

# LITORALUP

REVISTA

Ano 3 - Nº 6 - Julho de 2023

By Agência de Publicidade  
**gentecom**

## Arquitetura, Design e Imóveis em alta!

Região vive uma verdadeira 'revolução' nestes setores. O Calabças Condominium Resort que estampa esta capa, demonstra este grande crescimento!



### Maiza Gaspar Escritora e Palestrante

Eterna aprendiz da felicidade, a escritora e advogada Maiza Gaspar vive momento de progressão na carreira como palestrante, e inspira as pessoas a acreditarem nos seus sonhos.

### Casa Mundo Sabores e Saberes

Catia Tamanini (foto), Gabriella Moraes e Julia Tamanini estão à frente deste novo espaço em Caraguá, que proporciona ricas e novas experiências gastronômicas, culturais, artísticas e terapêuticas.



# QUEM É O PORCAO?



**MANTENHA A  
CIDADE LIMPA!  
NÃO JOGUE LIXO E ENTULHO  
NAS RUAS E CALÇADAS**

**É PROIBIDO JOGAR** 



 **Resíduos de construção civil  
(entulhos)**



 **Móveis e equipamentos  
domésticos, sobras de poda**



 **Baterias de equipamentos  
eletrônicos e pilhas**



 **Lixo hospitalar, remédios,  
produtos químicos e seringas**



 **Produtos orgânicos e animais  
mortos (cadáveres)**

**PROIBIDO JOGAR LIXO NA RUA** • Lei Municipal 848/92, multas de até R\$ 15 mil

**DENUNCIE: (12) 3892-6000**

# OPERAÇÃO CATA-TRECO



**RETIRADA  
DE MATERIAIS  
INSERVÍVEIS**

**INFORMAÇÕES  
(12) 3891-2050**

- 07 Arquitetura, Design e Imóveis em alta!
- 12 Ensino de qualidade nas escolas do Litoral Norte
- 15 Gema Trombini e a Casa da Amizade
- 15 Concurso Musical Genfest 2024
- 16 Hipnose pode transformar sua vida!
- 17 50ª Semana Inter. de Vela de Ilhabela
- 17 Calendário de eventos no Litoral Norte
- 18 Caraguá e São Sebastião ganham Mercado!
- 19 Casa Mundo 'Sabores e Saberes'
- 20 Maíza Gaspar vive período de progressão
- 21 Caraguá A Gosto: Gastronomia TOP na região!
- 24 30 anos do CCBEU Caraguatatuba
- 25 Colunas Rodrigo Arouca Contador e Vereadores Cristian Bota, Marcos Kinkas e Gil Oliveira
- 26 Bem-Estar no Litoral



07



19



20

## Expediente

Criação, Edição e Produção da Revista: Agência Gentecom  
[www.gentecom.com.br](http://www.gentecom.com.br) / (12) 98218-3382

Jornalista Responsável e Dep. Comercial: Bruna Briti MTB 32.441

Diagramação: Ashely Rodrigues

Textos, fotos e revisão: Bruna Briti, Felipe Riela e Daniele Murillo

Revista Online: [issuu.com/agenciagentecom](http://issuu.com/agenciagentecom) e

[www.litoralempauta.com.br](http://www.litoralempauta.com.br)

Capa: Calabças Condomínio Resort

Créditos fotos: Arquivos pessoais, divulgação, etc.

Gráfica Referência - São Paulo / Tiragem: 3.000 Exemplares



## Se a região cresce, nós crescemos também!

POR BRUNA BRITI

O Litoral Norte Paulista cresce continuamente e a valorização da região nos últimos anos é uma grande oportunidade para diversos setores. Com uma infraestrutura completa e um ambiente natural exuberante, aqui é 'o meu' e 'nosso' paraíso! Localizado próximo a capital, o litoral proporciona qualidade de vida tanto a 'nós moradores', como para turistas e empreendedores que atuam na região. E nesta 6ª edição da Revista 'Litoral Up', trazemos mais uma vez, um pouco do que temos de melhor: histórias inspiradoras, eventos para agitar o comércio, locais e profissionais renomados que trabalham com hipnose, e outras tantas técnicas que proporcionam bem estar, além dos muitos empreendimentos imobiliários que estão chegando na região, como a Oficina Mare e Decorplan que reúne arquitetos e designers premiados, bem como a Casa Mundo que foi inaugurada recentemente, um espaço que oferece excelência em gastronomia, livraria, loja comunitária, terapias diversas, eventos e muito mais.

Ao folhear estas páginas, você encontra reportagens sobre educação, lazer, cultura, desenvolvimento, eventos, empreendedorismo, gastronomia, e tudo de bom que está acontecendo na nossa região. A 18ª edição do 'Caraguá A Gosto', considerado um dos maiores festivais de gastronomia da região, revela a riqueza e a diversidade da nossa culinária. 'Bora'

ficar por dentro dos eventos que movimentam a economia, além de conhecer as histórias de alguns estabelecimentos participantes?!

No social, vamos conhecer a 'Associação de Familiares de Rotarianos de Caraguatatuba', conhecida como 'Casa da Amizade', que completa 51 anos, sendo que 48 deles, foram vivenciados pela 'prestativa e queridíssima' Gema Trombini, que relembrou fatos memoráveis. No entanto, como vamos ajudar os outros se não estamos bem?!

Para garantir o bem-estar físico e mental, a hipnose surge como ferramenta terapêutica. O profissional 'super gabaritado', Ricardo Giovanelli falou sobre os benefícios desta terapia. Já em outra reportagem, destacamos outros atendimentos e procedimentos importantes com foco na saúde e no bem-estar. E na área cultural, a escritora e palestrante Maíza Gaspar vive um momento de progressão em sua carreira e contou tudo para gente. Com seu livro 'Coração Valente', que já teve três lançamentos e está na 2ª edição, ela com sua experiência de vida, vem inspirando os leitores a buscarem uma vida plena e a realizarem seus sonhos. Todos queremos realizar sonhos!

E nossos empreendedores continuam a mil! Vem aí o 'Mer-

cadão Shopping Caraguá' previsto para ser inaugurado em setembro próximo, localizado no Centro de Caraguá, em frente a Caixa Econômica Federal, iniciativa privada do Sr. Said Jorge. Já São Sebastião também terá Mercado 'público', ao lado da Prefeitura. E Ilhabela está de 'vento em polpa' com a 50ª Semana Internacional da Vela e as muitas boas ações feitas pelos administradores municipais, bem como Ubatuba garante eventos e nomeia títulos de regularização de imóveis a população!

E as comemorações não param, a Casa de Saúde Stella Maris completou 71 anos e ganha nova infraestrutura, já a escola de inglês CCBEU Caraguatatuba comemora 30 anos, colecionando histórias de alunos que 'ganharam o mundo' com o idioma aprendido na escola. Muitos alunos já fizeram intercâmbios, moram em outros países e até se tornaram professores! E tem reportagem sobre a 'Qualidade' do ensino ofertado nas 'mais renomadas' escolas privadas do Litoral Norte, bem como somos gratos aos nossos 'colonistas', amigos, 'torcedores para que o melhor aconteça com a gente'. Tenha certeza que ' demos o nosso MELHOR' para que, também esta edição, fique registrada na memória do Litoral Norte. Tudo feito com muito carinho e profissionalismo! Só ler e se deliciar!

Quem diria que a ideia de uma comunicadora daria tantos frutos?

A Agência de Publicidade

Gentecom completa 12 anos

nesse mês de julho e a nossa gratidão

é pra você cliente, amigo e nosso

"torcedor"!



[agenciagentecom](http://agenciagentecom)

(12) 98218-3382



Fazemos  
Gestão de Redes Sociais,  
Assessoria de Imprensa  
e muito mais!

# Calabças

Condominium Resort

MELHOR  
E MAIOR  
EMPREENDIMENTO  
DO LITORAL NORTE

3 A 5 | ATÉ 5 | 2 A 5 | HOBBY  
DORMS | SUÍTES | VAGAS | BOX

APTOS DE 109 A 631 m<sup>2</sup>

OBRAS EM  
ANDAMENTO

+ DE  
38 OPÇÕES  
DE LAZER

ÁREA COMUM  
ENTREGUE  
EQUIPADA E  
DECORADA

PLANTÃO E DECORADO:

Av. Geraldo Nogueira da Silva, 500 - Praia do Indaiá

[www.calabasascondominiumresort.com.br](http://www.calabasascondominiumresort.com.br)



(12) 99178-1616

Incorporação registrada em 25/12/2020, sob matrícula no 25.778 das Cartões de Registro de Imóveis de Caraguatatuba-SP. Perspectiva artística da fachada. Imagem meramente ilustrativa.

Realização:

BSV  
projetos



# Arquitetura, Design e Imóveis em alta!

Região vive uma verdadeira 'revolução' no setor da Arquitetura, Design e Lançamentos de imóveis.

POR BRUNA BRITI, FELIPE RIELA E DANIELE MURILLO

**Da construção ao projeto de Décor, tudo o que você precisa está aqui** - O Litoral Norte Paulista cresce e a valorização da região nos últimos anos é uma grande oportunidade para diversos setores ligados à construção civil, a arquitetura e aos imóveis em geral. Estes dados foram comprovados no último censo do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), divulgado no final de junho, no qual a região apresentou um aumento significativo na população, no número de empresas e empregos gerados.

A procura por imóveis aumentou consideravelmente! Pessoas que antes, apenas vinham para sua 'casa de praia', passaram a ficar e morar no litoral, o que gerou uma nova demanda e atraiu profissionais. A região está bem aquecida, como relatam nossos entrevistados. Vamos então dividir as histórias de sucesso nos próximos parágrafos. Com destaque para Caraguá, que registrou aumento de quase 34%, somando hoje 134.875 mil habitantes. Ilhabela tem 34.934 moradores, São Sebastião está com 81.540 e Ubatuba com 92.980.

Esse crescimento reflete nos profissionais que estão desempenhando um papel fundamental nessa transformação. Por meio de projetos inovadores e de alta qualidade, eles estão construindo um litoral mais moderno e atrativo, com empreendimentos imobiliários que oferecem conforto, segurança e praticidade. Damos continuidade ao assunto por meio de entrevistas que realizamos com profissionais de sucesso na região.

**Officina Mare e Decorplan: novo conceito de mobiliário chega ao Litoral Norte** - Uma revolução no setor da Arquitetura e Design do Litoral Norte, reunindo grandes nomes do segmento

para criação de ambientes com mobiliários exclusivos na região. A loja conceito contará com 17 espaços, com nomes inspirados em praias do Litoral Norte. As linhas de mobiliário são referência em design contemporâneo, seguindo os lançamentos em Milão na Itália, no qual os designers valorizam as formas orgânicas, materiais inovadores e cores para criar tendências em suas Oficinas de Arte.



"A Officina traz produtos sofisticados, originais e pensados para cada ambiente de uma residência litorânea. Este novo espaço de design, oferece a ousadia que valoriza os projetos de arquitetos e designers em tudo", relata o diretor do grupo Khaled Majzoub, que atua mais de 30 anos no setor mobiliário e traz a força dos sucessores Walid e Luay para empreender na região.

A curadora do projeto Marcelle Duarte, designer

de Interiores de Belo Horizonte e com 20 anos de experiência na área, hoje atua em São José dos Campos e litoral. Ela assina a fachada e setorização da Officina Mare, e firmou a parceria com Ana Cunha, diretora da Decorplan Móveis Planejados, para composição dos ambientes da futura loja que terá 800 m<sup>2</sup> em local estratégico em Caraguatatuba, na região da Martim de Sá.

Segundo a relações públicas Viviane Reno: "Somente uma Grande Squadra ou um grande time para formar o alto padrão, na seleção dos produtos exclusivos que vão compor os ambientes. Por isso que o nome Officina traz na logo uma cadeira, o ícone símbolo de mobiliário".

A inauguração da Officina Mare e Decorplan está planejada para o início do segundo semestre, ainda sem data oficial. A expectativa de toda a equipe da loja, proprietários e envolvidos é grande. Eles tem certeza que será um sucesso. Portanto, é hora de segurar a ansiedade pois tem muitas ações lindas chegando no litoral. Quem deseja fazer contato e saber mais, é só acompanhar o Instagram da @officina\_mare e @decorplanplanejados.

Sobre os escritórios de arquitetura que farão parte da oficina estão: **Selma Tammaro, com o ambiente 'Tabatinga'; Sergia Garrido e Flavia Kassia com os espaços 'Ilha do Tamanduá' e 'Definindo Massaguaçu'; Nilberto Brito com 'Guaecá'; Adriana Nogueira com 'Capricórnio'; Pitta Arquitetura com o espaço 'Prumirim'; Felix Ribeiro e Rogério de Lucca com 'Ilha das Cabras'; Contemporânea Arq. com a 'Sala Apresentação'; Sampa Paisagismo com o 'paisagismo externo'; Bevilacqua Arq. com 'Maressias'; Fischer Arq. Associados com 'Prainha'; Cezar Scarpato com 'Baleia'; Sina-to Arq. com 'Cocanha'; Maena Carneiro com 'Martim de Sá', Patrícia Duccini com 'Riviera'; Caroline Sautchuk com 'Curral' e Consani Arquitetura com outra 'Sala Apresentação'. Agora vamos conhecer melhor uma dessas arquitetas top!**

**Selma Tammaro soma mais de 700 projetos no Brasil e exterior** - Com mais de 40 anos de carreira, Selma Tammaro é uma das maiores referências em arquitetura contemporânea, com um portfólio repleto de projetos ousados e criativos. Selma possui diversos cursos de extensão nas áreas de paisagismo, edificação e design de interiores e já levou seu estilo leve e contemporâneo para vários estados brasileiros e para o exterior, com trabalhos realizados no Canadá, Espanha, Portugal, Estados Unidos e Inglaterra.

O sucesso dos projetos de Selma está em seus detalhes, com cores vivas que se harmonizam naturalmente ao ambiente, em um estilo cheio de personalidade e ousadia. Suas habilidades internacionais foram reconhecidas por publicações renomadas, como a *Ville Journal* e *Toronto Star*, além de revistas nacionais como *Casa Vogue* e *Casa Claudia*. Selma marca presença em eventos do segmento como *Casa Cor*, *Mostra Artefacto*, *Mostra Artefacto Beach and Country* e *Casa & Conceito*, além de premiações como *WAF* e *Prêmio Olga Krell*, além de ser premiada por empresas como Artefacto, *Fast Shop*, *Todeschini*, Docol, Portobello, etc.

Ela explica que com a pandemia da Covid-19, houve uma mudança significativa no interesse dos clientes pela qualidade de vida e bem-estar, o que favoreceu este 'boom imobiliário' no Litoral Norte, inclusive na Tabatinga, em Caraguá,

onde ela tem escritório. "Muitas pessoas decidiram tornar o sonho de morar na praia, uma realidade. Então saíram dos centros urbanos e se deslocaram para cá. Isto, proporcionou uma



grande demanda para a área de arquitetura", confirma Selma que continua muito bem procurada para fazer projetos de construção, decoração e paisagismo.

Outros fatores contribuíram para o 'boom' imobiliário na região, como Selma destacou: "O Litoral Norte está em pleno desenvolvimento com as rodovias, os comércios e toda a infraestrutura das cidades, além das belezas naturais. Outro fator é o crescimento do modelo 'home office' que possibilita as pessoas trabalharem, estando em qualquer lugar". Ela confirma também que os alunos de Arquitetura de Caraguá estão tendo bastante demanda, já que uma parte da sua equipe se formou no Centro Universitário Módulo. Para a arquiteta, "sempre haverá demanda para quem tem criatividade e ousadia. Profissionais de arquitetura como eu, geralmente são movidos pela paixão, como o Niemeyer, e trabalharam até os últimos instantes da vida".

Com 45 anos de formação, Selma Tamaro encontra-se feliz no Litoral Norte, depois de viver quase 8 anos no Canadá e ter seus filhos formados lá. Ela foi para o país em busca de qualidade de vida e segurança, após ter sido assaltada 9 vezes em São Paulo. Selma hoje é uma das maiores referências em Arquitetura no Brasil, com um estilo que une ousadia e harmonia em seus projetos. Ela tem escritório em Caraguá, no bairro do Itaim na capital paulista e no interior na região de Sorocaba e Itu. Conheça mais: [www.tammaroarquitetura.com.br](http://www.tammaroarquitetura.com.br)

**Robson Martin revela que demanda por Projetos Arquitetônicos Sustentáveis cresce** - Arquiteto e Urbanista especialista em Gestão de Projetos pela Universidade Cruzeiro do Sul, Robson Martin é professor universitário no MÓDULO e diretor da R. Martin Arquitetura. Seu foco com a preservação ambiental, acessibilidade e o bem estar das pessoas, está refletido em seus projetos urbanos, sustentáveis, saudáveis e inclusivos no Litoral Norte.

Ele soma cerca de 30 anos de atuação em Arquitetura, Engenharia, Gás, Petróleo e Telecom, com foco na qualidade e sustentabilidade para clientes como AT&T, C&C, NEC, TIM, VIVO. Destacou-se na construção da UTGCA (Unidade de Tratamento de Gás) para a Petrobras, em Caraguá; na Recuperação Estrutural do Piêr e em outros serviços da Transpetro em São Sebastião. Sua trajetória na gestão de obras de reformas e construções formam seu Acervo Técnico com mais de 250 ARTs (Anotação de Responsabilidade Técnica), no CREA e 70 RRTs (Registro de Responsabilidade Técnica) no CAU, Conselhos de Engenharia e de Arquitetura, respectivamente. Fazendo do arq. Robson um exemplo inspirador

para quem deseja seguir carreira na área.

Robson explica que as construções, projetos urbanos e arquitetônicos que promovem o desenvolvimento sustentável no Litoral Norte, devem usar materiais e tecnologias que reduzam os impactos ambientais, além de priorizar a acessibilidade e investir no paisagismo para melhorar o bem estar das pessoas, preservando o Bioma da Mata Atlântica. A região possui uma grande demanda por profissionais da Arquitetura Sustentável, segundo Robson, que tem orgulho de contribuir na formação destes profissionais, como professor no Módulo, no qual curso tem mais de 20 anos de tradição, sendo muito bem avaliado pelo MEC (Ministério da Educação). Ele



destaca que arquitetos podem atuar também com: Design, Docência, Gestão, Laudos, Perícias, Planejamento Urbano, Restauo, etc.

Foi voluntário nos Conselhos de Desenvolvimento Urbano e de Habitação, fez levantamentos para o Ministério Público Federal melhorar a acessibilidade nos prédios públicos, dá palestras sobre Educação Ambiental, Patrimônio Histórico e orientou pesquisa com docentes e estudantes do curso de Arquitetura para reduzir os riscos de desastres naturais nas comunidades

# ROBSON MARTIN ARQUITETURA

## PROJETO | GESTÃO | LAUDOS CONSTRUÇÃO | REFORMA



gentecom.com.br

 (12) 99714-7367

 Robson Martin Arquitetura

 robsonmartinarquitetura

 [www.robsonmartin.com.br](http://www.robsonmartin.com.br)

às margens dos rios urbanos no Litoral Paulista. Com sua atualização constante, Robson Martin é um exemplo de como a persistência e o amor à profissão podem levar a grandes realizações na vida. Hoje faz Mestrado em Tecnologias em Educação em universidade nos EUA, e aborda estes temas no seu canal no YouTube @robsonmartin9830 ou no site [www.robsonmartin.com.br](http://www.robsonmartin.com.br).

**Aline Analha atua do início do projeto até a decoração** – Com apenas 32 anos, Aline é formada pela Anhembi Morumbi e começou sua carreira, ainda como estagiária na Prefeitura, e depois em grandes escritórios voltados para projetos comerciais, residencial, industriais e logísticos em São Paulo, cidade que nasceu e cresceu. Desde a infância visitava Caraguá nas férias com sua família. Inclusive, seu pai Ricardo Analha há 25 anos já trabalhava como engenheiro construindo no Litoral, e foi presidente da Associação de Engenheiros e Arquitetos de Caraguá.

Atualmente, ela segue passos próximos aos do pai, com suas próprias escolhas. E, assim, desde cedo sabia que queria fazer Arquitetura e Urbanismo. Seu amor pelo litoral fez com que ela trocasse a metrópole pela praia, há cinco anos, e está se consolidando profissionalmente com seu próprio escritório. “A cidade tem uma infraestrutura muito boa e profissionais qualificados. Além disso, há muita procura para quem deseja construir do zero. Os terrenos são cada vez mais valorizados na cidade. Há um crescimento evidente com as obras dos Contornos e todo o desenvolvimento que segue”, contou Aline.

Com escritório na Martin de Sá, o “Analha Arquitetura”, tem equipe própria. Aline se destaca por

trazer soluções inovadoras e sustentáveis aos seus projetos, alinhando o meio ambiente com a estética e funcionalidade. “É importante pensar no meio ambiente e na sustentabilidade em todos os projetos. Podemos aliar essas práticas com a modernidade e tecnologia, para trazer mais conforto e bem-estar aos clientes”, enfatizou ela que gosta, desde a parte de criação dos projetos, até as visitas e ‘trocas de experiências’ com os clientes para compreender o que querem, e como ela pode ajudá-los com seu conhe-



cimento e experiência.

Além disso, Aline também se dedica à Associação de Arquitetos de Caraguatuba, no qual está na diretoria e busca fortalecer a classe com eventos e palestras, além de contribuir com os alunos da Arquitetura. Ela é membro do CMDU – (Conselho Municipal do Urbanismo), discutindo e elaborando propostas de projeto de lei de interesse urbanístico, e participou ativamente das discussões do Plano Diretor de Caraguá. Ela destaca que a cidade tem investido cada vez mais no turismo,

além do crescimento de shoppings, hospitais, empresas de renome, e as belezas naturais que atraem turistas o ano todo pra cá. “A demanda por arquitetos também cresce. Há inúmeros empreendimentos em Caraguá e é um período fértil para profissionais de áreas correlatas também”, concluiu. Aline Analha está no Instagram @ana-lhaarquitetura.

**Conversamos também com Sueli Cabral, gerente da Portobello Shop de Caraguatuba, que fortalece a região.** “A Portobello é hoje a maior empresa de revestimentos do Brasil, sendo a Portobello Shop um canal de vendas com produtos exclusivos e linhas assinadas, oferecendo experiência de compra, nos ambientes físicos e digitais, centrada no cliente, com uma solução completa para revestimentos e complementos, principalmente louças e metais” conta Sueli. Com mais de doze anos de experiência em Gestão, formada em administração e pós graduada em Gestão de Pessoas e Negócios, Sueli Cabral está há um ano e meio no MM Grupo, e apresenta um pouco mais desta gigante que chegou recentemente no Litoral Norte.

Há mais de 30 anos no mercado o MM Grupo atua com negócios no ramo da construção civil e varejo, e há 4 meses assumiu a Franquia da Portobello Shop em Caraguá. O grupo está em plena expansão e possui outras lojas Portobello Shop em São José dos Campos, Guaratinguetá e Taubaté, com equipes que trabalham design e inovação de maneira visionária, lançando constantemente tendências de arquitetura e decoração, e atenta aos impactos de suas escolhas.

Ela completa nos contando que a unidade de Caraguá estará realizando treinamentos,

## Arquitetura | Construção | Interiores



**Aline Marques Analha**

Arquiteta e Urbanista  
CAU: A116879-7



gentecom.com.br

  [analhaarquitetura](https://www.instagram.com/analhaarquitetura)  (12) 98287-3821

 [analhaarquitetura@gmail.com](mailto:analhaarquitetura@gmail.com)

 Av. Vitor Meirelles, 450 - Martin de Sá



workshops e outras ações juntamente com arquitetos, designers e parceiros, para que juntos possam crescer e cooperar ainda mais com o desenvolvimento do Litoral Norte, com mais design, inovação e sustentabilidade. “É importante construir um futuro onde todos evoluem juntos”, confirma Sueli e acrescenta que o propósito da marca é ‘Viver Design, transformar ambientes e emocionar pessoas’. A Portobello Shop Caraguá fica na Av. José Herculano, 3595, Jardim Britânia. Instagram: @portobellosshopcaragua, www.facebook.com/portobellosshopcaragua e telefone: (12) 3887-6325.

**Com criatividade ‘herdada dos pais’, Débora de Jesus lidera a empresa Construtora Dimensão -**

Em função do ‘boom imobiliário’ no litoral, a busca por profissionais de arquitetura e construção cresceu consideravelmente, e a cada dia novos talentos despontam. Com apenas 28 anos, a arquiteta e urbanista Débora de Jesus, especialista em Design de Interiores e Gestão de Obras, é CEO da Construtora Dimensão. Com 5 anos de formação, ela conta que desde a infância tem contato com construção e espaço criativo, devi-

do ao seu pai, empreiteiro na época, que a levava em obras, e sua mãe costureira, que desenhava e criava as peças de roupas. Tudo isso despertou nela o gosto por criar.



Para Débora, o grande ‘impulso’ que favoreceu o setor foi o ‘pós pandemia’, quando as pessoas passaram muito tempo em suas casas e refletiram sobre suas necessidades, e a real importância e valorização de casa espaço da casa. Isso resultou na expansão das construções e reformas, abrindo um leque de oportunidades para profissionais da área. Sua empresa foi fundada em 2019, inicialmente como ‘Studio Dimensão’, e desde o ano passado, passou para ‘Construtora Dimensão’, agregando serviços diversos além de ‘apenas’ projetos. Atualmente a empresa atende o litoral norte, e futuramente quer expandir para o Vale e demais regiões.

Débora atua com residências, desde a regularização de lotes, topografia, projetos de aprovação, interiores, estrutural, complementares, até a execução e entrega das chaves da casa. Pela sua responsabilidade já passaram serviços institucionais como escolas, igrejas e hospitais. “Arquitetura e Construção não são ‘luxo’. Se engana quem

pensa desta forma. Por meio de um projeto, ‘realizamos sonhos, expectativas e anseios de uma família’, conclui. A Construtora Dimensão fica na Av. Vereador Antônio Borges, 1171, Varadouro, em São Sebastião. Instagram @construtora.dimensao e @arquitetadeboradejesus.

**Raphael Henrique Briti uniu a Arquitetura com a corretagem de imóveis, realizando estudos de viabilidade.**

Com 46 anos e formado em Arquitetura e Urbanismo pelo Centro Universitário Módulo em Caraguá em 2006, Raphael ‘Carlota’ como é conhecido, atua desde 1998 como corretor de imóveis autônomo, especializando-se em terrenos e áreas.



Atualmente, trabalha como corretor na busca de terrenos e áreas, como por exemplo, fazendo estudos de viabilidade para indicar a construtoras e construtoras, verificando a possibilidade de novos empreendimentos. “Já vendi muitas áreas para a construção de condomínios horizontais e afins. Também vendo áreas de Compensação Ambiental em Caraguá, e tenho disponível lotes de 360 até 5.000 metros quadrados, todos regularizados”, confirma.

Atualmente, trabalha como corretor na busca de terrenos e áreas, como por exemplo, fazendo estudos de viabilidade para indicar a construtoras e construtoras, verificando a possibilidade de novos empreendimentos. “Já vendi muitas áreas para a construção de condomínios horizontais e afins. Também vendo áreas de Compensação Ambiental em Caraguá, e tenho disponível lotes de 360 até 5.000 metros quadrados, todos regularizados”, confirma.



Siga @madeireiramh

**TRANSFORMANDO MADEIRAS EM SOLUÇÕES**



Madeiras e Portas

Hidráulica e Tintas

Elétrica e Ferragens

Materiais de construção

**Faça seu orçamento com a MH!**  
(12) 3882.2807 ☎️ (12) 97403.2016

Alameda dos Ipês, 295 Bairro Cidade Jardim - Caraguatatuba/SP



# Confira os principais lançamentos imobiliários no Litoral Norte



**'Calabças Condominium Resort' e outros lançamentos** - Está em obras, na cidade com a mais completa infraestrutura, o melhor e maior empreendimento imobiliário do Litoral Norte! O Calabças Condominium Resort fica na Praia do Indaiá em Caraguatatuba, em terreno com cerca de 11 mil m<sup>2</sup>, com área construída que será superior a 39 mil m<sup>2</sup>. A grandiosidade também está nos diferenciais do projeto e no lazer, que oferece mais de 38 opções de entretenimento entregues equipadas e decoradas, incluindo piscina aquecida e cinema. Nos apartamentos e coberturas, as metragens vão de 109 a 631m<sup>2</sup>, com varanda gourmet, até 5 suítes e hobby box. Infraestrutura para ar-condicionado na sala, quartos e varanda gourmet, tomadas USB e janelas com persianas de enrolar integradas nos dormitórios, além de água quente nos lavatórios sociais e cozinha, estão entre os inúmeros destaques das amplas unidades.

**Residencial Valencia** - Fica na orla do Aruan em Caraguá, sendo um empreendimento sofisticado e seguro, com apartamentos de design de alto padrão, todos com vista para o mar. O prédio é uma única torre de 9 andares e 6 apartamentos por andar, sendo construído LW Construtora e Incorporadora. A unidade tem metragem de 119m<sup>2</sup> com 3 dormitórios, sendo 1 suíte, além de varanda gourmet com churrasqueira a carvão. / **Residencial Segóvia** - No Indaiá, com 2 torres, são 120 unidades sendo construídas pela LW Construtora e Incorporadora, 6 apartamentos por andar de 72, 75m<sup>2</sup> distribuídos em 2 dormitórios sendo 1 suíte, 1 vaga de garagem, varanda gourmet com churrasqueira, cozinha, sala de estar e jantar, banheiro social, área de serviço, hobby box, área de lazer e duplex 108 e 113m<sup>2</sup>.



A **Alphamare Construtora** que atua em Ubatuba desde 2016 com 16 empreendimentos na região, está expandindo seus negócios para Caraguá. Em janeiro deste ano, a construtora iniciou as obras do **Residencial Alpha View**, no bairro Sumaré, em ótima localização, que está previsto para ser entregue em janeiro de 2026. **Residencial Alpha Paradise** - Acabou de ser lançado em Caraguá, na região do Jardim Aruan e Indaiá, este que é o 2º empreendimento da Alphamare Construtora na cidade. São 3 torres com 162 unidades, apartamentos de 1,2 e 3 dormitórios, com terreno de 2.700m<sup>2</sup> e entrega prevista para 2027. "Será o maior empreendimento da Alphamare. Acreditamos no desenvolvimento do nosso litoral. Hoje Caraguá oferece ótima infraestrutura tanto para os moradores, como para os investidores", afirma os fundadores da Construtora, Luciana e Rafael. Com o Alpha Paradise, totalizarão 688 unidades lançadas. Saiba mais em [www.alphamareconstrutora.com.br](http://www.alphamareconstrutora.com.br) e no telefone e Whatsapp (12) 3833.2957.

**Prime Studios** - Da Construtora Tabaporã, fica na Praia das Palmeiras, em Caraguá. Com 3 plantas diferenciadas. A imóvel está apenas 450 metros da praia, e bem próximo ao Shopping Serramar. Idealizado para os clientes que querem economizar, e não abrem mão da elegância, conforto e praticidade, tem área comum com portaria, espaços gourmet, espaço de jogos, fitness, escritório, piscina coberta, aquecida com 2 raia e 12 metros, sauna úmida interligado com a piscina e estacionamento isolado visualmente. Saiba mais [www.primestudiotabapora.com.br](http://www.primestudiotabapora.com.br).



# A ACEC

## VALORIZA O COMÉRCIO LOCAL

**BENEFÍCIOS EXCLUSIVOS PARA ASSOCIADOS**

**GRANDE OPORTUNIDADE DE NETWORKING**

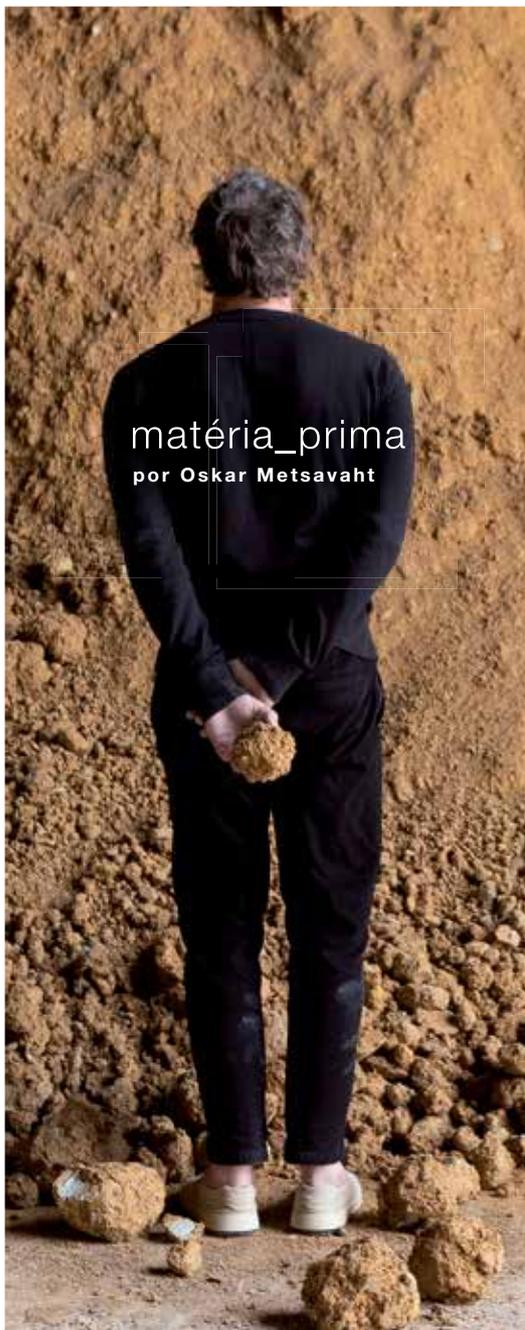
**E MUITO MAIS!**

**ENTRE EM CONTATO COM O NOSSO TIME COMERCIAL  
E VENHA FAZER BONS NEGÓCIOS!**



**TELEFONE: (12) 3897-8822**

**ENDEREÇO: R. SÃO SEBASTIÃO, 19 - SUMARÉ, CARAGUATATUBA - SP**



# AUTHENTIC

Um olhar que atravessa a matéria e faz emergir a individualidade. O ingrediente original para ser você mesmo. Individualidade e comunidade dialogam e definem o particular e o comum.

Na Coleção 2023 Portobello, **Oskar Metsavaht** transforma o óbvio, o essencial, em estética necessária e desejada na linha **matéria\_prima**, aquilo que a arquitetura contemporânea esperava.

## NOVO ENDEREÇO UNIDADE CARAGUATATUBA

- Av. José Herculano, 3595 - Jardim Britania  
Caraguatatuba - SP, 11666-000
-  portobellosopcaragua

### UNIDADE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Av. Barão do Rio Branco, 1088  
Jd. Esplanada, São José dos Campos - SP, 12.242-800

 12 97408-2011 | 12 3921-5422

 portobellosopscj

### UNIDADE TAUBATÉ

Av. John Fitzgerald Kenedy, 845  
Jd. das Nações, Taubaté - SP, 12030-200

 12 99136-5508 | 12 3413-1001

 portobellosop\_taubate

### UNIDADE GUARATINGUETÁ

Av. Ariberto Pereira da Cunha, nº 1602  
(ao lado da Cacau Show)

 12 97408-2011 | 12 3921-5422

 portobellosopguara

Portobello  
shop



# Ensino de 'qualidade' nas escolas do Litoral Norte

POR DANIELE MURILLO

Neste texto, abordaremos a importância do ensino de excelência em conjunto com outros cuidados, como a saúde emocional das crianças e também com o meio ambiente como um todo. É preciso educar pessoas engajadas em cuidar do planeta, mas que também sejam livres, criativas, empáticas e emocionalmente saudáveis. Além disso, é essencial saber direcionar toda a tecnologia disponível, de forma educativa e construtiva, com olhar pedagógico e acompanhamento.

Convidamos você a conhecer um pouco mais sobre a Educação Particular aqui no Litoral Norte e como ela pode oferecer uma educação de qualidade e sustentável para seus filhos. Nesta edição, em que estamos falando de crescimento, expansão e novidades, é cada vez mais importante destacar que opções de ensino são a base de tudo, pois elas contribuem na formação dos nossos filhos, parentes e amigos e são essenciais na formação da sociedade em que convivemos.

Conversamos com quatro instituições escolares da região, todas de ensino particular e bem conceituadas. Entre as participantes estão: o Colégio São João em Ilhabela, o Instituto Educacional e Cultural PAIDEIA e o Cbic de Caraguatatuba e ainda o Colégio São Sebastião. Algumas das escolas que entrevistamos trabalham desde a primeira infância, o que chamamos de Base de construção. Na fase da primeira infância, desde a barriga da mãe até os seis anos, as crianças desenvolvem habilidades e competências que serão utilizadas ao longo da vida, tanto cognitivas, emocionais quanto sociais. Por isso, é fundamental que elas recebam estímulos adequados desde cedo.

**Nossas conversas sobre educação iniciam na paradisíaca Ilhabela** - Quem conversou com a gente foi a Thaís Monteiro da Silva, Diretora do Colégio São João em Ilhabela. Inaugurado em 1998 e neste ano, com 25 anos de funcionamento, Thaís conta que a concepção da escola partiu dela e de Ângelo Cavalheiro, mantenedor, professor, arte-educador e artista plástico, juntos eles são responsáveis pela instituição. Um espaço diferenciado em meio à natureza da Ilha, oferece desde a educação infantil, ensino fundamental e ensino médio e com opção de período integral. Sobre os diferenciais da escola, não poderíamos deixar de destacar a sua estrutura, com uma biblioteca com acervo de quinze mil livros, três espaços de recreio, salas com janelões grandes, quadra poliesportiva, piscina semiolímpica e campo de futebol.

Thaís fala que o ensino no São João é "humanista,

e usa muito das metodologias ativas, onde o aluno é mais protagonista do próprio ensino, através de aulas práticas e vivências interessantes". A escola cria muitos murais e seminários, onde os alunos interagem ativamente, mais do que costumam participar no modo tradicional, quando só os professores dão aulas expositivas, e segundo a diretora, a intenção da escola é reduzir cada vez mais esta questão de aprendizados direcionados. Na questão emocional a escola investe em medidas que colaboram para tornar o aluno mais feliz e, para o colégio São João, quanto mais feliz a criança ou o adolescente se encontrar, melhores serão os seus resultados, mas a escola também conta com o auxílio de uma psicóloga, para quando é necessária qualquer intermediação, através de conversas, direcionamentos e rodas de pais.



Quando o assunto é tecnologia, o colégio São João possui uma matéria que se chama "mundo digital", onde os professores podem explorar o trabalho diário de forma significativa, e já aproveitam para ensinar aos alunos como usar tanta informação da maneira mais segura e correta possível. Com onze laboratórios, com computadores em todas as salas, além de outros recursos disponíveis, os alunos interagem com jogos matemáticos, criações de textos e muito mais. Perguntamos ainda sobre a escola do futuro e, para Thaís, estamos muito próximos da escola do futuro, com todos os atuais debates sobre a inteligência artificial e tudo que isso envolve. Os alunos do São João seguem direcionados sempre na busca pelo equilíbrio, entre viver em harmonia com a arquitetura, o meio ambiente e as tecnologias.

O Colégio São João está localizado na Avenida São João, 383, bairro Perequê, Ilhabela - SP. Instagram: @colegiosaojoao

**Ensino Bilingue e Atividades Extracurriculares** - No centro do Litoral está Caraguatatuba, neste

município estão as duas unidades do Instituto Educacional e Cultural PAIDEIA, uma escola que atende do Berçário ao 9º ano.

Desde sua fundação em 2009 a escola já é reconhecida pelos seus diferenciais de currículo, propostas e tempos para aprendizagem diferenciados. No Paideia é possível utilizar da "jornada estendida" de acordo com a melhor rotina para cada família.

Os estudantes do PAIDEIA possuem uma formação humanista completa. Para atender os diferenciais que fazem parte da grade curricular a proposta é desenvolvida dentro de uma carga horária ampliada, a qual contempla Programa bilíngue, Educação Tecnológica, Programação, Expressão Artística, Inteligência Emocional, Cultura Maker, Iniciação Científica, Capoeira e outras práticas esportivas.

Nesses 15 anos de existência o PAIDEIA esteve sempre à vanguarda do tempo. Foi o primeiro espaço educativo a firmar parcerias inovadoras e tornar real o bilinguismo (inglês) em Caraguatatuba, tendo seus resultados de excelência comprovados.

Entre as muitas parcerias estão o Museu de Arte Moderna (MAM) - SP e Universidades Internacionais e Nacionais, as quais trazem formação e possibilidades de discussão para ampliação de repertório e experiências para professores e estudantes.



Desde 2012 é reconhecida como Escola criativa pela Rede Internacional de Escolas Criativas. Em 2016 além de se tornar uma escola membro das escolas PEA-UNESCO foi uma das primeiras escolas no Brasil a implantar o Google For Education, através do qual alunos e professores podem acessar as ferramentas disponíveis auxiliando nas variadas atividades, como pesquisas e aplicações e desenvolvimento de habilidades da tecnologia educacional. Desde então, o colégio vem fazendo investimentos anuais na área tecnológica.

Ainda tratando dos investimentos voltados à tecnologia o PAIDEIA tem salas equipadas com recursos tecnológicos diversos disponíveis para o uso do docente e dos estudantes, além disso cada estudante do 6º ao 9º ano recebe um Chromebook para realizar seus trabalhos escolares.

Estudantes do 9º ano participam de uma formação internacional desenvolvida totalmente em inglês por uma Universidade Estado Unidense parceira da escola. O curso semestral trata das áreas da Economia Criativa: Film & TV, Games, Arte e Design, Música, Tecnologia, Publicidade e Propaganda e Negócios do Entretenimento e do Esporte.

Como aporte para o desenvolvimento das habilidades e competências determinadas para cada ano escolar o PAIDEIA utiliza o material eleito como melhor do país, o GEEKIE one e, o apoio do Programa bilíngue High Five, fazendo a diferença na jornada de aprendizado da língua inglesa. O ensino bilíngue é iniciado desde o berçário e envolve didáticas específicas para cada fase, bem como vivências, valores e respeito à diversidade cultural.

A educação infantil se baseia nas ideias e filosofia de Reggio Emilia e traz o encantamento para desenvolver o gosto pelo aprender a aprender.

A diretora e sócio/mantenedora Gislene Conceição diz: "O PAIDEIA é mais que um ensino é um conceito educativo, que busca através de suas ações, auxiliar educandos na construção do conhecimento e no desenvolvimento de valores éticos e morais, contribuindo para o crescimento de cidadãos responsáveis e autônomos".

As unidades do Institucional Paideia estão localizadas nos endereços: Paideia 1 – Rua Santos Dumont, 203 – Centro, Paideia 2 – Rua Ilhabela, 239 – Sumaré, ambos em Caraguatatuba – SP. Redes Sociais: @educacionalpaideia

Pelo CBIC – Colégio Batista Internacional de Caraguatatuba, quem responde é Camila Vicentini, Diretora do CBIC, instituição de ensino que atua desde 2014 em Caraguá. Oferece do Berçário ao 9º ano, e em breve também com ensino médio. Com base em princípios cristãos, a escola é bilíngue e conta com algumas soluções parceiras para desenvolver suas ações pedagógicas. O material didático é composto pelo SAS (Sistema Ari de Sá), pelo CELLEP (programa bilíngue) e pela ViaMaker (solução de robótica). Além disso é uma escola TOEFL, que promove anualmente testes diagnósticos e certificação internacional em inglês.

"O tempo regular de ensino supera as bases de matrizes propostas pelo Estado da Educação, sendo que os alunos da Educação Infantil ao 9º ano têm entre 30 e 35 aulas semanais, o que supera em muito, não só o tempo proposto, como a qualidade da aprendizagem. Temos o programa integral/imersão que propõe experiências e vivências exclusivamente em inglês. Além disso temos aulas extracurriculares de kung fu, jazz, ballet, basquete, vôlei, futebol e cheerleaders (líderes de torcida)" relata a diretora.



A escola também valoriza a educação emocional, inclusive, os materiais utilizados abordam as competências e habilidades socioemocionais previstas na Base Nacional Comum Curricular em seus capítulos dos livros didáticos.

O Colégio CBIC está localizado na Rua Ministro Dilson Funaro 645 - Jardim Britânia, Caraguatatuba – SP. / Site: [colegiocbic.com.br](http://colegiocbic.com.br) / Redes Sociais: @cbiccaragua e @face.cbic

Para finalizar nosso passeio pela educação estaremos em São Sebastião

Juliana Bortholo Rodrigues de Oliveira Conti, Diretora do Colégio São Sebastião nos conta que a escola foi fundada em 2002 e atualmente tem como mantenedora a Cruzeiro do Sul educacional. Com proposta pautada no respeito como indivíduo livre, pensante, capaz, criativo, descobridor do seu espaço, ousando novas descobertas, construindo seus valores, interagindo com o meio e modificando-o. Atualmente a instituição conta com o Ensino Infantil, Fundamental e Médio. Valoriza e estimula o protagonismo, fortalecendo o exercício à cidadania e ações que promovam os valores éticos e morais. Através de aulas inovadoras, a grade inclui inglês, letramento digital, identidade e linguagem, cultura e comunicação, educação financeira, empreendedorismo e projeto de vida.

Sobre educação socioemocional ela responde que muitas são as expectativas relacionadas a esse tema. "A escola preocupa-se muito com a saúde mental dos alunos, realizamos atividades socioemocionais atreladas às atividades das disciplinas de base comum."



"Além disso desenvolvemos projetos para promover a integração, socialização, compartilhamento de conquistas e hábitos saudáveis. Entendemos que as competências artísticas no âmbito socioemocional permitem desenvolver habilidades relacionadas às emoções e a sociabilidade" Juliana complementa.

No Colégio São Sebastião a tecnologia também faz parte do desenvolvimento da proposta. E tornou-se uma ferramenta indispensável, hoje os alunos utilizam dia a dia dos ambientes virtuais de aprendizagem, dos dois sistemas de ensino. Dentro deles temos disponíveis o material digital e recursos para atividades, avaliações, aulas online, entre outros.

Importante ressaltar que além das nossas entrevistadas, todas as cidades do litoral norte dispõem de diferentes tipos de ensino, e quanto mais soubermos sobre cada uma, mais assertivo será na hora de decidir aquela que mais se conecta com a nossa família e os valores em que acreditamos. E o melhor de tudo, temos ótimas opções!

O Colégio São Sebastião está localizado na Rua Agripino José Do Nascimento, 177- Vila Amelia, São Sebastião / Site [www.colegiososebastiao.com.br](http://www.colegiososebastiao.com.br) / Redes Sociais: @colegiososebastiao

## Casa de Saúde Stella Maris comemora 71 anos com nova ala de Urgência, Emergência e Especialidades

POR TATIANE SANTOS

Ao longo de sete décadas, o principal hospital de Caraguatatuba alcançou inúmeras conquistas, se tornando uma instituição reconhecida e respeitada em toda a região. A mais recente foi neste mês de julho, quando o prefeito Aguilar Jr. inaugurou a nova ala de Urgência, Emergência e Avaliação de Especialidades, que contou com recursos municipais. Recentemente, a Unidade de Terapia Intensiva (UTI) passou por reforma, trazendo mais conforto e segurança para os pacientes.

Em parceria com a Prefeitura, o estacionamento do hospital foi totalmente calçado. Além disso, a fachada do Stella Maris foi renovada e a recepção central, agora adaptada, acolhe aos usuários de forma ainda mais confortável.

**Mais conquistas** - Em 2021, foi inaugurado o Centro de Reabilitação Psiquiátrico, com 10 leitos de internação. E, também o Ambulatório de Especialidades destinado a pacientes de convênios credenciados ao hospital e a particulares, que funciona de segunda a sexta, das 8h às 18h, em um prédio anexo ao Stella Maris (Av. Miguel Varlez, 980, Centro, Caraguatatuba).

O Ambulatório oferece consultas médicas nas áreas de anestesiologia, angiologia, cirurgia vascular, urologia, ginecologia e obstetria, neurologia, cirurgia buco maxilo facial, clínica médica, cardiologia, cirurgia geral, gastroenterologia, ortopedia e traumatologia.

Em 2022, o hospital recebeu prêmios importantes, como o Diamante, pelo case de sucesso na gestão por competências no Congresso Internacional de Gestão de Pessoas da Fator RH, Selo Ouro do Ministério da Saúde pelo fluxo de atendimento das gestantes com HIV, em parceria com a SMS de Saúde de Caraguatatuba. Em 2023, foi reconhecido com o selo do Programa de Avaliação de Recursos, considerando a manutenção dos processos de qualidade e a segurança do paciente.

Com os recursos provenientes da Nota Fiscal Paulista, o Stella Maris implementou inúmeras melhorias, como a manutenção corretiva do ar-condicionado do Centro Cirúrgico e da autoclave, aquisição de 15 novos aparelhos de ar-condicionado, confecção de uniformes dos colaboradores, aquisição de enxovais novos para os pacientes, reforma do ambulatório e pintura da fachada da Recepção Central.

**O Hospital** - A Casa de Saúde Stella Maris realiza anualmente cerca de 8.500 internações, 27 mil exames laboratoriais, 5.200 cirurgias, mais de 2.000 partos, 14.400 consultas ambulatoriais, quase 40 mil exames diagnósticos e 16.800 atendimentos no pronto atendimento.

Atualmente, disponibiliza 162 leitos para internação clínica e cirúrgica, além de 10 leitos de UTI Adulto e 11 leitos de UTI neonatal.

A instituição, que é referência em Maternidade de Alto Risco e UTI Neonatal no Litoral Norte, bem como em traumatologia-ortopedia (atendimento a pacientes acidentados) e Cirurgia Geral, atende pacientes do SUS, de convênios e particulares.

Administrada pelo Instituto das Pequenas Missionárias de Maria Imaculada, a Casa de Saúde Stella Maris atende pacientes de convênios médicos, particulares e SUS, assegurando que todos recebam a atenção necessária. Saiba mais [www.stellamaris.org.br](http://www.stellamaris.org.br).



# LITORAL EM PAUTA

[www.litoralempauta.com.br](http://www.litoralempauta.com.br)

Envie sua sugestão de pauta

(12) 99766-6708

## O Portal que só dá notícia positiva do Litoral Norte!



Semeando um futuro de qualidade!

ENSINO INTEGRAL  
FUNDAMENTAL E INFANTIL

nsino  
3 I N  
200  
cnol  
UCAO



gentecom.com.br

 R. Santos Dumont, 203 - Centro  
R. Ilha Bela, 239 - Sumaré  
 (12) 3881-1437 e 3882-3563  
  educacionalpaideia



# Bem-Estar no Litoral

POR DANIELE MURILLO

O Litoral Norte de São Paulo é um lugar que proporciona qualidade de vida tanto aos seus moradores quanto aos profissionais que atuam na região. Com uma infraestrutura completa e um ambiente natural exuberante, essa região é um verdadeiro paraíso para quem busca bem-estar físico e mental. Localizado a poucos quilômetros da capital paulista, a região oferece uma grande variedade de serviços e opções de lazer. Para os moradores, aqui é um lugar ideal para se viver em harmonia com a natureza.

Com uma infraestrutura completa, que inclui escolas, hospitais e serviços de segurança, a região oferece alta qualidade de vida, o que naturalmente favorece uma vida mais saudável e feliz. Já para os profissionais que aqui atuam, o Litoral Norte oferece um ambiente de trabalho diferenciado e com oportunidades em diversos setores, como turismo, comércio e serviços, principalmente aqueles relacionados à saúde e bem-estar.

**O Bem-Estar Reside Aqui** - O Setor do bem-estar físico e emocional é amplo e inovador em todo o litoral norte paulista, prova disso são os inúmeros atendimentos e procedimentos que podem ser realizados por aqui. Conversamos com alguns profissionais da região, eles trouxeram alguns pontos importantes sobre saúde e bem estar e ainda um relato emocionante sobre a transformação de vida de uma cliente.

Nosso primeiro entrevistado é **Alexandre Marques**, ele é nutricionista voltado para performance esportiva e estética e atende seus alunos no Studio Connect, localizado em Caraguatatuba e também de maneira online. Começando pela saúde básica, pedimos para ele nos explicar sobre a importância de uma alimentação saudável;



“Energia e vitalidade: Uma alimentação adequada fornece a energia necessária para as atividades diárias, ajudando a combater a fadiga e melhorando a disposição. Na saúde física, ajuda a prevenir doenças, favorece o controle de peso, as funções cognitivas, como a memória e a concentração, além do impacto significativo na saúde mental!” responde o nutricionista.

Também perguntamos a ele sobre a influência da alimentação na saúde emocional e o nutricionista complementa que “ter uma alimentação inadequada acaba afetando a produção e as funções de alguns neurotransmissores responsáveis pelo bem estar emocional.” É tudo um ciclo perfeito, cuidando primeiro do básico, como alimentação e hidratação.



Com vasta experiência profissional na área, quem também conversou com a nossa redação foi a Nutricionista e Sexóloga, **Patricia Oliveira**. Ela trabalha com saúde da mulher, adequando a alimentação ao seu ciclo e aos seus hormônios.

Patricia atua presencialmente em SP, Caraguatatuba e também de forma online. Seus atendimentos são voltados para programas nutricionais, desafios e grupos de emagrecimento, palestras para empresas, cursos e vivências do sagrado feminino e sexologia. Uma das perguntas que fizemos à Patricia foi sobre os principais desafios enfrentados pelos pacientes que decidem fazer uma reeducação alimentar;

Patricia responde: “O desafio é trabalhar o comportamento alimentar, não basta ter apenas um cardápio. Em um mundo que as pessoas tem tanto acesso a informações, temos 60% da população brasileira com alteração de peso e que não sai do ciclo da dieta. O ideal é trabalhar gatilhos, sabotadores, que atrapalham o comer bem e ter estratégias para lidar com isso para um resultado eficaz. Reeducação alimentar tem que ser adequada a cada um, ser única, respeitando o seu ritmo de vida e acima de tudo, prazerosa, valendo até comer pizza e hambúrguer. A ideia é reconhecer seus limites fisiológicos, respeitando seu corpo e o equilíbrio alimentar.”

**Outra questão importante é a relação entre a vida sexual saudável e o bem-estar emocional**

- Patricia nos fala sobre o tema e explica que em 2006 “a OMS sinalizou a sexualidade como parte integrante e fundamental da vida dos indivíduos, de forma que ela contribui com a identidade pessoal e para o equilíbrio físico e psicológico. Logo, a sexualidade não é apenas sexo, é um pulso de vida, que move sua energia para as relações pessoais e interpessoais, para a criatividade. A sexualidade influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental” conclui a sexóloga.

**Saúde integral através da natureza e autocuidamento**

- O maior diferencial em estar no litoral são as opções em meio a natureza. Para salientar esta importância fomos conhecer um pouco a respeito do Templo do Ser. Localizado em Ilhabela, o lugar já existe há seis anos e trabalha com pacotes e grupos que realizam retiros repletos de atividades voltados à saúde física e emocional. Quem nos conta sobre a proposta do local é Jennifer Guaraldi, uma das terapeutas do Templo.

A terapeuta fala que a proposta principal do

Templo é ser um espaço de aprimoramento da consciência: “Quando a pessoa reconhece o seu corpo como um lugar seguro e saudável pra se viver, esta é a nossa intenção. Que cada um que chegue até aqui possa entrar em contato com este lugar, que é muito íntimo e singular também, que vai de pessoa para pessoa. Onde ela se aproxima daquilo que traz segurança e tranquilidade.”

Para completar, ela fala da importância do autoconhecimento neste processo “onde cada pessoa pode se descobrir como sendo o templo do próprio ser”. Sobre as atividades mais procuradas ela relata que são os retiros, as chamadas experiências de imersão, onde a pessoa vem se hospedar em um contexto onde vai receber cuidados desde a hora em que chega, até a hora de ir embora. Os pacotes incluem alimentação, acomodação, práticas como Yoga, meditação e dança intuitiva, entre outros. Cercados pela mata atlântica, os participantes dos retiros desfrutam de todos estes cuidados e ainda contam com todos os benefícios da proximidade com a natureza. É um combo completo de autoamor!

**Autoestima e o Bem-Estar** - Quando se trata de autoestima não podemos esquecer o quanto a questão estética afeta a autoimagem das pessoas. Para falar deste assunto tão delicado e corriqueiro, principalmente para as mulheres, a Fisioterapeuta e Esteticista **Alessandra Mara Maz-zochi** nos contou um pouco da sua história e um emocionante relato de uma cliente que teve sua vida transformada a partir dos novos cuidados.



Natural de Bragança Paulista, SP, Alessandra reside em São Sebastião desde 2011. Sua paixão por esta área vem desde criança, ela conta que gostava de cuidar de si e do próximo. Após se formar em fisioterapia e atuar com alguns pacientes, ela foi se aperfeiçoando em outras áreas como pilates, RPG e Drenagem. Acabou se encantando pela estética e desde então segue se especializando. Há 15 anos neste mercado, Alessandra explica que “A Estética é uma forma de cuidar das pessoas, porque a beleza, ela vem de dentro pra fora. O profissional cuida do paciente de forma global não apenas o exterior.”

Alessandra trabalha com a Estética Integrativa que une corpo, mente e espírito. Emocionada ela fala: “É fantástico. Eu amo o meu trabalho, amo o que eu faço”.

**Vida transformada pelo autocuidado** - Perguntamos a esteticista Alessandra sobre as histórias de transformações de suas clientes e ela nos conta com muita alegria sobre uma de suas pacientes, Edineide Santana, que procurou a clínica pois não estava satisfeita com o seu corpo. Conforme os atendimentos foram avançando, ela foi sendo orientada a realizar outras ações que resultaram em um processo de perda de peso, ganho de autoestima e consciência da importância de aliar uma terapia ao todo. Ao final do tratamento ela passou do manequim 44 ao 38 e hoje está muito mais feliz em todas as áreas da sua vida.

Alinhada com os cuidados da natureza local, Alessandra adotou produtos veganos e naturais desde 2020. Um grande diferencial da clínica que opta por uma estética livre de química. É possível realizar de massagem relaxante à Crioescultura, que se trata de harmonização corporal através da Criolipólise, que faz o congelamento da gordura localizada e também trata a flacidez de pele e celulite. Um dos preferidos pelas clientes. Aqui no Litoral Norte tem tudo isso e muito mais! Profissionais renomados em prol do seu bem-estar, cuide-se e seja Feliz!



## Semana Internacional de Vela de Ilhabela um esporte, cultura e lazer

POR **ELIPE RIELA**

A 50ª edição da Semana Internacional de Vela de Ilhabela ocorre de 22 a 30/07, no Yacht Club. O evento é considerado o maior encontro da modalidade na América Latina! Reúne competidores e amantes do esporte em uma celebração da cultura náutica. A competição tradicional, realizada desde os anos 1970, atrai velejadores de renome mundial, entre eles campeões olímpicos, mundiais e pan-americanos, além de formar a nova geração do esporte. Esta edição, da Semana Internacional de Vela, conta com as classes HPE30, ORC, Clássicos, C30, RGS, BRA-RGS, Bico de Broa, Multicascos, VPRS e HPE25.

Os mais de 100 barcos esperados para as regatas participam de provas em percursos variados. Além das disputas, o evento conta com uma série de atividades culturais e so-

ciais dentro e fora do Yacht Club, como shows, exposições e palestras. O evento é ao mesmo tempo esportivo e cultural, além de promover encontro de gerações. Durante a iniciativa encontra-se ídolos do esporte, velejadores de várias idades e com experiência em diferentes níveis e tipos de barco. Pode-se ver gente que corre em veleiros super simples, de classes olímpicas e, até barcos de alta-tecnologia.

A diretora de Eventos da Secretaria de Turismo de Ilhabela, Clara Viebig, contou que "durante a Semana Internacional de Vela e de Monotipos, a Prefeitura oferece até o dia 29/07, na Praça de Eventos, na Vila, no centro histórico, diversas atrações abertas ao público. São stands de 'Parede de Escalada; Tanque de Mergulho; Exposições de fotos e barcos; Área Kids; Dj's, e shows". Acesse [ilhabela.sp.gov.br](http://ilhabela.sp.gov.br) e confira detalhes da programação.

## Calendário de eventos de Julho a Outubro de 2023 no Litoral Norte

### CARAGUÁ

#### JULHO

**14/07 a 06/08** - Festa da Paróquia Nossa Senhora da Glória  
**27** - Abertura Oficial do Caraguá a Gosto  
**29 e 30** - Arena Freestyle Show no Serramar Shopping

#### AGOSTO

**01/08 a 10/09** - Caraguá a Gosto  
**04 a 06** - 2º Festival de Vela de Caraguá  
**12** - Festival de Artes Marciais  
**17 a 19** - 5º AVIVA Caraguá  
**26 e 27** - Esquenta Caraguá  
**27** - Caraguá Extreme Fest Rock

#### SETEMBRO

Líquida Caraguá\*  
**01 a 03** - Open Cocanha de Beach Tennis  
**14 a 17** - 5º Festival de Food Truck  
**18** - Encerramento do Caraguá a Gosto  
**23** - MMA Brazil Internacional Tour  
**23 e 24** - Aloha Spirit  
**23 e 24** - Festa das Nações  
**30** - Forró de Todos

#### OUTUBRO

**05 a 08** - 6º Caraguá Beer Festival  
**06 a 08** - 43ª Exposição de Orquídeas de Caraguá  
**08** - Etapa do Circuito de Corrida de Rua  
**12** - Festa de Dia das Crianças

### UBATUBA

#### JULHO

**29 a 30** - 3ª edição Circuito Filipe Toledo Kids On  
**31** - O Menor Forró do Mundo

#### AGOSTO

**01 a 03/09** - 14º Festival Gastronômico de Ubatuba  
**06** - Dia do Bom Jesus Da Ilha Anchieta  
**04 a 06** - 2ª Edição do Dia do Disco  
**17 a 19** - 3º Encontro de Ecoturismo de Ubatuba  
**18 a 20** - 16º Festival da Cultura Popular Caiçarada  
**19** - Slam Independente

#### SETEMBRO

**09** - Slam Independente  
**14** - Paz de Iperoig  
**16** - 8º Ano do Grito de Maria  
**17** - Dia Mundial da Limpeza das Praias

#### OUTUBRO

**20** - 19º Salão de Artes Visuais  
**20 a 27** - Festejo de Nossa Senhora do Rosário dos Homens Pretos  
**21** - Slam Independente  
**27/10 a 05/11** - 34ª Feira das Nações  
**28** - Aniversário de Ubatuba



### SÃO SEBASTIÃO

#### JULHO

**28 a 30** - Festival Gastronômico Projeto Buscapé, em Camburi  
**28 a 30** - Festa Julina Das Cigarras  
**30** - Circuito Mares, em Toque-Toque Pequeno

#### AGOSTO

**05 e 06** - Dia Municipal Do Hip-Hop, no centro  
**05 e 06** - Regional de Jiu Jitsu, no "Gringão"  
**10 a 13** - Festival Da Cultura Japonesa, no centro  
**10 a 13** - Festival Da Cultura Japonesa, em Boiçucanga  
**17** - Cultura Tradicional Prêmio "Mestres Da Cultura Viva", no centro  
**18 a 20** - Festival De Rua Do Folclore, no centro, e em Boiçucanga  
**26 e 27** - III Sebastianense De Vôlei, no "Gringão", Varadouro

#### SETEMBRO

**02 e 03** - Toof Torneio de Beach Tennis, em Maresias  
**07** - Desfiles Cívicos da Independência, no centro  
**07 a 17** - Festa de Santa Rosa de Lima, em Jaraguá  
**14 a 17** - Festival Brasileiro, no centro, e em Boiçucanga  
**15** - Festival Tecendo as Águas, no bairro São Francisco  
**30** - Luau Good Vibes, em Boiçucanga

#### OUTUBRO

**05 a 08** - Festival Americano, no centro, e em Boiçucanga  
**07 a 12** - Caravana de Arte e Cultura 'Dia das Crianças', descentralizado  
**12** - Torneio de canoagem, em Toque-toque pequeno  
**14 a 16** - Torneio de Vôlei de Praia, na Praia Grande



### ILHABELA

#### AGOSTO

**03/08 a 10/09** - Festival do Camarão  
**03 a 06 e 10 a 13** - Boteco do Camarão  
3ª etapa circuito futevôlei\*  
Torneio de Beach Tennis\*  
Etapa de Ranking - Campeonato Paulista de Optimis\*  
Regata do Camarão\*  
Crossfit\*

#### SETEMBRO

**2 a 10** - Aniversário da Cidade  
**16** - Revezamento KTR  
**18 a 24** - Ilhabela Bird Week  
**22 a 24** - Festival de Balé Dança e Movimento  
**23 e 24** - Ranking EVI: etapa "Márcio dos Reis Oliveira"  
**24** - 2ª Etapa Circuito Mares  
**29/09 a 01/10** - Flashback

#### OUTUBRO

**06 a 08** - Festival da Banana  
**12** - Festa das Crianças  
**12 a 15** - Festa da Padroeira do Brasil



\*Até o fechamento desta edição, não recebemos algumas datas, horários e locais dos eventos citados.



# Hipnose Pode transformar sua vida!

Com mais de 19 formações em hipnose, nacionais e internacionais, o profissional Ricardo Giovanelli fala sobre o assunto.

POR DANIELE MURILLO

A Hipnoterapia é uma técnica terapêutica que utiliza a hipnose para acessar o subconsciente do paciente, e assim, ajudá-lo a alcançar seus objetivos, superar traumas emocionais, ansiedade, vícios, melhorar a autoestima, entre outras tantas possibilidades. Quem nos fala com propriedade sobre o assunto é o profissional Ricardo Giovanelli, de 44 anos, casado e pai de três filhos. Em seu currículo, Ricardo contabiliza inúmeros cursos e formações em instituições renomadas. Recentemente, ele foi eleito “Melhor Psicoterapeuta e Hipnoterapeuta” de Caraguá/23 pela empresa Privilege Pesquisas.

Em sua trajetória ele fala que “sempre foi um fã do desenvolvimento pessoal e que, mesmo sem conhecer as técnicas, já praticava muitas coisas do poder da mente e da lei da atração em sua vida”. Trabalhador desde muito pequeno, 12 anos, logo após o falecimento do pai começou a ajudar a sua mãe em uma floricultura, e com 19 anos já era empreendedor autônomo. Em um dos lugares que trabalhou acabou tendo contato com a questão do desenvolvimento pessoal através dos treinamentos de vendas da empresa e sempre sentiu uma conexão direta com esta área.

Atuando em Caraguá há 6 anos, antes, Ricardo trabalhava online como trader, mas acabou descobrindo que passar dias no quarto, analisando planilhas e gráficos, atrapalhava a sua saúde física e emocional. A partir de uma

questão que afetava todos os seus relacionamentos, inclusive com familiares, ele decidiu parar de trabalhar nesta área e mudar de vida. Logo após, um amigo o convidou para ser consultor de empresa e ele conta que aceitou, porém antes, resolveu que precisava “se atualizar” no desenvolvimento pessoal e para tal fez uma formação de Coach, há sete anos atrás. E conclui: “Desde aquele curso a minha mente abriu de uma forma diferente e então na sequência acabei fazendo outra formação profissional em PNL (Programação Neurolinguística)”.

Ricardo começou sua carreira com diversas formações na área de Coach, chegando a atender diversos clientes em São Paulo. Atualmente atende como Psicoterapeuta e Hipnoterapeuta e além dos mais de 19 títulos dentro da hipnose, ele também é Especialista Emocional formado pela sociedade brasileira de Inteligência Emocional, Master em Programação Neurolinguística, Analista Perfil Comportamental – DISC, Analista de Neurometria, Trainer e Palestrante, e coautor do livro ‘Manual Completo do Empreendedorismo e Coaching e Liderança’.

A partir de todo o conhecimento adquirido, Ricardo Giovanelli desenvolveu sua própria metodologia, e nos conta que o seu atendimento consiste em três etapas. Na primeira, chamada de “Mapeamento Emocional”, como em um processo de anamnese, ele vai conhecer um pouco da história do paciente e mapear os acontecimentos. Já na segunda

etapa acontece o “Fortalecimento Emocional”, já introduzindo a hipnose de maneira a fortalecer as emoções e enfraquecer as dores, e na terceira etapa acontece a “Ressignificação das dores emocionais”.

Sobre como funciona a Hipnose: O profissional exemplifica “hipnose é um procedimento que, através da indução de um estado profundo de relaxamento, através da respiração profunda e do relaxamento muscular progressivo, permite a pessoa acessar conteúdos internos que em estado de vigília, um estado de consciência alterado, ampliando assim a consciência sobre si e sobre o seu estado psíquico e emocional, deste modo essa técnica caracteriza-se pela obtenção de resultados rápidos e assertivos”

Giovanelli ainda finaliza: “Hipnose é uma técnica onde trabalhamos e vamos fundo nas emoções, tendo acesso ao subconsciente, que na verdade, é aonde estão as respostas. Coisas que nos aconteceram na infância, uma situação de abandono talvez, acabou criando uma realidade na sua mente, e a partir da hipnose, conseguimos ressignificar a sua visão e sentimento sobre aquele acontecimento, e então liberar estas emoções, de forma que existe uma grande mudança de consciência e de postura na vida da pessoa.” É um processo com início, meio e fim, onde vamos tratar a causa e dar um novo olhar para aquela situação.

Ricardo salienta que mesmo com tantos títulos e anos de experiência na área da Hipnose, segue estudando e se atualizando sempre que possível, inclusive fora do Brasil. Ele reconhece a importância de seguir aprendendo sobre uma área de conhecimento tão potente e que, a cada dia evidencia novos e ótimos resultados, e também enfatiza que um dos pontos importantes para quem deseja experimentar o Hipnose Terapêutica é acreditar no procedimento.

O tratamento Hipnoterapêutico pode ser realizado para diversas situações como: regressão, depressão, ansiedade, fobias, doenças psicossomáticas, traumas emocionais, perdão, compulsão e ainda para fechamento de ciclos. Ricardo realiza atendimentos individuais, para casais e também faz Exame de Neurometria.

**Serviço:** Ricardo Giovanelli Psicoterapeuta e Hipnoterapeuta / 12 - 99702-3010. Localizado na Av. Frei Pacifico Wagner, 1035, loja 04 – Centro, Caraguatubá – SP. Instagram: @ricardogiovanelliterapeuta. Facebook: www.facebook.com/ricardogiovanelliterapeuta. Youtube: Ricardo Giovanelli - Psicoterapeuta Hipnoterapeuta

(Informe publicitário)





# Caraguá e São Sebastião ganham Mercadão!

POR BRUNA BRITI E FELIPE RIELA

O 'Mercadão Shopping Caraguá', iniciativa privada, está previsto para ser inaugurado em setembro! Já o 'Mercadão' de São Sebastião, iniciativa municipal, ficará ao lado da Prefeitura e o projeto da obra está em estágio avançado.

O 'Mercadão Shopping' fica em ótima localização, no Centro de Caraguá, na Rua Sebastião Mariano Nepomuceno, em frente a Caixa Econômica Federal, na antiga sede da EDP. Ainda há espaços disponíveis para aluguéis de açougue, padaria, peixaria, lojas e afins. Os interessados podem ligar no (12) 3882-1322 e

obter mais informações na Caraguá Imóveis.



Serão 40 lojas, 10 boxes e 7 bancas de feira alugadas para todo tipo de comércio no Mercadão de Caraguá que já gerou cerca de 300 empregos diretos e indiretos. O local conta com estacionamento interno e funcionará todos os dias, sendo um ponto comercial de destaque no município. Este é o mais um empreendimento de Said Jorge que tem 'Free Shopping' em Campinas e Matão, no Distrito de Sumaré, além do parque aquático 'Caraguá Beach Park' que fica no bairro Massaguaçu, em Caraguá, proporcionando diversão integrada à natureza. "O Mercadão faz parte da cultura popular e já está contribuindo com o crescimento econômico regional", ressaltou.



**Serviço:** Para alugar as lojas, boxes ou bancas de feiras do 'Mercadão Shopping Caraguá' os interessados podem ir diretamente no local, das 8h às 16h, ou entrar em contato com o telefone (12) 3882-1322 na Caraguá Imóveis. Para saber mais do Mercadão de São Sebastião, acesse: [www.saosebastiao.sp.gov.br](http://www.saosebastiao.sp.gov.br).

**Mercadão de São Sebastião** – Terá 24 boxes com depósito de apoio e mais 4 boxes abertos. Ainda sem data para ser inaugurado, o Mercadão está sendo construído em uma área de cerca de 1.700 metros quadrados. O local público de São Sebastião, também terá área administrativa e serviços, incluindo um amplo deck. Esta construção tem como objetivo fortalecer o comércio local, beneficiar os agricultores e oferecer mais opções aos consumidores, segundo o prefeito, Felipe Augusto.



## Mercadão Shopping CARAGUÁ

**Vem ver seu negócio crescer com a gente!**

- 40 Lojas
- 10 Boxes
- 7 Bancas de Feira

**R. SEBASTIÃO MARIANO NEPOMUCENO,**  
416, CENTRO DE CARAGUÁ



\*ANTIGA SEDE DA EDP

**RESERVE SEU ESPAÇO JÁ**

**(12) 3882-1322**



# Casa Mundo 'Sabores e Saberes'

Um espaço para muitos espaços! Nele, você encontra uma excelente Gastronomia; Bar; Livraria; Loja Comunitária; Terapias diversas e Eventos para todos os gostos.

POR BRUNA BRITI E FELIPE RIELA

Adentrar em um universo de sensações, onde gastronomia, cultura, arte e desenvolvimento humano se fundem em uma proposta singular. Essa é a Casa Mundo, um empreendimento que vai muito além de um simples espaço físico. Na Casa Mundo, acredita-se verdadeiramente que oferecer experiências sensoriais singulares é uma forma humana e amorosa de fazer a revolução. Uma revolução do afeto, das conexões e das relações sinceras e verdadeiras.

O convite para mergulhar em um ambiente integrado permite ao público acessar um restaurante, café, livraria, loja colaborativa e salas de terapeutas. Cada cantinho da Casa Mundo é cuidadosamente pensado para proporcionar momentos especiais e enriquecedores. É a possibilidade de ser um apreciador da boa gastronomia, um amante da literatura e um buscador de bem-estar. Para todas as necessidades, algo único é oferecido.

O restaurante Casa Mundo convida todos a embarcarem em uma viagem pelos sentidos. Aromas, sabores e texturas se misturam para promover uma experiência gastronômica inigualável. Seguindo o movimento "Comer Intuitivo", valoriza-se a relação saudável com a alimentação, o corpo, a mente e as emoções. Prioriza-se produtores locais, estimulando uma cadeia sustentável e oferecendo variedade, qualidade e compromisso em seu cardápio. Todos os pratos são preparados com profissionalismo e alegria genuína, transmitindo carinho e cuidado a cada degustação. Sem contar que eles são da autoria de um chef com experiência internacional!

Para os amantes de café, na Casa Mundo é possível encontrar um espaço aconchegante e permeado de vibrações positivas. A carta diver-

sificada de bebidas quentes e geladas, à base de café tratado com reverência, encanta os paladares mais exigentes. A seleção especial de doces e salgados guarda experiências incríveis, traduzidas em doçura e afeto. Cada receita é um convite para embarcar em uma viagem nostálgica, repleta de saudades e releituras das novas gerações. Além disso, destaca-se a valorização do trabalho de um grupo de mulheres responsáveis por toda a cadeia do café, desde o plantio, a colheita, a embalagem até a própria gestão.

Para quem gosta de ser surpreendido(a), há também uma loja colaborativa, um verdadeiro tesouro! Uma janela aberta para o mundo. Neste espaço, artistas e artesãos se reúnem, promovendo uma comunidade única, ética, consciente e justa. Acredita-se na compaixão e empatia como pilares para construir um novo mundo. Cada produto adquirido carrega consigo a história e o trabalho de mãos que sobrevivem, respeitando culturas e comunidades diversas. Ao comprar um produto da Loja Colaborativa da Casa Mundo, o cliente se torna parte dessa grande rede do bem, protagonista de uma transformação que impacta positivamente vidas e comunidades.

A livraria Casa Mundo é um verdadeiro paraíso para os amantes de livros. É um espaço dedicado às letras e às palavras, onde os sonhos se tornam realidade, os heróis se misturam com os vilões e personagens ganham vida para inspirar. A curadoria seleciona os melhores autores e títulos, proporcionando uma experiência enriquecedora. Valorizam-se as preferências dos visitantes e buscam trazer os livros dos sonhos para cada um. Além disso, a livraria é um espaço de convivência dinâmico, com uma programação de eventos literários riquíssima.

Na Casa Mundo, acredita-se na importância de promover transformações pessoais e profissio-

nais. Por isso as pessoas têm, ao seu dispor, uma ampla gama de terapias integrativas, oficinas, cursos, vivências e atividades que promovem o bem-estar e cuidam da evolução de cada indivíduo. Os profissionais, experientes e dedicados, realizam atendimentos terapêuticos com a filosofia da Casa Mundo, permitindo que os visitantes se entreguem às melhores sensações. Além disso, em parceria com a Escola Humana de Vida e Negócios, são oferecidos cursos, workshops, palestras e vivências que desenvolvem o potencial máximo e cuidam da prosperidade do negócio, sempre com um olhar humanizado e alinhados às modernas abordagens de gestão.

A Casa Mundo é mais do que um empreendimento, é um convite para viver experiências únicas e transformadoras, uma oportunidade imperdível para quem é de Caraguatatuba ou está passeando na região! Ah, e pode levar as crianças, que tem Espaço Kids para elas se divertirem à vontade, além dos pets que também são muito bem vindos! E você pode usufruir de tudo isso com comodidade e segurança, já que a Casa conta com estacionamento próprio no local. Agora é só ir e se encantar!



# Maíza Gaspar

## vive período de progressão de carreira

POR BRUNA BRITI E FELIPE RIELA

A história de Maiza Aparecida Gaspar tem todos os ingredientes para inspirar e fascinar qualquer leitor. Caiçara raiz, ela 'estreou' ao mundo em 1964, em Caraguá, cidade em que vive e ama! Ela, a primeira filha de Elídio Pedro Gaspar e de Amélia da Silva Gaspar, se tornou uma mulher forte ao lidar com suas próprias dificuldades com uma vivacidade que resplandece quando ela fala a respeito, e ela fala! E quando ela fala, seus olhos brilham e, quando sorri, é genuíno, dá para sentir que ela é uma revolucionária de si mesma! Assim, ela cresceu e cresce, é uma buscadora de si. Encontrando caminhos diversos ela faz questão de compartilhar o que aprende, pois sua busca permeia toda a vida que por ela é compartilhada.

Maiza, lapidou um diamante dentro de si: seu livro publicado, "O Coração é Sua Essência Onde Você Enterrou o Seu?", ou o "Coração Valente", título que a inspirou a falar de suas experiências, que são inúmeras... Como mulher, filha, profissional, mãe, estudante... São muitos pa-



péis sociais que ela já desempenhou, mas sua grande descoberta foi encarar o pior ano de sua vida e buscar inteiramente sua felicidade. Em seu livro ela narra suas experiências, pois tornou-se protagonista de sua pró-

*A amante da vida e uma eterna aprendiz da felicidade, a escritora Maiza está em busca sempre de ampliar suas oportunidades, e assim ajudar os outros em suas buscas pessoais.*

pria história e segue ao encorajar outras pessoas a fazer o mesmo. O livro completa um ano, já contou com 3 lançamentos e está em sua 2 edição, que inclusive, carrega o título "Coração Valente" nome original do projeto e que a inspirou escrever sobre sua vida pessoal servindo de aprendizado para tantos leitores que como Maiza deseja uma vida plena!

Ela é caiçara e, talvez por isso mesmo, pelo seu amor pelo mar, pela grandeza do mar, ela foi em busca de respostas para sua voz interior. Esse movimento interno expandiu-se de seu coração e a levou para outros lugares, paisagens e países. Mas para que tudo isto acontecesse muita 'água rolou' antes. Ela já viajou muito, abordando questões holísticas e, na eterna busca da cura da alma, desenvolveu ferramentas próprias, apesar de iniciar-se em vários segmentos como Reiki, Karuna, Mahikari, Cura Andina, Coach, estudante e praticante do Tarot Terapêutico. Vamos pincelar um pouco de sua trajetória?

A escritora graduou-se em Direito em 1989, e não parou de estudar. Com uma pós-graduação em Direito Processual Civil, em 2000, pós-graduação e extensão em Direito ambiental pelo Ibpx, em 2007, Mestrado em Meio Ambiente pela UniCastelo, em 2016, e doutoranda em Ciências Sociais pela UMSA. Maiza atuou como advogada até o ano de 2009, quando ingressou no serviço público como procuradora jurídica na Prefeitura Municipal de Caraguatatuba. Prestou assessoria jurídica a diversas entidades, entre elas a Associação Comercial e Empresarial da cidade, a Caraguaprev (Instituto de Previdência),



e também junto a Fundac (Fundação Educacional e Cultural) onde tomou o gosto pela arte e cultura de forma mais acentuada.

Sempre movida a ajudar o próximo, foi presidente da Casa da Criança e da Fraternidade Feminina Maria Meira, onde exercitou o desejo de fortalecer as bases familiares, despertando para auxiliar cada vez mais as pessoas. Especializou-se em questões habitacionais, regularização fundiária e licenciamento ambiental, atuando em diversas áreas no Poder Público, estando à frente da chefia de Assuntos Jurídicos, o que lhe permitiu acessar um vasto conhecimento.

Atualmente, ela continua expandindo seus horizontes. Ela já trabalhou seu livro em 3 lançamentos, e nos eventos falou sobre sua jornada como escritora e amante das terapias holísticas. Seu livro pode ser adquirido por meio do instagram onde ela aproveita para espalhar sementes de autoconhecimento em @maizagaspar (Informe publicitário)



AQUI VOCÊ  
ENCONTRA SUA  
CASA DOS SONHOS



Casa moderna na  
Praia das Palmeiras  
R\$ 950.000,00



Casa em condomínio fechado  
no Massaguaçu  
R\$ 2.600.000,00

# IMÓVEIS PREMIUM PARA VENDA



Pousada - Bairro Maranduba  
em Ubatuba  
R\$ 1.950.000,00



Casa - Bairro do  
Pontal Santa Marina  
R\$ 1.680.000,00



Apartamento frente mar  
região central  
R\$ 750.000,00



Casa frente mar com praia  
particular na Martim de Sá  
R\$ 1.350.000,00



Casa condomínio fechado  
com vista para o mar  
R\$ 5.000.000,00



Casa - Bairro do  
Capricórnio I  
R\$ 1.300.000,00



**CARAGUÁ**  
IMÓVEIS  
CRECI 1411-J

**HÁ 51 ANOS  
CRESCENDO  
COM CARAGUÁ**

☎ 12 3882-1322  
☎ 12 99724-3305  
12 99736-3821  
12 97811-2090 (Plantão)

🌐 [www.caraguaimoveis.com.br](http://www.caraguaimoveis.com.br) @ caraguaimoveis f ImobiliariaCaragua



# Caraguá A Gosto: Festival que revela riqueza e diversidade gastronômica da região

*Evento que movimenta a cidade fora da temporada ganha maioridade. A novidade deste ano é que o concurso inclui pratos veganos e vegetarianos. Confira na matéria a lista de todos os estabelecimentos participantes, além das histórias de alguns empreendimentos participantes!*

POR FELIPE RIELA E DANIELE MURILLO

O Caraguá a Gosto acontece de 1º do mês que dá nome ao evento e segue até 10 de setembro. Em sua 18ª edição, é considerado um dos maiores Festivais de Gastronomia do Litoral Norte. Segundo a Prefeitura de Caraguatuba, são 65 estabelecimentos participando e mais de 130 pratos para saborear, tendo como novidade, a culinária saudável, que inclui pratos veganos ou vegetarianos. A competição é dividida em 11 categorias: Carnes e Aves; Petiscos; Culinária Internacional; Frutos do Mar; Lanches Artesanais; Pizzas; Sobremesas Frias; Confeitaria; Café e Culinária Caiçara. Os pratos são vendidos nos formatos presencial, delivery e drive-thru.

O Festival sempre muito aguardado, movimenta o comércio local. Aliás, são os próprios consumidores que elegem os melhores estabelecimentos por meio de critérios como: Criatividade; Apresentação; Sabor; Serviço da Casa e Atendimento do Garçom. Em 2022 o concurso somou 21.229 votos válidos, em apuração realizada pela ACEC, atraindo clientes vindos de mais de 120 municípios de 16 Estados brasileiros. Agora, vamos conhecer a trajetória de 2 destes comércios que estão na 18ª edição do Caraguá A Gosto: o 'Batatuba', que foi um dos vencedores na edição de 2022; e o 'Kintal do Marquinhos', que também coleciona prêmios no Festival.

**Batatuba completa 14 anos em agosto** - Fundado por Alan Fonseca, 45 anos, que tem 'veia empreendedora', e sua esposa, Mariana

da Conceição Oliveira, 42 anos, a ideia original de criar um local para servir batatas surgiu em um barzinho em Salesópolis, onde viviam. O casal sócio proprietários do Batatuba, conheciam o litoral como turistas, até decidirem vir para Caraguá, e explorarem o nicho das batatas recheadas. Hoje, o restaurante proporciona ao cliente uma variedade de pratos: são quase 30 sabores de batatas e panquecas, tem os acompanhamentos, pratos diversos com aquela 'comidinha fresca', e ainda funciona delivery.



nosso próprio caminho e viver experiências novas. Mudamos de Salesópolis e estamos em Caraguá há quase 14 anos e amamos. Temos um filho, o Bruno, de 16 anos, e uma filha, a Lorena, de 10 anos", conta Mariana.

O Batatuba já entrou para o roteiro gastronômico da cidade, inclusive já passou por um dos maiores empreendimentos de Caraguá, o Serramar Shopping, em 2013, onde ficou por oito anos, até a pandemia. "Foi um período difícil, e serviu para aprimorar ainda mais nosso atendimento e qualidade. Em-

prender tem seus altos e baixos. Faz parte do crescimento, nos reinventarmos o que é muito bom", revela Mariana que hoje tem 12 colaboradores, e disse que já chegou a gerar 20 empregos diretos.

O casal mantém o restaurante em ótima localização, garantindo qualidade. Segundo Alan, "esse é o principal diferencial do Batatuba. Nosso foco sempre foi atender a população de Caraguá que nos abraçou desde que chegamos, mesmo atendendo também os turistas, entendemos que nosso público é o pessoal do dia a dia que temos a satisfação de alimentar com os melhores e variados sabores".

Sobre a participação desde 2017, quando venceram o Caraguá A Gosto, eles concordaram, "é uma oportunidade de divulgar o restaurante e atrair novos clientes. Para este ano, estamos elaborando dois pratos, o evento nos estimula criativamente e isto é positivo para nós e para o comércio em geral". A veia empreendedora do casal não para,

eles estão finalizando o novo projeto, de vender massas congeladas caseiras, facilitando assim, a vida daqueles que gostam do sabor de 'comida de casa' sem ter que cozinhar. "Aprendemos que empreender é um constante desafio. Estamos felizes com a trajetória que construímos até aqui. Continuamos motivados a oferecer aos nossos clientes uma experiência gastronômica única, com muito sabor e qualidade", finalizou Mariana. O Batatuba fica na Praça Dr. Diógenes Ribeiro de Lima, 249, Centro, aberto todos os dias (exceto terças-feiras), a partir das 11h até 23h, e delivery das 11h às 22h.

**Trajетória de sucesso do Kintal do Marquinhos** - É um restaurante que se tornou um grande sucesso e começou de forma modesta, com um quiosque, que foi a porta de entrada do casal, Marcos Fernandes Alves e sua esposa, Sandra Ferreira Fernandes Alves, para o mundo da gastronomia aqui no litoral. Antes de se dedicarem ao ramo alimentício, o casal trabalhava em áreas totalmente diferentes. Marcos era corretor de seguros e sua esposa, bancária. No entanto, a vontade de morar na praia sempre esteve presente na vida deles.

Eles decidiram mudar de ramo e foram pesquisar opções de franquias. Foi quando surgiu a oportunidade de adquirir o "Quiosque Primavera" na região do Porto Novo. Em 2014 foi a 1ª participação deles no "Caraguá A Gosto", época em que Sandra também se tornou chef pela ETEC (Escola Técnica Estadual). Foram dez anos à frente do 'Primavera', e o prestígio que hoje eles carregam, com certeza, vem dessa época. Eles sempre participam dos eventos gastronômicos que a cidade realiza, como também o Jazz e Vinhos. Os prêmios do Kintal do Marquinhos em eventos são diversos, o que reforça o dinamismo do casal. Sobre o evento Caraguá A



Gosto, em 2015 foram campeões pela 1ª vez, ainda pelo quiosque, na categoria "Petiscos". Em 2016 ficaram em 2º lugar com o Chicle de Camarão, além de serem premiados em 2018, 2019, 2021 e 2022. No Festival da Cachaça, ficaram em 3º lugar com prato e drink.



Uma história curiosa é sobre a premiação do ano de 2021, no qual ficaram em 2º lugar com a receita 'Stinco A Palmieri', que curiosamente levou o sobrenome de um cliente pois, foi ele quem os levou para conhecer o prato em São Paulo. Marcos fala que ainda hoje é possível degustar alguns pratos vencedores no Kintal do Marquinhos, que acabaram ganhando espaço permanente no cardápio.



O atual Kintal do Marquinhos, de casa nova desde 2019, segue apostando no diferencial da inovação e criatividade. "Nosso lema sempre foi fazer diferente. Hoje oferecemos, nas quartas e quintas, o festival de comida de boteco, e na sexta-feira temos festival de massas e caldos, que nesta época tem ótima saída. Com música ao vivo de quarta

a sábado, quando é servido no almoço a tradicional feijoada", revelam o casal que aposta na variedade do cardápio para atrair públicos diferenciados, o que tem grande aceitação da clientela. Agora em 2023, o Kintal irá participar do Caraguá A Gosto em duas categorias. Eles fazem questão de ressaltar o quanto o evento ajuda no faturamento do estabelecimento. Resumindo, o casal conquistou uma trajetória de sucesso, e exemplo de como a determinação e a coragem podem transformar um pequeno negócio em uma grande realização, mesmo diante dos desafios e incertezas.

O Kintal do Marquinhos fica na Av. Jundiá, 392, Sumaré, funciona de quarta a sexta, a partir das 18h30h, nos sábados das 11h30 às 16h e depois reabre às 18h. De domingo abre para o almoço, das 11h30 às 16h e fica fechado às segundas e terças. Instagram: @kintaldomarquinhos



## Estabelecimentos participantes

- Nonna Peroni Pizzaria - Sorveteria Sérgio
  - Tricks Burguer Lanchonete
  - Casa Mundo Sabores e Saberes
  - Sorveteria Nápoli - Atlantic Burguer
  - Restaurante Ostra & Ouriço - Santas Empório e Vinhos
  - Zanfredo Pasta Bar & Risoteria
  - Mar e Terra - Skina Chicken
  - Pousada Vivendas do Sol e Mar
  - Toca do Robalo - Dago Pizzaria
  - La Costa Café - Nagahashi Asian Food
  - Container Góes - Frederico's Pizza
  - XP Hamburgueria - Esquina da Picanha
  - Restaurante Caiçara's I - Alegro Sushi Pizza Bar
  - Gamboa Restaurante Pizza Bar
  - Restaurante Tapera Branca
  - Recantos Bar, Rest., Pizzaria e Hamburgueria
  - O Quintal Espaço da Família
  - Kintal do Marquinhos - Kadu Lanches
  - O Garimpo - Bistrô Zen - Mar e Brasa
  - Chocolateria Brasileira - Restaurante do Jorginho
  - Port Louis Hotel e Restaurante
  - Rei Burguer - Rock Bar
  - Santo Suco Hamburgueria & Hotdogueria
  - Duckbill Cookies & Coffee - Restaurante Golfinho
  - Espeticho - Espeticho Hamburgueria
  - Embarque Bar e Restaurante
  - Quiosque Kiskonofre - Pizzaria Japa Pizza
  - Fulô da Praia Bistrô - Boa Brasa Steakbar
  - Casa de Bolos Caraguá - Surf's Choperia e Pizzaria
  - Mr Porks - Restaurante Caiçara's II
  - Bistrô do Paço - Marujo Gastrobar
  - Armazém e Café Prosa e Poesia
  - Garage Bar Steakhouse - Quiosque Balaio Caiçara
  - Felicità Pizzeria - Tico's Burger - Dubi Café
  - Dubi Café - Guarã Burger - Guaruçá Frutos Do Mar
  - Villa Gourmet - BBB Steak Burguer
  - Kamisama Japanese Food - Batatuba - Boteco do Ivan
- \*Até o fechamento desta reportagem os estabelecimentos participantes não divulgaram os pratos concorrentes.



## Prefeito Marcinho de Ubatuba entrega Títulos de Propriedades

POR BRUNA BRITI

Moradores do bairro Sesmaria receberam da Prefeitura de Ubatuba, por meio da Secretaria Municipal de Habitação, Títulos de Propriedades dos seus imóveis, juntamente com as autorizações para solicitação de ligamento de água e energia elétrica. A medida beneficiou 26 famílias que integram a fase "A" do projeto de regularização fundiária do bairro.

A entrega dos documentos foi realizada de casa em casa no início deste mês de julho, pelo prefeito Marcio Maciel, pela Secretária de Habitação, Denise Contiço, e pelo secretário adjunto Ari Vieira Neto. Participaram da entrega os vereadores Eugênio Zwibelberg, Jorge Ribeiro e Ita, além de servidores municipais.

O prefeito se emocionou ao compartilhar essa conquista com os moradores. "É uma honra entregar esses títulos e fazer parte da felicidade dessas famílias. Ter a documentação do imóvel e regularizar a ligação de água e luz é o mínimo que elas merecem para viver com mais dignidade", enfatizou Maciel.



## Caraguá Praia Shopping celebra 25 anos e ganha fachada moderna!

O primeiro shopping do Litoral Norte passa por revitalização e suas portas continuam abertas, com suas mais de 70 lojas e escritórios em pleno funcionamento. A fachada ganhará mais beleza e a entrada ficará maior, e com toda esta revitalização, os frequentadores ganham melhorias e a estrutura física fica ainda mais agradável e acolhedora para todos que frequentam o local. O Caraguá Praia Shopping gera atualmente cerca de 380 empregos diretos, valorizando a mão de obra local.

**Serviço:** O Caraguá Praia Shopping fica na Av. Dr. Arthur da Costa Filho, 937, Centro, Caraguatatuba. Telefone: (12) 3883-5000. Acesse: [www.caraguapraishopping.com.br](http://www.caraguapraishopping.com.br), [www.facebook.com/caraguashopping](https://www.facebook.com/caraguashopping) e [www.instagram.com/caraguashopping/](https://www.instagram.com/caraguashopping/).



**CRISTIAN BOTA VEREADOR**



FC/CRISTIANBOTA



@CRISTIANBOTA\_

gentecom.com.br

Feliz dia dos Pais!

Pais!



# CCBEU Caraguatatuba

## completa 30 anos e coleciona diversas histórias de sucessos

POR BRUNA BRITI E FELIPE RIELA

O CCBEU Caraguatatuba completa 30 anos em agosto de 2023. Com uma trajetória marcada por dedicação e comprometimento, a escola se consolidou como referência no ensino da língua inglesa na região ao formar diversos alunos que fizeram intercâmbios de estudos e profissionais, conquistaram certificação internacional e que moram em outros países como Estados Unidos, Canadá, Inglaterra, Austrália, etc. Também há alunos que se formaram na escola e são professores tanto no CCBEU como em diversas escolas de línguas e escolas bilíngues no Brasil.

Rosana Meirelles destaca que, "no CCBEU os estudantes são incentivados a seguirem seus sonhos, com metodologia, planejamento e estudo, assim como eu conquistei o sonho de abrir minha própria escola".

"O ensino da língua inglesa é mais que minha vocação, é minha paixão". E esse misto de vocação e paixão é facilmente percebido por todos que conhecem a professora Rosana. Seu sorriso cativante e educação impecável são características marcantes da empresária. Mas como será que tudo começou?

Rosana Meirelles é formada em Letras pela UNITAU (Universidade de Taubaté) e tem pós-graduação/ especializações em Língua Inglesa. Desde criança, quando teve o primeiro contato com inglês na 5ª série, já gostava de estudar e foi incentivada por seus professores, que perceberam desde cedo sua facilidade e amor pela língua estrangeira. "Na juventude, estudei inglês em uma escola de idiomas e comecei a dar aulas assim que concluí o curso, pois já sabia que essa era minha vocação. É muito gratificante acompanhar o desenvolvimento dos alunos e vê-los ampliando suas opções de carreiras, estudos e viagens", contou.



Além de se dedicar à escola, Rosana Meirelles é associada do Rotary Club Caraguatatuba Poiães desde 1996 sendo responsável pelo intercâmbio internacional de jovens e de Rotarianos. Entre as diversas funções que exerceu no Rotary, está a presidência da Associação de Intercâmbio de Jovens, quando representou o Rotary em diversos países,

*Com metodologia eficiente, abordagem lúdica e professores qualificados, o Centro Cultural Brasil Estados Unidos - CCBEU - é uma escola de inglês que vai além do ensino da língua inglesa: é um espaço educacional diferenciado, preocupado com a formação integral de seus alunos. Conheça um pouco a trajetória da escola e da empresária, a professora Rosana Meirelles.*

o que enriquece tanto sua experiência pessoal como profissional.

Em 1992, veio morar em Caraguatatuba, mas mesmo assim continuou na UNITAU e concluiu a faculdade. De lá para cá, não parou de se especializar. Ao chegar em Caraguá, ela conseguiu emprego como professora de inglês em uma escola de educação básica, e as mães dos alunos começaram a procurá-la para dar aulas particulares. Foi então que ela percebeu que o sonho de ter sua própria escola era possível! A partir daí, em 1993, ela criou a RAINBOW SCHOOL, que se tornou CCBEU em 1998.



O CCBEU é reconhecido também, ao longo desses 30 anos, pelos eventos que realiza com os alunos: Páscoa, 4 de julho - dia da Independência dos Estados Unidos, dia das crianças, Halloween, gincanas de final de semestre e festa de fim de ano com apresentações de peças teatrais e musicais em inglês sob coordenação da Profa Debbie Hunt. "Nós, professores do CCBEU, temos compromisso com o ensino da língua inglesa em todos os seus aspectos linguísticos, comunicativos e culturais".

Com muita honra o CCBEU de Caraguatatuba recebeu a visita da Adida Cultural do Consulado Geral dos Estados Unidos da América em São Paulo, Danna Van Brandt, e promoveu um seminário sobre Programas Educacionais Americanos e Intercâmbio Internacional de Jovens.

Na pandemia, a escola não parou e ofereceu aulas ao vivo por meio de plataforma digital. Contando com professores capacitados e

comprometidos, o CCBEU atendeu as necessidades de seus alunos utilizando o melhor recurso digital disponível para manter a qualidade e o padrão, mesmo em um momento de muitos desafios para a educação.

Como resultado do ensino de inglês, pautado nos parâmetros internacionais, o CCBEU Caraguatatuba tornou-se um Centro Preparatório dos exames CAMBRIDGE através da parceria com o São Paulo Open Center, um dos maiores centros independentes autorizados Cambridge English no Brasil, responsável pela aplicação de exames de diversos níveis de proficiência da língua inglesa.

Todo esse sucesso não teria sido possível sem a participação dos professores, alunos, pais e parceiros que fizeram do CCBEU uma escola que não só ensina um idioma, mas que contribui para o desenvolvimento de seus alunos como cidadãos do mundo. (Informe publicitário)



## Não seja escravo do seu emprego!

POR RODRIGO AROUCA



Com o aumento do custo de vida e a busca por maior estabilidade financeira, cada vez mais pessoas estão procurando maneiras de sair do antigo método de renda única para buscar novas fontes de complementar sua renda. Felizmente, existem várias formas de renda adicional hoje em dia que podem ser exploradas para ajudar a impulsionar o orçamento financeiro. Alguns exemplos:

**Trabalho Freelancer:** Uma das opções mais populares atualmente, o trabalho freelancer permite que você utilize suas habilidades e conhecimentos para oferecer serviços sob demanda. Existem diversas plataformas online que conectam freelancers a clientes em busca de serviços específicos ou não. Essa flexibilidade de horário e a capacidade de escolher seus projetos tornam o trabalho freelancer uma ótima opção para complementar a renda.

**Aluguel de propriedades:** Se você possui uma propriedade extra, seja um quarto vago em sua casa ou um imóvel que não esteja sendo utilizado, considerar alugá-lo pode ser uma excelente fonte de renda passiva. Plataformas online facilitaram o processo de encontrar inquilinos e gerenciar aluguéis, tornando essa opção mais acessível para muitas pessoas.

**Vendas online:** A internet proporcionou um amplo mercado para a venda de produtos. Se você tem habilidades artesanais, pode criar suas próprias mercadorias, como joias, roupas, artigos de decoração, entre outros, e vendê-las em plataformas de comércio eletrônico como por exemplo o Mercado Livre. Além

disso, você também pode explorar o modelo de dropshipping, onde você vende produtos de fornecedores sem precisar lidar com o estoque e o envio.

**Ensino particular:** Se você possui conhecimentos em uma área específica, pode considerar oferecer aulas particulares. Seja ensinando música, idiomas, matemática ou qualquer outra habilidade que você possua, há sempre pessoas dispostas a pagar por aulas particulares. Você pode oferecer essas aulas presencialmente ou até mesmo online, usando plataformas de videoconferência.

**Participação em pesquisas e estudos de mercado:** Empresas estão constantemente em busca de informações sobre seus produtos e serviços, e muitas estão dispostas a pagar por isso. Você pode se inscrever em sites de pesquisa de mercado e ser remunerado por responder questionários ou participar de estudos específicos. Embora não seja uma fonte de renda constante, pode ser uma maneira fácil de ganhar dinheiro extra nas horas vagas.

**Investimentos:** Embora os investimentos não sejam uma forma de renda imediata, eles podem ser uma estratégia eficaz para aumentar sua renda no longo prazo. Ao investir em ações, fundos mútuos, imóveis ou outras opções de investimento, você pode gerar renda passiva através de dividendos, juros ou valorização do capital investido.

É importante lembrar que, independentemente da opção escolhida, é necessário dedicação, planejamento e perseverança para alcançar resultados. É recomendado pesquisar e explorar diferentes oportunidades de acordo com suas habilidades e interesses. Ao diversificar suas fontes de renda e manter um bom gerenciamento financeiro, você estará melhor preparado para enfrentar desafios econômicos e garantir uma maior estabilidade financeira.



POR BRUNA BRITI

A ACEC (Associação Comercial e Empresarial de Caraguá) reúne atualmente mais de 700 comerciantes, de diferentes ramos, e promove ações para fortalecer a economia local e, consequentemente, melhorar a qualidade de vida dos moradores. Suas muitas atividades e eventos como Rodada de Negócios, Feijoada do Comerciante, que aconteceram recentemente, fortalecendo o 'networking'.

Nestes próximos meses, terá o 'Liquidar Caraguá', que reúne diversas lojas em uma ação de promoção de vendas, beneficiando também a população que ganha com preços mais baixos. Também acontece a 'Festa das Nações', que celebra a cultura e diversidade de Caraguá, e países diversos, com apresentações culturais, música, gastronomia e produtos típicos de vários países.

Yuri Bellato, presidente da ACEC destacou a importância da participação dos comerciantes nestes eventos. "Nosso objetivo é oferecer ações práticas que geram benefícios para os associados e para a cidade como um todo. Com a nossa união, podemos enfrentar desafios e comemorar conquistas juntos", afirma. Fique por dentro! Acesse [www.acecaragua.com.br](http://www.acecaragua.com.br) e as redes sociais: Instagram @ace\_caragua e a página no Facebook ACE Caraguá. Impulsione o seu negócio!

## Vereador Cristian Bota prestigia o 1º Encontro de Políticas Públicas voltadas para pessoas com TEA

POR CRISTIAN BOTA



O vereador Cristian Bota esteve presente no plenário da Câmara Municipal de São Sebastião no último dia (05/06) representando o presidente da Câmara de Caraguatubá, vereador Tato Aguiar, para o 1º Encontro sobre Políticas Públicas voltadas para pessoas com o transtorno do espectro do autismo (TEA).

O encontro teve como objetivo a reunião de gestores, poder judiciário, familiares, vereadores e membros do Poder Executivo para a discussão de ações que atendam as demandas crescentes relacionadas à população autista e a elaboração de políticas públicas específicas para o TEA, que é um transtorno do neurodesenvolvimento que não possui cura, mas que com o tratamento correto, pode oportunizar a qualidade de vida e desenvolvimento aos autistas e seus familiares.

"A criação de ações governamentais e de uma rede de apoio é essencial para a saúde mental e emocional das organizações sociais e dos familiares de crianças com autismo", destacou Cristian Bota.

## Superação marca trajetória de vida do vereador Kinkas que comemora seu 1º Dia dos Pais ao lado do filho Bernardo

POR MARCOS KINKAS



Marcos Roberto de Souza, mais conhecido como Kinkas, está em seu 1º mandato como vereador de Caraguá. Ele, sempre se envolveu com projetos sociais, culturais, esportivos e comunitários. Formado em Educação Física, ele batalha muito na vida para conquistar seu espaço e realizar seus sonhos.

Teve uma infância marcada por momentos difíceis. Cresceu sem conhecer seu pai e foi criado pela avó, Joana Ferreira de Souza, já que sua mãe faleceu quando era criança. Kinkas, morou sempre no bairro Perequê Mirim. E aos 15 anos, Marcos conheceu seu pai e isso trouxe um pouco de paz. Quando se casou com Aline Marques Martins, percebeu que estava completo ao lado dela e da enteada Valentina, até receber a notícia que seria pai.

Hoje Kinkas acorda de madrugada para cuidar do filho Bernardo que vai completar 1 ano. Ver seu sorriso 'arteiro' e sentir o quanto ele depende do seu carinho, não tem preço! Sua melhor escolha foi 'acordar' para seu verdadeiro desejo e, se tornar pai.

## Vereador Gil Oliveira acompanha obra de desassoreamento do rio Santo Antônio

POR GIL OLIVEIRA



O vereador Gil Oliveira, vem acompanhando de perto o andamento do serviço de desassoreamento do rio Santo Antônio, rio que desce desde o bairro Rio do Ouro, passando pelos bairros Ponte Seca, Caputera, Jardim Primavera e Indaiá, onde se desemboca no mar da praia do centro da cidade.

Segundo o vereador, esta é uma obra aguardada pela população há muitos anos e essa ação deverá melhorar a vazão da água para o mar e evitar enchentes e prejuízos como o ocorrido no mês de fevereiro desse ano, onde a população dos bairros que ladeiam as margens do rio sofreram com a inundação. "Esta é uma importante obra que está sendo realizada e certamente vai trazer segurança para muitas famílias, principalmente as famílias que sofrem com os alagamentos em épocas de fortes chuvas. Nesta primeira fase, os trabalhos serão realizados da boca da barra até a ponte da Santa Casa, porém, a solicitação pede a remoção de resíduos e sedimentos acumulados por todo o leito do rio, subindo até o bairro Rio do Ouro, percurso que ainda aguarda liberação da CETESB", revelou o vereador Gil Oliveira que fez a solicitação ao poder executivo através do requerimento 46/2.023 que foi aprovado por seus pares durante sessão ordinária.

Feliz dia dos PAIS

GIL OLIVEIRA VEREADOR

FC/VEREADORGILOLIVEIRA @VEREADORGIL\_OLIVEIRA2.020

gentecom.com.br



# Gema Trombini

Ela relembra as ações sociais nos 51 anos de 'Casa da Amizade', como é conhecida a Associação de Familiares de Rotarianos de Caraguatatuba.

POR BRUNA BRITI E FELIPE RIELA

A Casa da Amizade de Caraguatatuba, foi fundada em 26 de setembro de 1972. De lá para cá, foram milhares de ações sociais realizadas e muitas pessoas ajudadas. Quem relembrou esta história, foi a prestativa Gema Trombini, 81 anos, que esbanja muitos dons, o principal deles é 'servir e ajudar as pessoas necessitadas', além de costurar, pintar quadros e cozinhar. Dos 51 anos de Casa da Amizade, 48 deles Gema está presente.

'Dona Gema' é 'cidadã Caraguatatubense', já tendo recebido este título na Câmara, entre tantos outros tão merecidos. Ela administra o Park Trombini junto com seu filho primogênito Osnildo, e realiza muitos trabalhos sociais na Casa da Amizade, e também no período que foi a 1ª dama, entre 1993 a 1996, como esposa do ex-prefeito Sidney Trombini. Gema também foi vereadora suplente na Câmara de Caraguá de 2001 a 2004.

Atualmente, a Casa da Amizade colabora com entidades como a Casa Beija Flor, que atende crianças de 6 a 17 anos com atividades educativas e culturais, com foco em integrar as crianças em atividades que incentivam o comportamento coletivo e empatia, além de dar suporte para as famílias dos menores. A Casa também apoia a ACC (Associação de Combate ao Câncer) Caraguá, o Lar São Francisco de Assis, que abriga idosos, que são assistidos e cuidados com todo o carinho, entre outras instituições. "Fazemos a reciclagem de produtos de plásticos e alumínio, emprestamos cadeiras de rodas para quem de fato necessita, entre tantas outras ações", confirma Gema.

Gema Trombini não para. "Teve uma vez que estávamos em reunião na casa de uma associada, e tocou a campainha. Ao abrir a porta, vimos uma caixa com uma criança recém nascida. A reunião acabou naquele momento, pois uma foi providenciar roupas, outra levou o bebê para o hospital. E hoje este 'bebê' foi adotado e é uma moça linda. São histórias assim que nunca vou esquecer", finaliza enfatizando que tem muito respeito, zelo e gratidão por fazer parte da Casa da Amizade e do Rotary, ambos são guiados por fundamentos internacionais, com metas e diretrizes que beneficiam pessoas no mundo todo. Saiba mais no site [www.casasdaamizade.org.br](http://www.casasdaamizade.org.br).

Serviço: A Casa da Amizade está localizada na Rua Rotary, 679, Jardim Aruan, em Caraguatatuba. Mais informações com o atual presidente Jesuíno no tel. (12) 98220.2696.



## Concurso da 'música tema' do Genfest 2024

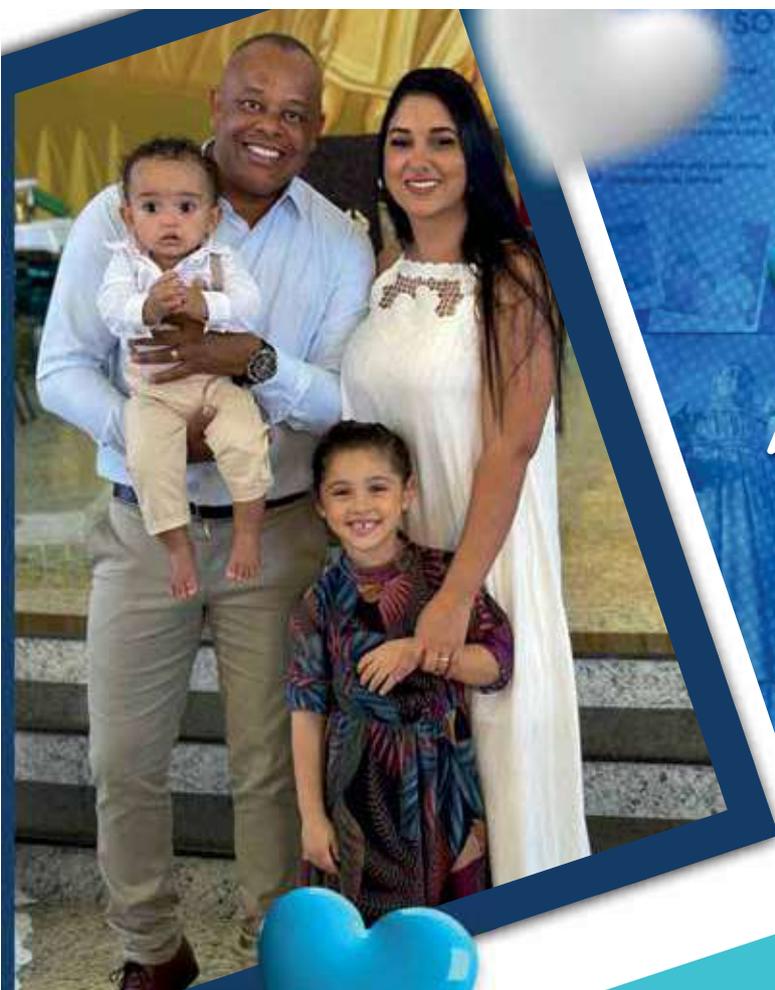
Grupos, cantores e compositores podem se inscrever no concurso musical gratuito!

POR BRUNA BRITI

O setor juvenil do Movimento dos Focolares abriu um concurso para selecionar a 'música inédita' que vai 'marcar' o Genfest 2024. Este grande festival Juvenil, pela primeira vez, vai acontecer no Brasil, nos dias 19, 20 e 21 de julho de 2024, em Aparecida (SP) e pretende reunir 6.000 jovens de diversas convicções religiosas e não religiosas, sob o tema "Juntos para Cuidar". A inscrição é gratuita e válida para jovens maiores de 18 anos. As canções podem ser escritas em qualquer idioma e de diferentes ritmos, e devem ter até cinco minutos de duração. A divulgação do resultado será no dia 12 de outubro.

O concurso de música é aberto para maiores de 18 anos, que podem se inscrever gratuitamente até o próximo dia 31 de agosto com uma 'canção' que tenha como base o tema do Genfest 2024, 'Juntos para Cuidar', bem como a música pode fazer alusão aos subtemas, também conhecidos como 'comunidades pathways' que abordam os seguintes assuntos: economia e trabalho, intercultura e diálogo, espiritualidade e direitos humanos, saúde e ecologia, arte e compromisso social, educação e pesquisa, comunicação e mídia, cidadania ativa e política. Ao se inscrever, o candidato, deverá anexar ao formulário, os documentos exigidos pelo edital (confira neste link <https://x.gd/XDISW/>), incluindo termos de autorização de uso da canção e de imagem e voz.

A Comissão de Música do Genfest 2024 avaliará as canções inscritas com base em critérios como qualidade musical, potencial de impacto e compatibilidade com o tema. O resultado será divulgado no dia 12 de outubro no site oficial do Genfest (que foi lançado recentemente [www.genfest.org](http://www.genfest.org)) e pelas mídias sociais, além de notificar os compositores por e-mail. Inscreva-se neste link <https://forms.gle/uxKLRrwoacC1ezC9>.



FELIZ  
DIA DOS  
Pais  
Vereador Marcos Kinkas

gentecom.com.br



@MARCOSKINKASVEREADOR



FC/MARCOSKINKAS



TODA SEXTA, SÁBADO, DOMINGO  
E FERIADO A PARTIR DAS 17H

# Diversão Garantida

66 anos no coração de Caraguá!

gentecom.com.br



PARKTROMBINI



AV. ARTHUR COSTA FILHO, CARAGUÁ

# ÚLTIMAS UNIDADES

1<sup>st</sup>

PRIME STUDIOS  
TABAPORA

ÓTIMA  
LOCALIZAÇÃO

PERTINHO  
DA PRAIA

DO SHOPPING  
SERRAMAR

DO HOSPITAL  
REGIONAL

DA UNIVERSIDADE DE  
MEDICINA UNITAU



APTO. STUDIO



APTO. 1 DORM



LAZER  
COMPLETO

RUA BOTUCATU, 135, PRAIA DAS PALMEIRAS - CARAGUATATUBA

FINANCIADO F

CAIXA

GARANTIDO

CONSTRUTORA  
**TABAPORÃ**

[primestudiosstabapora.com.br](http://primestudiosstabapora.com.br)

MAIS INFORMAÇÕES

11 97342-4399