NOSSAGENTE

USA/Brasil • Maio de 2007 • Ano 1 • Edição nº 2

Grátis/Free

Brazilian ID?

O Consulado Brasileiro de Miami está preparando a Carteira de Identidade Consular, entre outras novidades, para ajudar os imigrantes nos EUA, conta-nos o Cônsul-Geral de Miami.

Pág. 19

Marcha dos imigrantes

O Dia do Trabalho foi marcado por protestos dos imigrantes nas principais cidades dos EUA.

Pág. 4

É virose!

Com certeza, em alguma fase de sua vida, você já ouviu este diagnóstico de um médico. Saiba tudo sobre a virose e os melhores meios de combatê-la

Pág. 25

Férias de verão!

Confira as dicas para você e seus filhos.

Mais do que nunca, esta será uma grande “Férias de Verão”. Começará no dia 23 de maio, com a volta às aulas ocorrendo somente no dia 20 de agosto.

Férias de verão significa sair da rotina, mais criatividade na hora de pensar nas atividades com as crianças, cuidados especiais com o sol, alimentação leve e saudável, entre outras coisas.

Esse é apenas o começo. Para aproveitar o melhor das férias, é importante um planejamento...

Leia mais
Pág. 12,13, 26 e 27

RECORD INTERNATIONAL

FREE Preview

Não deixe de conferir a programação da TV Record que estará com o canal aberto.

GRÁTIS!

Receba o Jornal Nossa Gente em sua casa ou escritório.

É grátis!!! Basta assinar na internet ***www.nossagente.net*** *ou preencher um dos cupons que estão no jornal e enviar via correio.*

Sonhar não custa nada,

ou quase nada,

Oferecemos o sonho de morar em sua própria casa sem ter de encarar o pesadelo do financiamento. De modo rápido e fácil, financiamento e refinanciamento com retirada do seu equity no tax i.d. com apenas 540 de score, finaciamento em até 115% podendo refinaciar também e retirar acima do que vale a sua casa. Temos mais de 1000 programas para você escolher. Não perca tempo!

1601 park center drive #8 • orlando, fl - 32835
tel 407 877 6060 • fax 407 522 7676 • efax 321 256 0613

*Sujeito a aprovação de crédito.

Real Mortgage Group

A segurança de um bom negócio

Oportunidade, Risco e Sucesso

Oportunidade e risco são duas faces da mesma moeda. Não há oportunidade sem risco. Quanto maior é a oportunidade, maior é o risco. Você pode administrar essas variáveis para obter ou não sucesso em seu negócio. Percebendo a oportunidade de lançarmos um novo Jornal, meio essencial de comunicação para uma comunidade imigrante, resolvemos correr o risco, bem balanceado, adequando os preços para os anunciantes para a nova realidade presente.

Com o melhor custo x benefício, uma forte penetração com distribuição maciça nos locais brasileiros (nossos *racks* são abastecidos quase que diariamente, disponibilizando o jornal para o leitor) e distribuição gratuita por correio (que já começamos logo com o número um) oferecemos aos anunciantes uma nova forma de se comunicar com seu cliente, o imigrante brasileiro, que necessita de produtos e serviços, fazendo questão sempre de escolher seus patrícios para estes. Antes de fechar seu contrato com qualquer jornal brasileiro, consulte-nos e você vai ter a grata surpresa de ver o quanto está economizando.

Nossa Gente. Novos preços, novo conceito, novas idéias.

Fazemos um agradecimento aos primeiros anunciantes que acreditaram em nossa nova jornada, e convidamos aos outros a anunciarem com o Nossa Gente, levando notícias, bem como sua mensagem publicitária para este povo corajoso e batalhador.

Um agradecimento especial aos nossos colaboradores Cleide Rotondo, Daize Hazan, Delane Ramos, Elaine Peleje Vac, Marcello Silva, Nilson Diseu e Walter Santos, todos profissionais que doaram seu precioso tempo para dividir suas experiências com alguém especial, você, nosso leitor.

Gostaríamos também de convidar nossos leitores a mandarem fatos curiosos de sua história de vida na América para nossa redação. Após uma análise, poderemos publicá-las, fazendo de sua aventura uma história para todos se divertirem, rirem, e chorarem.

Neste número temos o prazer de introduzir dois novos colaboradores: Adriana Santos, com sua nova coluna Dicas de Compras, e Patricia Buzatto, brasileira, graduando-se na Universidade da Central Florida (UCF), com a tese Imigracão Brasileira na Central Flórida, uma longa pesquisa que vamos dividir em vários capítulos contando a história dos brasileiros que se mudaram para Orlando.

Muito obrigado a todos e boa leitura!

Opinião do Leitor

Oi, Nossa Gente!
Aqui quem lhes escreve é Multy.
Eu canto e toco na noite em Orlando.
Estou escrevendo, em primeiro lugar, para parabenizá-los pelo excelente trabalho. Eu acabei de ler a primeira edição de A à Z e está perfeita. Muito bem escrita, com um layout muito agradável, exatamente de acordo com o formato que vocês escolheram; a pauta bem selecionada. Fiquei grato pela surpresa, feliz pelo capricho que vocês tiveram. A qualidade do que produziram foi ótima. Que esta seja a primeira de uma infinidade de sucessos.
Muito obrigado e muito sucesso para vocês.
Multy – Cantor e Compositor

Queridos amigos, muito obrigada pelo carinho da matéria em seu primeiro número de "Nossa Gente". Venho recebendo feedback bastante favorável, pois muitas pessoas me telefonaram. Parabéns pelo seu trabalho, muita sorte (todo desafio, além de talento, também precisa de sorte, não é?)
Lady Sol – Artista e Empresária

Parabéns! Vida longa para o NOSSA GENTE!!!
Paulão, até que enfim! Sonho realizado.
Mas, valeu a pena esperar: O "Nossa Gente" já nasceu com "cara de gente grande", com a escolha do nome do jornal muito bem resolvida, traduzindo bem o objetivo da comunicação com os brasucas.
A logomarca com as bandeiras ficou bonita e versátil, vai render muito na identidade visual. O "Nossa Gente" está muito bem editado, com uma pauta bem abrangente e diversificada. Muito boa a sua diagramação inserindo fotos recortadas no corpo das matérias, um trabalho muito dificultoso. A escolha de uma tipologia moderna, colunas, textos e títulos com formatos na medida. Boa qualidade editorial das fotos, você sabe muito bem que a foto P&B é muito mais difícil de imprimir.
Ideal na proporção dos textos, equilibrando a relação "anúncios x textos".
Paulão, nem tem muito o que falar, é o resultado de trabalho profissional.
Parabéns para os editores, Paulo e Marcio
Paulo Garcia Ribeiro – Graphic Design – Brasil

Olá! Parabéns pelo jornal, achei ótima a idéia. Já estávamos precisando de um jornal que realmente falasse de notícias da comunidade. Sorte e muito sucesso!
Até! Vanessa Caetano – Revista VIP Magazine

Gostei muito do seu jornal. Gostaria de recebê-lo em minha casa.
Obrigado, Wesley Vasconcelos

Gostei de como vocês abordam os assuntos!
Willian Miranda

Gostaria de receber o Jornal "Nossa Gente" em minha residência, pois achei muito bom! Parabéns!
Jorge Pontes

Eu não conhecia o "Nossa Gente" até ir a Orlando. Amei! Eu penso que é o único jornal brasileiro que realmente nos oferece notícas locais e informações sobre eventos!
Obrigada, Ana Dombrowski

Seu Advogado Brasileiro nos Estados Unidos

IMIGRAÇÃO
Primeira consulta grátis para imigração.

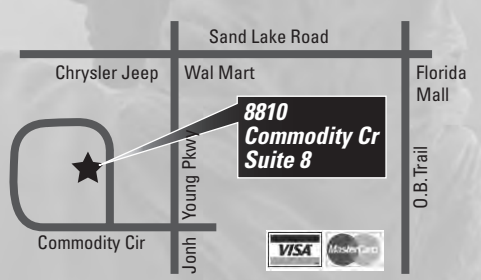
· DIVÓRCIOS · CHEQUES DEVOLVIDOS · CONTRATOS ·
· IMÓVEIS · EMPRESAS · PROCURAÇÕES ·

WALTER G. SANTOS
ADVOGADO

· Advogado nos Estados Unidos, membro do Florida Bar.
· Advogado no Brasil, membro da OAB desde 1993.
· Mestre em Direito - PUC/SP.

REGISTRADO NO NOTÁRIO PÚBLICO CONSULADO BRASILEIRO

SANTOS
LAW FIRM, P.L.
8810 Commodity Circle, #8
Orlando, FL 32819-9065
(407) 447 9090
santoslawfirm@gmail.com



A Graphic Design 407 276 6108

"A contratação de um advogado é uma decisão importante que não deve se basear somente em anúncios. Antes de você decidir, solicite-nos o envio gratuito e por escrito de nossas qualificações e experiência."

Marcha por uma reforma imigratória Justa

Em um clima pacífico e de ordem, foi realizada a Marcha Por Uma Reforma Imigratória Justa no dia 1º. de maio, em downtown Orlando.

Ao contrário do último ano, quando milhares de imigrantes participaram em um dia nacional de protesto, este ano a marcha contou com pouco mais de 1.000 imigrantes e, segundo a polícia de Orlando, a grande maioria eram hispanos. O que se vê hoje é um movimento que perde força, preocupando os advogados de imigração quanto ao rumo que as leis de imigração tomarão nos próximos meses.

Pais e filhos desfilaram juntos ao redor do Lake Eola, gritando palavras de protesto e justiça. A marcha contou com extensiva proteção policial que acabou se mostrando desnecessária, uma vez que apenas dois manifestantes presentes estavam contrários à marcha e solitários em um canto do parque. O protesto correu de forma pacífica, com a prisão de apenas um jovem que não participava da marcha.

Apenas duas pessoas carregavam cartazes contra a marcha

A única mídia brasileira presente na marcha de 1º. de maio foi o "Nossa Gente", que não encontrou nenhum brasileiro participando dos protestos. Medo? Insegurança? Em uma análise um pouco mais profunda, notamos que geralmente os imigrantes brasileiros não participam deste tipo de protesto por falta de organizações brasileiras com força política necessária para viabilizar uma manisfestação deste porte.

Alguns dos organizadores se decepcionaram com a quantidade de pessoas presentes, porém não se desanimaram, e continuarão sua luta por uma reforma imigrátória justa para todos.

Marcha pede anistia para imigrantes ilegais na Inglaterra

Aproximadamente 50 mil pessoas entre políticos, ativistas, estudantes e artistas participaram de uma missa na Catedral de Westminster, Londres, precedida por uma marcha no centro da cidade para pedir ao governo anistia a milhares de imigrantes ilegais que vivem na Grã-Bretanha.

Os protestos, organizados durante a campanha "De Estrangeiros à Cidadãos", começou por volta de meio-dia com uma missa celebrada pelo arcebispo de Westminster e chefe da Igreja Católica na Inglaterra e Gales, cardeal Cormac Murphy O'Connor, titulada "Homília para os Imigrantes".

Pouco depois do serviço religioso na catedral metropolitana, os assistentes realizaram uma marcha ao centro da Trafalgar Square, onde pediram uma anistia aos milhares de imigrantes ilegais que vivem e trabalham no país.

Segundo os organizadores, pelo menos 870 mil imigrantes ilegais "fazem uma contribuição enorme à sociedade britânica".

O ministro para a imigração, o trabalhista Liam Byne, declarou que essa medida colocará demasiada pressão nos serviços públicos e "prejudicarão severamente a Grã-Bretanha".

NossoClassi

Vender, Alugar, Comprar, Emprestar, Doar.
Com NossoClassi é muito mais fácil!

Classificados grátis para bens pessoais e empregos.
Apenas $15 para fins comerciais para cada 30 palavras.

Você pode enviar seu classificado por carta P.O. Box 772227 Orlando, FL 32837 ou email: info@nossagente.net

De 16 a 30
de Maio, veja a
Record Internacional.
em free preview
no canal 575

Assine a Record Internacional e Ganhe

$10.00 Dez Dolares

Em chamadas Telefônicas Internacionais*

Informações: 1 866 528 6262

Promoção válida de 01 de Maio a 31 de Julho de 2007

*A Record Internacional não se responsabiliza pelo serviço de ligações telefônicas prestado pela operadora Global Nova

A Importância do Contrato

O que é combinado não sai caro, diz o dito popular. Muitas vezes as pessoas não atentam para a importância de um contrato. O contrato faz lei entre as partes. Estabelece obrigações e direitos, ou seja, aquilo que cada parte deve fazer, bem como o que elas têm direito a receber. Pode passar desapercebido, mas todos os dias executamos diversos contratos, seja ao abastecer o automóvel, ao fazer compras de supermercado, ou até mesmo ao pagar o filho do vizinho para cortar a grama de casa.

Todos esses são exemplos de contratos que, normalmente, são executados verbalmente, possuindo, no Estado da Flórida, validade idêntica a um contrato escrito.

A diferença é que um contrato verbal pode ser mais difícil de provar, seja quanto à sua existência, ou quanto à extensão dos direitos e das obrigações de cada parte.

> todos os dias executamos diversos contratos, seja ao abastecer o automóvel, ao fazer compras de supermercado, ou pagar ao filho...

Por isso a necessidade de, sempre que possível, executar um contrato escrito. Para isso, é indispensável que as partes interessadas dediquem algum tempo para elaborar um contrato escrito, evitando que no futuro venham a gastar muito mais na tentativa de recuperar quantias não recebidas ou pleitear o cumprimento de obrigações não cumpridas pela outra parte. Para ter validade, um contrato escrito precisa ter alguns elementos mínimos, como os que seguem ao lado.

(1) Identifique todas as partes: todo contrato deve ter as partes contratantes devidamente identificadas. Quanto mais informações possíveis, mais segurança isso trará para exigir o cumprimento do acordo. Sempre inclua o nome e sobrenome dos contratantes (ou a denominação completa da empresa), endereço, telefone, fax.

(2) Descreva o objeto do contrato: todo contrato deve descrever adequadamente o objeto do acordo entre as partes. Num contrato de prestação de serviços, por exemplo, o contrato deve estabelecer claramente que tipo de serviço será executado. Por exemplo, um contrato para colocação de piso deve determinar a quantidade, o tipo de piso a ser colocado, se o piso anterior será retirado pelo prestador do serviço, se este entulho será jogado fora também pelo prestador do serviço, ou se é de responsabilidade do contratante e assim por diante. De igual forma, se o contrato se referir à compra e venda de um bem ou mercadoria, deve também especificar com precisão a descrição do bem vendido. Acima de tudo, a diferença de um contrato entre bens e serviços, determina qual a legislação aplicável na hipótese de se precisar recorrer a um advogado para resguardar os direitos das partes previstos no contrato.

(3) Liste todos os termos e condições do contrato: numa extensão do item anterior, após descrevermos o objeto, é indispensável apontar todos os termos e condições contratuais. Por exemplo, o preço, forma de pagamento, qualidade do produto, quantidade, cor, data de entrega, penalidade se não houver cumprimento das cláusulas contratuais, juros na hipótese de não pagamento, bem como outras condições que as partes possam vir a estabelecer.

(4) Data e assinatura: não raro são os casos em que o contrato, apesar de estar corretamente redigido, não é assinado por todas as partes. A parte que não assinar o contrato não poderá ser responsabilizada pelo conteúdo do mesmo, salvo se houver outros meios que provem o prometido por ela. Isto significa que, havendo duas partes no contrato, deve ele ser impresso em duas vias originais, uma via para cada parte. As duas vias deverão ser datadas e assinadas pelas duas partes, sendo que cada uma delas fica com uma das vias.

É recomendável, ainda, a inclusão de certas cláusulas auxiliares, objetivando a simplificação de possível futuro litígio acerca do contrato.

Walter G. Santos, Advogado em Orlando, FL

(5) Cláusula de Integração (Merger Clause): esta disposição visa estabelecer que a totalidade do acordo entre as partes encontra-se no documento escrito, evitando-se que no futuro qualquer das partes venha alegar que o contrato não continha todas as promessas combinadas entre as partes, que houve promessas orais não deduzidas a escrito. A linguagem desta cláusula pode ser bastante simples, como essa sugestão: “This Contract constitutes the sole and only agreement of the parties and supersedes any prior understandings or written or oral agreement between the parties respecting the within subject matter”.

> Data e assinatura: não raro são os casos em que o contrato, apesar de estar corretamente redigido, não é assinado por todas as partes

(6) Lei de Regência (Governing Law): não raro, negócios são feitos por partes sujeitas a jurisdições legais distintas. Ao contrário do Brasil, onde o Código Civil regula o direito das obrigações de forma uniforme em todo o território brasileiro, nos Estados Unidos cada estado tem o poder de legislar sobre relações contratuais. Isto significa que a lei da Flórida, em matéria de contratos, não é, necessariamente, igual à dos outros 49 estados americanos. Para evitar qualquer margem de discussão, é recomendável que um contrato celebrado com partes residentes ou estabelecidas em diferentes estados preveja qual a lei que se aplicará ao contrato entre elas celebrado. Assim, aqui na Flórida, é comum incluir nos contratos uma cláusula que preveja o seguinte: “This Contract shall be construed under and in accordance with the laws of Florida, and all obligations of the parties created hereunder are performable in Orange County, Florida”.

Obviamente existem exceções, devendo ser discutidas especificamente com um advogado habilitado. Entretanto, em linhas gerais, se uma das partes for residente da Flórida ou uma empresa estabelecida neste mesmo estado, é recomendável adotar esta cláusula.

(7) Foro Privilegiado (Choice of Venue): uma das primeiras perguntas que surgem quando um contrato é descumprido é “onde ajuízo a ação?”. Na falta de previsão específica no contrato, deve ser observado o local de residência do demandado ou o local onde surgiu a relação contratual, vale dizer, onde foi assinado o contrato. Isso

Frei Galvão se torna o primeiro santo brasileiro

O Brasil, terras de ícones mundiais como Antonio Carlos Jobim e Roberto Carlos na música, e como Pelé e Garrincha no futebol, terá, com a canonização do Frei Galvão, o que lhe faltava como país com maior número de católicos do mundo: um santo próprio.

O papa Bento XVI rezou uma missa, na qual estiveram presentes cerca de 1,5 milhão de pessoas, e declarou santo Antonio de Sant'Anna Galvão, que nasceu na cidade do interior paulista de Guaratinguetá em 1739 e morreu em São Paulo no dia 23 de dezembro de 1822.

O religioso é conhecido popularmente pelas chamadas "pílulas do Frei Galvão", orações escritas em papel de arroz e enroladas em formato de pequenas pastilhas pelas freiras do Monastério da Luz, centro de São Paulo.

Cerca de 10 mil pílulas são distribuídas por dia no Monastério da Luz, onde está enterrado o franciscano.

A intervenção em dois milagres recentes é atribuída ao Frei Galvão: o de Sandra Grossi de Almeida, engenheira química de 37 anos que se casou no final de semana passado e que vive em Brasília, e o de Daniela Cristiana da Silva, hoje com 21 anos, estudante da capital.

O primeiro milagre, segundo a igreja, ocorreu quando Daniela tinha 4 anos e sobreviveu a uma Hepatite A que lhe foi diagnosticada depois de ter nascido com 1,8 quilos.

O outro é o caso de Sandra, que perdeu três filhos durante a gravidez há oito anos por causa de um problema congênito no útero, a falta de elasticidade normal para suportar a gestação do feto.

O milagre de Sandra é que, mesmo com esse problema, conseguiu dar a luz a Enzo, que nasceu com os pulmões ainda em formação, mas sobreviveu.

Ambos casos foram apresentados ao Vaticano e o Papa João Paulo II o beatificou em 1998.

Bento XVI, contra o que lhe foi ordenado quando assumiu há dois anos, fez uma exceção com a realização da canonização de Galvão, no Brasil.

Galvão, que nasceu em uma família rica, se dedicou à vida pastoral e aos estudos de arquitetura e alvenaria, o que o levou a ser Padroeiro da Construção Civil no Brasil.

Em 1798 o Legislativo de São Paulo o definiu como homem de paz e caridade pelo poder de aliviar a dor dos doentes com suas "pastilhas".

O Vaticano lhe reconheceu o milagre de 1999 e o nascimento de Enzo, em dezembro de 2006, quando a viagem de Bento XVI ao Brasil foi anunciada.

Resumo da visita do Papa ao Brasil

Bento XVI foi implacável em sua visita no Brasil, no mês de maio. Em seus "mandamentos", não poupa ninguém. Logo na chegada a São Paulo, bateu forte nos defensores do aborto. No dia seguinte, enquadrou os jovens - ao pregar a castidade e defender o namoro, em vez do "ficar". Ontem, após canonizar Frei Galvão, o primeiro santo 100% brasileiro, foi duro com os líderes da própria Igreja Católica no país. Censurou possíveis desvios sexuais por parte do clero. Condenou as uniões livres e o divórcio. Além disso, voltou a ser impiedoso com o aborto, atacou a corrupção e criticou meios de comunicação que ironizam a castidade no casamento.

Mais notícias sobre a visita do Papa Bento XVI visite nosso web-site: www.nossagente.net

não é necessariamente favorável, pois as partes podem mudar de cidade ou até de estado, tornando, em certos casos, dificultosa e cara a ação judicial. A melhor arma é introduzir no contrato uma cláusula que determine o foro do mesmo. Em outras palavras, o local onde o contrato deve ser objeto de ação judicial, caso isso seja necessário. De forma mais simplista, indica-se qual Corte terá jurisdição para interpretar o contrato e determinar que o mesmo seja cumprido. A intenção é indicar o foro mais próximo da sua residência ou local de estabelecimento da empresa. Desta forma, assegura-se que esta Corte reterá jurisdição para examinar qualquer ação que advenha deste contrato. Um exemplo desta cláusula a seguir: "Any litigation arising from this contract shall commence in Orange County, State of Florida".

(8) Cláusula de Arbitragem (Arbitration Clause): é possível manter as disputas contratuais alheias ao sistema judicial. Para isso, basta incluir uma cláusula que obrigue as partes a recorrerem unicamente à arbitragem como forma de resolução de eventual conflito contratual. A arbitragem costuma ser mais rápida e menos onerosa do que o efetivo ajuizamento de ação no Poder Judiciário. Entretanto, se o valor de contrato for até $ 5,000.00, a disputa pode se resolver no juizado de pequenas causas (small claims), cujo trâmite é bem mais simplificado do que o procedimento ordinário, tornando dispensável a inclusão desta cláusula opcional de arbitragem. Um modelo dela: "Any controversy or claim arising out of or relating to this Agreement shall be settled by arbitration in Orange County, Florida, by and in accordance with the Rules of the American Arbitration Association."

Estas são apenas algumas sugestões básicas para a elaboração de um contrato escrito que contenha um mínimo de proteção para quem o assina. Infelizmente, nem sempre é possível confiar em promessas verbais. Para evitar mal-entendidos, é extremamente importante redigir os termos do acordo entre as partes, colhendo a assinatura das mesmas. Na dúvida, consulte sempre um advogado habilitado para melhor assessorá-lo. Esteja certo que o custo para prevenir é muito menor que para remediar.

* A informação contida neste artigo constitui mera informação legal genérica e não deve ser entendida como aconselhamento legal para situações fáticas concretas e específicas. Se você precisa de aconselhamento legal, consulte sempre um advogado que seja licenciado e membro da organização de classe (The Bar) do Estado onde você reside.

Bush diz que situação dos ilegais deve ser resolvida sem anistia

O presidente norte-americano, George W. Bush, disse no dia 12 de maio que a situação dos 12 milhões de imigrantes ilegais nos Estados Unidos deve ser resolvida, mas não através da "anistia", como os setores conservadores qualificam a intenção dos democratas de regularizar o status dos sem documentos.

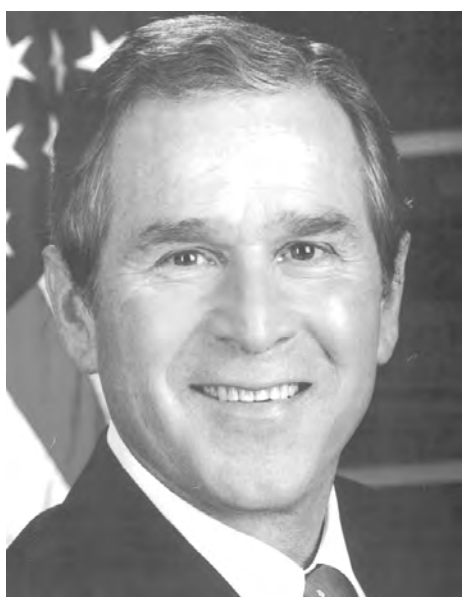
"Os democratas e os republicanos concordam que nosso sistema migratório atual precisa de uma reforma", disse Bush em sua mensagem de sábado. Segundo o presidente, os dirigentes de ambos os partidos concordam que é necessário um sistema que respeite as leis e que "satisfaça as necessidades legítimas dos trabalhadores, trate com dignidade as pessoas e que ajude os recém-chegados para que se integrem" na sociedade norte-americana.

"Devemos resolver a situação dos milhões de imigrantes ilegais que já estão aqui, sem anistia, e sem animosidade", disse.

Por sua vez, o chefe da bancada democrata no Senado, Harry Reid, disse no dia 11 de maio que é preciso "dar a esses 12 milhões de imigrantes sem documentos a oportunidade de sair das sombras e vir à luz".

No dia 15 de maio, o Senado norte-americano retomou o debate sobre a reforma migratória, que está travada no Congresso entre duas posições. A maioria democrata quer estabelecer um processo gradual de legalização da situação dos sem documentos.

Já os conservadores, representados por grande parte dos republicanos, querem criminalizar os imigrantes ilegais diretamente e punir aos que lhes oferecerem assistência ou lhes derem emprego.



Onde encontrar em Orlando

É com alegria que participo do Jornal Nossa Gente, e através dele proporciono à nossa comunidade, informações e dicas de compras.

Orlando é uma cidade repleta de opções e muito bem estruturada para atender às necessidades da população. Com o turismo como carro-chefe desta indústria sem chaminés, a cidade cresceu de uma forma assustadora nos últimos anos, trazendo novos e diversos segmentos comerciais. Hoje, podemos dizer que vivemos numa cidade com todos os recursos de uma grande cidade.

O objetivo desta coluna é trazer dicas e informações de "Onde encontrar em Orlando". Muitas informações já são de conhecimento geral da nossa comunidade, mas com certeza, alguma novidade vocês irão encontrar.

Este mês, a primeira coluna de "Dicas de Compras" comecará com informações e dicas para quem está esperando bebê ou já tem crianças em casa, e lembre-se leitor, se precisar de alguma dica, ou tiver alguma pergunta ou informação interessante, entre em contato conosco através do e-mail dricompras@nossagente.net

- **Baby's Corner & Big Kids 2**
  www.babyscornerbigkids2.com
  770 E. Altamonte Drive
  Altamonte Spgs, FL 32701
  (407) 834-2500
  Decoração completa para quarto de bebê, berço, cômodas, cadeira para amamentar, e outras variedades

- **USA Baby & Child Space**
  www.usababy.com
  969 Sandlake Road
  Orlando, FL 32809 (407) 240-7801
  Decoração para quarto de bebê e criança, móveis, carrinho de bebê e muito mais... A loja é linda, com coisas bem diferentes

- **Pottery Barn Kids**
  www.potterybarnkids.com
  Millenia Mall
  4200 Conroy Road
  Orlando, FL 32839 (407) 363-3555
  Loja do momento para decoração de quarto de bebê e criança

- **Pier 1 Kids**
  www.pier1kids.com
  701 N. Alafaya Trail
  Orlando, FL 32828 (407) 382-1807
  Para quem gosta da Pier 1, visite também a Pier 1 Kids para decoração e móveis de criança.

- **Babies"R"Us**
  www.toysrus.com
  2654 E. Colonial Drive
  Orlando, FL 32803 (407) 896-7757
  Esta é a loja preferida das novas mamães, principalmente para lista de chá de bebê. Tem tudo que vocês possam imaginar para bebê.

- **Bugaboo Strollers**
  www.bugaboo.com
  Millenia Mall
  Neiman Marcus
  4200 Conroy Road
  Orlando, FL 32839 (407) 363-3555
  Os famosos carrinhos de bebê Bugaboo.

- **Target**
  www.target.com
  Móveis, roupas, decoração e utensílios para bebê. Faz também lista de chá de bebê.

- **Burlington - Baby Depot**
  www.burlingtoncoatfactory.com
  8204 South Orange Blossom Trail
  Orlando, FL 32809 (407) 857-0888
  Muita variedade para bebê e criança. Faz lista de chá de bebê.

- **Strasburg Children**
  www.strasburgchildren.com
  Premium Outlet
  8200 Vineland Ave.
  Orlando, Fl 32821
  Esta loja tem vestidos e roupas de batismo maravilhosos, para meninos e meninas.

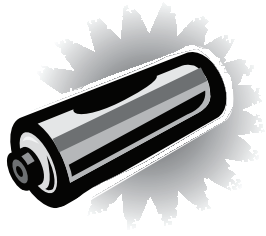
dricompras@nossagente.net
Adriana Santos

Com os Furacões Chega a Isenção de Impostos

Os Floridians poderão, mais uma vez, repor seus estoques de material necessário para a temporada de furacões, comprando produtos sem pagar impostos. É o famoso "Sales Tax Holiday" ou "TAX-FREE", que este ano vai começar dia 01 de junho às 12:01 AM e terminará dia 12 de junho à meia-noite. O governador da Flórida, Charlie Crist, aprovou este período de vendas onde não serão coletadas as taxas em específicos produtos que precisam estar entre os preços da lista abaixo.

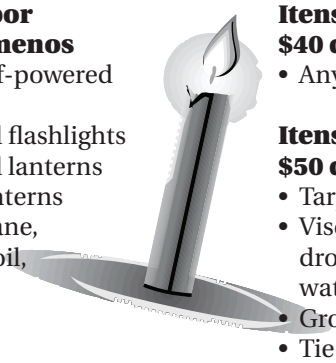
Lista de Produtos Sem Impostos

Se o preço de um produto passar do valor especificado abaixo, o produto tem que ser taxado em seu valor total.
Por exemplo, se você quer comprar uma lanterna à gasolina que na lista consta entre os produtos de 20 dólares, ela será isenta de taxa somente se custar até 20 dólares. Se seu preço for US$20.01, você pagará a taxa sobre o valor total.
O Jornal "Nossa Gente" resolveu deixar a lista em inglês para facilitar suas compras.



Itens vendidos por $10 dólares ou menos
- Blue ice or items sold as artificial ice

Itens vendidos por $20 dólares ou menos
- Any portable self-powered light source
- Battery-powered flashlights
- Battery-powered lanterns
- Gas-powered lanterns (including propane, kerosene, lamp oil, or similar fuel)
- Tiki type torches
- Candles



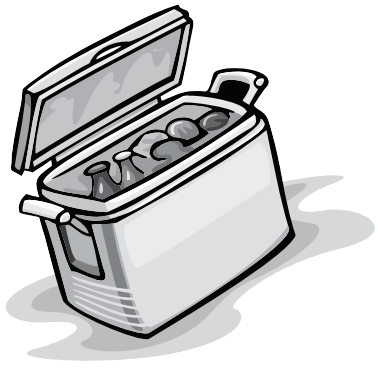
Itens vendidos por $25 dólares ou menos
- Any gas or diesel fuel container (including LP gas containers and kerosene containers)

Itens vendidos por $30 dólares ou menos
- Batteries, including rechargeable (listed sizes **only**)
  n AAA-cell
  n AA-cell
  n C-cell
  n D-cell
  n 6-volt (excluding automobile and boat batteries)
  n 9-volt (excluding automobile and boat batteries)
- Coolers (food-storage; non-electrical)
- Ice chests (food-storage; non-electrical)

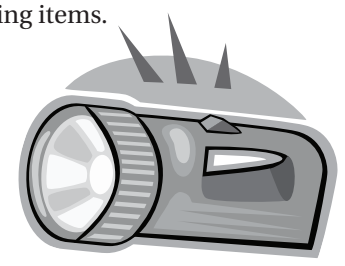
Itens vendidos por $40 dólares ou menos
- Any cell phone charger

Itens vendidos por $50 dólares ou menos
- Tarpaulins (tarps)
- Visqueen, plastic sheeting, plastic drop cloths, and other flexible waterproof sheeting
- Ground anchoring systems or kits
- Tie-down kits (items that are adverti sed or normally sold as a tie-down kit)
- Bungee cords
- Ratchet straps

Itens vendidos por $60 dólares ou menos
- Any cell phone batteries

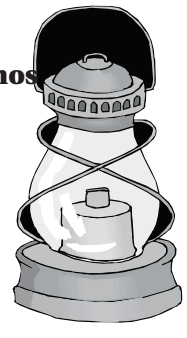


Itens vendidos por $75 dólares ou menos
- Radios (self-powered or battery-powered)
- Two-way radios (self-powered or batterypowered)
- Weather band radios (self-powered or battery-powered)
- Any carbon monoxide detectors
- Any package consisting of two or more of the previously listed qualifying items.



Itens vendidos por $200 dólares ou menos
- Storm shutter devices (defined as materials and products specifically manufactured, rated, and marketed for the purpose of preventing window damage from storms)

Itens vendidos por $1.000 dólares ou menos
- Portable generators that will be used to provide light, communications, or to preserve perishable food in the event of a power outage.



CASA PRÓPRIA AO SEU ALCANCE

Comprar casa? Neste Mercado??!!

Não estou louco, não! É verdade que o mercado imobiliário subiu muito nos últimos cinco anos. A alta fez com que o sonho americano, o sonho da casa própria, ficasse cada vez mais longe e quase impraticável.

Porém, a situação mudou muito nos últimos 24 meses. A especulação esfriou, a realidade atingiu o mercado em cheio. Se por um lado as casas estão mais caras, por outro, temos muitos incentivos para comprar o quanto antes.

Casa ou condo? Comprar na planta ou não? Comprar agora ou esperar? A primeira pergunta, cabe ao caro leitor responder; às demais eu faço questão de ajudar, porém, a decisão é sua.

Vamos aos fatos. Existe agora um senso de urgência, pois assim como ocorreu durante o período de alta especulação, o preço do imóvel médio na Flórida Central continua subindo, mesmo com toda a crise no mercado imobiliário. Este fato é assustador, pois os salários não aumentaram, e o poder real de compra do consumidor está cada vez mais "esprimido".

As construtoras estão oferecendo mais incentivos do que nunca: no "closing cost", no "down payment", um ano de financiamento pago, máquinas de lavar, secar, e geladeira. Oferecem todos os tipos de incentivos disponíveis, bem diferente de dois anos atrás. Os donos de imóveis estão desesperados; as casas demoram em média 7 meses para vender. Por isso, estão dispostos a pagar "closing costs" e renegociar o preço do imóvel.

As casas anunciadas estão sendo vendidas com um desconto médio de 14 %; em muitos casos, os donos dos imóveis estão abaixando o preço de suas casas até mais do que isto. Tudo depende de como se negocia um contrato; por isso é muito importante estar bem representado, ter um corretor de experiência e confiança.

Um outro fator de extrema importância, é a taxa de juros. A taxa de juros segue baixíssima quando comparada com níveis históricos, e é muito importante ter um corretor de financiamentos (mortgage broker) ou um gerente de banco de extrema confiança, que irá lhe vender um financiamento o qual você possa pagar, não aquele que dará mais dinheiro para eles. Atenção!!! Fique longe dos financiamentos com taxas variáveis e de ofertas fantasiosas. Desconfie!!!

Eu sei que, assim como eu, você também deve ter escutado por aí que as taxas de juros vão voltar a cair e que, por isso, temos que esperar o momento certo, preço certo, mercado certo, ou seja, que o universo conspire em nosso favor…conheço pessoas que estão esperando há quase cinco anos; mercado subiu, desceu, e elas lá, "esperaaaaando".

Segue uma lição aprendida à "duras penas": o momento ideal para mim pode vir seis meses depois do momento ideal para todo mundo! As taxas de juros baixas, vendedores "extremamente" motivados, construtoras desesperadas e grandes incentivos, fazem deste, um mercado atraente para aquele consumidor "educado".

Comprar ou não comprar? Esta resposta cabe a você decidir, porém vale lembrar que pagar aluguel é o mesmo que "queimar dinheiro", e que o imóvel valorizou em média 8% ao ano nos últimos 30 anos em todo os EUA.

Portanto, você que é um consumidor inteligente, paciente e munido de um time de corretores qualificados e de confiança, terá tudo para comprar a sua casa própria sem gastar um centavo.

Comece agora! A sua casa própria lhe espera!

Marcello M. Reis e Silva
Assistant Vice-President
Manager Personal &
Business Banking
RBC Centura Bank

Finalmente toda a assessoria que você e sua empresa precisam pode ser encontrada em um só lugar!

- Abertura de Empresa, Obtenção de Número Federal (FEIN), Seguro, etc...
- Notário Público (Registrado no Consulado Brasileiro)
- Criação de Logotipo Personalizado para sua Empresa
- Criação de Material Promocional
- Traduções e Revisões PROFISSIONAIS (Membro FLATA): técnica, médica, jurídica, marketing, web-sites, jornais, livros, revistas e documentos em geral.

WE WORK FOR YOU
ALLCOMP
Solutions

DIVISÃO DE CARGAS
www.allcompcargo.com

- Mudanças para o Brasil com containers de 20 e 40 pés
- Transporte aéreo e marítimo para sua empresa com serviço de despachante aduaneiro pronto para liberar sua carga e cuidar da remessa até sua porta.
- Despacho de documentos e pequenas cargas via DHL, FEDEX e UPS, com os melhores preços do mercado.
- Desembaraço aduaneiro no Brasil e nos Estados Unidos feito por profissionais credenciados.

A Graphic Design 407 276 6108

Consulte-nos hoje mesmo!

Fone: 407-965-1882
Fax: 407-264-8394
Brasil: (011) 3711-2929

7061 Grand National Dr., # 138
Orlando, FL 32819
Skype: allcompt
e-mail: sales@allcomp.biz
www.allcomp.biz

Confira a qualidade do nosso trabalho de revisão: somos revisores do "Nossa Gente"!

Business Card Exchange foi um sucesso no Cattlesman's

Mais uma vez o Happy Hour da CFBACC foi um sucesso. Gostariamos de agradecer ao restaurante Cattleman's e sua equipe por seu excelente serviço. Se você ainda não se afiliou à Chamber of Commerce, não perca sua change. O próximo Happy hour será no mês de junho.

Carlos Araujo, TAM Marcio Silva e Al Perez, United American Insurance Company

Neyla Fernandes, Denise Dunlop e o casal Marcia e Luis Valladares

CFBACC participou da 14ª Hispanic Fair

Foi um sucesso a participação da CFBACC na 14ª Hispanic Fair. O atendimento de centenas de pessoas mostrou o crescente interesse no mercado brasileiro na Florida Central.

Fernando Piancastelli e Sarita Schwartzmann, diretores da CFBACC

Rosana Almeida, Presidente da CFBACC, Antonio Patriota novo Embaixador Geral do Brasil em Washington e Bernardo Feller, Diretor da CFBACC

Rede de Solidariedade e CFBACC

A CFBACC Representada pelo seu Presidente Rosana de Almeida e Diretor Bernardo Feller, foi uma das poucas entidades da Florida Central a comparecer ao lançamento oficial da Rede de Solidariedade, em Pombano Beach, FL no dia 20 de abril de 2007.

Eles estiveram com o Consul Geral de Miami, João Almino e o recem embossado Embaixador Geral do Brasil em Washington, Antonio Patriota, que se mostrou muito atencioso com todos. Também estavam presentes empresários, jornalistas, executivos e representantes de inumeras igrejas.

Leia mais sobre a Rede de Solidariedade na pág. 19 do Nossa Gente.

Business Card Exchange

Duas Câmaras em uma noite de aventura!

CFBACC
Central Florida Brazilian American Chamber of Commerce

HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE METRO ORLANDO

Junte-se à Central Florida Brazilian American Chamber of Commerce e a Hispanic Chamber of Commerce para nosso Business After Hours no Pirate's Dinner Adventure.

Não se esqueça de trazer seus cartões de visita.

PIRATE'S DINNER ADVENTURE

PRÓXIMO ENCONTRO

JUNHO 2007
6pm - 8pm

Maiores informações 407 690-9722 no site www.cfbacc.com ou email: info@cfbacc.com

Comunidade Brasileira também faz parte da Latinização em Orlando

Estudo da Latinização focalizado em imigração brasileira em Orlando não é um assunto explorado por teóricos e historiadores. É difícil estudar um grupo étnico sem saber em qual categoria os brasileiros se encaixam. A grande maioria dos teóricos aqui dos Estados Unidos não consideram os brasileiros latino-americanos. Durante minha pesquisa sobre Imigração Brasileira em Orlando, encontrei muitos teóricos e historiadores americanos que definem Latinização somente considerando hispanos e os latino-americanos que falam espanhol. Na verdade, de acordo com o U.S. Census Bureau, o termo "Hispanic" significa pessoas que têm raízes da Espanha, mas que nasceram no México, na América Central ou na América do Sul. Por que tantos americanos, e às vezes latinos, pensam que brasileiros são hispanos? Provavelmente, pela primeira vez através de uma longa pesquisa acadêmica, estaremos analisando a "latinoamericanidade" do ponto de vista do imigrante brasileiro em Orlando. Teóricos no Brasil definem "latinoamericanidade" como um termo que demonstra as origens latinas através da língua portuguesa, e também de uma mistura de outras culturas européias que foram trazidas com os imigrantes que vieram para o Brasil em torno de 1890 até pouco depois da Segunda Guerra Mundial.

Fernando Cocchiarale, crítico de arte do evento em São Paulo, "A Arte Contemporânea da América Latina; o Característico e o Não Regional", afirmou que a "latinoamericanidade" em termos de cultura não tem nada em comum que unifique a América Latina. Ele argumentou as diferenças históricas entre Brasil e os países latino-americanos colonizados pelos espanhóis. Por exemplo, nenhum outro país da América Latina, além do Brasil, teve o sistema político Monárquico. Este é um dos exemplos de que a história e cultura brasileira são diferentes da história e da cultura hispana. Logicamente, muitos americanos não conseguem distinguir a diferença entre hispanos e brasileiros. Na verdade, é muito dificil encontrar um brasileiro que não se incomode em ser considerado hispano. Seria interessante se os americanos considerassem o termo "latino-americano" como um termo geográfico. Desta forma, o Brasil, geograficamente sendo parte da América Latina, seria incluído entre os latinos, porém, distintos culturalmente dos hispanos. Essa idéia não sugere que os brasileiros tenham problema algum com a cultura hispana, no entanto, preferem ser identificados como brasileiros. Existe uma generalização de que todos os latino-americanos falam espanhol. No entanto, os brasileiros são latino-americanos que falam português, têm raízes multi-étnicas e uma cultura única.

Sim, os brasileiros fazem parte da Latinização que vem acontecendo na cidade de Orlando nos últimos 15 anos. O número de brasileiros vem crescendo muito desde 1990, e estima-se hoje que existam cerca de 40.000 brasileiros na cidade de Orlando, os quais, para serem estudados, teriam que ser considerados latinos do idioma da língua portuguesa. Entender melhor a história dos imigrantes na Flórida e em Orlando, é entender melhor uma parte dos Estados Unidos dentro deste fenômeno de Latinização na Flórida.

Patricia Buzato - UCF Graduate Student

Professores fundam associação em defesa da língua portuguesa

"A Pátria não é a raça, não é o meio, não é o conjunto dos aparelhos econômicos e políticos: é o idioma criado ou herdado pelo povo."
Olavo Bilac

Em defesa da valorização da língua portuguesa, professores de português como segunda língua em universidades americanas, "colleges" e "high schools" de toda região sudeste dos EUA, se reuniram para participar de um simpósio e workshop realizado no Valencia Community College, em Orlando, no dia 3 de maio de 2007.

Para se ter uma idéia da importância do tema, o Cônsul-Geral de Miami, João Almino, esteve presente, participando de todo o simpósio. Em seu discurso, fez questão de ressaltar a importância da língua na formação de um povo, bem como da Flórida neste contexto geral, uma vez que somos um dos estados americanos com a maior população de imigrantes que utilizam a língua portuguesa.

Vários foram os assuntos abordados, entre eles: como aumentar e formar uma network entre os professores para a discussão de futuros tópicos, estratégias de como aumentar as matrículas de alunos e, principalmente, como aumentar o ensino e a visibilidade da língua portuguesa entre os americanos.

Durante o simpósio também foi discutida a formação de uma associação dos professores de português da região sudeste dos EUA e, para concluir, tivemos uma aula com a autora do livro Ponto de encontro - Portuguese as a World Language, livro didático para ensino da língua portuguesa lançado no ano passado e utilizado nas universidades americanas.

Gostaríamos de congratular o Prof. Richard Sansone, professor de português como segunda língua do Valencia Community College, anfitrião do simpósio, e a todos os participantes, por esta iniciativa em defesa de nossa língua.

Maria Luci de Biaji Moreira, autora do livro Ponto de Encontro.

Na foto, os participantes do simpósio: Cônsul-Geral de Miami João Almino, Prof. Alessandra Ferris, Luiz Augusto de Silveira, Elizabeth Ginway, Charles Perrone, Sharon Barkley, Luciana Monteiro, Quinn Hansen, Mary Risner, Hannah Covert, Richard Sansone, Ann Puyana, Fiona Baxter, Jared Graber, Sara Mendes, Elizabeth M. Ramos, Augusta Vono, Leila da Costa, Luci Moreira, Roberto Torreggiani, Yesha Brill, Regina Forbes, Rock Kendziore e convidados Rosana Almeida, Marcio Silva, Paulo S. De Souza e Fabio Lobo.

Continuação da capa

Férias de Verão

Por Rita Pires

Esse é apenas o começo. Para aproveitar o melhor das férias, é importante um planejamento. Com ele, com certeza, iremos usufruir o melhor do tempo e do dinheiro investido. Nesta hora, devemos conciliar melhor o trabalho e o lazer. Às vezes, é necessário abrir mão de algumas horas de trabalho para investir nas horas de lazer.

Trabalhar menos e gastar mais??!! Essa é a grande preocupação dos pais nesta época do ano. Mas existem instituições que vêm facilitar a vida da família. As escolas e as igrejas são fortes aliados. São atividades alternativas que oferecem um programa de lazer para crianças de todas as idades, enquanto os pais trabalham. Os "Camps", organizados por algumas igrejas e escolas, é uma das opções nas férias. O YMCA, uma organização fundada desde 1844 em Londres, hoje com 2.617 pontos em toda a América, oferece vários programas ligados ao esporte, inclusive os "Summer Camps", muito popular nesta época do ano.

Porém, as férias devem seguir com diversão e cuidado, principalmente com o sol e a alimentação. Segundo o Centro Meteorológico da Grã-Bretanha, este ano deverá ser o ano mais quente registrado em todo o mundo devido ao aquecimento global e ao fenômeno climático El Niño, que deve ficar ativo até outubro deste ano. A emissão de gases poluentes e a alteração da temperatura do Atlântico Norte também são fatores que contribuem para o aquecimento global. No verão, os dias são mais longos e a radiação solar mais intensa, por isso a sensação térmica é maior. A maioria dos cientistas concorda que as temperaturas subirão entre dois e seis graus centígrados neste século, principalmente por causa das emissões de carbono liberadas na queima de combustíveis fósseis para a produção de energia, bem como no transporte. Por esta razão, seguir alguns passos, é fundamental para um verão saudável e sem problemas. Tendo em vista estes fatores, o corpo, a saúde e o bem-estar, devem viver em harmonia. Alimentar-se bem significa estar bem preparado para lidar com o sol e todas as atividades envolvidas nesta estação.

Uma alimentação adequada não significa comer em grande quantidade, mas sim, comer em quantidade moderada, optando por alimentos de qualidade. Desta forma, o consumo das frutas, legumes e verduras diariamente, é essencial. As fontes de nutrientes destes alimentos são responsáveis por todo o funcionamento do nosso organismo, como vitaminas, fibras e minerais. Devido ao calor, o corpo transpira mais, necessitando de uma reposição constante para evitar a desidratação. Portanto, abuse dos líquidos como os sucos, de preferência naturais, sem esquecer da água.

> um bom astral, o convívio com a família e amigos, irá contribuir também para uma mente saudável ...

A água de côco, também é excelente para a hidratação. Além de todas as funções, os alimentos, se bem conservados, diminuem o risco de contaminações e toxi-infecções, frequentes no verão. Lembre-se: sintomas como náusea, vômito e diarréia, podem causar desidratação, ocasionando um transtorno nas férias. Devemos tomar cuidado também nesta época com a variação de temperatura, haja visto os ar condicionados centrais, bastante comuns, principalmente em todo o estado da Flórida devido ao extremo calor. Do lado de fora, temperatura alta, com uma variação de 80 à 100 Farenheit. Do lado de dentro, temperatura baixíssima, causando um choque térmico que pode ocasionar sintomas de gripe: espirros, mal-estar, sinusite, calafrios, entre outros.

Mesmo sem ácaros e fungos, o risco da rinite alérgica está presente: basta que as pessoas no local sejam submetidas à um choque térmico. Segundo estudo feito por pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP), o ambiente mais propício é o local de trabalho, onde normalmente o ar é resfriado de forma forçada, ainda mais em cidades com clima tropical, como Orlando. A pesquisa envolveu 1.500 pessoas que trabalhavam sob sistemas de climatização central e outras 500 expostas apenas à ventilação natural. Por meio da aplicação de questionários, constataram que aqueles que trabalhavam sob efeito do ar condicionado corriam um risco 40% maior de apresentar problemas respiratórios.

É sempre bom carregar uma blusa de manga comprida dentro da bolsa e, se puder, evite essas entradas e saídas de ambiente durante o dia, no horário de temperatura mais alta, que varia de 12PM às 4PM; desta maneira você estará contribuindo para manter o corpo saudável.

Enfim, um bom astral, o convívio com a família e amigos, irá contribuir também para uma mente saudável ...curta com moderação e cuca fresca....

Boas Férias!!!

Dicas Importantes para as Férias:

Cuidados com o sol

Para se proteger de envelhecimento precoce, queimaduras e, principalmente, câncer de pele, o uso diário de protetor solar é fundamental e imprescindível, não apenas quando for tomar banho de sol. No dia-à-dia, provavelmente, você não corre o risco de queimaduras, mas o acúmulo de exposição ao sol é o principal desencadeador do câncer de pele. Por isso saiba mais:

Filtro Solar

- Este é o nosso grande aliado quando estamos expostos ao sol.
- O filtro solar deve oferecer proteção contra UVA e UVB.
- Escolha um resistente à água, para ter mais durabilidade na pele, sem fragância ou corantes, diminuindo o risco de fotoalergias.
- Procure o protetor ideal para sua pele; alguns deles podem aumentar o grau de oleosidade da pele, formando cravos e espinhas.
- O protetor deve ser aplicado 30 minutos antes de se expôr ao sol.
- Os pés, orelhas e axilas, também devem receber o filtro solar. O excesso de sol neste locais pode causar queimaduras.
- Escolha o fator ideal para sua pele. Quanto mais clara a pele, maior o fator de proteção necessário.
- Não é recomendável usar qualquer tipo de protetor ou bronzeador feito em casa. Eles podem causar alergia e potencializar a ação dos raios solares.

Na Piscina ou na Praia

- Reaplique o protetor sempre que sair da água.
- No caso das piscinas comunitárias, as mesmas devem estar sempre bem tratadas para não correr o risco de pegar conjutivites ou micoses, que são comuns no verão.
- Com criança pequena, a atenção deve ser dobrada, principalmente se ela não souber nadar. Esta época é perfeita para aulas de natação.

Maiores Cuidados Com o Câncer de Pele no Verão

- Evite, ou diminua, a exposição solar no horário das 10AM às 4PM, pricipalmente com as crianças, quando o sol é mais forte.
- Use o protetor solar de 2 em 2 horas, ou após nadar ou suar em excesso, durante todo o tempo em que permanecer no sol.
- Em áreas de alta exposição à raios ultravioleta B, o número de casos de câncer de pele excede ao de outras localizações. Cuidados especiais devem ser tomados em praias e montanhas, onde os raios solares são mais ricos em ultravioleta.
- Evite o bronzeamento artificial. A luz ultravioleta emitida por lâmpadas causa queimaduras semelhantes à solar, envelhecimento precoce e aumenta o risco de câncer de pele.

As férias de Verão sempre nos proporciona lugares mais descontraídos, o que exige menos roupas que o normal. O biquíni e o maiô são os mais cogitados, expondo mais nosso corpo. Por isso, o cuidado com a forma também é fundamental. Pensando nisso, seguem abaixo algumas dicas para perder peso sem muito sacrifício, porém com compromisso. O exercício físico, feito regularmente, acelera a queima de gordura armazenada, auxiliando a redução de peso. Paralelo às atividades físicas, alguns segredos na área da alimentação podem ajudar nesta redução de peso.

CONTINUA NA PÁGINA 24 e 25

NOSSA GENTE

EXPEDIENTE

P. O. Box 772227
Orlando, FL 32837-9998
info@nossagente.net
www.nossagente.net

Editor
Paulo Sergio de Souza

Arte Gráfica
A Graphic Design, INC

Diretor Comercial
Marcio Silva

Revisão/Tradução
Claudia Moreira
(Allcomp Solutions, Inc.)

Distribuição/Marketing
Monica Franchi Souza

Colunistas/Colaboradores
Adriana Santos
Cleide Rotondo
Daise Hazan
Delane Ramos
Eleine Peleje Vac
Marcello Silva
Nilzon Dizeu
Patricia Buzato
Walter G. Santos

O Jornal "NOSSA GENTE" é uma publicação mensal. As opiniões expressas em artigos assinados são de responsabilidade de seus autores e não refletem necessariamente a opinião do jornal "NOSSA GENTE". O Jornal não se responsabiliza pelo conteúdo do material publicitário veículado nesta edição. A publicação de matérias contidas no jornal requer autorização por escrito.

Abra sua conta com Passaporte Brasileiro e estabeleça crédito no seu TAX ID.

RBC

A Graphic Design 407 276 6108

• Conta GRÁTIS!
• Cartão de Débito com "Rewards"
• Online Banking GRÁTIS!

Atendimento em Português
2811 S. Orange Ave Orlando FL 32806

Marcello Silva
Assistant Vice-President
407 236 7420
407 509 7039 cell

Fred Costa
Relantionship Banker
407 236 7424

RBC Centura Bank
Let's do something giant.SM

Receba $10
É só abrir sua conta e você ganha $10 na hora com a apresentação deste coupon.

Dicas de Alimentação

- A alimentação diária deve ser dividida em 3 refeições principais e 3 lanches intermediários.
- Mastigue pelo menos 30 vezes cada garfada.
- Comece a refeição pela salada crua que contenha fibras. Não repita o prato quente, mas sinta-se livre para repetir a salada.
- Evite beber durante as refeições, principalmente bebidas gasosas.
- Beba muita água nos intervalos das refeições. É importante para limpar o organismo e manter as suas funções normais.
- Aumente o consumo de fibras.
- Substitua produtos comuns por "light" ou desnatados, e os queijos amarelo, prato, muzzarela, provolone, requeijão, e cream cheese por queijos magros, como ricota, cottage, e queijo branco. Dessa forma, você diminuirá o consumo de calorias.
- Prefira carnes magras, peixes e aves sem pele. Prepare-as assada, cozida ou grelhada.
- Diminua o consumo de massas, cereais, pães e doces.
- Não durma logo após as refeições e não coma alimentos muito pesados à noite, pois neste período a digestão é mais lenta.

Atividade física

- Vamos apostar na corrida ou na caminhada para quem preferir.
- Nesta época, a atividade física ao ar livre é muito mais agradável. Por isso, correr ou andar é uma boa pedida. Porém, lembre-se de exercitar nos horários do sol mais fraco, de preferência pela manhã até às 10AM ou à tarde depois das 4PM.
- Use roupas adequadas à temperatura. Materiais sintéticos que fazem suar não acrescentarão em nada na redução do peso, somente na perda de água e sais minerais.
- Um tênis confortável e adequado para a atividade escolhida é super-importante.
- Mantenha seu corpo hidratado, beba muita água.
- Os alongamentos são fundamentais antes e depois da atividade física.
- Não exceda seu limite. Aumente o tempo gradativamente da corrida ou caminhada, mas procure fazer pelo menos 30 minutos.
- Não faça exercício com o estômago cheio, pois a energia necessária para fazer a digestão será desviada para a atividade.
- E lembre-se, antes de começar, é preciso certificar-se que a saúde vai bem com um exame médico; um profissional da área será de grande valor.

Dicas de Lazer

Summer Movie Club House

Cinemark no Festival Bay - 5150 International Drive - Horário:10 AM

Uma programação específica para crianças. São 10 semanas de diferentes e divertidos filmes infantis. Todas as sessões podem ser compradas antecipadamente por apenas $5.00 no total, ou separadamente, no guichê por $1.00 cada sessão.

DATAS	RATED	FILME
5 e 6 de junho	G	The Curse of the Were-Rabbit
12 e 13 de junho	PG	Over the Hedge
19 e 29 de junho	G	Hoodwinked
3 e 4 de julho	G	Doogal
10 e 11 de julho	PG	Barnyard
17 e 18 de julho	G	Muppets from Space
24 e 25 de julho	PG	Flushed Away
31 de julho e 1º. de agosto	PG	Flick-A
7 e 8 de agosto	G	Charlotte's Web

Summer Movies

- **Spiderman 3 – Já em cartaz**
- **Meet The Robinsons (3D) - Já em cartaz**
- **The Third – Já em cartaz**

Tia Lindó e suas crianças. Uma das opções para Day Care

a g d
a graphic design
PRINT

Business Card .....1.000..... $55.00
2 x 3.5" - 4 x 0 colors + UV - 14pt Card Stock

Business Card .....5.000..... $124.00
2 x 3.5" - 4 x 0 colors + UV - 14pt Card Stock

Rack Cards .....1.000..... $252.00
3.66 x 8.5" - 4 x 0 colors + UV - 14pt Card Stock

Rack Cards .....5.000.....$405.00
3.66 x 8.5" - 4 x 0 colors + UV - 14pt Card Stock

407 276 6108

AGORA EM ORLANDO

SEXTA-FEIRAS após 22 horas até as 2 da manhã!

SAMBA & PAGODE

SÁBADOS após 22 horas até as 4 da manhã!

FORRÓ! SERTANEJO!

Inauguracão em breve. Aguardem!

8421 S Orange Blossom Trail
Orlando FL 32809
ao lado do Florida Mall,
em frente Pollo Tropical.

Reservas e maiores informações
407 816 6464
email: sol@jazzandsamba.com

SUMMER CAMPS

Traditional Summer Day Camp Times – YMCA

Dr. Philips YMCA Camps (407) 351-9417 - Horário: 7:30AM – 6PM
Preço: • $140 Membros • $250 Não membros

Tema	Local	Data
Wild, Wild Y	Summer Jam Dance	29 de maio – 1º. de junho
Holiday Hullabaloo	Brevard Co. Science Center	4 – 8 de junho
Wacky Tacky	Bowling	11 – 15 de junho
Go for the Gold	Ice Factory	18 – 22 de junho
Fanatic Week	Celebrity Mascot Games	25 – 29 de junho
All American Adventure	Turkey Lake/Wekiva	2 – 5 de julho
Free to be Me-Values Week	Moss Park	8 – 13 de julho
Show Stoppers	Movies	15 – 20 de julho
Good'ol Days	Old Town	23 – 27 de julho
Around the Globe in 5 Days	Osceola YMCA	30 de julho – 3 de agosto
Monkey Business	Sanford Zoo	6 – 10 de agosto
Beach Party Blow Out	Pool Party Blow Out	13 – 17 de agosto

Procure o YMCA mais próximo da sua casa – www.ymca.com

CAMP ORLANDO 2007

First Baptist Church of Orlando
26 – 29 de maio- para middle school
29 de maio- 2 de junho- para high school
Basketball , Volleyball de Praia, Climbing Wall, 50-foot Waterslide e Paintball.
Maiores informações no telefone (407) 514-4314 ou registre-se online

FREE Summer VPK Program

Esse programa é oferecido pelas diversas escolas públicas e privadas do Orange County para crianças que fizeram 4 anos de idade, até 1º. de setembro de 2006. O programa VPK aprova crianças que:

1. Não tenham participado duranto o ano do VPK
2. Residam no estado da Flórida.

O VPK Program das escolas públicas do Orange County irá do dia 4 de junho até 24 de julho, no horário de 8AM às 4:30PM. Além dos documentos necessários para a inscrição, será exigida a carteira de vacinação e exame médico.

Segue abaixo a relação das escolas envolvidas no programa:

Catalina Elementary School
Meadow Woods Elementary School
Sadler Relief Elementary School
Grand Avenue Elementary School
Dream Lake Elementary School
Lake George Elementary School
Waterford Elementary School
Zellwood Elementary School
Cypress Springs Elementary School
Hiawassee Elementary School
Cypress Park Elementary School
Ocoee Elementary School

Procure a escola mais próxima de você que oferece este programa.
Telefone: (407) 532-4254 www.vpkflorida.org / www.elcoc.org

VACATION BIBLE SCHOOL: AVALANCHE RANCH

First Baptist Church of Orlando - Data: 18- 22 de junho
Este programa será uma grande aventura num local totalmente decorado, tendo como tema "cowboy". Prepare suas selas e botas e mergulhe nesta aventura, a qual através das várias atividades, com um ambiente totalmente rústico, um tesouro será aberto, ensinando a palavra de Deus. As inscrições estão abertas para crianças do kindergarten até 6th grade. Maiores informações no telefone (407) 514-4250 ou incrições online: www.firstorlando.com

2007 EXTENDED DAY SUMMER CAMP

Um programa da Dr. Philips Elementary School que acontecerá do dia 29 de maio até o dia 10 de agosto. O horário será de 7AM às 6PM, de segunda à sexta-feira. Poderão participar crianças do kindergarten até 5th grade. O valor é de $80 por semana e as refeições estão incluídas. Poderá ser feita aplicação para "Scholarship". Este programa visa desenvolver o lado social, emocional e intelectual da criança através de várias atividades recreativas. Maiores informações no telefone: (407) 354-2600 ou no endereço 6909 Dr. Philips Blvd.

Sandra Schank-Dr. Phillips Elementary School

DAY CARE

Uma boa opção para quem precisa trabalhar e tem filhos pequenos.
As creches estarão abertas durante o período das férias, proporcionando conforto e segurança às crianças, além de atividades diárias. É importante ter referências de quem estará responsável por elas durante a ausência dos pais. Nesta hora, as creches que já estão no mercado há algum tempo são as mais indicadas. Uma visita ao local antes de começar as férias é essencial. Neste caso, a pesquisa de preço não é o fator mais importante e sim, a experiência do responsável pelas crianças, a segurança do local e a qualidade das refeições. **Dicas de creches que estarão abertas:**
Creche da Lindó – (407) 376-2026 ou (407) 352-0146
Creche da Sandra – (321) 234-2628

CRUISES

Para quem quer ir mais longe, os "Cruises" são fantásticos. Esta opção é excelente por concentrar, num mesmo lugar, atividades variadas atendendo à todos os gostos: cinema, teatro, restaurantes, fitness, quadras de esportes, piscinas, sala de jogos, internet e muito mais, sem falar na segurança e conforto proporcionado. Enquanto as crianças se divertem, os pais podem ter outras atividades em ambientes diferentes.
Os "Cruises" mais tradicionais, com saída do Port Canaveral e de Miami:
www.disneycruise.com
www.royalcaribbean.com
www.costacruise.com

Seguros de Saúde
Seguros de Vida
Aposentadoria
Representamos as melhores companhias

LATINSURANCE INC.
407 328-0096 1 800-643-9445
Chame-nos para um orçamento sem compromisso.
latinsurance@earthlink.net

Comprando ou vendendo sua casa?

Sua Realtor é Marta Rocha, ajudando você a obter sempre o melhor preço!

DPG Realty Group
The door to your new home
11500 S. Orange Blossom Trail
Suite 6 Orlando, FL 32837
Cell 407 797 4470
marta@dpgrealty.com

A alimentação como instrumento de cura

Daise S Hazan - Nutricionista, formada pela UERJ em 1980 - Especialista em Nutrição clínica, Nutrição Materno Infantil, Transtornos Alimentares, Oncologia e Suporte Nutricional.

Aposentada pela UERJ onde trabalhou em nutrição clínica e preceptoria da residência em nutrição e saúde pública, cardiologia clínica médica.

Nutricionista da secretaria municipal de sáude do Rio de Janeiro.

Exerce nutrição em clínica privada no Rio de Janeiro. email: dhazan@nossagente.net

O Desequilíbrio Começa na Infância

As doenças crônicas aparecem silenciosamente e não têm cura. Acompanham-nos para sempre, nos tornando dependentes de medicamentos para aliviar ou retardar seu desenvolvimento. Dentre inúmeras podemos citar: artrite, asma, alergias, deficiência de atenção com ou sem hiperatividade, doenças auto-imunes (doença de Crohn, lupus, artrite reumatóide), bronquite, câncer (apesar de não ser crônica, pode ser recorrente, tendo as mesmas causas básicas), catarata, depressão, dermatite, eczema, obesidade, diabetes, cardiopatias, hipertensão, problemas nas articulações, sinusite (congestão, infecção e inflamação do sinus), enxaqueca, entre outras.

Percebam quanto um desequilíbrio na nutrição celular vai gerando uma série de doenças graves e incapacitantes e tudo acontecendo silenciosamente, desde a infância. Veja se você está alimentando seu filho com potinhos de sopas e papinhas, biscoitos, geléias, gelatinas, leite em pó, bolos, danoninho e todos os semelhantes, "nescauzinho", farinhas de cereais açucarados, sucrilhos, sorvetes, suquinhos carregados de açúcar, refrigerantes, "Miojo", "chips", salsichas e mais uma infinidade de alimentos de péssima qualidade nutricional, que a indústria e a mídia querem que você não possa viver sem eles. Segundo a propaganda "facilitam a vida", são "deliciosos", mas produzem seres humanos debilitados, obesos, e doentes que comprarão fortunas em medicamentos para tratar estas doenças acima. Alimente seus filhos com vegetais e frutas frescas, feijões, cereais integrais, leite materno, proteínas naturais de vegetais, aves, peixes, ovos. Dê alimentos ricos em vida, frescos, para nutrir e não entupir (literalmente) suas crianças.

Gorduras Saturadas

Estão presentes em todos os alimentos de origem animal, como carnes, aves, vísceras, laticínios (manteiga, leite integral, achocolatados, creme de leite, queijos, e sorvetes). Também estão presentes no óleo ou gordura de côco. Selecione laticínios com baixo teor de gordura e considere a soja como boa alternativa.

Gorduras Trans ou Ácidos Graxos Trans

Foram desenvolvidas em laboratório para tornar produtos, como a margarina, mais atraentes para o mercado consumidor. A partir de óleos vegetais, que estão no estado líquido, se obtém um produto sólido. O problema começa porque estes óleos naturais ficam incapazes de executar a função de nutriente original e aumentam a necessidade de consumo dos ácidos graxos essenciais. Estas gorduras são mais perigosas que as gorduras saturadas. A maioria das margarinas contêm gorduras trans ("trans fats"), as quais também são encontradas na maioria dos alimentos industrializados como, pastelarias, pizzas, bolos, biscoitos, batatas fritas, frituras, e "snacks".

Em sua próxima ida ao supermercado leia o rótulo do fabricante. Se escolher uma embalagem contendo gordura vegetal hidrogenada ("hydrogenated oil") ou "trans fat", procure outra marca ou outro alimento para substituí-lo, ou então, pense em usar uma pequena quantidade de manteiga.

Substituindo os "trans fats" por óleos vegetais saudáveis (azeite, canola, soja) em somente 2% das calorias totais diárias, você reduz o risco de doença cardíaca em 53%.

Em 2000 calorias diárias isto significa somente 40 calorias ou 5 gramas de gordura trans ("trans fats"). Estas pouquíssimas calorias diárias de muito má qualidade são suficientes para dobrar o risco de infarto e outras complicações circulatórias. Não há quantidade segura para gorduras trans, portanto, mantenha-se longe delas e de outros alimentos excessivamente industrializados.

Alimentos Ricos em Colesterol

Até poucos anos atrás recomendava-se que fosse evitado, ou mesmo se proibia, todos os alimentos ricos em colesterol. Porém, o colesterol natural dos alimentos não faz tanto mal quanto as gorduras saturadas e as gorduras trans.

As pesquisas mostram que os efeitos do colesterol dietético são muito variáveis, pessoas diferentes têm diferentes susceptibilidades. No entanto, se você quer realmente reduzir seus fatores de risco, evite todos os alimentos ricos em colesterol, principalmente gemas de ovos, fígado, toucinho, bacon, todas as vísceras, carnes gordas, pele de galinha, embutidos em geral, como salame, linguiça, paio e outros com altos teores de gordura. Procure não ultrapassar o limite de consumo de 300mg de colesterol diário.

Alimentos Recomendados

Fibras solúveis podem ajudar a reduzir os níveis de colesterol por dois mecanismos, varrendo as gorduras durante a digestão, sendo eliminadas pelas fezes, além de reduzirem a absorção do colesterol da dieta.

Portanto, inclua nas refeições alimentos ricos em fibras solúveis e insolúveis. Algumas das melhores fontes são aveia, arroz integral, lentilhas, ervilhas, feijões, todos os vegetais folhosos (couve, espinafre, brócoli e outros), batata-doce, cenoura, aipim, maçã, amoras, peras, passas, laranjas, grapefruit, tâmaras, figos, ameixas e outros cereais integrais (com moderação, são concentrados em carboidratos).

Evite tomar suplementos minerais (cálcio, magnésio etc..) na mesma refeição rica em fibras, já que elas carreiam os minerais que serão eliminados pelas fezes.

Inclua diariamente na sua dieta uma maçã assada e/ou laranja com o bagaço.

Ácidos Graxos Essenciais e Gorduras Monoinsaturadas

O que é isto? Apesar dos nomes complicados, vale à pena conhecê-los. Eles fazem parte desta complicada família das gorduras, mas são os heróis da história. Existem em duas famílias de ácidos graxos essenciais: ômega 6 e ômega 3.

As plantas e as sementes são boas fontes da variedade ômega 6.

Use óleos extraídos por prensagem a frio, líquidos à temperatura ambiente, como azeite extra-virgem, óleo de soja, canola, óleo de semente de linho (flaxseed oil), óleo de prímula (primrose).

Coma frutas oleaginosas somente cruas. Nozes e amêndoas são ricas em arginina, ajudando a baixar o colesterol.

Peixes e Ômega 3

Embora associemos a família ômega 3 ao óleo de peixe, aos peixes e frutos do mar, ele é também, na verdade, um produto de certas plantas, algas e gramíneas da vegetação aquática. Quando os peixes e outros animais marinhos se alimentam dessas plantas, os ácidos graxos ômega 3 passam a ser armazenados em seus depósitos de óleo ou gordura.

Gorduras ômega 3 são extremamente benéficas para a saúde em geral e especialmente para seu coração. Dietas ricas em ômega 3 reduzem doença cardíaca em 30 a 40% de acordo com pesquisas conduzidas nos últimos 15 anos. Melhoram o sistema imunológico, reduzem inflamação, a pressão sanguínea, diminuem os triglicerídeos, ajudam a afinar o sangue, reduzem o risco de formar trombose e ainda aumentam os níveis do bom colesterol HDL.

Recomenda-se comer no mínimo 3 porções (de 4 onças ou aproximadamente 115g) de peixes ricos em ômega 3 por semana, tais como, salmão selvagem ou "wild", sardinhas, anchovas, arenque e cavala ("mackerel", não o tipo "king"). Minha recomendação atual aumentou para pelo menos 30 gramas de peixe diariamente, pois mesmo em quantidades pequenas frequentemente, o consumo de peixe mostra-se altamente benéfico, prevenindo outras doenças crônico-degenerativas, como câncer, Alzheimer, artrose, e arteriosclerose, diminuindo consistentemente a ocorrência de qualquer doença e prevenindo o envelhecimento. Se você não conseguir comer esta quantidade de peixe, inclua ovos fortificados com ômega 3 e outros alimentos como nozes, soja e semente de linho ou linhaça.

Considere suplementar sua dieta com cápsulas de ômega 3 (óleo de peixe). No entanto, algumas pesquisas apontam que os efeitos da ingestão do peixe são muito mais eficazes para beneficiar a saúde como um todo.

TRABAJA A UN SEGUNDO DE TU FAMILIA.

Con Nextel, comunícate al instante, con sólo apretar un botón.

Ahora tienes el poder de conectarte con 20 millones de suscriptores dentro de la red walkie-talkie más grande del mundo.
Habla cuanto quieras con México, Argentina, Brasil o Perú por sólo $10 adicionales al mes, con minutos Walkie-Talkie Nextel Internacional ilimitados.

Motorola Buzz™ ic502
Red Sprint para voz y data
Red Nextel para Walkie-Talkie
Sprint Power Vision℠
Altavoz
Aplicaciones Java

$59.99 después
de ahorros instantáneos de $150
y un reembolso por correo de $40.
Precio regular: $249.99.

Requiere la activación de una nueva línea de servicio y un acuerdo de suscripción por dos años.

NEXTEL®
de Sprint

Representante Autorizado

Excel Cellular Solutions

407-275-8710

ATENCIÓN al conducir™

La cobertura no está disponible en todas partes. Las funciones y los servicios disponibles varían según el teléfono y la red. Las Redes Nacionales Sprint PCS y Nextel llegan a más de 250 y 263 millones de personas, respectivamente. Las ofertas no están disponibles en todos los mercados o establecimientos. Sujeto a aprobación de crédito, un cargo por activación de $36 y un cargo por terminación anticipada de $200 por cada línea. Podría requerirse un depósito. Aplican términos y restricciones adicionales. Favor de visitar una tienda o www.sprint.com para obtener más detalles. La oferta termina el 13 de mayo del 2007. Walkie-Talkie Internacional: No está disponible para Walkie-Talkie en Grupo o llamadas Walkie-Talkie Nacional. Aplican otras restricciones. Todas las llamadas walkie-talkie utilizan los minutos Walkie-Talkie Nextel incluidos en el plan (podrían aplicar recargos por minutos adicionales). Otros términos: La oferta del teléfono PowerSource está disponible en mercados limitados. Las ofertas no están disponibles en todos los mercados o para todos los teléfonos/redes. Las tarifas, los términos de la oferta, los cargos y las funciones podrían variar para los clientes actuales. © 2007 Sprint Nextel. Todos los derechos reservados. SPRINT, el logotipo "Going Forward", el nombre y logotipo NEXTEL, y otras marcas comerciales son marcas comerciales de Sprint Nextel.

AGENDE:
Um dos mais antigos e prestigiados restaurantes de Orlando, o tradicional "Donna Donni", continua com seu serviço à la carte "nota dez". Sob a direção de Moraes e sua esposa Zoe, contando na cozinha com Celso, Chef de mão cheia, atendem para almoço e jantar sua refinada clientela, independente da estação. Vale a pena saborear o famosíssimo "Filet à Moraes".

Daniela, feliz da vida com a performance da MOON TRAVEL. Leitora do Nossa Gente nos confidenciou que sua empresa está nos "trinques", tanto que lhe tem deixado tempo para pensar em novos projetos para o futuro. É isso aí, jovem empresária! Quem sabe "faz a hora, não espera acontecer , já dizia o poeta-cantor, Geraldo Vandré.

Anthony Portigliatty, um empreendedor nato, agora também no mundo da comunicação eletrônica, é o atual vice-presidente da "Azteca America" na Flórida. Acreditamos que desta vez a América do Sul terá uma divulgação cultural à altura dos seus anseios e necessidades. Vamos esperar para ver.

Nossos agradecimentos ao Camila's, VIP, Vitorio's e Excel Cellular.

O show de capoeira apresentado pelo Mestre Lázaro e sua troupe encantou e fez delirar a todo público presente por ocasião da 14ª Expo, que aconteceu no belíssimo Centro de Convenções de Orlando, em abril próximo passado. O destaque ficou por conta da forma harmônica entre a disciplina e a arte. Parabéns a todos os integrantes do "team".

Alexandre Carias, um misto de broker e professor de dança de salão, inovando em matéria de aliar a compra de um imóvel ao luxo de uma Mercedes. Cabeça à frente em idéias e ação; coisa de artista.

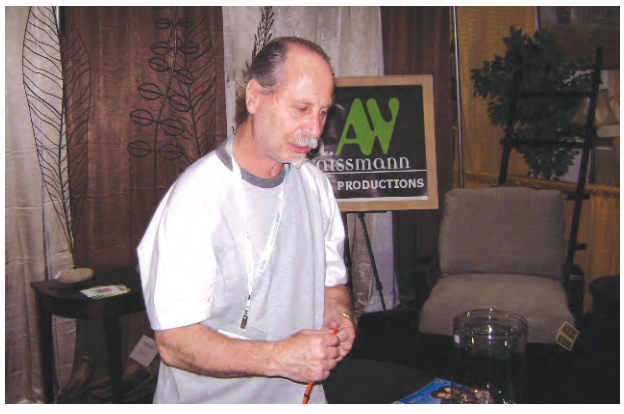
Vera Campana, com sua loja de perfume na 7247 da International Drive, satisfeita com a afluência de europeus em sua loja, (muito bonita por sinal) localizada num ponto centralíssimo.

Ana Maria Piancastelli (leia-se IBA Express) é uma figura das mais respeitáveis da nossa sociedade, programando para breve uma esticada ao Brasil. Rápida férias pois ninguêm é de ferro.

Mauricio Porto (Ex Cash) curtindo um periodo de descanso após negociar sua empresa com um grupo local, nos confidenciou que para o momento nada de preocupações, só torcer pelo seu Mengo e bola para frente.

Dr. J. Reinaldo Heredia, figura de destaque no mundo quiroprático, em papo animado com os empresários Kiryl e Enio. Dr. Heredia é um admirador da música instrumental (cultua o violão), com um bom gosto bastante acurado, e detentor de diversas obras de violonistas conceituados (em DVD e CD).

Barry Brumer atuante advogado local, expert em bancarrota e serviços de imigração ladeado por sua esposa Joelle Brumer no Pavilhão Brasileiro da 14a Hispanic Fair, onde expos seus serviços para a comunidade brasileira.



Luiz Waissmann - Para quem não sabe, um dos maiores jogadores de basquete brasileiro do ,passado, tendo ghegado a seleção onde junto a Algodão & Cia, fizeram com que o Brasil fosse conhecido e respeitado no mundo todo. Hoje se dedica como grande esportista a torcer pelo seu São Paulo e pelo filho Marco, uma das promessas no vôlei da Dr. Phillips High School, onde as vitórias são constantes.

Ana Paula Sales, jovem saída da universidade agora com a dura realidade de transformar a teoria em prática, o que acreditamos não ser problema pela sua capacidade e seriedade com que sempre encarou os estudos. Sucesso Aninha.

O EVENTO DO ANO EM ORLANDO

Abertura do

Jazz & Samba

com um fantástico

Dinner Show

O Club Jazz & Samba vai abrir suas portas na sexta-feira, dia 20 de julho. Celebridades do mundo artístico e esportivo já foram convidadas e falta incluir você em nossa seleta lista para este evento, que é o mais aguardado em Orlando. Venha brilhar conosco! Visite nossa website e cadastra-se

www.jazzandsamba.com

Convites limitados!

A Graphic Design 407 276 6108

ENGLISH

International Language Institute

Melhores Professores e Instalações. Turmas Pequenas.

Promoções Junho/Julho 2007

1

1 semana GRÁTIS*

nos Programas: Intensivo e Semi-Intensivo

2

"SPECIAL" $105 mensais

+ 50% de desconto na matrícula.

Aulas 4 x na semana de segunda a quinta-feira

3

Monte seu grupo e venha conversar conosco*

34 Years Teaching English

Também temos:

- ***TOEFL preparation***
- ***Accent reduction***

GRÁTIS

Laboratório, DSL Internet e filmes

*Válido para novos alunos e residentes. Vagas limitadas.

407 855-8848

7800 Southland Blvd. #102 Orlando, FL 32809

www.internationallanguageinstitute.com

VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS

A Graphic Design 407 276 6108

Em entrevista exclusiva ao Jornal "Nossa Gente", o seu jornal em Orlando, o Cônsul-Geral de Miami, João Almino, nos falou sobre as novidades que estão para chegar e facilitar a vida do imigrante brasileiro nos EUA. Leia aqui:

Brazilian ID

Uma velha reinvidicação dos imigrantes brasileiros morando nos EUA sempre foi uma forma de identificação, além do passaporte, que fosse aceita pelas instituições particulares e governamentais.

Finalmente, o governo brasileiro vai lançar, em breve, a Carteira de Matrícula Consular, mais conhecida como "Brazilian ID", um grande benefício para todos os brasileiros, legais ou ilegais.

Como vai funcionar: o imigrante vai precisar comparecer ao consulado brasileiro de sua jurisdição, apresentar alguns documentos como forma de identificação, preencher alguns formulários e, em alguns dias, receberá sua "Brazilian ID".

Este novo documento será totalmente seguro, em conformidade com as normas do governo americano, e com ele você vai poder abrir conta bancária, o que com certeza vai facilitar sua vida e, dependendo das negociações com os estados e condados americanos, será aceito como forma de identificação oficial. Atenção: este documento não substituirá a Driver License, que continuará a ser emitida pelo governo dos estados americanos conforme as leis vigentes, e apenas para os brasileiros que estão em situação legal.

Outra vantagem da "Brazilian ID" é que, em caso de perda de algum documento, você poderá requisitar uma cópia do mesmo apenas com esta ID, pois todos os seus dados estarão seguros na central, que estará localizada em Chicago.

De acordo com o Cônsul-Geral de Miami, João Almino, estas informações estarão completamente seguras, protegidas por convenções internacionais, como a Convenção de Viena sobre Relações Consulares e Convenção de Viena sobre Relações Diplomáticas, que determinam a inviolabilidade para um governo estrangeiro.

Por causa disto, se você está em situação irregular, quando estas IDs começarem a ser emitidas não tenha medo, porque o governo americano nunca vai poder requisitar seus dados.

Todos os detalhes técnicos estão resolvidos, e apenas alguns detalhes políticos ainda estão sendo negociados entre os governos americanos e brasileiros, para que seja feito o lançamento oficial e se inicie a emissão das "Brazilians IDs".

Aguardamos maiores informações que repassaremos de imediato através de nosso site www.nossagente.net para toda a comunidade brasileira.

Rede de Solidariedade Brasileira

Há um ano atrás, o Consulado-Geral de Miami fez uso de uma pequena rede de auxílio aos brasileiros formada por oito entidades, bem como a mídia, na transmissão de informações de utilidade pública à comunidade brasileira no período dos furacões: a Câmara de Comércio Brasil-EUA, o Centro Cultural Brasil-USA, a Associação das Igrejas Batistas, a Igreja Católica N.S. de Aparecida, a Brausa (Brazilian Association of USA), a Brazilian Mission, a Fundação Vamos Falar Português e a instituição Mulheres Vencedoras na América.

Com o sucesso desta experiência, o Cônsul-Geral do Brasil em Miami, Embaixador João Almino, propôs às instituições e empresas que congregam um número expressivo de brasileiros, bem como aos veículos de comunicação voltados à comunidade brasileira no sudeste dos EUA, a criação de uma Rede de Solidariedade, um mecanismo simples e ágil, de grande efeito multiplicador, praticamente a um custo zero.

O mecanismo de funcionamento é bastante simples: as informações necessárias à assistência a brasileiros durante a temporada de furacões, além da página na Internet, são transmitidas pelo Consulado-Geral a um grupo de instituições e empresas que tenham assumido o compromisso de disseminá-las entre os brasileiros na sua esfera de atuação.

As instituições ou empresas interessadas em integrar a rede, podem se cadastrar junto a um endereço eletrônico criado especificamente para esta finalidade - ***solidariedade@brazilmiami.org*** , com as seguintes informações: ***nome da instituição/empresa, pessoa para contato, endereço, telefone, fax, e-mail e número de brasileiros que estima poder alcançar.***

Além de melhorar os canais de comunicação com a comunidade brasileira na assistência específica em caso de furacão, a rede poderá ser mobilizada para garantir a transmissão de informações de utilidade pública a um número maior de brasileiros, como aconteceu na divulgação das orientações sobre as eleições presidenciais de outubro de 2006.

O Jornal "Nossa Gente" gostaria, em nome de seus leitores, de parabenizar o Cônsul-Geral de Miami, João Almino, um dos mais atuantes que já tivemos nos últimos anos, à sua equipe, e ao Governo Brasileiro por estas iniciativas que, com certeza, irão facilitar a nossa vida no exterior. Obrigado.

DICAs e recomendações para agilizar seu atendimento no Consulado Brasileiro

O que você deve saber antes de ir ao Consulado.

Antes de se dirigir ao Consulado-Geral, certifique-se de que está munido dos documentos originais brasileiros, dos formulários, que podem ser preenchidos com antecedência, e da ordem de pagamento do correio ("US Postal money order") no valor exato do serviço a ser solicitado, a qual pode ser adquirida em qualquer agência de correio, ou do recibo de depósito na conta "Renda Consular" do Consulado-Geral junto à agencia do Banco do Brasil.

Endereço
Consulado-Geral do Brasil em Miami
80 SW 8th Street, 26º andar
Miami, FL 33130-3004
Tel: (305) 285-6200 / Fax: (305) 285-6240

HORÁRIO DE ATENDIMENTO AO PÚBLICO

Quem chegar até às 11:00 hs receberá seus documentos no mesmo dia (à exceção de passaportes e vistos).

Documentos Brasileiros e Legalizações

De segunda à sexta-feira, das 10:00 às 16:00hs, da seguinte forma

- Para solicitação de serviços consulares diversos (passaportes, registros de nascimento e de casamento e procurações), de segunda à sexta-feira, das 10:00 às 16:00 hs, na recepção A.
- Para legalização de documentos e autorização de viagens, com janela exclusiva e senha própria, das 10:00 às 13:00 hs, na Recepção A.
- Para entrega de documentos brasileiros e de legalizações, de segunda à sexta-feira, das 14:00 às 16:00 hs, na recepção B.

Obs.: Os prazos para a entrega de documentos obedecerão aos cronogramas indicados nos links de cada serviço contidos nesta página do Consulado.

JURISDIÇÃO: O Consulado-Geral do Brasil em Miami atende a residentes em Alabama, Carolina do Norte, Carolina do Sul, Flórida, Georgia, Mississipi e Tennessee, bem como em Porto Rico, Ilhas Virgens Americanas e Bahamas.

PORTAL CONSULAR

Novo site oficial de Apoio a Brasileiros no Exterior

Foi lançado pelo governo brasileiro o site http://www.abe.mre.gov.br/, um Portal Consular, com informacões consulares de todo o mundo para os brasileiros no exterior, imigrantes ou turistas. Com patrocínio do Ministério das Relações Exteriores, oferece serviços consulares de informações sobre passaportes, legalizações, registros de nascimento, procurações e demais serviços de consulados em todo o mundo. Com uma interface gráfica moderna, prática e fácil de se usar, com certeza vai ser de grande ajuda na resolução de problemas no exterior, sendo você turista ou residente.

Em uma segunda fase a ser lançada em breve, você poderá preencher seus formulários de pedido de documentos diretamente no site, e enviá-los para o consulado de sua região. Quando você comparecer ao consulado para assinar ou retirar estes documentos, seus dados já estarão no consulado, não sendo necessário o preenchimento de formulários in loco.

Uma grande economia de tempo e dinheiro.

Como regularizar seu título de eleitor

Os cidadãos brasileiros residentes no exterior que tiveram seus títulos de eleitor cancelados no Brasil ou em sua jurisdição eleitoral nos EUA, podem regularizar sua situação eleitoral somente comparecendo no consulado de sua jurisdição.

Para isto, os brasileiros devem consultar o cadastro do Tribunal Superior Eleitoral(www.tse.gov.br), para verificar a situação de seu título eleitoral. Não esqueça de imprimir uma cópia de sua situação, a qual será exigida no consulado.

Compareça ao consulado com esta cópia, mais cópia da seguinte documentação:

• Documento brasileiro de identidade: RG, passaporte (primeira página, página de identificação e eventuais páginas com anotações), certidão de nascimento, carteira de trabalho;

• Certidão de casamento (registro proveniente de cartório público no Brasil ou de repartição consular brasileira; caso se trate de certidão norte-americana ainda não registrada na repartição consular, providencie seu registro antes de solicitar providência relativa à situação eleitoral);

• Certidão de nascimento (registro proveniente de repartições consulares brasileiras ou de cartório público brasileiro);

• Comprovante de residência (contas de água, luz, telefone ou qualquer correspondência oficial recebida no domicílio);

• Comprovante de quitação do serviço militar obrigatório (Certificado de Alistamento Militar – CAM, Carteira de Reservista ou documento equivalente);

• Prova inequívoca da nacionalidade brasileira (os documentos de identificação já citados ou, ainda, Certificado de Naturalização e/ou Portaria do Ministério da Justiça a respeito).

Uma vez no consulado, preencha o Requerimentoo de Alistamento Eleitoral e o Requerimento de Isenção de Multa (Não esquecer desta parte, a multa é irrisória, mas seu pedido não será processado sem este requerimento).

Junto com as cópias, não esqueça de levar os documentos originais.

Os requerimentos e cópia de seus documentos serão enviados para o Brasil pelo consulado, para análise e deferimento pelo Juiz Eleitoral.

Dúvidas gerais podem ser esclarecidas por meio de envio de mensagem à brasilexterior@tre-df.gov.br.

Atenção: com a chegada do novo passaporte brasileiro, no próximo ano, quem estiver com a situação irregular não poderá tirar segunda via ou renovar o passaporte quando o atual vencer.

EVENTOS

16th Annual Orlando International Fringe Festival (Teatro Alternativo)

Comemorando seu 16° aniversário, o Orlando International Fringe Festival está sendo um dos mais cogitados em Orlando para 2007. Se você esta interessado em teatro, dança, arte ou música, o festival deste ano terá algo para todos aproveitarem.

De 17 a 28 de Maio de 2007, mais de 75 grupos de artista, novos e estabelecidos, de vários países do mundo, dividirão nove áreas decoradas com diferentes cores no Loch Haven Park em Orlando. Os artistas deste ano garantem satisfazer a todas as audiências que procuram entretenimentos desde o inimaginável ao inesquecível.

Preço: Como Ser Alternativo (Fringe)

Cada Grupo determina seu próprio preço de admissão. A média varia de $5.00 a $10.00 (máximo $10.00 por entrada). Será cobrada uma taxa de $1.00 por cada entrada para a administração da bilheteria. Será cobrada, também, uma taxa para pagamentos com cartão de crédito. 100% da bilheteria vai para os artistas.

Murder On West 18th

Calor e Sexo – Balas e Traição - Amantes queimam-se uns pelos outros se enlouquecem em nas sombras de Manhattan – uma produção PRT, Inc. (Playwrights' Roundtable).

Este filme de 60 minutos estilo noir de assassinato e mistério é destinado a uma audiência madura por suas cenas e linguagem picantes e nudismo parcial.

Datas e horários:
Sexta 18 de Maio - 9:20pm
Sábado 19 de Maio - 6:30pm
Domingo 20 de Maio - 11:00am
Quarta 23 de Maio - 7:55pm
Quinta 24 de Maio - 10:35pm
Sábado 26 de Maio - 1:00pm
Domingo 27 de Maio - 4:25pm

Festival de Arte Infantil

"Kids' performance" no Cafe D' Antaño - Courtyard, 911 N. Mills Avenue, Orlando 32803.

Musica, dança folclórica, pintura, arte e artesanato, drama e fotografia – tudo feito por crianças.

Data: 19 de Maio de 2007
Email: cda@cafedantano.com
Telefone: (407) 362-0064
Hora: 10:00am às 4:00pm
Preço: Grátis

Cocoa Village Art & Craft Fair

Venha nos acompanhar no Cocoa Village Art & Craft Fair, Sábado, 19 de Maio de 2007, no Centro de Cocoa Village. Mais de 200 artesãos apresentam seus talentos nas ruas fechadas do Centro de Cocoa Village. Durante o Craft Fair, mais de 50 lojas e restaurantes permanecerão abertos. Venha passear no Village.

Local: Cocoa Village, localizado a dois quarteirões a leste da US1 e SR520, no Indian River.
Data: 19 de Maio de 2007
Email: cocoavillage@bellsouth.net
Fone: 321-631-9075
Hora: 10:00am - 5:00pm
Preço: Grátis

Kids Fringe - Orlando Int'l Fringe Festival (Festival de Teatro Alternativo)

O Orlando International Fringe Theatre Festival estará apresentando alguns eventos especiais nos dias 19, 20, 26 e 27 de Maio, de 10:00am às 4:00pm, incluindo apresentações, workshops, atividades e jogos, em um ambiente onde as crianças poderão mostrar seus talentos!

Local: KIDS FRINGE se realizará no salão principal do Orlando Repertory Theatre assim como no Loch Haven Park e aos arredores.

Preço: A entrada é gratuita, porém uma doação ao Tip the Fringe será muito apreciada.

Workshops

KIDS FRINGE oferece workshops em quase tudo; de literatura a teatro de fantoches. Estes workshops levam as crianças a explorar as variedades entre as atividades artísticas e recreativas que constroem conhecimento e técnicas teatrais.

Para maiores informações visite o site www.orlandofringe.org.

Data: 19, 20, 26 e 27 de Maio de 2007
Local:: Loch Haven Park
Fone: 407-648-0077
Hora: Horários variados
Preço: Entrada grátis.

Zellwood Sweet Corn Festival

Não percam estes divertidos dias, para toda família no 34th Annual Zellwood Sweet Corn Festival, que acontece nos dias 25 e 26 de Maio de 2007, no centro de festivais de Zellwood.

Este local de eventos populares apresentará artesanato e entretenimentos e, claro, todo milho de Zellwood! Venha participar dos concursos de comedores e descascadores de milho, show de motocicletas e muito mais.

As apresentações para 2007 incluem artistas de grandes gravadoras como: Chris Cagle, Doyle Lawson & Quicksilver, Matthew West, Chris Rice, SheDaisy e aqui de Orlando Jim Van Fleet.
Data: 25 e 26 de Maio de 2007
Local: Zellwood - Zellwood Corn Festival Grounds
Email: zellcorn@earthlink.net
Fone: 407-886-0014
Hora: 11:00am - 10:00pm
Preço: $20.00 (com antecedência), $25.00 (na porta) – Menores de 12 anos, acompanhados de um adulto, não pagam.

16th Annual Harvest Festival

Venha visitar a vinícula de Lakeridge em Clermont e comece o verão com o pé direito pisando em uvas, dançando com musica ao vivo e se divertindo com sua familia durante o 16th Annual Harvest Festival.

Além de pisar em uvas e a música ao vivo, haverá artesanato e muita comida regada a vinho.
Data: 15 a 17 de Junho de 2007
Local: Clermont - Lakeridge Winery & Vineyards
Fone: 1-800-768-9463
Hora: Sexta-feira e Sábado das 10:00am-5:00pm; Domingo das 11:00am-5:00pm
Preço: $2.00 (Bilheteria vai para a Hospice Foundation)

Brazil Fair em Pompano Beach

A 2° edição da Brazil Fair, feira que reúne empresários brasileiros da região sul do estado se realizará em Pompano Beach, Flórida, nos dias 31 de Maio, 1 e 2 de Junho.. Com mais de 90 estandes, promete ser a maior feira dirigida para os imigrantes brasileiros dos EUA. Montada no confortável espaço do Centro da família da PIBFlórida, com mais de 11 hectares de área total, será um lugar para compras, gastronomia, negócios, curtir e brincar... no melhor clima brasileiro.
Maiores informações:
Centro da Família da PIBFlórida
1103 NE 33rd Street
Pombano Beach, FL 33064
www.brasilfair.com
Dia 31 de maio das 6pm as 10pm.
Dia 01 de junho das 12pm as 10pm
Dia 02 de junho das 10am as 11pm

III Conferência Bíblica de Obreiros

13 a 17 de JUNHO de 2007
A Caminho da Terra Prometida
ASSEMBLY OF GOD IN ORLANDO
Pastor Edson de Souza
4151 W. Oak Ridge Rd., Orlando, FL
ENTRADA GRÁTIS

Se você está organizando algum evento, nos envie os dados para que o mesmo saia em nossa coluna. info@nossagente.net

Purifique-se nesta Primavera!

É chegada a primavera! E com ela vem a vontade de abrir as janelas, limpar cada canto da casa, organizar o armário, e dar espaço para uma nova estação. E depois da primavera, o nosso querido e escaldante verão. Exatamente nessa época de primavera começamos a procurar o tratamento ideal para exibir aquele corpinho saudável. É nesse espírito de renovação que recomendo não somente uma limpeza no ambiente que nos rodeia, mas uma limpeza profunda na nossa mais preciosa casa: o nosso corpo. Enquanto muitas pessoas se tornam cada vez mais conscientes com o que ingerem, muitas esquecem que é necessário eliminar o que está dentro. O acúmulo de toxinas em nossos corpos – causado por dietas deficientes em nutrientes, stress, poluição, e escolhas incorretas em estilo de vida – contribui para uma série de problemas que vão da acne à celulite. Com esta informação em mente, eliminar as impurezas do corpo pode proporcionar muito mais que uma pele e corpinho bonitos; desintoxicar pode também restabelecer os níveis de energia e até prevenir doenças.

Assim como marcamos na agenda tempo para limpar a casa, devemos também abrir espaço em nossas vidas super-agendadas para purificar nossos corpos. Assim, temos tempo para observar as causas e efeitos dos alimentos que geralmente passam despercebidos no dia-a-dia. Dedicar um fim-de-semana, por exemplo, vai proporcionar a chance de refletir no quanto nossos hábitos podem apoiar ou sabotar nossa saúde. Independente de qual método seja escolhido, algumas coisas são importantes. Deve-se aumentar o consumo de água durante a fase de eliminação de toxinas. O sono e repouso também são imprescindíveis para a restauração do nosso sistema. Antes de considerar "fasting" (jejum), verifique com seu médico se esta é a escolha correta para você.

Um tratamento bastante antigo para liberar toxinas é "**colonic"**. Este processo – no qual agua é introduzida no intestino grosso para dissolver as fezes e promover evacuação – proporciona aumento de energia, regula o funcionamento do intestino, e limpa a pele.

Outro tratamento bastante popular é de origem antiga e faz uso de **ervas** e **algas** como meio de liberar impurezas do corpo. Este processo - no qual o corpo é totalmente untado com uma mistura de ervas orgânicas e algas marinhas e é depois envolvido em uma manta aquecida – relaxa, acalma e regenera a pele, provocando perda de água do corpo. As mesmas ervas e algas também podem ser utilizadas em forma de chá. Muitas são as opções nas lojas de produtos orgânicos. Vale relembrar que se esta for a sua escolha, peça o aval de seu médico.

A **radioterapia** é uma das formas mais antigas de tratar da saúde, datando desde os antigos egípcios, gregos, e civilizações romanas. As propriedades curativas da água desentoxicam e relaxam. Daí os banhos facilmente oferecidos em spas; banhos para purificar, acalmar, hidratar, revigorar.

Outra maneira de purificar o corpo e ao mesmo tempo tonificar a musculatura e a pele, diminuindo a aparência da celulite chama-se "**Ionithermie Detox Treatment".** Este tratamento estético é o mais oferecido em spas e navios nos estados Unidos e na Europa. Criado na França pelo bioquímico Olivier Fouche em 1979 para atuar na celulite, "Ionithermie" atua à nível celular. Por mais de 20 anos os europeus vêem aclamando "Ionithermie" por sua capacidade de tonificar a pele e a musculatura, resultando em redução imediata de medidas, reposição de minerais, aumento da circulação, eliminação de toxinas, melhora na drenagem linfática, e relaxamento. O tratamento leva um pouco mais de uma hora e é dividido em quatro etapas. Na primeira fase, a terapeuta tira medidas da área em questão, marcando a região para comparação das medidas após o tratamento. Em seguida, produtos orgânicos são aplicados na região a ser tratada. Esses produtos têm a capacidade de aumentar a circulação e quebrar depósitos gordurosos. O gesso condutor de estímulo elétrico é, então, aplicado na região. Eletrodos são colocados em contato com o gesso e o estímulo elétrico penetra o produto aplicado, tonificando a musculatura. Na fase final, os eletrodos e o gesso são removidos e uma loção hidratante é aplicada. Novas medidas são tiradas e comparadas àquelas anteriores ao início do tratamento. É possível perder de 4 a 12 polegadas em cada tratamento. Nem todos são candidatos para "Ionithermie", entre eles: gestantes, indivíduos com problema cardíaco, renal, ou hepático, aqueles alérgicos a iodo, e mulheres com DIU.

Recentemente um programa de desentoxicação que vem se tornando popular é o sistema "**Isagenix".** O "Isagenix" é um programa de 9 dias que oferece suplementos, chá e shake com a finalidade de eliminar toxinas sem causar perda de energia. Neste programa é possível perder de 6 a 12 libras em apenas 9 dias. O programa é metódico, mas vale a pena.

A verdade caros leitores, é que somos criaturas de hábito. Seguimos padrões familiares de comer, mover, repousar, e pensar que não são necessariamente os padrões ideais. Uma purificação cria a perfeita oportunidade de ver as coisas sob uma nova perspectiva. Desta maneira, a renovação na primavera desafia nossos hábitos e cria um padrão de vida de melhor qualidade. Portanto, mãos à obra, e até a próxima!

Delane Ramos – Bióloga e Esteticista clínica. Delane é formada em Biologia pelo Rollins College e trabalha como esteticista clínica para o Cirurgião Dr. Richard Arabitg. Para maiores informações e esclarecimentos escreva para del.ramos@nossagente.net

Pavilhão Brasileiro destacou-se na 14ª "Annual Hispanic Expo"

Foi realizado de 20 à 22 de abril, no Orange County Convention Center, a 14a "Annual Hispanic Expo". Com mais de 600 expositores, a feira contou com mais de 78 estandes de empresários brasileiros, que puderam exibir e vender produtos e serviços a mais de 30 mil pessoas que visitaram a feira.

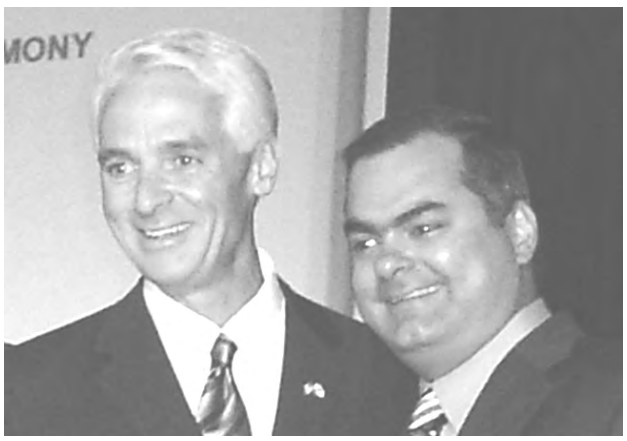
Com muitos shows de música popular hispana e brasileira, apresentação de capoeira e diversos grupos folclóricos, a feira foi um sucesso absoluto com consumidores de várias nacionalidades lotando seus corredores.

Nossos parabéns à Anna Waismannn, jovem empreendedora que vem se destacando no mercado brasileiro com suas idéias inéditas e ousadas e à sua equipe, organizadora do Pavilhão Brasileiro, que contou com as empresas: Alexim Moving, All Central Florida, Alliance Business Center, All Tour America, Arbone, ATC Cargo, AW Interior & Production, Barry Brumer, Bee Idea Advertising, Berlitz Language Center, Brazilian Association of Central Florida, Camila's Brazilian Restaurant, Carol Larson Accounts, Cellular Systems, Chiromedica Wellness Center, Complete Action, Confiança Moving, DiskCia-Brazilian Help, Eric Brazilian Fashion, Flash Energy Drink, Florida Christian University, Furniture Wholesale Outlet, Guaraná Golly, ICAA - International Arts & Crafts Association, Icla da Silva Foundation, Image Marketing, Inter-American Business Group, International BR, Keller Willians, Land Quest Group Inc, Nova Total Rehab Center, OHA-Open House of Arts Catalog & Events, Penha Jewelry, Perfumeland, Premier International, Quartzo Granite, Resource Mortgage, Speed Pos, Tax House, Total Help, TV Record International, Villa Sorrento, VIP Rebate Realty, Vittorio's Brazilian Restaurant, V&N Transportation, Wites & Kapetan Law.

Apoio Especial: Brazilian Association of Central Florida, Consulate General of Brazil Miami, Embratur USA e Hispanic Chamber of Commerce Metro Orlando.

Quem esteve presente também foram os jornais, revistas e televisão brasileiros, representando mais de 30 entidades, mostrando-nos o quanto a comunidade brasileira cresceu e amadureceu na região da Flórida Central e EUA.

Marcio Silva e Paulo De Souza, representando o Jornal Nossa Gente, no estande dedicado as mídias brasileiras.


O Governador da Florida Charlie Crist e Ramon A. Ojeda - Presidente da HCCMO

Alexim Moving, com Luciano Campos, Dannelys Cano e André Camargo.

Estande das Artes reuniu artistas conhecidos da comunidade; da esquerda para direita: Vania Werneck, Rebeca Murta, Denise Neves, Ana Waismann (editora do Catálogo das Artes e organizadora do Pavilhão Brasileiro), Angela Honigmann, Lupe Rocha, Mirjana Cesar e Nelson Ozorio.

No estande da Brazilian Association of Central Florida, encontramos Jerry Schiavo, Maestro Nilson Diseu, Antonio Portigliatty-Presidente da Florida Christian University e Elaine Vac Peleje, Vice-Presidente e Presidente da Brazilian Association of Central Florida.

Bee Idea, com Giseli Cocklin, Igor Garcia e Daniel Morelli.

Do you speak English? Berlitz, representada por Barbara e Carmem.

Carol Larson e seu marido, do escritório de contabilidade Larson. Ao lado, Internacional BR Roofing Supplier representada por Otávio, Cesar Sartori e sua equipe de vendas.

Cellular Systems, com Fernando Moreira e Sofia.

Confiança Moving, com Willian Carneiro e Simone Oliveira, e Brasil Box Courier, representada por Renata.

Alô, quer falar a vontade com o Brasil? Disk à vontade Telecom, com Fábio Wanzeler e sua equipe.

The Right Choice Team (Keller Willians), com Lidia, Maria, Dwight, Margarete e Mario.

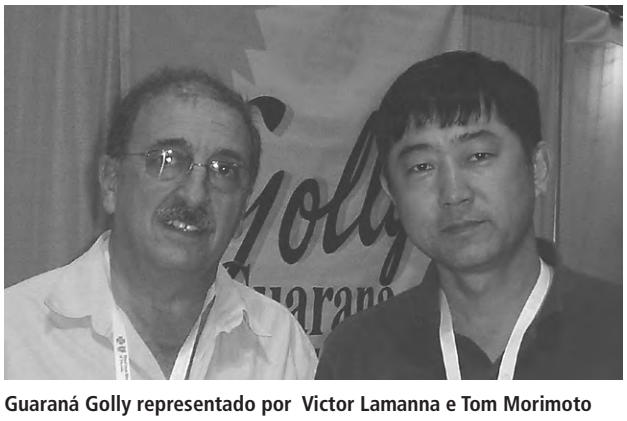
Enio Carvalho e sua esposa Ana, no estande da Alliance Business Center.

Eric Coutinho e sua equipe foi a alegria das mulheres com seus fantásticos acessórios, biquínis e moda fashion.

Flash Energy Drink, Davis, David, Kica e Bianca agitaram e energizaram o pessoal.

Florida Christian University, com Stefano Portigliatti e Rafaela Schunck.

Ana Waissmann, Paulo e Monica - Jornal Nossa Gente



Guaraná Golly representado por Victor Lamanna e Tom Morimoto

Fundação Icla da Silva e seu Vice-presidente Airam da Silva

Landquest representada por Nivaldo, Michelle e David.

All Central Florida, Erica Toledo e Neyla Fernandes. Não perca seus seminários gratuitos sobre como refazer seu crédito e outros.

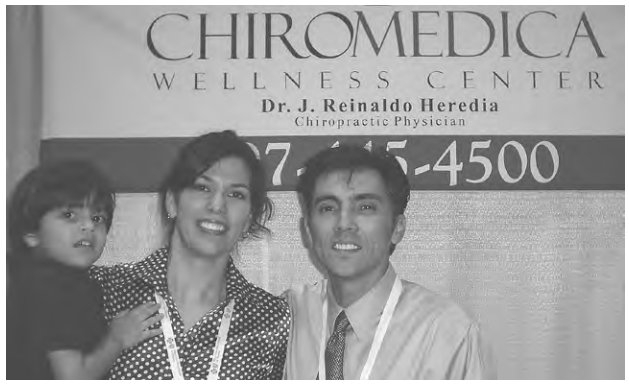
Nova Total Rehab Center representada por Francesco e Lais.

Penha Jewelry com um bom estoque e grande variedade de jóias de ouro 18 kl.

Perfumeland com sua simpática e eficiente equipe, Monica, Vera Giatti, Bruna e Frederico.

Alexim Moving, com Luciano Campos, Dannelys Cano e André Camargo.

Quartzo Marble & Granite, uma boa dica para dar um upgrade em sua casa com Alfredo Aguiar e Hélio.



Chiromedica, Dr. Reinaldo Heredia, Melinda, sua esposa, e Anderson, seu filho.

Tax House com Ronald Santana, Diretor de Marketing, e sua equipe, Mildred e Sarita.

O Estande da TV Record era um dos maiores da feira. Aqui sua equipe de vendas, Paulo, Gabriel, Marcos Maranhão e Carlos Migandi.

Vila Sorrento. Para investir ou alugar uma casa para as férias de seus amigos ou parentes, fale com Liz e Eric Devuyst ou Luna Chamney.

Alex da VIP, um empreseario com idéias arrojadas.

Wites e Kapetan advogados, e sua equipe.

Seara Brick Pavers com várias opções de piso.

Empresários brasileiros que exporam seus produtos em outros corredores da feira

Roberto Bellomo da Sunshine Interamerica, The best Brazilian Products

Marcio Silva, Rubens Cardoso e Tony Cardoso da Excel Cellular.

Wal e Volnei da Floridian produtos, com as melhores e mais bonitas bolsas de Orlando, entre outros produtos do Brasil.

"É virose!"

Mal-estar, febre, dores no corpo, dor de cabeça. Se você tem todos estes sintomas, ou algum deles, há grandes chances de estar sofrendo do famoso mal que vem abatendo a humanidade: a virose.
Não há quem, ao menos uma vez, não tenha ouvido de um médico este diagnóstico. Porém, há quem não se conforme com este diagnóstico e chegue até a desconfiar, achando que virose é o nome dado pelos médicos quando eles não conseguem saber o que o paciente tem. O tratamento se resume a cuidados caseiros, como tomar líquidos para evitar desidratação, um antitérmico para baixar a febre, repousar e manter boa alimentação.

1. O que é Virose?

Virose é um termo médico usado para nominar infecções causadas por um microorganismo chamado vírus. No passado, como não se dominava o conhecimento e a tecnologia necessária para fazer diagnósticos precisos, muitas doenças recebiam a classificação genérica de viroses. Na verdade, esse nome funcionava como um "reservatório" onde se guardavam todas as febres sem causa aparente. Quando os médicos diziam: "É virose!, vai passar em poucos dias", as famílias se conformavam com o nariz escorrendo, a diarréia, a febre, o mal-estar, a inapetência e a imagem abatida da criança.

Atualmente, os médicos contam com recursos laboratoriais e de imagem para fazer diagnósticos mais rápidos e seguros - o que é muito importante, pois nem todos os vírus são iguais.

2. O que são vírus?

Vírus são seres relativamente simples, mas muito diferentes uns dos outros. Os vírus não são nem animais, nem vegetais, nem bactérias, mas um reino estudado como um caso à parte. Eles são tão pequenos que só podem ser vistos por microscópios (por isso, os chamamos de microorganismos). Os vírus são muitos e de vários tipos , todos diferentes entre si, tendo a única característica comum o fato de serem parasitas intracelulares obrigatórios (só conseguem se reproduzir dentro das células do corpo). Eles são transmitidos pelo ar e passam de uma pessoa para outra causando febre, dor de cabeça e mal-estar. Podem provocar ainda vômito e diarréia.

3. Por que os antibióticos não são usados nas viroses?

Simplesmente porque as viroses, como o próprio nome já diz, são causadas pela ação dos vírus no nosso organismo . Vale lembrar que VíRUS e BACTÉRIAS são seres totalmente diferentes. Os antibióticos, infelizmente, não têm nenhuma ação sobre os vírus, ou seja, o vírus não "morre" pela ação dos antibióticos.

4. Quando o uso do antibiótico se faz necessário?

Os sintomas da virose geralmente desaparecem em uma semana, sendo facilmente controlados por medidas como tomar líquidos para evitar desidratação, um antitérmico para baixar a febre, repousar e manter boa alimentação.

Algumas vezes porém, a ação de um vírus em nosso organismo resulta no enfraquecimento do nosso sistema de defesa. Então, as bactérias ditas oportunistas, aproveitam e se instalam, tornando os sintomas mais persistentes e acentuados. Neste caso, o médico certamente indicará o uso de antibiótico para inibir a ação da bactéria oportunista.

5. Por que os médicos acham mais importante tratar os sintomas do que identificar o vírus?

Porque os vírus possuem diversos tipos diferentes e são mutantes (capacidade de mudar sua estrutura facilmente). Sendo assim, para identificá-los, muitas vezes levaríamos dias, e neste caso, tratar os sintomas se torna mais importante do que se indentificar o tipo de vírus.

6. Qual a diferença entre virose, gripe, e resfriado?

• Viroses são todas as doenças causadas por vírus que podem apresentar um quadro infeccioso. Contra algumas delas existem vacinas, como é o caso da gripe, rubéola, poliomielite, sarampo e caxumba, por exemplo. Para outras não existem vacinas, pois como já sabemos, alguns vírus são mutantes, ou seja, se modificam tão rapidamente que quando se consegue fabricar uma vacina contra ele, esta vacina já não tem efeito algum, pois o vírus já se transformou em outro tipo. E neste caso, como a vacina não é eficaz, os médicos tratam apenas os sintomas provocados pelo vírus.

• A gripe é provocada pelo vírus influenza. Geralmente causa febre alta, dor de garganta, tosse, mal-estar, dores no corpo e na cabeça.

• O resfriado é uma infecção branda e costuma ser causado por vírus pertencentes à família Rhinovírus. Estes vírus causam os mesmos sintomas da gripe, porém com intensidade muito menor.

7. Quais são as doenças causadas por vírus?

Além das viroses comuns da infância, gripes, resfriados, algumas diarréias, dengue, febre amarela, rubéola, catapora, poliomielite, as hepatites e AIDS são algumas das muitas doenças causadas por vírus.

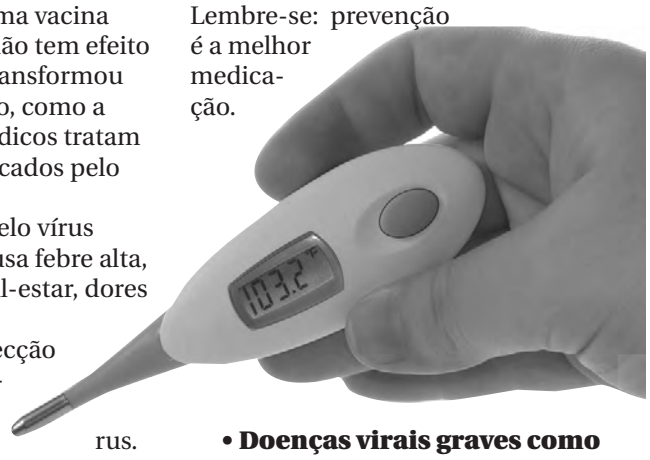
8. Qual o tratamento?

• **Gripe** (causada geralmente pelos adenovírus). Recomenda-se apenas repouso, boa alimentação, ingestão de líquidos e antitérmico para a febre. Também podemos usar vacinas para a prevenção de alguns tipos de vírus causadores da gripe.

• **Resfriados** (causados geralmente pelo Rhinovírus). Como não apresentam febre, recomenda-se apenas repouso, ingestão de líquidos e boa alimentação.

• **Doenças diarréicas causadas por vírus.** A recomendação é tomar líquidos para evitar desidratação. Caso os sintomas se agravem, como aparecimento de febre, vômitos e queda do estado geral, procure orientação do seu médico.

• **Sarampo, Catapora, Rubéola, Caxumba, Poliomielite e Hepatites** - são algumas das doenças provocadas por vírus que podemos prevenir por meio da vacinação. Portanto, a recomendação é a vacinação preventiva. Lembre-se: prevenção é a melhor medicação.



• **Doenças virais graves como a AIDS, alguns tipos de Hepatite, Dengue e outras** - será necessário a identificação do vírus por meio de exames laboratoriais mais complexos para o tratamento, que por sua vez, será totalmente específico.

Espero que a leitura tenha ajudado a esclarecer algumas dúvidas a respeito da tão famosa frase: "É virose!".

Elaine Peleje Vac
(Médica no Brasil)
Não tome nenhuma medicamento sem prescrição médica. Consulte sempre o seu médico.

draelaine@nossagente.net

NOSSA GENTE

Participe. Tire suas dúvidas, mande sua história. Nossa Gente é o seu jornal. email: info@nossagente.net

Tomates

Poucos alimentos são tão universais como o tomate e se prestam a saborosas e diferentes maneiras de utilização. Na forma de molhos, essencial na pizza e na massa.

Um pouco de história...

O tomate é originário das regiões andinas, foi encontrado no México pelos conquistadores espanhóis, e conta-se que já havia se espalhado pelo interior da América do Sul quando eles chegaram.

Utilizados pelos indígenas, eram guardados para suas refeições festivas.

Encantando-se com a novidade, os espanhóis levaram o tomate à Europa, onde foi difundido o seu uso pelos padres jesuítas.

O curioso é que durante muitos séculos os europeus o cultivavam como planta ornamental, achando que era venenoso, tóxico. Somente entre os séculos XVIII e XIX é que o tomate conquistou e provocou uma verdadeira revolução na cozinha dos paises mediterrâneos, sobretudo na Itália.

Foi na Itália, onde é chamado de *pomodoro,* que se desenvolveu o seu uso culinário.

Diferente do que se pensa, o tomate é uma fruta e não um legume, e sua maior propriedade é a de agente antioxidante, que atua no combate ao câncer e envelhecimento, sendo também grande fonte de vitaminas e de alguns minerais importantes.

Foi comprovado, entre 1986 e 1998, estudos demonstrando que se for consumido regularmente, o tomate é eficiente no combate e prevenção do câncer de próstata.

O tomate inteiro nunca deve ser congelado, mas os molhos preparados, sim.

O tomate é muito utilizado pelos italianos, que chegam a comer sanduíche de tomates com bastante azeite de oliva virgem, sal e vinagre. Isso é o que se chama elevá-lo à categoria de recheio, ao lado dos presuntos crus, ótimas mussarelas de búfala e até salames italianos. Eu diria: é o requinte da simplicidade.

Agora, antes de passar às receitas vou misturar um pouco minhas paixões pela culinária, cinema e amores.

Em 1992, abril mais ou menos, da tela para o prato, o filme *"Tomates Verdes Fritos"* inspirou vários restaurantes a colocarem sua receita-título nos seus cardápios.

No filme dirigido por Jon Avnet, os tomates desempenharam papel de coadjuvantes ilustres. Na saída do filme todos ficavam curiosos em saber como preparar esses tomates. Esse mesmo título já havia sido dado ao livro escrito por Fannie Flag.

Alguns restaurantes os mantêm até hoje como entrada nos seus cardápios.

Tomates Verdes Fritos, gira em torno de uma octagenária e suas lembranças confidenciadas à sua amiga Evelyn (Kathy Bates), atriz de grande prestígio no teatro dos EUA.

Mais que isso, o filme é uma comovente história sobre a vida de quatro mulheres que se amparam mutuamente.

Mulheres que, ao conviverem diariamente, acabam confidenciando e fazendo do seu aprendizado de vida uma forma de terapia.

Falei da origem, das suas propriedades, do cinema, e finalmente chego aos amores: meu neto Caio, de 11 anos, fanático a ponto de, se perguntado sobre alguma sugestão de um cardápio para festa, responde prontamente: "Vovó faz uma salada de tomates que todo mundo gosta".

Queria também lembrar que há dois dias comemoramos o Dia das Mães. Que todas elas, as quais, sem dúvida, são a mola em torno da qual gira a vida, sejam homenageadas todos os dias com nosso carinho. Como diz Paulo Sergio (editor do "Nossa Gente"), "só temos uma". Não devemos jamais esquecer delas.

Tomates Secos

Ingredientes:
2 quilos de tomates italianos
3 colheres de sal grosso,
1 colher de açúcar
Ervas secas (orégano, manjericão, pimenta do reino, alho em pó)
Azeite de oliva

Modo de fazer:

Lave os tomates, seque-os e corte em quatro no sentido do comprimento;

Arrume-os numa assadeira para que fiquem bem perto um do outro sem deixar espaços;

Polvilhe com o sal misturado ao açúcar, as ervas e o alho em pó;

Leve ao forno médio, pois os tomates têm que desidratar mas não podem queimar. A temperatura depende de forno para forno, mais ou menos 250⁰;

Depois de desidratados, deixe esfriar dentro do forno; só então guarde em vidro e regue com azeite de oliva.

Tomates Verdes Fritos

Ingredientes: (serve 4 pessoas)
4 tomates caquis verdes de tamanho médio, com as cascas
Fubá para empanar
Bacon
Sal e pimenta do reino à gosto
Ramos de salsinha para decorar

Preparo:

Corte os tomates em fatias de aproximadamente 1 dedo e meio e tempere-os com sal e pimenta;

Passe no fubá;

Cubra o fundo de uma frigideira grande com pedaços de bacon;

Leve ao fogo;

Frite as fatias de tomate em cima do bacon de ambos os lados até dourarem;

Retire-as, escorrendo em papel toalha;

Em cima das fatias de tomate, coloque as fatias de bacon e decore com salsinha.

Para terminar, uma bebida com tomates:

Gaspacho

Do filme "Mulheres à Beira de Um Ataque de Nervos", do cineasta Pedro Almodóvar.

Ingredientes:
700 gr de tomates maduros
100 gr de pepinos
120 gr de pimentão vermelho
1 dente de alho
1 cebola
Azeite de oliva à gosto
Água, vinagre e sal à gosto

Preparo:

Soque o dente de alho, retire as sementes do pimentão, a pele do tomate, a casca do pepino e da cebola;

Pique, coloque tudo numa tigela e tempere com óleo, vinagre e sal;

Bata esses ingredientes no liquidificador com um pouco de água e leve à geladeira;

Sirva o Gaspacho bem frio em copos.

Cleide Rotondo

Maiores informações mande um email para cleide@nossagente.net - Tel.: 407 276 2277

Dobradinha brasileira no Torneio da CFSL

Dois times formados basicamente por brasileiros foram campeões no torneio da CFSL (Central Florida Soccer League), em emocionantes jogos realizado no dia 5 de maio de 2007, no Sylvan Lake Park, Orlando FL.

O torneio que começou em fevereiro de 2007 durou 3 meses, com jogos em todos os finais de semana. Mais de 100 times participaram e abrilhantaram a festa do esporte bretão, que foi inventado por volta de 1870 e tornou-se o esporte mais popular do mundo, com audiências de milhões de pessoas nas finais da Copa do Mundo, a cada quatro anos.

O primeiro jogo foi realizado às 9:00 da manhã. O time Copacabana II jogou contra o Orlando Dirt Dog e sagrou-se campeão da divisão acima de 30 anos, com dois gols marcados por Tony Romanio, que também é o artilheiro do time. O técnico é o jovem talentoso, Dr. Reinaldo Heredia. Placar final: Copacabana II 2 x Dirt Dog 1.

O segundo jogo foi realizado às 11:00 horas da manhã. O time Copacabana I, que joga pela liga acima de 40 anos (Premier - que reúne os melhores times do torneio), sagrou-se campeão jogando contra o time St. Andrews, formado por ingleses, e que foi campeão nos dois últimos torneios. Com gols de Mano, Casiano, Moreno e Patric, nossos jogadores mostraram a fibra de verdadeiros heróis, não se amedrontando perante os adversários favoritos para o título. Este time conta com a liderança do jovem Marcello Pires, técnico ousado que não tem receio de lançar mão de táticas inovadoras para garantir a vitória. Placar da goleada: Copacabana I 4 x St. Andrews 1.

O "Nossa Gente" dá, em nome de seus leitores, os parabéns para nossos jogadores.

Copacabana I

Paulo Pegoraro, Marquinhos, Paulinho Sorvete, Carlão, Jocimar, Silvio, Maninho, Mauro, Ricardo, Patric, Eduardo, George, Wagner Moreno, Vava,Roberto, Flavio, Armindo, Manoel, Aurélio, Fidel, Cassiano, Tecnico-Marcello Pires

Copacabana II

Renato Nogueira, Valmir favaro, Tarciso Salomao, Claudio Brito, Henry Silva, Ricardo Perez, Francisco Ribeiro, Jailson Silva, Allan Pereira, Marco Moretti, Marcio Silva, Jose A. Filho, Marcelo Moretti, Fabricio Santos, Zacarias Junior, Antonio Cardoso, Davi Rosario, Luiz Silva, Luciano Rocha, Cizanildo Nascimento, Roberto De Freitas, Vicente de Marco, Angelo Rosa, Técnico-Dr. Reinaldo Heredia

SERVIÇOS

Traduções/Translations
Português/Inglês
English/Portuguese
Tradutora e Notary Public.
Certified Translations.
Sandra Freier
Cell (321) 303-0978 e-mail:
sandrarenovo@yahoo.com

VEÍCULOS

Cargo van Dodge Ram 1500 ano 98 130.000 ml $3.200 772-224-0967

Jet Ski 1100 1998 - Trailer 2004 $2.900 321 239-2822

Cavalier1997 conversivel - ótimo estado $3450 109.000 ml 407-766-7979

F-150 1999 - Pneus novos, diferencial novo - $7,500 407-399-0203

Infiniti 920 -1991 128.000 ml completo + Bancos de couro + CDMP3 $2.200 ou melhor oferta 321-460-4626

Isuzu Rodeo $2,800 - 407 575-6147

Toyota Corolla 1995 - 139.000ml - Manual - Bem conservado - 407 276 6108

VAGAS PARA ALUGUEL

Quarto na Kirkman $350 + LUZ incluso água, Globo, e Internet 407-453-5418

Alugo vaga na Hiawasse com Old Winter Garden - Masculino sem vicios 407 235-4015

Quarto - Stonebridge 1 ou 2 pessoas cozinha grande, internet, cable e luz inclusa. 1 pessoa $500 2 pessoas $300 cada - Fátima 407 883-6774

Alugo quarto Kirkman em frente ao Publix $350 + luz 407 453-5418

Alugo quarto Kirkman 407 625-3020

Vaga 2 rapazes ($250 cada) ou 1 vaga $400 com tudo incluido perto Walmart Kirkman - 407 745-1613

Vaga de quarto localizado em The Palms $275 + LUZ 407 342-5034 ou 407 928-2424

Quarto fantástico pronto para morar, completo, ao lado da Universal Studios e International Drive /Globo/Record/RBTI/Telefone/Internet/Vaga de estacionamento/Condo novo, de família, Ônibus #21 #37 , ótimo preço Somente $300 por vaga 321 202-7047

Quarto para alugar $450 407 860-9844 South International Dr.

EMPREGOS

Trabalho com Fibra Ótica - Procuro pessoas para trabalhar na área de Tampa. Não precisa inglês. Não paga para morar. $400 por semana de 5 dias. Ligue para Oswaldo 407 466-7891

Limpar Casas - ligue somente se você tem carro - 407 414 9184

PRECISA-SE DE REPRESENTANTES - Empresa de telefonia com mais de 8 anos no mercado, inicia trabalhos com marketing de rede, nos estados da FL, GA, CT, NJ, MA, Comissoes e bonus ilimitados. info: Ayrton 508-536-5239

Procuro socio para investir em empresa Multi-Nacional. Baixo investimento e altos rendimentos. Claudio: (407)489-4066 ou jclaudiosouza@yahoo.com

Precisamos de vendedores para vender produto novo no mercado.Pago $ 50.00 por cada cliente. Claudio: (407)489-4066 ou jclaudiosouza@yahoo.com

Venha participar do Seminario: Como Ganhar dinheiro em seus Horários Livres. Claudio: (407)489-4066 ou jclaudiosouza@yahoo.com

Anúncie GRÁTIS AQUI

VOCÊ PODE SER O PRÓXIMO!

ASSINE GRÁTIS o Jornal Nossa Gente e participe do sorteio de 1 iPod Nano 2g!

Serão sorteados 10 iPods, um por mês, no dia 10 de cada mês.

Marcio Silva do Jornal Nossa Gente e Roberto Bellomo ganhador do segundo iPOD sorteado no dia 10 de maio.

Envie este formulário para Nossa Gente / Concurso iPod Nano - P.O. Box 772227 Orlando, FL 32837-9998
ou registre-se on line no site www.nossagente.net

Nome completo _____

Endereço _____

Cidade _____ Estado _____ CEP/ZIP _____

Telefone _____

e-mail _____

NOSSA GENTE

O seu Jornal em Orlando!

P.O. BOX 772227 Orlando, FL 32837-9998
info@nossagente.net www.nossagente.net

Para anunciar 407 888-9933

A Graphic Design 407 276 6108

Esta promoção é aberta a todos moradores dos EUA. Participantes devem ser maiores de 18 anos. Os formulários têm que chegar na redação do jornal "NOSSA GENTE" até o dia 31 de cada mês, e são válidos até o final da promoção. O jornal "NOSSA GENTE" sorteará o ganhador que será notificado por telefone ou email. Caso o ganhador não se manifeste em 24 horas, sortearemos outro participante e assim sucessivamente, até um sorteado se comunicar com o Jornal. O prêmio não pode ser trocado por dinheiro. Não se permite transferência ou troca do prêmio. Uma vez que entrem no concurso, os participantes aceitam as condições do jornal "NOSSA GENTE". Uma vez que aceite o prêmio, o ganhador libera o Jornal da responsabilidade do uso do prêmio. O ganhador autoriza o Jornal "NOSSA GENTE" e seus afiliados a usar o nome, foto ou informação com fins publicitários, sem remuneração. Não é necessário fazer uma compra para participar. Não é válido onde este tipo de promoção é proibida. Para participar, mande seu formulário para o Jornal Nossa Gente/iPOD Concurso, P. O. Box 772227 Orlando, FL 32837-9998

ORLANDO CARNIVAL ASSOCIATION

APRESENTA

CARNAVAL

BRASILEIRO & CARIBENHO

VIP BRAZIL ART GRAPHICS: 321-251-7911

informações:

321 663 9960

dia 25 de Maio

Performace de CARMEN MIRANDA
COM LADYSOL

PAULO GUALANO GROUP SHOW
(DIRETO DE MIAMI)

SHOW DE MULATAS

CAPOEIRA

Sexta- Feira
6PM - 2 AM

dia 26 de Maio

Final de Semana

CARNAVAL CARIBENHO

11AM - 10PM

CARNAVAL CARIBENHO

dia 27 de Maio

11AM - 10PM

Local: thunder Field
CITRUS BOWL

Primera Lifetime Fitness

blue Planet
Still there is a future

Arte Connect
Smart Comunication

CHAMBER OF COMMERCE

VIPBRAZIL
MAGAZINE
by PASSAPORTEBRAZIL.COM

The True Spirit of Ipanema
JAZZ & SAMBA NIGHTS

CHANG EXPRESS

A sua agência de remessas e turismo!

1(800) 760-8898

www.changexpress.com

Bilhetes aéreos pelos melhores preços:

TAM Brazilian Airlines · Delta · AA American Airlines · United Airlines · Continental Airlines

Pacotes turísticos, reserva de hotéis e carros no Brasil e EUAcom o melhor atendimento!

ENVIO DE DINHEIRO COM TAXAS SUPER COMPETITIVAS

PASSAGENS PARA O BRASIL

SAÍDA DE MIAMI

	Só Ida	Ida e Volta
SÃO PAULO	$ 384	$ 629
RIO DE JANEIRO	$ 384	$ 637
Goiânia e Florianópolis	$ 410	$ 793
Belo Horizonte, Vitória, Curitiba, Recife, Maceió Salvador, Porto Alegre, Londrina, Fortaleza, Brasília, Manaus	$ 410	$ 685

Preços com todos os impostos INCLUÍDOS

Há mais de 18 anos
servindo
a comunidade
brasileira com qualidade,
credibilidade e confiança!

Visite uma de nossas lojas:

FLÓRIDA

POMPANO BEACH.....515 E. Sample Rd (954) 781-7130
POMPANO BEACH.....2313 E. Atlantic Blvd (954) 782-7828
ORLANDO.....5736 International Dr. (407) 403-6177

Ph. (407) 403-6177 - Orlando - FL

MASSACHUSETTS

LOWELL.....183 Appleton St (978) 571-0060
SOMERVILLE.....192 Broadway (617) 776-7770
FRAMINGHAM.....46 Concord St (508) 628-3777
ALLSTON.....147 Brighton Ave (617) 202-6370
ALLSTON.....190 Brighton Ave (617) 782-3500