

Aniversário de São Paulo terá edição especial de Walking Tour pelo centro da cidade

Turistas e moradores da cidade de São Paulo podem comemorar o aniversário da cidade com um passeio histórico pelo centro. Em comemoração aos 466 anos da metrópole mais movimentada do Brasil e uma das mais populosas do mundo, o Shopping Light promove no dia 25 de janeiro o "Walking Tour Edição Especial - Aniversário de São Paulo". O evento é uma forma de apresentar aos paulistanos e turistas os principais pontos do centro da cidade e também ambientes internos tombados que compõem o Shopping. Com a orientação de guias de turismo, o tour passa por diversos locais importantes para a história da cidade. Para participar, é necessária a inscrição pelo telefone (11) 3154-2299 ou pelo e-mail recepcao.light@gazitbrasil.com. As inscrições são limitadas a 300 vagas.

O Shopping Light está localizado em um dos prédios mais importantes do centro da cidade. O Edifício Alexandre Mackenzie, inaugurado em 1929, foi sede da Companhia Light de Energia Elétrica durante décadas. O local foi restaurado em 1999 e se tornou o principal Shopping do centro histórico da cidade.

Roteiro

O roteiro externo inclui caminhadas aos lugares históricos como Theatro Municipal, Viaduto do Chá, Praça do Patriarca, Igreja de Santo Antônio, Rua



O tradicional evento, promovido pelo Shopping Light, que acontece todo último domingo do mês, ganha edição especial em comemoração aos 466 anos de São Paulo. O passeio passa por pontos históricos da cidade como Theatro Municipal, Viaduto do Chá, Praça do Patriarca, Igreja de Santo Antônio e outros pontos importantes

São Bento, Edifício Martinelli, Edifício Altino Arantes, Mosteiro de São Bento, Rua 15 de Novembro, Pateo do Collegio, Praça e Catedral da Sé, Largo São Francisco, entre outros.

Já o roteiro interno do shopping segue com a visita ao elevador, escadarias, cobertura, entre outros locais. A ideia é abordar toda história que permeia o local, onde sediava a empresa de energia Light.

As informações sobre o "Walking Tour Edição Especial

Aniversário de São Paulo" estão no <http://www.oshoppinglight.com.br>.

O "Walking Tour Edição Especial Aniversário de São Paulo" acontece no Shopping Light (ponto de encontro do tour: Novotel Jaraguá - Rua Martins Fontes, 71 - Centro Histórico de São Paulo) - Entrada: gratuita (necessária inscrição prévia pelo telefone (11) 3154-2299 ou e-mail recepcao.light@gazitbrasil.com - 300 vagas disponíveis).

Evento de adoção de cães e gatos acontece neste sábado

Neste sábado (25), das 13 às 19 horas, haverá evento de adoção, na Cobasi da Vila Guilherme, cães e gatos resgatados do abandono e de maus-tratos. Todos os animais passaram pelo atendimento e procedimentos veterinários e foram castrados, vacinados e vermifugados.

O Projeto depende de doações e de voluntários, todas as doações são bem-vindas, em qualquer quantia, rações, medicamentos, jornais, material

de limpeza, produtos para animais. A Cobasi da Vila Guilherme está localizada na Rua Maria Prestes Maia, 745 (ao lado do Center Norte) para mais informações acesse:

www.marcelinhoprotetor.com.br
<https://www.facebook.com/ProjetoBichosDoGueto/>
<https://www.facebook.com/marcelinhoprotetor/>
<https://www.instagram.com/marcelinhoprotetoroficial/>



Maria veio da desapropriação da Favela do Sapo

Shopping Center Norte promove Evento de Férias para as crianças

As crianças já podem comemorar, pois as férias chegaram. Esse é o período mais aguardado pelos pequenos e, por conta disso, o Shopping Center Norte, que procura oferecer cada vez mais novidades interessantes a seus clientes, anuncia uma atração para lá de especial: Trata-se do "Os Monstros Vivem Aqui", um parque de diversões inédito em shoppings centers que reúne diversos brinquedos para alegrar crianças de 2 a 12 anos. O evento acontece até o dia 1º de março, de segunda a sábado, das 10 às 22, e domingos e feriados, das 12 às 21 horas, e o valor da brincadeira é de R\$ 25,00, que dá direito a 25 minutos dentro do espaço.

Realizado pela Chá de Rabiscos, empresa voltada para

eventos infantis, o parque de diversões do Center Norte nessas férias traz brinquedos diferenciados, todos sensoriais e bastante lúdicos. Uma roda gigante com capacidade para 18 pessoas é um dos destaques da diversão. Além disso, as crianças poderão se divertir com a Boca do Monstro (túnel de acesso), o Olho do Monstro (obstáculos para as crianças pularem), a Parede Sensorial com Pelos de Monstros, a Parede de Reprodução (para montar seu corpo de forma gigante), além dos tradicionais balanço, trepa-trepa e escorregador. O espaço conta também com 3 monstros animatronics de pelúcia com cerca de 3 metros de altura que emitem sons e mexem olhos

e braços, uma área para tatuagens "Passaportes" de monstrinhos, bancos instagramáveis e o Cone Grunhido.

"Sabemos o quanto esse período é importante e muito esperado pelas crianças. Por conta disso, pensamos em algo que pudesse divertir ao máximo os pequenos frequentadores do Center Norte, com muita comodidade e segurança. Temos certeza de que o evento será um sucesso e que a diversão tomará conta de toda a criançada", diz Fabiana Teixeira, gerente de marketing do Shopping Center Norte.

O evento de férias acontece na Praça de Eventos do Shopping Center Norte - Travessa Casalbueno, 120 - Vila Guilherme.

Aniversário de São Paulo é destaque na programação da Rádio Bandeirantes

Em comemoração ao aniversário de São Paulo, que completa 466 anos no próximo sábado, a Rádio Bandeirantes está exibindo desde a última quarta-feira (22), uma série de reportagens especiais para estimular o ouvinte a visitar lugares da cidade pela primeira vez. A apresentadora e repórter Bruna Barboza foi conhecer quatro pontos da capital ao lado dos colegas de redação Christiano Panvechi, João Paulo Cappellanes, Lucas Herrero e Thais Herédia. A série de quatro episódios será exibida até sábado durante os programas "O Pulo do Gato" (5h30), "90 Minutos" (10 horas), "RB News" (13 horas) e "Rádio Livre" (14 horas).

Na sexta-feira (24), o jornalista Luiz Megale comandará o programa "90 Minutos",

a partir das 10 horas, direto do Mercado Municipal de São Paulo.

No sábado (25), a Rádio Bandeirantes leva ao ar uma entrevista exclusiva com o prefeito de São Paulo, Bruno Covas, no "Jornal Gente", às 8 horas.

Ainda no sábado, um ouvinte do programa "Resenha, Futebol e Humor" vai acompanhar a transmissão da Final da Copa São Paulo de Futebol Júnior, a partir das 10 horas, na cabine da Rádio Bandeirantes no estádio do Pacaembu.

www.radiobandeirantes.com.br
www.twitter.com/RBandeirantes
www.facebook.com/radiobandeirantes
www.youtube.com/radiobandeirantesoficial

Fim de festas, ganhou "peso", emagreça com Acupuntura



Por Dr. José Antônio Rinaldi

No fim de ano quase sempre exageramos nas comidas e guloseimas, já que estamos mais relaxados, porém iremos adquirir aqueles quilinhos indesejáveis que farão diferença no início de ano.

A ansiedade está entre os fatores emocionais mais comuns da vida moderna, e as mulheres em função de muitas responsabilidades, tanto dentro como fora de casa, acabam desencadeando uma compulsão alimentar, especialmente por doces e alimentos gordurosos. Onde sob o aspecto da medicina oriental, leva a um distúrbio energético do baço, dificultando o transporte de elementos fundamentais do organismo - promovendo uma estagnação.

As causas do ganho de peso são muitas, exemplo: alimentos muito calóricos, sedentarismo e estresse. O excesso de alimentação, trabalho, preocupação, ingestão de gordura, açúcar, laticínios, alimentos crus, pobres em proteínas ou em horários irregulares, causa desequilíbrio do Baço-Pancreas e gera Umidade que se manifesta no corpo como inchaço, gordura localizada, má digestão e cansaço.

Esse desequilíbrio irá gerar muita insatisfação, frustração, depressão e o que é muito comum a "culpa". Comemos muitas calorias e de forma errada, com pouco tempo para fazer uma dieta equilibrada.

O tratamento

Segundo dr. Rinaldi, o tratamento será feito com pequenas agulhas na região onde há concentração de gordura localizada, onde haverá a eliminação das toxinas e o excesso de líquidos, estimulando o organismo a equilibrar o sistema. Colocamos pontos para inibir a fome e diminuir a ansiedade que leva a comer. Podemos utilizar o tratamento a LASER, e remédios naturais e fitoterápicos para equilibrar o organismo.

Dr. José Antônio Rinaldi (Crefito3 / 12347-F)
Consultório I: R. Salete, 117 - Santana
Tel: 2973-9099

Consultório II: Rua Serra de Bragança, 1.355
Tatuapé - Tel: 3628-2125 / 3628-2129

Consultório III: Av. Onze de Junho, 357 - Vila Clementino - Tel: 3211-1105

Consultório IV: Rua Lituania, 127 - Mooca - Telefone: 2268-3941

drjarinaldiacupuntura.blogspot.com

dr.rinaldiacupuntura@gmail.com

Cuidados com os pets no verão



Por Dr. Lucas Berger

A chegada do verão, traz preocupações e alguns perigos para os nossos animais, isso porque as altas temperaturas juntamente com alterações bruscas na umidade relativa do ar (ora seco demais, ora úmido demais) predispõem algumas doenças. Entre os cuidados para proteger nosso pet nessa época de verão, está há hidratação, proteção solar e a prevenção de doenças provocadas por parasitas.

Alguns cuidados que devemos ter a fim de preveni-las estão: ter em mente que se sentimos calor os animais também sentem; altas temperaturas fazem com que carrapatos e pulgas, encontrem meios perfeitos para se reproduzirem, aumentando muito em quantidade, mesmo naqueles animais que possuem pouco acesso a rua ou vivem em apartamentos, eles também estão susceptíveis a contrair esses parasitas externos, pois estes podem ser transportados em roupas vestimentas ou por outros animais. Atenção no uso de produtos que previnem esses parasitas são essenciais. Observe o prazo das aplicações de produtos específicos; existem diversos tipos, marcas e apresentações de medicamentos; por isso, siga sempre as

orientações do médico veterinário de sua confiança, lembre-se que estes parasitas são responsáveis por transmitir doenças.

Outro problema comum é o aumento da temperatura corpórea, esse pode levar ao aumento da frequência respiratória e cardíaca, evoluindo para dificuldade respiratória e se não cuidado de maneira emergencial evoluir para o óbito.

Essas complicações podem ocorrer com pets dentro ou fora de casa, para evitar queimar as patinhas e pele e a exposição excessiva ao calor, os passeios devem ser realizados ao entardecer, em sombras e locais frescos, fornecer água a vontade e em abundância, visto que hidratar é melhor forma de evitar esse mal.

Animais de pele sensível e de coloração branca devem utilizar protetores solares específicos, a fim de evitar queimaduras, câncer de pele etc.

Se for a passeio, para áreas praianas ou endêmicas, devemos acrescentar aos cuidados, o uso de preventivos para doença do coração e contra leishmaniose, no mercado existem diversos, observar o ideal para cada caso. Com esses cuidados seu pet e você podem aproveitar ao máximo o verão sem mais preocupações.

Consulte sempre o médico veterinário.

Dr. Lucas Berger - CRMV: 15.533 / 48.526

Mestre Vet: Rua Alfredo Pujol, 1.445, Santana - Tel: 2975-2424
Clínica veterinária, especialidades, atendimento exóticos e silvestres, pet shop, banho & tosa, rações, hotel e acessórios

CASAS DE REPOUSO

*Acamados
*Convalescentes
*Senescentes
*Senis

Casa de Cuidados CANTAREIRA
Dr. Américo Luiz Petraroli - Geriatria
R. LUIZ MOREIRA, 101 - TREMÊMBÉ
2204-0918/2953-0549

Não deixe seu investimento voar...
Invista certo, anuncie aqui.
www.gazetazn.com.br

REFLEXOLOGIA

É UMA TÉCNICA DE SAÚDE MILENAR muito usada nos países asiáticos. O TERAPEUTA TRABALHA EXCLUSIVAMENTE NOS PÉS DO CLIENTE. Não tem contra indicação e não usa remédio químico. Seu grande mérito é: HARMONIZAR OS ÓRGÃOS DO CORPO. Entendemos então que o corpo com os seus órgãos harmonizados vai funcionar MUITO MELHOR. O PRÓPRIO CORPO EQUILIBRADO É QUEM PROMOVE A CURA.

Djalma Reflexologia • www.djalma.com.br

Rua Duarte de Azevedo, 284 - Conj 45 - F: 99828-7678



DR. CYRO FRANCISCO CORDEIRO
Varizes • Microvarizes
Moléstias Arteriais
RUA DARZAN, 372
Fone: 2973-0450

Visite nosso site: www.gazetazn.com.br

DOENÇAS DOS RINS E VIAS URINÁRIAS

Dr. Limirio Leal da Fonseca Filho
CRM: 35.217

Dr. Luiz Augusto Seabra Rios
CRM: 52.025

Rua Conselheiro Brotero, 1.539 - 2º and. - sts. 23/24

3666-8068

dr. waldir portellinha CLÍNICA DE OLHOS

CIRURGIA DE MIOPIA E ASTIGMATISMO A LASER.
Av. Brig. Luiz Antônio, 2.504 - CEP 01402-000 - 11º And. - Jd. Paulista
São Paulo - Telefones: 3284-8186 / Fax: 3287-8506

Garbi Santana
REABILITAÇÃO E BEM-ESTAR
FISIOTERAPIA
ACUPUNTURA
PSICO / FONO
NEUROPSICÓLOGA
PILATES / RPG
Rua Salete, 53/55 - Fone: 2950-0522

Associação de Diabetes Juvenil
"Promovendo educação em diabetes para jovens de todas as idades"
0800-100627 • www.adj.org.br

MÉDICOS

Dr. Geraldo Teles Machado Jr. Título de especialista nº 00414/82
CRM 28.142

"SÍNDROME DO PÂNICO", DEPRESSÕES
Depois de + de 23 anos também na V. Maria Alta

Somatizações (Doenças físicas de causas psíquicas), neuroses, fobias, T.O.C., psicoses, alcoolismo, dependência química, anorexia, bulimia, obesidade, traumas de assaltos e sequestros, internações domiciliares e psicoterapia individual, de casais e familiar.

Dr. Helena Beatriz B. T. Machado
Psicanalista e Psicóloga
CRP 06/42630-2

Análise, Ludoterapia, Psicoterapia (individual, casal e família), Fobia, Anorexia, Bulimia, Obesidade e Orientação Vocacional. Atendimento: crianças, adolescentes e adultos

Consultas só com hora marcada • Não atendemos convênios

Atendemos emergências, e aos sábados, domingos e feriados

Rua Maestro João Gomes de Araújo, 50 - cj. 81 - A. Santana
Rua Pará, 50 - cjs. 31/32 - Higienópolis

Informações e marcação de consultas: Tels: 2281-6500 • 2973-6743

56 anos de Tradição
sempre vigilante, sempre na primeira linha de combate, com independência e com lealdade.