

Presente de Natal

Se inspire nas dicas de presentes e arrase na escolha do seu amigo ou familiar. Páginas 4 e 5

Arquivo pessoal

Divulgação



Ceia de Natal
Para que a noite saia perfeita e deliciosa, saiba quais pratos tradicionais não podem faltar na mesa. **Página 3**

Divulgação



Árvore de Natal e gatos
Para não precisar prender a árvore no teto, aprenda a montar uma decoração à prova dos felinos. **Página 6**

Como lidar com as cobranças emocionais do fim do ano

As emoções fazem parte da nossa vida, busque ajuda especializada caso a emoção esteja lhe causando um sofrimento desequilibrado

Bruna Marques

Com a chegada do fim de mais um ano, vem a hora do balanço nas nossas vidas, momento em que muitas pessoas percebem quantos projetos não finalizados, quantos sonhos não concretizados. Esta reflexão vem acompanhada de emoções e sentimentos: insegurança, medo, tristeza e especialmente neste momento de pandemia se somam as saudades e o luto.

De acordo com a professora do Curso de Psicologia da Estácio Campo Grande Maisa Colombo, as emoções negativas e positivas refletem no organismo como um todo e são expressas pelo comportamento. “E digo mais, em forma de saúde e doença, como depressão, transtorno de pânico, entre outros”, revela a docente.

Foi um ano difícil para todos nós, então a primeiro passo segundo Maisa é: não se cobre tanto. “Aceite a tristeza, converse com ela, entenda o que aconteceu. Ou seja, identifique sua emoção, que tem como função básica aproximação ou afastamento de situações”, aconselha.

Segundo Reeve, 2006: “As emoções

são fenômenos expressivos e de propósitos, filogeneticamente transmitidas com propósitos adaptativos, de curta duração, que envolvem estados de sentimentos e ativação, e nos auxiliam na adaptação às oportunidades e aos desafios que enfrentamos durante eventos importantes de vida”.

Regulação emocional

A emoção faz parte da relação do sujeito com o mundo. Somos seres relacionais. Por meio das emoções expressamos o que sentimos em determinadas situações. Assim, na perspectiva social, as emoções são fundamentais. Algumas pessoas têm mais facilidade do que outras para expressarem uma emoção, por isso a importância da regulação emocional.

A professora explica que a regulação emocional é nossa capacidade de entender as emoções e reagir emocionalmente de modo adequado a cada situação. Você não é a tristeza, o luto. “Se permita sentir cada uma destas emoções e sentimentos. Mas, lembre-se esta emoção não é você, a emoção manifesta uma necessidade, como por exemplo, tristeza manifesta a necessidade de cuidado e de atenção. A tristeza de forma regulada permite refletir e modificar nosso comportamento e redefinir nossa meta”, exemplifica.

Saber lidar com as emoções é fundamental para o equilíbrio emocional

Toda pessoa é capaz de ativar e reconhecer qualquer uma das emoções básicas: amor, medo, raiva, entre outras. Em alguns momentos da vida temos terremotos emocionais, conforme as situações desencadeantes; como vivemos agora na pandemia.

“As emoções fazem parte da nossa vida, busque ajuda especializada caso a emoção esteja lhe causando um sofrimento desequilibrado”, finaliza.





Para facilitar sua organização, o chefe de cozinha mostra o que não pode faltar na ceia de Natal.

- Pratos que não podem faltar na ceia**
 - Chester assado
 - Pernil assado à pururuca
- Pudim de Leite**
 - Torta de Frango
 - Lombinho assado
 - Farofa de Natal clássica
- Pratos típicos da ceia de Natal**
 - Pavê
 - Manjar
 - Salpicão
 - Rabanadas
 - Leitão assado
- Em MS um ótimo churrasco**
 - Arroz colorido com seleta de legumes

Pratos que não podem faltar

Para que a noite saia perfeita e deliciosa, saiba o que não pode faltar à mesa

Bruna Marques

Fim de ano lembra mesa farta e comidas típicas desta época. A ceia é um momento especial da noite de Natal, e são várias as delícias típicas. Os hábitos variam conforme a cultura de cada família, mas existem alguns pratos tradicionais de Natal que não podem faltar na ceia.

Falando de origens e história, o chefe de cozinha Adriano Torres revela que os índios já faziam a farofa antes da colonização, por exemplo: sendo assim ela foi incorporada no cardápio dos europeus colonizadores; animais assados como as aves vêm da influência dos indígenas.

“O nosso eEstado tem muitas outras influências, como os árabes e japoneses, então cada família tem seu retorno às origens em datas especiais como o Natal”, expõe.

Mantendo a tradição do brasileiro nesta

data, preparar o salpicão com a ajuda de todos os familiares se torna atração para a noite. “Farofa com frutas e amendoim ou castanhas também fazem diferença no cardápio festivo”, afirma.

Molhos especiais com o toque da vovó remetem a lembranças de infância de todos os familiares. “Acredito que a partilha, colaborar e estar junto com quem ama, é a melhor forma de preparar os alimentos”, conclui.

Pratos e seus significados

Aves: são sinônimo de fartura.

Carne de porco: são muito consumidas no almoço ou jantar de Natal. A tradição, em parte, vem da crença de que esse tipo de prato ajuda a trazer prosperidade.

Rabanada: tem origem em Portugal, mais precisamente no Dia da Consoada, que é celebrado em 24 de dezembro.

Sobremesa feita de sobras, pão, polvilhadas de açúcar

Nozes e castanhas: o fim do outono e início do inverno é o período de maior produção dos frutos secos, que são nativos da Europa e Ásia. Por causa da sazonalidade, costumavam ser servidos na ceia de Natal. O costume chegou até nós.

NATAL & Ano Novo PREMIADOS

SERRANA CENTER

TUDO PARA A SUA FAMÍLIA

CONCORRA A R\$5.000,00 EM PRÊMIOS!

Quer participar? Consulte o regulamento em nossas lojas

f Instagram loja serrana center

Presente de Natal

Surpreenda quem você ama!

Bruna Marques

O Natal é uma das datas mais importantes do ano. Nela, o amor e os momentos com a família e amigos ganham força, porém não é só isso que é destaque. Afinal, lá no fundinho, tá todo mundo esperando aquela lembrancinha.

Por isso separamos uma lista de presentes de Natal para você conferir!

Até R\$ 50

Necessaire Via Mia Signos

R\$ 24,90



Sabe aquele amigo ou amiga que não perde a chance de ler o horóscopo do dia? Então, esse é o presente perfeito! Além de manter tudo organizado, ainda leva o signo pra cima e pra baixo.



Espumante Salton Prosecco, no Comper

R\$ 39,90

É uma bebida brilhante com coloração claro-esverdeada, perlage abundante de finas borbulhas e excelente formação de espuma. Perfume agradável de flores e frutas, como pera, maçã verde e pêssego. Possui sabor fresco, equilibrado e cremoso.

Carteira em Tresse Satinato Preto - Renner

R\$ 49,90



Quer dinheiro no bolso em 2022? Aposte em deixá-lo organizado dentro da bolsa, então. Uma sugestão para os básicos e não tão básicos é uma carteira pequena, mas suficiente para guardar tudo o que precisa.

Planner Espiral West Village 2022

R\$ 39,90



Para não perder nenhum compromisso em 2022, aposte no planner. De fundo branco, com decoração de corações, esse planner tem espaço para anotações do dia a dia, visão mensal do mês, entre outras funcionalidades.

Gift card Outback, a partir de

R\$ 50,00



Quer dar um presente, mas está em dúvida? Aposte em um gift card do Outback. Assim, o presenteado pode escolher quando quer desfrutar do presente. O gift pode ser adquirido (físico ou virtual) e abastecido com valores que vão de R\$ 50 a R\$ 300.

Copo com Abridor Zeca Deixa Rolar - Imaginarium

R\$ 99,99



Três em um. Esse é daqueles presentes que alegram, facilitam a vida e, ainda, fazem bonito! Um copo de aço, com abridor para garantir a abertura da próxima gelada. E, claro, no melhor estilo Zeca Pagodinho: "Deixa a vida me levar, vida leva eu".

Até R\$ 100



Vinho Doña Paula reserva Malbec, no Pão de Açúcar

R\$ 99,99

O vinho argentino Doña Paula reserva Malbec é rico em aromas, com frutas, especiarias e pimenta. É uma opção para quem quer harmonizar com pratos como bife de chorizo com batata suflê, filé ao molho madeira, assado de legumes e queijos. Um presente fino e marcante!

Almofada pequena Sonhart

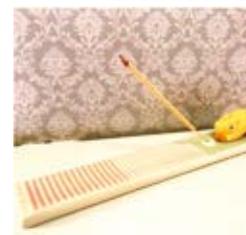
R\$ 75,99



Depois de um dia cheio, nada melhor do que descansar, né? Se encostar a cabeça em uma almofada bonita, fofinha e macia, alguns problemas podem até desaparecer, rs.

Porta-incenso Capivara Vibes

R\$ 89,90



Depois de quase dois anos de pandemia, descobrimos (ou deveríamos) que a casa tem seu valor. E uma casa cheirosa e com boas vibrações, então... Não vai perder a chance de afastar toda e qualquer urucubaca, né?

Coleção Chocolate Língua de Gato Natal, 258 gramas

R\$ 89,90



De lambar os beijos! Seu amigo secreto é um chocolate assumido? Eis o presente perfeito ou mais que perfeito! É aquele chocolate para ninguém pôr defeito, heim?!

Até R\$150
Alpargatas Havaianas Origine Soft


R\$ 103,99
 Vai dar presente para uma pessoa que góooosta de bater perna por aí? Que tal uma alpargata superconfortável e cheia de estilo? A sola é de borracha, igual à dos chinelos, e o cabedal de moletom. Além de macia, é gostosa de calçar.

Lata Terrapeutics Calêndula - Granado


R\$ 118,00
 O presente ideal para quem gosta de fragrâncias suaves. O extrato natural de calêndula acalma a pele. Sabonete em barra, sabonete líquido, hidratante corporal, manteiga corporal e, ainda, uma lata decorativa.

Kit Cuide-se Bem Deleite


R\$ 124,90
 Surpreenda com um kit de Natal da vacininha. São três itens para complementar a rotina de cuidados de quem você ama. Body splash, loção corporal e um creme para as mãos.

Boné Nike Liverpool FC


R\$ 129,99
 O presente é para quem curte futebol? Um boné cai superbem e ainda agrada ao torcedor e seu time do coração.

Panettone especial LaCreme 1,5 kg


R\$ 149,90
 Sabe aqueles presentes que agradam até aos paladares mais exigentes? Esta é para ninguém pôr defeito. O panettone com gotas de chocolate ao leite LaCreme e recheio de trufa laCreme é coberto, ainda, com chocolate ao leite e decorado com chocolate branco. E é daqueles presentes que dá pra dividir!


A PARTIR DE R\$200
Caixa de som portátil JBL Go 3
R\$ 299,00


Vida sem trilha sonora é sem graça, né? Para curtir muitas músicas em 2022, nada como uma caixa de som portátil. É festa e alegria garantidas sem um monte de fios (claro, a caixa é bluetooth). E a bateria dura bastante.

Bolsa risco preto - Santa Lolla
R\$ 249,90


Uma bolsa versátil e clássica. É assim essa sugestão de presente, que vai do trabalho ao happy hour sem fazer feio. E o melhor: está disponível no preto e no vermelho.


Cinto Studs Couro Preto - Schutz
R\$ 350,00


Que um cinto muda a cara do look, todo mundo sabe. Mas sempre é possível melhorar ainda mais, né? De espessura média, esse cinto é feito em couro e tem aplicações de triângulo dourado por sua extensão. É aquele cinto com personalidade.


Relógio Vivara Masculino Couro Preto


R\$ 950,00
 Um clássico - a melhor definição para esse presente. Um relógio simples, mas marcante. Para homens que gostam da combinação de couro e aço.

Óculos de sol Aviator - Ray Ban


R\$ 624,00
 Um clássico que nunca sai de moda. O icônico Ray Ban Aviator faz sucesso há quase um século. Atemporal, o modelo combina estilo, qualidade, desempenho e conforto excepcional.

SANTA LUZIA

ESCOLHA A SUA MODALIDADE

MUSCULAÇÃO
 JUMP
 RITMOS

FUNCIONAL
 HIDROGINÁSTICA
 MUAYTHAI

ESPAÇO AMPLO
 Com o espaço estendido a unidade Santa Luzia, possui mais que 1.000m², com muito mais espaço para o seus treinos.

EQUIPAMENTOS
 Com muitos equipamentos novos, agora são mais de 160 equipamentos, para deixar o seu treino muito mais completo.

PAGAMENTO
 Aceitamos pagamento no dinheiro, no cartão de crédito e no cartão de débito. Não cobramos taxa de manutenção, matrícula ou anuidade. Não temos fidelidade no plano mensal.

AVENIDA SÃO NICOLAU, 757 - VILA SANTA LUZIA
 (67) 9 9208-8922 / (67) 3365-4714

Monte uma árvore de Natal à prova dos gatinhos

Para não precisar prender a árvore no teto nem deixá-la em um cercadinho, separamos algumas dicas de como enfeitar o objeto

Da redação

Não é difícil encontrar diversos vídeos na internet mostrando a complexa relação entre gatos e árvores de Natal. Gatos são animais muito curiosos, então imagina só como o pisca-pisca, os enfeites coloridos e até os presentes são elementos muito atraentes para eles. Essa relação curiosa tem uma explicação: o aguçado instinto caçador dos felinos. Para você não precisar prender a árvore no teto nem deixá-la em um cercadinho, separamos algumas dicas sobre como montar a sua árvore de Natal à prova de gatos.

Gatos e árvores de Natal: entenda essa relação curiosa!

A árvore de Natal é um fascínio para os bichanos, isso porque eles são caçadores por natureza e todo esse estímulo os instiga a expressarem esse comportamento. Como são animais que costumam gostar bastante de estar no alto de móveis e prateleiras, eles não se preocupam muito com o tamanho da árvore. Para eles, o que importa é capturar a presa de qualquer jeito. Não tem outra: em questão de segundos a sua árvore pode estar no chão.

Separamos algumas dicas que podem ajudar a melhorar essa relação entre gatos e árvores de Natal – sem preju-

Foto Divulgação



dicar o animal nem acabar com a magia da celebração.

Coloque papel-alumínio ou fita crepe na base da árvore

Se o seu gatinho tem o hábito de brincar com os presentes e enfeites que ficam mais perto da base da árvore, você pode cercar o suporte com papel-alumínio ou fita crepe. Os gatos não gostam desses materiais, nem para arranhar as unhas nem para pisar, pois podem grudar na patinha. Essa alternativa não machuca o animal e, na verdade, vai fazer com que ele entenda que, ao chegar perto da árvore, pode pisar em algo de que não gosta.

Considere uma árvore de Natal menor

Claro que uma árvore de Natal grande e cheia de enfeites chama a atenção, mas você pode ter uma árvore menor e deixá-la tão bonita quanto uma grande. Além disso, se o gato pular em uma árvore pequena, o estrago será mais fácil de resolver.

Esperre um pouco antes de decorar a árvore de Natal

Que tal dar um tempo para o seu gatinho se acostumar com a árvore? Em vez de montar tudo de uma vez e aguçar a curiosidade do bichano, experimente decorar a árvore aos poucos. No primeiro dia, deixe a árvore sem nenhuma decoração e observe como ele reage. Depois, coloque as bolinhas, as luzes, e vá observando o que atrai ou não o seu gato. Assim, você vai saber exatamente o que o deixa fascinado e poderá evitar essas decorações para manter a árvore em pé.

Evite reforçar esse comportamento ao brincar com o gato

É muito bonitinho quando o gato faz gracinhas para pegar um objeto que fica suspenso, mas, ao achar isso legal, estamos reforçando um comportamento que mais tarde pode levar à queda da árvore. Quando ele manifestar o interesse de brincar, procure outros brinquedos de que ele goste e redirecione a atenção dele.

Use enfeites de outros materiais e que vão atrair menos a atenção do gatinho

Sabemos que para algumas pessoas é muito importante ter uma árvore de Natal impecável. Mas você pode procurar outros enfeites que chamam menos a atenção do gato e que vão continuar deixando a árvore bonita, como enfeites de feltro e papel, que ao caírem não vão quebrar. Bolinhas de plástico, por exemplo, podem ser tão elegantes quanto as bolinhas de materiais menos resistentes. Evite usar o festão, que pode asfixiar o gato. (Fonte: Patas da Casa)



Cuidado COM A CEIA

Muitos alimentos e preparos desta época podem ser prejudiciais para os animais, podendo até matar o seu animal

Bruna Marques

A ceia de Natal é um momento de união e celebração entre toda a família, incluindo os pets da casa. Se você tem um peludo, com certeza já se questionou como tornar esse momento mais agradável para ele também. Afinal, são muitas delícias à disposição que podem deixá-lo louco para tentar roubar um pedacinho ou outro. Mas você sabe o que cachorro pode comer na ceia de Natal? Muitos alimentos e preparos desta época podem ser bem prejudiciais para os animais, podendo causar intoxicação e, em alguns casos, até matar o seu animal. Nesse caso, o cuidado precisa ser redobrado.

O que cachorro não pode comer no Natal?

Alguns alimentos que os humanos amam são extremamente perigosos para os animais. Em todo o caso, o melhor é deixar esses preparos em uma altura que os cachorros não alcancem e ter bastante cuidado na hora de servir. Veja algumas comidas proibidas:

Cachorro pode comer chocolate?

De jeito nenhum! O chocolate é, sem dúvidas, o pior alimento que o animal pode ingerir. No chocolate há uma substância chamada teobromina, que pode causar muitos problemas nos peludos, como taquicardia, convulsões, crises alérgicas, aumento da pressão arterial e vômitos. Mantenha todas as sobremesas com chocolate longe do seu cachorro!

Rabanadas estão proibidas para o peludo

A rabanada é um alimento gorduroso, feito com leite e pão, e ainda finalizado com açúcar e canela. Apesar de amada pelos humanos, pode causar muitos problemas ao animal, inclusive prejudicar o funcionamento do pâncreas. Alimentos gordurosos, no geral, podem gerar uma inflamação chamada pancreatite.

Cachorro pode comer cebola?

A cebola possui um composto chamado tiosulfato, o que torna esse alimento altamente perigoso para os cães. O mesmo vale para os derivados, como a cebolinha. Por isso jamais ofereça nada que tenha sido preparado com a cebola. Ela pode causar danos em órgãos como o coração e os rins.

Panetone e chocotone só são liberados para humanos

Panetone e chocotone são clássicos das ceias natalinas que devem ficar bem longe dos cães. O primeiro tem uva-passa na composição, uma fruta que pode causar problemas renais, e o outro tem chocolate, que como já falamos é bem tóxico para animais. Deixe essas sobremesas longe dos peludos!

Cachorro pode comer pão?

Não é bom oferecer pão ao seu peludo, embora isso seja bem comum. Esse alimento é feito com fermento, composto que pode causar problemas intestinais. Além disso, alguns estudos mostram que o consumo de pão pode deixar os pelos do animal mais fracos e ressecados.

Bebidas alcoólicas não podem ser oferecidas em nenhuma hipótese

Nunca ofereça bebida alcoólica para o seu cachorro. Além de não ser engraçado ver o animal bêbado, o álcool pode ser muito tóxico para o pet. O organismo do animal não absorve o teor alcoólico da bebida como o nosso, por isso o animal pode ficar intoxicado e até morrer.

Ossos da ceia devem ir pro lixo

Nem pense em dar os restos dos ossos da ceia de Natal para o seu peludo. Ossos cozidos podem se quebrar com facilidade na hora de serem ingeridos e podem perfurar o estômago e outros órgãos internos do pet. (Fonte: Patas da Casa).

PRO MOÇÃO

Ração **Besser Cães 20kg**

Adultos **R\$ 134,90**

Filhotes **R\$ 179,90**

cada unidade

MARANATHA PET SHOP

3314.7200

Loja 01 - Av. Capibaribe, 822

PRO MOÇÃO

Besser **Gatos Castrados Carne & Frango**

20kg **R\$ 209,90**

10,1kg **R\$ 119,90**

cada unidade

MARANATHA PET SHOP

3314.7200

Loja 01 - Av. Capibaribe, 822

Loja 02 - Av. Brasil, 1812

Loja 03 - Av. Brasil, 542

Loja 04 - Av. Brasil, 1957

Loja 05 - Av. Brasil, 1957

Loja 06 - Av. Brasil, 1957

Loja 07 - Av. Brasil, 1957

Loja 08 - Av. Brasil, 1957

Loja 09 - Av. Brasil, 1957

Loja 10 - Av. Brasil, 1957

Loja 11 - Av. Brasil, 1957

Loja 12 - Av. Brasil, 1957

Loja 13 - Av. Brasil, 1957

Loja 14 - Av. Brasil, 1957

Loja 15 - Av. Brasil, 1957

Loja 16 - Av. Brasil, 1957

Loja 17 - Av. Brasil, 1957

Loja 18 - Av. Brasil, 1957

Loja 19 - Av. Brasil, 1957

Loja 20 - Av. Brasil, 1957

Loja 21 - Av. Brasil, 1957

Loja 22 - Av. Brasil, 1957

Loja 23 - Av. Brasil, 1957

Loja 24 - Av. Brasil, 1957

Loja 25 - Av. Brasil, 1957

Loja 26 - Av. Brasil, 1957

Loja 27 - Av. Brasil, 1957

Loja 28 - Av. Brasil, 1957

Loja 29 - Av. Brasil, 1957

Loja 30 - Av. Brasil, 1957

Loja 31 - Av. Brasil, 1957

Loja 32 - Av. Brasil, 1957

Loja 33 - Av. Brasil, 1957

Loja 34 - Av. Brasil, 1957

Loja 35 - Av. Brasil, 1957

Loja 36 - Av. Brasil, 1957

Loja 37 - Av. Brasil, 1957

Loja 38 - Av. Brasil, 1957

Loja 39 - Av. Brasil, 1957

Loja 40 - Av. Brasil, 1957

Loja 41 - Av. Brasil, 1957

Loja 42 - Av. Brasil, 1957

Loja 43 - Av. Brasil, 1957

Loja 44 - Av. Brasil, 1957

Loja 45 - Av. Brasil, 1957

Loja 46 - Av. Brasil, 1957

Loja 47 - Av. Brasil, 1957

Loja 48 - Av. Brasil, 1957

Loja 49 - Av. Brasil, 1957

Loja 50 - Av. Brasil, 1957

Loja 51 - Av. Brasil, 1957

Loja 52 - Av. Brasil, 1957

Loja 53 - Av. Brasil, 1957

Loja 54 - Av. Brasil, 1957

Loja 55 - Av. Brasil, 1957

Loja 56 - Av. Brasil, 1957

Loja 57 - Av. Brasil, 1957

Loja 58 - Av. Brasil, 1957

Loja 59 - Av. Brasil, 1957

Loja 60 - Av. Brasil, 1957

Loja 61 - Av. Brasil, 1957

Loja 62 - Av. Brasil, 1957

Loja 63 - Av. Brasil, 1957

Loja 64 - Av. Brasil, 1957

Loja 65 - Av. Brasil, 1957

Loja 66 - Av. Brasil, 1957

Loja 67 - Av. Brasil, 1957

Loja 68 - Av. Brasil, 1957

Loja 69 - Av. Brasil, 1957

Loja 70 - Av. Brasil, 1957

Loja 71 - Av. Brasil, 1957

Loja 72 - Av. Brasil, 1957

Loja 73 - Av. Brasil, 1957

Loja 74 - Av. Brasil, 1957

Loja 75 - Av. Brasil, 1957

Loja 76 - Av. Brasil, 1957

Loja 77 - Av. Brasil, 1957

Loja 78 - Av. Brasil, 1957

Loja 79 - Av. Brasil, 1957

Loja 80 - Av. Brasil, 1957

Loja 81 - Av. Brasil, 1957

Loja 82 - Av. Brasil, 1957

Loja 83 - Av. Brasil, 1957

Loja 84 - Av. Brasil, 1957

Loja 85 - Av. Brasil, 1957

Loja 86 - Av. Brasil, 1957

Loja 87 - Av. Brasil, 1957

Loja 88 - Av. Brasil, 1957

Loja 89 - Av. Brasil, 1957

Loja 90 - Av. Brasil, 1957

Loja 91 - Av. Brasil, 1957

Loja 92 - Av. Brasil, 1957

Loja 93 - Av. Brasil, 1957

Loja 94 - Av. Brasil, 1957

Loja 95 - Av. Brasil, 1957

Loja 96 - Av. Brasil, 1957

Loja 97 - Av. Brasil, 1957

Loja 98 - Av. Brasil, 1957

Loja 99 - Av. Brasil, 1957

Loja 100 - Av. Brasil, 1957



COLUNA iver-Bem

Aniversariantes da semana

Parabéns



Esposa amada

A missionária da AD Família Eliane Duarte festejou, na última quarta-feira (15), mais um ano de vida. A ela uma homenagem de seu esposo apaixonado, Oséias, e filhos.



Muito sucesso

O presidente da CDL, o querido Adelaido Vila, celebrou na terça-feira (14) mais um ano de vida. Desejamos que o novo ciclo seja rico em saúde, prosperidade e sucesso na trajetória. Parabéns!



Que a vida lhe sorria

A linda Giovanna Mazzini recebeu muito carinho e felicitações na quinta-feira (16), em comemoração a mais um ano de vida. Que seus dias sejam felizes, cheios de paz e prosperidade. Parabéns!



É tempo de celebrar

O empresário Fábio Dudas, da empresa Centro-Oeste Ar-Condicionado, comemorou em família mais um ano de vida na quarta-feira (15). Mil felicidades, amor no coração, saúde e sucesso. Parabéns!



Festeje a vida

O artista plástico Betinho Dolores comemorou, na terça-feira (14), idade nova. Que chuvas de bênçãos iluminem seus dias e que o novo ciclo seja repleto de prosperidade, saúde e paz. Feliz aniversário!



Amigo do coração

Nosso colega, o jornalista Filipe Gonçalves, comemorou na segunda-feira (13) mais um ano de vida. Que seus dias na Terra sejam cheios de amor, saúde e que você realize todos os seus sonhos. Parabéns!



Primavera especial

A querida Elizama Lopes recebeu muito amor e carinho de seus familiares e amigos, em comemoração a mais um aniversário, na sexta-feira (17). Que a data se repita por muitos anos e venha carregada de alegria.



Mil felicidades

A advogada Jéssica Varella Anchieta também comemorou mais um ano de vida na sexta-feira (17). Profissional talentosa, merece uma vida cheia de alegrias, saúde, paz e amor. Feliz aniversário e sucesso.



Comemore com alegria

A componente do Coral do Tribunal de Contas do Estado assoprou velinhas na sexta-feira (17), em comemoração a mais um ano de vida. Seja infinitamente feliz e celebre a data com amor. Parabéns!



Bodas de erva

O casal Valmir Guarinão e Edna Maria comemora nessa semana 29 anos de casados. Desejamos a esse lindo casal muitos anos de feliz convivência, amor e cumplicidade. Parabéns aos pombinhos!