

Divulgação

Jornal®

Papo de cozinha

De olho

Confira dicas para não errar na hora da ceia

Páginas 08 e 09

@jornaldeolho

Itajaí, Navegantes, Balneário Camboriú, Camboriú - 11 de dezembro de 2015 - 112ª edição - www.jornaldeolho.com

Réveillon Show terá 20 toneladas de pirotecnia em Balneário

Divulgação



Estão previstos também, grandes momentos de fogos aquáticos biodegradáveis que irão surpreender os espectadores. Os artefatos são disparados em direção à água e ao mergulharem, acendem reproduzindo pequenas chamas coloridas.

Página 06

Economia

O cenário de crise é assustador e o panorama continua negativo para o próximo ano, mas para o educador financeiro Reinaldo Domingos, presidente da Associação Brasileira de Educadores Financeiros (Abefin), existem ações que podem minimizar o impacto desse momento negativo nas famílias

Página 03

Saúde

Em época de festejos, é importante manter distância dos artefatos. Muito comum nas festas de reveillon, a queima de fogos de artifício, rojões e bombas - barulhentos artefatos que ajudam a animar as comemorações -, pode trazer sérios e irreversíveis danos à audição

Página 13

Moda

Algumas ocasiões pedem uma produção mais elaborada de roupas, cabelo e também maquiagem. Para arrasar no natal e revéillon a maquiadora Juliana Fochesato dá algumas dicas e ensina como conquistar um make super cool que vai deixar qualquer mulher antenada uma verdadeira diva

Página 14



Adeus ano velho, Feliz Ano Novo...



Enfim chegamos ao fim de mais um ano. Ano de batalhas, ano de vitórias, mas também de derrotas. Não devemos ficar tristes com o que não alcançamos, pois se analisarmos bem, tivemos forças para chegar até aqui, para ganharmos da vida, o direito de batalhar mais um ano, por aquilo que ainda não conquistamos no que se encerra, pois, com certeza concretizaremos depois. É esse o pensamento que aflora em muitos de nós para acostumar-nos com aquilo que não desenvolvemos.

Ao transpor esse sentimento de realizações para o amanhã, podemos analisar não somente nossas vidas pessoais, como também nossa participação enquanto cidadãos e pertencentes a um meio (seja ele qual for). E com isso, indagamos se lutamos com veemência para “fazer acontecer”. Em 2016, enfrentaremos de pé e cabeça erguida toda a luta que vier, com a certeza da vitória em nossos corações, pois como diz o velho ditado, somos brasileiros e não desistimos nunca. Com garra e dedicação, cresceremos e

amadureceremos por mais 8760 horas, 365 dias, 52,1429 semanas, 12 meses, 1 ano.

Temos a certeza de que 23:59 de 2015, teremos guerreiros lutando para iniciarem um novo ano vitoriosos e com o sentimento de dever cumprido, mas infelizmente, alguns projetos terão que ser finalizados no ano que se inicia. Nós do Jornal De Olho, estaremos aqui para aplaudir de pé e levar a nossa, a sua causa a diante, com total carinho e dedicação aquele que procura sempre em primeira mão o melhor do conteúdo

e informação.

Engajaremos novos projetos, e amadureceremos com você, crescendo e

expandindo a cada dia de 365 onde estaremos confiantes que a luz, paz e amor se renovarão a cada instante em nossos corações.

Um feliz Natal abençoado, e um 2016 repleto de vitórias. Tenham certeza, continuaremos De Olho em vocês!

*Editor,
Jornal De Olho.*

Rede

www.jornaldeolho.com
facebook.com/jornaldeolho
twitter.com/jornaldeolho
@jornaldeolho

Redação

jrdeolho@gmail.com
contato@jornaldeolho.com

Comercial

comercial@jornaldeolho.com

Colunistas

Francine Mirele da Silva
Gisely de Sá Ribas
Mariana Baião

*Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal, e, são

de inteira responsabilidade de seus autores.

Contato

contato@jornaldeolho.com
Fone: 47.96071021 (whatsapp)

Tiragem: 3.000

Impressão: Soller Indústria Gráfica LTDA.
(48) 3434-1970

Oliveira Comunicação Integrada

CNPJ: 12.623.339/0001-23

Abraão João Francisco, 494, Centro, Itajaí
- SC

CEP: 88307301

Jornalista responsável

Rodrigo Oliveira dos Santo
DRT 0004994/SC



Veja 5 passos para sobreviver à crise financeira em 2016

O cenário de crise é assustador e o panorama continua negativo para o próximo ano, mas para o educador financeiro Reinaldo Domingos, presidente da Associação Brasileira de Educadores Financeiros (Abefin), existem ações que podem minimizar o impacto desse momento negativo nas famílias

As projeções econômicas para as famílias brasileiras para o próximo ano são no mínimo preocupantes, uma vez que já se projeta um agravamento da crise, com reflexos diretos nas finanças pessoais, com alta de juros, tributos e preços. Isso é reflexo tanto do mercado interno, com clara estagnação e grande índice de inadimplência da população, como do externo, no qual as grandes economias já se mostram recessivas há tempos.

Enfim, como dito, o macro com certeza vai refletir no micro, isso é, nas contas e investimentos das famílias. Contudo, mesmo com um cenário pouco animador, não há motivos para desespero, e sim para planejamentos e adequação, buscando sair fortalecido deste período. Para auxiliar, elaborei algumas orientações pertinentes:

1 Livre-se das dívidas – muitos pensam em como se livrar das dívidas em um momento de crise. Pode parecer impossível, mas é exatamente nesses momentos que os credores



também oferecem as melhores condições para negociações. A orientação é que o primeiro passo seja o de resolver o problema que levou ao endividamento, isto é, a causa. Adequar seu padrão de vida a sua realidade é muito difícil, mas é fundamental observar que não pode viver em uma realidade que não é sua. Cortar gastos para ganhar fôlego e, assim, poder assumir o compromisso de pagar as dívidas é a melhor opção agora. Se não se livrar desse problema de forma emergencial, pode ter certeza que a alta dos juros

prejudicará a sua saúde financeira no futuro.

2 Faça uma faxina financeira – sabia que, em média, 25% dos nossos gastos são com supérfluos? As pessoas sempre dizem que não têm mais da onde reduzir os gastos, mas, depois, quando fazem uma análise, observam que é possível. É preciso realizar um diagnóstico de sua vida financeira por 30 dias, anotando tudo o que gasta por tipo de despesa, até mesmo cafezinhos e

gorjetas. Assim, verá uma realidade muito diferente do que imagina. Mas resalto que não se deve virar escravo dessa anotação, pois, quando vira rotina, perde a eficácia.

3 Chegou a hora de sonhar – por mais que o cenário para muitos seja de pesadelo, nessa hora, é de grande importância sonhar, ou seja, definir os objetivos materiais, pois eles é que farão com que se tenha foco para evitar o descontrole ou mesmo o desespero. Reúna a família e converse sobre o

tema, dividindo os sonhos em três tipos: curto (até um ano), médio (até dez anos) e longo (acima de dez anos) prazos, definindo também quanto custam e quanto poderão poupar por mês para realizá-los.

4 Mude o formato de seu orçamento – um erro comum é pensar que orçamento financeiro familiar consiste em registrar o que se ganha e subtrair o que se gasta e, caso sobre dinheiro, será lucro, se faltar, prejuízo. A forma correta,

no entanto, consiste em, primeiramente, elaborar o registro de todas as receitas mensais, posteriormente, separar os valores pré-definidos para os projetos da família e, somente com o restante, adequar os gastos da família. Isso forçará um ajuste do padrão de vida familiar para conquistas financeiras.

5 Chegou a hora de saber investir – com a alta de juros, agora, é um bom momento para quem que investir, contudo, o grande erro que observo é a ideia de poupar sem motivo e buscar sempre o melhor rendimento. No mercado financeiro, existem diversas opções de aplicação em ativos financeiros com riscos diferentes. A orientação é procurar variar o investimento de acordo com o tempo que utilizará o dinheiro. De forma geral, o risco de uma aplicação financeira é diretamente proporcional à rentabilidade desejada pelo empreendedor, ou seja, quanto maior o retorno estimado pelo tipo de aplicação escolhida, maior será o risco, por isso, é preciso cautela.

Corrida para trocar o presente que não agradou

A próxima sexta-feira será o dia nacional da troca. É o período em que os insatisfeitos com o presente do Natal retornam às lojas na tentativa de substituir por outro produto que agrade ou sirva. A PROTESTE Associação de Consumidores orienta sobre o que fazer se o presente está com defeito, não agradou ou não serviu.

A corrida para trocar os produtos pode trazer dor de cabeça para os consumidores se não foi verificado antes com o lojista se a substituição seria possível, mesmo o produto não tendo defeito. A possibilidade de troca de uma peça pelo simples fato de não ter ficado

satisfeito com ela não está prevista no Código de Defesa do Consumidor (CDC).

O direito a troca só é assegurado em caso de defeito da mercadoria. O artigo 18 do CDC estabelece que a loja é obrigada a trocar o produto defeituoso por outro igual ou semelhante, ou, ainda, devolver o dinheiro.

O ideal é, na hora da compra, pedir um cartão do estabelecimento com informações sobre prazo e condições para escolha de outro produto, no caso de precisar trocar. Há lojas que se negam a trocar o produto se a etiqueta foi removida, ou que esteja em promoção e exigem a nota fiscal. Por isso, é importante se informar bem sobre as

condições da troca.

Em caso de defeitos em bens duráveis, como eletrodomésticos, brinquedos e livros, o consumidor tem 90 dias para pedir a troca. Já para produtos não duráveis, como os alimentícios, o prazo é de 30 dias.

Para as compra fora de lojas - na internet, por telefone ou catálogos, por exemplo - o direito de trocar ou desistir do produto é de sete dias sem a necessidade de explicar o motivo. É o direito do arrependimento. A compra pode ser desfeita sem nenhum ônus para o comprador.

E quem não recebeu o presente na data esperada também tem amparo do Código de

Defesa do Consumidor. Se o prazo de entrega não for cumprido, há a garantia do artigo 35 do CDC, pelo qual se pode pedir o dinheiro de volta à empresa e até acionar o lojista por dano moral, pelo constrangimento de o presente não ter chegado a tempo. O produto deverá ser enviado à loja, com documentos que comprovem a data do recebimento da mercadoria e uma carta escrita à mão.





ribasambiental.blogspot.com.br
giselydesaribas@gmail.com

Gisely De Sá Ribas

Gisely de Sá Ribas
Engenheira Ambiental
CREA 125298-5 / CRQ 00001790

Consultoria & Assessoria Ambiental

ribasambiental.blogspot.com.br
giselydesaribas@gmail.com.br
47 9995-5477



Supermercados franceses serão obrigados a doar alimentos não vendidos

O parlamento francês votou por unanimidade uma medida que força supermercados a doarem os alimentos próximos ao vencimento, mas que já atingiram o limite do tempo para venda. Ou seja, aqueles produtos que ficariam nas prateleiras até não poderem mais ser consumidos terão que ganhar uma destinação

mais nobre. Uma das motivações para a proposta de lei é acabar com a prática de destruir produtos alimentares, como faziam no passado, às vezes até mergulhando-os em água sanitária, para evitar que eles fossem distribuídos. Já em relação ao desperdício, anualmente, estima-se que 7,1 milhões

de toneladas de alimentos na França vão parar no lixo, sendo que 67% é por parte dos consumidores, 15% em restaurantes e 11% das lojas. Se considerar toda a União Europeia o valor sobe para impressionantes 89 milhões de toneladas, enquanto que um número estimado de 1,3 bilhão de toneladas são desperdiçadas em todo o mundo.



Arash Derambarsh, um vereador local, que fez campanha para a lei, disse que era “uma vitória histórica”. “É extremamente raro uma lei ser aprovada tão

rapidamente e com o apoio unânime”, disse em entrevista ao jornal The Guardian. O vereador descreveu o desperdício de alimentos e o processo deliberadamente

de estragá-lo e torná-lo impróprio para o consumo – enquanto os sem-teto, pobres e desempregados passam fome – como “escandaloso e absurdo”.

De acordo com a ONU anualmente um terço dos alimentos produzidos no planeta atualmente vai direto para o lixo, o que equivale a 1,3 bilhão de toneladas por ano, enquanto cerca de enquanto 842 milhões de pessoas passam fome. Vale a pena o incentivo francês e modelar o exemplo em Itajaí, que conta com grandes redes de supermercados e vários outros de menor porte. **Fonte: Adaptado Redação CicloVivo**

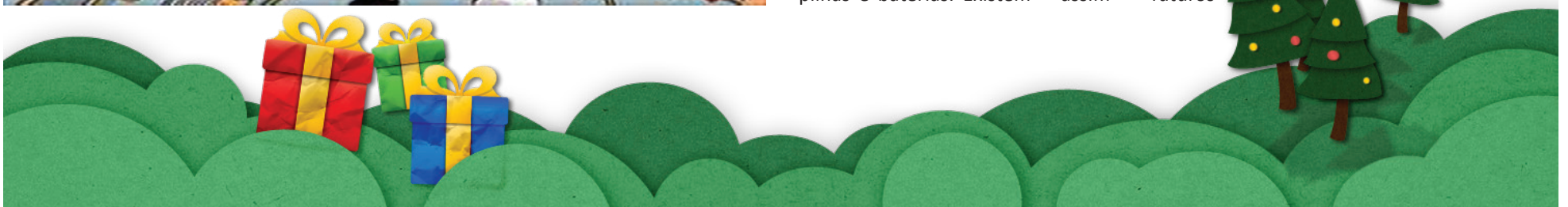
Famai informa sobre os Ecopontos



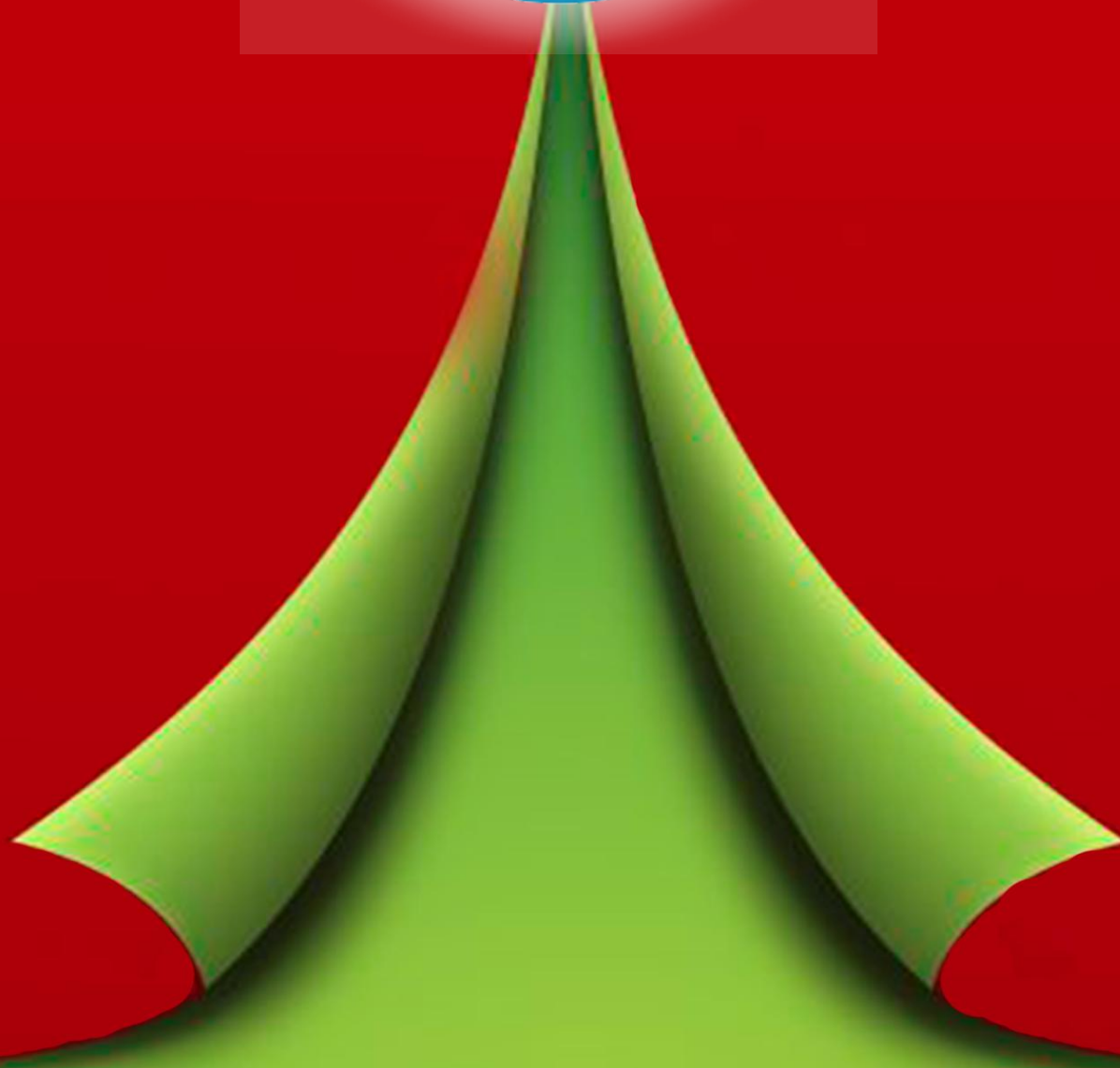
Os ecopontos são locais para o descarte adequado de alguns tipos de resíduos perigosos, como óleo vegetal, eletrônicos pequenos, pilhas e baterias. Existem

pontos espalhados por toda a cidade para o recolhimento desses materiais, a fim de dar destino correto, evitando assim futuros

danos ao meio ambiente e à saúde da população.



Feliz Natal...



acredite, 2016 será um grande ano

...e um próspero ano novo!



Réveillon Show terá 20 toneladas de pirotecnia em Balneário

Os fogos terão início à meia-noite, comandados por um ponto estratégico central em terra. Para isso, será utilizada tecnologia moderna via rádio-frequência, que monitorará e acionará cada uma das balsas à distância

O espetáculo da virada de ano em Balneário Camboriú promete ser inesquecível, para quem decidir acompanhar a contagem regressiva na Praia Central. A empresa que venceu a licitação para a realização do show pirotécnico, a Vision Show Group de Florianópolis, garante nada menos do que 20 toneladas dos mais variados tipos de materiais, que serão lançados no céu e no mar da cidade, durante pelo menos 15 minutos. O evento é promovido pela Prefeitura, por meio da Secretaria de Turismo e Desenvolvimento Econômico, Setur.

O Réveillon de Balneário Camboriú terá dez balsas dispostas ao longo da orla e a 400 metros da praia, cobrindo um espaço pirotécnico superior a 4,5 km. As cenas pirotécnicas estão programadas e entre os efeitos, o público poderá ver a formação de desenhos de coração, carinha feliz, estrelas, figuras geométricas, assim como um gigante



pisca-pisca no céu, bombas degradê que trocam de cores em um piscar de olhos, bombas "half" com cada metade de uma cor, bombas que criam uma grande cascata dourada no céu e bombas que simulam árvores e suas raízes.

Estão previstos também, grandes momentos de fogos aquáticos biodegradáveis que irão surpreender os espectadores. Os artefatos são disparados em direção à água e ao mergulharem, acendem reproduzindo

pequenas chamas coloridas. Após alguns segundos, iluminam a flor da água formando cascatas, giroscópio, um pisca-pisca aquático, "com efeitos inéditos e jamais vistos", é o que afirma um dos proprietários da Vision, Marcelo de Andrade. A primeira mostra da pirotecnia foi realizada no dia 25 de novembro, e serviu para que uma Comissão, formada pela Setur, Conselho Municipal de Turismo (Comtur) e Observatório Social local

homologasse a empresa para a realização do serviço, através de uma pequena apresentação.

Os fogos terão início à meia-noite, comandados por um ponto estratégico central em terra. Para isso, será utilizada tecnologia moderna via rádio-frequência, que monitorará e acionará cada uma das balsas à distância. Cada flutuante contará com quatro toneladas de estrutura específicas para os disparos. Para suportar os fogos, serão 40 toneladas de estruturas

fixadas sobre o convés das embarcações.

"Será um surpreendente espetáculo com sequenciais de tirar o fôlego", destaca Andrade. "Haverão grandes ápices de explosões. Além de todos os sequenciais artísticos listados, o show contará com grandes momentos que prometem deixar o público encantado, com bombas disparadas em vários ângulos e cobrindo espaços do céu". Andrade adianta que as figuras construirão um grande painel no ar, integrando os desenhos dos disparos das dez balsas, encerrando o show de forma inédita.

As balsas serão preparadas e finalizadas até o dia 30 de dezembro, numa produção que envolverá uma equipe de 20 pirotécnicos e seis profissionais da área naval. Serão utilizadas dez carretas para transportar o material. Assim que acabar a queima de fogos, conforme a condição do tempo, técnicos

iniciarão o recolhimento das balsas e ao longo da madrugada e início do dia, todas as estruturas serão retiradas.

"Todos esses cuidados nos levam a crer que o evento Réveillon Show será indescritível, com muitos detalhes artísticos e um dos momentos mais belos e impactantes de Balneário Camboriú", observa o secretário de Turismo, Ademar Schneider. "Convidamos todos os moradores, turistas, visitantes e até os trabalhadores da cidade que puderem, a acompanhar a virada do ano em Balneário Camboriú. Pode ser que não tenhamos o maior Réveillon do Brasil, mas temos a pretensão de ter o melhor evento do país".

O Réveillon Show também contará com apresentações musicais, que iniciam no dia 26 de dezembro. Acompanhe a agenda:

Shows musicais

Aê e Convidados

26/12

19h30 - Bob Cipriano
20h - Gandhi Martinez
21h Comodoro
22h - Bob Cipriano
22h30 - Grupo Kebra Tudo
Aê e Convidados

27/12

16h - Aula de Zumba com Café Dança Show e Convidados
19h30 - Will Moraes
20h30 - Dalton Xavier
22h - Will Moraes
22h30 - Grupo Kebra Tudo
Aê e Convidados

28/12

19h30 - DJ Manú Mellina
20h - Duo Martinez
21h15 - Duo Backer
22h30 - DJ Manú Mellina

29/12

19h30 - DJ Lucinho Almeida
20h - Elke Melo
21h - Bruno e Guilherme
22h - DJ Lucinho Almeida
22h30 - Grupo Kebra Tudo

30/12

19h30 - Karime Trio
21h - Duo Jazz e Bossa
22h30 - Grupo Kebra Tudo
Aê e Convidados

31/12

19h30 - Bob Cipriano
20h - New Jersey
21h - Moretti e Banda
22h15 - Café Dança Show
22h45 - Rafael Yared
23h55 - Contagem Regressiva
00h - Show Pirotécnico com Vision Show Group
00h30 - Café Dança Show

01/01/2016

19h30 - Will Moraes
20h15 - Máquina Viva
21h45 - Will Moraes
22h15 - Grupo Kebra Tudo
Aê e Convidados

02/01

19h30 - DJ Manú Mellina
20h - Arnou de Melo Trio
21h - Banda Plano Cruzado
22h30 - DJ Manú Mellina

*Programe-se para 2016,
solicite já seu orçamento!*

*Steven
Luz*

fotografiastevenqueiroz@gmail.com

Boas Festas!



Dicas

Revista Saúde

Nessa época elas são as estrelas das receitas de natal, aproveite e as introduza na alimentação do seu dia a dia..



NOZES contra o CÂNCER DE PRÓSTATA?

Pelo menos em um experimento assinado por estudiosos da Universidade da Califórnia, além de desacelerar o crescimento desse tipo de tumor, adotar uma dieta rica

em nozes – valem as versões in natura ou o óleo – reduziria o colesterol e aumentaria a sensibilidade à insulina, hormônio responsável por colocar açúcar dentro das células do corpo.

Embora o estudo tenha sido conduzido em animais, incorporar um punhado de nozes por dia não fará mal...

CASTANHA na dieta, FERTILIDADE em alta...

Boa notícia para a ala feminina: o selênio, mineral presente nos cereais integrais, nas leguminosas e na castanha-do-pará, é um aliado e tanto da mulher que deseja engravidar. Quem afirma é a pesquisadora Melanie Ceko, da Universidade de Adelaide, na Austrália.

Ela demonstrou que a substância participa da formação de folículos no ovário, o que, por sua vez, auxilia na produção de óvulos saudáveis. Portanto, quando o sonho é se tornar mãe, caprichar no selênio parece ser uma boa pedida – e basta só uma castanha-do-pará para suprir a demanda diária.



Secar a Barriga ²

Pimenta



Elas ajudam a emagrecer porque fazem parte do time dos alimentos termogênicos. Isso significa que elevam a queima de calorias do organismo. Além disso, há indícios de que contêm compostos capazes de facilitar a digestão.

Delícias

Para quem leva a alimentação saudável como uma filosofia de vida, não descuida do corpo nem em situações comemorativas, como no Natal e Ano Novo. Se você é desses que quer manter uma dieta balanceada até durante a ceia, não se preocupe, pois comida leve pode sim ser sinônimo de boa gastronomia

LASANHA DE BERINGELA



Ingredientes

2 abobrinhas em fatias finas (cuidado ao fatiar no mandoline)
2 berinjelas em fatias finas
300 g de muçarela de búfala
1 xícara de manjericão fresco
½ xícara de punhado de hortelã fresca
3 kg de tomate italiano fresco
1/3 cenoura
1/3 de alho poro
½ cebola
Sal e pimenta cayena a gosto
½ xícara de azeite
1 xícara de azeite extra virgem
1 dente de alho

Modo de preparo

Corte os tomates em cubos e coloque em uma panela com a cenoura, alho poro e a cebola (os 3 inteiros, sem picar) e deixe apurar em fogo médio até que atinja a textura de molho desejada. Quando finalizado acerte o sal e pimenta, e as folhas de manjericão e reserve. Bata no liquidificador o manjericão, a hortelã, as nozes, o dente de alho e o azeite, até atingir a consistência cremosa. Acerte o sal

e pimenta e reserve. Sele as berinjelas e abobrinhas em uma grelha para evitar que soltem muita água. Monte 1 camada de molho de tomate, 1 de abobrinha, 1 de molho de tomate, 1 de berinjela, 1 de molho pesto e 1 de muçarela e vá alternando, sempre finalizando com a muçarela.

Leve ao forno pré-aquecido a 180° até gratinar. Retire e sirva.

SORBET DE MANGA, BANANA, ABACAXI E HORTELÃ



Ingredientes

2 bananas congeladas picadas
1/3 de um abacaxi congelado em cubos
Manga congelada em cubos
Todos sem casca

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes em liquidificador potente, caso não possua, utilize 1/2 copo de água filtrada para auxiliar a mistura ficar homogênea. Caso prefira, troque a hortelã por manjericão.



Comunique.fran@gmail.com

Papo de Franc

Então é Natal

365 dias parecem passar cada vez mais depressa. Então é natal de novo. E com ele além das preocupações com a celebração e os presentes, está a hora de reunir a família para uma ceia especial. Para você comemorar com deliciosos sabores e fugir da combinação

peru na ceia e rabanada de sobremesa, eis aqui algumas receitas especiais e bem simples de fazer. Elas são rápidas e práticas para que até o anfitrião possa ter tempo de sobra para curtir a família reunida.



Entrada

Considero a entrada essencial em qualquer jantar. Do mais simples ao mais sofisticado. Algumas são tão simples de fazer que dispensam co-

mentários, como esta cestinha de creme de gorgonzola com pera e nozes, que tem uma mistura de sabores perfeita.

Ingrediente

- Rende: 20 cestinhas
- 150g de queijo gorgonzola
- 1 copo de requeijão ou queijo cremoso
- 1 pêra
- 20 Nozes pecan para decorar
- 20 Massinhas de pastel pequenas e redondas

Massa

Distribua as massas de pastel em forminhas de empada e modele as massas para ficarem no formato de cestinhas, ajeite bem a massa no fundo, para que a cestinha fique em pé. Você pode fazer com outro tipo de forminha que tiver em casa e também rechear com o que quiser. Leve para o forno aquecido até que fique dourada (cerca de 15 minutos). Quanto mais dourada, mais crocante.



Recheio

Corte o gorgonzola em pedaços, junte o requeijão e derreta-os no microondas por cerca de dois minutos. Deixe esfriar. Caso faça com queijo cremoso o

creme será mais consistente. Decore com uma fatia de pêra e a nozes pecan e está pronto! Recheie as cestinhas perto da hora de servir para que não amoleçam.



om

e Cozinha

ine Mirele da Silva

Ingredientes

200gr de damasco seco
 ½ xícara (chá) de água
 1 lombo suíno de 1 kg e meio
 Bacon em tiras finas
 Limão Sal e pimenta-do-reino a gosto
 2 colheres (sopa) de shoyu
 1 colher (sopa) de mel

Modo de Preparar

Faça cortes de cerca de três centímetros de profundidade em todo o comprimento do lombo, fazendo uma pequena abertura e sem cortar a peça até o final. Tempere com limão, sal e pimenta e deixe marinando por 12 horas.

Leve ao fogo, numa panela, o damasco e a água, até ferver. Desligue e deixe de molho por meia hora. Escorra e

reserve.

Coloque os damascos e o bacon fatiado entre os cortes, apertando bem. Antes de assar jogue uma misturinha feita com o caldo da marinada, o shoyu e o mel. Enrole com bastante papel alumínio e leve ao forno por 1 hora e meia ou até a carne estar no ponto. Retire o papel alumínio e deixe no forno até dourar.



Ceia

Para não passar tão longe das tradicionais ceias de natal, este lombo vai roubar a cena. Aromático e saboroso leva damasco

como toque especial. Embora o preparo comece a ser feito no dia anterior, é muito simples de fazer.

A receita é da Nigella Lawson, então nem preciso dizer que este cheesecake de Nutella é um sucesso. Ele também sempre me faz pensar que absolutamente todos são capazes de cozinhar, de tão fácil de fazer. Mesmo quem não gosta muito de chee-

secake, por causa do forte gosto de queijo, vai gostar desta sobremesa já que é o gosto da Nutella que prevalece. O sabor do cream cheese fica bem sutil.

Crédito:
dishntheKitchen.files.wordpress.com

Ingredientes

Massa:

250g de biscoitos de leite
 130g de manteiga sem sal
 50g de Nutella
 25g de avelãs torradas e sem casca

Creme

500g de cream cheese ou outro queijo cremoso e consistente
 60g de açúcar de confeiteiro
 350g de Nutella
 75g de avelãs torradas, sem casca e trituradas

Massa

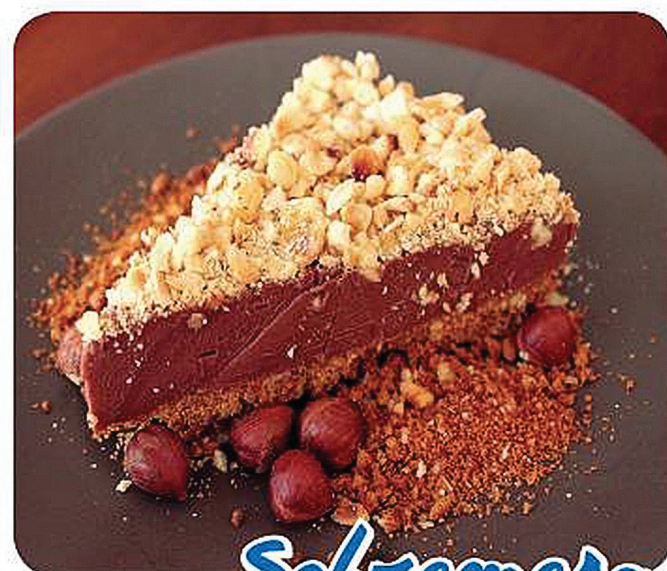
Coloque os biscoitos com metade da manteiga, a Nutella e as avelãs no processador de alimentos e bata até formar uma farofa bem fininha. Misture o resto da manteiga até formar uma massa e es-

palhe no fundo de uma forma de fundo removível, apertando bem.

Creme

Bata o cream cheese com o açúcar de confeiteiro na batedeira por três minutos. Acrescente a Nu-

tella e bata por mais dois minutos. Distribua o creme sobre a base de massa de biscoitos, alisando bem a superfície. Decore com as avelãs trituradas e leve à geladeira por três horas ou até firmar. Desenforme cuidadosamente.



Sobremesa

Modo de preparo:

DOCINHOS | SALGADINHOS
 PRATOS SALGADOS | SOBREMESAS

47 3349.9944 | taniadoceesalgados.com.br [f /docesalgadostania](https://www.facebook.com/docesalgadostania)


TÂNIA VEIGA
 DOCES & SALGADOS



baiaomariana@hotmail.com

Mariana Baião

Festas = Verão = Férias

Final de ano sem glamour e cheio de areia nos pés

Olá meninas!!! O final de ano esta aí (de novo) e como de costume, eu iria fazer uma coluna sugerindo looks para o natal ou para virada, porém, sempre me esqueço que juntamente com as festas, chegam as férias. Sendo assim, resolvi mudar o tema, e ao invés de falar apenas de looks para esses dois dias, vou falar de "looks" para todos os dias, já que a galera ama

passar essa época gostosa na praia, e o verão já está batendo em nossas portas. Nesse caso, eu não poderia falar de outra coisa. Aí vão algumas dicas de trends lindas de biquínis que estão super em alta e já são super fáceis de encontrar, saindo da mesmice do apenas "traje de banho" e aproveitando para desfilarem os corpinhos no sol, fiquem de olho...

Biquíni de Crochê Ibiza



Este modelo já era tendência fora do país há algumas temporadas atrás, porém só ganhou força por aqui depois que a personagem Angel usou ele na novela Verdades Secretas. É um modelo um pouquinho mais caro que os demais, já que é totalmente artesanal e junta cores em neon, tricô e tecidos de alta tecnologia em uma única peça, o que poderia até ficar 'over', mas não é o caso dele, já que sem demora se tornou

sensação deste verão.

O biquíni original é da marca estrangeira Kiini. Composto por um mix de materiais (linhas de crochê com elastano, tiras de lycra e forro de tecido de algodão), a peça já foi aprovada por várias celebs, incluindo as tops Bar Refaeli e Cara Delevingne, que desfilaram com seus modelitos por aí e, desde então vêm inspirando muitas mulheres e fashionistas a investirem na novidade. Giovanna Ewbank também postou uma foto em seu instagram com o 'modelitcho'.

Biquíni 3D



O mais visto nas vitrines!!! O Modelo lançado fora do Brasil por uma marca Australiana virou febre nos EUA e agora está em toda parte por aqui. Feito em neopreme, o biquíni 3D carrega esse nome devido formato geométrico e com costuras destacadas na cor preta. Bem versátil, a peça já pode ser encontrada em diversos modelos, desde pequenos, a maiores. Cortininhas, com babados, tomara que caia ou com alça removível, o 3D é um pouco mais em conta comparado com o Ibiza e possui o maior número de adeptas, não só levando em consideração o custo benefício, mas também a praticidade de manutenção do tecido, facilidade na hora da procura, versatilidade para escolha do modelo e até mesmo por sua marquinha, já que é bem menor comparada com a outra trend.

Estão esperando o que pra sair do gesso e entrar de cabeça no banho de sol?

Espero que tenham gostado, beijocas e até mais!

Mariana Baião dos Passos.



Que neste ano que se inicia, possamos ajudar a sua empresa a...

Ser útil:

As primeiras pessoas que precisam perceber a vontade que a empresa tem de servir são os seus próprios funcionários, pois são eles que irão representar a empresa perante os clientes. Estabeleça canais de comunicação aberta com os seus colaboradores.

Transformar propostas e metodologias de trabalhos simples em ações que possam ser percebidas pelos clientes com uma real intenção de encantar o consumidor, de modo que este sinta confiança e facilidade de uso no seu produto ou serviço

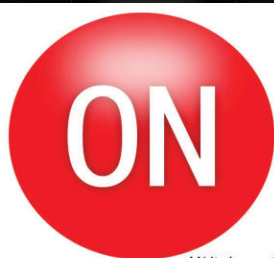
Traduzir o propósito de servir:

Muitas empresas se atem mais à conquista de novos clientes do que à fidelização dos que já possuem. Os clientes são a razão de existir uma empresa e é graças a eles que podemos sobreviver, crescer e honrar os nossos compromissos.

Cuidar dos clientes atuais:

Não basta produzir o melhor produto ou serviço se você não comunicar isso aos seus clientes e potenciais clientes. Para a empresa crescer é necessário que as pessoas percebam a vontade de servir e principalmente a qualidade de seus produtos ou serviços.

Investir em marketing e publicidade:



Mídia Interativa
Design & Comunicação



Qual vai ser o seu maior gesto de Boa Vontade neste Natal?

A ADRIANE GALISTEU APOIA A LBV.
AJUDE VOCÊ TAMBÉM: LBV.ORG/NATAL.





Barulho da queima de fogos pode prejudicar a audição

Em época de festejos, é importante manter distância dos artefatos

Muito comum nas festas de reveillon, a queima de fogos de artifício, rojões e bombas - barulhentos artefatos que ajudam a animar as comemorações -, pode trazer sérios e irreversíveis danos à audição. Além dos riscos com a manipulação incorreta dos fogos, o som muito forte produzido por alguns deles pode acarretar trauma acústico e perda de audição uni ou bilateral, temporária ou, nos casos mais graves, irreversível. Geralmente a perda de audição é unilateral (em um único ouvido) e se inicia com o aparecimento imediato de zumbido, problema que afeta cerca de 28 milhões de pessoas em todo o mundo.

Os danos à audição acontecem porque o estrondo dos fogos, principalmente dos rojões, é inesperado. O forte ruído, que pode chegar a uma intensidade de 140 decibéis, percorre todo o ouvido de



forma rápida, atingindo as células da cóclea. Para se ter uma ideia do quão forte é esse barulho, um avião durante a decolagem produz um som de 130 decibéis.

“O grande problema é a intensidade do barulho dos fogos, em especial do rojão.

Em todo caso de trauma acústico, o mais indicado é procurar um médico otorrinolaringologista, para avaliar se o dano auditivo causado pelos fogos é temporário ou irreversível”, esclarece a fonoaudióloga Isabela Carvalho, da Telex

Soluções Auditivas.

Para evitar que o ouvido seja afetado, o ideal é manter-se distante do local da queima de fogos; porém, em meio a festa, se for inevitável, Isabela Carvalho, que é especialista em audiologia, aconselha o

uso de protetores de ouvido. “Se a pessoa estiver nestas áreas, é importante que se afaste o máximo possível ou use protetores de ouvido. Eles reduzem o volume excessivo, mas quem usa não deixa de ouvir o som ambiente. Dessa forma,

é possível continuar aproveitando a festa, de forma segura”, recomenda.

Existem no mercado vários tipos de protetores. Os da Telex, por exemplo, são leves e moldados de acordo com a anatomia do ouvido de cada pessoa, diminuem o barulho em 15 decibéis ou 25 decibéis, de acordo com o desejo do usuário e podem proteger a capacidade auditiva em até 10 anos.

Estima-se que 10 % da população mundial têm algum grau de perda de audição. O envelhecimento é um fator natural que reduz o limiar auditivo progressivamente. As células do ouvido envelhecem, morrem e não há reposição. Mas pior do que isso é a perda de audição que vem ocorrendo cada vez mais cedo, por causa da exposição contínua a sons elevados, no dia a dia, ou em festas com fogos e rojões, por exemplo.

Neste Natal, cuidado com a audição de seu filho

O Natal está chegando e os pais já começam a escolher os presentes dos filhos no comércio de rua, shoppings e grandes redes de varejo. São jogos, carrinhos, videogames e uma variedade de artigos que enchem os olhos da criança. Mas é preciso que os pais redobrem a atenção na hora de comprar o presente.

A escolha de um brinquedo não deve levar só em conta o interesse do filho e a fase adequada ao desenvolvimento infantil. Os pais devem priorizar suas condições de segurança. Por isso, é importante observar se o brinquedo tem o selo do Inmetro. Entre outros itens, o selo é uma garantia de que o nível de ruído do brinquedo está dentro dos limites estabelecidos na legislação.

Todos nós conhecemos o ditado de que “o barato sai caro”. Brinquedos sonoros ilegais, comprados em camelôs, por exemplo,

podem emitir um barulho acima do permitido pela lei, que é de 85 decibéis. Um carrinho de polícia “pirata”, por exemplo, pode registrar até 120 decibéis de ruído. O que isso representa? O som de uma motosserra geralmente chega a 100 decibéis e o de uma britadeira alcança 110 decibéis.

“Os ruídos estão por toda parte. Dentro de casa estão no aspirador de pó, no liquidificador, na televisão em alto volume e até nos brinquedos. Tudo isso pode causar prejuízos à audição das crianças. Os pais devem proteger seus filhos de danos auditivos causados por excesso de barulho”, aconselha a fonoaudióloga Marcella Vidal, da Telex Soluções Auditivas, especialista em audiologia.

As crianças estão expostas a altos níveis de barulho ao brincar com videogames, frequentar sala de jogos de computadores, ouvir música por meio de fones de

ouvido e aparelhagens de som. Nesses ambientes ruidosos é aconselhável usar protetor auricular nos pequenos. A Telex oferece protetores que reduzem o barulho mas não impedem que a criança ouça o som das brincadeiras. Os protetores auriculares são feitos sob medida e servem para os baixinhos e também para adultos que querem se proteger da poluição sonora diária.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, um barulho de 70 decibéis já é desagradável para o ouvido humano. Acima de 85 decibéis começa a danificar o mecanismo da audição. O contato frequente com brinquedos que emitem sons a esse volume pode prejudicar para sempre a audição das crianças. Os menores, de até três anos, são os mais afetados. E se eles têm a audição comprometida, isso pode atrasar o seu desenvolvimento na área da fala e no desempenho escolar. Portanto, esteja atento na hora de comprar os brinquedos de seus filhos. Garantir a segurança deles, com certeza, não tem preço.

Fique atento à lista de brinquedos que devem ser evitados:

- *Brinquedos musicais como guitarra elétrica, tambor, buzina, trombeta emitem sons de até 120 dB (decibéis).
- *Brinquedos como telefones infantis têm sido calculados entre 123 a 129 dB (decibéis).
- *Brinquedos feitos para ampliar o som da voz chegam a emitir até 135 dB (som comparado ao da decolagem de um avião).
- *Brinquedos como arma de fogo que emitem sons de 150 dB (decibéis), que podem até causar de imediato dor no ouvido.
- *Alguns brinquedos para bater, dar pancadas e os 'tagarelos', que falam alto demais, são calculados com o nível de som de até 110 dB (decibéis).





Tendências de Make para as festas de final de ano

O delineador vem com tudo porém bem esfumado, juntamente com tons mais neutros, deixando o brilho apenas no início da pálpebra

Algumas ocasiões pedem uma produção mais elaborada de roupas, cabelo e também maquiagem. Para arrasar no natal e reveillon a maquiadora Juliana Fochesato dá algumas dicas e ensina como conquistar um make super cool que vai deixar qualquer mulher antenada uma verdadeira diva.

Para a expert em maquiagem, um bom make começa por preparar bem a pele antes dos produtos de correção, a hidratação e tonificação é essencial para manter tudo no lugar, aumentando a durabilidade da maquiagem e mantendo a saúde da pele.

“Nessa estação mais quente, a pele da mulher brasileira produz ainda mais oleosidade e por isso indico produtos a prova d’água para a correção de pele. Hoje em dia o mercado está repleto de bases, pós faciais e primers que podem garantir uma longa durabilidade. Um bom adstringente e tônico facial antes de iniciar a maquiagem contribuem para a durabilidade de pele e olhos.” diz Juliana.

E para as famosas festas de



final de ano, a maquiadora separou dois looks com algumas dicas que valem a pena conferir:

Para a noite de Natal, a Juliana preparou um look usando tons mais

terrosos nos olhos e com nuances cintilantes em dourado na pálpebra móvel. A parte inferior, usando uma mistura de marrom e preto na linha d’água, garantem um resultado

mais marcante, aumentando o olhar. Para completar o visual poderoso, um tom vermelho nos lábios.

Para a festa do Ano Novo,

trouxemos uma opção mais iluminada: Na pele e no canto lacrimal dos olhos, usamos um iluminador que traz mais viço a pele, dando um acabamento mais saudável e leve nessa estação. O delineador vem com tudo porém bem esfumado, juntamente com tons mais neutros, deixando o brilho apenas no início da pálpebra. Nos lábios, um tom gloss rosado com micropartículas de brilho que finalizam a produção.

Lembrando que tons mais quentes nos lábios nessa estação, chegam com tudo: rosa, vermelho, laranja...

Os bronzers também estão super em alta, com tons terrosos ou puxados para alaranjado, são fundamentais para um visual mais bronzeado.

“O que as pessoas não devem esquecer neste verão, é de ingerir bastante água e utilizar o filtro solar para que não ocorra a desidratação, caso contrário, a pele pode ficar com um aspecto de “craquelado” com a utilização dos produtos de correção, pesando o visual.” complementa Juliana.

Curiosidades sobre o Natal

1 - O peru de natal foi servido pela primeira vez como prato principal da ceia em 1621, durante o dia de Ação de Graças, no estado de Massachusetts, nos Estados Unidos.

2 - O presépio foi uma criação de São Francisco de Assis.

3 - As bolas natalinas surgiram para substituir as maçãs que eram colocadas nas árvores de natal como enfeites.

4 - A figura do papai Noel é uma homenagem ao bispo católico São Nicolau, que presenteava crianças pobres no século IV.

5 - A frase Feliz Natal pode ser dita da seguinte forma em outros idiomas: francês - joyeux Noel; inglês - merry christmas; alemão - frohe weihnachten; espanhol - feliz navidade; italiano - buon natale; e em polonês - wesolych

swiat.

6 - Cerca de 40% dos brinquedos dados às crianças no Natal são quebrados em março.

7 - A Estátua da Liberdade foi um presente de natal dado pela França aos Estados Unidos.

8 - A música natalina Jingle Bells foi a primeira canção cantada no espaço, no dia 16 dezembro de 1965.

*Feliz Natal e um
próspero Ano Novo!*

EVELYN SILVESTRE &
IZADORA INES

ARQUITETAS ASSOCIADAS

Evelyn Silvestre - 47. 9970.1553
arq.evelyn.silvestre@gmail.com

Izadora Inês - 47. 8448.1929
izadora.ines@hotmail.com

Anitta se apresenta no clube de praia do Grupo Maria's

Show da cantora será no Belvere Beach Club no dia 30 de dezembro a partir das 18h

Itajaí - O clima paradisíaco do Canto do Morcego, na Praia Brava, em Itajaí, é cenário perfeito para receber o show da poderosa Anitta. No dia 30 de dezembro, a funkeira eleita a mulher mais sexy do ano e melhor cantora de 2015, promete uma noite imperdível e muito animada com seu repertório eclético que mistura rap, funk, reggae, pop, baladinha e hip hop, além de seu estilo sensual e provocante.

O Belvere Beach Club é mais uma novidade do Grupo Maria's, que recentemente reformulou o espaço para deixar o local ainda mais charmoso, confortável e seguro para o Verão. "A casa receberá grandes eventos durante a temporada, aproveitando todo o clima e boa energia de uma

das praias mais badaladas de Santa Catarina, entre eles o show da Anitta, que é um dos mais aguardados da programação do Grupo Maria's", revela um dos sócios, Fabiano Steil.

Anitta vai apresentar todos os grandes hits de sua carreira. E não podem faltar em seu show músicas como "Show das Poderosas", que firmou seu nome no cenário nacional, e até as canções do seu novo CD "Bang" que reúne 15 músicas inéditas e contou com participações especiais como Nego do Borel, Viti (Vitor Hugo, vocalista da banda Onze:20), Jhama, Dubeat e Cone Crew. Esse trabalho teve a ajuda do diretor de arte Giovanni Bianco, conhecido por assinar capas de CD de grandes estrelas internacionais,

como Madonna.

Serviço:

O quê: Show nacional com Anitta

Onde: Belvedere Beach Club, Avenida José Medeiros Vieira, 254, Praia Brava, Itajaí.

Quando: Quarta-feira (30/12)

Horário: 18h

Ingressos Online: [https://www.ingressonacional.com.br/evento/5616/anitta-](https://www.ingressonacional.com.br/evento/5616/anitta)

Classificação: 18 anos

Reservas e informações:

47 3056-7273

ou camarotes@marias.com.br

Pontos de venda:

Balneário Camboriú - Green

Valley Store 47 3056 4682

Blumenau - Triton Eyewear

Norte Shopping 47 9901 0484

Brusque - Multimoney 47 3351 2000

Curitiba - Multimoney 41 3015 9500

Florianópolis - Matriz Ótica

Diniz 48 3062 5131

Gaspar - Julio

Schramm 47 3332

1411

Indaial - Posto

Marechal 47 3333 5353

Itajaí - Loja Ingresso

Nacional 47 3046 0550

Itapema - Posto Brava

Itapema 47 3368 4512

Joinville - Multimoney 47

3043 9099

Navegantes - Elegancy

Modas 47 3342 2466

Pomerode - Farmalan 47

3387 1634

São José - Ótica Diniz



BANG!!!!
BANG!!!!

30/12
BELVEDERE
BEACH CLUB
ITAJAI/SC

ANITTA

Green Valley - Verão 2016

Camboriú - O Green Valley apresenta sua programação para o verão 2016 com grandes nomes do cenário eletrônico. Com datas diversas, o Club traz a consolidação de seu mote: não se trata de um club direcionado a apenas um estilo de e-music, o Green Valley é um universo com espaço para todas as vertentes.

A estação que mais agita o litoral catarinense começa no Melhor Club do Mundo no dia 27 de dezembro, com uma festa Underline Ctrl, quando a pista under do Green Valley sai de seu espaço para ocupar o mainstage. O residente Vintage Culture, Victor Ruiz & Any Mello, Stefano Noferini, Chemical Surf, Te cool cats, Base On (residente da Underline), Bruno Be, RDT E Sonic Future são os nomes que comandam o Club nessa noite.

Dia 30 de dezembro quem comanda a noite são os belgas Dimitri Vegas & Like Mike, uma das festas mais pedidas do ano pelos fãs

da casa. Recém-eleitos como melhores Djs do mundo pela Dj Mag, essa dupla é residente do Tomorrowland e coleciona um repertório de produções e remixes hits nas paradas. Essa será uma noite para os fãs do House dançante.

Depois do Reveillon com Sunnery James e Ryan Marciano no Estaleiro Guest House, uma pousada de frente para o mar da Praia do Estaleiro, em Balneário Camboriú, é hora de abrir as portas para o Green Festival, um festival que trará mais de 20 atrações para três palcos dentro do Green Valley. Alok, Sonny Fodera, Noir, EDX, Vanilla Ace, Watermat, Antonio Eudi, Base On, Chad Tyson, Constantinne, Daavar & Zeppelin, Enki Nyxx, Heiken, Illusionize, Rafael Ferreira, Soldera e Zerb já estão confirmados, mas mais atrações vêm aí em breve.

No Carnaval a qualidade vai superar a quantidade em duas noites de tirar o fôlego:

Axwell no dia seis e

fevereiro e Hardwell no dia oito. Na primeira noite tocam ainda Viktor Mora, Felten e Daavar & Zeppelin, junto com o ex-Swedish House Mafia que nunca deixou de emplacar hits, seja em seu duo com Ingrosso ou sozinho. Na segunda, além de Hardwell estão confirmados Kill the Buzz e Ftampa. O público pode esperar um show do jovem Holandês que encanta nos maiores festivais do mundo.

Uma programação versátil, completa e de qualidade incontestável é o que apresenta neste verão o Club de Camboriú que ganhou o planeta.

Serviço:

O quê: Verão 2016 Green Valley

Onde: Green Valley | Rua Rio Mamoré, 1083 | Rio Pequeno | Camboriú/SC

Informações: www.greenvalley.art.br/ facebook.com/greenvalleybr | 47.3360.8097

Ingressos: www.ingressonacional.com.br

Reservas: 47 9903-4303 ou reservas@gveventos.com.br

Warung Beach Club

Itajaí - O clube que foi novamente eleito pelo Cool Awards como o melhor Super Clube do Brasil pelos formadores de opinião anuncia um verão que faz jus aos seus treze anos de sucesso. Cerca de setenta DJs e produtores entre residentes e convidados, escolhidos à dedo pela afiada curadoria do

"Templo da Música Eletrônica", darão o tom de doze festas até o encerramento do verão em 5 de março de 2016. De residentes do naipe de Dashdot e Renato Ratier (que ganhou como melhor DJ do Brasil no Cool Awards 2015), passando por conhecidos da casa como Hernan Cattaneo, Dubfire e

Sharam até estreates como Carl Craig e Josh Wink, verdadeiras lendas da dance music mundial, assumiram o som no clube mais respeitado do Sul do mundo. Garanta o seu lugar adquirindo já seus ingressos através do [sitewww.warungclub.com](http://www.warungclub.com). Warung, Patrimônio Cultural de Santa Catarina.

Villa Mix Festival

Camboriú - O Grupo Maria's promove, no dia 29 de dezembro, o Villa Mix Festival, maior evento de música sertaneja do Brasil, para celebrar a inauguração do novo espaço para shows, o Arena Open, localizado anexo ao Maria's Camboriú. O evento vai reunir cinco atrações nacionais: Bruno & Marrone, Jorge & Matheus, Pedro Paulo & Alex, Matheus & Kauan e Jads & Jadson.

Os ingressos podem ser adquiridos a partir desta quarta-feira (4/11) no site

do Ingresso Nacional. O Arena Open será um local mais amplo, com capacidade para receber 20 mil pessoas. "Nossa meta é oferecer opções que atendam aos diferentes tipos de eventos, de pequeno a grande porte e com propostas distintas", afirma o sócio do grupo, Fabiano Steil.

Serviço:

O quê: Festival Sertanejo - Villa Mix
Atrações: Bruno

& Marrone, Jorge & Matheus, Pedro Paulo & Alex, Matheus & Kauan e Jads & Jadson.
Quando: Terça-feira (29/12)
Horário: 17h
Onde: Arena Open (anexo ao Maria's Camboriú)
Classificação: 16 anos com acompanhante.



Para o seu negócio ir mais longe,



marins-enfidade

o nome é **vero**

Antecipe suas vendas
a crédito e parceladas e receba na hora

Os melhores preços e taxas
condições ao seu alcance

Aceita Visa, MasterCard e Banricompras
os principais cartões em uma só máquina

Extrato simples e transparente
sua vida mais fácil

Ampla rede de atendimento
conte com a presença do Barrisul

4 milhões de clientes
somente no Banricompras

vero Mobile

vero Maquininha



Barrisul

SAC: 0800 646 1515 | SAC - Deficientes Auditivos e de Fala: 0800 648 1907
Ouvidoria: 0800 644 2200 | Ouvidoria - Deficientes Auditivos e de Fala: (51) 3215 1068

vero

Solicite em sejaver0.com.br /sejaver0 /sejaver0 /sejaver0