

FALECIMENTOS OCORRIDOS EM FEVEREIRO/2.010

05/02 - Antônio Paulo Moda
05/02 - Antônia Maria Goulart Bretas
06/02 - Ana Chiaperini Costa
07/02 - Maria do Carmo Gomes Fernandes
09/02 - José Marino Mascaro
10/02 - Amália Coletto Montanha
13/02 - Célio Pozzatto
13/02 - José Sbrana
16/02 - Sebastiana Bandeira Batista
16/02 - Orlanda Alves de Faria
20/02 - Inês Pires Sabino
24/02 - Rosaria Vilas Boas Jacinto
25/02 - Durvalina Rabes Roberto
26/02 - Joaquim Galdino de Souza
27/02 - José Carlos C. C. de Abreu

São Simão
Tambaú
Tambaú
São Simão
São Simão
São Simão
Santa Rosa de Viterbo
Luiz Antônio
Tambaú
Tambaú
São Simão
Santa Rosa de Viterbo
Luiz Antônio
São Simão
Tambaú

ESTRUTURA REGIONAL PARA UM ATENDIMENTO DE QUALIDADE

FUNERÁRIA SANTO ANTÔNIO

Rua Sr. Alfredo Guedes, 94 - centro - Tambaú/SP
fone: (19) 3673 1426
Cel: (19) 8125 2741 / 8145 3627

24h

FUNERÁRIA SÃO SIMÃO

Rua Cassiano Nogueira, 171 - centro - São Simão/SP
fone: (16) 3984-2061
Cel: (16) 9158 3498

24h

FUNERÁRIA SANTA ANA

Av. Rio Branco, 164 - centro - Santa Rosa de Viterbo/SP
fone: (16) 3954 5056
Cel: (16) 9158 3310

24h

FUNERÁRIA SÃO LUIZ

Rua Expedicionários Paulistas, 578/A - centro - Luiz Antônio/SP
fone: (16) 3983 6589
Cel: (16) 9158 3498

24h

Organização de
Luto
Caliman
HONESTIDADE E RESPEITO
DESDE 1.941

INFORMATIVO E
CURIOSIDADES

01 de março de 2.010 - ano II - edição 10

MELANCIA É UM EXCELENTE ALIMENTO FUNCIONAL PARA O VERÃO

A melancia é uma excelente dica para este verão. É uma fruta muito refrescante, pois cerca de 90% de sua polpa é constituída por água, de maneira que fornece água e sais minerais para um equilibrado funcionamento do organismo.

Além disso, é antioxidante e diurética, já que reduz a retenção de líquidos. Já o seu poder antioxidante está associado à redução do risco de alguns tipos de câncer, principalmente do pâncreas, pulmão, cólon e próstata.

Para prevenir o câncer de próstata, é aconselhável também aos homens beber o suco de melancia batido juntamente com as suas sementes, que são altamente nutritivas.

Essa fruta possui ainda propriedades depurativas porque ajuda a eliminar substâncias residuais através da urina. É indicada para pessoas que sofram de cálculos renais, ácido úrico elevado ou hipertensão.

O melhor de tudo para essa época do ano - em que todos gostam de cuidar ainda mais do corpo - é que a melancia não engorda e tem inúmeras propriedades nutritivas, como as vitaminas A, B e C e alguns minerais, como o cálcio, o fósforo e o ferro.

A melancia também apresenta uma elevada quantidade de licopeno, que é uma arma muito poderosa contra problemas cardiovasculares e contra os radicais livres - substâncias nocivas que aceleram o envelhecimento das células e fazem com que a pele perca firmeza e elasticidade.

Além disso, a fruta apresenta um efeito calmante sobre a mente e as emoções. É recomendado – neste caso – ingeri-la separadamente das suas sementes, que são altamente oleosas. Interessante também pode ser juntá-la a cerejas sem caroço. Essa combinação é excelente método natural para combater o estresse e também ajudar nos cuidados com a pele.

Pode-se dizer ainda, de acordo com estudos realizados nos EUA, que a melancia atua contra a impotência sexual, pois possui um nutriente - a citrulina – que age de forma semelhante ao princípio ativo do Viagra.

Fonte: Dr. Maximo Asinelli - médico nutrólogo / por FOL

CERTOS ALIMENTOS E TEMPEROS PODEM AUMENTAR SUA IMUNIDADE

Uma das melhores formas de melhorar a sua imunidade é ingerir alimentos com nutrientes que já demonstraram melhorar o desempenho das defesas naturais do corpo, ou seja, ativando o seu sistema imunológico.

Abaixo relacionamos alimentos, nutrientes e temperos que podem melhorar a sua imunidade.

- Alimentos:

Cogumelos shiitake (podem aumentar células de defesa, chamadas linfócitos T Killer), vegetais (espinafre, brócolis e couve), probióticos (em iogurtes e derivados), cacau, café e vinho tinto com moderação (estes três últimos por conterem substâncias antioxidantes).

Evite os açúcares simples (doces e refrigerantes), xaropes, gorduras saturadas, gorduras trans, bebidas alcoólicas em excesso, carnes vermelhas e peixes com mercúrio.

- Nutrientes:

Gorduras ômega-3 (sardinha, salmão, truta, cavala, azeite de oliva, nozes e linhaça), resveratrol (vinho tinto e suco de uva), catequinas (chá verde). quercetina (cebola, tomate, alho e maçã) e licopeno (tomate).

- Temperos:

Açafrão e gengibre.

Fonte: Portal do Coração / por FOL

COREANO ROUBA 1.200 PARES DE SAPATOS EM VELÓRIOS

Um sul-coreano que roubou mais de 1.200 pares de sapatos em funerais foi preso nesta quinta-feira (18), informou a polícia de Seul.

O sujeito, identificado como Park, 59 anos, deixava seus próprios sapatos na porta do velório antes de entrar para roubar o calçado da galera.

Coreanos geralmente tiram os sapatos antes de entrar em ambientes fechados, o que facilitava a vida criminosa de Park.

Ele escolhia muito bem suas vítimas, geralmente ricos, já que revendia os sapatos de grifes a brechós e loja de roupas usadas.

A polícia prendeu o ladrão em flagrante, quando ele tentava pegar três pares de sapatos em um funeral.

Quando os policiais foram até a casa de Park, encontraram mais de 1.200 pares de calçados, divididos por numeração.

A delegacia deve deixar os sapatos expostos por algumas semanas para que os donos possam encontrar seus calçados perdidos.

Fonte: R7 / por FOL

HOMEM ESCAPADE SER ENTERRADO VIVO NA POLONIA

O agente funerário Dario Wysluchato levou um susto e tanto em Katowice, na Polônia. Ele estava pronto para selar a tampa do caixão de Josef Guzy, um apicultor de 76 anos que havia sido entregue aos cuidados da funerária. Foi quando a mulher do falecido, Ludmila, pediu que fosse retirado o relógio do seu companheiro. O agente comovido com a situação da viúva acatou o pedido. Ao tentar pegar o objeto, como hábito da profissão, tocou na artéria do pescoço do homem e notou que ele ainda tinha pulso. Segundo o porta-voz do serviço regional de ambulância de Katowice, Jerzy Wisniewski, o senhor teve a morte atestada por um médico. "Não havia sinais de vida quando sua mulher chamou a ambulância. Um médico constatou que o paciente não estava respirando, não tinha batimentos cardíacos e o corpo estava frio, todas as características de morte", justificou.

Após a descoberta de que poderia ter enterrado um homem vivo, o agente encaminhou o suposto morto para um hospital. Depois de algumas semanas de tratamento, Guzy recebeu alta. O apicultor declarou eterna gratidão a Wysluchato por salvar a sua vida.

Fonte: Bahia Notícias - Tiago Melo / por FOL