NOSSAGENTE

Para anunciar ligue 407 276-6108 USA/Brasil • 15 de julho a 15 de agosto 2009 • Ano 3 • Edição nº 28 O seu jornal nos EUA!

12.500 impressos **www.nossagente.net** **Free/Grátis!**

TELEFONE PARA O BRASIL
ILIMITADO
$5 mensais*
metroPCS.
Liberte-se.

*Veja anúncio na página 25

Corpo saudável e sarado acompanha as novas tendências do mundo da malhação

Páginas 7, 8 e 9

GS
Auto Sales
Mecânica
Funilaria
e Serviços
Tel 407 855-7044

Veja anúncio na página 29

PRE-SORTED
STANDARD
U.S. Postage
PAID
Mid-Florida, FL
Permit No. 475

GRÁTIS! Receba o Jornal Nossa Gente em sua casa ou escritório gratuitamente. Basta preencher um dos cupons que você encontra dentro do jornal ou visitar nosso website http://www.nossagente.net/signup.html e preencher o formulário. Anuncie GRÁTIS em nossa seção de classificados.

ATT
Absolute Tours & Travel
1-800-864-6288
BRASIL
A PARTIR DE:
$439* ONE WAY
Fazemos remessas de DINHEIRO e CAIXAS para o Brasil!
* Mais taxa de embarque saindo de Orlando. Restrições se aplicam. Preços sujeitos a reajustes sem aviso prévio.

Veja anúncio na página 11

Status Baby
Transportes & Mudanças
Agora em Orlando, Tampa, Clearwater, Bradenton e St. Petersburg
Ligue Ricardo 407 470-5265
www.statusbaby.com.br

Veja anúncio na página 27

Safe Financial
Remessas de Dinheiro
Seg - Sex: 10:00 am - 7:00 pm / Sáb: 10:00 am - 4:00 pm
Melhor PREÇO • Rapidez
Segurança • Taxa ZERO
Tel (407) 226 1001
5572 International Drive - Orlando, FL 32819 - Ao Lado do Mall dos Brasileiros!

TODA VEZ QUE UM GOL É FEITO,
ESTÁ NA DIRECTV!
Pergunte-nos como obter uma oferta especial para o canal Setanta Sports!

Com o nosso Programador de DVR† você nunca perde um gol!

BrazilianDirect™ IV: PFC 100% FUTEBOL, TV GLOBO, BAND, BAND NEWS

+

ÓPTIMO MÁS™: FOX Soccer Channel, GOL TV, Foot School, ESPN Deportes, Direct Kick, centroamérica tv, ecuavisa internacional, ESPN, Univision, TyC Sports in USA, Azteca America††, TeleCentro

Assista às partidas classificatórias da Copa Sul-Americana com o Pay Per View da DIRECTV:

- BRASIL vs URUGUAI
- BRASIL vs PARAGUAI
- BRASIL vs ARGENTINA

Clientes BrazilianDirectv IV devem primeiro obter o pacote DIRECTV BASIC ($12.99/mo) ou qualquer pacote base da DIRECTV ($29.99/mo ou mais).
††Canal não disponível em San Diego ou Bakersfield, CA mas está disponível em nível nacional e/ou local em todos os outros mercados.

DIRECTV transmite em sinal digital 99.9% do tempo

Venepan Satellite.inc
1-8887943060 1-8662839105

Mention this promo code: 0022

Revendedor autorizado DIRECTV

DIRECTV® SATELLITE TELEVISION

Equipamento disponível separadamente. O pacote Setanta Sports é vendido separadamente. Para assinar a programação Pay Per View por controle remoto, é necessária a assinatura da DIRECTV e todos os Receptores devem estar continuamente conectados a mesma base de linha telefônica. †O Programador de DVR requer acesso à Internet via computador ou telefone móvel e uma conta de acesso à directv.com. Conexões via controle podem variar. Em raros casos, gravações programadas podem não ser reconhecidas. Requer DIRECTV PLUS DVR (modelos R15, R16, R22), DIRECTV PLUS HD DVR (modelos HR20, HR21, HR23) ou receptores Série Tivo® 2 com software 6.4a. **INSTALAÇÃO:** Somente instalação profissional básica. Instalação customizada é extra. **ALUGUEL DO SISTEMA:** COMPRA DE 24 MESES CONSECUTIVOS de qualquer pacote básico de programação DIRECTV ($29.99/mo ou mais) ou serviços internacionai que se classifiquem são requisitados. **FA FALHA NA ATIVAÇÃO DE TODO O EQUIPAMENTO DO SISTEMA DIRECTV DE ACORDO COM O ALUGUEL DO EQUIPAMENTO ADICIONADO PODE RESULTAR EM UMA COBRANÇA DE $150 POR RECEPTOR NÃO ATIVADO. SE VOCÊ FALHAR EM MANTER A SUA PROGRAMAÇÃO, A DIRECTV PODE COBRAR UMA TAXA PRÉ-DETERMINADA DE CANCELAMENTO DE $480. RECEPTORES SÃO DE PROPRIEDADE DA DIRECTV A TODO O MOMENTO E DEVEM SER DEVOLVIDOS APÓS O CANCELAMENTO DO SERVIÇO OU TAXA ADICIONAIS PODEM SER APLICADAS. VISITE directv.com OU LIGUE 1-800-DIRECTV PARA DETALHES.** Programação, preço, termos e condições estão sujeitos a mudanças a qualquer momento. Preço residencial. Taxas não inclusas. Recebimento da programação da DIRECTV está sujeito Acordo do Consumidor da DIRECTV; cópia fornecida em directv.com/legal e em sua primeira conta mensal. ©2009 DIRECTV, Inc. DIRECTV e o logo Cyclone Design, e todas as marcas de serviços internacionais são marcas da DIRECTV, Inc. Todas as outras marcas e serviços são de propriedade dos respectivos donos.

O mundo perde o astro, mas não as suas obras

Por Rita Pires

Depois da cerimônia privada no cemitério de Forest Lawn, a família de Michael Jackson se despede do astro com uma homenagem inesquecível, feita também pelos amigos, artistas e fãs no Staples Center, em L.A, local onde o cantor ensaiou coreografias para sua turnê na Europa até o último dia antes da sua morte. Cantores como Stevie Wonder, Mariah Carey, Lionel Richie, Diana Ross e Jennifer Hudson se apresentaram no evento, cuja direção foi do coreógrafo Kenny Ortega, o mesmo que ensaiava com Michael para a série de shows que o cantor faria a partir deste mês, em Londres.

Momentos marcantes no evento mostraram o quanto Michael era querido e respeitado por todos presentes, porém, o momento mais emocionante, foi quando sua filha Paris, de 11 anos, falou em público que o cantor foi o melhor pai do mundo e que ela o amava muito. Uma despedida que ficará por muito tempo na memória de todos. Infelizmente, os últimos anos de Michael não foram marcados pelo sucesso de trabalhos que o astro costumava fazer, como por exemplo, o álbum Thriller, de 1982, onde Michael Jackson desfrutou o apogeu de sua carreira e se tornou o Rei do Pop.

Ele conquistou uma legião de fãs e admiradores e entrou para a história da música com a venda de 20 milhões de cópias nos Estados Unidos e 27 milhões no mundo. Até hoje, mais de 100 milhões de discos foram vendidos, um recorde jamais ultrapassado por outro artista. No ano seguinte, ele executou, pela primeira vez, o passo de dança "moon-walk" (em que ele escorregava com os pés para trás), que se tornou sua marca registrada. O cantor experimentou a maior efervescência de sua carreira. O Rei do Pop manteve seu sucesso com outros dois álbuns, Bad, estreado no final da década de 80, e Dangerous, no início dos anos 90. Ambos também foram bem recebidos pelo público.

A partir daí, o cantor entrou numa onda de escândalos que acabou deixando-o longe dos palcos e das pautas dos jornais que o coroavam como o astro e mito da música pop.

A série de operações no corpo, o excesso de clareamento na pele, e as várias cirurgias feita no nariz, receberam críticas por tirar os traços de sua negritude e, consequentemente, agredir a lei da natureza. Mas, foi em 1993, que sua carreira começou a despencar, com a primeira acusação de pedofilia.

Em meio a um processo que resultou em um acordo extra-judicial de cerca de 25 milhões de dólares, ele voltou à midia com o pouco-aclamado disco History - Past, Present and Future. O álbum Invencible, de 2001, teve a mesma repercussão. Sua vida pessoal começou a ganhar cada vez mais espaço na mídia com uma segunda acusação de pedofilia. Após o processo de 2005, que devastou a sua imagem e o afundou em dívidas, Michael Jackson se afastou da imprensa e do público.

Sua última declaração oficial foi em março deste ano, quando anunciou o início da turnê para comemorar seus 50 anos. O seu primeiro show estava previsto para 13 de julho, em Londres. Infelizmente, Michael perdeu, nesses 15 anos de desaparecimento, uma geração que só se dá conta da genialidade do astro depois da sua morte, com a exposição em massa do cantor e suas obras na TV, nas rádios e internet do mundo inteiro. Muitos de nós que curtimos Michael Jackson nos anos 80, arquivamos seus CDs e DVDs nas estantes durante esses anos e hoje, choramos pela perda irreparável no mundo da música.

O pop star morreu vítima de um ataque cardíaco, provavelmente ocasionado pelo excesso de remédios. Ao longo de sua carreira, ele conquistou 13 prêmios Grammy e vendeu mais de 750 milhões de discos. Todo seu passado de glórias fez com que, logo depois do anúncio dos shows em Londres, um milhão de pessoas tentassem comprar entradas para as dez apresentações programadas inicialmente, que em seguida se transformariam em 50. Os ingressos foram rapidamente para o mercado negro, onde eram vendidos por mais de 1000 Euros.

O sacrifício de Michael Jackson em encarar uma maratona de shows na capital britânica era uma tentativa de saldar parte de seus milionários empréstimos. Apesar de ter faturado centenas de milhões de dólares, tendo sido um dos músicos pop mais bem-sucedidos de todos os tempos, Jackson acumulou dívidas de cerca de 500 milhões de dólares, segundo fontes citadas pelo Wall Street Journal no início do mês. Por isso, no pacote da sua herança milionária, iria também uma dívida considerável. Herança esta em que seu pai ficou literalmente de fora, por uma questão pessoal.

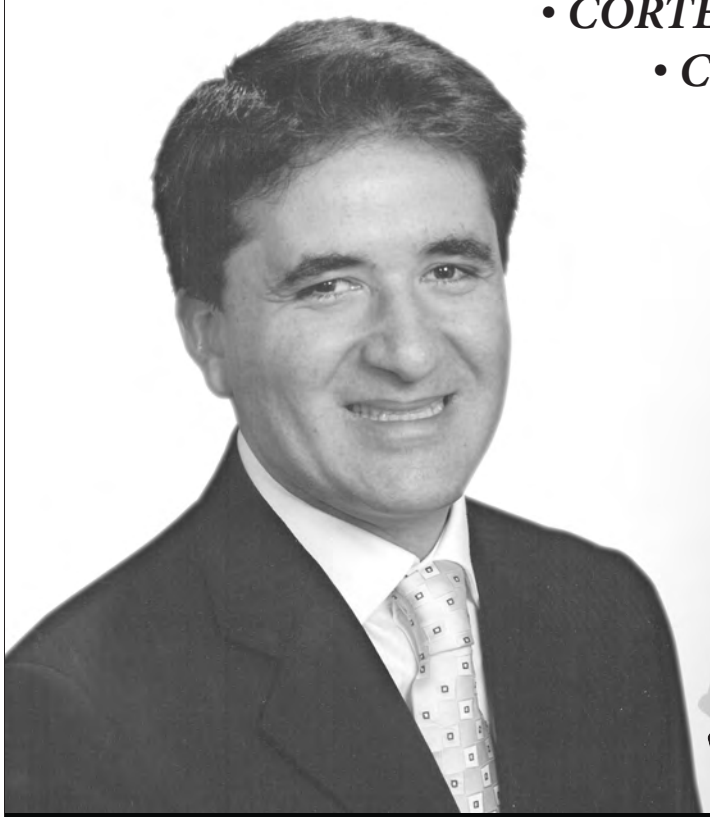
Os maiores retornos financeiros de Jackson, no entanto, podem acontecer mesmo após sua morte. A gravadora com a qual ele trabalhou durante anos, a Sony Music Entertainment, provavelmente relançará edições especiais de seus álbuns mais vendidos e gravações raras, além de um possível disco de músicas inéditas gravado nos últimos anos.

Michael Jackson conheceu os holofotes e a solidão como ninguém. Nascido em Gary, no Estado de Indiana, nos Estados Unidos, em 29 de agosto de 1958, ele era o sétimo de uma família de nove filhos, onde começou sua carreira com os "Jackson 5". O cantor teve dois casamentos: o primeiro com Lisa Presley, filha de Elvis, e o segundo, com a enfermeira Debbie Rowe. Ele deixou três filhos: Prince Michael I, Paris Michael e Prince Michael II e, por incrível que pareça, um número ainda maior de fãs do que teve em vida.

IMIGRAÇÃO

Primeira consulta grátis para imigração.

• CORTE DE IMIGRAÇÃO • DIVÓRCIOS • CONTRATOS •
• CHEQUES DEVOLVIDOS • PROCURAÇÕES •

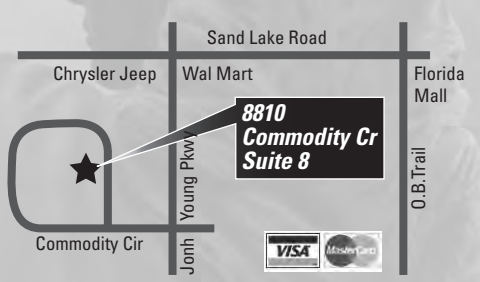


WALTER G. SANTOS
ADVOGADO

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

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

REGISTRADO NO NOTÁRIO PÚBLICO CONSULADO BRASILEIRO



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."

Rudolph Giuliani: "É nas empresas que os bons políticos são formados"

"Sei que posso ser líder em situações de emergência." Rudolph Giuliani, ex-prefeito de Nova York, esteve à frente da equipe de comando criada depois dos atentados de 11 de setembro. Seu trabalho como líder lhe valeu a alcunha de Prefeito da América. Agora, Giuliani compartilha sua experiência como gestor e oferece a gestores e empresários receitas para enfrentar qualquer tipo de crise, inclusive a recessão econômica. Para ele, é evidente que a solução passa pela não intervenção do governo.

O plano regulatório de Obama: excelente, ruim ou apenas na medida certa?

Depois de cinco meses de governo, o presidente Barack Obama revelou em 17 de junho as propostas financeiras complexas e abrangentes com as quais pretende criar uma estrutura regulatória que atenda às necessidades dos EUA no século 21.

As regulações propostas dão ao Federal Reserve mais poderes para fiscalizar Wall Street e possibilitam também a criação de uma nova agência que coibirá os abusos por parte de credores do sistema hipotecário e de crédito. Os especialistas dizem que embora a nova estrutura não tolha as inovações financeiras, ela é "tímida demais" e não leva em conta problemas mais sérios.

Inovação: às vezes, é preciso trabalhar em parceria

Há centenas de anos as empresas formam alianças e parcerias estratégicas.

Contudo, especialistas reunidos em recente congresso disseram que tais ligações são mais importantes do que nunca em um ambiente de negócios em rápida transformação. Todavia, como a maior parte das redes de inovação malogra em vez de ser bem-sucedida, talvez as empresas devessem mudar sua cultura para que essas alianças tão importantes funcionem.

Enquanto isso no Brasil...

"Bem Longe Dele"

Andrezza Duarte
repórter da revista CLAUDIA
a_duarte@nossagente.net

Estou em Moçambique, do outro lado do mundo. Apenas uma entre as milhares de áfricas que existem sob o mesmo pano do continente africano. O Brasil ficou para trás e a distância entre os dois países não é meramente geográfica - ainda que a língua seja a mesma. São dois mundos; infinitas realidades distintas e remotas. O país é minado pelo vírus HIV, que atinge mais de 16% da população. A expectativa de vida da população gira em torno dos 45 anos e os surtos de malária e cólera matam dezenas de pessoas ao ano. O choque não é sutil - é estrondoso, quase apavorante. O que estou fazendo aqui? Vim colocar os pés no chão. Como jornalista, a busca por isso é fundamental. Como ser humano, é crucial.

O ponto de partida foi Maputo, capital moçambicana. O trânsito nas ruas consegue ser pior (e bem pior) que o nosso. As "estradas", como eles se referem às ruas, não têm faixas para pedestres - ou qualquer outra, para dizer a verdade. Além disso, o transporte público é demasiadamente precário, o que permitiu o surgimento e prevalência das famosas "chapas", vans e caminhonetes particulares usadas para a condução das pessoas nas cidades do país. Os "chapeiros", ou motoristas, colocam 30 pessoas em carros que suportariam até 10. Cansada do clima urbano, segui viagem.

Cada vez mais afogada pelos montes, lavo meus olhos com as lindas paisagens. Aqui, o céu é maior e é possível vislumbrar toda a sua dimensão. Parece um véu azul que protege e envolve o lugar de ponta a ponta. Fiquei alguns dias na província de Tete, onde encontrei muitos brasileiros que vieram para Moçambique a trabalho. Poucos dias depois, voltei à estrada. No caminho a Angónia, parei em Zóbuè, um dos distritos da província de Tete. Nos acostamentos, milhares de pessoas vendem batatas fritas, ratos em espetos (!!), frutas, amendoim e camisas dos fenômenos Ronaldo e Barack Obama. Ainda no trajeto, milhares de casas feitas de barro, palha e madeira, perdidas ao pé das estradas. Os banheiros, buracos no chão cercados por bambu, ficam do lado de fora das residências. Muitos quilômetros separam as vilas e comunidades que ainda sobrevivem sem energia elétrica. Estou encantada com a cultura e com o poder espiritual que comanda a vida das pessoas. Quem tem a última palavra são os curandeiros, "médicos tradicionais" que solucionam qualquer problema com uma erva com um remédio natural. E, finalmente, o distrito de Angónia. Apesar da difícil realidade, é um lugar repleto de paz. Montanhas, cabritos e mulheres lindas ilustram o retrato do local. Mas a qualquer momento, sigo viagem. Enquanto isso, o Brasil continua longe, extremamente longe.

Você acha que casa própria é sinônimo de Felicidade? Não esteja tão certo disso

A casa própria sempre foi considerada a pedra de toque do sonho americano, o fundamento da família feliz e a garantia de segurança financeira a longo prazo. Agora, um novo estudo coloca em dúvida essa ideia tão arraigada. De acordo com Grace Wong Bucchianeri, professora de bens imóveis da Wharton e autora do estudo em questão, embora os donos de imóveis se sintam extremamente felizes com suas casas, eles têm também mais problemas, passam menos tempo com os amigos e são menos bem-humorados em comparação com quem paga aluguel e mora em imóveis de porte semelhante.

Para Daniel Pink, os desafios de amanhã exigem que se pense com o lado direito do cérebro.

Num mundo em que o emprego migra para o exterior, em que as tarefas podem ser automatizadas e o ritmo frenético da tecnologia torna obsoleta até mesmo a inovação do ano passado, os estudantes de hoje vão ter de aprender como pensar de forma diferente de seus pais para sobreviver e prosperar, explica Daniel H. Pink, autor de três best-sellers sobre a transformação do ambiente de trabalho. Pink discursou em recente Simpósio da Wharton sobre Evolução da Aprendizagem.

Empreendedor individual pode formalizar negócio no Brasil

Onze milhões de homens e mulheres em todo o país que trabalham por conta própria no comércio, na indústria e na prestação de serviço, com faturamento anual de até R$ 36 mil, podem, a partir do dia 1 de julho, formalizar seu negócio.

O Programa do Empreendedor Individual, criado pela Lei Complementar 128/08, garante a entrada desses brasileiros também no novo tempo da Previdência Social. O processo de formalização será totalmente gratuito, simples e será feito exclusivamente pela internet. Basta acessar, (www.portaldoempreendedor.gov.br), informar os dados pessoais, imprimir o documento que será gerado e levá-lo assinado à Junta Comercial com cópia da identidade e do CPF.

Anuncie GRÁTIS Classificados NOSSA GENTE

EXPEDIENTE

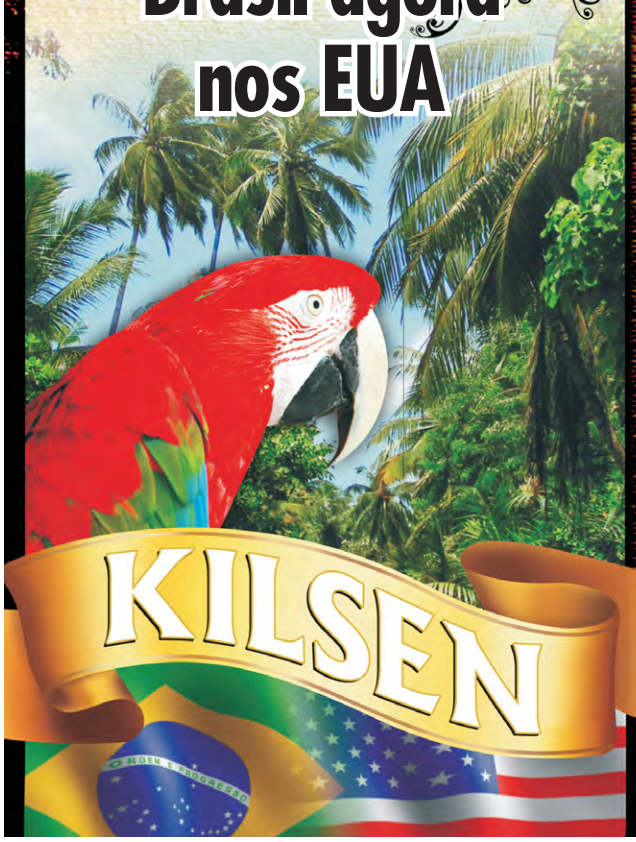
NOSSA GENTE

Editor Paulo de Souza (407) 276-6108
Graphic Design A Graphic Design, INC
Diretor Comercial Marcio Silva (407) 888-9933 ou (407) 276-6108
Revisão/Tradução Claudia Moreira (Allcomp Solutions, Inc.)
Distribuição/Marketing Monica Franchi Souza

Colunistas e Colaboradores
Andrezza Duarte, Cleide Rotondo, Delane Ramos, Elaine Peleje Vac, Elly Tuckler, Flávio Cruz, Paula Mattos, Rosana Almeida, Nilzon Dizeu, Vera Mendonça, Vinicius Ferracciu, Viviane Sperb, 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.

A Melhor e mais Saborosa Cerveja do Brasil agora nos EUA



KILSEN

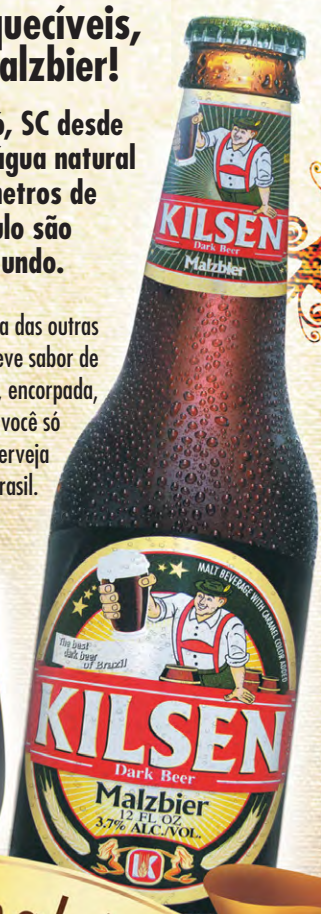
Para tornar momentos especiais em inesquecíveis, comemore com Kilsen Extra ou Kilsen Malzbier!

Produzida pela Alibras Alimentos Brasileiros, em Chapecó, SC desde 1996, Kilsen Extra e Kilsen Malzbier são fabricados com água natural pura, extraida de poços artesianos com mais de 120 metros de profundidade. Seus ingredientes básicos malte e lúpulo são selecionados e importados dos melhores locais do mundo.

100% MALTE

Kilsen Extra foi criada para quem sabe diferenciar uma cerveja de qualidade. Preparada apenas com ingredientes selecionados, Kilsen Extra é uma cerveja leve e encorpada, com aroma único.

Kilsen Malzbier se diferencia das outras cervejas escuras pelo seu leve sabor de frutas. É uma tentacão única, encorpada, espuma cremosa, que você só encontra na melhor cerveja escura do Brasil.



extra

malzbier

Importada por Licores Garcia Imports
1337 Pine Ave Orlando FL 32824 - *licoresgarciaimports@gmail.com*

GARCIA

Se você não encontar nossa cerveja em seu restaurante preferido ligue **407 616-1574**

Remessas de Dinheiro

Safe Financial

Seg - Sex: 10:00 am - 7:00 pm
Sáb: 10:00 am - 4:00 pm

(407) 226 1001

Melhor PREÇO • Rapidez • Segurança • Taxa ZERO

5572 International Drive - Orlando, FL 32819

Ao Lado do Mall dos Brasileiros!

CENTRO ESPÍRITA AMOR E CARIDADE

Venha conhecer conceitos novos e mais aprofundados a respeito de Deus, do Universo, dos Homens, dos Espíritos e das Leis que regem a vida.

- ***Reunião Espiritual /Atendimento Fraterno*** - Quartas-feiras - 7:30pm
- ***Evangelização Infantil*** Quartas-feiras - 7:30pm
- ***Grupo de Estudos do EVANGELHO em Português*** - Quintas-feiras - 6:00pm
- ***Grupo de Estudos do EVANGELHO em Espanhol*** - Sábados - 10:00am

INFORMAÇÕES

407 758-2167

11753E S Orange Blossom Trail Orlando, FL 32837

www.amorecaridade.bravehost.com

NO PLAZA ATRÁS DO SUPERMERCADO LA MARKETA

Somos um Centro Kardecista afiliado a Federação Espírita da Flórida.

ClapWeb.com

WEBSITE DEVELOPMENT

321 402 4071

(Luciana) - Orlando / FL

Desenvolvimento de websites, design, atualizações, shopping online, hospedagens e domínios.

Todeschini. Mais uma brasileira que chegou para fazer sucesso na Florida.

A Todeschini é uma das maiores fabricantes de móveis planejados do Brasil, com 70 anos de tradição em inovar. São mais de 300 lojas exclusivas em todo o país, América Latina e, agora, também na Florida. Coloque a qualidade e a sofisticação Todeschini nos seus projetos.

- 100% MDF-E1.
- Aproveitamento dos espaços.
- Qualidade no acabamento.
- Resistência e durabilidade.
- Revestimentos exclusivos alinhados com as últimas tendências internacionais.
- Visualização do projeto em software 3D.
- Projeto sem custo.

Entre em contato conosco:
EcoProjects Inc.
5401 S. Kirkman Rd. Suite 310
Orlando - FL, 32819
P: 407 926 6193 | C: 305 801 0047
ecoprojects.inc@hotmail.com

Todeschini®
www.todeschinisa.com.br

Corpo saudável e sarado acompanha as novas tendências do mundo da malhação

Por Rita Pires

A cada ano, mais pessoas têm descoberto a importância do exercício físico na vida do ser humano.

Mais que comprovado, seus efeitos positivos abrangem muito mais que o corpo, mas a mente e a alma também são beneficiadas. A pessoa que pratica algum tipo de exercício é muito mais saudável e tem muito mais disposição que o sedentário. Por isso, as academias têm crescido e aumentado seu número de membros todos os meses. A diversidade das aulas e os profissionais competentes, são os principais responsáveis por este crescimento, além do arsenal de aparelhos das salas de musculação. Os contratos com as academias acabam criando um compromisso de assiduidade dos alunos nas aulas ou nos programas implementados pelos profissionais. Não somente isso, mas as pessoas que exercitam com frequência, são pessoas que se preocupam com o bem-estar. Por isso, a alimentação também passa a ter um papel importante na vida diária deste público. Aumenta-se a preocupação com teores de calorias e gorduras ingeridas. Até porque, se ingerirmos mais calorias do que gastarmos, o excesso será estocado em um compartimento especial do organismo, o tecido adiposo. Se, por outro lado, o ser humano ingerir menos calorias, a quantidade de gordura do corpo diminui e então a pessoa emagrece.

Os benefícios do exercício sobre o estado físico, sobre as condições cardiovasculares, e na promoção do bem-estar são incontestáveis.

Zona de Queima de Gordura - também conhecida como zona de fitness

Corresponde à 60%-70% do batimento cardíaco máximo. 85% das calorias queimadas nessa zona são provenientes da gordura, 5% de proteínas e 10% de carboidratos. Estudos têm demonstrado que nessa zona são mobilizadas gorduras para serem usadas como fonte de energia pelos músculos. Dessa forma, os benefícios dessa zona vão muito além daqueles obtidos na Zona Saúde do Coração. Agora você vai aumentar o número de calorias queimadas e obter mais benefícios cardiorespiratórios.

Como 85% das calorias queimadas são provenientes da gordura, essa é a zona preferida por aqueles que querem ficar com um visual mais definido e sarado, com um percentual mais baixo de gordura corporal.

Em relação ao tempo de atividade, a sua meta deve ser exercitar-se por 30 minutos dentro dessa zona de treinamento. Isso porque, depois de 20 minutos, você começa a queimar mais calorias. Seu corpo precisa de tempo para aquecer.

Frequência dos Exercícios

Tente se exercitar no mínimo 3 vezes por semana, com não mais que 2 dias de descanso entre as sessões de exercício, assim você não perde condicionamento.

A frequência ideal é se exercitar de 5 à 6 vezes por semana. Tire pelo menos um dia da semana para descansar. Desta forma, você descansa corpo e mente durante um dia, mantém a motivação em alta e diminui o risco de contusões.

Não tenha "medo" de descansar um ou alguns dias, achando que com isso você estará "quebrando o ciclo do programa" ou engordando.

Dica: Quando você acorda, a quantidade de carboidratos no seu corpo é bastante baixa, já que sua última refeição foi na noite do dia anterior. Como esta reserva de carboidrato é muito baixa ao acordar, esta é a melhor hora para praticar uma atividade aeróbica caso seu objetivo seja emagrecer. Nesse horário, nosso organismo usa uma porcentagem maior de gordura como energia. Se você fizer uma atividade aeróbica logo após fazer uma refeição rica em carboidratos, seu corpo irá usar estes recém-ingeridos carboidratos como fonte de energia, e não a gordura que você quer tanto queimar.

Alimentação Ideal:

De 3 em 3 horas, quebre o jejum e mantenha o horário das refeições principais sempre que possível. Comer pouco, e fora de hora, desregula o organismo e pode desencadear ataques de fome, sobretudo ao fim do dia.

Beba mais água.

Com o verão, a transpiração é mais abundante, portanto, perdemos mais líquidos. Por isso, as necessidades hídricas aumentam. Nesta época do ano deve-se beber, no mínimo, 2 litros de água por dia.

Prepare sanduíches mais saudáveis

Folhas de alface, tomate, prefira pão escuro, integral ou de mistura (centeio é uma boa opção). Pode incluir fiambre ou queijo, mas não os dois juntos, porque as quantidades de gordura de ambos não convêm.

Varie a sua salada.

Incluir brócolis, excelente fonte de cálcio, massa cozida ou feijão, e uma variedade grande de legumes crus ou cozidos no vapor.

Cuidado com os temperos.

Não use maionese ou molhos daqueles já prontos nas prateleiras dos mercados. Coma saladas temperadas com limão, azeite e alho. Este tempero fará toda a diferença .

Coma 3 à 5 peças de frutas.

Aposte em frutas pouco calóricas, como a melancia, abacaxi, melão e morango.

Gelados, sim!

Coma sorvetes de polpa de fruta e batidas de frutas bem frescas.

Fique longe dos refrigerantes e das frituras.

Deve beber sumos 100% naturais, sem adição de açúcar, e evitar todo o tipo de refrigerantes.

Comidas grelhadas e cozidas são as mais indicadas.

O Que Acontece nas Academias

Zumba

As aulas de dança como exercício físico, que têm como base a dança latina, têm revolucionado as academias de ginástica nos Estados Unidos. A Zumba buscou referências nas danças latinas, com ritmos quentes, associadas ao samba brasileiro e algumas outras danças regionais, como o frevo. Salas lotadas, num pique aeróbico com batimentos cardíacos elevados e constantes. Calças largas e camisetas coladas, professoras estilosas que inspiram os alunos nesta nova tendência que, se feita a sério, em

Continua na pág. 08

Continuação na pág. 07

poucos meses é deixado fora da balança aquela gordurinha indesejada. As aulas são verdadeiras coreografias sincronizadas que utilizam sempre os quadris e os ombros, em movimentos largos e acelerados. O público da Zumba varia entre adolescentes, jovens e idosos, cada qual na sua intensidade. Para quem frequenta as classes constantemente, as coreografias são memorizadas, podendo ter um aproveitamento físico maior. Em uma hora de aula pode-se perder até 700 calorias, dependendo da intensidade da aula e do aproveitamento do aluno.

Aeroboxe

Aula com movimentos de boxe incluídos numa coreografia que prevê giros, pulos e balanços do corpo, em que os alunos usam luvas próprias para dar socos em um saco ou boneco de areia, sob a orientação de um professor e ao som de músicas animadas. A modalidade oferece inúmeras vantagens: emagrece, melhora o condicionamento físico, dá equilíbrio e agilidade, combate o estresse, desenvolve troncos e braços sem promover crescimento muscular exagerado, e trabalha o abdômen em giros e rotações. Entre socos e pontapés, você queima de 500 à 700 calorias em uma hora de aula. Frequência ideal: duas à três vezes por semana.

Pilates

São mais de 500 exercícios desenvolvidos por um ginasta e treinador alemão (Joseph Pilates), para reabilitação, condicionamento físico e bem-estar geral, que podem ser feitos em aparelhos ou no chão, sobre um colchonete. A aula emagrece, aumenta a flexibilidade e a força muscular, melhora o fôlego

Os professores Cindy, Joe & Aicha

e o funcionamento de pulmões e coração, aumenta a consciência corporal, combate o estresse, e enrijece a musculatura abdominal - além de alongar e tonificar a coluna, o que também influencia para deixar a barriga retinha. A maioria das grandes e médias academias oferecem a modalidade, praticada por pessoas de todas as idades e níveis de condicionamento. Em uma hora de aula dá para se livrar, em média, de 300 calorias. Frequência ideal: duas à três vezes por semana.

Spinning

Aula de ciclismo feita em grupo e sob o comando do professor, em bicicletas desenhadas especialmente para a modalidade - nelas existe um graduador de carga para que cada aluno controle a força das pedaladas de acordo com a sua resistência e orientação do mesmo. Os treinamentos são intercalados (alternam picos de intensidade moderada à alta, em percursos variados como subidas e descidas), podendo ser aeróbicos ou anaeróbicos. Sempre ao som de músicas selecionadas, proporciona um alto gasto calórico e fortalece a musculatura dos membros inferiores. Você consegue gastar de 600 à 800 calorias em uma hora de aula. Frequência ideal: duas à três vezes por semana.

Jump Fit

Aula feita em cima de minitrampolins elásticos individuais, onde os alunos executam uma coreografia com muitos saltos, movimentos de corrida e manobras realizadas com braços, pernas e tronco, sob o comando de um professor. O efeito na coluna e nas articulações é desprezível porque o equipamento amortece cerca de 80% do impacto sobre joelhos e tornozelos, o que minimiza o aparecimento de lesões. Além de favorecer os membros inferiores, a atividade combate a celulite - o movimento de vaivém sobre o trampolim promove uma espécie de drenagem linfática nas pernas e no bumbum, agindo contra os furinhos. Pode ser feito por pessoas de qualquer nível de condicionamento. Em cada aula, de uma hora, é possível queimar até 500 calorias. Frequência ideal: duas vezes por semana.

Exercícios localizados para glúteos

Aula de exercícios localizados que beneficiam, preferencialmente, o bumbum, trabalhando com todos os movimentos voltados diretamente para esse grupo de músculos. Nas academias, pode aparecer com vários nomes e em geral tem duração de 30 minutos. Para intensificar o treino muscular, o aluno é orientado a usar caneleiras com pesos que variam de acordo com o nível de condicionamento e, se necessário, fazer trabalhos isométricos (contração muscular sem movimento articular). Dá para gastar cerca de 150 calorias em meia hora, lembrando que este tipo de exercício visa o enrijecimento desta parte do corpo e não a perda de calorias. Frequência ideal: três à quatro vezes por semana.

Corrida/Caminhada na Esteira

Trata-se de um exercício aeróbico em que a pessoa caminha ou corre na esteira, se

Continua na pág. 09

MMM VoIP Direto

Sua forma de fazer ligações para o Brasil direto do seu Celular ou telefone fixo.

- Sem computadores
- Sem internet
- Sem assinatura de contratos

Serviços telefônicos para brasileiros morando no exterior

TESTE o MMM VoIP Direto GRÁTIS!
Solicite uma conta teste enviando um email para testar@mmmvoip.com

Preços a partir de $9.99 por mês

Uso não comercial e chamadaspara número fixo no Brasil

www.mmmtelecom.com muito mais minutos • mucho más minutos • much more minutes

Informações
Ligue **1407-956-2030**
www.MMMVoIP.com Power by Phona Max

Continuação da pág. 08

Professoras Vanessa & Lindsay

possível com orientação inicial de um professor de educação física. Pode-se variar a intensidade mudando a inclinação e a velocidade do aparelho. O que a pessoa ganha: coração e pulmão mais sadios, maior resistência física de músculos, ossos e articulações, relaxamento e menos tensão no dia-à-dia e controle dos níveis de colesterol, diabetes e pressão arterial, além de tonificação de pernas e bumbum. Se houver também o interesse na perda de peso, é preciso controlar os batimentos cardíacos para que fiquem entre 65% e 85% da frequência cardíaca máxima - para obter esse índice, subtraia sua idade de 220 e depois calcule as porcentagens do total. Você pode queimar de 400 à 700 calorias em uma hora. Frequência ideal: duas à cinco vezes por semana, valendo lembrar que ambas atividades podem ser feitas ao ar livre.

Body Pump

Aula em grupo que utiliza barras e anilhas (pesos redondos com um furo no meio) para trabalhar todos os músculos do corpo, ao som de músicas estimulantes e sob o comando de professores treinados. Utilizam-se técnicas de levantamento de peso e elevado número de repetições para garantir um corpo magro e modelado. Outras vantagens: melhora o sistema cardiorrespiratório, aprimora a força e a resistência, e previne o enfraquecimento dos ossos. Importante: como o ajuste de carga é individual, pode ser feita por alunos em qualquer nível de condicionamento. O valor calórico queimado recompensa o esforço - até 450 calorias em uma hora de aula. Frequência ideal: duas vezes por semana.

Natação ou Hidroginástica

A primeira é tida como um dos esportes mais completos, por trabalhar toda a musculatura do corpo. Em geral, é feita sob a supervisão de um profissional, que orienta o aluno na prática de vários treinos, inclusive dos quatro estilos (crawl, peito, costas e golfinho). Já a hidroginástica é realizada em grupo, com manobras e movimentos copiados do professor. Os benefícios de ambas são evidentes: diminuição do risco de doenças cardíacas, emagrecimento, e tonificação dos músculos, com zero de impacto sobre as articulações e risco de lesões mínimo. Durante uma hora de aula, dá para queimar de 400 à 600 calorias na natação e de 300 à 500 na hidroginástica. Frequência ideal: no mínimo três vezes por semana.

Alongamento é essencial

Muitos especialistas concordam sobre a eficácia do alongamento depois de um treino cardiovascular, no final, ou em intervalos durante a aula. Nessas horas, os músculos estão aquecidos e assim podem ser alongados. Dessa forma, pode-se diminuir o período de descanso do músculo e ter grandes ganhos de flexibilidade. Esses ganhos podem melhorar e manter a variedade de movimentos, aumentar a recuperação e reduzir as dores musculares.

Professor Cuic Suarez

De acordo com diversos profissionais, os alunos podem alongar o músculo que ficou mais encolhido ou apertado por manter-se em posições ocupacionais crônicas. Deve-se também alongar para corrigir desequilíbrios musculares causados por treinar de forma incorreta.Um treino não é completo sem alongamento. Fazer movimentos repetitivos encurta os músculos e se o aluno não se alongar para evitar isso, os riscos de lesões aumentam. Para que os alongamentos estáticos sejam eficientes, os alunos devem alongar por um período de 15 à 30 segundos em cada exercício. Menos tempo pode diminuir os objetivos de flexibilidade; mais tempo não adianta nada. Por isso é importante separar, no mínimo, dois dias na semana, para fazer uma aula de alongamento depois do exercício aeróbico, ou simplesmente fazer a aula de alongamento sem nenhum outro exercício físico. Isto melhorará seu desempenho nos outros exercícios durante a semana.

INDO PARA O BRASIL!?
COMPRE SUA PASSAGEM COM A BRAZIL VACATIONS!

DESDE 1997 SERVINDO À COMUNIDADE BRASILEIRA NOS ESTADOS UNIDOS!

SEMPRE TEMOS O MELHOR PREÇO, COM BOM ATENDIMENTO E ATENÇÃO!

NÃO PERCA TEMPO, LIGUE AGORA!

FAZEMOS O POSSÍVEL PARA COBRIR QUALQUER OFERTA DA CONCORRÊNCIA!

BRAZIL VACATIONS

1888 833 8511
www.brazilvacations.us
info@brazilvacations.us
Phone: 407 812 5554 - Fax: 407 812 5531

MetroPCS lança plano com ligações internacionais ilimitadas

Com o novo plano da Metro PCS, por mais $5.00 mensais em seu atual plano, você pode ligar para qualquer linha fixa de mais de 100 países sem limite de tempo.

Testamos o aparelho em uma ligacão para o Brasil e ele funcionou perfeitamente. Você liga diretamente para qualquer linha fixa do Brasil, sem discar o número 800 ou entrar qualquer PIN. Muito rápido e prático. Para maiores informações, como ativar este novo serviço da MetroPCS, ligue 407-248-0330 ou visite a loja da MetroPCS da Kirkman (5389 Kirkman Rd, Suite 100 Orlando FL 32819) com atendimento em português.

Brasileiras caem em golpe de agente de viagens

Em Nova York, centenas de brasileiras caíram no golpe de um agente de viagens, também brasileiro. Elas ficaram sem dinheiro e sem as passagens.

Na porta de uma delegacia em Nova York, as mulheres que compraram mas não levaram. A empresária Márcia Pinheiro pagou US$ 5.700 por oito passagens aéreas. "É assim que me sinto: lesada", disse. Jânia gastou US$ 4.300 em quatro bilhetes. "Ele me roubou, levou meu dinheiro e não me deu os tickets. Eu estou impossibilitada de embarcar para o Brasil com minha família", conta.

A dona de casa Marilene Broeto perdeu US$ 2.100. "Lógico que nós fomos vítimas de um golpe". A enfermeira Linca Martino perdeu US$ 2.500. "É muito triste uma pessoa do seu próprio país aproveitar da boa vontade dos irmãos de pátria e aplicar um golpe baixo desses", disse.

As brasileiras, e são mais de 100, dizem que compraram as passagens de um brasileiro, em uma agência de turismo, que também é de um brasileiro.

O agente é Renato Costa. Os recibos que ele emitia eram em nome próprio, sem timbre da agência, mas o cartão de visitas tinha o nome da empresa.

Renato era um intermediário. Comprava as passagens da agência e vendia para os clientes, porém, na companhia aérea, fazia apenas a reserva dos bilhetes e ficava com dinheiro.

Na hora do embarque, ninguém conseguia viajar porque o ticket não tinha sido emitido. No telefone de Renato e no endereço que ele apresentava como sendo o da residência, em Nova York, ninguém sabe, ninguém viu.

Em recente entrevista ao jornal Brazilian Voice, o dono da agência, João de Matos, explicou que Renato Costa era um agente autônomo e não fornecia recibos da Brazilian Travel, e sim, um recibo pessoal e um itinerário falsificado por ele. Apesar de não ter responsabilidade pelo golpe, decidiu honrar o nome de sua agência e fornecer novos tickets aos lesados. Lembrou ainda que a melhor recomendação é sempre exigir um recibo oficial da agência, e não um simples pedaço de papel, sem timbre, como foi o caso de Renato Costa de Oliveira.

João de Matos, proprietário da Brazilian Travel

"Nós trabalhamos para que a Casa dos seus Sonhos se torne realidade."

• Consertos
• Reformas
• Móveis sob medida

Rommel Souza
Arquiteto no Brasil
PHOENIX Renovations
407-470-8771 / 407-758-2167
Licensiado e Segurado

Restaurante e Padaria Brasileira

Pães • Bolos • Salgados

Café da Manhã - *Todas omeletes vêm com uma torrada*

Omeletes ..... a partir de ***$2,50***
Pão na chapa ..... a partir de ***$1,00***

Almoço e Jantar *- Acompanha arroz, feijão, batata/mandioca frita e salada*

Comercial ..... a partir de ***$8,00***
Prato-feito ..... a partir de ***$5,00***
"To go" ***$6,00***

BRAZIL 24 HOURS

Ligue 407 666-5001 ou 321 689 3646
6917 Municipal Drive Orlando FL 32819 brflorida@aol.com

UMA NOTA FINAL: OBRIGADO!

Walter G. Santos
Advogado habilitado no Brasil e nos Estados Unidos
waltersantos@nossagente.net
407 447 9090

Durante os vinte e sete meses que se passaram, tive a oportunidade de escrever para o jornal Nossa Gente. Quando o periódico ainda era apenas uma ideia, seu fundador, Paulo de Souza, me convidou para escrever naquilo que seria a chamada "Coluna Jurídica". Sem hesitar, aceitei de imediato, convencido de que seria um ótimo canal de comunicação com a comunidade brasileira.

O jornal saiu do papel (e no papel!). Engordou. Aumentou suas colunas e seu número de colaboradores. Enfrentou a avassaladora crise econômica e navega firme nesta que é a sua vigésima oitava edição. Dois anos e quatro meses de ininterruptas publicações mensais.

Depois de todo este período, despeço-me agradecido, certo de que o objetivo traçado foi alcançado. Os artigos publicados provocaram incontáveis manifestações dos leitores, muitas vezes, situados em longínquos municípios brasileiros, vindos até mesmo de pessoas que jamais colocaram o pé na América.

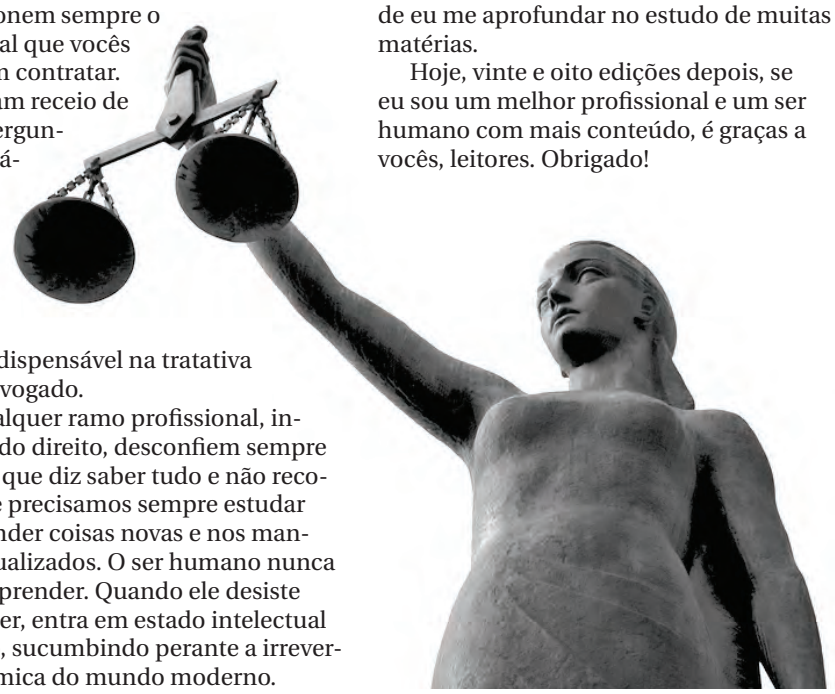
Nestes mais de dois anos busquei incessantemente me educar em matérias inovadoras, para poder endereçar problemas que afetam a comunidade brasileira de forma geral. Muitas vezes, em questões completamente desvinculadas da prática advocatícia diária, como por exemplo, a dupla nacionalidade dos filhos de brasileiros nascidos no exterior, dependendo do ano em que nasceram, ou até mesmo a necessidade de autorização de viagem para crianças que viajam desacompanhadas dos pais para o Brasil, casos estes que raramente impõem a contratação de um advogado.

Ao despedir-me desta coluna, deixo apontado que, nos dias de hoje, a atuação do advogado é muito mais necessária para a população. Apesar de muitos procedimentos terem sido simplificados para permitir a fácil compreensão do público em geral, nem sempre a lei que regula tais procedimentos pode ser facilmente digerida pelo leigo.

E todos nós somos leigos quando percorremos uma área fora de nosso conhecimento. No ramo jurídico, o direito se multiplicou de uma forma que os próprios profissionais da área tendem a se especializar, suprimindo a figura do advogado "clínico geral".

Estas observações são feitas numa nota final para orientar o público leitor a não dispensar a participação de um advogado sempre que se deparar com um importante ato jurídico na sua vida. Muitas vezes, apenas o conhecimento do profissional que atua diariamente pode significar a obtenção ou não do resultado desejado.

Questionem sempre o profissional que vocês pretendem contratar. Não tenham receio de fazer as perguntas necessárias para estabelecer a relação de confiança mútua, indispensável na tratativa cliente-advogado.



Em qualquer ramo profissional, incluindo o do direito, desconfiem sempre da pessoa que diz saber tudo e não reconhece que precisamos sempre estudar para aprender coisas novas e nos mantermos atualizados. O ser humano nunca deixa de aprender. Quando ele desiste de aprender, entra em estado intelectual vegetativo, sucumbindo perante a irreversível dinâmica do mundo moderno.

Obrigado ao Jornal Nossa Gente pela oportunidade. Obrigado a todos que me apoiaram. Obrigado aos leitores pelas dúvidas, críticas e sugestões enviadas. Suas questões pessoais e sua aguçada curiosidade suscitaram em mim a necessidade de eu me aprofundar no estudo de muitas matérias.

Hoje, vinte e oito edições depois, se eu sou um melhor profissional e um ser humano com mais conteúdo, é graças a vocês, leitores. Obrigado!

• A informação contida neste artigo constitumera 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.

1994 • 2009
15 anos
ATT
ABSOLUTE TOURS & TRAVEL, INC.

MELHORES PREÇOS DE PASSAGENS EM PRESTAÇÕES!

BRASIL A PARTIR DE $439* ONE WAY

NOVO ENDEREÇO
5605 International Drive
407 352.5502

Venha fazer uma visita ao nosso novo escritório e concorra a
2 passagens
para o Brasil!

TAMBÉM OFERECEMOS
Remessa de Dinheiro e Envio de Caixas para o Brasil

ATT
ABSOLUTE TOURS & TRAVEL, INC.
5605 INTERNATIONAL DRIVE
Orlando FL 32809 vendas@attinc.net
407 352.5502
Toll Free 1-800-864-6288

* Mais taxa de embarque saindo de Miami e em baixa temporada. Restrições se aplicam. Preços sujeitos a reajustes sem aviso prévio. Aceitamos todos cartões de crédito! IN GOD WE TRUST

Edwin Rivera (Presidente Amigos Profesionales) e Ronald Ambar (Presidente da CFBACC)

Grupo "Amigos Profesionales"

Fundado por Edwin Rivera o Grupo Amigos Profesionales – Business Network é o primeira associação hispânica-americana do tipo na Central Florida.

O objetivo do grupo é de promover reuniões mensais entre profissionais de sucesso de diversas áreas para que possam trocar experiências e realizar negócios.

O grupo é aberto a profissionais que queiram participar e tem 10 regras que devem ser seguidas:

1. Mude sua atitude dê" O quê têm aqui para mim?
2. Ouça primeiro.
3. Construa relações duradouras.
4. Forneça a primeira indicação.
5. Seja agradecido pelas indicações que são entregues a você.
6 Dê um retorno a pessoa indicada em menos de 24 horas.
7. Conheça no mínimo 5 pessoas e as apresente a outros.
8. Vista-se com elegância, para o sucesso.
9. Marque uma entrevista para o próximo dia.
10. Seja preciso e curto.

Mais informações no website http://www.amigosprofesionalesbusinessnetwork.com/

BB Money Transfers chega aos EUA

A BB Money Transfers é a mais nova empresa de remessa de dinheiro nos Estados Unidos e traz com ela a credibilidade do Banco do Brasil, uma instituição de 200 anos

A BB Money Transfers chega aos Estados Unidos e já apresenta uma grande novidade. Com a entrada da BBMT no mercado, as remessas de dinheiro para o Brasil atingem um novo patamar. Todas as transações dos correntistas do Banco do Brasil feitas através dos agentes/parceiros da BBMT são instantâneas. Com o serviço inédito e exclusivo da BBMT o dinheiro enviado cai imediatamente na conta no Brasil, mesmo se o Banco estiver fechado por lá.

Esta não é uma diferença de alguns minutos ou segundos, é muito mais.

As remessas agora podem ser feitas durante os fins de semana ou feriados, nos horários de funcionamento dos agentes/parceiros e, quando o beneficiário tem conta corrente ou poupança no Banco do Brasil, o dinheiro estará disponível na mesma hora e poderá ser sacado nos aproximadamente 40.000 caixas eletrônicos ou em um dos 16.400 pontos de atendimento. Quem ainda não é correntista do Banco do Brasil, também pode usar o serviço da BBMT. Neste caso, o dinheiro poderá ser retirado no balcão de uma das 4.600 agências do BB em todo o Brasil.

Leandro Alves (Gerente Geral do Banco do Brasil para a América do Norte), Sonia Valias (agente/parceiro da BB Money Transfers), Farid Ricci Jordi (Agente/parceiro da BB Money Transfers), Cícero Pontes (presidente da BB Money Transfers), Edilson Baccarin (Gerente de Relacionamentos com Agentes)

A determinação da BBMT em ser a melhor entre as empresas do mercado tem como razão principal o fato dela entender que a remessa de dinheiro não é uma simples operação financeira.

O dinheiro enviado para o Brasil é o resultado de algo conquistado com muito esforço, determinação e sonhos. Dinheiro que vai ajudar no desenvolvimento de regiões e proporcionar maior bem estar à famílias dos imigrantes que estão nos Estados Unidos lutando por esse objetivo. Por isso, o compromisso da BBMT, através de seus agentes/parceiros, é de sempre oferecer os melhores e mais confiáveis serviços aos seus clientes.

Parceiros da BBMT

Os dois primeiros parceiros da BBMT em Nova Jersey são a Brazilian Bakery e a Oba-Oba Brazil, ambos na cidade de Newark, NJ. Novos agentes, em outros estados, serão anunciados em breve.

"Me senti honrado por ter sido escolhido por uma instituição bi-centenária. Essa parceria para mim significa a recompensa de uma trajetória idônea, correta, simples e honesta", afirma Farid Ricci Jordi, dono da padaria brasileira. Farid é de Belém do Pará e está nos Estados Unidos há quase 3 décadas.

Sonia Valias é a proprietária da Oba-Oba Brasil, uma butique especializada em moda brasileira, e também se mostra muito animada pelo fato de ser uma agente/parceira da BBMT. "Quando eu recebi a proposta da BBMT eu chorei de alegria. Isso para mim é um orgulho, uma oportunidade única na minha vida", diz Sônia, que é de São Gonçalo do Sapucaí, MG. Ela veio para os Estados Unidos para passar 2 anos e está há mais de 20.

O público já pode conferir como funciona a remessa instantânea, exclusiva da BBMT. É só ir até um dos agentes/parceiros. A Brazilian Bakery fica no número 44 da Ferry St., em Newark. A Oba-Oba Brazil também fica na Ferry, no número 278. Outras informações estão no www.bbmt.com. O site sempre será atualizado para deixar todo mundo por dentro das novidades da BBMT.

A SAÚDE É SEU MAIOR PATRIMÔNIO!

A ACUPUNTURA E A HOMEOPATIA SÃO PRÁTICAS MILENARES DE MEDICINA QUE TRATAM DE FORMA INTEGRAL AS ENFERMIDADES AGUDAS OU CRÔNICAS, UNINDO MENTE E CORPO.

- Tratamento para dores em geral, dores na coluna, ciático, etc
- Artrites, reumatismos, fibromialgias
- Sinusites, bronquites, problemas respiratórios e alergias
- TPM, enxaquecas, dores de cabeça
- Depressão, insônia, ansiedade e síndrome de pânico
- ADD, ADHD
- Lesões ligadas à esportes como tenis, golf , etc..
- Gastrite, refluxo, sobrepeso e problemas digestivos, entre outros

SINTA-SE À VONTADE COM UMA MÉDICA BRASILEIRA!

Atendimento em português, inglês e espanhol para adultos e crianças

Elly Tuchler, A.P.

A.P. formada e licenciada nos Estados Unidos em Medicina Oriental e Acupuntura. Médica formada no Brasil, com 29 anos de experiência em Clínica Geral, Homeopatia e Endocrinologia.

Tire suas dúvidas: www.acuhomeo.com

Acupuncture & homeopathy center

(407) 373-0606

8615 Commodity Circle – Suite 10
Orlando FL 32819

Gadotti Inaugura Showroom e Atêlier

PorRita Pires

Gadotti inaugura seu Showroom emWinter Garden com música ao vivo, vários amigos, além de um bom papo entre queijos e vinhos. A banda convidada era formada por músicos reconhecidos na comunidade: Bill no violão, Marquito no primeiro baixo confeccionado por Gadotti, Walter na bateria, e as cantoras Jenny, Luciana e Julie. Durante seu discurso, ele incluiu agradecimentos e fez menção especial a sua mulher Juliana, quem organizou todo o evento. Gadotti também contou um pouco da sua história no Brasil e falou do seu trabalho, que tem conquistado cada vez mais um público exigente e profissional, trabalho totalmente artesanal, que faz de cada instrumento uma peça única e exclusiva. Na ocasião, Gadotti nos mostrou as várias etapas de criação até o instrumento final confeccionado. Por fim, o toque especial, a marca do seu nome registrado em cada instrumento, personalizando cada um deles. Aos 17 anos, Jeanfranco Gadotti começou trabalhar com Benedetti (Luthier), num atêlier na Vila Mariana, em São Paulo. Em 1999, já aqui nos Estados Unidos, mais especificamente na Carolina do Sul, encontrava-se com Luthier Mark Eshenbaugh, confeccionando contra-baixos.Vindo para Orlando no final de 2001, Gadotti buscou realizar seu grande sonho, ter seu próprio atêlier. Depois de trabalhar em um restaurante e em uma marcenaria, enfim seu “dream came true”. No início deste mês, Gadotti inaugurou, em grande estilo, a “ Gadotti Guitar Showroom”, e já conta com vários pedidos feitos. Um dos convidos a prestigiar Gadotti e dividir o palco com os músicos foi o consagrado Robert Harris, um dos Top 20’s de Jazz dos Estados Unidos e o número 1 na Raáio WLOQ. Harris fará seu próximo CD com o violão Gadotti já encomendado.

Gadotti encerrou dizendo: “ Estou tendo a honra de ensinar outros que trabalham comigo e a realizar um sonho que estava somente na minha imaginação. Eu acredito que o dom que cada um de nós temos vem de Deus, mas a disposição de lutar para que ele seja desenvolvido ao máximo, tem que vir de nós. Espero que esta reportagem seja um motivador de inspiração para todos nós, que muitas vezes desistimos dos nossos sonhos por causa das circunstâncias ao nosso redor. Rompa, reaja, lute e seja bem-sucedido”.

1226 Winter Garden Vineland Rd- Winter Garden
Telefone: (321)415-2224 wwwgadottiguitars.com email:: customerservice@gadottiguittars.ws

TRANSPORTE DE CARGAS E MUDANÇAS
Enviamos qualquer tipo de carga para o Brasil
USAMOS TAMBÉM
• FEDEX • UPS •DHL
e outros transportadores de qualidade.
MELHORES PREÇOS DE MERCADO
• CONTAINERS
Confira nossos preços para o envio de containers
IBA express
Desde 1995
AGORA
CAIXAS de 27”
Garantimos o melhor serviço do mercado
DOCUMENTOS • PACOTES
MUDANÇAS • CONTAINERS• CAIXAS DE 27”
Porta a porta & Aeroporto-Aeroporto
7061 Grand National Dr. Suite 106 Orlando, FL 32819
Tel.: (407) 354-0340 Fax: (407) 354-0364 iba@bellsouth.net ou iba@ibaexpress.com
A Graphic Design 407 276 6108

Brazilian Day já é sucesso!

O bonito logo do Brazilian Day Orlando 2009 criado por Leonardo Simões.

A segunda edição do "Brazilian Day Orlando" se expande para uma semana de eventos que acontecem entre os dias 07 a 13 de setembro de 2009, promovendo a imagem econômica, social e cultural do nosso país entre outros povos. Neste ano, o evento segue o mesmo formato com uma programação artístico-cultural com shows ao vivo para crianças e adultos e a "feira de produtos e serviços diversos", tendo como missão principal a divulgação e a celebração da cultura brasileira na região, criando a oportunidade de apresentar nossos produtos industrializados, música, literatura, culinária, artesanato e produtos diversos.

Participaram do BDO2008, um público de quase 5 mil pessoas...

O movimento de americanos e outras nacionalidades era grande na área das barracas

O Brazilian Day Orlando é um "Festival Popular", idealizado pelo jornalista Paulo Corrêa para celebrar a data maior do povo brasileiro, que é a sua independência, durante o chamado "mês do Brasil", que é setembro. O objetivo é reunir as famílias, amigos e vizinhos de brasileiros da região da Central Flórida – Orlando, Tampa Bay e cidades circunvizinhas (região que abriga uma média de 80 mil brasileiros e recebe milhares de turistas durante todo o ano), para festejar a cultura brasileira, mostrando o "Orgulho de ser Brasileiro" e também integrando a nossa comunidade com as comunidades hispânica e norte-americana.

As Barracas

Mais de 40 barracas de bebidas (chopp e refrigerantes), comidas (churrasco, doces e salgados diversos, canjica, mungunzá, pamonha, açaí, acarajé, abará, caldo de cana, entre outras iguarias), roupas e acessórios (com bandeiras do Brasil em vários produtos como sandálias, chaveiros, calções, pulseiras, cangas, maiôs e camisas de time de futebol, além de várias bandeiras de tamanhos variados), estarão disponíveis durante o evento. Outra novidade é a participação de barracas de prestadores de serviços de advocacia, saúde, seguros, real estate e mortgage broker, entre outros.

Continua na pág. 15

15 Anos!
SUNCOAST USA
Tour & Travel
2008 Premio Delta #1 em Vendas
TOLL FREE
1 888 354.3080
BRASIL
$445.00* (One way MIA)
USA - BRASIL - USA
$585.00* (IDA & VOLTA)
BRASIL - USA - BRASIL
$750.00* (IDA & VOLTA) Pkg. Only GRU-MIA
SUN COAST
Kirkman Road
Kingspointe Pkwy.
Gas Station
Sand Lake Road
John Young Pkwy.
7901 Kingspointe Pkwy. Ste 29-B Orlando, FL 32819
ORLANDO SÃO PAULO
$648.00*
PARCELAMOS TAM em 5 X !!
Entregamos a sua passagem em todo território Americano e do Brasil.
*Preços não incluem taxas de embarque, sujeito a disponibilidade e algumas restrições são aplicáveis.
2008 Operadora Oficial Walt Disney World
DELTA
AA
TAM Brazilian Airlines
7901 Kingspointe Pkwy. - Suite 29B - Orlando, FL 32819 Phone (407) 354.3080 - Fax (407) 354.2266

Precisando de ajuda na hora de
Comprar, Vender ou Alugar
SEU IMÓVEL?

Confira como nosso time pode ajudar:

- Mais de 20 anos de experiência.
- Especialista em Short Sales.
- Atendimento especializado para investidores
- Acesso direto a propriedades tomadas pelos bancos
- Administração dos seus imóveis alugados.
- Atendimento em inglês e português

THE TITAN GROUP INC.
LICENSED REAL ESTATE BROKER

LIGUE AGORA | 407 668-7575 Português | 888 868-4736 Inglês

Continuação da pág. 14

Exposição de Artes Plásticas

No "Canto das Artes", será montada uma exposição de maravilhosos artistas plásticos brasileiros: Edson Campos (Winter Park), Maria Helena Martins (Orlando), Rina (Orlando), Jacqueline Oliveira (Port St. Lucie), entre outros.

Área Infantil

O Brazilian Day Orlando terá um espaço especial para as crianças. Com uma equipe preparada pra alegrar a festa, a empresa de entretenimento infantil Alegra, da empresária e show woman Mauren Moreira confirmou sua presença.

"Vamos animar os brasileirinhos com karaokê, fantoches, pintura no rosto com tema brasileiro, artes com balões, máquinas de algodão doce, pipoca, snow cone e muito mais! Palhaços, bonequinhas, entre outras, serão as fantasias que a minha equipe estará se apresentando", garante Mauren Moreira. A animação do espaço infantil do Brazilian Day Orlando ainda terá brincadeiras com prêmios fazendo uma linda homenagem para as crianças.

Os artistas Plásticos Edson Campos (Winter Park) e Aline Bandeira (Tampa) com o empresário Jairo Primo.

Investimento

Brazilian Day Orlando representa uma boa oportunidade de marketing para a sua empresa que pode diretamente alcançar um grande numero de consumidores/clientes. Existem cinco níveis do patrocínio: Platino, Ouro, Prata, Bronze e o Apoio Cultural com benefícios crescentes para cada nível.

O evento dá a oportunidade de expor seus produtos e serviços, com seu logotipo impresso nas camisetas do evento, faixas da empresa expostas no palco principal, logo impresso no material de divulgação do festival (panfletos e posters), exposição do seu balão no local do evento, anúncios no palco pelo narrador, vídeo (comercial de 30 seg.) no telão e stand comercial (barracas), logo no website do evento www.braziliandayorlando.com e braziliandaytv.com, são alguns beneficios do seu Investimento.

As oportunidades do patrocínio variam de US$750,00 a US$10.000. Nós projetaremos seu patrocínio de acordo com o que você precisa e quer.

Programação

Dia: 13 de Setembro de 2009
Horário: Domingo, das 12:00pm às 8:30pm
Local: Wild West - 2151 Ocoee Apopka Rd Ocoee, FL 34761- 4901
Website: www.wildwestocoee.com (verificar mapa)

Público estimado: 6 mil pessoas de várias nacionalidades, sendo a sua grande maioria de brasileiros.

Para mais informações: Paulo Correa (407) 879-1777 ou braziliandayorlando@gmail.com

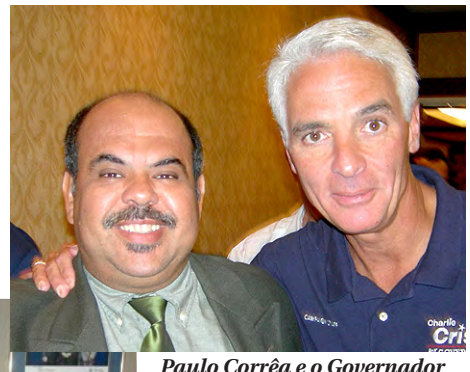
Brazilian Day Orlando é oficial!

A comunidade comemora a "Proclamação do Brazilian Independence Day" feita pelo Orange County Mayor Richard T. Crotty. O evento aconteceu na Prefeitura do Condado de Orange, com importantes presenças de lideres e formadores de opinião.

O Brazilian Day Orlando ganhou novas dimensões, terá uma "Semana do Brasil" com uma programação artístico-cultural e de negócios em entidades que já se manifestaram favoráveis a idéia como a University of Central Florida, Valencia Community College, Florida Christian University, CFBACC (Central Florida Brazilian American Chamber of Commerce) e restaurantes brasileiros. A missão principal é divulgar e celebrar a cultura brasileira na região.

Autoridades reconhecem que a comunidade brasileira é ordeira, trabalhadora e que faz a diferença...

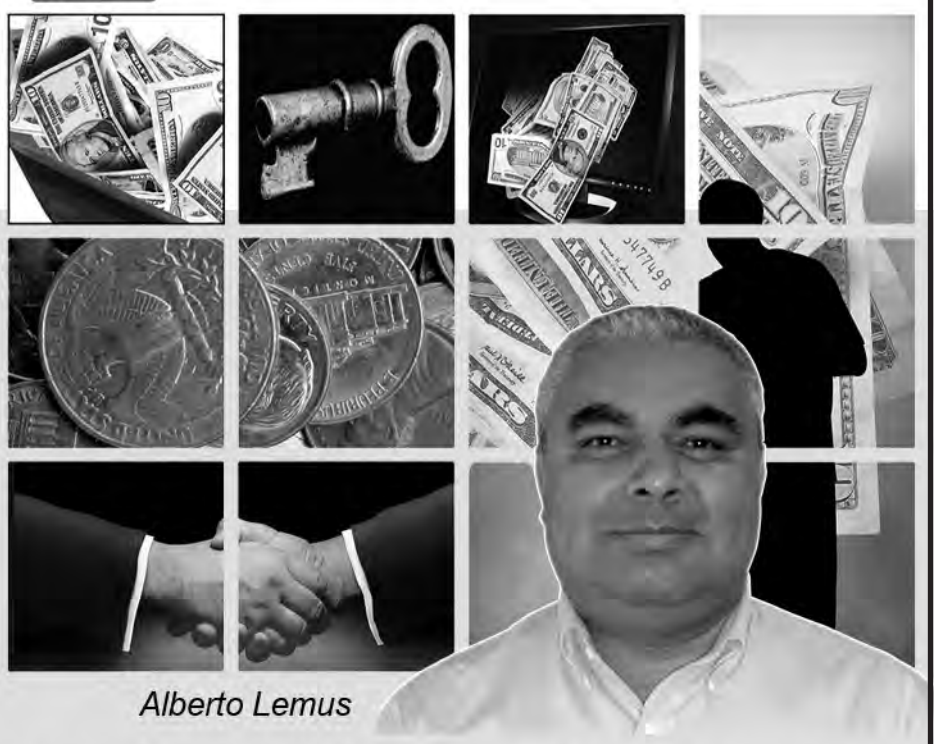
Orlando Mayor Buddy Dyer e Paulo Corrêa


Paulo Corrêa e o Governador (FL) Charlie Crist

Larry Chiang, Orange County Mayor Richard T. Crotty (apresentando a Proclamação Oficial) e Paulo Corrêa

Senador Mel Martinez

ACCOUNT Bookkeeping
AUTHORIZED IRS e-file PROVIDER


Alberto Lemus

VOCÊ ACABA DE ENCONTRAR A AJUDA QUE PRECISA

- Abertura de empresas
- Registro federal (FEI number)
- Licenças (Todos os tipos)
- Payroll (Pagamento de empregados)
- Fazemos contabilidade em geral
- Declaração de Imposto de Renda Pessoal e Empresarial
- Cartas de refrência
- Auditorias
- Work Compensation exemption
- Consultoria em geral
- Administração de empresas
- Traduções
- Notarização e Procurações
- Emissão e renovação de Passaporte
- Carteira de Motorista Internacional

Notário Público registrado no Consulado Brasileiro

Fazemos TAX ID, com ele você pode:
- Abrir contas em bancos
- Construir seu crédito
- Abrir companhias

Ligue para uma consulta grátis!
Fone: 407 898-1757 Fax: 407 897-5336
5950 Lakehurst Drive, # 246 Orlando, FL 32819
accountbookkeeping@yahoo.com
HONESTIDADE, CONFIANÇA E COMPETÊNCIA

Verão 2009 - Seu filho está preparado para ficar sozinho?

Especial para Jornal Nossa Gente

O Departamento de Famílias e Crianças da Flórida (Florida Department of Children and Families) gostaria de encorajar os pais a fazer planos seguros para suas crianças neste verão. No Estado da Flórida, não existe uma lei específica que determine a idade mínima para se deixar uma criança sozinha.

Cada criança se desenvolve e atinge maturidade em diferentes estágios e, a decisão de ser deixada sozinha em casa, depende apenas do pai e da mãe. É uma decisão muito importante dos pais e depende de um planejamento e uma cuidadosa análise da situação.

Os pais são encorajados a considerar diversos fatores para decidir se seu filho está maduro suficiente para tomar cuidado de si mesmo ou de um irmão menor.

Algumas considerações e recomendações do Departamento de Famílias e Crianças da Flórida:

Seu filho sabe o que fazer ou quem chamar em caso de uma emergência?

Seu filho vai permitir que outras crianças visitem sua casa sem a supervisão de um adulto?

Seu filho tem atividades suficientes para passar todo o dia sozinho?

Seu filho tem alguma deficiência ou problema que pode torná-lo mais vulnerável a se machucar?

Seu filho sabe preparar comida?

Seu filho tem claras instruções sobre o que ele pode ou não pode fazer sem a supervisão de um adulto?

Seu filho entende as restrições sobre o uso do forno ou piscina sem a supervisão de um adulto?

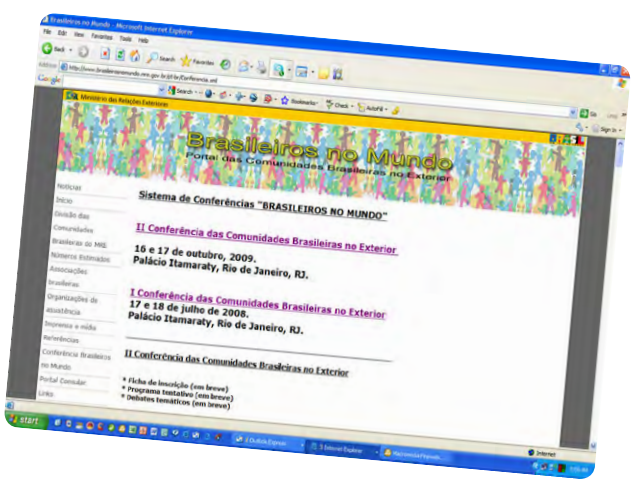
Seu filho estará supervisionando crianças menores? Ele tem capacidade, responsabilidade e maturidade suficiente para controlar crianças menores?

Se seu filho não está preparado para ficar em casa sozinho por longos períodos, os pais devem procurar soluções alternativas de como cuidar de seus filhos. Crianças menores precisam de uma supervisão maior ou um local em que elas possam passar o dia sendo cuidadas por outros adultos. Crianças mais velhas podem se beneficiar de programas como "summer camps" ou "sporting camps", que ocupam as crianças por várias horas do dia. Se você tem problemas para pagar por estes "camps", procure ajuda do governo ou programas subsidiados.

Para procurar um "Child Care" e verificar sua licença, visite o website do Departamento de Famílias e Crianças da Flórida no http://www.dcf.state.fl.us/childcare/

Adiada para 16 e 17 de outubro a II Conferência Brasileiros no Mundo - RJ - Brasil

O Ministério das Relações Exteriores do Brasil (MRE) decidiu alterar a data da II Conferência das Comunidades Brasileiras no Exterior, anunciada desde o mês de Abril de 2009 para os dias 27 e 28 de agosto. Conforme indica a página do MRE http://www.brasileirosnomundo.mre.gov.br/pt-br/Conferencia.xml o evento está previsto para os dias 16 e 17 de Outubro de 2009 no Palácio Itamaraty do Rio de Janeiro.



CAROL LARSON
ACCOUNTANT TAX PREPARER
Há anos Servindo a Comunidade Brasileira na Florida
QUER SER DONO DO SEU PRÓPRIO NEGÓCIO?
AUDITORIA DE WORK COMPENSATION E IRS?
NÓS PODEMOS LHE AJUDAR!!
NÓS OFERECEMOS OS SERVIÇOS DE:
Abertura de Corporações e LLC
Licensas de Ocupação
Isenção do Worker's Compensation
Registro Federal(FEI Number
Tax ID Number
Serviços Consulares:
Passaportes, Procurações
e autorizações de Viagem para Crianças
Traduções Certificadas
Notário Público - Divórcios
Contabilidade em geral
Serviço de Payroll
Preparação de Imposto de Renda
Pessoal e Jurídica
NATP NSTP e-file NSA
Consultoria de negócios e planejamento de impostos
LIGUE PARA MARCAR UMA CONSULTA
ORLANDO 407-370-3686
MIAMI 305-519-1801
Pluvia Ryan 801-793-5789
LARSON ACCOUNTING & CONSULTING SERVICES , LLC
8810 COMMODITY CIRCLE STE 17 ORLANDO, FL 32819 FAX: (407) 370-3120
email: carol@larsonacc.com - www.larsonacc.com

ID CARDS
• 4 anos de validade
• Expedida legalmente
• Residentes e não residentes
INTERNACIONAL DRIVERS LICENSE
• 1 a 3 anos de validade
• Expedida legalmente
• Residentes e não residentes
• Contabilidade
• Income Tax (e-file)
• Abertura de empresas
• Tax Id Number
• Notário Público
• Traduções
(407) 249-2199
8617 E.Colonial Drive - Suite 1200 Orlando FL

O Mercado Imobiliário continua se recuperando

Vera Mendonça - Realtor
(407) 367-8711
vera@nossagente.net

O mercado imobiliário na região de Orlando e cidades próximas continua tendo um bom acréscimo de vendas, quando comparado com o ano anterior.

De acordo com as estatísticas da ORRA (Orlando Regional Realtor Association), o mercado imobiliário continua consistente. Hoje, tem-se um inventário de propriedades para 8.37 meses. De acordo com os economistas da área imobiliária, um mercado normal possui uma media de 6 meses de inventário.

Se tudo continuar desta forma, poderemos dizer que o mercado já está se estabilizando. Mas, antes de declararmos vitória, teremos que esperar para ver o que acontecerá nos próximos meses.

Os realtors, em junho de 2009, venderam 43.12% mais propriedades quando comparados com o mesmo período em 2008.

As casas pertencentes a bancos (BANK OWNED), continuam sendo as mais vendidas, pois normalmente possuem os menores preços e os bancos querem se ver livre destas propriedades o mais rápido possível.

O preço médio de uma casa em Orlando, no mês de junho, foi de $131,200.

Esta é uma desvalorização de 39.26% quando comparada com junho do ano passado. Este preço é devido principalmente aos baixos preços dos imóveis vendidos pelos bancos.

Hoje, os compradores que recebem por volta de $52,421 por ano, possuem o potencial para se qualificar para compra de um imóvel no valor de até $238,757; os que recebem em torno de $35,646 por ano, terão a possibilidade de se qualificar para compra de um imóvel de até $144,316.

As casas mais vendidas foram entre os valores de $200,000 à $250,000.

O inventário de imóveis através do MLS hoje é de 17,831 propriedades; um decréscimo de 27.44%, quando comparado com junho de 2008, onde tínhamos 24,575 casas disponíveis para venda. O inventário de imóveis disponíveis hoje é o mais baixo que obtivemos desde de 2006.

Estas informações foram adquiridas através da ORRA.

Um abraço,
Vera Mendonça

$8,000 de Crédito no Imposto de Renda

Já sabemos que o governo tem um plano em que os indivíduos que compram o seu "primeiro imóvel" residencial, receberão até $8,000 no seu imposto de renda. Falamos sobre este assunto em edições anteriores.

Agora o governo liberou um novo programa onde os indivíduos que se qualificam poderão utilizar este crédito de até $8,000 para entrada na compra do seu imóvel. Este programa foi autorizado para, a partir de 1 de julho, mas terá o seu início a partir de 1º de agosto, pois os órgãos responsáveis pela liberação financeira estão contando com novas vendas de imóveis para que tenham o dinheiro disponível para o programa. Nas proximas edições daremos mais detalhes sobre este novo programa, pois como é bem recente e ainda não se deu início, muitas perguntas ainda estão no ar e sem resposta.

Imigrantes liderarão recuperação do Mercado Imobiliário

A conclusão é de um estudo divulgado pelo Centro Unificado para Estudos sobre Habitação (Joint Center for Housing Studies), da Universidade Harvard. Quando a recuperação chegar, imigrantes e crianças nascidas na geração "baby-boom" pós-Segunda Guerra deverão liderá-la, disseram os pesquisadores de Harvard.

A chamada geração de "echo-boomers" (filhos dos "baby-boomers") ajudará a manter a demanda robusta pelos próximos 10 anos e além, à medida que atingirem a faixa etária de 25 a 44 anos, de acordo com o relatório.

"Mesmo sob a premissa de baixa imigração, as minorias alimentarão 73% do crescimento residencial entre 2010 e 2020, sendo que os hispânicos liderarão esse contingente em 36%", diz o estudo.

Famílias de imigrantes foram mais duramente atingidas pela recessão e o colapso habitacional do que os brancos, segundo o relatório. A taxa de desemprego dos negros em abril foi de 15%, na comparação com 8% para brancos, disse o relatório. Nos bairros de minorias de baixa renda, a taxa de retomada judicial de imóveis foi de 8,4% contra 6,3% nos bairros brancos de baixa renda, no período de janeiro de 2007 a junho de 2008.

1,000 imigrantes tornam-se cidadãos na Walt Disney World

Em uma vibrante e emocionante cerimônia de naturalização, mais de 1,000 imigrantes juraram a bandeira e receberam seus Certificados de Naturalizacão no dia 3 de julho, no Magic Kingdom, principal parque da Walt Disney World.

Logo após a cerimônia, todos foram convidados a reinauguracão do "Hall Of Presidents", com o novo boneco animado do Presidente Barack Obama.

Os imigrantes, com idades de 18 à 82 anos, de 109 países, participaram da cerimônia. Entre eles, encontramos 2 brasileiros: Luiz Gustavo Ferreira, natural de Caraguatatuba, litoral de São Paulo, e Eduardo Cardoso, natural do Rio de Janeiro, RJ.

As boas-vindas foram feitas por Meg Crofton, Presidente da Walt Disney World Resort, e a cerimônia foi presidida pelo mais alto funcionário do USCI, atual Deputy Director Michael Aytes.

O ator Andy Garcia - cidadão naturalizado - falou com os convidados durante a cerimônia. Andy Garcia, nascido em Cuba, se mudou com seus pais para os EUA na década de 60, quando tinha apenas 6 anos de idade. Ele é um famoso ator, conhecido por suas participações em diversos filmes, como "The Untouchables", "The Godfather: Part III", and "Ocean's Eleven."

O juramento foi liderado por Brenda Langdon, Senior Airman U.S. Air Force, uma imigrante da Colômbia que também se tornou cidadã americana.

Segundo Meg Crofton, Presidente da Walt Disney World Resort, "no fim de semana que nossa nação comemora sua independência, nós estamos honrados em receber e comemorar estes 1,000 indivíduos que estão recebendo o título de cidadão americano."

Para finalizar a emocionante cerimônia, todos foram convidados a visitar o "Hall of Presidents" que foi reaberto para o público no dia 4 de julho. A atração estava fechada desde as eleições presidenciais para ser acrescentada a figura do 44º. presidente eleito dos EUA, Barack Obama.

A figura do 44º. Presidente, imita perfeitamente os movimentos e falas que foram gravados recentemente na Casa Branca, e é parte de uma recente reforma de 8 meses na atração que foi reintitulada "The Hall of Presidents: A Celebration of Liberty's Leaders".

Confira a emoção dos dois brasileiros durante a cerimônia e o que representa ser cidadão americano para eles.

Eduardo Cardoso

A cerimônia foi muito emocionante e foi de uma importância ímpar, pelo fato de ter sido celebrada no local que eu sempre tive vontade de conhecer na minha infância. Aliás, Walt Disney World foi a principal razão pela qual eu vim visitar os EUA pela primeira vez.

Durante a cerimônia, ver tantos nativos de outros países e estar ali representando o Brasil foi bem legal. Nunca irei esquecer, até pelo fato de ter sido na celebração da Independência dos EUA - 4 de Julho.

Quando era pequeno, meu pai me aconselhou a sempre andar com meus documentos no bolso, pois em qualquer situação eu teria como me identificar. Eu, por exemplo, sou do tipo de pessoa que não consigo sair de casa pra ir até a esquina sem ter minha carteira no bolso com meus documentos, tamanha foi a importância dessa criação que tive de ser um cidadão reconhecido, falando de Brasil mesmo. Não quero dizer que necessite andar com papéis aqui nos EUA, mas o fato de saber que tenho todos os direitos de um cidadão me enche de orgulho e me dá tranquilidade, principalmente aqui, nesse país que me acolheu e que eu aprendi a amar como se tivesse nascido aqui. Tive muitas alegrias no Brasil, amo minha família e a terra de onde vim, mas isso não me faz esquecer os problemas e situações desagradáveis que passei por causa da violência que lá impera. O fato mais importante é a possibilidade que tenho agora de legalizar meus pais e irmãos, proporcionar a cidadania imediata de minha filha mais velha, que já é residente, e de votar pra contribuir pela continuação da liberdade e do sonho americano.

Falando de coração, é um privilégio e uma satisfação muito grande me tornar cidadão de uma terra onde há oportunidades, e onde mesmo que comeces do nada, se houver dedicação e respeito ao próximo se sucederá. Resumindo, estou plenamente realizado!

Luiz Ferreira e esposa Angelina

Luiz G. Ferreira

A cerimônia foi com certeza um dos dias mais emocionantes da minha vida, não só por ter sido especial, mas também pelo tamanho da conquista. Naquele dia eu me lembrei de todas as dificuldades que passei neste país, mas todos estes dias foram recompensados na cerimônia. Agora tenho todos os direitos de um cidadão, como votar e a sensação de que faço ainda, mais parte desta grande nação.

ST. ELIZABETH of Hungary Catholic SCHOOL

Procurando por uma Escola Privada?

Construa uma fundação sólida que vai durar toda a vida!

47 Anos de Excelência em Ensino Católico

- Classes com poucos alunos
- Cursos avançados
- Ensino individualizado
- Missa semanal/Sacramentos
- Playground novo
- Aulas de arte, música, ed. física e computacão
- Biblioteca/Salas de computacão remodeladas
- Salas equipadas com última tecnologia
- After Care, esportes e clubes depois da escola
- Campos de futebol novos e Quadras

Matrículas Abertas para 2009-2010

Grades Pre-K to 8th

Novas Famílias!
$100 OFF
na Matrícula com este anúncio

Matrícula e Mensalidades acessiveis
- Bolsa de estudos e planos de pagamentos sem juros
- Aceitamos VPK, McKay, Florida P.R.I.D.E.
- Ajuda para à aplicação da Bolsa de Estudos

Accredited by the Florida Catholic Conference

NO30809

901 NE 33rd Street, Pompano Beach

Visite-nos na **www.SEOHcyclones.org**

Por Favor, ligue (954) 942-2161 para mais informacões ou uma visita privada

St. Elizabeth of Hungary Catholic School não descrimina nenhum estudante por gênero, raça, religião ou nationalidade

Comunidade Católica Nossa Senhora Aparecida

Resurrection Catholic Church

MISSAS:
Domingos: 7:30 p.m. - Winter Garden
Domingos: 11:00 a.m. - Fire Place Room
1020 Montgomery Rd Altamonte Springs, Fl

8 e 9 de agosto 2009:
Encontro de Casais com Cristo
Informações: Regina 321-231-5634

Encontro de Jovens:
Sábados, às 8:00 p.m.

Grupo de Oração:
Sextas-feiras: 19:30 p.m.

Pe. Ademir Guerini 407-256-8116
Resurrection Catholic Church
1211 Vineland, Rd
Winter Garden, Fl 34787

CPLS, PA

Attorneys & Counselors at Law

A ajuda que você precisa...
...quando você mais precisar!

Mencione este anúncio para uma primeira consulta GRÁTIS.

407 647-7887
1 877 647-7887

www.cplspa.com

Falamos Português, Espanhol, Creole e Francês

T. Persad - Attorney responsible for this advertisement.

Foreclosure Defense

Home Loan Modification

Bankruptcy

Planos de pagamento começando em $99

Negócios

Imigração

Litígio Civil

Divórcio

Federal Discount™

VICTOR'S

Orlando, FL

boost mobile
ilimitado cellular, walkie-talkie, internet & mensagem de texto
$50/mês

SEU REVENDEDOR AUTORIZADO

NEXTEL™
only from Sprint

Preços abaixo do custo!

Tudo o que você precisa para volta às aulas com os melhores preços!

Produtos higiene pessoal e limpeza.

Produtos para festa: pratos, talheres, copos, etc.
Grande variedade de embalagens para presentes.

Brinquedos, fantasias, lembrancinhas.
Centenas de presentes para você escolher.

Tudo em utilidades para sua casa.

A maior variedade de produtos alimentícios:
Bomboniere, biscoitos, bebidas, energéticos, etc.

O ENDEREÇO DA ECONOMIA!

5716 International Dr.
Orlando FL 32819
Tel 321 766-4818

Na esquina da Kirkman Road,
bem no coração da comunidade brasileira

Mais de 15.000 produtos a preços incríveis!

METAS E OBJETIVOS

Como o empreendedor de sucesso se comporta quando falamos de metas?

Acompanhe este exemplo.

Sergei Bubka é uma lenda viva no salto com vara mundial. Superou o seu próprio record 17 vezes em ginásio aberto e 18 vezes em ginásio fechado. Seu primeiro record foi em 1984, quando superou os 5,81 metros e, em 1993, atingiu a marca de 6,15m, que até hoje não foi superada. Atualmente, o russo Marksin é o melhor saltador com a marca de 6,05m, mas ainda está longe de superar o recordista mundial, Sergei Bubka.

E você, qual é sua principal meta para daqui à 20 anos? Achou muito? Que tal 10, ou 5, talvez 1 ano. Será que existe uma meta que oriente o seu dia-à-dia de trabalho?

Na década de 80, Sergei foi convidado a participar de uma experiência que estava sendo realizada em Harvard por David McLelland , um especialista em comportamento humano. Aceitou o convite e, no dia marcado, estava lá com seu equipamento de salto. Para quem não conhece, o salto com vara consiste em ultrapassar uma barra colocada no alto de dois suportes laterais. Para isso, o atleta utiliza uma vara que o lança ao alto após uma breve corrida para ganhar velocidade. Sua marca na época era de 6.00 metros.

Foi solicitado que ele saltasse 5,70m e fosse aumentando até chegar a seu limite. Assim foi feito, e ele atingiu 5,95m sem maiores dificuldades, finalizando a primeira parte da experiência. Para continuidade dos testes, a barra a ser superada no alto de dois suportes, foi retirada e, em seu lugar, foram colocados vários sensores para medir a altura do salto. Novamente, Sergei foi convidado a saltar e recebeu a seguinte instrução: vá lá e faça o melhor que puder. Sem entender ao certo o sentido de tudo aquilo, Sergei se preparou com sua vara para a corrida, tomou velocidade e saltou. Curioso para saber qual a altura que havia saltado, pois a barra foi substituída por sensores, ele perguntou e não teve resposta, apenas pediram que ele novamente se preparasse e saltasse o melhor que pudesse. Assim aconteceu por mais algumas vezes.

Realmente curioso em saber qual havia sido a altura de seu salto, Sergei questionou a equipe que o informou sobre a altura. Antes que você, leitor, saiba o resultado, eu te pergunto: na sua opinião, ele saltou mais que 5,95m que foi o resultado da primeira etapa ou menos?

O próprio Sergei tinha certeza que seu salto havia superado a todos os outros, pois se sentia muito bem. Ficou decepcionado quando soube que não havia passado dos 5,75m. Inconformado com o resultado pediu para saltar novamente com os sensores e, novamente, não superou os 5,75m.

Conversando com David sobre a experiência, Bubka pôde compreender que quando ele não tinha um ponto de referência a ser superado, uma meta específica definida, ficou muito difícil atingir ou superar a marca. Quando a barra estava ao alto ele podia vê-la, ajustar os seus movimentos para ultrapassá-la, e isso o fazia superar a cada salto a nova altura claramente definida pela barra. A partir do momento em que esta barra foi retirada, a referência do salto se perdeu e apesar de achar que estava se esforçando ao máximo para saltar, o esforço era em vão. David explicou que o mesmo acontecia com os empreendedores de sucesso estudados pela ONU. Todos eles tinham uma meta muito clara para suas empresas e principalmente para suas vidas. Sabiam exatamente o que queriam e corriam em busca deste ideal. Não existe empreendedor sem meta. O mais impressionante é que todos atingiam suas metas antes do tempo previsto e rapidamente refaziam suas metas para ter sempre uma razão de viver.

Algo parecido com a experiência de Sergei pode estar acontecendo em sua empresa e, a correria do dia-à-dia, acaba tirando a barra de referência que são suas metas e faz com que você se esforce todos os dias acreditando que está fazendo o melhor, mas pode ser em vão se suas metas e objetivos não estiverem claramente definidos.

Vinicius Ferracciu, integrante da equipe brasileira de empreendedorismo formada pela ONU e pelo SEBRAE para o desenvolvimento do empreendedorismo. Responsável por mais de 4 mil entrevistas com empresários para mapeamento do perfil empreendedor, palestrante e especialista em formação de equipes eficientes pelo perfil de competências.

Dúvidas ou sugestões sobre esta coluna? Participe. Envie um e-mail para viniciusferracciu@gmail.com ou Paulo@nossagente.net

Para refletir...
Defina suas metas

Volte à pergunta inicial, agora com mais calma, e escreva suas metas para pelo menos um ano. Verifique se suas metas anteriores já foram atingidas e as revigore com novas metas. Compartilhe estas metas com sua equipe. Busque um objetivo pessoal para tudo que está fazendo, coloque um sentido para o seu esforço. Você vai perceber que acordar cedo para trabalhar pode voltar a ser um grande prazer em sua vida.

A. Tom Harb fala sobre o mercado imobiliário

O jornal Nossa Gente entrevistou A. Tom Harb, C.E.O. da Phoenicia Development, e um dos maiores Incorporadores do Estado da Flórida, que já lançou diversos empreendimentos imobiliários de sucesso na região da Dr. Phillips e Grande Orlando. Como sabemos, o mercado imobiliário vive uma das maiores crises que já foram vistas nos EUA, mas segundo A. Tom Harb o mercado também é um celeiro de grandes oportunidades de investimento, pois as propriedades estão com seus preços mais baixos dos últimos anos.

Nossa Gente: *Sr. A. Tom Harb qual sua origem?*

A. Tom Harb: Eu sou libanês, chequei nos EUA 25 anos atrás para fazer um Mestrado em Engenharia e mudei-me para Flórida em 1985, quando comecei a trabalhar com construção e incorporação de imóveis.

Nossa Gente: *Quantas companhias você tem aqui em Orlando?*

A. Tom Harb: Basicamente temos duas companhias a Phoenicia Development e a Harbco Construction

Nossa Gente: *Suas companhias foram as que mais lançaram projetos na área da Dr. Phillips, praticamente mudando a cara da região. Nos fale um pouco sobre estes projetos e como obteram este sucesso?*

A. Tom Harb: Há 20 anos atrás, Orlando tinha praticamente duas áreas comerciais desenvolvidas, a região da Colonial Drive e da International Drive, uma atendia aos locais e a outra aos turistas. Nós começamos a trabalhar em outras áreas, como 192, Orange Blosson Trail e Dr. Phillips. Nós compramos este imóvel, onde hoje temos o Plaza Phoenicia que se tornou um grande sucesso por volta de 2000 porque trouxemos vários restaurantes de alta qualidade para a área. Antes tinhamos apenas os restaurantes da International Drive, que atendiam basicamente o mercado turístico. Faltava algo a mais, principalmente para o mercado do Convention Center, formado por homens de negócios que procuram por restaurantes de mais qualidade. Foi o que fizemos. Em seguida outros desenvolvedores começaram a inaugurar lojas de alto nível, tornando a área uma das mais valorizadas de Orlando, comercialmente e residencialmente falando.

Nossa Gente: *Quais os projetos que estão desenvolvendo agora?*

A. Tom harb: Quando escolhemos uma área para desenvolver temos variáveis importantes que devemos considerar, tais como: fácil acesso, grande fluxo de veículos, facilidades próximas (hospitais, shoppings, condomínios, etc). Como vocês podem ver temos projetos em várias áreas de Orlando, Este em Altamonte Springs, próximo ao Altamonte Mall, é um projeto residencial com 300 unidades e 200.000 feet de área construida para escritórios. O conceito de construção mudou muito nos últimos anos. Antigamente, desenvolvíamos a área comercial totalmente fora da residencial. Hoje é mais comum as duas estarem integradas, facilitando a vida dos moradores. Este projeto era para ter sido lançado dois anos atrás, mas com a virada da economia americana tivemos que adiá-lo para o começo de 2010 e deverá estar pronto por volta de 2012.

Nossa Gente: *O senhor tocou em um assunto delicado que é nossa próxima questão. O que acha da economia, sem dúvida um momento único neste país? Quais as conseqüências, especialmente para a área da Central Flórida?*

A. Tom Harb: A área da Central Flórida tem características importantes e únicas para o desenvolvimento. O estado está construindo e mantém muito bem nossas rodovias e estradas, e vem oferecendo incentivos para novas indústrias se mudarem para a área. Hoje dependemos muito do mercado turístico, mas nos últimos anos vem sendo realizado um esforço para se mudar isto, com estes incentivos, há novas indústrias, escolas e universidades, o que vem funcionando muito bem, como podemos notar na área do Lake Nona, próximo ao Aeroporto Internacional de Orlando.

Hoje temos um mercado "Comprador", praticamente atingimos o fundo do poço nas desvalorizações e o momento é muito bom para quem quer comprar. Estamos incentivando a pessoas de todo mundo, principalmente da América do Sul, Brasil em particular a investir neste momento único que vivemos em Orlando. Inclusive em nosso Projeto de Altamonte Springs, com um investimento de aproximadamente $500 mil dólares, você pode conseguir um Green Card e vir a morar nos EUA, se assim desejar.

Mais informações 407 226-8899 ou pelo website http://www.phoeniciadevelopment.com ou http://www.harbco.com

Dia do Refugiado em Orlando

O Dia do Refugiado que é comemorado em todo o mundo, foi celebrado no dia 20 de junho na Biblioteca Pública Central de Orlando. Durante a comemoração, 30 refugiados receberam seus Certificados de Naturalização. Vários deles deram depoimentos sobre como este país os receberam de braços abertos e praticamente salvarão suas vidas e de seus familiares. A grande maioria lembrou sobre a grande oportunidade de se viver nos EUA.

O Bispo de Orlado, Reverendo Thomas Wenski fez um discurso dando parabéns aos novos cidadãos e falando sobre os serviços oferecidos pela Igreja Católica aos mais necessitados.

Também presente o congressista Alan Grayson, filho de imigrantes, que lembrou a todos sobre a grandiosidade deste país e direitos e obrigações dos novos cidadãos.

Elias Zak Zak e Ronald Ambar (Tropical TV), Bispo Reverendo Thomas Wenski e Alan Grayson (Congressista)

Pizza Cone chega a Orlando

Moda no Brasil, a Pizza Cone aterrisou em Orlando, nas mãos de Malu, chef da nova Pizzaria Brasileira que foi inaugurada no dia 11 de julho, na International Drive.

Segundo Ricardo, proprietário da nova casa, a Pizza Cone já é vendida no Brasil há alguns anos, mas ele nunca encontrou aqui. Prática e fácil de ser consumida, achou que se adaptaria bem ao estilo de vida corrido dos imigrantes na América. Mas a nova pizzaria também serve pizzas tradicionais, inclusive a de Catupiry (o verdadeiro, não Cream Cheese) e petiscos para acompanhar uma cerveja gelada ou uma taça de vinho.

A Pizza Bar se localiza na 5472 International Drive, ao lado da Padaria Pão Gostoso e funciona de Terça a Sexta das 5pm as 2am e Sábados e Domingos das 12pm as 2am. Mais informações pelo tel.: 407 401-5735

Silton Guimarães, Ricardo Rocha, Izabella Falcon e Malu Nunes

Robson Soares, o Pizzaiolo

Ronald Ambar e Gutty Manhaes os primeiros a provar a novidade com a Chef Malu

CENTRO ESPÍRITA-CRISTÃO
ALLAN KARDEC

407 421-0410

kardecinorlando@aol.com
www.kardecinorlando.com

McLeod Commerce Center
4075-D L.B. McLeod Rd. Orlando, FL 32811

(travessa da Kirkman; esquina da L.B. McLeod e Bruton Rd ao lado do plaza do posto de gasolina Chevron. Ao entrar no plaz pela L.B. McLeod, vire a esquerda e siga em frente até o final do segundo prédio)

ASSISTÊNCIA ESPIRITUAL
Palestras e Passes - Quintas - 7:15pm

GRUPO DE ESTUDOS
Terças-feiras (português e inglês)

Curso Básico 7:45pm
NOVAS TURMAS - 3 de Agosto

SPIRITISM 101
6:30pm (in English)

TRATAMENTO ESPIRITUAL MEDIÚNICO
Sábados - 9:30am *Esse trabalho NÃO é aberto ao público.*

ATENDIMENTO FRATERNO
+ S.O.S. DEPRESSÃO Segundas – 7:45pm
Esse trabalho se destina ao encaminhamento de pessoas que estejam vindo ao centro pela primeira vez; aos que estejam experimentando problemas espirituais; aos que desejam buscar assistência espiritual em períodos difíceis de suas vidas; e todos os que terminaram o tratamento espiritual de "ficha amarela" devem retornar ao Atendimento Fraterno para reavaliação.

MOCIDADE ESPÍRITA Quartas - 7:30pm

EVANGELHO NO LAR
3 visitas as casas das pessoas que desejam harmonizar o seu lar. Devido à grande procura, busque agendar com antecedência

CARAVANA DO AMOR - Domingos
Visita semanal aos idosos que residem em nursing homes
Horários diversos (contate caravan.of.love.orl@gmail.com)

PALESTRAS EM INGLÊS
Todo primeiro Domingo do mês

EVANGELIZAÇÃO INFANTIL Quintas -7:15pm

Vittorio's
Brazilian Restaurant

O MELHOR RESTAURANTE BRASILEIRO DE ORLANDO

Uma experiência inesquecível!

TEL (407) 352-1255
5159 International Dr Orlando FL

Safe Financial

Remessas de Dinheiro

Melhor PREÇO • Rapidez
Segurança • Taxa ZERO

(407) 226 1001

5572 International Drive - Orlando, FL 32819
Ao Lado do Mall dos Brasileiros!

Seg - Sex: 10:00 am - 7:00 pm
Sáb: 10:00 am - 4:00 pm

SONHOU EM VIAJAR?

A Costa Brazil Tours leva você!

Aproveite as novas promoções IDA e VOLTA

a partir de

US$470,00*

SAINDO DE	INDO PARA	POR APENAS
Orlando Miami/New York	Recife/Salvador	US$470,00*
Washington	São Paulo/Rio	US$ 515.00*
Miami	São Paulo/Rio	US$ 550.00*
New York	São Paulo/Rio	US$ 580.00*
MCO	São Paulo/Rio	US$ 635.00*

OUTROS SERVIÇOS

Emissão de Passaporte Brasileiro
Visto Americano
Fotos para Passaporte
Envio de Caixas (Fastway Moving)
Remessas de Dinheiro
(Seu dinheiro chega no mesmo dia com a melhor Rate do mercado)

COSTA BRAZIL Tours

1 866 579 5842

www.costabrazil.com

*Preços válidos para compra até dia 15 de agosto. Taxas não estão incluídas.

Orlando 407 477-4480 • Tampa 813 600.3044 • Pompano Beach 954 317.3517 • New Jersey 1 866-579-5842

ORLANDO 7061 Grand National Drive # 126 Orlando, FL 32819 TAMPA 5712 West Waters # 9 Tampa, FL 33634

metroPCS®

Authorized Dealer Unlimimited Wireless

Sem Contratos. Sem Truques. Sem Riscos.

Seu telefone velho vale até $50 para troca por um novo em nossa loja Kirkman-Metrowest

Falamos Português

NOVA LOJA

Maitland: 407 339.8749 - 9240 S. Hwy 17-92 **Orlando:** 407 248.0330 - 5389 S Kirkman Rd
Oviedo: 407 365.7290 - 7505 Red Bug Rd **Casselberry:** 407 478.2977 - 918 SR 436 (Semoran)

C2Go

Communications to go

TELEFONE PARA O BRASIL ILIMITADO

$5

POR MÊS*

MAIS DE 1.000 CIDADES
NÃO PRECISA DE CARTÕES
NÃO PRECISA DISCAR 800
NÃO PRECISA DE PINS

**Valor a ser adicionado a seu plano atual.*

MAGRO LAW FIRM

- ❑ Acidentes de Automóvel
- ❑ Lesões Pessoais
- ❑ Morte por Negligência
- ❑ Acidentes de Motocicletas
- ❑ Escorregão e Queda

Não Importa o seu Estado Imigratório

Tampa 813-237-8472

St. Pete 727-821-3864

Falamos Português

www.MagroLaw.com

2805 W. Busch Blvd, Suite 100, Tampa, FL 33618 • 1920 Martin Luther King St. N., Suite D, St. Petersburg, FL 33704

Se não ganhamos seu caso, não cobramos honorários e custos.

FARR & BOWEN 407-822-4222

ADVOGADOS DE
IMIGRAÇÃO

MATTHEW T. FARR, J.D. • JENNIFER L. BOWEN, J.D.

WWW.FARRANDBOWEN.COM

- **Residência**
- **Cidadania**
- **Vistos de Trabalho ou Família**
- **Vistos de Estudantes**
- **Vistos para Investidores**
- **Entrevistas com o USCIS**

Members of:
- **The Florida Bar**
- **The American Immigration Lawyers Association**
- **The Orange County Bar Association**
- **The American Bar Association**

407-822-4222

LIGUE PARA UMA CONSULTA GRÁTIS

Falamos Espanhol e Inglês

Aceitamos Cartões de Crédito e facilitamos o pagamento

7479 Conroy Windermere Road Suite D Orlando, FL 32835

Agora mais perto de você

"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."

Estratégias efetivas de Marketing & Bons Negócios

Com toda a incrível velocidade de atingir o público, a televisão e o rádio se destacam como ferramentas poderosas de marketing, mas podem se tornar custosos em relação ao resultado custo x benefício, principalmente se o investimento é iniciativa de uma empresa pequena e local.

Se o mercado a ser atingido é local – citamos como exemplo uma clinica médica ou uma agência de carros usados em determinada cidade - a publicidade televisiva que atinge um estado ou todo um país não é a mais apropriada. Nesse caso, se o produto ou serviço tem abrangência extensiva – citamos de exemplo uma loja on-line de CD's/DVD's que fazem entrega em todo território nacional - a publicidade pode ser apropriada.

Alternativas como a publicidade on-line ou na mídia impressa por sua vez, podem fazer a diferença, dependendo do público e do respectivo orçamento para uma completa campanha publicitária. Os resultados podem variar de 1semana até 6 meses, dependendo do tipo de mídia e também do tipo de produto ou serviço. È importante levar em conta que uma programação mínima ou pré-estabelecida é necessária para um prospecto retorno de uma campanha. Lembro que o "marketing" inteligente é aquele da "continuidade". Na maioria dos casos, a campanha com "um único anuncio/inserção" não dá um resultado esperado. Como exemplo, cito os serviços de um advogado ou de um agente imobiliário. Uma pessoa em geral não precisa dos serviços de um advogado ou de um corretor de imóveis com muita frequência. Mas, no caso de uma necessidade, a frequência de uma mensagem publicitária de um determinado profissional na mídia pode fazer a diferença em relação a iniciativa e decisão por parte dessa pessoa.

É o marketing de estar "presente" ou de estar exposto à "memorização".

O passo inicial para tomar decisões é solicitar um "media kit" (kit de media) para ser entregue por correio ou via on-line pelo respectivo meio de comunicação. No caso da mídia impressa, em particular, esse mídia kit dará informação sobre a tiragem de uma edição, a distribuição da mesma, perfil do leitor e demografia, além de tamanhos de anúncios disponíveis e seus respectivos valores. Outra coisa importante é saber se existe auditoria frequente na circulação/distribuição. Uma coisa é produzir e imprimir 50.000 jornais ou revistas e a outra é produzir, imprimir e saber onde distribuir e como melhor circular o que foi produzido. Um fato que pode ser interessante ao iniciar uma campanha é saber sobre os temas de pauta de uma determinada edição. Por exemplo, uma edição que tenha um artigo sobre o Jiu-Jitsu Brasileiro pode dar início a uma campanha de uma academia de Jiu-Jitsu (ou se a academia já é anunciante, pode ser uma boa oportunidade para um diferente ou específico artwork). Algumas mídias impressas possuem um programa de pautas que podem incluir edições especiais.

Se o produto ou o serviço a ser comercializado pode obter melhores resultados em dias considerados especiais, tipo Dia dos Namorados, Dia das Mães ou ainda Dia de Natal, etc, procure planejar a campanha com antecedência ou produzir diferentes e específicos "artworks" ou "designs". Se você estiver querendo atingir um público diferente, tipo comunidades internacionais, e ainda por temas baseados em feriados distintos dessa específica comunidade, tente baixar na Net o calendário Calgoo - este é um programa gratuito usado para sincronizar o Outlook com o Google Agenda, mas com um benefício adicional de informar sobre feriados ao redor do mundo.

Abaixo, segue uma idéia de programação anual sobre o marketing estratégico que pode servir de "luz" para sua própria programação.

Janeiro - Março

Geralmente, a primeira temporada do ano é bastante tranquila, principalmente o mês de janeiro. As festas terminaram e muita gente está cautelosa em gastar. Já em fevereiro e março, muita gente já tem recebido dinheiro do imposto de renda e a economia volta a se normalizar. Já as empresas precisam se programar com novas metas a serem alcançadas e um plano de marketing publicitário em Janeiro. Fevereiro e março são meses que merecem especial atenção daqueles que tomam decisões no rumo de uma empresa.

Abril - Junho

As grandes empresas já estão se preparando para publicar seus primeiros balancetes e seus respectivos lucros e perdas. Tempo de reflexão para não se cometer erros. Na mídia podem se ver muitas histórias abordando impostos, "spring break", turismo, e melhores preços para viagens. Tempo bom para investir em publicidade para aqueles que tenham produtos e serviços conectados com o verão (USA) ou inverno (Brasil).

Julho - Setembro

Com o verão em pleno andamento (USA), a mídia está interessada em negócios que estão dando certo, notícias de celebridades, tendências da moda "sexy", saúde e nutrição, além da volta à escola. Época que muitos profissionais estão de férias, inclusive jornalistas, mas também os melhores meses para se enviar press-releases sobre novos negócios e novos produtos. Preste atenção nos preços promocionais de verão, já que algumas mídias alternativas oferecem preços especiais de verão. Momento excelente para quem trabalha direta ou indiretamente com shows, festas, casamentos e eventos em geral.

Lindenberg Jr. é jornalista, consultor de marketing e produtor de eventos na Califórnia. Para ler outros artigos do autor na área de marketing estratégico (em português), visite www.kisuccess.com - clique na bandeira do Brasil. Para conhecer mais sobre Lindenberg Jr. visitem também o site www.soulbrasil.com

Outubro - Dezembro

A mídia está de olhos bem abertos para temas como o dia de Ação de Graças e o Natal, resoluções de ano novo, controle e organização de finanças, previsões financeiras e econômicas, política e novos rumos, além de romance e desencantos amorosos. Para as empresas, época importante para aqueles dedicados a negociar com carros, mudanças, viagem e turismo, roupas e acessórios. Uma época extraordinária para aqueles que sabem "marketear" bem seus restaurantes e bares. Dezembro é um mês morto para certos tipos de negócios e, portanto, uma época boa para descansar, reativar energias e programar seu marketing para o ano seguinte com antecedência.

Enfim, não adianta ter o melhor produto do mundo sem que um número maior de pessoas saiba sobre esse específico produto ou serviço. Por fim, gostaria de lembrar o efeito "marketing viral" de alguns tipos de estratégias de propaganda. Uma pessoa que pode se tornar um cliente através de uma campanha publicitária (por menor que seja o custo ou a continuidade) pode gerar um outro novo cliente e assim sucessivamente.

Jacksonville tem representantes do Nossa Gente

Jacksonville, cidade jovem, dinâmica, futura Miami**;** com suas estradas, pontes e elevados dignos de uma grande metrópole; suas praias de águas quentes e bem estruturadas, de um povo educado e tranquilo; cidade grande com jeito de interior.

Há quem diga que o céu de Jacksonville é de um azul intenso e seu sol tem um brilho encantador. É aqui que estamos inseridos, é aqui que cerca de 3.500 brasileiros escolheram para viver. Esta é a nossa cidade.

Por tudo isso, nós, como representantes do jornal Nossa Gente em Jax, apresentamo-nos à comunidade e aos que estão chegando, e estendemos a oportunidade de firmarmos nossa estaca, formar raízes, e estabelecermos como comunidade brasileira forte, unida e desenvolvida.

Queremos que através deste instrumento que temos em mãos, mostrar nossa capacidade, nossa criatividade. Você, empresário, pequeno ou grande, profissional liberal, instituição, artista, mostrem a sua cara, o que fazem e que fazem bem feito,

Andréia e Marcia

Euci Fernandes

para que no futuro nossos filhos, e os filhos desta terra, possam nos ver como um povo que fez a diferença, que se tornou sólido num momento em que muitos desistiram.

Esperamos sua ligação. Nosso telefone é: 904-237-0159 - Andréia ou Márcia

"Porque estava nu, tive medo" Gil Lima

Várias são as abordagens sobre o medo, umas bem coerentes, outras nem tanto. Em sua grande maioria, medo é definido como um conjunto de reações que o indivíduo expressa desde seus primeiros anos de vida, com a finalidade de mobilizar padrões comportamentais de fuga ou luta diante de estímulos ambientais sinalizadores de perigo. (J. Landeira Fernandez e Antônio Pedro de Mello Cruz).

Em face do medo, o organismo reage de diversas formas: coração ofegante, mãos geladas ou suadas, corpo trêmulo, olhos estupefados, etc. Não menos diferente são as reações interiores, desconexas da normalidade, em busca de refúgio ou ataque, gerando mecanismos que fogem das atitudes naturais de um indivíduo que se sente surpreendido pelo inesperado.

> "Ele respondeu, ouvi a tua voz no jardim, e, porque estava nu, tive medo, e me escondi."
>
> Gn.3.10

Um dos primeiros relatos sobre o medo (creio ser o primeiro) encontra-se no livro de Gênesis 3.10. É interessante a expressão de pavor de Adão (primeiro homem criado) "Porque estava nu, tive medo, e me escondi. Não sei se o querido leitor conhece o ambiente em que esta frase foi expressa. Trata-se da queda do homem do Paraíso. Havia uma ordem, um pacto de obediência, que estabelecia um perfeito equilíbrio das emoções do homem. Uma vez desobedecido, o homem experimentaria os sentimentos angustiantes da morte. Dito e feito! Após a desobediência, um sentimento de insegurança invadiu o ser de Adão. A expressão porque estava nu, tive medo , revela não só a nudez exterior, mas sobretudo a interior, acompanhada de insegurança, desprovido de apoio ou socorro iminente. A reação imediata foi a de esconder-se; notem: apenas ouviu a voz do Senhor!

Então, podemos elaborar a teoria de que o primeiro medo teve a sua origem no pecado, na desobediência de Adão. Sendo assim, todos os descendentes do primeiro homem herdaram e padecem desse mal, uns em maior e outros em menor escala. O certo é que não há ser humano imune ao medo. Fatores ambientais, familiares, sociais e espirituais determinarão o nível de medo em cada indivíduo. Uns estrapolam e chegam aos transtornos, outros lidam com mais tranquilidade e convivem naturalmente com o medo.

O que poucos sabem é que há uma válvula de escape. Quando João escreveu sua Epístola, sua primeira carta, no capítulo 4, versículo 18, disse: No amor não existe medo; antes, o perfeito amor lança fora o medo. Ora, o medo produz tormento; logo, aquele que teme não é aperfeiçoado no amor. Russel Shedd disse que "o amor é o antídoto para o temor, e onde há amor aperfeiçoado, o próprio temor da morte desvanece . Jesus, na cruz do calvário, venceu a morte - o objeto de medo de todo ser humano para que pudéssemos ter vida equilibrada em abundância. Ele, o Perfeito amor, morreu para que vivamos sem medo e com esperança. Experimente do primeiro amor e jamais sentirá medo da morte!

WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET •

GS Auto Sales - Services

Mecânico em Geral

- **Freios • Tune-Up**
- **Motores • Elétrica**
- **Alternador**
- **Troca de Óleo**

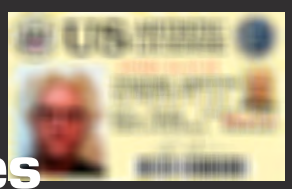
Funilaria e Pintura

Conserto de para-choques a partir de $125 com pintura

GS Serviços

EMPLACAMENTO

Fazemos o emplacamento de seu veículo com qualquer Carteira de Habilitação!



Internacional Drivers Licenses

- 1 a 4 anos de validade
- Expedida legalmente
- Residentes
- Não residentes

Imposto de RENDA

- FEI Number (Registro Federal)
- Licenças Municipais e Estaduais
- Abertura de Empresas
- Work Compensation Exemption
- Traduções
- Emisssão/Renovação passaportes

TAX ID com ele você pode

- Abrir contas bancárias
- Construir crédito
- Abrir empresas

GS Auto Sales

$3,500 entrada
$399 por mês

2007 Mazda3
Apenas 23.000 milhas,
completo, ar condicionado

$1,350 entrada
$65 por semana

2004 Neon
completo, ar condicionado
perfeito, baixa milhagem

$1,500 entrada
$75 por semana

2002 Stratus
completo, ar condicionado
perfeito, baixa milhagem

Muitos mais ofertas na internet www.gsautosales.net

Construa seu Crédito ou Compre aqui, Pague aqui!

407-855-7044

Garantia em todos Carros

Horários: Segunda a Sábado: 9am-7pm

WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET • WWW.GSAUTOSALES.NET •

Nelore Churrascaria

Authentic Brazilian Steak House

O autêntico churrasco brasileiro na International Drive!

Bring in this ad to enjoy a **full rodizio** for only

$25.95

Monday - Thursday
June & July*

Brazilian Newspaper

"The Meat is Marvelous at I-Drive's Nelore Churrascaria"
-SCOTT JOSEPH • Orlando Sentinel

Saturday & Sunday Brunch:
11:30 am to 3:00 pm
featuring **FEIJOADA!**

Hours of Operation:
Monday to Thursday 5:00 pm to 10:00 pm
Friday 5:00 pm to 10:30 pm
Saturday 11:30 am to 10:30 pm
Sunday 11:30 am to 9:30 pm

Complimentary Valet Parking

5350 International Drive
Orlando, Florida 32819

407-345-4774

www.NeloreSteakHouse.com

*Not valid on holidays and cannot be combined with any other offer. Offer does not include drinks or desserts.
Must bring the ad and fill out our comment card with your email.

Festa Junina 2009 da Comunidade Católica

Uma vez mais a festa Junina da Comunidade Católica Brasileira foi um êxito com aproximadamente 1.000 visitantes.

Foi uma festa familiar. Muitas crianças brincando, pais e adultos conversando e saboreando as deliciosas comidas típicas de São João: coxinhas, risoles, pastel, vatapá, pé de moleque, cocada, bolo de milho, pipoca...

Segundo o Padre Ademir, seria impossível se organizar e realizar uma festa deste porte sem a ajuda de um abgenado grupo de voluntários e aproveita este veículo para agradecer aos organizadores e colaboradores da festa: Magdala que esteve coordenando todas as equipes encarregadas de preparar o evento, Vanessa e Graziela que estiveram na frente da decoração e na organização dos jogos das criança respaldadas pelo grupo de jovens; Lucia, Ana, Romilda, Magda que deram conta dos salgados. Os churrasqueiros, liderados por Valdomiro e Ribeiro; a Arlindo, Gilberto, Cesar e Dorival encarregados da bebida; DJ Weyne e Hilton que animaram a festa; Mauricio e a equipe de jovens que construíram a cadeia e mantiveram a ordem, prendendo quem não participava da festa. Nosso muito obrigado a Marília que preparou a Quadrilha das crianças e a Ramon que cantou a Quadrilha dos jovens adultos.

Muito obrigado a todos os paroquianos que contribuíram com suas doações: doces, bolo de milho, cachorro quente, brigadeiros, bolo de milho, canjiquinha, pudin, pé de moleque e cocada.

A festa foi um sucesso porque a comunidade se fez presente e atuou. Viva São João!

A Festa Junina 2009 contou com o patrocínio das empresas: Chang Express, Accent Brokers Seguros, Victor's e Federal Discount Store, S7torm Computadores, Escritório de Advogacia Carlos Colombo e Jornal Nossa Gente.

Padre Ademir Guerrini

Andréia, , Gustavo, Mucio e M. Eduarda

Carlos e Fernando Piancastelli

A turma da cozinha e da Barraca de Chopp eram uns dos mais animados. Vale lembrar que todos eram voluntários.

A quadrilha das crianças e de adultos foram o ponto alto da festa no "arraiá' da igreja.

Regina Ferreira e Moisés Alvarenga, os sortudos ganhadores de 2 Gift Cards de $100 da Churrascaria Nelore, sorteados pelo jornal Nossa Gente

Carlos, Raquel, família e amigos

Silvio, George (Fantomas das Quebradas) e Alisa Garcia

Janaina, Camilla , Amanda e Carol

Eleonora, sua filha Nayla, Graça, Eduardo e Luana.

Nelson, Luciana, Ana Regina, Mônica e a pequena Sarah

Eliana, Drika, Priscila, Carolina e Clara

ANDAR NA MODA OU ESTAR NA MODA?

Estar na moda não é vestir-se com as últimas tendências. Ao contrário, estar na moda é adaptar o seu estilo, corpo e modo de vida ao que vulgarmente se diz “em voga”. A pessoa que usa o que vê nas montras, corre o sério risco de ficar ridícula ou, pelo menos, demasiado “apelativa”.

Com o passar do tempo, a mídia tem moldado as pessoas, deixando-as sobre um mesmo padrão de vida. Os mesmos atos, as mesmas roupas, as mesmas vontades, os mesmos caminhos. Na prática, é como se vivêssemos dentro de um anúncio da televisão. Sim, porque hoje são eles que ditam o nosso dia-à-dia, dizendo o que vestir, o que comer, o que fazer, onde ir, e absorvemos todas estas informações, mesmo sem a menor intenção.

Quando nos apercebemos, estamos a usar aquela blusa amarela com bolinhas azuis que determinada atriz usou para um filme ou telenovela, para seduzir aquele ator que considera bonito, tão elegante. Mas, a verdade é que nem sequer gosta da blusa! Tudo efeito psicológico produzido por uma gigantesca máquina que se chama Marketing.

Aqui, reside o fator força de vontade ou vontade própria. Não interessa o que a sociedade impõe Nós é que devemos impor as nossas vontades, porque a moda existe para todos os estilos, e apenas necessitamos encontrar o melhor que se adequa a cada um de nós. Mas... lembre-se que o que veste diz muito sobre a sua pessoa. Seguir uma tendência só porque ela está em alta, significa negar o seu próprio estilo, a sua personalidade, o seu eu.

Paula Matos
Fashion Producer
Scenario Fashion Magazine

Claro que o fundamental é sentir-se bem com a sua pessoa, nem outra coisa seria de se esperar. Outro fator fundamental é que quando vista algo seja adequado à ocasião, porque convenhamos... não pode se chegar a uma festa de luxo de sapatilhas e calças de ganga simplesmente porque se sente bem. O mínimo de lógica.

Por exemplo, muitas vezes queremos imitar os nossos colegas da escola ou do emprego. Aquelas calças justas, os sapatos de salto alto superfinos, os brincos que apesar de vistosos são fantasia. Agora... pense que você pesa mais um quilo, ou tem uma unha do pé encravada, ou ainda é alérgica à bijuteria. Pois é: ficava ridícula com as calças, iria sofrer porque o seu pé não lhe iria dar descanso, e por fim não demoraria a ir ao dermatologista por causa das alergias. Pergunte a si mesma: será que os meios justificam os fins? Ou terei outra solução menos dolorosa e igualmente satisfatória?

Vamos deixar aqui algumas idéias que consideramos ideais para nunca perder o rumo e, de fato, andar vestida como deve ser.

• Verão é sinônimo de bem-estar, de leveza. Então, abuse do termo com cores, formas, leveza, atitude, curtos. Se é uma mulher de estatura baixa use vestidos, sandálias com leve salto, e salto não mais de 12 cm. Deixe isso às passarelas porque, com certeza, cairá no ridículo. Pelo contrário, mulheres altas usem e abusem das saias, vestidos curtos, tops e shirts. Nada de salto alto. Sapatilhas ou sandálias são o ideal para praia, e um sapato raso para o dia-à-dia.

• Cuidado: sensualidade não está no centímetro da roupa, mas sim na elegância e bem estar.

• Maquiagem com cores tropicais.

• Combinar a carteira com os sapatos é algo que já caiu em desuso. Hoje, até é chique usar sapatos com cores diferentes das carteiras. Esta deve, sim, combinar com o vestido, a camisa, a blusa ou o casaco.

• Jeans. O que usar? Agora usam-se os jeans retos, justos, com cintura baixa, mas sem exageros. Cintura baixa está proibida às mais gordinhas ou ainda para quem tem aquele "pneuzinho", uma vez que fica tudo fora das calças e isso não fica nada bem.

• Os homens também têm direito a andar bem vestidos e elegantes. Existem no mercado casacos de linho leves e frescos, e não pense que escolher sapatos que combinem com o cinto fica chique. Preocupem-se antes com a camisa. Esta deve transmitir energia, ter cores claras, ser fresca, pois são as mais adequadas para esta época.

• Fato é, gravata no verão para homem não é fácil. Evite andar todo “apertadinho”. Deixe o botão do colarinho desabotoado e alargue um pouco a gravata. Por mais incrível que pareça, elas consideram isso “sexy”.

Depois destas idéias, algo tem forçosamente que ser dito: ainda na moda, é chique, elegante. Não se esqueça que ninguém é chique sem ser civilizado. Por isso, nada de jogar papéis e objetos na rua, desrespeitar idosos, enfim, a maior elegância vem de quem você é, não do que você veste.

Bem, esperamos que com estas idéias possa andar e agir elegantemente. Até a próxima!

Um forte abraço e fiquem com DEUS.

DECORAÇÃO

Enquanto o mundo gira

Viviane Sperb
Arquiteta
viviane@nossagente.net

As crianças crescem muito rápido e seus quartos devem estar prontos para se transformar a cada fase da infância: sai o berço, entra a cama, saem os bichos, entram os jogos, mas o mobiliário sendo prático e criativo pode acompanhá-las por muitos anos.

O primeiro passo quando pensamos no quartinho das crianças é escolher um tema ou uma cor predominante. Caso os pais sejam fanáticos por esportes como futebol, surfe, tênis, música ou natureza, é muito fácil, pois podemos usar painéis com o motivo da sua escolha. Por exemplo, um painel com letras, mãos carimbadas ou figuras coloridas de bichinhos, tema de músicas ou letras recortadas em madeira ou adesivos, dá um toque especial e alegra a parede, sendo fácil de ser removido quando as crianças estiverem maiores.

As cores são muito importantes também, conferindo tons alegres, divertidos ou relaxantes. Meia-parede em listras multicoloridas e o restante em branco, por exemplo, lembra o ritmo do samba, alegrando o quarto dos pequenos e mexendo com o coração dos pais, fanáticos por carnaval. Tudo depende do tema escolhido, com tons mais neutros, por exemplo, camurças ou tons pastéis como hortência, verde-água ou lilás, que têm efeito mais relaxante. Neste caso, devemos buscar o equilíbrio, compondo os elementos neutros com cores mais vibrantes em pequenos detalhes. Bichinhos, quadros, colchas e almofadas coloridas vão dar o toque alegre, sem agredir, nunca esquecendo que os materiais usados devem ser laváveis e práticos.

O mobiliário deve ser neutro, de preferência na cor branca ou madeira clara, em madeira maciça ou MDF. O berço, se o espaço for reduzido, pode acompanhar seu pequeno por alguns anos, transformando-se em mini-cama, com grade móvel e estrado regulável, pois deve aconchegar com segurança.

Nichos e prateleiras também são interessantes para expôr pequenos objetos, marcam presença preenchendo espaços vazios das paredes, sem roubar espaço ou comprometer a ordem do quarto.

Práticas e bonitas, as cômodas são indispensáveis. Além de guardar o enxoval do bebê, servem de trocador e continuam fazendo parte do quarto durante toda a infância. Finalmente, nunca esqueça da poltrona. Reserve um cantinho para ela, caso tiver um bebê, pois é fundamental para amamentar e acalentá-lo. Espero que gostem das dicas.

Até a próxima!

NOSSAGENTE
BRAZILIAN NEWSPAPER

Assine o melhor jornal da Central Flórida
www.nossagente.net
Quer aumentar suas vendas?
Ligue 407 276-6108

Redes sociais online mudam comportamento social

Uma geração inteira está crescendo na companhia de sites de redes sociais como o Facebook e o MySpace, onde posta despreocupadamente relatos de sua vida para os amigos e para o mundo. Poucos usuários se dão conta de que a informação que colocam no ar, quando combinada com novas tecnologias de coleta e compilação de dados, pode criar uma espécie de impressão digital do seu comportamento. Essas informações geram oportunidades não só para negócios legítimos, mas também para ladrões de identidade e outros predadores, de acordo com especialístas.

Para usar o Twitter no trabalho

Como toda ferramenta tecnológica, o Twitter é só um recurso que pode ser usado a gosto do freguês. Pode ser um canal para fazer relacionamento, mostrar que você tem conteúdo, divulgar seu trabalho e até encontrar novas oportunidades. Mas também pode ser uma porta aberta para queimar seu filme de maneira irremediável.

"Você pode usar como quiser, mas é bom ter controle sobre o que fala", recomenda o publicitário Carlos Merigo (@cmerigo), autor do blog Brainstorm 9. Com quase 14 mil seguidores, ele já deixou alguns hábitos dos primórdios do Twitter para trás, como informar sua localização. "Antes era comum você dizer que estava indo para tal restaurante, caso seus amigos quisessem te encontrar. Hoje já não dá para fazer isso. Você não sabe quem está lendo, não sabe quem pode aparecer por lá", explica o publicitário.

Mesclar opiniões e dicas pessoais com o uso profissional da ferramenta não é necessariamente negativo, desde que isso seja feito com ponderação. "Saber quais são os hobbies de um colega, por exemplo, pode ser uma maneira de enxergá-lo de outra forma e até se relacionar melhor", opina o guru dos blogueiros Edney Souza, o Interney (@interney), que tem mais de 32 mil seguidores.

A regra principal é sempre apelar para o bom senso, mas, na dúvida, confira a seguir algumas dicas para não dar mancada no Twitter.

Não fale no Twitter o que você não falaria pessoalmente

A regra é clara. Se você acha que pegaria mal falar algo em alto e bom som para todos os seus colegas ouvirem, não fale no Twitter. A menos que você tenha restringido seus updates apenas para contatos aprovados, seu chefe pode fazer uma busca rápida e encontrar aquela twittada de desabafo falando sobre a ressaca da segunda-feira ou sobre a preguiça da sexta. Sem falar que fica tudo lá registrado para a posteridade – e futuros empregadores. Vai pegar mal.

Não banque a metralhadora de posts

Se você está participando de uma palestra interessante ou assistindo algum evento digno de menção na TV e acha que seus seguidores vão se interessar em acompanhar o conteúdo em tempo real, mande bala. Do contrário, evite bancar a metralhadora de tweets. Depois de ver a sua foto repetida na lista de feeds pela vigésima oitava vez, pode ser que seus seguidores parem de prestar atenção ao que você está dizendo. Além disso, pode dar a impressão de que você tem tempo demais e trabalho de menos. Não seja prolixo, afinal, a idéia é passar o recado em 140 caracteres, certo?

Não lave roupa suja em público

Essa é quase uma extensão da primeira regra, mas tem suas exceções. No Twitter, quando você responde uma mensagem sem apelar ao modo "direct", todos os seus seguidores – e não só o autor do post original – saberão o que você tem a dizer. "Estamos tão acostumados a conversar o tempo todo nos mensageiros instantâneos e deixar recados nas redes sociais de maneira privada, que é fácil esquecer que com o Twitter é diferente", lembra Souza. Aquilo que você diz para alguém, bate imediatamente na tela de todos os seus seguidores. Portanto, evite bate-bocas, ofensas, grosserias e até galanteios que possam ser mal-interpretados. É claro que a troca saudável de ideias, links e referências faz parte do jogo e é sempre bem-vinda..

Faça relacionamento, mas com moderação

É comum entre os usuários do Twitter apelar para a sua rede de contatos para pedir dicas e recomendações – seja de restaurantes, prestadores de serviços ou mesmo de candidatos a vagas em aberto. Para Souza, quem se destaca na rede publicando links interessantes e fazendo comentários pertinentes, tem mais chance de ser lembrado na hora de um trabalho freelancer ou oportunidade de emprego. "É uma maneira de ser notado", destaca ele. Mas todo cuidado é pouco: o tiro pode sair pela culatra. Se você abusar da boa vontade alheia e se tornar um pentelho, poderá ser bloqueado, sem choro nem vela.

Em boca fechada não entra mosquito

A tentação de dar uma palhinha sobre uma coisa muito bacana que está prestes a rolar na sua vida profissional – seja um novo emprego, um cliente prestes a conquistado ou uma ideia incrível que você acaba de ter – pode terminar mal. Nos Estados Unidos, um candidato perdeu o emprego por se gabar antes da hora da suposta contratação. Um comentário "inocente" feito na ansiedade pode acabar colocando areia em todo um projeto ou dar bandeira sobre planos estratégicos para a sua empresa. Lembre-se: qualquer um pode ler o que você está escrevendo, até mesmo seus concorrentes.

Google desafia Microsoft com lançamento de sistema operacional

O Google, líder na área de buscas na internet, anunciou que vai lançar o próprio sistema operacional para computadores, em mais um passo na disputa contra a Microsoft.

"Estamos anunciando um novo projeto", afirmou a empresa em seu blog oficial. A companhia afirma que o sistema operacional será baseado no navegador Google Chrome --o browser foi lançado no ano passado, também em uma tentativa de concorrer com a Microsoft, mas ainda não emplacou.

Será um sistema operacional aberto destinado em um primeiro momento aos computadores do tipo netbook, mais simples e baratos, cuja principal função é a de navegar na internet e que têm grande sucesso comercial.

O Chrome OS será um concorrente direto do Windows, o sistema operacional da Microsoft, utilizado por 90% dos computadores do mundo. "A iniciativa é uma tentativa de repensar o que deveria ser um sistema operacional", afirma o Google.

A gigante da busca na internet informou que abrirá o código fonte do Chrome OS, ao contrário do sistema Windows, e que os usuários de netbook poderão acessar o sistema em meados de 2010.

O grupo já havia dado um passo neste sentido há duas semanas, com o anúncio da adaptação, para os computadores, do programa Android, um sistema operacional concebido para otimizar a navegação na internet nos telefones celulares.

Mas o Google preferiu criar um software operacional específico para computadores, em vez de adaptar o Android. A empresa definiu o novo sistema "veloz, simples e seguro", com uma interface mínima e garantia de acesso a internet em poucos segundos.

O Google lançou nos últimos anos vários serviços on-line gratuitos (e-mail, calendários, planilhas, processadores de texto e de fotos, entre outros) para concorrer com os programas da Microsoft. Até o momento, no entanto, a empresa não obteve com o Chrome o mesmo êxito que com sua ferramenta de buscas na internet.

Anuncie GRÁTIS
Classificados NOSSA GENTE

Holiday Travel & Tours
Os melhores preços em Passagens Aéreas, Cruzeiros, Lua de Mel, Pacotes de viagem, etc

BRASIL • PORTO RICO • BAHAMAS • CANCUN
AMÉRICA CENTRAL E DO SUL • EUROPA
TODOS OS EUA E O MUNDO
(407) 277-2977
8617 E. Colonial Dr. SUITE 1200 Orlando FL 32817

JET LAG

Em julho, muitas pessoas, pegando carona nas férias escolares, resolvem viajar para conhecer novos lugares e descansar sozinhas ou com toda a família. Portanto, prepare- se para viajar e esteja atento aos sintomas do "Lag".

Jet Lag é o termo utilizado para descrever as consequências físicas e mentais da rápida travessia das zonas de tempo (fuso horários). Ocorre porque o nosso relógio biológico está fora de sintonia com o meio ambiente. Sendo assim, o "jet lag" é mais acentuado quando a diferença de horário entre o ponto de partida e o destino é superior à quatro horas.

Existem maneiras de driblar em parte o "jet lag" e diminuir os sintomas que ele acarreta. Uma dica é tentar marcar a viagem proporcionando o desembarque durante o dia, para poder expôr-se ao sol e começar a adaptação ao foto período (tempo ao qual o corpo fica exposto à luz natural) o mais rápido possível.

Todos sentem os efeitos do jet lag?

Sim. No entanto, há pessoas mais suscetíveis, como aqueles com mais de 60 anos.

Quais são os sintomas?

Entre os sintomas estão dor de cabeça, irritabilidade, fadiga, insônia.

O que posso fazer durante o vôo para amenizar esses sintomas?

Você deve habituar-se o mais rápido possível aos horários locais. Ainda no avião, ajuste o relógio de acordo com a hora do destino e procure fazer as refeições por ele, e não apenas quando sentir fome. Tenha algo para beliscar, assim, evita-se ficar em jejum por muito tempo, o que acentua os sintomas. Na medida do possível, tente também sincronizar seu horário. Se for para um lugar onde é preciso adiantar os ponteiros, procure não dormir muito no avião. Isso ajuda diminuir o risco de insônia. Lembre-se de que, dependendo da diferença de fuso, enquanto é noite lá ainda é fim de tarde para seu relógio biológico. Se for necessário atrasar os ponteiros, é preciso estar com energia em estoque, pois o dia será mais longo. Para dormir bem no avião, facilita ter alguns acessórios como tapa-olhos, pescoceira (o modelo inflável é melhor, pois você ajusta na altura ideal para seu conforto) e tapa-ouvidos.

Elaine Peleje Vac
(Médica no Brasil) - Não tome nenhum medicamento sem prescrição médica.
Consulte sempre o seu médico.
elaine@nossagente.net

E depois do vôo?

Nos primeiros dias, em um novo lugar, tente se expor mais à luz solar. Ela vai dar ao seu cérebro a noção certa sobre os períodos do dia, e isso ajudará a regular o sono.

Quanto dura a sensação de jet lag?

Os sintomas manifestam-se até 24 horas depois do desembarque e, calcula-se, duram em média um dia para cada dois fusos cruzados.

Algumas dicas para quem quer diminuir os efeitos do Jet Lag.

1- Alguns dias antes da viagem, tente adaptar o organismo aos poucos. Se for viajar para a Europa ou para o leste, pode ir tentando dormir e acordar cada vez mais tarde ou cedo do que de costume.

2- Na véspera do vôo, evite refeições pesadas para dormir melhor.

3- Evite bebidas com cafeína, como café, chá e álcool, e beba muita água para evitar a desidratação. Evite beber refrigerantes por causa do gás.

4- Faça atividade física leve na véspera ou no mesmo dia da viagem. Ajuda a relaxar.

5- No aeroporto, antes de embarcar, não fique o tempo todo parado, tente andar um pouco.

6- No avião, tente se movimentar também. Faça alongamentos e exercícios compensatórios, principalmente para a coluna lombar.

7- Na chegada, tome uma ducha.

8- Resista ao sono e ao cansaço. Fique, de preferência, ao ar livre, na luz do dia, para já ir adaptando o organismo ao horário local.

9- Procure não dormir durante o dia. Vá para a cama apenas à noite.

10- É duas vezes mais fácil ficar bêbado em um vôo do que em terra firme. A altitude e o ar rarefeito no avião potencializam os efeitos do álcool. Evite bebidas alcoólicas.

11- Use roupas confortáveis. Leve em conta que a baixa pressão atmosférica na aeronave faz o corpo "dilatar". E tudo o que você vestir vai parecer um número menor.

Agora que você tem algumas dicas de como prevenir ou minimizar estes sintomas indesejáveis causados pelo Jet Lag, arrume suas malas e faça uma boa viagem

Projeto visa alertar latinos na prevenção de doenças

Por Rita Pires

Pesquisas recentes revelam que as comunidades latinas aqui nos EUA vêm sofrendo mais de enfermidades graves, como problemas do coração e câncer, ao longo dos anos. As jornadas exageradas de trabalho, a alimentação descuidada, e a falta de uma prevenção na área de saúde fazem com que muitos imigrantes, como os brasileiros, voltem para casa doentes. Pensando nisso, universidades trazem estudantes da América Latina para alcançar este público e descobrir os hábitos que causam este índice crescente de enfermidades, buscando também auxiliar na mudança dos mesmos.

Isto é o que relata Francis Valle, estudante brasileiro que chegou aqui em setembro do ano passado. Estes estudantes são integrantes do projeto Serviço Educacional Lar e Saúde.

Nos EUA, o projeto é realizado em conjunto com universidades americanas e coordenado pelo Programa Nacional de Saúde local. Este convênio entre universidades da América Latina e EUA, permitiram a elaboração do projeto, que conta com jovens estudantes da área de saúde e psicologia. Nos EUA, a instituição possui parceria com a Andrews University (Michigan), La Sierra University (Califórnia), e Atlantic Union College (Massachusetts). O projeto foi desenvolvido graças à colaboração de profissionais, como o médico Jorge Pamplona, da nutricionista Eunice Vidal, da fitoterapeuta Elisa Biazze, e da psicóloga Nancy Van Pelt. Os 4 profissionais capacitam os estudantes a levar o projeto adiante.

Não há custos para quem recebe as visitas ou palestras. Os alunos são incentivados através da pontuação para bolsa de estudos por cada lar visitado ou palestra ministrada. O projeto já esteve em vários estados americanos e acabou de chegar à Flórida, onde ficará por alguns meses apenas. O programa está atuando nos seguintes estados americanos: Massachusets, Connecticut, Nova Iorque, Maryland, Ohio, Michigan, Califórnia, Virgínia, Texas, Georgia e, agora, na Flórida.

São mais de 300 estudantes nos EUA, de vários paises. Aqui na Flórida, além do estudante Francis Valle, são 11 brasileiros e um africano: Tiago Procopio, Simone Schmidt, Andressa de Lima, Robson Azevedo, Karen Azevedo, David Montes, Jader Silva, Daniel Musema, Ingrid Panato, Eliel Barcelos, Fernanda Sales, e Felipe Battero.

Pesquisas realizadas pelos estudantes do nosso projeto e pesquisas anteriores também apontam para este crescente número de enfermidades entre os imigrantes. Há muitos estudos que poderiam ser citados, como a última edição do "Cancer Facts & Figures for Hispanics", da Sociedade Americana do Câncer (2006).

Este estudo demonstra que, apesar de estarem em vantagem quanto aos índices da população americana, os latinos imigrantes têm sofrido cada vez mais de câncer relacionado ao estilo de vida. O estudo demonstrou que um terço dos latinos que morrem de câncer nos EUA, são vítimas do câncer de próstata, que pode ser previnido através da alimentação, por exemplo.

Além disso, estima-se que de cada dez, seis brasileiros imigrantes que voltam dos EUA estão acima do peso. Um outro bom exemplo de estudo realizado sobre o assunto seria o documentário 'Unnatural Causes: Becoming American', produzido pela California Newsreel e exibido em rede nacional pela PBS.

Os imigrantes normalmente chegam ao país em melhor estado de saúde do que a média dos americanos, mas, em poucos anos, a saúde física e mental deteriora. Os imigrantes estão mais sujeitos a sofrer de pressão alta, obesidade, câncer, problemas vasculares e depressão. Outro dado alarmante é que um em cada sete latinos nos EUA tenta o suicídio.

Pode-se citar também as entrevistas conduzidas pela Universidade de Massachusetts Lowell, junto à 626 trabalhadores: imigrantes brasileiros revelaram que 42% deles já tiveram algum problema de saúde relacionado ao trabalho em um ano; apesar disto, 80% dos entrevistados nunca haviam recebido qualquer atendimento de saúde.

Estresse, sedentarismo, e alimentação pouco saudável parece mesmo ser um dos grandes responsavéis pelo aumento destes índices. Uma das formas de atuação do programa é a visita dos estudantes nas residências e comércios. Outra forma, é através de palestras em clubes, igrejas e empresas. Ambas as formas de abordagem buscam saber mais sobre o estilo de vida dos imigrantes, e também alertar para os hábitos de risco à saúde, buscando orientar a comunidade para que estes índices possam ser revertidos.

Quando possível, realizamos um pré-prognóstico cardíaco, elaborado pela Universidade de Loma Linda (CA). A programação para a Flórida iniciou-se em Miami, com planos de prosseguir em direção à Orlando e Tampa. Quem tiver interesse em saber mais sobre prevenção de doenças e qualidade de vida , entre em contato através do e-mail homehealthprogram@florida.usa.com ou telefone: (786) 222-6781. Vale lembrar que nao haverá nenhum custo.

SEGUROS EM GERAL

• Seguro Pessoal
• Seguro Comercial
• Seguro de Mortgage
• Serviços de Mortgage
(Financiamento e refinanciamento)

Otero insurance Group

Renata C. Langame

www.OIGinsurance.com
7520 W. Waters Ave. # 4 Tampa FL 33615
renata.langame@oiginsurance.com

813 889-0019
ramal 108

Windmill Corp

Vistos de Trabalho com Social Security
Vistos de Turismo ou Negócios

Empresa cadastrada no Consulado Americano no Brasil

(407) 412-8088

A SUA BIBLIOTECA PÚBLICA

Rosana Almeida
Informações ou sugestões
rosana@nossagente.net

Eu sempre fico atenta com o que está acontecendo à nossa volta em relação a lazer, cultura e outras atividades, novidades ou não, que nossa cidade oferece.

É surpreendente como sempre aparece algo interessante para compartilhar com vocês.

No mês passado, conversando com minha amiga Sarita, fiquei sabendo que não iria participar do nosso encontro da Câmara de Comércio porque ela estaria fazendo um curso de Photoshop. "**Curso** de Photoshop?", perguntei surpresa. Foi quando esse enorme mundo da biblioteca pública caiu nas minhas mãos para ser o tema principal da coluna desse mês.

Eu lembrei que há muitos anos atrás me tornei membro do Orange County Library System quando me mudei para Dr. Philips, para uma casa bem menor, e decidi doar toda a minha coleção dos Economistas e outros livros que tinha trazido do Brasil. Confesso que esse foi meu primeiro contato.

Numa segunda vez, foi na biblioteca do meu bairro que consegui todas as informações e o passo-à-passo pra tirar licenças especiais, que precisei pra fazer uma importação de roupas do Brasil pra cá.

Depois, descobri que uma amiga americana do meu condomínio era voluntária e promovia encontros na biblioteca regularmente, durante as férias escolares, pra contar histórias infantis pras crianças.

Até aí, parecem atividades normais que uma biblioteca pública pode oferecer, mas depois desse alerta que recebi da minha amiga, voltei pra renovar minha carteirinha e descobrir o que mais podemos usufruir.

Pois pasmem!

Nosso sistema público de biblioteca é composto por uma central, que fica em downtown e mais 14 filiais que servem os 1.300.000 habitantes do Condado Orange.

Nossas bibliotecas são bastante inovadoras e, em outubro do ano passado, começaram a implementar um projeto de modernização que vai proporcionar mais e ainda melhores serviços à comunidade.

Hoje, já podemos contar por exemplo, com um sistema de WI-FI (internet sem fio), gratuito para os membros, em todas as 15 localidades disponíveis. Eu já li que muitas famílias que estão sendo atingidas pela crise econômica, cancelaram seu serviço de internet em casa e têm visitado a biblioteca com freqüência, levando seu próprio laptop e usufruindo de um local agradável e silencioso para o uso da internet.

Desde 2002, o número de usuários ativos nas bibliotecas cresceu 110%.

Outra novidade é o novíssimo laboratório MAC, da Apple, inaugurado na biblioteca central. Você pode fazer cursos do MAC e seus programas específicos como GarageBand, IMovie, IPhoto e tantos outros.

Entre outros serviços maravilhosos está a possibilidade de baixar diretamente do site, áudios-livro digitais, treinamentos online de matemática, álgebra, e preparatórios para o teste SAT das escolas, retirar livros, CDs de música e filmes em DVD com os temas mais variados. E, se você precisar de mais ajuda, pode utilizar o programa de CHAT ao vivo com o OLIVE, On Line Interactive Virtual Experience.

Gostou? Tomara que sim, mas pra que você possa usufruir de tudo isso, precisa tornar-se membro e obter sua carteirinha. Para maiores informações você pode visitar o site http://www.ocls.info/default.asp, telefonar para 407.835.7323 ou ainda fazer uma visitinha pessoalmente à biblioteca do seu bairro. Tenha ótimas experiências e até o mês que vem.

ASSINE GRÁTIS o Jornal Nossa Gente.
Basta preencher o cupom abaixo e enviar pelo correio

Envie este formulário para Nossa Gente - P.O. Box 772227 Orlando, FL 32877-9998
ou registre-se on line no site www.nossagente.net

Nome completo _____

Endereço _____

Cidade _____ Estado _____ CEP/ZIP _____

Telefone _____

e-mail _____

NOSSA GENTE

P. O. BOX 772227 Orlando, FL 32877-9998
info@nossagente.net www.nossagente.net

Para anunciar 407 888-9933 ou 407 276-6108

Novo Jornal da Record estreou dia 29 de junho

Confiável, ágil, moderno, grandes reportagens e séries especiais. Uma equipe competente, dedicada e afinada. Assim é o novo Jornal da Record que estréia nesta segunda-feira, dia 29 de junho, às 20:00 hs (NY) . Na bancada Celso Freitas e Ana Paula Padrão.

Com toda força e credibilidade do jornalismo verdade da emissora, o novo Jornal da Record traz a notícia cada vez mais perto do telespectador. Nossos repórteres, cinegrafistas, editores e toda a equipe técnica estão empenhados para fazer um telejornal que o público possa confiar. Sem máscaras e imparcial.

Além das principais notícias do dia, toda semana, o Jornal da Record exibe uma nova série de reportagens especiais sobre os mais variados assuntos de interesse da população brasileira e dos brasileiros que acompanham, em 150 países, o telejornal através da Record Internacional.

O novo Jornal da Record conta ainda com os correspondentes internacionais da emissora:

Adriana Araújo, Nova York (EUA)
Heloísa Villela, Washington (EUA)
Thais Furlan, Londres (Inglaterra)
Luiz Fara Monteiro, Johanesburgo (África do Sul)
Mauro Tagliaferri, Lisboa (Portugal)
Herbert Moraes, Jerusalém (Israel)
Catarina Hong, Tóquio (Japão)

Celso Freitas

Jornalista formado pela Cásper Líbero, de São Paulo. Com mais de 35 anos de experiência, iniciou a carreira no rádio, em Santa Catarina.

Esteve a frente de grandes programas jornalísticos da TV líderes de audiência. Produziu e dirigiu o primeiro programa de informática da TV brasileira, o Hipermídia, e também Tribos e Trilhas, voltado para o turismo.

Profissional multimídia antenado com os avanços da tecnologia, vem desenvolvendo soluções de comunicação empresarial seja na criação, apresentação e produção.

Na Record desde 2004, além do Jornal da Record também ancorou o Repórter Record, mediou os principais debates eleitorais e apresentou os especiais de fim de ano: Retrospectivas, Fim dos Tempos e Abraão, o Pai da Fé.

Na Record News, apresenta o Entrevista Record Bastidores da Notícia. Um programa que recebe diversos jornalistas que contam suas experiências.

Ana Paula Padrão:

Ana Paula Padrão escolheu jornalismo porque queria testemunhar a história. Cumpriu-se o destino. Formou-se em Comunicação pela Universidade de Brasília e fez carreira na TV a partir de 1987. Registrou todos os planos econômicos e tentativas de estabilização da moeda brasileira. Na política, acompanhou as CPIs que mudariam o destino do Brasil, como a que culminou no impeachment do presidente Collor. Correspondente internacional de 1997 a 2000, Ana Paula esteve nas guerras de Kosovo e do Afeganistão, presenciou a prisão do ex-ditador Augusto Pinochet e do acidente nuclear de Tokaimura, no Japão.

A jornalista já visitou diversos países do mundo para gravar matérias especiais: Afeganistão, África do Sul, Alaska, Albânia, Alemanha, Argentina, Austrália, Canadá, Chile, China, Colômbia, Congo, Coréia do Norte, Coréia do Sul, Cuba, Emirados Árabes Unidos, Espanha, Estados Unidos, Etiópia, França, Holanda, Índia, Itália, Iugoslávia, Japão, Macedônia, Paquistão, Paraguai, Peru, Portugal, Quênia, Reino Unido, República Tcheca, Rússia, Sudão, Suíça, Islândia, Uruguai, Venezuela, entre outros.

Em maio de 2009 assinou contrato com a Rede Record para apresentar o Jornal da Record ao lado do jornalista Celso Freitas.

Celso Freitas e Ana Paula Padrão na bancada do Jornal da Record Crédito: Edu Moraes/Record

Regina Casé mostra que as celebridades estão com tudo

Regina Casé diz que na sua infância a palavra "celebridade" era rara. Para ser chamada como tal, a pessoa deveria ter sido presidente, recebido várias estatuetas do Oscar, ter inventado a lâmpada ou algo do gênero. Como hoje em dia os tão sonhados "15 minutos de fama" se tornaram freqüentes, o assunto virou tema do 'Vem Com Tudo' desta semana, que vai ao ar no 'Fantástico'.

Além de levar a bancada do quadro às ruas para escutar histórias de famosos e anônimos e mostrar vídeos enviados pelos internautas sobre o tema, a atriz encarna três personagens fictícios: uma celebridade frequentadora do F.A. (Famosos Anônimos), uma senhorinha que adora conversar com artistas e D. Pedro I.

O nobre aparece numa das cenas de ficção, durante uma cobertura jornalística para mostrar como seria a festa para comemorar a Independência do Brasil. O evento reúne 500 vips no Palácio Imperial e D. Pedro revela para a imprensa local os seus projetos para o futuro. A ausência da imperatriz, Dona Leopoldina, levanta rumores de uma eminente separação do casal, que aumentam quando o ele é flagrado deixando o evento acompanhado da Marquesa de Santos.

TV Globo Internacional exibe o 'Fantástico' para as Américas aos domingos, depois do 'Domingão do Faustão'. Os assinantes da Europa, África, Oriente Médio e Japão assistem ao programa às segundas-feiras, após 'Caminho das Índias'.

Alma Gêmea estreia em Vale a Pena Ver de Novo

A partir do mês de julho, os assinantes da TV Globo Internacional poderão acompanhar a história de "Alma Gêmea", que volta à programação do canal em "Vale a Pena Ver de Novo". A novela, escrita por Walcyr Carrasco, estreia no dia 13 nas Américas, Europa, África e Oriente Médio. No Japão, será exibida a partir do dia 14 de julho.

"Alma Gêmea" conta a história do amor eterno de um homem e uma mulher separados tragicamente e que, cerca de duas décadas depois, voltam a se encontrar quando ela reencarna em um novo corpo. No início dos anos 20, o botânico Rafael (Eduardo Moscovis) e a doce bailarina Luna (Liliana Castro) apaixonam-se à primeira vista e, em pouco tempo, casam-se e têm um filho. Em homenagem ao seu amor, Rafael cria uma rosa branca e a batiza com o nome de sua esposa. A relação apaixonada dos dois é invejada pela amargurada Cristina (Flávia Alessandra), governanta do casal, que arma um esquema para roubar as joias usadas por Luna na noite de sua primeira apresentação como bailarina principal no Teatro Municipal de São Paulo. À saída do espetáculo, Rafael e Luna são surpreendidos por dois bandidos. O botânico reage ao assalto e a bailarina é atingida pelo tiro disparado da arma de um dos assaltantes. Luna é levada ao hospital, mas não resiste ao ferimento.

No instante em que Rafael se desespera com a morte confirmada de Luna, nasce em uma distante aldeia indígena uma menina, que recebe o nome de Serena. A criança cresce na aldeia seguindo os valores e costumes de sua tribo. Vinte anos depois, Serena (Priscila Fantin) vê com frequência uma rosa branca refletida nas águas de um lago e, em outros momentos, desenha casas grandes que não existem na região. O mistério chama a atenção do pajé (Francisco Carvalho), que explica à jovem que ela tem um sonho e terá de buscá-lo. Após a morte da mãe e a invasão e destruição da aldeia por garimpeiros, Serena parte em busca de seu sonho. A força do destino leva a jovem a São Paulo, onde ela conhece Rafael, afundado em tristeza e solidão desde a morte de Luna. Este é o início de uma bela e intrigante trama, que aborda conflitos familiares, misticismo e, principalmente, amor eterno.

A TV Globo Internacional exibirá "Alma Gêmea" para as Américas de segunda a sexta-feira, logo após o "Vídeo Show". O programa também antecederá a exibição da novela aos assinantes do Japão, de terça a sábado. Na Europa, África e Oriente Médio, o "Vale a Pena Ver de Novo" irá ao ar depois dos programas "Atividade", "Espaço Aberto", "Entre Aspas", "Arquivo N" e "Globo News", também de segunda a sexta-feira.

MAURÍCIO DE SOUSA - 50 ANOS DE CARREIRA EM JULHO DE 2009

Em 18 de julho 1959, uma tira em quadrinhos publicada na então "Folha da Manhã" trazia a estréia de dois personagens e um quadrinista: Franjinha, Bidu, e seu criador, o até então repórter policial Maurício de Sousa. Em junho de 2009, 16 revistas com a assinatura de Maurício de Sousa chegaram às bancas brasileiras.

Para comemorar seus 50 anos como quadrinista, Maurício de Sousa, hoje com 73 anos, organizou uma série de eventos, como o lançamento de uma exposição e um livro em que 50 quadrinistas brasileiros reinterpretam a Turma da Mônica. E anuncia qual caminho seguirá daqui para frente: educação.

"Tudo o que fizermos agora terá o viés da educação", diz Maurício. "Vai render? Não, mas vai valorizar. Quem abriu meus olhos foi a China, que me contratou para um projeto de pré-alfabetização para 180 milhões de crianças."

O governo chinês passou uma lista com "mandamentos" sobre o que deveria estar nas histórias: respeitar os mais velhos, ser educado, etc., "tudo o que minha família havia ensinado sobre comportamento", conta Mauricio. Não haverá mudança no tema das histórias para aproximá-las da cultura chinesa. A primeira revista a ser apresentada, inclusive, narra o Descobrimento do Brasil.

Além disso, há outro projeto voltado para crianças brasileiras: ajudar a alfabetização por meio da TV, com uma série de 60 programas educacionais.

"Será uma espécie de nova Vila Sésamo Cabocla-Universal", afirma Maurício. "Como nem todo mundo tem pré-escola, mas todos têm TV, pretendemos usá-la como apoio." As celebrações dos 50 anos de carreira de Maurício de Sousa envolvem uma exposição, um filme, o lançamento de um CD e, é claro, quadrinhos.

Livros e Filme

A antologia "MSP 50" reunirá interpretações de 50 artistas brasileiros para os personagens da Turma da Mônica. Programada para setembro, a obra com 200 páginas terá participação de Spacca, Ziraldo, Laerte e os gêmeos Fábio Moon e Gabriel Bá, entre outros.

Antes disso, em 18 de julho, o canal de TV à cabo, The Biography Channel, irá estrear o documentário "Biography: Maurício de Sousa", que traça um perfil do quadrinista e traz entrevista com fãs e outros artistas dos quadrinhos, como Jim Davis (criador do Garfield).

Um dia depois da exibição do filme, o MuBE, em São Paulo, abrirá a exposição "Maurício 50 Anos", que será dividida em duas partes: uma sobre a carreira do quadrinista, reunindo tiras e personagens dos clássicos aos menos famosos (como Os Dez Ajustados e Os Sousa), e outra com releituras de quadros e esculturas de Leonardo da Vinci, Rodin e Michelangelo, "adaptados" com personagens da Turma da Mônica.

Mais dois livros estão programados para o segundo semestre: um sobre os 50 anos do Bidu e outro sobre a exposição "Maurício 50 Anos", com material que não coube na mostra.

Gugu assina contrato milionário com a Record

Depois de mais de 20 anos trabalhando no SBT de Silvio Santos, o apresentador Gugu Liberato assinou contrato com a TV Record no dia 25 de junho.

Segundo a Record, o apresentador traz sua experiência e poder de comunicação para avançarmos ainda mais em nossa programação.

A Record ofereceu a Gugu, além de estrutura de produção, a possibilidade de interação com os departamentos de jornalismo, esportes e dramaturgia. O salário será de 3 milhões por mês. Junto com ele, o apresentador está levando boa parte de sua equipe de produção, que também vai ser paga pela Record.

Na programação, Gugu vai apresentar um programa dominical que será retransmitido pela Record Internacional, que atinge 150 países no mundo inteiro. Além disso, ele terá um programa de entrevistas, um desejo antigo do comunicador.

CFBACC
Central Florida Brazilian American Chamber of Commerce

A Câmara de Comércio Brasileira convida para nosso próximo "Business Card Exchange" no ICEBAR.
Não se esqueça de trazer seus Cartões de Visita!
Dia 6 de Agosto, Quinta-Feira - 6:00 as 8:00pm

Cash bar. Complimentary appetizers.
R.S.V.P. info@cfbacc.com ou Tel 407690-9722

ICEBAR ORLANDO
8967 International Dr
Orlando FL 32819
407 426-7555

Apoio
WESTERN UNION yes! money transfer
NOSSA GENTE

Cleide Rotondo
cleide@nossagente.net
407 276 2277

QUEIJO & VINHO

Quer coisa mais agradável do que receber amigos para um bom papo numa reunião de queijo e vinho?

É claro que aqui na Flórida não temos aquele inverno rigoroso de rachar, tão comum nos Estados mais ao Norte, mas isso não atrapalha.

O que importa de verdade é o "clima" do encontro, e é claro, o cuidado com os preparativos.

Preparar um queijo e vinho é uma atividade ao mesmo tempo prazerosa e complicada. O problema já começa com as opções, tanto de queijos como de vinhos, e depois vem a dúvida de como combinar essas maravilhas.

Mesmo escolhendo o melhor de cada um, é difícil prever se a mistura irá agradar em vista das características conflitantes dos dois alimentos. O queijo tem sabor forte e, em geral, é gorduroso. Já os vinhos podem ficar mais amargos no contato com o sal do queijo e têm seu sabor recoberto, se não forem tão ácidos quanto os queijos.

A fórmula do sucesso estará em seguir algumas regras gerais que ajudam em muito às escolhas, tanto dos vinhos como dos queijos.

Os brancos doces costumam fazer mais sucesso que os brancos secos. E os brancos secos se saem melhor que os tintos secos. Quanto aos queijos, tipos menos picantes, como Emmental, Gruyère e Gouda, costumam agradar à gregos e troianos.

Em suma, um branco doce e queijos pouco condimentados funcionam bem.

Os queijos estão divididos em 7 tipos, ou famílias, que são baseados na sua textura e sabor:

• Frescos (Cottage, Ricota)
• Macios (Brie, Camembert, Livarot, Munster, entre outros)
• Semi-Macios (Oka, Saint-Paulin, entre outros)
• Duros (Cheddar, Emmenthal, Gouda, Guyere, Jarlsberg, entre outros)
• Para Ralar (Parmesão, Romano, entre outros)
• Azuis (Danish Azul, Cambozola, Gorgonzola, Roquefort, entre outros)
• De Cabra.

Em relação ao cálculo da quantidade, considere, à grosso modo, o consumo de 60 à 90 gramas de queijo por pessoa.

Junte o total e divida pelo número de queijos que está planejando servir. Esse cálculo vai lhe dizer a quantidade exata de queijo que vai precisar.

Uma boa bandeja de queijos sempre deverá ser acompanhada de perto por pães, crackers e frutas frescas.

Se você for se limitar a três tipos de queijos: Brie / Roquefort / Oka

Se optar por quatro tipos: Camembert / Danish Azul / Queijo de Cabra / Saint-Paulin

Para bandeja de cinco queijos: Cheddar / Cambozola / Queijo de Cabra / Munster / Saint Andre

Se preferir outros tipos de queijos, lembre-se que cada categoria de queijo pede um tipo de vinho.

• Queijos Gorgonzola, Roquefort, Chamois Blue e Crem'Azur pedem tintos encorpados.

• Cammenbert, Brie e o Chamois Dor pedem tintos leves.

• Queijo Suiço, como o Gruyere, pedem tintos leves ou brancos secos.

• Queijos suaves como Gouda Itálico, Saint Paulin e Lou Palon, pedem tintos leves ou brancos secos.

• Queijos de sabor forte, tipo Port Schute Parmesão e Chavrom, pedem também tintos leves ou brancos secos.

Na escolha dos pães, procure evitar os temperados, de alho ou linguiça, pois interferem no sabor dos queijos.

Apresente tudo numa tábua de frios. Ela pode ter a variedade de queijos que você decidir, mas nunca utilize opções populares como mortadela ou presunto comum. Mussarela, queijo prato, e queijo de minas também não são elegantes para esse tipo de reunião.

São bem aceitos o presunto de Parma, o salaminho italiano, e a muzzarela de búfala.Além dos vinhos, sirva água mineral, com e sem gás. Elas ajudam a dosar o teor alcoólico do vinho.

Coloque os queijos sem nenhuma embalagem sobre as tábuas e, para identificá-los com sofisticação, coloque bandeirinhas dos seus países de origem ou dos tipos a que se referem. Nunca sirva queijos cortados em cubinhos.

Os frios devem estar muito bem arrumados com espetinhos e não grudados, para não dificultar o manuseio.

A melhor opção para servir os pães são as cestas sempre acompanhadas de tábuas de corte e de facas serrilhadas. Galheteiros são bem-vindos com páprica e outras especiarias.

Se você pretende experimentar todos os tipos de queijos, verá que a tarefa não é fácil, pois alguns vinhos não combinam com alguns queijos.

Para facilitar a sua vida, aqui vai uma tabelinha para você levar na bolsa na hora da compra.

Queijo de ovelha	sirva com vinho doce branco
Queijo duro	sirva com vinho branco seco
Queijos tipo Azuis	sirva com vinho branco
Queijos Gruyere, Emmenthal	sirva com vinho tinto
Queijos Cheddar	sirva com vinho tinto e do Porto
Queijos Brie e Camembert	sirva com tinto leves ou branco frutado

Dicas finais sobre os vinhos:
- Decida qual será o sabor dominante e escolha um só vinho
- Escolha um vinho que combine com três ou mais queijos
- Se forem queijos de sabor forte, eles pedem os vinhos encorpados
- Lembre-se que os vinhos brancos encorpados têm o mesmo poder dos tintos leves

A seguir, duas receitas para sofisticar o seu queijo e vinho:

Queijo de cabra com ervas e azeite

Ingredientes:
1 xícara de azeite de oliva virgem
1 ramo de alecrim fresco
1 dente de alho picado
1 ramo de tomilho fresco
¼ de colher de chá de pimenta vermelha amassada
1/8 de colher de chá de pimenta moída fresca
60 gramas de queijo de cabra cortado em 4 pedaços

Modo de fazer:
Num frasco de vidro de boca larga, misture todos os ingredientes menos o queijo
Coloque os pedaços de queijo no azeite temperado para que fiquem cobertos
Deixe o queijo de 4 à 10 dias antes de servir

Queijo Brie doce

Ingredientes:
4 pedaços de queijo Brie (60 gramas)
¼ de xícara de mel
6 cravos da Índia
¼ de xícara de nozes picadas

Modo de fazer:
Aqueça o forno e coloque os 4 pedaços de queijo
Despeje uma colher de sopa do mel sobre o queijo
Salpique com as nozes
Deixe no forno até que o queijo comece a derreter Sirva
Aproveitem! Um abraço.

A luta de Sarah continua

Uma História de Amor e Fé

A Igreja Nova Esperança realizou o 3º jantar beneficente para arrecadar fundos para que Sarah Britos continue sua luta pela vida no dia 9 de julho.

Reproduzimos alguns trechos da mensagem deixada pelo Pastor Wesley, que por motivos familiares não estava presente:

Você poderia ter vindo porque hoje haveria um sorteio de alguma coisa valiosa, ou porque uma rifa atrativa, ou um bingo ... Mas não você simplesmente está aqui porque quis ajudar a Sarah Britos e sua família com sua fisioterapia, só por isso.

Mas saiba que você sairá daqui levando sobre si algumas conquistas. A primeira é que o Apóstolo Paulo nos ensina em sua segunda carta escrita aos Corintios (II Cor 9.7) que "cada um dê conforme determinou em seu coração, não com pesar ou por obrigação, pois Deus ama a quem dá alegria". Como nós sabemos que é com alegria que você veio a fim de contribuir com essa família, e repartir com a Sarah o que está no seu coração, você também pode ter a certeza de que repousa sobre você o amor de Deus. E olha que ser amado por Deus é algo muito especial.

A Segunda conquista é que o desafio de vermos a Sarah melhor, ou mesmo curada completamente, é algo que nos exercita a nossa fé, a nossa generosidade e nos livra de uma atitude egoísta de sempre pensarmos que os nossos problemas são maiores do que os dos outros. Sempre dizemos que, por causa da Sarah, ou pela causa da Sarah, hoje somos um povo que ora mais, que espera mais em Deus, que reparte mais o que Deus tem nos dado, enfim, estar mais perto da Sarah tem nos deixado mais perto de Deus. Podemos até concluir que ao ajudarmos a Sarah nós é que estamos sendo ajudados.

Por isso tudo, e mais uma vez, obrigado pela ajuda. Graças e paz a todos.

Pastor Wesley Porto

Chá da Amiga

As mulheres do Ministério Brasileiro, da First Baptist Orlando, realizaram um Chá para as amigas no dia 20 de Junho.

Foi uma noite especial: boa música, brincadeiras, papo gostoso e muita alegria. Dra. Ilma Cunha falou ás mulheres sobre o Desafio da Feminilidade. Foi uma palavra boa, inspiradora, para todas. Sem dúvida, esse foi o primeiro de muitos outros encontros que virão. Afinal, celebrar a amizade é muito bom!

First Baptist Orlando
Ministério Brasileiro - Pr. Silas Pinto
3000 J. Young Pkway, Orlando Fl 32405
407-491-0366 e 321-234-1405

INSEGURANÇA

Não permitas que a insegurança te conduza ao pânico.

Confia na Força Divina, que, em todas as circunstâncias, te protege.

Que a imaginação doentia não te leve ao medo injustificável.

Trabalha produzindo o melhor, esforçando-te no domínio das próprias emoções.

Para quem se sente inseguro diante da vida, a renovação das idéias é de fundamental importância.

Trate o teu mundo íntimo com a leitura de bons livros.

Adquire a autoconfiança no amparo que àqueles mais fragilizados que nós. O pessimismo acalentado acaba se transformando em doença.

Lembra-te: conta com a proteção de Deus e Deus não te abandonará.

(De "Vigiai e orai", de Carlos A. Baccelli, pelo Espírito Irmão José) C.E.A.C.

Palestras

Raul Teixeira realizou palestra no Centro Espírita Amor e Caridade no dia 23 de junho.

Biografia - Raul Teixeira nasceu em Niterói, no Estado do Rio de Janeiro. É Licenciado em Física pela Universidade Federal Fluminense, mestre em Educação pela mesma universidade e doutor em Educação pela Universidade Estadual Paulista (UNESP). Exerce o cargo de professor na Universidade Federal Fluminense.

Em sua terra natal, desenvolve um trabalho de assistência a crianças socialmente carentes e a seus familiares, apoiando-as material e moralmente.

O Centro Espirita Allan Kardec realizou palestra de ADENAUER NOVAES no dia 20 de junho. Com o título: Felicidade sem Culpa - a paletra presentou as diversas formas de como se livrar das culpas para alcançar a felicidade possível. Procura mostrar os principais medos que interferem na busca pela felicidade. Mostra a importância do amor e do perdão no processo de autocura.

Bibliografia: Adenauer Novaes, formou-se 1981 em Engenharia Civil. Concluiu o curso superior em Filosofia em 1986 e em Psicologia em 1997.Trabalha como psicólogo clínico. Pós-graduou-se em Psicologia Junguiana e ministra cursos

Romel Souza, Adenauer Novaes, Renata Souza

nesta área. É um dos diretores da Fundação Lar Harmonia, instituição filantrópica. Escreveu vários livros sobre Psicologia e sobre Espiritismo.

O DR Décio Iandoli Jr realizou palestra no dia 15 de julho no Centro Espírita Amor e Caridade. O tema foi "Reencarnação e Desencarnação".

Bibliografia: Prof. titular da cadeira de Fisiologia da Universidade de Santa Cecília, nas Faculdades de Fisioterapia, Farmacologia e Biologia; Ex-prof. Adjunto do Depart. de Cirurgia da Faculdade de Ciências Médicas da Fundação Lusíadas, ambas de Santos, escritor dos livros "Fisiologia Transdimensional" e "Ser Médico e Ser Humano"; expositor espírita, o Dr. Décio Iandoli Jr, é vice-presidente da Associação Médica-Espírita de Santos.

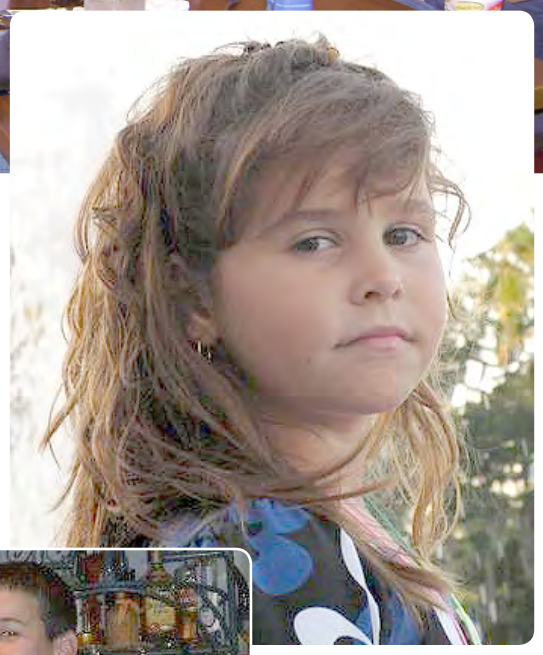
A Primeira Igreja Batista de Orlando, Ministério do Pastor Silas Pinto recebeu no dia 20/06/2009 a palestrante e Missionearia Edméia Williams que proferiu sobre o tema "Cura nos Relacionamentos Familiares".

Bibliografia: Edméia Williams nasceu em Santarém do Pará onde é formada em pedagogia, filosofia, psicologia e música.

Mais tarde, fez o curso de Liderança Cristã pelo Instituto Haggai, em Cingapura e Missões, no Celly Oak Collage, na Inglaterra. Fundou e preside o projeto "A Casa de Maria e Marta", que existe há 14 anos no Morro Dona Marta, Botafogo, RJ, e que é mantida com doações voluntárias.

Anuncie GRÁTIS
Classificados NOSSAGENTE

A equipe de matemática da Dr Phillips High School em confraternização de final de ano escolar



SAMANTHA- A aniversariante, Ryan Bernardo (irmão), Michael e Bianca. Esta turma feliz em pose especial, na espera da festinha da bela aniversariante.

SAMANTHA FELLER-LINGO, completa 9 anos, no dia 20 de julho próximo. Filha de Lucia e Barry Lingo, que encontra-se em visita a Orlando para comemoração de seu aniversário, junto aos seus avós, Italia e Bernardo Feller. Está hospedada em casa dos tios, Carla e Marcio Cicarini, em companhia dos priminhos, Bianca e Michael.

COISAS DE ORLANDO

Exatamente nesta fase da vida, tenho direito a ter meus pontos de vista, de gostar ou não gostar, de fazer o que tenho vontade ou quero fazer. As pessoas pra mim já não são tão importantes, sendo que, às mesmas, eu reservo como num espelho à reciprocidade. Se perguntam, eu analiso e vejo se vale a pena registrar, se me dão bom dia tá bem, não custa nada retribuir. De qualquer forma, já não me envaidece o que sou ou que faço, pois tem momentos que nem quero saber se sei fazer alguma coisa. Tudo isto começou com o que chamamos convivência social e algo muito estranho por estas bandas, pois aqui tudo é na base de muita conversa e pouca produtividade, projetos saídos da mente para o nada desenvolver, todos se enturmando e procurando nas costas dos outros se dar bem, não sabe nem o que estão fazendo ou propondo, mas acham que de forma aleatória vão descobrir a pólvora.

A corrida pelo que nunca pensaram fazer é grande e, o que se vê, é um ajuntamento de pessoas em torno do nada. E isso cansa e aborrece paca. Esquecem que viver não é dar tiro pra todos os lados, isto fica pra caçador e profissional que pra isso tem que ter licença. É uma pena que o que poderia ser uma sociedade de irmãos se torne uma rede de intrigas em tudo que acontece. É uma vontade de que o outro se exploda e ainda ficam de forma ingênua com um ar de não saber de nada, igual aos políticos da nossa terrinha.

Gente, povo, pessoal, irmãos, ou como se queiram rotular, está na hora de mudar de postura e passar a dar valor a si próprio, pois o seu conterrâneo não tem culpa de você ter escolhido morar por estas bandas e ter abandonado suas propriedades, seus gados, suas edificações ou sua condição de profissional liberal muito bem sucedido para emigrar, e viram que isto aqui não é fácil. Agora, arrependidos e mal pagos, descobriram que não existe uma fórmula mágica de voltar. Então, fica por aqui e relaxa, se a vaca foi pro brejo e você não conseguir, como eu, durante sua trajetória uma boquinha em Brasília, aconselho parar com este estado de torcer às claras para que os outros se ferrem e, procurem de forma racional e social (se ainda for possível), entender que ninguém tem culpa dos seus desacertos e muito menos do volume a que chegou os seus cartões e contas que você pensou que poderia pagar jogando na loteria. Viu? Tudo sonho. Um sonho a mais, que todos nós temos o direito de tentar tornar real. Sonhar não custa nada, só em enredo de escola de samba. Para isso é que existe noite e carnaval, contanto que não coloquemos a culpa em ninguém a não ser no nosso próprio engano. Sigamos em frente, pois atrás ainda há de vir verdadeiros batalhões. ND/0609

MICHAEL JACKSON NO TEMPO

Clovis Cabral - Escritor Paraibano

A cerimônia de despedida do Mega Star Americano, Michael Jackson, em Los Angeles, falecido aos 50 anos de idade, destaque mundial como artista completo; cantor, autor, bailarino e promotor, deixa os meios artísticos do país, empobrecidos. Para prestarem sua homenagem, estiveram muitos cantores e músicos, cantando as suas canções como o seu adeus. Ao final, cantaram "You are the World".

Para nós aqui, assistindo pela televisão, deu a impressão de estarmos assistindo a um show do próprio Michael Jackson, devido *à* grandiosidade da apresentação do tipo cinematográfico, tudo feito dentro da maior organização que só o americano sabe fazer.

Através do mundo, todos os noticiários são unânimes em afirmar que os Estados Unidos perdeu um dos melhores artistas da atualidade. A figura controversa do Michael Jackson já não é mais tratada com o desprezo mas, com muita importância como artista mundial.

Coincidência ou não, registro de minha parte, ao mesmo tempo que Michael nascia em 1958, a Seleção Brasileira de Futebol se sagrava campeã na Suécia, tendo os jogadores desfilando em Recife, e eu chegava nesta cidade. Neste mesmo ano de 1958, assisti a apresentação da Orquestra Sinfônica de New York, no Teatro Santa Isabel, o maior acontecimento musical da minha vida.

É uma pena que o Michael Jackson não tenha assistido a esse grande show, pois ele já partiu para o infinito, pois a provisoriedade de sua existência aqui na terra o impede, com a sua passagem para outras dimensões desconhecidas. Ninguém mais sabe dizer se ele está aqui ou noutro lugar.

Tempo vencido, sem prorrogação. Good Bye, guy. Ou melhor: FIM DE PAPO...

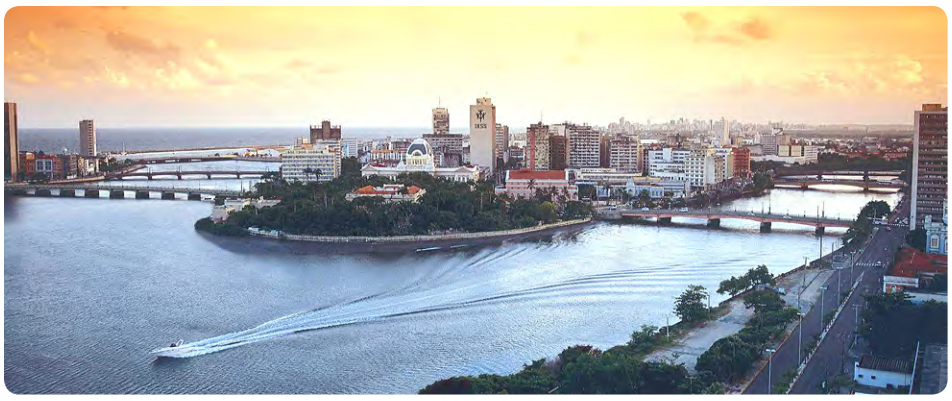
ATENÇÃO MÚSICOS

Se você quer aprender a ler e escrever partituras musicais, estudar de forma prática e objetiva a teoria musical - Solfejo (fundamental para quem compõe).
Aulas de harmonia prática para piano e teclado.
Aulas em grupo ou individual. Formação de bandas ou grupos musicais. Noções de Canto Coral.

ATENÇÃO CANTORES:
AGORA VOCÊ PODE TER SEU PRÓPRIO PLAY-BACK em MIDI OU MP3, por apenas $20 por música

Chegou a sua vez de desvendar os mistérios da música.

Informações: Nilson Dizeu (407) 460-3914



A BELISSIMA CIDADE DO RECIFE, numa vista aerea proximo ao Palácio do Governo.

GENTE DA GENTE -Bel, Dani, Giba e Fofão, o pessoal de Pernambuco visitando Orlando. Welcome amigos.

Rooselvelt da Fundação Icla da Silva presente em vários eventos na Flórida Central

PHIL WAGNER, em pose especial para os seus fans e amigos, parabéns pelo seu niver e que Deus o proteja junto a sua família

Leo Charamba, Alex e Giacomo do Carmella's em pose especial para esta coluna.

Presidentes e Diretores de várias Camarâs de Comércio da Flórida Central reunidos em confraternização durante a última Hispanic Fair.

ASSINE GRÁTIS o Jornal Nossa Gente. É só preencher o cupom abaixo e enviar pelo correio

Envie este formulário para Nossa Gente - P.O. Box 772227 Orlando, FL 32877-9998
ou registre-se on line no site www.nossagente.net

Nome completo _____

Endereço _____

Cidade _____ Estado _____ CEP/ZIP _____

Telefone _____

e-mail _____

NOSSA GENTE

P. O. BOX 772227 Orlando, FL 32877-9998
info@nossagente.net www.nossagente.net

Para anunciar

407 276-6108 ou 407 888-9933

excel cellular

Chegou o Nextel que tanto esperávamos

NEXTEL

(407) 888-9933

LAW OFFICES OF

BARRY N. BRUMER

Mais de 28 anos de experiência

• IMIGRAÇÃO • BANCARROTA

- Residências
- Cidadanias
- Estudantes
- L-1 Tranferências
- Vistos para Investidores
- Certificado de Trabalho

Bancarrota pode ser a solução para sua situacão financeira
- Casas
- Cartões de crédito
- Etc...

www.barrybrumer.com

407-849-4000

barrybrumer@cfl.rr.com

Primeira Consulta Grátis
Planos de pagamento
Aceitamos Cartão de Crédito

Falamos Português e Espanhol

"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."

900 East Michigan St. Orlando FL 32806

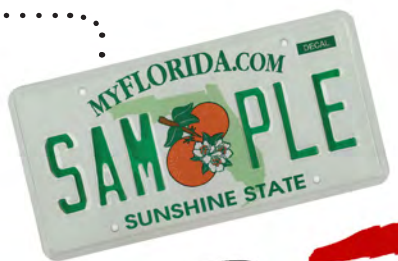
5605 International Drive

é o local do melhor atendimento, o melhor cafezinho e os melhores preços de seguros em Orlando.

É o novo endereço da Accent Brokers - Serviços de Seguros

Seguros de Veículos - Residenciais - Workers Compensation - General Liability e mais...

Emplacamento *Fazemos o emplacamento de seu veículo com qualquer tipo de Carteira de Habilitação.*



Accent BROKERS
SERVIÇOS DE SEGURO

407 816.5299

Horário de Atendimento:

Segunda a Sexta-feira: *9:30am - 6pm* ***Sábados:*** *9am-1pm*

5605 International Drive Orlando FL 32819
5659 Curry Ford Rd Orlando, FL 32822
407 306.0101 (esquina com Semoran Blvd)

www.accentbrokers.com

o seu
FUTURO
começa AQUI

Cursos com Fundamentação Cristã

FLORIDA CHRISTIAN UNIVERSITY

Nossa Sede em Orlando, FL

SUCESSO

FLORIDA CHRISTIAN UNIVERSITY

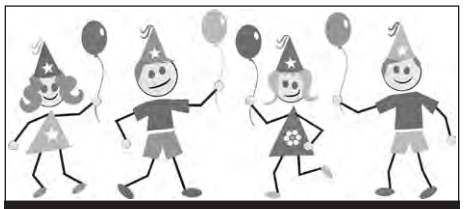
ASSOCIATE - BACHELOR - MASTER - DOCTOR

Business Administration - Christian Counseling - Christian Education - Media Communication - Social Work - Theology

E-learning (cursos à distância), video conferência
Aulas presencias na sua região nos diversos campus virtuais avançados
Matricule-se a qualquer tempo com preços acessíveis
Créditos cursados podem ser aceitos e sua experiência também pode valer créditos!

5950 Lakehurst Dr #101 - Orlando, FL 32819
www.floridachristianuniversity.edu

407.896.0101



Sweet Memories

PARTY DESIGN

Requinte e originalidade na organização de sua festa!

Festas de Aniversário
Casamentos

Rogéria Britto 407 325-8051
Lilian Bittencourt 407 242-6703
email: sweetmemoriesparties@hotmail.com

Problemas com o ar condicionado?

EDISON
Refrigeration

- Atendimento comercial e residencial.
- Reparos em A/C

Tel (407) 977-4373
Cel (407) 415-4097
1040 McKinnon Av.
Oviedo Fl 32765

REBOQUE

Troca de Pneu
Carga na Bateria
Abrimos seu carro
Delivery de Gasolina

Atendimento 24 hs com segurança, rapidez e conforto
407.637.4031

COMPRAMOS CARROS VELHOS OU BATIDO

English-Portuguese-Spanish 24 hr

www.asunnytowing.com

TRADUÇÃO SIMPLES E JURAMENTADA
REVISÃO DE TEXTO

Serviço de Notário Público com registro no Consulado Brasileiro

Cláudia Moreira

Tradutora & Intérprete
Material Técnico, Jurídico, Médico, Marketing e Promocional, Doctos. em Geral

407-791-6336
407-965-1882

cmoreira@cfl.rr.com

Cakes By Angélica

Bolos / Doces / Salgados

Angélica Hubner
Cake Designer

Wedding cakes
Birthday cakes
Christening cakes

407-963-8598
407-851-6060
Http://www.cakesbyangelica.com
Angelicacakes@gmail.com

BEATRIZ
Party Design

All kids themes for decoration, baby shower, weddings, sweet 16, Face paint

www.beaparties.com
Orkut:
Biacamp@gmail.com
Ligue 904 783-1955
Jacksonville

VENDEMOS PAINÉIS DE FESTA!

Anuncie GRÁTIS!

Classificados NOSSAGENTE

Anuncie GRÁTIS em nossos Classificados. No Jornal e na Internet. É só entrar no site www.nossagente.net e publicar seu classificado. Ou você pode enviar seu classificado por CORREIO: P.O. Box 772227 Orlando, FL 32877 ou E-MAIL: info@nossagente.net ou FAX (866) 659-9817

SERVIÇOS

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

PASSO-ROUPAS em minha casa. A partir de $1.00 dólar a peça. Ligue 407 240-4794 Dna. Helena

Mercia Designs Personalize a sua Festa! CONVITES - LEMBRANCINHAS - MAGNETICOS - CALENDARIOS e muito mais. Visitem: www.flickr.com/photos/convites/ (407) 404-1299

Passagens. O melhor preço de Orlando. Ligue 407 403-6177

Remessa de dinheiro. A melhor taxa. Ligue 407 403-6177

Passagens - Entregamos em todos os EUA Ligue 1 800 864-6288 Os melhores preços

Seguros. Carro, Casas, etc O melhor preço. Ligue 321 663-0081

Quer segurar sua casa, carro, jetski, barcos, etc A melhor cotacão Ligue 407 625-1992 Cargas para o Brasil? Enviamos caixas, diversos tamanhos e containers. Ligue 407-850-0519 ou 407-398-5038

Seu carro quebrou. Não fique a pé. Mecânico em geral, ar condicionado, elétrica. Fábio 407 648-0211

Remessa de dinheiro, a melhor cotação e atendimento. Safe Financial 407 226-1001 - 5572 International Drive, Orlando, FL

Esta pagando muito por seu seguro de vida?
Nossa missao e ter certeza de que nossos clientes tenham o melhor seguro pelo melhor preco. Ligue e marque sua visita - Diogo Esteves 407 704 0785

Quer Ganhar um Extra !!
Vai Para o Brasil de maos vazia ! Quer ganhar um extra ? Fale comigo , Trabalho c/ produtos de festa e Otica e preciso de portador . 407-844-5115 . 407-844-5115

LEMBRANCINHAS DE MAGNETICO DE GELADEIRA LEMBRANCINHA DE MAGNETICOS 50 UNIDADES VALOR $ 40 DOLARES + ENVIO (Envio sua encomenda pelo correio pra qualquer estado) 321-805-2877

Seguros: Carro, Casa e Vida! Rebeca Matos Ter seguro não basta, é preciso estar seguro e em boas mãos. Consulta grátis sobre seguros! rebecamatos2@allstate.com (407) 869-6838

Counsellor – Terapia - Dra. Lucileide Matos Terapia Individual, Casal e em Grupo: Jovens & Adultos lucileidematos@counsellorlive.com TEL. 407- 206 – 0163/407-718-4054 407-718-4054

Seguro de Saúde - percos seu alcance beneficios de cuidados maternos-infantis Cobertura de medicamentos. filhos de ate 9 anos de idade tem cobertura gratuita! 1-800-884-6257

DESPACHANTE - Fazemos: Titulos, Placas e Registrations Pgto de multas na corte Renovacao da Occupational License Reativacao de DL Suspensa etc Seguros em geral 754-235-6323

Car Alarm, Stereo, Window Tint - Alarme para carro, Subwoofer, auto falantes, Tweeters, caixas, amplificadores, instalação em geral e também insulfilm. (407) 363-3631

Baby Sitter Quem procura um cuidado especial para sua crianca com amor e responsabilidade,com 10 anos de experiência como prof infantil, Matilde 407-5450291

Aulas de espanhol e traducoes a preco acessivel para adultos e criancas,10 anos de experencia no mercado para estrangeiros. Vera. 407-5450-362

Docinhos Brasileiros caseiros para sua festa. 40$ o cento. Boa qualidade! Temos Delivery Magali 407-5450-362 Procuro trabalho Falo Espanhol fluente,tenho drive license e conhecimento em varias areas(limpeza,construcao,pintura,restaurante e frontdesk). David 407-545-0291

Subcontratado Para Limpeza Precisam-se,conhec. Ingles p/Limpeza Residencia/ Const.Nova Ft.Myers/Naples Maria:813-323-2977-Ft.Lauderdale/Miami:email: cleaners@cleanfirsttime.com

AFLAC paga $$$$ cash e voce resolve o que fazer com o dinheiro em caso de doença ou acidente (a partir de US$3/semana) www.leslielage.com (407) 257-4698 e (407) 608-4103

Baby Sitter Cuido de crianças com amor,carinho e responsabilidade. Segunda a Sabado. Horario flexivel.Tratar com Maria José.Fone 4078445578. 4078445578

SERVIÇOS GERAIS: Instalação de lustres, ventiladores, cortinas,etc. Consertos Gerais. Mauricio (407)345-3200.

Estou a procura de trabalho, falo Inglês. Com Drive license tenho experiência em limpeza/front desk/breakfest/housekeeping. Luciana 407 459 3808

Precisa Aprender Ingles? Leitura, Conversação, Escrita, Gramática. Professora universitaria com 18 anos de experiência ensinando inglês nos EUA. 407492-4697

TRABALHE EM SUA CASA NA INTERNET "Nanotecnologia: o Futuro é Agora!" Conheça Esta Oportunidade de Negócio * VEJA O BLOG: http://armando-lifewave.blogspot.com 954 657 - 3729

5 nails printer - contratamos representante comercial para produto novo no ramo de beleza. Informações acesse www.5nailsprinter.com ou ligue para Fernanda 617 381-0066

Procurando trabalho. 23anos, estou a procura de emprego. Ja trabalhei como houseman, housekeeper e dish washer. Gleilson(Guga) 407-485-4122

INCRÍVEIS WEBSITES POR 299 Aumente seu business, faça agora mesmo um website para divulgação de seu serviço e multiplique suas possibilidades. 954-410-8489

WEB/GRAPHIC DESIGNER +15 ANOS EXP. Busco emprego na área de Orlando/Tampa conheço profundamente InDesign, Photoshop, Corel, Illustrator, Dreamweaver, Flash e outros. Sergio Castro 954-410-8489

SERVIÇOS

Lavagem e polimento de veiculos. Valorize seu veiculo para venda ou para seu uso. Atendemos na sua casa, limpeza profunda no interior do veiculo. 407 535 7110 Haroldo

Cortes de cabelos masculinos ou femininos, penteados, escovas definitivas inclusive de keratina, pinturas, luzes, permanentes, alisamentos, maquiagens definitivas. Maquiagens para eventos, depilações em geral, extensão de cabelos. Serviços da melhor qualidade pelos menores preços. Clelia 407 925-7590

ALUGA-SE

ALUGO QUARTO Em casa particular, area residencial segura, mobiliado, internet, ventilador de teto, TV. Perto do Publix em Ocoee. $450/mes com utilities, deposito. 407-792-2227

Procuramos Quarto em Residencia Familiar na cidade de Orlando ou ao redor, somos cristão, não alcólatra e não fumantes vindo da Georgia Eve e Marco 678-794-1508

Praia Grande- Frente p mar Alugo kitnet, no Boqueirão, 40/dias de semana p/ 4 pessoas exceto feriados. Fotos: http://apraiakit.blogspot.com 011-30133619 - 011-85570920

VEÍCULOS

Vendo Hyundai Elantra 2003 68k, único dono,exc est. 4 pt, vidro eletrico, pneus/pintura nova, CD player, nunca bateu. $4,995 407-595-6908 407-595-6908 Scooters 150 cc. Novos a partir de $ 799. Venha e confira estamos localizados na 110 S. Federal Hwy Pompano Beach Fl 33062 754-367-2453 - 754-367-2453

EMPREGOS

Procura-se Operador de Viagens. Boa oportunidade para quem tem experiência com Agência de Viagens em Amadeus. Full-time e Salário a combinar. (407) 535-4300

Assistente Com bom inglês e espanhol Boa vendedora Excel Quickbooks Altos ganhos por comisao. Horario das 9 as 5. Trabalho intenso. Local Winter Park 407 770 8273

BUSCO UMA PESSOA Com experiência de compra e venda pela internet,para parceria de negócios Tratar com Mari 407-297-1224

WebDesigner, com Experincia. Venha aumentar o nosso faturamento. Distribuidor de pecas, B2B ecommerce avancado. Ligue 407-6500605

Necessitamos Empregados Imediatamente! Limpeza de condos e casas na area da Disney. Tem que ter carro, licenças, aspirador, e poder trabalhar aos fims de semana. Ligar para Rui 407-398-3809

Procura-se Operador de Viagens- Boa oportunidade para quem tem experiencia com Agencia de Viagens e experiencia em Amadeus. Full-time e Salario a combinar.- (407)535-4300

Help Wanted - Are you interested in staying home to work while earning an income by helping teach others to live better? Visit www.mybusinessmyhome.com

Grande Oportunidade - Estamos procurando pessoas full time e part time para trabalhar na area financeira. Aplicantes deverao ter Social Security e boa comunicao verbal. 407 704 0785

Ganhe Extra !!! Vai Para o Brasil de maos vazia ! Quer ganhar um extra ? Fale comigo , Trabalho c/ produtos de festa e Otica e preciso de portador . 407-844-5115 . 407-844-5115

Procura-se Operador de Amadeus. Boa oportunidade para quem tem experiencia com Agencia de Viagens. Full-time e Salário a combinar. (407)535-4300

Oportunidades

Voce esta ganhando menos? Esta atrasado com pagamentos? Esta em Foreclosure? Eu posso ajudar voce! Me mande um e-mail:orlandoforeclosurehelp@gmail.com. A consulta e grátis e confidencial.

Atenção Negócio online na sua casa. $3000/m. Oferece treinamento e suporte. Visite www.mybusinessmyhome.com 1 778 436 8052 - 1 778 436 8052

Vende-se Agência de Carros Vende-se Car Dealer estabelecido no mercado em Orlando ha 10 anos.Exelente oportunidade de negocio $65.000. Os interessados deverao ligar(407)466-8887

Cantora Evangélica Celina Reis canta em eventos, igrejas, reuniões, etc., em qualquer lugar do país ou no exterior. E-mail: celinaelita@yahoo.com.br Palm Coast, FL 386-503-0568

COMPRO SCHEDULE DE LIMPEZA - Procuro alguem que esteja vendendo um schedule ou Empresa de cleaning, Qualquer quantidade de casas. Pago Cash! Em qualquer área de Orlando! Michelle 407-738-6078

Analise Financeira Gratuita Se você ano tem sua vida financeira planejada ou ate mesmo nao tem um plano de aposentadoria, podemos lhe ajudar. Analise financeira e confidencial. 407 704 0785

Seja um licenciado - Estamos oferecendo cursos para a obtencao de licenca de seguro de vida e investimentos. Aulas serao conduzidas aos sabados e domingos 407 704 0785

DIVERSOS

Vendo três bancos para bar semi-noos. Madeira e ferro 407 658-2833

Vendo um criado mudo de vidro. Ótima oportunidade Anita: 407 658-2833

Vendemos PSP com 100 jogos instalados $200. Venha conferir Leandro 407 535-8355

GATINHOS PERSA Lindos gatinhos mestiços de persa a venda. Temos 3 femeas e 1 macho, vacinados com exame veterinário e vermifugados. $100 cada 407-792-2227

PROCURA-SE

Procuro uma namorada. Sou Uruguaio, cidadão norte-americano, trabalhador e honesto. Procuro namorada para relacionamento sério e futuro casamento. Não importa a idade. Me ligue e deixe sua mensagem. Tratar com Fernando (954) 560-6595

Procuro uma namorada. Rapaz português, solteiro deseja conhecer namorada de 25 a 35 anos de idade. Ligue 386 627-3321

Estou procurando uma noiva..... Sou cidadão americano e procuro uma pessoa de 28 a 42 ...eu moro em Orlando, divorciado e profissional liberal... relacionamento sério e casamento. Ligue 305-905-5663

Estou procurando uma namorada. Sou Argentino, cidadão americano, trabalhador, honesto, sensível e busco mulher sensível e humilde e boa para relacionamento sério e casamento. Eu gosto de cozinhar. Diego (954) 867-4471

• Aviso Importante • Aviso Importante • Aviso Importante •

BRAZILIAN DAY tv

Não esqueça!
Todos os Domingos,
às 10:30 AM
na Bright House Cable

CANAL 49

ANUNCIA

2009 Brazilian Day Orlando
Orgulho de ser Brasileiro

Vem aí! **Brazilian Day Orlando 2009**, um dos eventos mais esperados pela comunidade brasileira das regiões da Central Flórida e Tampa Bay!

Será dia **13 de setembro**, o maior evento que mostra o "Orgulho do Brasil", reconhecido e "Proclamado Dia do Brasil" pelo governo americano.

Muita música e uma programação especial infantil e de artes plásticas, a festa terá barraquinhas de comídas típicas e muitas brincadeiras para a criançada, além claro, de exposição de quadros de artistas brasileiros, etc. Em breve, anunciaremos a programação!

Um evento para toda a família e para todas as idades!

O último Brazilian Day Orlando, quase 5 mil pessoas participaram do evento. E agora, estamos preparados para muito mais... Venha mostar o "orgulho de amar o Brasil" com muita festividade cultural. E não se esqueça: VENHA DE VERDE AMARELO!

Programação

Dia: 13 de Setembro de 2009
Horário: Domingo, das 12:00pm às 8:30pm
Local: Wild West - 2151 Ocoee Apopka Rd Ocoee, FL 34761- 4901
Website: www.wildwestocoee.com (verificar mapa)

Público estimado: 6 mil pessoas de várias nacionalidades, sendo a sua grande maioria de brasileiros.

Empresários!!! Ainda temos barracas de comida, stands comerciais e patrocínios disponíveis. Se você tem interesse em participar vendendo comidas típicas ou expondo sua empresa, fale conosco!

Parte da receita do evento irá para instituições sem fins lucrativos que prestam serviços à populações carentes no Brasil.

Mais informações: Paulo Corrêa: (407) 879-1777 ou e-mail info@braziliandaytv.com

Os Melhores Produtos do Brasil

Sucos e Refrigerantes

Chocolates e Biscoitos

Diversos

Congelados e Refrigerados

Bravo

SUPERMERCADOS

• 192 •	• HIAWASSEE •	• SEMORAN •	• OAK RIDGE •	• EAST COLONIAL•	• BOGGY CREEK •	• WINTER GARDEN •
4108 W VINE STREET	2701 N HIAWASSEE ROAD	999 N SEMORAN BLVD.	4061 W OAK RIDGE ROAD	10659 E. Colonial Dr.	2618 Boggy Creek Rd	624 S. Dillard Street
KISSIMMEE, FL 34741	ORLANDO, FL 32818	ORLANDO, FL 32807	ORLANDO, FL 32809	ORLANDO, FL 32817	Kissimmee, FL 34744	Winter Garden, FL 34787
(407) 962-1520 fax (407) 518-1552	407-770-0012 fax 407-770-0032	407 380-1191 fax 407 380-5382	407 363-7024 fax 407 351-9959	407 277-7688	407 344-4444	407 656-2550 fax 407 656-7744

CHANG EXPRESS TRAVEL

1(800) 760-8898

www.changexpress.com

"A Sua Agência de Remessas e Passagens"

20 years of excellence

Bilhetes aéreos pelo melhores preços!

TAM AIRLINES · Delta · UNITED AIRLINES · Copa Airlines · AA American Airlines · Continental Airlines

Remessa TAXA ZERO!

Venha fazer sua remessa grátis!!!

"Este ano a Chang Express comemora seus 20 anos servindo a comunidade, brasileira com qualidade, credibilidade e confiança!"

Passagens para o Brasil IDA e VOLTA

a partir de

$590.00

Pare de procurar pelo melhor preço, aqui você já encontrou!!!

Venha Conferir!!!

5736 International Dr. - Orlando. FL

Preço não inclue taxa de embarque e esta sujeito a alterações sem aviso prévio.

Viagem dos seus Sonhos

Escolha seu destino e personalize seu pacote!

Consulte-nos!!!

FLORIDA

Orlando
5736 International Dr.
(407) 403-6177

Pompano Beach
2313 East Atlantic Blvd.
(954) 782-7828

515 East Sample Road
(954) 781-7130

Money Transfer License # 051640

MASSACHUSETTS

Lowell
183 Appleton St
(978) 571-0060

Allston
190 Brighton Ave. (617) 782-3500
147 Brighton Ave. (617) 202-6370

Framingham
46 Concord St.
(508) 628.3777

Somerville
192 Broadway
617-776-7770

Money Transfer License Ft1350