mais importantes cantoras gospel de nosso país, juntamente com sua Banda, arrastou centenas de pessoas para o Parque de Exposição. Com muita sabedoria, conduziu o momento de louvor através de suas belas canções e palavras de edificação.

Em nenhum momento enquanto ministrava, Eyshila trouxe a adoração para si, deixando bem claro a quem o povo deveria direcionar o seu louvor. Durante o show, pessoas levantavam suas mãos, oravam, choravam e se rendiam a Cristo.

A Revista Multi Mix teve o prazer de conversar com a cantora antes do show, que demonstrou sua felicidade em poder conhecer o povo Sapucaense, pois ainda não havia tido esta oportunidade, somente em cidades adjacentes.

Foram realmente momentos únicos e que com certeza, ficarão no coração desta cidade que tanto admira sua vida e ministério.



Por uma vida em pleno equilíbrio

Fotos: Expedito Vieira Jr. - Estúdio Mult Mix



Por Dayana de A. Paula

Se você está em busca de qualidade de vida, bem estar, saúde e equilíbrios físico e mental, saiba que está no lugar certo. O método Pilates, criado por Joseph Pilates na Alemanha em 1880, baseia-se em seis princípios básicos e é capaz de transformar a sua rotina.

Por meio da integração entre corpo saudável e mente serena, os exercícios focados na respiração permitem total controle do organismo, trabalhando intensamente a região abdominal, conhecida como power house. Concentração, precisão e controle de movimento são as ferramentas que permitem dar aos praticantes resultados significativos, muito mais focados do que qualquer outro exercício físico. O Pilates trabalha os principais órgãos do corpo, alinhando saúde e bem estar em homens, mulheres, gestantes, crianças e idosos a respiração, além de usar diversos acessórios que fazem parte da prática e ainda como o Pilates ajuda a aliviar incômodos e lesões. Com a prática você certamente colherá os frutos da boa disposição e de saúde perfeita, em pleno equilíbrio e harmonia.

Princípios do Pilates

Com seis princípios básicos, a prática transforma a rotina das pessoas. A integração e o equilíbrio entre, mente e espírito é o principal conceito do pilates técnica que une condicionamento físico e mental criada pelo alemão Joseph Pilates. A prática dos movimentos naturais permite o controle total sobre o corpo, levando em conta a concentração, a percepção de si, o alongamento e a flexibilidade, além da força e do desenvolvimento físico. Assim, o pilates está baseado em seis princípios, presentes em cada exercício: respiração (sempre coordenada com o movimento), centro de força (que deve ser ativado antes da prática), concentração (para a

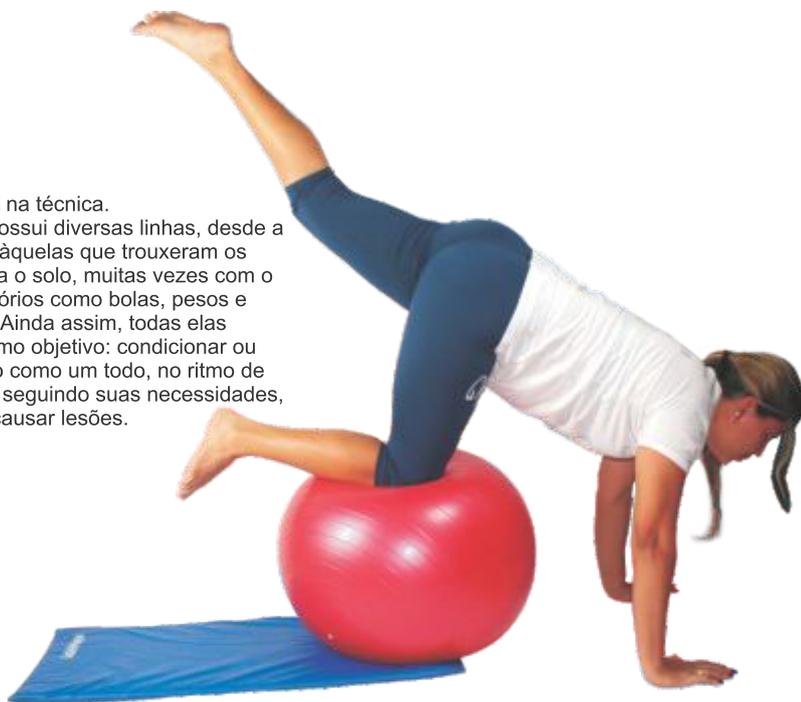
execução de posturas corretas e seguras), controle (domínio sobre a musculatura desejada), precisão (exatidão, evitando gastos desnecessários de energia) e fluidez (execução ritmada e coordenada dos movimentos). Entre os benefícios: melhora da postura; aumento da estabilidade para a pélvis e os ombros; prevenção de doenças e reabilitação física; equilíbrio e coordenação; alívio de dores, do estresse



e da tensão; desenvolvimento da função e da eficiência pulmonar, graças a melhora da circulação, à promoção do bem-estar e ao aumento da consciência corporal; integração de corpo; mente e espírito.

Ao contrário da ginástica convencional, o pilates não conta com grande quantidade de repetições. A qualidade e a precisão é que são focadas. Por isso, concentração, precisão e controle dos movimentos são essenciais para alcançar resultados significativos em um tempo mais curto do que o esperado. Os exercícios são aplicados de acordo com a necessidade do indivíduo e, aos poucos, os movimentos tornam-se cada vez mais complexos, conforme o

praticante evolui na técnica. Hoje, o pilates possui diversas linhas, desde a mais tradicional àquelas que trouxeram os movimentos para o solo, muitas vezes com o auxílio de acessórios como bolas, pesos e faixas elásticas. Ainda assim, todas elas possuem o mesmo objetivo: condicionar ou reabilitar o corpo como um todo, no ritmo de cada praticante, seguindo suas necessidades, sem cansar ou causar lesões.



Sobre o método

O pilates compreende um conjunto de exercícios (mais de 500 tipos) que flexibilizam, alongam e tonificam os músculos e melhoram a postura corporal. Por isso, possibilita que seus praticantes se movimentem de forma mais hábil em suas atividades cotidianas. Os exercícios são realizados em número pequeno de repetições e com movimentos fluidos,

precisos e harmônicos, sem risco de lesão articular. As sessões são praticadas, normalmente, em uma sala espaçosa com a presença de uma fisioterapeuta que auxilia os pacientes nos exercícios com os aparelhos. O método pode ser praticado por pessoas de todas as idades, independente de seu condicionamento físico.

O pilates proporciona força e flexibilidade, controle do corpo e equilíbrio da mente. É indicado para reabilitação e melhora da condição física, oferecendo benefícios à saúde, ao bem-estar e à estética.

Adeus barriga de chope

Homens aderem ao Pilates para definir melhor o abdome.

«Os homens estão aderindo ao Pilates, buscando fortalecer os músculos, principalmente da parte abdominal, além de melhorias na postura corporal, flexibilidade, respiração e autocontrole.»

Que homem nunca desejou ter uma barriginha sarada, toda cheia de gominhos? Para conseguir esse tipo de abdomen escultural (que tanto atrai as mulheres), a ala masculina vem investindo cada vez mais no Pilates. Em vez de "puxar ferros" nas academias, eles estão preferindo trabalhar com as molas nos aparelhos - características típicas do método de condicionamento físico criado, na Alemanha.

Mas, para dar um fim definitivo à barriga de chope, antes de qualquer coisa, o homem vai precisar mudar seus hábitos alimentares, pois de nada adianta passar horas fazendo exercícios se a sua barriga, devido ao acúmulo de gordura, não vai deixar os músculos aparecerem.

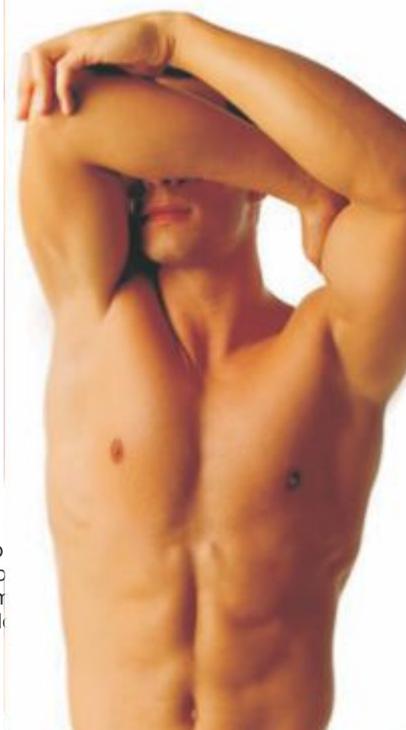
Depois da alimentação controlada, aí sim vem a prática. "O Pilates pode trabalhar o abdome da maneira das academias,

fazendo treinamentos nos músculos superiores, inferiores e oblíquos", explica Helena Mathias, umas das proprietárias do estúdio Physio Pilates, no Canela.

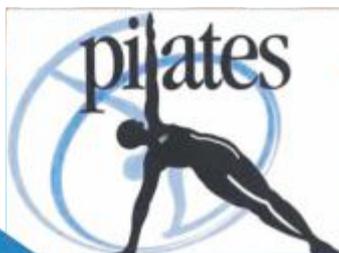
"Mas, a vantagem é a possibilidade de fazer vários exercícios avançados, que usam o corpo de maneira integral, trabalhando consequentemente a região", pontua Helena, que também é professora do método.

Se nas academias os exercícios de perna, braço e abdome são separados, no Pilates o segredo é a variedade, já que é uma abordagem mais holística, que não trabalha com repetições demasiadas.

Porém há outras diferenças significativas. "Como a prática tem outra consciência corporal, cujo princípio é a centralização do corpo, aprofundamos mais o movimento, chegando a músculos profundos como o transverso abdominal, que as academias não trabalham", conta Helena, afirmando que um resultado logo notado é o afinamento do tronco.



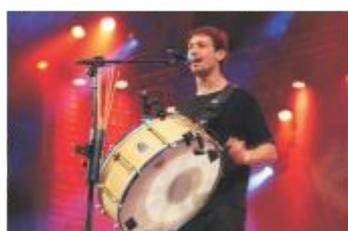
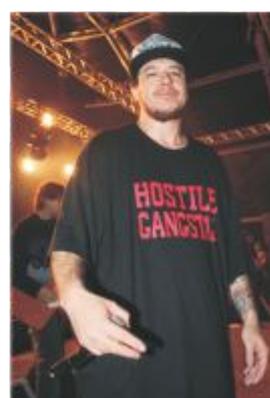
Studio Pilatestética e Fisioterapia

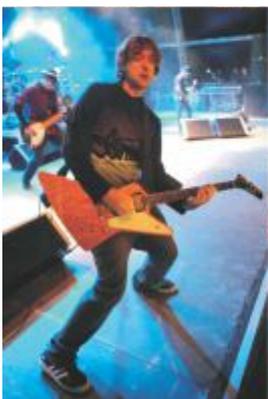
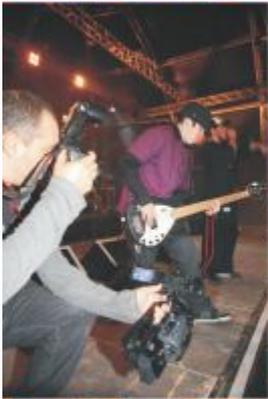
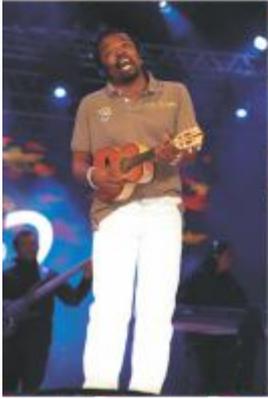


Dr^a Dayana de A. Paula
Fisioterapeuta e
Instrutora do método

Momentos inesquecíveis e inéditos, que guardamos para vocês

PREFEITURA DE
SAPUCAIA
CONSTRUINDO O FUTURO





AÇOUGUE

AÇOUGUE
O Prazer de Servir Bem
Marcos / Amélia
 Tel: (24) **2271-1314**
 Rua Capitão Estevão Aguiar, 26
 Centro - Sapucaia - RJ

ARTESANATO

MUNDO DO ARTESANATO PRESENTES
 (24) **2271-1298**
 Rua Maurício de Abreu, 72 - Sapucaia/RJ

CABELEIREIRO

Carlinhos Cabeleireiro
 Cel: (24) **9263-2980**
 R. Dr. Antônio Aguiar, 54/102

CHURRASCARIA

MEGA GRILL
 Rod. Br 116 c/393
 Trevo Teresópolis - Jamapará/RJ
 Tel: (32) 3462-9476

CONSULTÓRIO DENTÁRIO

Cirurgião Dentista endodontista
LAERTE LAURO OTTERO DE SOUZA
 Especialista em tratamento de canais
 Tel: (24) **22711768**
 R. Comandante Afrâneo, 256 - Subsolo
 Centro - Sapucaia/RJ

COE - CENTRO ODONTOLÓGICO ESPECIALIZADO
 Fernando Jannotti Jr. (Periodontia - Implante)
 Maurício Jannotti (Clínica Geral)
 Sapucaia - RJ
 Tel: (24) 2271-1163

COMUNICAÇÃO

VIANNA COMUNICAÇÃO
 Assessoria de Comunicação
 Cerimonial e Locução
 Jornalismo
 Organização de Eventos Sociais e Empresariais
 (22)3248-1038 / (22)8991-6172
 vianna@vianna.com.br

CONSULTORIA CONTÁBIL

RENATO E FERNANDA
 Pg. João Cassaro, 05
 Anta - Sapucaia/RJ
 Tels: (24) 2272-1247

DISK ÁGUA

Wermelinger
 Irmãos
 www.alguma.com.br
 2271-1745
GELO E CARVÃO

DROGARIA

DROGARIA UNIÃO
 R. Paulino Fernandes, 70 - Anta/RJ
 Tel: (24) 2272-1077
 drog.uniao@yahoo.com.br

FARMÁCIA

Farmácia do PIÃO & Farmácia ÁGUA QUENTE
 Tel: (24) **3641-7542**
3641-3657
 Direção: Manoel e Família
 tols.pimentel@bol.com.br

FARMÁCIA UNIDA
 Rua Raphael Langoni, 105
 Centro - Sapucaia/RJ - 25880-000
 Tels: (24) 2271-1179

Farmácia São José
A SUA FARMÁCIA
 Tel: (24) **2271-1133**
 Rua Maurício de Abreu, 176
 Centro - Sapucaia - RJ

HOTEL

KIPÃO Lanches
KI-SONO HOTEL
 Suítes com
 Ar, TV, Garagem, Café da Manhã
 Tel: (24) **22711925**
 Rua Rafael Langoni, 58/75
 Centro - Sapucaia/RJ

INFORMÁTICA

DANIEL GOMES OLIVEIRA
 R. Maurício de Abreu, 165
 Centro - Sapucaia/RJ - 25880-000
 Cel: (24) 9267-0766

S&B informática
VENDA E MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES
 Tel: (24) **2271-1992**

MANICURE

Indy Espaço Beauty
 MATERIAL: ESTERILIZADO
 DESCARTÁVEL E HIGIENIZADO
 * Pé
 * Mão
 * Depilação
 * Hidratação facial
 * Maquiagem e muito mais...
 Tel: (24) 92768721 / 92827633
 Rua Manoel Vaz Bajão - 54
 São João - Sapucaia/RJ

MÁQUINAS E AUTOMAÇÃO

INDÚSTRIA DE MÁQUINAS E AUTOMAÇÃO JAMAPARÁ LTDA
 Av. Paulino Fernandes e Silva, 441
 Jamapará - Sapucaia/RJ - 25887-000
 Tel: (32) 3462-6923 | 3462-6068

MATERIAL DE CONSTRUÇÃO

TUDO PARA CONSTRUÇÃO
 Só na
ESP - Materiais de Construção Ltda.
 Tel: (24) **2271-1403**
2271-1883
 Da fundação ao acabamento nós cuidamos da sua obra.
 Rua Rafael Langoni, 645
 Sapucaia - Centro - Rod. 393
 Confira: **nova**
LOJA em ANTA

MERCADO

Mercado
Bom Preço
 O mercado que faz a arte do seu dia-a-dia
 Tel: (24) **22711564**
 Rua XV de novembro, 59 - Centro - Sapucaia/RJ
 (a rua da delegacia)

MERCADO
OPÇÃO DA BOA VIDA
 a melhor opção
 Tel: (24) **22711176**
 Rua Oswaldo Melgaço, 2 - São João
 Sapucaia/RJ

MODA ÍNTIMA

Sabrina MODAS
 Moda Íntima
 R. Antônio Aguiar, 15 - Lj E. 2271-1338

OFICINA MECÂNICA MOTOS

motoBike
 TEL: (24) 2271-1774 - SAPUCAIA - RJ
Reparação e Manutenção
 (24) 2271-1774
 Rua Quinze de Novembro, 92 A
 Centro - Sapucaia (RJ)

PADARIA

PADARIA

SAPUCAIENSE
SERVINDO QUALIDADE COM MAIS SABOR

Tel.: (24) 2271-1096

RUA MAURÍCIO DE ABREU, 77 SAPUCAIA - RJ

PADARIA PRO-PÃO
Rua Paulino Fernandes
Anta - Sapucaia/RJ
Tel: (24) 2272-1224

PRESENTES

Presentes
Marvi

**Artigos
PARA
PRESENTES
E UTENSÍLIOS
PARA O LAR.**

Cell: (24)
8145-2249

R. Maurício de Abreu, 180
Centro - Sapucaia/RJ

RECARGA DE CARTUCHO

TIMU
CARTUCHOS E GAMES

(24) **2271-1319**

Rua Maurício de Abreu, 204 loja 1 - Sapucaia/RJ

REFRESCOS E DOCES

BIGU IND. E COM. DE REFRESCOS
Av. Paulino Fernandes e Silva, 403/A
Jenapeari - Sapucaia/RJ
Tel: (32) 3462-6497
E-mail: produtosbigu@hotmail.com

RESTAURANTE

BALNEÁRIO 3 QUEDAS
Tel: (24) 2271-1088
www.3quedas.com.br

ITAKILO
RESTAURANTE

*O prazer de
comer bem*

Tel.: (24)
22711636

R. Maurício de Abreu, 207
Centro - Sapucaia/RJ

ROUPAS E ACESSÓRIOS

SINAL VERDE

**TRÂNSITO LIVRE PARA
SUAS COMPRAS**

Tel.: (24)
2271-1590

Rua Maurício de Abreu, 205 Sapucaia/RJ

SUPERMERCADO

Supermercado
J3G

SEMPRE PERTO DE VOCÊ!
Entrega em Domicílio

Tel.: (24)
2271-1038

Centro - Sapucaia/RJ

SUPERMERCADO JÓIA
Onde tem essa variedade tem oferta
Rua Presidente Dutra, 60 - Centro - Anta/RJ
Tel: (24) 2271-1227 - 2272-1390

Supermercado
JÓIA
O barateiro

Rua Maurício de Abreu, 234 - Centro - Sapucaia/RJ

TEL: (24)
22711051 SUPERMERCADO
PANCOTÃO

R. Maurício de Abreu, 65 Centro - Sapucaia/RJ

TRANSPORTE ALUGUEL

COOPTAE
Transporte Alternativo e
Escolar de Passageiros
VAN

Luiz Carlos

(24)
2271-3362 8119-5311

Faça parte de nosso

**GUIA
MULT MIX**

(24)
**92625262
22712133**

MARIA
Bonita
PERFUMARIA

O menor preço da região

Tel.: (24) **2271-2135**

R. Maurício de Abreu, 213 - Sapucaia - RJ

Aceitamos os Cartões:



Motoristas de SAPUCAIA tem aumento de

33% nas diárias

e passam do nível 6 para o

NÍVEL 8

Foto: Sindicato Baião

Revista Mult Mix

O prefeito Anderson Zanon trouxe boas notícias aos motoristas da prefeitura municipal de Sapucaia. Em uma reunião no dia 17 deste mês, no Centro Cultural Magrécia, anunciou que as diárias pagas terão um aumento de 33% passando de R\$ 30,00 para R\$ 40,00 e a outra novidade é a mudança do nível salarial, o motorista receberá não mais o nível seis, e sim o nível oito, com isso um aumento significativo nos rendimentos.

Há mais de 20 anos, eles vinham reivindicando por esta correção, proposta essa que precisa ainda ser aprovada pela câmara municipal. Os vereadores Nega (José Ricardo) e Fabrício Baião, que participaram da reunião, além de elogiar o prefeito por esta iniciativa, afirmaram que acreditam nessa aprovação. O prefeito frisou que estas mudanças são importantes para o profissional, mas que as cobranças serão mais rigorosas. Preocupado com o número de acidentes que tem envolvido alguns carros, foi criado um decreto que suspenderá o motorista efetivo envolvido em acidente com vítimas. Esta suspensão será dada para averiguação das responsabilidades do acidente. "Como o próprio nome diz, um "acidente", que é um evento inesperado que pode causar danos pessoais, materiais, financeiro... Sem, lógico, a intenção dos motoristas! Cada um aqui é responsável, e o que quero é mais atenção e cuidado. Tivemos dois acidentes graves com perda total dos

“Sou responsável pelo dinheiro público, e tenho que zelar por isso.”

veículos, sendo um deles com vítima fatal, e além dessa perda tivemos prejuízo nos cofres públicos. Sou responsável pelo dinheiro público, e tenho que zelar por isso. Cobrarei dos secretários as adequações necessárias dos veículos, para que vocês tenham condição de trabalho, completou o prefeito Anderson Zanon". Os motoristas serão cobrados por suas responsabilidades, afinal de contas, são vítimas envolvidas. Todos sabem que, no Brasil, o trânsito é algo preocupante. Milhares de pessoas morrem anualmente por causa da irresponsabilidade de alguns motoristas. A falta de cobrança contribui para o agravamento desta triste realidade. A reunião terminou com a informação que a prefeitura vai trazer vários cursos direcionados para aperfeiçoamento dos motoristas, em cada categoria. Preparando-os para uma condução eficiente e segura.



Para se dar bem nas ruas e estradas brasileiras, não existe nenhum segredo, basta andar de acordo com as normas existentes. Usar sempre o cinto de segurança, respeitar as sinalizações, não exceder o limite de velocidade e ficar atento aos perigos são alguns dos cuidados a serem tomados por qualquer motorista. Também é fundamental levar o carro para a realização de reparos e consertos. Esta prática é ainda mais importante na hora de pegar a estrada. Andando a 100km/h, qualquer defeitinho pode ocasionar um grave acidente.

A casa mais popular de Sapucaia!

Casa do Chocolate



Piscina

Com 8 metros², e 11 mil litros d'água. E uma área ao redor com espaço para 7 mesas com cadeiras

Shows

Palco Theodoro dos Santos

Varandão

Espaço para festejar seu aniversário com mesas de doces

Cozinha

Fogão seis bocas, forno Industrial para pizza, bancada para fazer a massa, freezer, geladeira, pia, tanque com duas cuias

tel.: (24) 22711688
81248259
92522850

betochocolate@ig.com.br

Rua Mal Floriano, 340 Centro-Sapucaia/RJ