

NÓS  
APOIAMOS  
ESSA  
CAUSA!



OUTUBRO  
**ROSA**



MEDICINA NATURAL

Capim limão,  
santo remédio

Pág 2

# REGIONAL NEWS

FUNDADO EM 19/03/92

ANO XXXII - Nº 1.672

30 de setembro de 2023

rnews.com.br

**SUPERAÇÃO**

## No 'Outubro-Rosa' Sonia conta como venceu o câncer de mama

Foto: Arquivo/Pessoa1



Página 3

**CONFLITO**



*Estamos em guerra,  
diz Israel*

Leia mais em: [rnews.com.br](http://rnews.com.br)

**ELEIÇÕES**



*TSE abre código-fonte para  
as eleições de 2024*

Leia mais em: [rnews.com.br](http://rnews.com.br)

**POLÍTICA**



*Constituição fez 35 anos*

Leia mais em: [rnews.com.br](http://rnews.com.br)

Scaneie o QR CODE  
[rnews.com.br](http://rnews.com.br)



## REFLEXÃO

"Sabemos que Deus age em todas as coisas para o bem daqueles que o amam, dos que foram chamados de acordo com o seu propósito."

**Romanos 8:28**

## PENSAMENTO

"A inocência e a espontaneidade das crianças são tesouros preciosos que devem ser preservados."

**A.D.**

## FRASE

## "Estamos em guerra"

O primeiro ministro israelense **Benjamin Netanyahu**, após o braço armado da organização palestina ter lançado uma série de ataques contra Israel

## MEDICINA NATURAL

## Capim limão, santo remédio

Foto: Reprodução Internet



O capim-santo, também conhecido como capim-limão, capim-cheiroso ou capim-cidreira, é uma planta medicinal rica em citral, limoneno e geraniol, compostos bioativos com ação antioxidante, que combatem o excesso de radicais livres e ajudam a prevenir situações, como câncer, gastrite e pressão alta. Além disso, o capim-santo também contém ótimas quantidades de mirceno, um composto bioativo com propriedade analgésica, ajudando a aliviar dores leves, como cólica, dor muscular e dor de cabeça. O capim-santo tem um aroma parecido com o limão e pode ser encontrado na forma fresca ou seca, em feiras e supermercados, sendo usado no preparo de chás, compres-

sos, sucos, bolos ou geleias. Já o óleo essencial da planta é comercializado em lojas de produtos naturais e pode ser usado como cicatrizante. Dentre os benefícios do capim-limão podemos citar: a ajuda na perda de peso; no tratamento da gastrite; no tratamento do refluxo e da gastrite; no alívio de dores; na diminuição do colesterol LDL; é auxiliar no controle da pressão arterial; na prevenção contra o câncer; no combate da insônia e ansiedade; promove a cicatrização de feridas; auxilia no tratamento da candidíase; ajuda a combater o mau hálito e afasta os insetos. Apesar de tantas utilidades a recomendação é para buscar acompanhamento médico antes do consumo.

## CULTURA MUSICAL

## Voz, violão e magia

Por Nelson de Souza Lima

Foto Divulgação



A combinação perfeita de voz e violão promete emocionar os fãs hoje à noite no Teatro Bradesco. O palco da zona oeste paulistana recebe em apresentação única o show "Six Strings and a Voice - An Evening with Anneke Van Giersbergen and Marko Hietala", no qual o guitarrista finlandês (Hietala) e a vocalista holandesa (Giersbergen)

apresentam versões acústicas de grandes sucessos de suas carreiras solo.

A dupla europeia está em tour pela América do Sul e chega ao Brasil após shows na Argentina e Chile. Acompanhando o duo o guitarrista Tuomas Wäinölä mostrará arranjos refinados e solos elaborados.

Grandes nomes do metal sinfônico tanto Hietala, quanto Giesbergen integraram bandas representativas do gênero.

A vocalista empunhou o mic à frente do The Gathering, banda a qual deixou em 2007. Em voo solo a holandesa está divulgando seu mais recente álbum, "The Darkest Skies Are The Brightest", de 2021.

Já Marko Hietala atuou como baixista/vocalista do Nightwish por vinte anos. Em 2021 o músico saiu do grupo para trilhar uma bela carreira solo. Seu último trabalho de estúdio é "Pyre of The Black God's Son", lançado em 2019.

## SERVIÇO

Six strings and a Voice

Dia: 7 de outubro - 21 horas - no Teatro Bradesco  
Rua Palestra Itália, 500 - Bourbon Shopping São Paulo  
Classificação: 18 anos - Ingressos a partir de R\$ 90,00  
Inf: <https://tinyurl.com/525rnkz4>

## ARTIGO

## A Liberdade



segundo a indicação dos outros.

Se eu quiser ter um carro igual ou melhor que do meu vizinho, estarei submetido à minha vaidade, ao meu desejo de posse, a uma disputa social, isso não é liberdade, é prisão; por estar prisioneiro de um condicionamento social.

Liberdade não é fazer tudo que eu quiser, mas poder, mesmo querendo, não fazer. Pois se eu fizer o que meus desejos apontarem, não estarei exercendo minha liberdade, mas sendo escravo dos meus desejos.

Os desejos podem ser resultado de sugestões externas, imitação das vontades dos outros, não sendo nem mesmo o melhor procedimento para mim mesmo. Se eu acompanho a moda, não estou exercendo minha vontade própria, mas

Liberdade é poder decidir e executar o que eu entendo como melhor para mim, independentemente aos parâmetros dos outros. Preciso da minha aprovação, não da aceitação dos outros.

Só o fato de estar vivo, já me obriga a fazer uma série de procedimentos para manutenção do corpo, coisas que nem sempre são de minha vontade.

**Dr. Pedro Santo Rossi,**  
Psicólogo humanista, voluntário do HEFC.  
[www.psirossi.com](http://www.psirossi.com) - [www.hefc.org.br](http://www.hefc.org.br)



**Hospital de Retaguarda  
Fabiano de Cristo**  
[www.hefc.org.br](http://www.hefc.org.br)

Rua Canário, nº 600 - Caieiras/SP - ☎ 4441-3031

Criamos um novo canal de comunicação com *Você!*



**solvi**  
Essencis Ambiental



**PAF**®  
Plano Assistencial Familiar

Você precisa oferecer esta segurança para sua família!

[www.planoassistencialfamiliar.com.br](http://www.planoassistencialfamiliar.com.br)

☑️ Ambulância

CAIEIRAS  
Av. Prof. Carvalho Pinto, 89 - Centro  
Tel. 4605-2287

☑️ Carro de Apoio

FRANCISCO MORATO - 1  
Rua Virgílio Martins de Oliveira, 100 - Centro  
Tel. 4609-2122

☑️ Departamento de Apoio

FRANCISCO MORATO - 2  
Rua 21 de Março, 331 - Centro  
Tel. 4489-0700

☑️ Assistência Funerária

FRANCO DA ROCHA  
Rua Azevedo Soares, 218 - Centro  
Tel. 4449-2120

☑️ Ampla Rede de Descontos

## EMPRESA FUNERÁRIA SEIXAS

Funerária  
**Seixas**  
Desde 1.939

Franco da Rocha: 4449-2288  
Caieiras: 4605-2287  
Francisco Morato: 4609-2122

JORNAL **REGIONAL NEWS**®  
SEMPRE COM VOCÊ

JORNALISTA RESPONSÁVEL:  
MTB: 41.710/SP

FUNDADORES: Arão Peres  
e Celina J. G. Peres

CIRCULAÇÃO: Caieiras, Cajamar,  
Franco da Rocha, Francisco Morato,  
Perus e Mairiporã.

PERIODICIDADE: Semanal  
CURTA NOSSAS PÁGINAS:

f /RegionalNewsOficial  
i /RegionalNewsOficial

E-MAIL: [regionalnews@uol.com.br](mailto:regionalnews@uol.com.br)  
9.6829-5575

# Ela venceu o câncer de mama

A entrevista que abre o mês do 'Outubro Rosa' narra a superação de uma mulher que passou pelo processo da doença e ganhou a luta

Fotos: Arquivo Pessoal



**Sonia Maria Macedo Barros**

Com 47 anos e muita história para contar, Sonia Maria Macedo Barros, nossa querida gerente do mercado Federzoni, em Caieiras, foi surpreendida por uma notícia difícil no começo de 2022.

Diagnosticada com câncer de mama, ela sofreu o maior baque de sua vida ao tomar conhecimento do que poderia tê-la levado à

morte, destino comum àquelas que se entregam à dor de estar com a doença e desistem.

Apesar do susto e dissabor, ela olhou ao redor, olhou-se no espelho e, depois do momento de muito choro e desabafo, arregaçou as mangas para lutar pelo marido, pelos filhos, nora e

neto, seus maiores aliados numa batalha que estaria apenas começando: ganhar a luta contra o câncer.

O processo não é muito fácil, mas tem de ser vencido passo a passo. Foram 16 sessões de quimioterapia, uma cirurgia e 30 sessões de Radioterapia para zerar todas as possíveis células contaminadas. **“Eu sabia que não seria fácil, mas eu acreditei que conseguiria, todos que estavam ao meu lado também acreditaram. O tempo foi passando e fui vencendo um dia por vez, dando um passo de cada vez.”**

Sonia revela que as incertezas durante o processo não são tão simples, mas que é preciso passar por cima dos pensamentos ruins.

**“O medo do diagnóstico, a incerteza do início e a fé que me moveu após saber que não tinha metástase, foi motivador para acreditar na cura. Tive uma grande rede de apoio que foi importante, o carinho dos amigos e Deus em primeiro lugar foram os principais elementos para minha força em busca da vitória”,** disse Sonia.

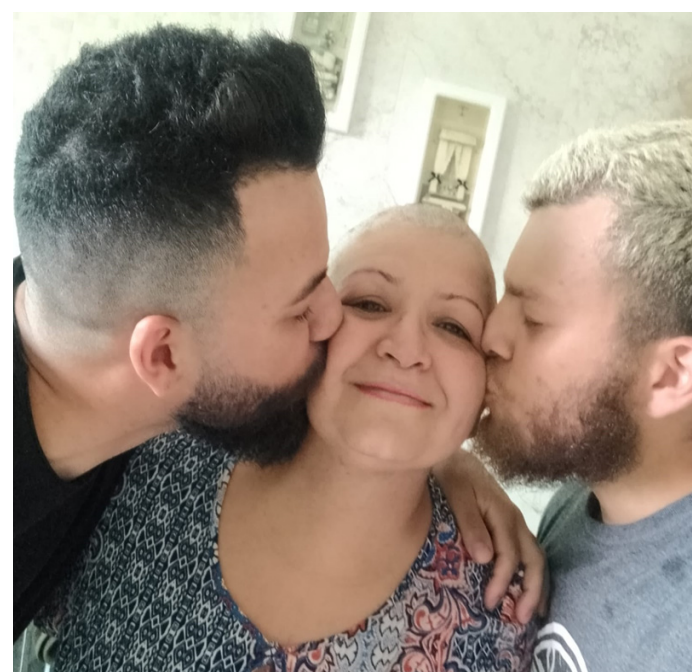


**“Quero ver meu neto crescer!”**

**“Quando meu cabelo começou a cair, fiquei muito abatida. Mas daí busquei ver que as soluções eram maiores que minha preocupação com a aparência e mais, que eu estava passando por uma fase momentânea que logo seria superada”,** disse.

Com todas as pessoas e amigos em oração, Sonia faz um alerta às mulheres para que façam o autoexame e enfrentem quaisquer resultados. “O que aconteceu comigo, pode acontecer com qualquer mulher do mundo. Estar com Deus à frente e, apesar do medo, lutar pela vida com a certeza de há uma chance, aí é que está a grande diferença”, completou Sonia.

A guerreira conta que passou por vários momentos difíceis, de mal-estar por conta do tratamento, de incertezas e de instabilidade emocional mas que a fami-



**Meus filhos, amor fundamental para continuar na luta**

lia não deixou ela ter recaídas. Levava-a para passear, fazer coisas gostosas e com muita alegria. **“Esses momentos foram únicos. Eu chegava a esquecer que eu passava por tanta coisa difícil. Eles me beijavam e me abraçavam, falavam de minha beleza interior... e assim foram se passando os dias, e assim fui conseguindo”.**

Depois da radioterapia, Sonia passou pela médica que constatou es-



**Último dia da radioterapia, livre para viver!**

tar tudo bem remarcando nova visita para janeiro de 2024, quando deverá repetir os exames para acompanhamento.



**“Com tudo isso, aprendi que devemos viver intensamente. Quando imaginei que poderia morrer, vi que dava valor a coisas que não mereciam tanta atenção. Assim, decidi amar mais, viver, abraçar, nos cuidar, fazer exames periódicos, dar valor a quem nos valoriza ... fazer o que se tem vontade e dizer “Eu te Amo” sempre”.**

Finalizou Sonia .

## Vereador Birruga - Caieiras



Em setembro estive presente com o prefeito Gilmar Lagoinha, os representantes dos correios e os síndicos dos blocos do Jardim Nova era, para dialogar e tratar sobre a prestação de serviço da empresa. Nós estamos aqui

justamente para ouvir as demandas e estudar o melhor caminho para atendê-las, e poder de certa forma resolver a situação dos moradores que se queixa bastante em relação as entregas das cartas, os representantes demonstrou toda atenção para solucionar o problema dos moradores.

#tamojunto - #trabalhandoporcaieiras - #CompromissoComAsPessoas

**ABSOLUTA**  
CERTEZA DO MELHOR NEGÓCIO

**VALEU A PENA  
ESPERAR.**

**ONIX LT 1.0 2024**

De ~~R\$ 92.650,~~

Por **R\$ 84.900,**



**TRACKER LT 1.0 TURBO 2024**

De ~~R\$ 135.320,~~

Por **R\$ 124.990,**



**TAXA 0%**

**PREÇOS REDUZIDOS**

**1 ANO DE GARANTIA**

**TAXA 0,99  
% A.M. 36X**

**SEMINOVOS**



**ONIX HB 1.0 TURBO AUT  
COMPLETO - 2019/2020**  
de R\$ 71.990,  
por **R\$ 69.990,**



**ONIX LT 1.4 AUTOMÁTICO  
FLEX COMPLETO - 2019/2019**  
de R\$ 69.990,  
por **R\$ 65.890,**



**POLO CL 1.0 TSI AUT  
FLEX COMPLETO - 2019/2020**  
de R\$ 81.990,  
por **R\$ 78.990,**



**ONIX PLUS LTZ 1.0  
MANUAL COMPLETO - 2021/2022**  
de R\$ 88.990,  
por **R\$ 86.990,**



**ONIX 1.0 LT MANUAL  
COMPLETO FLEX - 2020/2020**  
de R\$ 68.990,  
por **R\$ 64.890,**



**UP 1.0 MPI 4P  
FLEX COMPLETO - 2019/2020**  
de R\$ 62.990,  
por **R\$ 59.800,**



**CRUZE LT HB AT  
COMPLETO - 2016/2017**  
de R\$ 84.990,  
por **R\$ 81.990,**



**TRACKER LT AUT  
COMPLETO - 2022/2023**  
de R\$ 123.990,  
por **R\$ 118.990,**



**SPIN LTZ 1.8 MT - 7 LUG.  
FLEX COMPLETO - 2013/2013**  
de R\$ 56.990,  
por **R\$ 52.990,**



**ONIX 1.0 MT LT1  
FLEX COMPLETO - 2021/2022**  
de R\$ 77.990,  
por **R\$ 75.990,**



**GRAND SIENA ESSENCE 1.6  
AUT FLEX COMPLETO - 2014/2014**  
DE R\$ 38.990,  
POR **R\$ 35.990,**



**HB20 VISION 1.0 MANUAL  
FLEX COMPLETO - 2021/2021**  
de R\$ 67.990,  
por **R\$ 64.990,**

**ABSOLUTA**  
CERTEZA DO MELHOR NEGÓCIO

**ROD. PRES. TANCREDO DE ALMEIDA NEVES, 3007  
CAIEIRAS - (11) 4441-7700**

Onix LT 1.0, 23/24, opc RGH, branco summit, chassi: 145.638, lista de preço público sugerido de R\$ 92.650, à vista a partir de R\$ 84.900 ou financiado pelo banco GM com taxa 0% am. Tracker LT 1.0 Turbo, 23/24, opc RFD, Azul Eclipse, lista de preço público sugerido de R\$ 135.320, à vista a partir de R\$ 124.990 ou financiado pelo banco GM com taxa 0% am. Válido até 10/10/2023. Imagem Ilustrativa. Sujeito a alteração sem aviso prévio. A Absoluta se reserva o direito de corrigir eventuais erros de digitação. Seminovos: taxa de 0,99% a.m para veículos a partir do ano de fabricação 2019, em 36 meses, com 70% de entrada. Garantia de 1 ano para motor e câmbio, para veículos seminovos a partir de 2019. Consulte condições na concessionária. Veículos sujeitos a disponibilidade de estoque. A Absoluta se reserva o direito de corrigir eventuais erros de digitação. Condições válidas enquanto disponíveis em estoque. Imagens ilustrativas.

NA CIDADE SOMOS TODOS PEDESTRES