



Novas regras para uso de quadras esportivas

Após diversas queixas de moradores sobre barulho durante as noites e madrugadas, a Administração Regional de Águas Claras definiu regras para o uso das quadras esportivas públicas da cidade. As normas já estão em vigor.

PÁGINA 3

Pista de Patinação sofre com uso indevido



Inaugurada há apenas um ano e meio, a única pista pública de patinação de velocidade do Brasil, localizada em Águas Claras, enfrenta um cenário de deterioração acelerada por conta do uso inadequado. O espaço, projetado exclusivamente para a prática esportiva, tem sido ocupado por ciclistas, corredores, pets e até eventos não relacionados à modalidade, comprometendo a segurança dos atletas e a durabilidade da estrutura.

PÁGINAS 4 E 5

Vanessa Castro lança consultoria de comunicação

Com trajetória marcada por projetos culturais e atuação ao lado de artistas renomados, a jornalista e empresária de Águas Claras apresenta uma consultoria voltada para empresas que buscam estratégias modernas de comunicação.

PÁGINA 10



Filosofia prática em Águas Claras

Com mais de uma década de atuação, a Nova Acrópole é referência em desenvolvimento humano e autoconhecimento. A sede local, sob direção de Odete Amaral, oferece cursos acessíveis, oficinas culturais e ações comunitárias. Alunos relatam experiências de superação e transformação pessoal com base nos pilares da filosofia, cultura e voluntariado.

PÁGINA 7

GDF NAS RUAS



Cuidando de perto para cuidar melhor.

Este GDF está cada vez mais perto de você. Com o programa GDF nas Ruas, o cuidado com nossas cidades chega na porta da sua casa. Essa ação foi criada para melhorar a infraestrutura, o lazer e a qualidade de vida em todas as regiões do DF.

**GDF NAS
RUAS** 



Águas Claras estabelece regras para uso de quadras esportivas

Normas definem horários, restringem atividades e exigem autorização prévia para eventos, visando reduzir o barulho e garantir o uso responsável dos espaços públicos.

Após diversas queixas de moradores sobre barulho durante as noites e madrugadas, a Administração Regional de Águas Claras definiu regras para o uso das quadras esportivas públicas da cidade. As normas foram publicadas no Diário Oficial do Distrito Federal (DODF) nesta segunda-feira (9 de junho) e já estão em vigor.

De acordo com a nova regulamentação, as quadras poliesportivas, campos de futebol de grama sintética e areia, pistas e bowls de skate, espaços de patinação e quadras de tênis funcionarão diariamente das 7h às 22h. A exceção será para eventos especiais, desde que autorizados previamente pela administração.

Román Cuattrin, presidente da Associação dos Moradores e Amigos de Águas Claras (Amaac), destacou que a medida atende a uma demanda antiga da comunidade. “É uma iniciativa muito bem-vinda para garantir uma convivência harmoniosa entre usuários e os moradores vizinhos aos espaços”, afirmou.

Durante o horário regula-



mentado, o uso dos equipamentos esportivos será livre, sem necessidade de reserva. No entanto, entidades com estatuto formalizado poderão agendar horários com antecedência, com base em um calendário bimestral organizado pela Coordenação de Desenvolvimento (Codes) da administração regional. Em casos de conflito, terá prioridade quem solicitar primeiro, e os demais receberão propostas alternativas de horário.

EVENTOS COM MAIS DE 200 PESSOAS

Para eventos com público superior a 200 pessoas, será necessário abrir processo específico na administração, com apresentação de documentos, pagamento de taxa para uso da área pública e, quando exigido, aviso prévio aos moradores da região. Os organizadores também deverão devolver o espaço limpo e em bom estado, com prazo de até três dias

úteis para reparar eventuais danos. Caso contrário, medidas judiciais poderão ser adotadas.

PROIBIÇÕES E CUIDADOS COM O ESPAÇO

As novas regras também proíbem a entrada de animais nas quadras, o armazenamento de objetos pessoais nos espaços públicos e o uso de caixas de som fora dos limites da Lei do Silêncio.

Fica ainda vedada a utilização de itens que possam danificar o piso ou comprometer a segurança, como skates, patins, bicicletas e brinquedos semelhantes, fora das áreas designadas para essas práticas.

A regulamentação busca equilibrar o uso dos espaços públicos com o bem-estar dos moradores, promovendo ordem e responsabilidade na ocupação dos equipamentos urbanos da cidade.

FOLHA DE AGUAS CLARAS



ISSN 2357-8823

Editor: Rafael Souza (DRT 10260/13)
Endereço: SM IAPI ch. 27 lotes 8 e 9
71070-300 · Guará · DF



61 8249 5101

CIRCULAÇÃO

A edição impressa semanal da Folha de Águas Claras é distribuída aos sábados gratuitamente no comércio da cidade, em padarias, prédios comerciais, agências bancárias e grandes condomínios residenciais. Editada por jornalistas profissionais comprometidos com o desenvolvimento da cidade, a Folha de Águas Claras acredita no protagonismo do jornalismo comunitário.



folhadeaguasclaras.com.br



@folhadeaguasclaras



contato@folhadeaguasclaras.com.br

PATINÓDROMO DE ÁGUAS CLARAS

Pista de patinação de velocidade ocupada por todos

Com apenas 18 meses, a única pista de patinação de velocidade do Brasil, no Parque Sul, já está se deteriorando e sendo usada indevidamente



POR ALINE DINIZ

Inaugurada há apenas um ano e meio, a pista de patinação de velocidade de Águas Claras, o único espaço dedicado à modalidade em todo o Brasil, já passa por um cenário de dificuldade com a deterioração do espaço devido ao uso inadequado. O que deveria ser um local de fomento ao esporte e desenvolvimento de atletas se transformou em um espaço de lazer generalizado, comprometendo a segurança dos patinadores e a longevidade da estrutura.

O patinódromo, concebido com duas áreas distintas – uma interna para iniciantes da modalidade e para recreação e

uma externa para a prática de velocidade –, sofre com a falta de manutenção e o desrespeito de parte da comunidade. Crianças em bicicletas e patinetes, adultos fazendo coo-per, passeadores de pets e até mesmo patinetes e triciclos – práticas totalmente alheias ao propósito da pista – são cenas comuns no local.

Cindya, diretora de patinação de velocidade na Confederação Brasileira de Skate (CSB), manifestou sua preocupação com a situação. "Fiquei sabendo que estão fazendo uso inadequado com um evento de skate dentro da única pista de patinação de velocidade no Brasil. Dia a dia, os patinadores procuram

orientar a comunidade que o uso da pista é exclusivo para patins, para segurança do patinador que atinge altas velocidades. O uso inadequado deteriora a pista, que já se encontra em desgaste pela errada utilização."

A placa de sinalização que indicava o uso exclusivo para patinação, e que antes auxiliava na organização do espaço, foi removida, agravando o problema da desinformação e do desrespeito.

O OLHAR DE QUEM VIVE O ESPORTE

Cleber Dalapicolla, professor de patinação, enfatiza a importância da especificidade

do espaço: "A pista foi projetada na parte oval para a prática da patinação de velocidade e no quadrado interno para o patinador iniciante, permitindo realizar a patinação com segurança, independente do nível dele, pois a patinação exige bastante espaço livre e velocidade. Quando há pessoas andando de bicicleta, correndo ou caminhando ali, o risco de acidentes aumenta bastante."

O professor alerta ainda para o impacto do uso inadequado na durabilidade da pista: "Certas utilizações como skate, corrida, bicicleta e patinete aceleram o desgaste da pista. Vale lembrar que, apesar de ser um espaço público,

ele tem uma finalidade específica: a prática da patinação, ao igual que outras modalidades esportivas que são mais conhecidas, porém elas têm seu espaço específico e as pessoas respeitam sua correspondente utilização."

CONSEQUÊNCIAS

A falta de um espaço adequado e seguro desmotiva os praticantes e dificulta o ingresso de novos interessados no esporte. "Se nada mudar, manter a patinação viva na cidade se tornará cada vez mais difícil", lamenta Cleber. "A ausência de um espaço adequado e seguro desmotiva os praticantes e, ao mesmo

tempo, dificulta o ingresso de novos interessados no esporte. Sem incentivo e infraestrutura, o desenvolvimento da modalidade fica comprometido.”

Ambos os entrevistados apontam a necessidade de sinalização mais consistente

que resista a possíveis investidas de depredação – uma placa fixa no chão, que dificulte a remoção – e campanhas de conscientização. “Hoje, a maioria das pessoas entende quando explicamos, mas infelizmente uma minoria insiste

em usar o espaço de forma indevida. Com as placas, essa informação ganha mais força e respaldo”, afirma Cleber.

A pista de patinação de Águas Claras é um investimento público fundamental para a comunidade de patinadores de Brasília. Sua preservação e uso adequado são cruciais para o desenvolvimento do esporte, a segurança dos atletas e o aproveitamento de um recurso valioso. A comunidade esportiva clama por atenção das autoridades e a colaboração da população para que o patinódromo cumpra sua verdadeira função.

CONSCIENTIZAÇÃO

A boa notícia é que a Administração Regional de Águas Claras está ciente da situação e já demonstra proatividade. Em uma reunião recente com Cindya Katherine, diretora da Patinação de Velocidade da Confederação

Skate Brasil, foram discutidas ações para um melhor aproveitamento e zeladoria da pista. A administração se comprometeu a intermediar, junto aos demais órgãos do governo, iniciativas para garantir a manutenção e o uso adequado do Patinódromo.

É importante lembrar que o Parque Sul, onde a pista está localizada, é um espaço generoso de 30,2 mil metros quadrados, que oferece diversas outras opções de lazer para a comunidade, como quadras de areia, ciclovia e até 17 parcs para o divertimento dos pets em Águas Claras. Isso reforça a ideia de que cada espaço no parque foi pensado para uma finalidade específica.

A administração faz um apelo à colaboração de todos: “É necessário que a população colabore, respeitando os espaços e os atletas (patinadores), que utilizam a pista para treinos diários, para

competições nacionais e internacionais.” O parque já sediou importantes campeonatos, e a agenda segue com eventos previstos, como o do dia 22 de junho.

Para quem deseja contribuir com a preservação de espaços públicos, a administração destaca o programa “Adote Uma Praça”, uma iniciativa do Governo do Distrito Federal que permite a empresários, empresas e moradores cuidarem de áreas verdes da cidade.

Com o compromisso da Administração de Águas Claras em buscar soluções e a colaboração da comunidade em respeitar o uso exclusivo do Patinódromo, a expectativa é que este importante equipamento esportivo possa ser revitalizado e continue a ser um espaço seguro e de excelência para a patinação de velocidade no Brasil. O futuro da modalidade na capital depende da união de todos.



Cleber Dalapicolla, professor de patinação desde 2014 e ex-atleta, compartilha a angústia dos patinadores. “Hoje, vemos algumas partes com o piso irregular, tinta descascada, muita areia, sujeira acumulada, rachaduras e pontos danificados que acabam comprometendo a segurança. Uma manutenção mais frequente ajudaria bastante a preservar esse espaço tão valioso.”

VAI ALUGAR UM IMÓVEL? Diga Adeus ao FIADOR!

ACESSE NOSSO SITE



Na CONVICTA tem ALUGUEL FÁCIL

sem burocracia:

- ✓ Seguro Fiança
- ✓ Título de Capitalização



61-99122-3703



CONVICTA
I M Ó V E I S



Nova Acrópole transforma Águas Claras com cultura e filosofia

Com cursos e atividades para todas as idades, instituição desperta a consciência e promove o desenvolvimento humano há mais de uma década; tudo de forma voluntária

POR FRANCISCO NETO

Com mais de uma década de atuação em Águas Claras, a Nova Acrópole tem sido um ponto de referência para quem busca autoconhecimento, desenvolvimento humano e uma vida mais significativa. A instituição, que funciona com base no voluntariado, oferece cursos e atividades culturais para todas as idades, promovendo uma verdadeira transformação pessoal e comunitária.

Desde o início do ano, a sede local é dirigida por Odete Amaral da Silva, que está ligada à escola há 11 anos. A história dela com a filosofia começou como a de muitos alunos: por curio-

sidade e um desejo antigo de reflexão mais profunda. “Sempre quis estudar filosofia, mas não tive essa oportunidade no colégio ou na faculdade. Quando conheci a Nova Acrópole, vi que era o lugar certo. Me inscrevi e nunca mais parei”, conta.

Para Odete, a filosofia vai além da teoria. “Ela nos ajuda a olhar a vida com mais consciência. Às vezes estamos tão focados em parecer, quando o verdadeiro valor está em ser. Em desenvolver virtudes e valores”, afirma.

TRÊS PILARES FUNDAMENTAIS

A Nova Acrópole baseia sua atuação em três pilares: filosofia, cultura e voluntariado. O curso principal,



Filosofia para Viver, tem duração de seis meses e é realizado uma vez por semana, à noite. Além disso, a sede abriga o Centro Cultural Apolo, com oficinas que vão desde música e idiomas até tapeçaria, pilates e ges-

tão do tempo.

“O nosso foco é tornar a filosofia algo prático e aplicável. Ela precisa contribuir para o florescimento do ser humano e de uma sociedade mais consciente e justa”, resume Odete.

O voluntariado é a força que move a escola, e todos os envolvidos atuam de forma espontânea. “Ser voluntário aqui é uma via de mão dupla: você ajuda e é ajudado. Aplicamos na prática aquilo que aprendemos em sala de



À frente da Nova Acrópole Águas Claras, Odete Amaral da Silva inspira alunos com sua história e dedicação ao voluntariado e ao desenvolvimento humano.



aula. É um processo de crescimento humano”, destaca a diretora.

ADESÃO E EXPANSÃO

Atualmente, cerca de 40% dos alunos que iniciam o curso seguem até o final. A intenção é aumentar essa adesão por meio da melhoria contínua das aulas, da estrutura e da forma de transmitir os conteúdos. Os cursos são acessíveis a todos

os públicos, com turmas para jovens de 14 a 22 anos e adultos de qualquer idade. A Nova Acrópole está presente em diversas regiões do DF e Entorno, com aproximadamente 14 unidades.

Toda a operação é sustentada pela contribuição mensal dos alunos, entre R\$ 100 e R\$ 200, dependendo da sede. A escola não recebe apoio governamental, e o prédio é alugado. “Tudo

é mantido com muito esforço e comprometimento dos alunos e voluntários”, ressalta Odete.

HISTÓRIAS QUE INSPIRAM

Entre os alunos, histórias de superação não faltam. Um dos exemplos é Carlos Celso Gama, que frequenta a escola há 17 anos. Mesmo com deficiência física, participa ativamente de todas as atividades. “Entrei na Nova Acrópole porque sentia um vazio existencial. Aqui descobri que a verdadeira questão é aprender a lidar com o que a vida oferece. Ganhei consciência do meu papel no mundo e da importância das minhas escolhas”, relata.

Carlos conheceu a escola graças a um panfleto entregue por um colega. “Ele disse: ‘isso é a sua cara’. E acertou. Aprendi aqui que a transformação é contínua. Somos obras de arte em

construção”, diz.

Ele também valoriza o cuidado da instituição com a acessibilidade. “A escolha do espaço levou isso em consideração. Se não tivesse acessibilidade, a gente daria um jeito. A Nova Acrópole pensa no todo, no interior e no exterior”, afirma.

Além das aulas filosóficas, Carlos participa de oficinas práticas como oratória, gestão do tempo e resolução de conflitos. “Aqui, a filosofia se transforma em ação”, resume.

EVENTOS E FORMAÇÃO CIDADÃ

A Nova Acrópole também realiza eventos que aproximam a filosofia do cotidiano. Em maio, promoveu a Semana da Mãe Terra com ações ambientais no Parque de Águas Claras. Em junho, acontece a Semana da Arte, e em novembro, a tradicio-

nal Semana de Filosofia. Palestras gratuitas e workshops sobre comunicação, autocohecimento e ética também fazem parte da programação constante.

A formação de jovens é outro pilar importante da atuação da escola. Os cursos para adolescentes abordam valores éticos e convivência harmoniosa. “Queremos formar jovens preparados para construir um futuro com sabedoria e virtude”, explica Odete. Aos interessados, a escola oferece a possibilidade de fazer uma aula experimental. “Muitas vezes, só ao entrar aqui é que a pessoa percebe a diferença. Há uma energia que só se sente estando presente”, convida Odete.

Carlos reforça: “A Nova Acrópole me mostrou que a transformação é possível. Aqui, nos tornamos obras de arte vivas.”

ALUGUEL GARANTIDO
você tranquilo.

DESDE 1978

RODRIGO MUNIZ

RESIDENCIAL



Aponte a câmera do seu celular para o **QR Code ao lado** e conheça mais sobre o novo empreendimento.

**PRONTO
PARA
MORAR**

1 e 2 QUARTOS

Com e sem suíte e
vaga de garagem

QS 03 - Rua 430, Lote 03 | Águas Claras

Central de Vendas



3963-2370

quadraimob
soluções imobiliárias
C124900

IMÓVEIS E CONSTRUÇÕES
4muniz





POR VANESSA CASTRO

HOLOFOTE

@V1COMUNICACAO

Verônica Lima

Liderança feminina e inovação no emagrecimento à frente da Emagrecentro em Águas Claras

Verônica Lima é a primeira franqueada da Emagrecentro em Brasília e uma das principais referências em saúde, emagrecimento e bem-estar no Distrito Federal. À frente da unidade Águas Claras há quase seis anos, ela lidera uma equipe multidisciplinar comprometida com a transformação de vidas por meio de um método exclusivo, científico e com garantia de resultados.

A clínica, que já impactou mais de 6 mil pessoas, integra a rede Emagrecentro, que conta com mais de 400 unidades no Brasil e no exterior. O grande diferencial da unidade é entregar perda de peso e melhora na saúde em um curto período, com foco na mudança real e sustentável de hábitos. O método das “4 fases”, consolidado há mais de 40 anos, guia o processo de emagrecimento com acompanhamento semanal, alimentação estruturada e o que há de mais moderno em tratamentos estéticos.

Além disso, a unidade Águas Claras é uma das pioneiras na oferta do novo protocolo conhecido como “emagrecimento dos famosos”, que utiliza canetas emagrecedoras com substâncias que auxiliam no controle da fome, da ansiedade e proporcionam maior saciedade, sem necessidade de cirurgia. Com tecnologia avançada, acompanhamento semanal e foco na reeducação alimentar, o tratamento tem sido apontado como uma verdadeira revolução no emagrecimento saudável.

Verônica Lima possui uma trajetó-

ria inspiradora. Desde a infância envolvida com o esporte, ela representou Brasília em competições de voleibol, conquistou bolsas de atleta e se formou pela Universidade Católica de Brasília. Atuou como personal trainer, proprietária de academia e, depois de uma transição para a Biomedicina, decidiu empreender para ampliar seu impacto no cuidado com as pessoas. Hoje, comanda uma equipe de 12 profissionais, oferecendo saúde, autoestima e qualidade de vida a mulheres, homens e idosos.

“Empreender é desafiador, mas o mais importante é persistir, confiar no processo e celebrar cada conquista. Superar a marca dos seis dígitos no faturamento é gratificante, mas o que realmente me motiva é ver cada paciente conquistar seus objetivos com saúde e equilíbrio”, afirma Verônica.

Determinada, disciplinada e apaixonada pelo que faz, ela reforça a importância do treinamento contínuo e da melhoria constante. “Nosso foco é mostrar para as pessoas que é possível emagrecer com método, foco e constância. É isso que transforma vidas”, completa.

A Emagrecentro Águas Claras é mais do que uma clínica: é um espaço de transformação guiado pela força do empreendedorismo feminino e por uma visão moderna e acolhedora de saúde e bem-estar.

Instagram:

@emagrecentroaguasclaras e @veryllima



Vanessa Castro celebra 19 anos de carreira e lança consultoria para empresas

Consultora transforma a comunicação corporativa em Brasília por meio da V1 Comunicação

Jornalista com especializações em Educação e Marketing, relações-públicas, produtora cultural, empresária e estudante de Psicologia, a brasiliense Vanessa Castro comemora, em 2025, 19 anos de trajetória profissional à frente da agência de comunicação e relações públicas V1 Comunicação.

Com produções culturais independentes e também com fomento do FAC (Fundo de

Apoio à Cultura) do Distrito Federal, produziu, em 2018, o primeiro Festival de Stand Up na antiga Funarte, com os humoristas TJ Fernandes e Rodrigo Capela; realizou shows no Clube do Choro de Brasília com artistas locais e as cantoras de MPB Thathi e Monique Kessous. Também produziu a peça “ELA”, com duas temporadas em escolas públicas da capital federal, além de oficinas

formativas de gestão e capacitação para agentes culturais.

Como assessora de comunicação, atendeu nomes como os humoristas Nany People, Diogo Portugal, Paulinho Serra, Rodrigo Cáceres, o eterno Sr. Barriga do seriado “Chaves”, o DJ francês David Guetta, a cantora Glauca Nasser, entre outros artistas e personalidades.

Em 2021, atuou na divulgação nacional do Festival de



Cinema de Brasília, como jornalista e assessora de imprensa, com mais de 400 matérias publicadas na mídia nacional durante o evento.

Durante a pandemia, atendeu a Winner, terceira maior empresa de paramentação médica hospitalar do Brasil, ampliando em oito vezes a presença digital da marca. Foram mais de 100 matérias publicadas em veículos locais e nacionais, além do engajamento de cerca de 400 influenciadores, artistas, empresários e profissionais da saúde na divulgação das máscaras cirúrgicas descartáveis produzidas pela empresa.

Entre 2022 e 2024, morou em São Paulo, onde foi convidada a gerenciar o núcleo de comunicação e influência de uma das maiores agências de comunicação e influenciadores digitais do Brasil. No entanto, percebeu que empreender com autonomia se encaixa melhor em seu perfil comportamental.

Atualmente, por meio da V1 Comunicação, oferece assessoria de comunicação e relações públicas, atendendo diver-

sos projetos culturais do GDF. Também atua na construção de manuais de marca e lança agora uma consultoria de comunicação com duração de seis meses.

“Passei metade da minha vida envolvida com projetos diversos de comunicação, atendendo artistas nacionais e internacionais, empresas, restaurantes, especialistas e médicos. São Paulo transformou meu olhar sobre excelência profissional. Sempre fui exigente e comprometida, e lá estão os melhores profissionais da América Latina. Ao observar o mercado de Brasília, decidi unir meu networking e estratégias de comunicação e ativação de marca com imprensa, veículos de mídia e influenciadores digitais. Com um treinamento personalizado de atendimento para a equipe dos clientes, desenvolvi essa consultoria de seis meses para empresas diversas, pois identifiquei uma lacuna importante no mercado da capital federal”, explica.

Para acompanhar mais, siga no Instagram: @v1comunicacao

PANFLETAR

MARKETING & DIVULGAÇÃO

28 anos

ESTA É A NOSSA MISSÃO

MAIS QUALIDADE

O seu investimento visto do outro lado do horizonte

MÃO DE OBRA QUALIFICADA

PROFISSIONAIS UNIFORMIZADOS

TREINADOS E SUPERVISIONADOS

PANFLETAGEM

FAIXA HUMANA

BANDEIRAGEM

FIXAÇÃO DE CARTAZES

ENTREGA DE MALA DIRETA E CONVITES

MOCHILA BANNERS

PROMOTORES NÍVEL A PARA

EVENTOS - RECEPÇÃO

BLITZ - CAPTAÇÃO - PESQUISA

DEGUSTAÇÃO - CERIMONIAL

61 998084433

61 982424271

Oferecemos todo o suporte e assessoria para o sucesso garantido



@PANFLETAR



POR FLÁVIO RESENDE

INFORMAÇÃO ÀS CLARAS

SHOPPINGS

Dia dos Namorados no DF Plaza

Para tornar o Dia dos Namorados ainda mais especial, o DF Plaza Shopping está com uma promoção por meio do seu aplicativo oficial, unindo tecnologia e experiência gastronômica. De 29 de abril a 12 de junho de 2025, os clientes que baixarem o app e participarem da campanha poderão concorrer a 100 vouchers do restaurante Coco Bambu, no valor de R\$ 300 cada, uma oportunidade perfeita para presentear e viver momentos a dois. A mecânica é simples: a cada R\$ 300 em compras nas lojas participantes, o cliente ganha um cupom da sorte. As compras realizadas aos domingos valem cupons em dobro, aumentando as chances de ganhar. Para participar, basta baixar o app DF Plaza Shopping, disponível gratuitamente para Android e iOS, clicar no banner da promoção e cadastrar as notas fiscais das compras feitas no período da campanha. Os sorteios acontecem em dois sábados especiais: 7 de junho, com 15 vouchers sorteados; e 14 de junho, com mais 20 vencedores. Além de concorrer aos prêmios, os casais podem aproveitar a data em um ambiente acolhedor e repleto de opções de lazer, gastronomia e compras, com destaque para o próprio Coco Bambu, um dos restaurantes mais procurados do shopping. O regulamento completo e a lista de lojas participantes estão disponíveis no aplicativo e no site oficial do DF Plaza Shopping.

COMÉRCIO

Feira da Gestante reúne 50 expositores

Brasília recebe, até o dia 15 de junho, mais uma edição da Feira da Gestante, um dos maiores eventos do setor materno-infantil do país. A feira acontece no Pátio Brasil Shopping e reúne mais de 50 expositores de diversas regiões do Brasil, oferecendo roupas, acessórios e itens essenciais para bebês de até dois anos, com preços acessíveis e condições especiais. Voltada para gestantes e famílias com crianças de zero a dois anos, a feira já é referência nacional por reunir, em um único espaço, uma grande variedade de produtos para o enxoval, com opções para todos os bolsos — muitas vezes com valores mais vantajosos que os do varejo tradicional.



AGENDA

Impacta DF movimentação ecossistema de impacto do DF

Diante do crescimento dos negócios de impacto - iniciativas que unem propósito socioambiental e sustentabilidade financeira - o SebraeLab (Parque Tecnológico Biotic) será palco, no dia 13 de junho, a partir das 15h, da primeira edição do Impacta DF, evento promovido pela Coalizão pelo Impacto e pelo Sebrae DF. A proposta é fortalecer o ecossistema de impacto do Distrito Federal, conectando lideranças públicas, privadas e acadêmicas em torno de soluções que geram valor social, ambiental e econômico. O destaque da programação é o painel “Educação, Inovação e Impacto: conectando saberes para transformar o DF”, mediado por Dani Estevam, coordenadora local da Coalizão pelo Impacto. O debate vai explorar como o ensino, a pesquisa e a extensão podem atuar como vetores de transformação social. O Impacta DF pretende se consolidar como um espaço permanente de diálogo e conexão entre agentes de mudança, fomentando parcerias estratégicas e iniciativas que promovam o desenvolvimento sustentável da região. A programação, que é aberta ao público, também inclui uma dinâmica de conexão para facilitar o networking entre os participantes e um happy hour ao final. Inscrições: <https://www.lojasebraedf.com.br/carrinho>



TECNOLOGIA

App propõe reeducação corporal além dos treinos convencionais



A especialista em reabilitação postural, Paty Farago, acaba de lançar um aplicativo inédito, que leva sua metodologia exclusiva, antes restrita aos atendimentos presenciais, diretamente para o celular dos usuários. Disponível nas plataformas iOS e Android, o app oferece uma jornada individual de reeducação corporal, que vai além dos treinos convencionais. Com programas voltados para alívio de dores, melhora postural, emagrecimento e performance, ele também convida casais a se cuidarem juntos. “É

uma forma de demonstrar cuidado com o bem-estar do parceiro, construindo uma base de saúde e vitalidade para o relacionamento e transformando o autocuidado em 'noscuidado'”, afirma Paty Farago. A metodologia aplicada no app é a mesma utilizada com sucesso em seus atendimentos presenciais, uma abordagem que une biomecânica, fisiologia e neurociência, com foco em corrigir as causas das disfunções posturais, e não apenas os sintomas. Por meio do aplicativo, o usuário acessa treinos detalhados, com orientações seguras, além de suporte ao vivo duas vezes por semana, com sessões que permitem correções personalizadas em tempo real.

50 ANOS DE

CONFIANÇA



3º Ofício R07 145070



2 E 3 QUARTOS EM ÁGUAS CLARAS

<p>Oceania Residence Rua Copaíba</p> <p>EM CONSTRUÇÃO 69% concluída</p>	<p>2 E 3 Quartos</p> <p>62 a 84 m² Até 2 vagas de garagem</p>	<p>Entrega em:</p> <p>Maio/25 (blocos C e D) Agosto/25 (blocos A e B)</p>
LAZER COMPLETO		

3326.2222
www.paulooctavio.com.br



CORRETORES DE PLANTÃO NO LOCAL
ÁGUAS CLARAS
Rua 33 Sul Lote 7

VISITE NOSSAS CENTRAIS DE VENDAS

208/209 NORTE Eixinho, ao lado do McDonald's	NOROESTE CLNW 2/3	GUARÁ II QI 23 Lote 5	SMAS Trecho 3, Lote 7
--------------------------------------------------------	-----------------------------	---------------------------------	---------------------------------

1975 | 2025