

PESQUISAR SEMPRE

Vale a pena recorrer a outros municípios?

Pesquisa realizada pela ACEJA mostra que Jacupiranga tem preços e serviços competitivos com outras cidades da região. Confira mais na pág. 6

RITMO DE FESTA

ACEJA comemora 10 anos de atividades em 2016. Confira a primeira matéria da série: 10 ANOS DE ACEJA

Pág. 3

ACABANDO O PRAZO

Ainda não declarou o Imposto de Renda? Confira dicas na coluna de Rodrigo Bassoli

Pág. 7

TALENTO DA "TERRA"

Jonathan Coutinho, o cabeleireiro mais rápido do Brasil, fala sobre início da carreira

Pág. 8



Palavra da presidência



**ASSOCIAÇÃO
COMERCIAL E
EMPRESARIAL
JACUPIRANGA**

DIRETORIA ACEJA
BIÊNIO: 2015/2016

Ivan Marques da Silva - Presidente
Rodrigo Bassoli - Vice-presidente
Nilvana P. Ongarato de Oliveira - 1º Tesoureira
Karina Rodrigues Alves - 2ª Tesoureira
Yutaka Ishida - 1º Secretário
Thiago Rodrigues de Morais - 2º Secretário

CONSELHO DELIBERATIVO

Evaristo Hahnmann
Joarez Jose Zanon
Tiago Ongarato Pontes
Darci Mario Ongarato neto
Nélio Antunes de Oliveira
Eliane Ribeiro dos Santos
Mizanei Gomes Estevan

Endereço ACEJA:

Av. Sílvio Carneiro Braga, nº 17 - sala 02
Centro - Jacupiranga/SP - Cep: 11940-000
Tel. (13) 3864-1711
E-mail: acejajac@hotmail.com.br
Conheça a entidade, acesse o
site: www.aceja.com.br

Jornalista Responsável: Rafael Torres Peroni - DRT-PR 9510

Diagramação: DDN Comunicação - Alfredo Netto

Tiragem: 3 mil exemplares com circulação na cidade de Jacupiranga

Impressão: Grafnorte

Opine sobre o Boletim ACEJA
E-mail: acejajac@hotmail.com

O conteúdo das matérias assinadas é de total responsabilidade de seus autores e não representa a opinião do editorial da publicação.

AUTO ESCOLA
Vida

(13) 3854-4600

Rua Alois Hold, 49 - Centro - Cajati/SP

(13) 3864-3535

Av. Adhemar de Barros, 433 - Centro - Jacupiranga/SP

www.autoescolavida.com

Habilitamos:

Moto (A)
Carro (B)
Caminhão (C)
Ônibus (D)
Carretas (E)

**É ÓTIMO PODER DORMIR
SABENDO QUE FEZ
UM EXCELENTE
NEGÓCIO.**



LC SALES & CIA. LTDA.
supermercado

Fone: (13) 3864-1333 – Fax (13) 3864-1132

Avenida Adhemar de Barros, 444 – Centro – Jacupiranga/SP

▶ 10 ANOS ACEJA

Aceja comemora, em 2016, 10 anos de atividades; confira matéria especial

Ao longo dos quatro boletins do ano, iremos desmembrar a história da Associação Comercial de Jacupiranga

A Associação Comercial e Empresarial de Jacupiranga (ACEJA) completa, em 2016, 10 anos de atividades ininterruptas. Reativada em outubro de 2006, sob nova diretoria, a Associação tem como principal objetivo fomentar e fortalecer o comércio local, de modo a trazer competitividade junto a outras praças para o comerciante de Jacupiranga. Atualmente a Aceja conta com 85 associados, e é referência no Vale do Ribeira.

Ao longo das quatro edições do Boletim Aceja de 2016, como forma de comemorar e homenagear a todos aqueles que contribuíram com a Associação em algum momento, contaremos as histórias destes 10 anos de sucesso.

TEMPOS DE ACIAJA

Fundada em 1984, por um grupo de empresários, com o nome de Aciaja – a Associação comercial de Jacupiranga surgiu em razão da necessidade de uma entidade para defender os interesses dos comerciantes e dos empresários, e até da área rural, junto aos poderes Executivo e Legislativo do município.

Sob a liderança do bancário Mauro Correa, vários empresários do município se

uniram para fundar a ACIAJA. Dentre as várias atividades propostas na época, constava o serviço de proteção ao crédito (SCPC), e a criação do parque industrial de Jacupiranga.

“No início foi aquela empolgação, mas com o passar do tempo todo ânimo esfriou”, disse Correa em uma entrevista para este Boletim, no ano de 2011.

“Na época a utilização do SCPC foi uma das ações da diretoria que gerou muitos problemas, pois vários sócios não aceitavam expor nomes de devedores num cadastro que ficaria a disposição de todos os que quisessem consultar, situação constrangedora na avaliação dos diretores”, lembra.

Outra ação levantada pela

diretora fundadora da Associação que também ocasionou várias discussões foi a instalação do Parque Industrial no município. De acordo com Mauro, Afif Domingues que na época presidia a Federação do Comércio de São Paulo (FACESP), enviou uma carta ao Prefeito Bertola, propondo a criação de um distrito que pudesse abrigar as indústrias e facilitar a organização das atividades do município. O prefeito achou interessante e levou a discussão para dentro da associação e que foi prontamente atendido pela diretoria.

“Optou-se pelo lote do Nestor Olegário, que entrou com ação na justiça para tentar anular a desapropriação, fato que se arrastou por

muitos anos e que atrasou muito o desenvolvimento de Jacupiranga, protelando até mesmo as instalações de empresas que já existiam no município”, contou.

Com vários desafios a enfrentar, a começar com os poucos recursos, as atividades da Aciaja foram minando e sendo deixadas de lado pelos empresários e comerciantes do município. O baixo quadro de associados e a baixa participação dos comerciantes enfraqueceram a Associação, que em 2000, encerrou as atividades.

Na próxima edição, abordaremos a reativação da Associação Comercial de Jacupiranga, e os primeiros passos de uma nova entidade, fortalecida e comprometida com o comércio local.



Central de Carnes Jacupiranga

Rua Guara, 258 - Flor da Vila - Fone: (13) 3864-2586
CEP 11940-000 - Jacupiranga - SP



ACEITAMOS OS CARTÕES
MasterCard VISA

Liliika Modas

TEL. (13) 3864 2527 | CEL. (13) 99752 8018
AV. 23 de junho, 384 - Vila Elias - Jacupiranga/SP
Moda Masculina, Feminina e Acessórios



DPASCHOAL
TOP SERVICE
Você pode confiar.

Produtos, serviços e qualidade. Pode confiar que a gente tem.

Respeite a sinalização de trânsito.

Pneus Goodyear • Alinhamento
Balanceamento • Freios • Baterias
Suspensão • Escapamentos
Amortecedores • Baterias • Super troca de óleo • Injeção eletrônica

Ideal Car
Centro Automotivo

Av. Vittorio Ongarato, 1300
Jacupiranga-SP - Tel.: (13) 3864-3131

GOODYEAR



POSTO TURISMO

Fone: (13) 3864-3464

Marginal da entrada da cidade de Jacupiranga

▶ NATAL DA ACEJA

Campanha teve grande adesão da população; Mais de 20 mil cupons foram distribuídos



Claudete Salles da Silva foi a sortuda que levou a Yamaha Crypton 115 cc 0KM

A Campanha de Natal, realizada pela Associação Comercial e Empresarial de Jacupiranga (ACEJA) teve boa adesão por parte da população e entre os comércios de Jacupiranga. Foram 40 lojas participantes e mais de 20 mil cupons distribuídos entre os dias 21 de novembro e 31 de dezembro.

No dia 8 de janeiro, o sorteio realizado na sede da Aceja, contemplou

cinco ganhadores. Claudete Salles da Silva levou para casa uma Yamaha Crypton 115cc 0 KM. Ela comprou na loja Mundo da Moda e teve o cupom sorteado. Mais quatro pessoas levaram vales compras de R\$200 no comércio local.

Para o presidente da ACEJA, Ivan Marques da Silva, campanhas focadas em datas tradicionais fomentam as vendas, movimentando o comércio.

Segundo ele, são épocas importantes para cativar e estimular consumidores, uma vez que estes ainda se encontram ressabiados e cautelosos frente à crise econômica.

"Criatividade na estratégia é fundamental para atrair consumidores, seja em uma data especial ou em qualquer momento importante para o seu negócio. Vamos juntos!", disse.

BALANÇO POSITIVO

Diretoria da ACEJA traça metas para 2016 com foco em equilíbrio financeiro

Compromisso com os associados e com o comércio local. "Fechada" em prol do comércio de Jacupiranga, a diretoria da ACEJA apresentou, na primeira reunião do Conselho Deliberativo, o orçamento previsto para 2016. Com foco no equilíbrio financeiro da entidade, a diretoria prevê um ano bom, apesar da crise que assola o país.

A reunião também serviu para a prestação de contas do 4º trimestre de 2015, e um balanço geral com relação às contas da Associação no ano passado. Na apresentação para o conselho, a diretoria ressaltou o trabalho realizado ao longo do período e apresentou saldo positivo.

"Apesar das dificuldades, apesar da crise, tivemos um saldo positivo ao final do ano. Isso é fruto do trabalho realizado pela diretoria, que é comprometida com a Associação e luta pelos interesses do comércio local", observou a tesoureira, Nilvana Ongaratto.

Ao finalizar a reunião, o presidente, Ivan Marques da Silva agradeceu a todos pelo empenho nas atividades realizadas pela ACEJA e salientou ainda, que "a entidade esta sempre disposta a cumprir sua tarefa, que é de atender as necessidades dos nossos associados na perspectiva de contribuir cada vez mais com o desenvolvimento da classe comercial e da nossa comunidade", disse.

"Para este ano esperamos superar as expectativas e novamente apresentar um balanço positivo ao final da jornada. Sempre buscando um equilíbrio financeiro", completou.

GANHADORES DA CAMPANHA DE NATAL ACEJA 2015

PRÊMIO	GANHADOR	EMPRESA
1° - 01 Moto Yamaha Crypton 115cc	Claudete Salles Silva	Mundo da Moda
2° - 01 Vale Compras: R\$ 200,00	Genésio de Souza	Eletrônica do Joarez
3° - 01 Vale Compras: R\$ 200,00	Maria José Magalhães	Magnânimo
4° - 01 Vale Compras: R\$ 200,00	Jacira Cubas de Sales	Mercado Dia%
5° - 01 Vale Compras: R\$ 200,00	Carlos Eduardo de Paula	LC Sales

AUTO POSTO JACUPIRANGA

"Qualidade e Tradição"

Tel.: (13) 3864-1030
Rod. Regis Bittencourt - km 477 - Jacupiranga/SP

Só Jesus é o caminho a verdade e a vida

art & fest

CASA DA EMBALAGEM

artfestjacupiranga@hotmail.com (13) **3864-2095**

Rua João Berangel Martins, 122 - Centro - Jacupiranga/SP

AUTO PEÇAS MARTINS

Jairo Martins

FONE (13) 3864-1821 / E-mail: jmartins1821@gmail.com

Avenida Hilda Mohring Macedo, nº 1.309 - Vila Elias - Cep 11.940-000 - Jacupiranga - SP

Bureau
CONTABILIDADE
COMERCIAL, INDUSTRIAL E AGROPECUÁRIA

(13) **3864-1114**

Av: Presidente Kennedy, 334 - Jacupiranga-SP
E-mail: bureau@bureaucontabilidades.com.br

▶ TURISMO RURAL

Projeto de agroturismo busca diversificar renda de famílias da zona rural

O Sebrae em parceria com o Consórcio de Desenvolvimento Intermunicipal do Vale do Ribeira (Codiivar), Sindicato Rural do Vale do Ribeira, e prefeituras de Registro, Juquiá, Jacupiranga, Pedro de Toledo e Itariri, lançou, no início de março o Projeto "Tesouros do Vale". O objetivo é trabalhar o segmento de agroturismo na região de modo a diversificar a renda das famílias da zona rural.

Com propostas para alavancar o empreendedorismo no turismo rural da região, despertar a necessidade de adequação a cada negócio,

e capacitar os proprietários rurais para geração de renda, o projeto que está em fase de estruturação, deve ser colocado em prática no início de 2017.

"Trata-se de um conjunto de atividades turísticas desenvolvidas no meio rural, comprometido com a produção agropecuária, agregando valores a produtos e serviços, resgatando e promovendo o patrimônio cultural e natural da comunidade", disse Thiago Rodrigues, responsável pelo seguimento de Agroturismo no Vale do Ribeira pelo Sebrae.

Na apresentação do Projeto, que aconteceu no dia 8 de março, em Registro, estiveram presentes empresários e proprietários rurais, interessados em receber turistas em seus sítios ou em conhecer mais sobre a proposta, além de representantes dos conturs de cada município, prefeituras, associações comerciais, sindicatos rurais.

"O objetivo é colocar uma ferramenta que possa diversificar a renda no meio rural. Naturalmente as propriedades têm lá seus períodos de colheita e um período restrito para recursos. A

ideia é possibilitar que haja rendimentos frequentes através do turismo rural. Quem sabe até possa vir a se tornar a principal fonte de renda para as famílias do campo".

Com relação aos possíveis roteiros, Rodrigues observou que o programa ainda está em fase de estruturação e avaliação das propriedades rurais da região.

"Isso vai depender das características das propriedades da região. Podemos ter desde roteiros religiosos, ou por quilombos, até, por exemplo, roteiros para

observação de pássaros. Cada propriedade tem um diferencial. Em Jacupiranga foram indicadas, via Contur e prefeitura, 18 propriedades rurais para integrar o roteiro. E nós iremos, se possível trabalhar com todas", salientou.

"E com uma fonte de renda frequente e constante, a ideia é também evitar que os jovens deixem a região em busca de oportunidades. Num primeiro momento não temos expectativas de contratação de empregados, mas sim para manter as famílias no Vale", finalizou.

CASA Soares
Artigos Infantis e Adultos
Calçados e Confeções em Geral
Fone: (13) 3864-1626
Rua dos Expedicionários, 58 - Centro - Jacupiranga - SP

VISA MasterCard REGICRED

FROMA
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

(13) 3864-3454
fromamateriais@yahoo.com.br

Rua Gentil Brasil de Macedo, 300
Vila Elias - Jacupiranga/SP

AUTO ELETRICA IVAN

TUDO EM PARTE ELETRICA, SERVIÇOS, BATERIAS, ACESSÓRIOS
Av. Vitória Ongarato 844 Centro Jacupiranga - SP
autoeletricoivan@hotmail.com
13 3864 1717

New Charm
Calçados e Confeções

Confecções e Calçados
Matriz Tel. (13) 3864-3555
Av. Presidente Kennedy, 908
Centro - Jacupiranga

Calçados e Bolsas
Filial Tel. (13) 3856-3661
Av. Dr. Carlos Botelho, 95
Centro - Pariquera-Açú

acesse: www.charmvirtual.com.br

Toninho's Motos

- Conserto de Motos
- Peças e Acessórios em Geral
- Mecânica Especializada Honda - Yamaha - Suzuki

(13) 3864-3031 / 9172-7303

Rua Gentil Brasil de Macedo, 86 - Vila Elias - Jacupiranga/SP

Veneto

Rua dos Expedicionários, 33 - Centro - Jacupiranga/SP
Telefone: (13) 3864-2188 / 3864-3132

ACEJA PESQUISA

Compensa sair de Jacupiranga para comprar em outras cidades?

Aceja avaliou e comparou preços praticados em Jacupiranga, Cajati, Registro e Pariqueira



A crise chegou e a situação apertou. Apesar da recente queda na inflação, registrada no mês de fevereiro (0,9%) ante janeiro (1,27%), a inflação se manteve em 10,36% no período de 12 meses. O aumento contínuo dos preços reflete diretamente no bolso do consumidor. Pensando nisso, a ACEJA fez um comparativo entre alguns produtos e serviços oferecidos em Jacupiranga e em outras cidades da região. Confira:

A pesquisa, realizada pela diretoria da Associação no início de fevereiro, levou em consideração os itens com maior procura nos segmentos de supermercados, padarias, serviços automotivos, e

materiais para construção. Foram pesquisados preços em estabelecimentos de Jacupiranga, e de mais três cidades da região: Registro, Pariqueira-Açú, e Cajati.

"Esta pesquisa é uma pequena amostra de que os preços e serviços praticados pelos comércios em Jacupiranga são competitivos com os de outros municípios da região. Vale a pena pesquisar, procurar antes de sair para outras cidades", observa o presidente da Associação, Ivan Marques.

Na parte de segmentos de supermercados, foram pesquisados vários estabelecimentos dos quatro municípios.

Os itens avaliados foram: 5 kg de arroz, 1kg de feijão, 1kg de açúcar, 500g de café, 500g macarrão (tipo parafuso), 340g de extrato de tomate, 1 sabonete 90g, 1 creme dental 180g, 1 detergente, e 1 kg de

sabão em pó.

A compra destes itens (levando em consideração as mesmas marcas) custava no período em Jacupiranga: R\$44,76. Em Registro: R\$ 48,01; em Cajati: R\$46,20; e em Pariqueira: R\$45,72.

No segmento de padarias, a pesquisa levou em consideração apenas preços praticados em Jacupiranga e em Cajati. Os itens avaliados foram: preço do quilo do pão francês (aprox. 100g ou 2 pães), 1 misto quente, 1 coxinha, 1 pingado, 1 refrigerante (lata), 1 pão com manteiga na chapa, e 1 suco de laranja (300ml). Se uma pessoa fizesse exatamente o pedido acima, em Cajati gastaria R\$19,59. Já em Jacupiranga o mesmo "lanche" custaria R\$18,52

Já para o setor automotivo os itens avaliados na pesquisa de preços foram alinhamento e balanceamento para carros de pequeno porte, e para veículos

utilitários. Para realizar o balanceamento e alinhamento de um veículo normal, de pequeno porte, o consumidor gasta em média, em Jacupiranga o valor de R\$75. Registro que tem média de R\$200 para os mesmos serviços. Cajati aparece com valor médio de R\$60. Já em Pariqueira o custo é de R\$70.

O custo médio para alinhamento e balanceamento de veículos utilitários em Jacupiranga é de R\$ 95, contra R\$220 em Registro; R\$100 em Pariqueira; e R\$85 em Cajati.

"Vemos que os preços em Jacupiranga, Cajati e Pariqueira, são semelhantes. Em alguns casos os valores aqui chegam a ser bem mais em conta. Além disso, temos também que levar em consideração que além do preço do serviço, existe o custo de deslocamento, combustível, tempo, e um lanchinho", ressalta Marques.

Hipermolde adere Cartão ACCredito Alimentação



Neste mês a Associação Comercial de Jacupiranga realizou a entrega do Cartão ACCredito Alimentação à empresa Hipermolde. A partir de março, funcionários já receberão o cartão e poderão usufruir no comércio de

Jacupiranga.

O ACCredito Alimentação substituirá a Cesta Básica dos funcionários contemplados, que poderão optar pelos produtos alimentícios e supermercados de sua preferência.

Relação das empresas credenciadas.

EMPRESAS	TELEFONE
Avícola Centauro	3864-1401
Supermercado Dia% - Galera	3864-3299
Supermercado LC Sales	3864-1132
Casa de C.Flor da Vila	3864-2586
Supermercado Magnânimo	3864-2416
Supermercado Tezuka	3864-1190

Informações: ACEJA (13) 3864-1711



(13) 3864-1736

**Praça Tenente Coronel Mesquita, nº 383
Centro - Jacupiranga**



**MATERIAIS ELÉTRICOS E ELETRÔNICOS
ANTENAS SKY LIVRE
E CELULAR RURAL**

A parabólica digital SKY com som e imagem de altíssima qualidade

(13) 3864-1185

eletronica.joarez@hotmail.com

Praça Gaspar Paulo Mayer, 243 – Centro – Jacupiranga/SP

Soares
MÓVEIS E PRESENTES

Av. Silvio Carneiro Braga, 89 – Centro – Jacupiranga/SP Fonte: (13) 3864-2707
Av. Dos Trabalhadores, 37 – Centro – Cajati/SP Fonte: (13) 3854-4562
Av. Dr. Carlos Botelho, 120 – Centro – Pariqueira-Açú/SP Fonte: (13) 3856-5470

Aceitamos os cartões:



CRÉDITO INSTANTÂNEO, SUPER FACILITADO E RÁPIDO

**RESTAURANTE
churrascaria**



Aqui nasceu o rodízio de Carnes

**Av. Vitória Ongarato, 972 - Br116 - Km 477
Tel. (13) 3864-1622 / Jacupiranga/SP**

► COLUNAS

Síndrome de Burnout Síndrome do Esgotamento Profissional



POR: APOLIANA E. PEREIRA
Psicóloga

A Síndrome de Burnout também chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional foi assim denominada pelo psicanalista nova-iorquino Freudenberg, após constatá-la em si mesmo, no início dos anos 1970. O estresse é natural e em determinadas proporções e momentos nos ajuda a tomar decisões, nos impulsionando a resoluções de problemas, pode ser positivo e até mesmo necessário. Entretanto, se isso é uma constante, a ponto de principalmente nos limitar e/ou afetar nossa qualidade de vida é um sinal de alerta de que algo não está bem. O estresse faz parte do dia a dia num mundo cada vez mais competitivo e a Síndrome de Burnout é uma das consequências deste ritmo atual: um estado de tensão emocional e estresse crônico provocado por condições de trabalho desgastantes. O próprio termo "burnout" demonstra que esse desgaste danifica aspectos físicos e psicológicos da pessoa, traduzindo do inglês, "burn" quer dizer "queima" e "out" significa "exterior". Todo profissional esta sujeito ao es-

gotamento físico e mental, porém aqueles onde suas atividades laborais tem impacto direto na vida de outras pessoas estão mais suscetíveis, como profissionais da saúde, professores, policiais, bombeiros e até mesmo voluntários.

Sintomas

A falta de equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, baixa qualidade de vida, problemas de relacionamentos, econômicos, baixa auto estima, competitividade exacerbada, alto índice de exigência profissional, são os grandes causadores do nível máximo de estresse. São sintomas físicos da Síndrome de Burnout: fadiga, cansaço constante, distúrbios do sono, dores musculares e de cabeça, enxaqueca, falta de apetite, sudorese, palpitação, pressão alta, distúrbios gastrointestinais, respiratórios e cardiovasculares, em mulheres, é comum alterações no ciclo menstrual. O esgotamento emocional é refletido através de comportamentos diferentes, como agressividade, isolamento, mudanças de humor, irritabilidade, dificuldade de concentração, falha da memória, ansiedade, tristeza, pessimismo, baixa autoestima, sentimentos

negativos, desconfiança e até paranoia. Essa soma de mal-estares pode levar ao alcoolismo, ao uso de drogas e até mesmo ao suicídio.

Tratamento

O tratamento da Síndrome de Burnout deve compreender uma estratégia multidisciplinar: farmacológico, psicoterapêutico e médico. É sempre importante ressaltar a importância de um diagnóstico realizado de maneira detalhada, para que não se cometam erros, como a confusão entre Burnout e Depressão, bastante comum nos estágios iniciais, pela semelhança de sintomas. Com relação ao uso de medicamentos, o tratamento normalmente associa-se a antidepressivos e ansiolíticos. Este tratamento deve estar vinculado ao acompanhamento psicológico, que potencializa os efeitos do uso de medicamentos através da resignificação e da retomada dos sentidos da história de vida do sujeito. Além desses, o acompanhamento médico, promoção de qualidade de vida a partir de novas práticas cotidianas como exercícios físicos e de relaxamento, vida espiritual, familiar e social saudáveis são de extrema importância.

Quem precisa declarar o IR em 2016

POR: RODRIGO BASSOLI

Deixar para última hora a análise das despesas que serão incluídas na declaração de Imposto de Renda não é a melhor opção, aumentando consideravelmente os riscos de erros e a consequente inclusão na lista de verificação das inconsistências (malha fina) apuradas. Por isso, o quanto antes fizer a declaração, melhor.

É sempre melhor, além de mais prudente, preencher a declaração com antecedência, e sempre que possível com a assessoria de um profissional especializado que orientará o contribuinte de forma correta sobre o preenchimento do documento.

Além disso, pessoas que irão declarar o Imposto pela primeira vez, tendem a ter mais dúvidas sobre a ação, representando uma parcela anual de aproximadamente 30% de contribuintes que caem em malha fina.

Contribuintes que receberam rendimentos tributáveis cuja soma no ano anterior foi superior a R\$ 25.661,70; pessoas receberam rendimentos isen-

tos, não tributáveis ou tributados exclusivamente na fonte, cuja soma foi superior a R\$ 40 mil; ou que obtiveram, em qualquer mês, ganho de capital na alienação de bens ou direitos, sujeito à incidência do imposto, ou realizou operações em bolsas de valores, de mercadorias, de futuros e assemelhadas devem realizar a declaração.

Contribuintes que tiveram, até 31 de dezembro, a posse ou a propriedade de bens ou direitos, inclusive terra nua, de valor total superior a R\$ 300 mil;

Aqueles que optaram pela isenção do Imposto sobre a Renda incidente sobre o ganho de capital auferido na venda de imóveis residenciais, cujo produto da venda seja aplicado na aquisição de imóveis residenciais localizados no País, no prazo de 180 dias contado da celebração do contrato de venda; Contribuintes que obtiveram rendimento da atividade rural superior a R\$ 128.308,50, também são obrigados a declarar as receitas ao "Leão".

O que são hábitos de higiene corporal?

POR: RENATA PEREZ

O que são hábitos de higiene corporal? Um somatório de cuidados, como, por exemplo, tomar banho, escovar os dentes, cortar as unhas, cortar o cabelo e fazer a barba, que devemos adotar com o nosso corpo para auxiliar na limpeza e assepsia, assegurando uma qualidade de vida melhor.

A higiene corporal diária além de proteger contra doenças elimina resíduos naturais do corpo de suas inúmeras glândulas que produzem o suor e o sebo diariamente.

Então, podemos perce-

ber que uma escassez de banho provocará acúmulos dessas substâncias, que ao somarem a outras sujeiras (poeira, terra, etc.) provocam odores e facilitam o risco de aparecimento de vermelhidão na pele, cólera, dermatoses, parasitas do couro cabeludo, febre tifóide, pé de atleta, micose, seborréia, infecções urinárias, corrimento vaginal, e várias outras.

Embora as práticas de higiene, com o intuito de evitar a propagação de doenças sejam antigas – Desde o Antigo Egito, têm-se notícias de que doenças que eram anunciadas erradicadas estão de volta.

Então temos a higiene andando junto com profilaxia, que nada mais é que a aplicação de meios que tendem evitar doenças ou contágios. As medidas profiláticas interrompem a interação entre o agente causador da doença e o organismo. Alguns exemplos de doenças sujeitas à profilaxia são: peste bubônica, hepatite, verminoses, DSTs, infecções hospitalares, caxumba, meningite, febre amarela, dengue, zica e outras mais.

Então que tal praticar a profilaxia ao aedes aegypti desde já no seu quintal???

Tenri

www.tenri.com.br
tenri@tenri.com.br

A escolha certa para todas as ocasiões.

Tel: (13) 3864-1150 - Rua Tenri, 115 - Vila Elias - Jacupiranga - SP

▶ ACEJA ENTREVISTA

De Jacupiranga para o Guinness Book

O bate-papo desta edição do Boletim Aceja é com Jonathan Coutinho, o cabeleireiro mais rápido do Brasil



Atualmente é o cabeleireiro mais rápido do Brasil, ao realizar 16 cortes em apenas 20 minutos. Sua meta? Ter o nome no Guinness Book.

ACEJA: Como e quando se interessou por cortes de cabelo?

JONATHAN COUTINHO: Entre os 13 e 14 anos, estava assistindo a uma entrevista do Vanderlei Nunes* e comecei a me interessar por cortes de cabelo. Pouco tempo depois, quando fui morar em Curitiba, um amigo indicou um salão que estava com vaga de emprego. Lá comecei varrendo o chão, lavando as toalhas entre outros afazeres, mas sem com curiosidade. Fiz cursos, me aperfeiçoei, e me tornei técnico da L'Oréal entre outras marcas.

Você já possui o título de cabeleireiro mais rápido do Brasil ao realizar 16 cortes em 20 minutos. Você tem uma rotina de treinos? Quando e como começou a "correr" contra o tempo?

Não é uma rotina de treinos, possuo habilidade, assim como demonstrei em alguns programas de TV, participei do programa da Katia Fonseca "Mulheres", Danilo Gentili "Agora é Tarde".

Atualmente luta pra entrar no Guinness como cabeleireiro mais rápido do mundo, o que isso representa para você profissionalmente?

Já sou considerado o cabeleireiro mais rápido do Brasil. Participei do Guinness fazendo cortes interruptos

por 20 horas, isso pra mim, profissionalmente, represento todo reconhecimento pelo meu trabalho.

Quais critérios são utilizados no concurso? O que é necessário fazer? Quais as regras? Qual é a sua meta?

Existe a necessidade mandar um formulário preenchido, fazer o pagamento de algumas taxas, eles te respondem com as datas disponíveis, e é preciso tem um local específico e tudo pronto para quando os técnicos chegarem, se apresentar e eles julgarem. A meta hoje é bater o próprio Record.

Já errou algum corte

por conta da "pressão" do tempo? Se já aconteceu pensou em desistir? O que te motivou a continuar?

Nunca houve erros, todos os programas aos quais me apresentei foram ao vivo.

Quais dicas você daria a quem está iniciando na profissão, principalmente nas cidades pequenas, como é o caso de Jacupiranga?

Nunca deixar de correr atrás dos sonhos, todos os dias aparecem novas dificuldades, mas nunca se deve desistir daquilo que você acredita e antes de tudo nunca se esquecer de suas origens.

Teve uma vez que um assessor me disse que eu não deveria falar às pessoas que nasci em Jacupiranga, porém eu disse que nunca negaria que nasci aqui.

O que a profissão de Cabeleireiro significa para você?

Tudo. Amo o que faço. O fato de conseguir realizar o desejo de meus clientes lhe faz sentir mais amor pela profissão, meus clientes estão sempre em primeiro lugar.

Quais os maiores problemas que enfrentou ao sair de Jacupiranga?

Sai de Jacupiranga somente com uma mochila nas costas, sem dinheiro. Tive que pegar carona e cheguei até uma barracagem, no caminho para Curitiba onde consegui um emprego de ajudante de borracheiro. Lá fiquei aproximadamente um mês.



Quando juntei dinheiro e segui para Curitiba. Lá dividi o apartamento. Não foi fácil, passei fome, frio, mas persisti.

Hoje, você já conquistou fama e prestígio, mas e financeiramente também está atingindo seu objetivo?

Não, mas com o pouco que tenho sou feliz, o que eu faço não é somente pelo dinheiro, mas pelo amor a profissão.

Na nossa região, existe algum projeto para o futuro?

Sim, tenho conversado com minha esposa Alessandra Napolitano e planejo, futuramente exercer alguns projetos no Vale do Ribeira e Curitiba.

A esposa que participou da entrevista, é só elogios para ele, disse que lhe deve tudo o que é hoje a ele, um homem de caráter e que nunca desistiu, conta que ele todos os dias tenta ser melhor, crescer, faz viagens e cursos com o intuito de aprender mais todos os dias, ele realmente se dedica a profissão que ama.

LOJA JOAREZ

 27 ANOS DE TRADIÇÃO

MATERIAIS ELÉTRICOS E ELETRÔNICOS
ANTENAS SKY LIVRE
E CELULAR RURAL

A parabólica digital SKY com som e imagem de altíssima qualidade

(13) 3864-1185
 eletronica.joarez@hotmail.com
 Praça Gaspar Paulo Mayer, 243 – Centro – Jacupiranga/SP

Art's

"Com você, a cada dia uma nova conquista."

Tel.: (13) **3864-1286**

MÓVEIS E ELETRODOMÉSTICOS
 Rua Gentil Brasil de Macedo, 156 - Vila Elias - Jacupiranga/SP