

Qual a importância da amizade no desenvolvimento das crianças?



VOCÊ PERGUNTA, O EDUCADOR MARCOS LIBA RESPONDE! PÁGINA 8



A sua garantia imobiliária!

Fone: (13) 3468-1000 • Nextel: 7808-1766 Id. 80*50190

www.sanvi.com.br • sanvi@sanviimoveis.com.br

UNIDADE 1
Av. Mal. Deodoro, 1047
Vila Valença - São Vicente/SP

UNIDADE 2
Av. Quintino Bocaiúva, 1000
Gonzaguinha - São Vicente/SP

UNIDADE 3
Av. Antonio Rodrigues, 186
Boa Vista - São Vicente/SP



Tel: 3467-7023 / 3467-7093
www.cacaucenter.com.br



FOLHA EDUCATIVA



Curta nosso Facebook

ED. 16/ANO 2

www.folhaeducativa.com.br

Educação e justiça social

A igualdade de acesso à educação de qualidade é a expressão mais elevada da justiça social. Não há, de fato, democracia plena quando o ensino permanece acessível somente a uns poucos. Talvez seja esse o exemplo mais eloquente do modelo alemão de progresso e justiça social. Confira o artigo na íntegra na página 2



Nutrição Inteligente

Triptofano e carboidratos bem humorados

PÁGINA 6

12 dicas

para criar um filho seguro e preparado para o mundo real

PÁGINA 5

O valor da leitura

O hábito da leitura leva a compreender melhor o mundo a nossa volta.

PÁGINA 10



Solloviaggio

DISK PIZZA

Aqui todo o dia é dia de pizza!



Av. Bernardino de Campos, 559 - Gonzaga - Santos

VESTIBULAR UNOPAR 2012

Confira datas das provas no site
Bacharel Licenciaturas Tecnólogos
São Vicente/SP
(13) 3467.5236



Sempre ao seu lado
www.unoparvirtual.com.br



Rua Coronel Silva Telles, N° 1.503, Parque São Vicente - Prédio Visual

www.unisateducacional.com.br

*“Uma pessoa inteligente aprende com os seus erros,
uma pessoa sábia aprende com os erros dos outros.*

Augusto Cury

Danilo Zimbres é Vice-Cônsul do Brasil em Frankfurt e servidor de carreira do Itamaraty. Mestre em Diplomacia pela Norwich University e Bacharel em Filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), foi Chefe da Assessoria Parlamentar/Assessor Especial do Ministro da Cultura do Brasil.



Educação e justiça social, o modelo alemão

“**A** igualdade de acesso à educação de qualidade é a expressão mais elevada da justiça social. Não há, de fato, democracia plena quando o ensino permanece acessível somente a uns poucos. Talvez seja esse o exemplo mais eloquente do modelo alemão de progresso e justiça social. A Alemanha, terceira maior economia do mundo, dispõe de um sistema de ensino exemplar. Da creche à universidade, o ensino aqui é público, universal e de altíssima qualidade.

A constituição alemã garante o acesso ao ensino como um direito fundamental. No modelo alemão, municípios, estados e a federação compartilham a responsabilidade de fazer valer a constituição. Cabe às cidades, na maioria dos casos, construir e manter as creches e as pré-escolas. As escolas de ensino médio são construídas e mantidas pelos estados. As universidades são mantidas, na maioria dos casos, com recursos federais. O Governo federal repassa, entretanto, fundos para estados e muni-

cípios, a fim de custear os investimentos em educação.

Recentemente, o Supremo Tribunal Federal alemão julgou uma ação de um pai que se sentiu desrespeitado no seu direito constitucional por não ter obtido uma vaga para seu filho, na creche local. A argumentação da secretaria de educação: não havia mais vagas. Ao julgar o caso, o Supremo considerou que não pode haver desculpas para o não atendimento de um direito constitucional. Se não há vagas, compete ao Estado criá-las. O cidadão não pode ser prejudicado pela omissão do poder público.

Merece destaque a remuneração dos professores: em média, os salários chegam a 3.000 Euros, o equivalente a 7.200 reais, pelo câmbio atual. Na Alemanha, o magistério é extremamente valorizado e reveste-se de prestígio e reconhecimento social. Com longas férias e salários competitivos, a carreira atrai profissionais qualificados e com alta motivação.

Exemplar também é o reconhecimento

atribuído aos professores universitários, cujo salário supera o do magistério, em função da exigência de títulos de doutorado. Por sinal, o título de doutorado reveste-se de grande prestígio. Na Alemanha, não são os advogados ou as pessoas tidas como importantes, mas sim os doutores que merecem o tratamento respeitoso de “Doutor”. A lei alemã prevê inclusive que o título “Doutor” seja apensado ao nome da pessoa que possui o diploma acadêmico. Nenhuma outra pessoa, seja um advogado de renome, um médico conhecido ou uma personalidade importante, pode utilizar esse tratamento.

Desde que cheguei à Alemanha, minha filha de 9 anos tem estudado em uma escola pública. Eu poderia, como é praxe entre funcionários diplomáticos, tê-la matriculada em uma escola internacional, francesa ou americana. Optei, entretanto, pela escola pública, mais próxima da minha casa e gratuita. Na escola, ela tem aulas de música, de inglês, de informática, além das aulas do

currículo básico. Com cerca de 20 alunos por classe e uma excelente infraestrutura, a escola muito se assemelha às melhores escolas particulares do Brasil. Com uma diferença: na classe da minha filha estudam juntas a filha do vice-cônsul brasileiro, a filha do advogado de sucesso e a filha do vendedor da banca de jornais do quarteirão, por sinal a melhor amiga da minha filha.

Todos, sem distinção, têm acesso ao mesmo tipo de estudo. Todos terão, com base nos seus méritos pessoais, acesso à universidade pública e gratuita, de qualidade. Na Alemanha, o futuro não tem cartas marcadas: são o mérito e o esforço pessoal que determinam as chances para o futuro. A vigorosa democracia alemã, a enorme coesão social desse país e o sucesso de sua pujante economia tem um segredo: a educação gratuita, universal e de qualidade. No Brasil, nós já conhecemos o segredo. Resta-nos, somente, copiá-lo laboriosamente, como fizeram o Japão, a Coreia e tantas outras nações prósperas.”

CONECTE-SE AO MERCADO

CURSOS
DESIGN / WEB / VIDEO / 3D
DESENVOLVIMENTO DE SISTEMAS
CAD
OFFICE
CONDOMÍNIOS
PNL / LIDERANÇA
GESTÃO
SEGURANÇA
HARDWARE
REDES

TECNO PONTA TREINAMENTOS
UNIDADE SANTOS
AV. CONSULHEIRO NÉBIAS, 332 - 7º ANDAR
(13) 2104.4777
www.tecnoponta.com.br

FACULDADE DO SABER

Aumente suas chances de trabalho. QUALIFIQUE-SE!!!

Cursos Livres e Profissionalizantes
Berçarista, Babá, Recreação, Contador de Histórias, Lactarista, Copeira Hospitalar, Camareira.

Com Apostila, Certificado e Encaminhamento Profissional.

Inscreva-se pelo site www.faculdadedosaber.com.br ou ligue: (13) 3227-4312
Rua Cons. João Alfredo, 296, 2º Andar - Macuco - Santos

Rua Tolentino Filgueiras, 66
Santos - SP - Brasil
Telefones: (13) 3289-1180
sagla@bignet.com.br

SAGLA
VIAGENS E TURISMO

Nós vamos invadir sua praia!

SE VOCÊ TEM UM SONHO PARA SUA CARREIRA PROFISSIONAL

Informática
Téc. em Hardware
Gestão Empresarial
Espanhol
Inglês

Matricule-se agora!

NOVA UNIDADE EM SANTOS

São Vicente
Tel.: (13) 3569-1200
R. Frei Gaspar, 128
Gonzaguinha

Santos
Tel.: (13) 3226-3870
Av. Ana Costa, 141
Vila Mathias

ALL NET
Núcleo de Formação Profissional

Expediente:

FOLHA EDUCATIVA

Departamento Comercial/Editor:

Marcelo de Souza

Administração: Leidy Foly

Colaboradores:

Dr. Paulo Rogério de Torres (UNISANTA),

Profº Arnaldo Santos de Freitas

(UNIMONTE), Profº Ari Brito (UNISANTA),

Renato Di Renzo (Projeto TAM TAM),

Danilo Zimbres (Vice-Cônsul da Alemanha) e

Angela Caetano (Seduc São Vicente)

Colunista: Marcos Liba

Textos/Revisão: Leidy Foly e Ivani Eduardo

Fotos: Sergio Fontoura Junior e divulgação

Diagramação: www.cassiobueno.com.br

Tiragem 10 mil exemplares

Distribuição Gratuita

FONE: (13) 3019-1738 • (13) 9181-8011

www.folhaeducativa.com.br

folhaeducativa@gmail.com

O futuro saqueado

Por Mário Sérgio Cortella

Estamos vivendo um saque antecipado do futuro! Parece alarmista ou, até, piegas, mas continuamos esborroando e furtando as condições de existência para as próximas gerações depois da nossa. Essa é uma situação inédita, pois, durante toda a trajetória evolutiva e histórica da espécie, a grande preocupação de qualquer comunidade humana vinha sendo garantir a continuidade e a melhoria das estruturas de manutenção da vida para os descendentes.

A questão central nesse saque não é exclusivamente a materialidade da situação, isto é, a degradação do meio ambiente e dos recursos naturais, dado que, ainda que de forma incipiente, disso estamos cuidando.

O fulcro da problemática é, isso sim, os adultos admitirmos e promovermos o apodrecimento da esperança nas novas gerações. A elas vimos negando o futuro e, com facilidade, ouvem de nós aterradores prognósticos. (Não haverá futuro! Não haverá emprego! Não haverá natureza!) Também desqualificamos o presente e o passado delas. (Isso não é vida; vocês não sabem brincar! Vocês não tiveram infância! Isso que vocês comem é só porcaria! Isso não é música, é barulho!)

A tudo isso se dá um ar de fatalidade que indica a crença na impossibilidade de alterar essa rota coletiva; por isso, as novas gerações começam a acreditar no mais ameaçador perigo para a convivência gregária e a solidariedade: o individualismo exacerbado. A regra passa a ser a exaltação descontextua-



lizada no carpe diem escrito por Horácio nas suas Odes; deixa de ser um “aproveita o dia”, entendido pelo poeta latino como sinal de equilíbrio e virtude moderadora, e passa a ser um “curta tudo o que puder, ao menor tempo possível, pois só há um horizonte: a vida é breve e sem sentido e nada mais nos resta a não ser o momento”...

Não é casual que haja um aumento des-

proporcional de jovens (cada vez com menos idade) que desvalorizam a vida, começando pelo desprezo pela própria integridade física e mental; são vítimas fáceis das drogas fatais e do álcool sem medida, proporcionadores de felicidade (ou fuga) momentânea. Claro, desse modo, sem futuro, o presente fica insuportável; o grande Dostoiévski escreveu em O idiota que “não foi quando descobriu a Amé-

rica, mas quando estava prestes a descobri-la, que Colombo se sentiu feliz”.

Vive-se, além de tudo, uma sociedade consumista, na qual a mínima possibilidade de sentido fugaz encontra-se na posse, mesmo que circunstancial, de objetos que são anunciados como sendo os portadores do segredo da fidelidade. Crianças bem pequenas perderam a capacidade de brincar sozinhas, com um maravilhoso universo imaginativo e abstrato, no qual nada material precisava adentrar, agora, elas têm “necessidades” inseridas nelas pela nossa inteligência adulta e veiculadas por uma mídia que nem sempre se preocupa com o papel formador que desempenha.

Há uma estonteante presentificação do futuro que pode seqüestrar a compreensão da vida como história e processo coletivo, fazendo, por exemplo, parecer que, como o terceiro milênio ocidental recém-iniciado, ele será todo vivido e passado já; fala-se no terceiro milênio como se ele fosse esgotar-se nas próximas décadas.

Não dá para supor um eterno presente; mesmo o fictício Dorian Gray, com o quase perene retrato, pagou caro pela sua ganância vital; nessa obra, Oscar Wilde fez aviso premonitório para quando algumas máscaras caírem: “As crianças começam por amar os seus pais; quando crescem, julgam-nos; algumas vezes, perdoam-lhes”.

*Posts tagged Mário Sérgio Cortella
O futuro saqueado – Trecho Livro “Não nascemos prontos”*



A sua garantia imobiliária!

Fone: (13) 3468-1000

Nextel: 7808-1766

Id. 80*50190



“Venha para a maior imobiliária da cidade”
Adalberto J. C. Azevedo



www.sanvi.com.br • sanvi@sanviimoveis.com.br • BLOG SANVI: sanviimoveis.wordpress.com

REDES SOCIAIS



UNIDADE 1

Av. Mal. Deodoro, 1047
Vila Valença - São Vicente/SP

UNIDADE 2

Av. Quintino Bocaiúva, 1000
Gonzaguinha - São Vicente/SP

UNIDADE 3

Av. Antonio Rodrigues, 186
Boa Vista - São Vicente/SP

ACNE: um fantasma na adolescência

Quem nunca se aborreceu com uma acne avermelhada que insiste em aparecer um dia antes daquele dia que tanto esperamos? Também conhecida como “espinha” a acne é o principal problema de pele da população no Brasil. Existem vários fatores que contribuem para o aparecimento destas infecções na pele, mas todos podem ser facilmente detectados por um médico dermatologista e assim este problema poderá SER TRATADO. Pode ocorrer por fatores pessoais como o período de menstruação, uso de drogas, fatores emocionais. Também ocorre por excesso de oleosidade da pele. Este último fator é o que normalmente associamos a presença da acne. Mas cuidado! A oleosidade da pele é uma barreira de proteção, ela deve existir. Não são raros os casos que pessoas com maior produ-

ção sebácea fazem uso de produtos “desengordurantes” em excesso, deixando a pele desprotegida e sujeita a maior complicação. No período de adolescência isso se agrava por dois fatores primordiais. Uma “bagunça” hormonal que ocorre nesta fase com meninos e meninas e aumenta a produção sebácea e um stress causado por ansiedade. Esta é uma fase bem complicada, pois junto com os fatores acima, acumula-se o medo e necessidade de aceitação na sociedade. Durante esta fase o jovem tenta “provar ao mundo” que está apto a ser inserido no mundo adulto e em grupos sociais. Neste momento, sem uma bagagem emocional estabelecida o que normalmente recorrem é a sociedade dos amigos e aí começa o dilema de aceitação. A aparência é a única virtude que o jovem consegue enxergar

e uma acne (pensamento adolescente) torna-se um monstro situado bem em seu “cartão de visitas”. Neste momento em que a VAIDADE começa a ser construída o jovem tende a valorizar as diferenças entre eles. Tudo o que não é tratado como BELO passa a gerar conflito. Este conflito gera stress (lembre dos motivos da acne!) e aumenta a probabilidade de acne. Muitos jovens continuam com os fatores que promovem acne até a idade adulta e isso acarreta em uma deformação na vaidade e um descontentamento com a aparência. Vale lembrar que o tratamento incorreto da acne poderá gerar uma mancha na pele e isso dificulta mais ainda a aceitação pessoal. Para finalizar, vamos citar alguns conselhos que fazem toda a diferença:

1- Procure sempre orientação de um der-

matologista. 2- Não utilize produtos chamados “contra espinha” sem orientação. 3- Lembre-se que a ACNE é sempre tratável

Até a próxima...



Dr. Paulo R. Torres

Farmacêutico, especialista em Cosméticos e Mestre em Dermofarmácia e Cosmetologia.

Membro de Honra da Universidade de Cambridge (Inglaterra), Membro de Honra da Universidade de Estudos Avançados da Flórida (EUA) e Proprietário da TEKNA Farmácia de Manipulação.

Projeto inovador de mulheres voluntárias encontrou uma maneira simples para proteger pessoas das noites frias de inverno

Leonardo Andreoli

A aproximação cada vez mais evidente do inverno e suas temperaturas rigorosas causam preocupação principalmente com as pessoas que não possuem uma casa com estrutura adequada. Na tentativa de amenizar o problema, um grupo de 10 mulheres voluntárias buscou e encontrou um material barato, resistente e isolante térmico: caixas de leite e de suco. Chapas confeccionadas a partir da união das embalagens são utilizadas para isolar a temperatura e ainda para tampar fendas existentes em residências.

O processo é simples. Basta lavar as caixas, abri-las e uni-las para confeccionar as chapas de acordo com o tamanho necessário e posteriormente fixá-las nas paredes ou mesmo no forro ou chão da casa. A ideia é inovadora justamente por utilizar as caixas

de leite sem a necessidade de um processo elaborado.

Maria Luisa Bueno é uma das voluntárias do projeto que formulou a ideia. Ela conta que acordou em uma noite de chuva e começou a pensar em pessoas que tinham casas com estruturas insuficientes. Ela, que tem formação em química industrial, sabia das propriedades isolantes do alumínio das caixinhas, mas nunca tinha pensado nesta aplicação. “Demorei mais ou menos um ano pra começar a ir pras casas e montar o trabalho”, afirma. A isolamento já foi aplicada em três residências e, conforme relato dos moradores, representou mudanças no conforto.

Durabilidade

Embora não tenha encontrado o tempo de vida útil das embalagens, ela realizou

alguns testes em casa para comprovar a durabilidade. “É difícil destruir. Sabendo usar o prego certo tem muita durabilidade”, enfatiza. A intenção do grupo ainda é a de buscar novas parcerias para difundir e aperfeiçoar o trabalho. “Uma mulher disse que mudamos a vida dela. Ela se incentivou e viu que podia melhorar. Agora ela quer fazer decoração e colocar na cozinha. O que eu noto é que dá uma auto-estima muito grande para as pessoas”, observa.

A utilização ainda pode ser ampliada se associada a reciclagem de paletes – utilizados no transporte de cargas. Eles podem ser revertidos com as caixinhas e utilizados em casas de chão batido para proteger do frio e da umidade. As caixinhas também servem para criar divisórias dentro das casas.

Grupo

O grupo é pequeno e formado só por mulheres. Hoje elas trabalham no salão da Igreja Santa Rita de Cássia, no Bairro Leão XIII. Elas ensinam as pessoas que têm interesse e distribuem as caixinhas para quem precisa.

Para ajudar o grupo outras entidades também podem pegar as chapas e aprender a técnica. Quem quiser doar as caixinhas também pode levá-las a dois pontos: no Hotel Aguadero (esquina da 10 de Abril com Eduardo de Britto, próximo ao Iotti e Unicredi) e no Brechó Reciclar (na Moron em frente à Biblioteca Pública Municipal), além do Bairro Leão XIII no Salão da Igreja. O próprio salão da igreja receberá o revestimento térmico de caixinhas.

BRUNA MULTIMARCAS
www.brunamultimarcas.com.br

COMPRO • VENDE
• TROCO • FINANCIAMENTO

O Melhor preço em Zero km!

Av. Bernardino de Campos, 171 - Vila Belmiro - Santos - (13) 3321-4200

DO
SERVIÇOS DE ELETRICIDADE
Comercial e Residencial

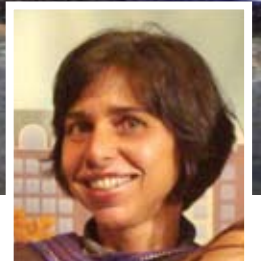
Sergio e Julio

Telefones
(13) 3019.9180
(13) 8813.7425
(13) 9166.2382

Email:
sepio@hotmail.com



para criar um filho seguro e preparado para o mundo real



1. Tenha clareza dos seus princípios e valores, pois, consciente ou inconscientemente, eles serão a base para a educação do seu filho. O casal deve estar bem afinado, para que ambos eduquem na mesma direção. Caso não estejam, conversem, conversem, conversem.

2. Nunca corrija o marido ou a mulher na frente do filho. Isso abala a autoridade e dá insegurança à criança, que passa a não confiar na educação dada, e buscará outros meios para se educar. Se você não concordou com a ação do seu parceiro para com ela, é importante sim conversar, mas só os dois e a sós.

3. Deixe claro o que é “sim” e o que é “não” e os faça valer. E, desde muito pequeno o seu filho irá tentar fazer você mudar de opinião. Assim, antes de dizer algo, tenha certeza do que você quer. Isso ajuda também a evitar os acordos, que acabam por atrapalhar a confiabilidade da educação dada ao filho.

4. Não diga hoje uma coisa e outra amanhã. Isso confunde a criança e traz insegurança de como ela deve agir. Nem diga uma coisa e aja de forma diferente, pois as ações dizem mais do que as palavras. E são por elas que seu filho irá se espelhar.

5. Quando a criança falar palavrões ou fizer alguma coisa que não seja propícia para a idade, ainda que seja engraçada, contenha-se. Pois, todo ser humano gosta de reconhecimento, e ao rirmos, a criança entenderá que aquela ação a valoriza e assim a repetirá sempre, em qualquer lugar e situação.

6. Quando seu filho contar-lhe algo que fez de errado, tome cuida-

do com a sua reação, pois você pode fazer com que nunca mais ele lhe conte nada. Comece elogiando-o por estar contando a você. E, então faça a correção necessária com firmeza e ternura.

7. Não defenda o seu filho ou faça vista grossa quando ele estiver errado, pois ele perderá a confiança em você, e o mundo perderá a confiança nele.

8. Não arrume o que ele deixar espalhado ou assuma suas tarefas, erros ou problemas. Ensine-o desde pequeno a ter responsabilidades com as suas ações e obrigações.

9. Elogie as conquistas do seu filho. Mas, não faça elogios falsos ou exagerados, pois isso distorcerá a construção que ele faz de si próprio, além de desmotivá-lo a continuar progredindo.

10. Não dê tudo o que o seu filho pede, nem tenha medo de frustrá-lo ou que ele viva os sacrifícios que você viveu. Ensine-o a analisar o que quer, o por que quer e a conquistar o que se quer.

11. Assuma a educação do seu filho. Caso contrário, alguém o fará. E quem será? É um risco alto, que não vale a pena correr.

12. E, qual a idade em que devo começar? A partir de agora, pois as aprendizagens de hoje, ajudarão seu filho no aqui e agora, e servirão de base para as construções de amanhã. E bem sabemos que um bom alicerce diz da segurança, do equilíbrio e da boa estrutura de uma construção. Assim, ajude o seu filho a estar seguro, preparado e pleno.

Mãos à obra!

LIGIA PACHECO

Lígia Pacheco
Mestre em Psicologia da Educação (USP),
Graduada em Educação Física e Pedagogia (USP). Experiência docente da Educação Infantil ao Ensino Médio, Educação de Jovens e Adultos, Universidade da Maturidade (PUC), Graduação e Pós-Graduação (Lato Sensu). Palestrante, Assessora Educacional, Pesquisadora da Educação e Coach. Autora do blog FILHOSofur e Columnista exclusiva da Revista Pais & Filhos.

english espanol

MATRÍCULA GRÁTIS
COM APRESENTAÇÃO DESSE ANÚNCIO
Av. Bem. de Campos, 109
Tel. 3024 4455

VESTIBULAR

UNOPAR 2012

Confira datas das provas no site

A PARTIR DE R\$ 207,00
MATERIAL DIDÁTICO INCLuíDO

Aula 1X
semanal

Deus é fiel!

*Parcelas com desconto de pontualidade até quinto dia útil do mês.

Consulte o edital 003/2012 e a Resolução Consep 493/2012 no site www.unoparvirtual.com.br

INSCRIÇÕES ABERTAS

Sempre ao seu lado
www.unoparvirtual.com.br

São Vicente/SP

(13) 3467.5236

Rua Coronel Silva Telles, Nº 1.503, Parque São Vicente - Prédio Visual

Procure o polo mais próximo de você.

UNISAT
Educativa

www.unisateducacional.com.br

O PORÃO

Coragem e determinação....abra o seu porão... e deixe entrar a mais divina luz...

Suba as escadas! Sinta o ar mais puro! E observe que lá em cima há coisas que ainda valem a pena...! Pois a vida é um espetáculo!

Todos nós temos o nosso porão. É aquele lugar... aquele espaço... onde guardamos 'coisas' que não nos servem mais, porque crescemos; e também 'coisas'... que queremos esquecer, porque o encanto acabou. E mesmo assim queremos guardar. A alma pede! O coração grita!

Às vezes, é necessário arrumar o nosso porão, pois precisamos de mais espaço para as outras 'coisas' que ainda farão parte dele, e por isso, jogamos fora "de vez" muitas 'certas' coisas.

E a cada dia, alagamos mais o nosso porão... nem sempre com 'coisas'... e sim com coisinhas...tão pequenas, mas que ficam grandes demais e tomam todo o espaço vazio.

Porão é isso...um determinado lugar onde guardamos 'coisas' que julgamos não querer mais porque somos gente grande...e também 'coisas' que queremos esquecer porque pensamos que a magia se foi. O encanto acabou.

Entretanto, algumas 'coisas' não conseguem ficar no porão. Ah! Não conseguem...

São aquelas 'coisas' que ainda brilham e insistem em seguir a luz daquela fresta...aquela que não conseguimos esconder... Debaixo da porta... Porque algumas 'coisas' insistem em viver... Pois ainda há brilho dentro d'alma.

E também, algumas 'coisas' persistem em lembrar o nosso coração, que lá, no porão, não é o seu lugar. Impossível ficar trancadas... impossível não ver a luz e continuar brilhando...

Por isso, a qualquer momento e de alguma maneira, conseguimos achar uma brecha para retornar ao mundo real... sair fora do nosso porão... porque simplesmente não querem ficar no lugar mais baixo e sim, no espaço superior. Onde há luz, cores, cheiros, emoções, sentimentos ... muita vida ainda! E muita magia e encantamento!

Porão é isso...aquele lugar onde tentamos deixar de fora algumas 'coisas' que ainda farão parte da nossa vida... e que por um descuido nosso... por alguns momentos... deixamos esquecidas.

Abra a porta do seu "porão", suba os degraus da sua escada, ilumine o seu caminho e viva!

Pois a vida é simplesmente fantástica e cheia de boas surpresas!



Angela Caetano

*Supervisor de Ensino da Seduc/São Vicente
Psicopedagoga e Especialista em Educação Inclusiva*

Nutrição Inteligente

Triptofano e carboidratos bem humorados

Dos vários neurotransmissores, a serotonina exerce grande influência no estado de humor. Ela é também conhecida como a substância "mágica" e "sedativa" que melhora o humor de um modo geral, principalmente em pessoas com depressão.

Os níveis cerebrais de serotonina são dependentes da ingestão de alimentos fontes de triptofano (aminoácido precursor da serotonina) e de carboidratos.

Fontes de triptofano: carnes magras, peixes, leite e iogurte desnatados, queijos brancos e magros, nozes e leguminosas.

Fontes de carboidratos: pães, cereais integrais, biscoitos integrais, massas integrais, arroz integral e selvagem, frutas, legumes e chocolate amargo (com moderação).

Proteínas que dão alegria

O processo de digestão das proteínas fornece os aminoácidos para o nosso corpo formar suas próprias proteínas. Um aminoácido conhecido como tirosina está relacionado com a produção de dopamina e adrenalina, ambos, neurotransmissores que promovem o estado de alerta, o "pique" e a alegria.

Fontes de tirosina: peixes, carnes magras, aves sem pele, ovos, leguminosas, nozes e castanhas, leite e iogurte desnatados, queijos magros e tofu.

O cálcio nosso de cada dia

Diariamente o cálcio deve fazer parte do cardápio de homens e mulheres e assim garantir ossos e dentes saudáveis e ainda de "quebra" doses extras de bom humor!

Fontes de cálcio: leite e iogurte desnatados, queijos magros.

Magnésio, o grande colaborador do cálcio

Além de ser colaborador do cálcio, o Magnésio está também envolvido na regulação dos níveis de serotonina.

Participa da produção de energia, da contração muscular,



da manutenção da função cardíaca normal e da transmissão dos impulsos nervosos.

Fontes de magnésio: tofu, soja, caju, tomate, salmão, espinafre, aveia, arroz integral.

Selênio, um mineral magistral

Segundo os pesquisadores, tudo indica que o selênio tem uma grande participação no estado de humor. Pessoas que tem carência de selênio são mais depressivas, irritadas e ansiosas.

Fontes de selênio: castanha do Pará, nozes, amêndoas, atum, semente de girassol, trigo integral, peixes. (2 castanhas do Pará, diariamente, fornecem 200 micro gramas de Selênio de forma segura).

Um cafezinho bem brasileiro

3 a 4 cafezinhos, ao longo do dia, pode prevenir a depressão, auxiliar na memória e no estado de alerta. O café coado em filtro de papel é o mais indicado. As substâncias existentes no grão que podem aumentar o colesterol ficam retidas no filtro.

Mágicos & Cia
Registro profissional N° 4.991-SP

Personagens, maquiagens e esculturas em balões.
Festas infantis, 15 anos, recepções, escolas e eventos

Desde 1986
animando
sua festa



mambrini@bignet.com.br

www.ebb.com.br/magicomambrini • Fones 13 3019-7230 • 13 3296-1614

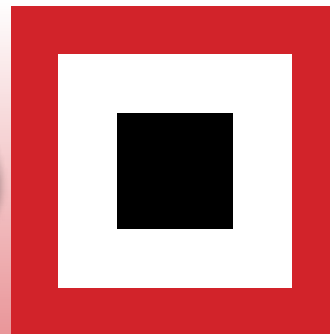
Maxy Loja



Criação de Sites Personalizados e Lojas Virtuais

www.maxyloja.com.br

Peça Orçamento em:
maxyloja@maxyloja.com.br



Super Centro Comercial do Boqueirão

47 anos combinando com você.

Rua Oswaldo Cruz, 319 - Santos • Tel: (13) 3222.4403

segunda a sábado,
das 9 às 20 horas.
www.supercentrodoaqueirao.com.br



Café do Paulinho

LOJA 129 - (13) 3235.7941

Beth's Perfumes

PROMOÇÃO
Perfumes Importados
em até 10 x sem Juros

ARTDECO REVLON HAVANA Vult

LOJA 64 e 65 - (13) 3234.1181

ANJO AZUL
Kids e Teen
Moda Jovem

As melhores marcas em MODA INFANTIL a partir do tamanho 01 para meninos e meninas. E também GRIFES SUPER LEGAIS para adolescentes até o tamanho 40.

Loja 147 - (13) 3234-2075
e-mail: anjo.azull@terra.com.br

Encanto Moda e Lingerie

AMOR PELA ARTE DE DORMIR

SUPERCENTRO BOQUEIRÃO
Lojas 131 e 141 - Fone: (13) 3233-1718

COLATTO COLLEZIONE

Bolsas e acessórios

www.colatto.com.br
LOJA 138
FONE: 3221.5711

AHLÚA Moda Feminina e Acessórios

Loja 153
(13) 3233-3951

MASSAS VENEZA

MASSAS FRESCAS - CONFEITARIA

- 34 Anos de Tradição •

Marmitex todos os dias.
Aceitamos Encomendas de Doces, Bolos e Salgados.

LOJA 180 - Fone (13) 3233-2375

SUKIKO'S Bolos

TORTAS DOCE - TORTAS SALGADAS- SALGADOS
ACEITAMOS ENCOMENDAS COM ENTREGA À DOMICÍLIO

SUPER CENTRO BOQUEIRÃO LOJA 152
13. 3235-1150 | 3271.8218

Café Azul

VENHA ALMOÇAR CONOSCO!
De segunda a sábado das 12hs as 16hs
Cada dia um prato diferente do outro

CONFIRA NOSSAS SOBREMESAS

Rua Dr. Oswaldo Cruz, 319/120 - Santos
Super Centro Boqueirão
TEL: (13) 3222-2520

Encomenda de bolos Caseiros

facebook.



Seja nosso amigo!

Você pergunta, o educador Marcos Liba responde!

Qual a importância da amizade no desenvolvimento das crianças?

Olá! Tudo bem? Na coluna deste mês iremos abordar um dos valores humanos que é extremamente importante no desenvolvimento das crianças: a amizade. Iremos definir este valor e relacioná-lo no ambiente familiar, comunitário e escolar. Também veremos como este valor humano é fundamental no combate do bullying e de qualquer tipo de violência escolar.

Na realidade quando pedimos para uma pessoa definir o que é a amizade, encontramos uma dificuldade, pois como é um valor humano e um sentimento extremamente forte, sempre caímos nas experiências de nossas vidas e a partir destas, realizamos a definição. Amizade é o sentimento ou o valor humano através do qual nos inserimos no mundo, mostramos nossos ideais, sentimentos, nossos pensamentos. É pela amizade que construímos nossa identidade pessoal e coletiva. Ela é tão importante que nutre nossa alma, nos dá suporte para enfrentarmos os desafios, nos impulsiona a viver.

Quando falamos na amizade relacionada ao desenvolvimento e à formação ética de uma criança, ela ganha mais destaque ainda. Pela amizade, em contato íntimo, intenso e privado com outras crianças, o pequeno consegue enxergar ele próprio e o outro. Nos encontros e brincadeiras proporcionadas pela amizade na vizinhança ou no clube, a criança exprime seu modo de ser: do que gosta, o que sente, o que pensa, sua crença, suas expectativas, enfim,

quem realmente ela é. Ao mesmo tempo ela entra em contato com outras crianças que são diferentes de si, que pensam, sentem, gostam de modo diferenciado. Daí surge um benefício incrível da amizade: a criança coloca seu modo de ser em confronto com outros modos. A comparação, tolerância e a aprendizagem com a diversidade surge neste momento. A



criança aprende a ceder e aprender com o amigo, ou a defender suas características e mostrar para o outro que está correta. Enfim, da amizade surge uma grande interação social que é benéfica para todos os lados. Todos os pais devem incentivar a amizade e quanto maior a diversidade dos amigos, maiores serão os benefícios para o desenvolvimento dos pequenos.

IMAGEM DOS AMIGOS

Na escola a amizade é um valor humano que deve ser cultivado e incentivado o tempo todo. Todo educador deve pensar em ações para que a integração seja cada vez mais desenvolvida. Quanto maior a amizade em uma sala de aula, menor será a probabilidade de ocorrer preconceito, intolerância, bullying. Uma vez

que a amizade está consolidada, os próprios alunos se posicionarão contra as ações citadas anteriormente. Vamos dar duas dicas para que a amizade seja desenvolvida na sala de aula: nos trabalhos em grupos, faça sorteio para montar os grupos, pois desta forma será justa a formação e também incentivará o contato entre alunos que podem estar na mesma sala, mas não se conhecem. Outra dica é a montagem do mapa de sala. Faça um rodízio dos lugares dos alunos, pois deste modo não ocorrerá a formação das "panelinhas" e a possibilidade de integração será maior. É de extrema importância que o professor converse com a sala antes

de realizar estas ações e explique o motivo. Deste modo será criado um ambiente solidário, responsável e ético.

IMAGEM DOS AVÓS

É fundamental também que no ambiente familiar a amizade seja cultivada. Uma criança que está bem no ambiente doméstico saberá conviver em outros am-

Marcos Daniel Liba é Cientista Social e Pedagogo, Especialista em Educação. Atuando como professor de



História e gestor nas redes municipal e particular de Araraquara/SP e região. Atualmente trabalhando com palestras e oficinas, também atua como coordenador pedagógico do Ensino Fundamental II no COC Araraquara/SP. Conscientizando sobre os efeitos do bullying e da importância dos valores humanos. Mais informações e contato: www.marcosliba.com.br e contato@marcosliba.com.br

bientes. Pode ter certeza que quando encontramos um aluno tolerante, solidário e que coopera para a cultura da paz na escola, temos uma família onde o diálogo e a reflexão são ferramentas do dia-a-dia. Importantíssimo é que os pais ensinem as crianças a se relacionar com diferentes gerações. Criança deve ter um contato intenso com outras crianças, mas também deve dialogar com primos, tios, avós. Os avós podem ensinar valores humanos que são fundamentais para a formação ética de uma criança e que a geração atual não conhece.

Como vocês puderam perceber, a amizade é um valor humano que traz uma série de benefícios. Em qualquer lugar, é um sentimento que quando verdadeiro, permanece a vida toda. Vamos criar e cultivar a amizade?

Marcos Daniel Liba é Cientista Social e Pedagogo, especialista em Educação, Atuando como professor de História e gestor nas redes municipal e particular de Araraquara/SP e região. Atualmente, trabalha com palestras e oficinas e também atua como coordenador pedagógico do Ensino Fundamental II no COC Araraquara/SP. Conscientiza sobre os efeitos do bullying e da importância dos valores humanos. Mais informações e contato: www.marcosliba.com.br e contato@marcosliba.com.br

Solloviaggio
DISK PIZZA

Aqui todo o dia é dia de pizza!

0800.121917

Av. Bernardino de Campos, 559 - Gonzaga - Santos

Master Cell

COMPRA - VENDE - TROCA DE APARELHO - MANUTENÇÃO

CONSERTOS DE NEXTEL
(13) 3379-8938

Rua Marquês de São Vicente, 45 - Centro - São Vicente

Dia da vovó

Os avós são pessoas ligadas a nós através de laços consanguíneos, pois são os pais dos nossos pais.

Assim, cada pessoa tem quatro avós, sendo uma avó e um avô paterno e uma avó e um avô materno.

Os avós merecem consideração e respeito, pois já viveram muito, possuem grande experiência de vida e podem transmitir muitos ensinamentos a todos de sua família. Por isso, ganharam uma data especial, para que fossem homenageados, o dia 26 de julho, que é mais conhecido como o dia da vovó.

O surgimento e criação dessa data foi em homenagem aos avós de Jesus Cristo, Joaquim e Ana, cujas pequenas informações aparecem no evangelho de Tiago. Registros históricos mencionam que em 1889, na cidade de Jerusalém, foram encontrados os túmulos onde Joaquim e Ana foram enterrados.

No dia da vovó podemos fazer várias programações para distraí-los, além de se tornar uma diversão para a família, como: fazer um passeio num parque, assistir a um filme do gosto deles, fazer uma reunião de família onde todos possam expressar seu amor e carinho pelos mesmos, etc.

Além disso, oferecer lembrancinhas e presentes para agradá-los também é uma forma de mostrar que são amados e que recebem

consideração. Os objetos a serem oferecidos devem estar de acordo com as idades e os interesses dos avós, para não ficarem guardados. Normalmente gostam de perfumes suaves, cremes, sabonetes, pijamas ou camisolas de malhas confortáveis, roupões de banho, chinelos que condicionem bem os pés, sapatos baixos e confortáveis com solado antiderrapante, dentre vários outros.

Os idosos também gostam muito de ser ouvidos. Quando encontram pessoas que lhes dão atenção, gostam de lembrar os tempos passados, da época em que eram jovens e contar casos engraçados e interessantes.

Hoje em dia existem leis que favorecem os idosos, isso é questão de respeito com os mesmos e devemos acatá-las. Assim, os idosos têm o direito de entrar na frente das filas, não pagam passagens de ônibus, possuem vagas especiais em estacionamentos, dentre outros. É muito justo que isso aconteça, pois seus corpos já não são mais capazes de suportar o cansaço que pessoas mais novas conseguem.

*Por Jussara de Barros
Graduada em Pedagogia
Equipe Brasil Escola*



BELLINI
CAKE DESIGN

O mestre do Cake Design presenteia Santos com uma novidade maravilhosa.

BELLINI
CAFÉ

R. Euclides da Cunha, 185 - Pompéia
Tels.: (13) 3252.2319 - 3324.7710
bolosbellini@globo.com.br
facebook.com/bolosbellini
www.bolosbellini.com.br

TEKNA
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

TECNOLOGIA A SERVIÇO DA SAÚDE

- Embalagens Individuais por Cápsulas
- Nanotecnologia em Bases Cosméticas
- Desenvolvimento de Tecnologias Farmacêuticas
- Participações em pesquisas Internacionais

Dr. Carvalho de Mendonça, 350 - Vila Belmiro - Santos / SP
(13) 2138-3900 ou (13) 2138-4100



O hábito da leitura leva a compreender melhor o mundo a nossa volta.

Vivemos na era do conhecimento. Quem não mergulha nesse mar de informações disponíveis hoje em dia em dia fica para trás. O acesso, atualmente, é muito mais democrático do que há poucos anos atrás – está aí a internet que não nos deixa mentir. Contudo, as formas tradicionais de leitura ainda fazem a diferença.

Qual foi o último livro que você leu? Você tem o hábito de ler alguma revista ou jornal? Quem é o seu autor – jornalista, ou blogueiro – favorito?

Na hora de procurar uma oportunidade no mercado de trabalho, estar antenado com o mundo e ter uma visão crítica da nossa realidade são credenciais que certamente vão favorecer uma possível contratação.

Mas tenha algo em mente: a leitura não deve ser vista somente com um pas-

aporte para o mercado de trabalho. Quem lê expande repertório e fortalece argumentos. Entre nesse universo!

Assista um vídeo que revela a opinião de um dos grandes nomes da área de gestão de negócios sobre o valor da leitura: http://www.youtube.com/watch?v=zd0VoQRrTGQ&feature=player_embedded

Boas leituras!

Luciana Gil
Portal Busca Jovem

A SUSTENTABILIDADE EM SISTEMAS ASSOCIATIVISTAS

Para implementar adequadamente as práticas sustentáveis no campo e na cidade, ainda faltam investimentos em educação

Cada vez mais discutida mundialmente, a questão da sustentabilidade está longe de deixar de ser um tema polêmico. Sabe-se que para manter uma produção de fato sustentável, é preciso focar não apenas nos fatores ambientais, mas também nos sociais e econômicos. O fato é que, quando se trata do aspecto social, ainda falta educação e esclarecimento sobre a adoção de práticas sustentáveis bem empregadas e seus benefícios para o próprio sistema de produção, principalmente em pequenas produções, onde o acesso a essas informações fica ainda mais difícil.

É muito difícil inter-relacionar os aspectos econômicos, sociais e ambientais da sustentabilidade. Mas hoje, quando falamos em sustentabilidade, devemos deixar claro que não só os aspectos ambientais devem ser o foco, mas também os econômicos e socioeconômicos — afirma Harold Ospina Patino, diretor do IV SIMBRAS e professor associado 2 no programa de pós-graduação em zootecnia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Para ele, atingir esses três aspectos é difícil, mas não é uma meta impossível. Como

exemplo disso, ele cita a Rio+20 (Conferência das Nações Unidas sobre Desenvolvimento Sustentável).

“Quando falamos sobre os desafios que o mundo está exigindo de países como o Brasil, surge claramente a necessidade do cuidado com as práticas utilizadas no sistema de produção para evitar os impactos ambientais”, afirma Patino

Nosso país é líder mundial na produção agrícola e agropecuária. Realmente, quando falamos sobre os desafios que o mundo está exigindo de países como o Brasil, surge claramente a

necessidade do cuidado com as práticas utilizadas no sistema de produção para evitar os impactos ambientais. Em cima da mesa mundial de discussão, o fator ambiental aparece como um dos itens fundamentais no sistema de produção — explica o professor.

Segundo ele, felizmente, o Brasil tem hoje tecnologia de ponta para lidar com o impacto ambiental na maioria dos tipos de produção. Por outro lado, ele diz que ainda faltam investimentos na educação como forma de incentivar a adoção de práticas mais sustentáveis.

Nós, como brasileiros,

precisamos trabalhar a mudança da educação para que as pessoas passem a enxergar a produção animal e vegetal com outra ótica. Para mim, nossa chance para um futuro melhor seria mostrar às crianças de hoje o quanto é importante a sustentabilidade para suas próprias vidas — afirma.

O IV Simbras e a questão da sustentabilidade

Com o objetivo de levar a problemática dos desafios da sustentabilidade para os diferentes cenários do país, o IV Simbras aborda como tema as práticas de produção sustentável dentro de empreendimentos associativistas.

Esse ano, o evento coincidiu com o ano internacional do cooperativismo. Com isso, foi lançada a proposta de o evento ter como tema central as práticas de produção sustentável dentro de empreendimentos associativistas. Para isso, convidamos diferentes profissionais para palestrar sobre diferentes focos no âmbito da produção sustentável — conta o diretor do evento.

Para mais informações sobre o evento, basta acessar o site www.simbras-as.com.br.

Fonte: Portal do Agronegócio



- Integral
- Semi-Integral
- Manhã
- Tarde

Núcleo de Recreação Infantil
SEMEANDO

de 0 a 6 anos

Sistema de Diárias
Transporte Escolar

Dança • Inglês • Judô • Natação • Capoeira
Laboratório de ciência • Informática

Av. Gal. San Martim, 89 - Tel/Fax: (13) 3349.7289 www.nrisemeando.com.br

ULTRAGAZ
DISK GÁS E ÁGUA

UNIDADE SÃO VICENTE
3467-8044 - 3466-9001
0800 773-8138

UNIDADE SANTOS
3299-5037 - 3299-9812

especialista no que faz

ACEITAMOS CARTÕES

VISA, WSA Electron, MasterCard, REDE SHOP, Maestro

Gibiteca de São Vicente, tem programação especial nas férias

Acervo tem cerca 800 exemplares de gibis e revistas. Local funciona de segunda a sexta-feira das 9h às 18h.

A gibiteca pública de São Vicente, no litoral de São Paulo, é um dos destaques das férias escolares na cidade de São Vicente. O acervo tem cerca 800 exemplares de gibis, revistas, além de mesas e "puffs" para acomodar os leitores. Qualquer criança pode chegar e usar o espaço, mesmo sem ser morador da cidade.

O local é opção para os pais que não sabem o que fazer com os filhos nesse período. A gibiteca funciona em uma centenária

estação elevatória da Sabesp, no largo Tomé de Souza, em frente à praia do Gonzaguinha. O espaço também tem uma área externa, onde adultos e crianças podem sentar para ler com vista para o mar.

O local funciona de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h, e terá programação especial. "Começamos com contador de histórias e durante todo o mês vamos ter essas atividades de leitura e também mangá", finaliza.

Fonte: Prefeitura de São Vicente



Cantina di Lucca
A Verdadeira Cozinha Italiana e Pizzaria.
Desde 2002
Rua Dr. Tolentino Filgueiras, 80 - Gonzaga - Santos - SP

ESCOLA DE BALLET VALDEREZ
OFERECE CURSOS
Ballet Clássico • Jazz
(criança e adulto)
PROMOÇÃO DE ANIVERSÁRIO
Desconto na mensalidade **50%**
Tels.: (13) **3307-6758**
3027-0564
E-mail: **vaderezzani@yahoo.com.br**
R. Duque de Caxias, 150 - Campo Grande - Santos

Festa do Morango de São Vicente, acontece até o fim de julho

Evento acontece na Praia do Itararé. Local oferece ainda barracas com lanches.

A Festa do Morango da cidade de São Vicente, no litoral de São Paulo, acontece até o dia 29 de julho na área de eventos da praia do Itararé. A entrada é gratuita e a feira acontece de terça-feira a domingo, entre 15h e meia noite.

O evento está na 16ª edição e traz diversos tipos de bolos, tortas, merengues, tapiocas, pastéis, além de várias iguarias produzidas a partir da fruta mais apreciada do inverno. Além disso, o local também tem barracas com lanches e outros produtos.

INGLÊS AGORA É NA S.O.S EDUCAÇÃO PROFISSIONAL

A S.O.S Educação Profissional passou a fazer parte do Grupo Multi, detentor das Marcas Wizard, Yáziqi, Skill entre outras, o qual nos transmitiu todo conhecimento necessário para continuarmos oferecendo a melhor qualidade em cursos livres, agora em **INGLÊS**

Não perca essa oportunidade, matricule-se agora no melhor curso e saia na frente no **MERCADO DE TRABALHO**

Rua Othon Feliciano, 2
1º andar - Gonzaga
3234-6193

SOS
www.sos.com.br

DONNA
ÓTICA

Uma senhora ótica para você.

www.donnaotica.com.br

Promoção para Armações e Lentes
5% desconto em 10 vezes s/juros
15% desconto á vista
Promoção válida para educadores

Shopping Parque Balneário Ij 07 - Térreo - Gonzaga - Santos - Tel. 3289-1638
Beatrix Boulevard Ij 10 - Térreo -Boqueirão - Praia Grande - Tel. 3473-8318

Corallo

Distribuidora de
Cosméticos e
Equipamentos
para Salão

Centro Técnico para Profissionais da área.
Consulte a programação dos Cursos.

Distribuidora de Móveis e Equipamentos

CORALLO Salão de Beleza Unisex



www.corallocosmeticos.com.br / corallocosmeticos@hotmail.com

R. Joaquim Távora, 181 - Vila Mathias - Santos/SP
(13) 3222-5760 | 3019-0115 | 9774/6343 | 7809-1617 | ID 90* 3792



Os melhores preços!

Solicite a visita de um dos
nossos representantes.

CACAU CENTER *A sua festa começa aqui!*

- Sorveteria - Cursos Culinários
- Decorações de Época
- Temas de Aniversário
- Descartáveis em geral
- Fantasias e Acessórios
- Cestas de Café da manhã
- Produtos p/ Panificação e Confeitaria

SUA FESTA é aqui na Cacau!

Tel.: (13) 3467-7023 / 3467-7093
www.cacaucenter.com.br

Deixe de ir para São Paulo e venha para a Cacau Center.
Av. Prefeito José Monteiro, 744 - São Vicente/SP