



VALORIZANDO A VIDA

Vamos falar sobre suicídio?



pág. 4 e 5



CAINDO DE BOCA

GASTRONOMIA

pág. 7



pág. 6



EM DESTAQUE

pág. 3

Diana Assis e seu empreendedorismo do grupo Ricas

ÁGUAS CLARAS



por Camila Pimentel



Coleta seletiva

Águas Claras é exemplo de cidade que para a coleta seletiva. Vocês não sabem como é importante separar o lixo orgânico do reciclável, pois faz bem ao meio ambiente e com isso, contaminamos menos o solo, pois diminui a quantidade do lixo no aterro sanitário da nossa cidade.

Incêndio

Que susto, hein? Um apartamento de um prédio na 37 Sul pegou fogo. Gente, muito cuidado ao sair de casa. Olhem todos os aparelhos eletrônicos, vejam se tem algum aparelho na tomada e desligue. Façam uma vistoria antes de saírem de casa, para não ocorrer incêndios.



1. O Salão Dany's realizou uma bela comemoração para receber suas clientes vips no Dia das Mães. A Danielly Cristian, Regina Lima, Yara Teixeira e Poliana Dias estão prontas para atender e deixar você arrasando em qualquer ocasião.

Arraso

Genteeee... A coleção de inverno da Raquel Fashion está um arrasoooo... Que loucuraaa... Tem cada cropped e saia bordô que deixam as mulheres loucas querendo tudooo...

Moda

O frio chegou e com ele as roupas de couro ecológico... São vestidos, saias e croppeds lindos. Toda mulher fica um charme com roupa de couro ecológico, não é?

Segurança

Nossa cidade precisa de mais segurança. Bandidos estão vindo roubar carros aqui, e por isso, é preciso um maior número de viaturas da Polícia Militar nas ruas da nossa cidade.

Beleza

Ahhhh meninas eu sei que são antenadas e já sabem que o batom matte é o que há nessa estação. A quem disse berenice? Tem cada batom lliiindooooo com cores maravilhosas.



2. A digital influencer, Valéria Lessa e Denice Rute, proprietária do primeiro FoodTruck legalizado em Água Claras, sendo homenageadas durante as comemorações do aniversário de Águas Claras.



3. Deputada distrital Telma Rufino, o PM (Capitão Wagner Bruno) e a administradora de Águas Claras, Jerusa Ribeiro, durante os festejos do aniversário de Águas Claras.



O arroz de rabada do Maletta

A make da Sol Del Vecchio

O camarão do Manatti

EXPEDIENTE

Editora: Patrícia Rebelo (DRT 11613/DF)
 Editoração: Patrícia Porto
 Assessoria Jurídica: Cunha Lima Advogado
 61-98271-3241
 Tiragem: 5.000 exemplares
 Contato Comercial: (61) 99972-6480

Águas Claras Mídia
 Sua Cidade em um CLICK



www.facebook.com/aguasclarasmidia
 www.instagram.com/aguasclarasmidia
 www.twitter.com/aguasclaramidia
 www.youtube.com/aguasclarasmidia
 contato@aguasclarasmidia.com.br
 (61) 99972-6480

www.aguasclarasmidia.com.br





Rica de atitude, determinação e respeito ao próximo

Por Stéffany Santos

Diana Assis não só criou um grupo de rede social, criou um estilo de vida para incentivar os membros do grupo Ricar a sair da inércia.

Foi numa tarde de abril que conheci Diana Assis, empresária e idealizadora do grupo de mulheres no Facebook, RICAR. Mas sua fama já era anterior a nosso primeiro contato. Como tive oportunidade de trabalhar por certo tempo no mercado de vendas me deparei com muitas mulheres empreendedoras que se inspiravam nas dicas e depoimentos da administradora do grupo Ricar, “Ela fala muito bem sobre empreender”, “Ela é motivadora para mulheres que querem ter seus próprios negócios” me falaram. Fiquei curiosa em conhecer essa pessoa tão elogiada, e veja qual não foi minha surpresa ao me deparar com a oportunidade de poder não só conhece-la nas redes sociais, mas sim pessoalmente, em um bate-papo super descontraído e muito rico.

Diana Moreira de Assis é uma menina de apenas 26 anos, mas sua pouca idade esconde mais experiências do que se pode imaginar. É muito estudiosa. Tudo que conquistou até hoje foi com empenho e buscando conhecimento por conta própria, lendo muito. Seu foco é ser alguém melhor sempre. Muito espiritualizada, dá graças a Deus por suas vitórias, mas é uma pessoa muito aberta, até pelo trabalho que faz como influenciadora digital, que tem que lidar com pessoas de várias realidades.

Caminho percorrido até chegar ao Ricar: Diana é paraense e escolheu o DF para fixar raízes há 5 anos, em busca de melhores oportunidades de trabalho. É casada com Mayckon, 24 anos, seu sócio na loja Lion King de nutrição esportiva em Águas Claras.

Devido às adversidades da vida, Diana acabou morando a maior parte de sua infância e adolescência com a avó paterna, Dona Severina, de quem nutre muito orgulho e admiração. “Sempre fui muito desenhada, corria atrás das minhas coisas. Na minha cidade eu trabalhava muito e, não era arrogância, mas eu não achava que o que recebia lá era justo, então resolvi vir pra Brasília, porque como aqui é capital tinha a ideia de que aqui tinha muitos empregos, coisas diferentes pra fazer.”

Quando chegou a Brasília, com uma mala e duzentos reais, Diana ficou um tempo morando na casa da uma tia, mas foi logo buscar trabalho. Conseguiu uma oportunidade com um conhecido que trabalhava em um restaurante e num prazo de quatro dias atingiu o recorde de ser contratada, demitida e recontratada novamente. “Fui contratada como garçonete, mas não tinha nenhuma experiência com bandeja, então me demitiram e me recontrataram como Recepcionista, o que foi muito bom, pois eu podia ficar mais bem arrumada, interagir com os clientes.

Logo após esse emprego tiveram outros, é Diana sempre se saía muito bem no quesito lidar com o público. Quando ela foi trabalhar em uma concessionária sua vida melhorou mas houve um corte de funcionários e ela foi demitida.

“Porém há males que vem para o bem, pois foi quando fui demitida que o empreender entrou na minha vida.” Disse ela.

Vendo o dinheiro de sua rescisão acabar, viu oportunidade em uma reportagem na TV em que o rapaz vendendo brigadeiros conseguiu juntar 8 mil reais para fazer intercâmbio. E assim ela fez, começou a fazer brigadeiros e sair vendendo por aí, inclusive na concessionária em que trabalhava, mas diferente da maioria das

pessoas que se incomodam com os olhares de pena ou crítica dos outros, ela se aproveitou desses olhares para vender mais, afinal “se está com dó, me ajuda aí”, pensava ela.

Com a venda de brigadeiros além de se manter, Diana conseguiu também fazer um pé de meia legal e chegou um ponto em que não queria mais vender os brigadeiros. Nesse meio tempo conheceu o esposo Mayckon, e criaram a loja de suplementos Lion King nutrição esportiva. O início da loja foi difícil, pois investiram tudo o que tinham e não havia clientela suficiente para reaver o investimento. Foi quando a internet começou a fazer parte da vida de Diana. Começou a fazer vídeos para divulgar sua loja e dar dicas para melhores resultados dos produtos, fez vídeos engraçados sobre relacionamento em outro grupo, tudo com foco na divulgação da loja, que deram muito certo e foi quando sentiu que era isso que queria fazer para a vida.

Então RICAR: “Primeiro pensei em vincular um projeto de emagrecimento à um grupo já existente, o que não deu muito certo e comecei a estudar a criação de um grupo meu. Fiz um ‘estudo de mercado’ para definir o foco do grupo: empreendedorismo feminino. Pois existia essa demanda nos grupos de Brasília, para ajudar as vendedoras na alta divulgação. Daí, olhando nesse sentido surgiu o nome RICAR.”

O conteúdo do grupo é todo pensado pela própria Diana, tem a ajuda das moderadoras para colocar em prática, até para que as regras do grupo sejam seguidas a risca. Não são aceitas ofensas de nenhuma espécie. As participantes do grupo se sentem protegidas e amparadas. Nas palavras da própria Diana “O grupo RICAR foi estrategicamente pensado.

O grupo foi criado a menos de um ano e a última coisa que o RICAR é, é monetário, pois a criadora tem muito claro que na vida pode-se ser rica de muitas coisas. Por isso o grupo é motivacional, voltado para mulheres empreendedoras, mas existem meninas de todas as classes sociais e que talvez não tenham dinheiro, mas se doam em incentivo, em amor.

O próximo objetivo de Diana é subir um patamar com o grupo RICAR com a criação de uma ONG sem fins lucrativos que vai ajudar mulheres a saírem da inércia. O objetivo é oferecer sessões de coaching pessoal para que elas entendam a própria vida e possam virar a chave de suas vidas.” Eu acredito que se uma levantar a outra nós vamos colonizar a lua e todos os planetas do sistema solar, uma mulher puxando a outra pra cima sempre.” disse Diana.

O Grupo deu a Diana a oportunidade de se tornar uma influenciadora Digital, mas o que a mantém é a sua loja.

“Você influencia de acordo com seu estilo de vida, com suas ações. As pessoas acham que um influenciador digital tem saber mexer com roupa, maquiagem, mas não é. Eu me considero uma influenciadora de comportamento, de estilo de vida. Quero mostrar uma pessoa leve feliz, batalhadora, que tem vários problemas assim como a maioria delas. Porque hoje os maiores casos de depressão é causado pelas redes sociais, pois elas vêm vidas perfeitas que não existem. Quero meu sucesso pessoal, mais do que o financeiro e é o que acho que elas também devem buscar, felicidade. Dinheiro é uma consequência.” Assim Diana Assis resumiu seu grupo e a si mesma leve, divertida, obstinada e acessível. Realmente um exemplo para as mulheres.

UM PEDIDO DE SOCORRO

Entenda e saiba como prevenir os sintomas do suicídio

Por Vanessa Rodrigues



Carlos L. M, 52 anos, casado, dois filhos. Possuía uma vida estável de classe alta, era o porto seguro financeiro da família. Conhecido por seu alto grau de empreendedorismo e sucesso e da noite para o dia, faliu. Viu-se sem chão, sem saída, sem solução. Em seu pensamento, a única forma de acabar com a dor e vergonha era tirar a própria vida.

Aline N. F, 25 anos, sem mãe, veio do interior da Paraíba tentar a sorte na cidade grande. Por aqui conheceu seu grande amor e também sua grande decepção. Depois de cinco anos de relacionamento, ela descobriu que estava sendo traída há mais de três anos. O que lhe restava? Já não tinha família, amigos, sua companhia a havia deixado e diante de tanta dor e angústia, ela pensou em se matar.

João G. B, 15 anos, adolescente que sofre com a balança e por isso recebe apelidos pejorativos, termos desrespeitosos e rejeição por parte dos colegas da escola. Nunca é aceito nas rodinhas e no intervalo sempre vira motivo de piada. Sozinho, isolado e caracterizado, ele tenta acabar com essa rejeição de vez e decide pelo suicídio.

O que essas três histórias tem em comum? Elas apresentam as principais causas que levam uma pessoa a cometer suicídio. A dor que parece ser comum e fraca para alguns, para outros é forte e motivadora a tirar a própria vida.

De acordo com o site www.biosom.com.br, além de perdas sentimentais e financeiras, o uso de drogas e timidez se somam às principais causas de suicídio. O site ainda afirma que as mulheres tem maior probabilidade de cometer suicídio devido a maior incidência de depressão. “As mulheres tentam suicídio em média três vezes mais do que os homens, provavelmente por isso estar relacionado com a maior incidência de depressão entre elas, que cortam os pulsos ou tomam uma superdosagem de medicamentos, drogas ou veneno. Porém, às vezes, os homens têm mais êxito em se matar do que as mulheres, o que está relacionado com o método escolhido, sendo eles mais inclinados a utilizar armas de fogo, gases de combustão ou enforcamento”, comenta o site.

Entre os Jovens

Embora adultos se matem mais, o crescimento desse tipo de fatalidade entre os jovens tem crescido no Brasil.

De 2005 a 2016, últimos dados disponíveis no Ministério da Saúde, o suicídio na faixa etária de 10 a 14 aumentou 31%. Entre aqueles com 15 a 19 anos, subiu 26%.

Esse número é comprovado pelo aumento do número de atendimentos do CVV (Centro de Valorização da Vida) após a exibição da série “13 Reasons Why” pela Netflix em que a personagem principal se suicida e deixa 13 fitas para cada motivo de seu suicídio. De acordo com os telespectadores, 74% deles relataram que pessoas de sua faixa etária lidam com questões similares às apresentadas na série como solidão, bullying e depressão.

Um estudo da psiquiatra Alexandrina Meleiro afirma que o aumento do índice de suicídio entre os jovens se dá pela imersão em redes sociais como Facebook ou Instagram onde eles assistem a retratos de vidas fantásticas. Internautas tendem a selecionar posts que exibam suas melhores conquistas e construir cuidadosamente imagens coloridas de suas vidas. Por comparação, a vida de quem assiste a esse espetáculo parece pior, principalmente quando surgem problemas.

Dificuldades em lidar com ou ter a própria sexualidade aceita con-

tinuam a contribuir para comportamento suicida. De acordo com Alexandrina, é comum que pais se digam compreensivos quanto à sexualidade dos filhos, mas tenham problemas em lidar, na prática, com filhos não heterossexuais.

Maus tratos e abuso físico e sexual durante o desenvolvimento também podem estar associados ao suicídio. De acordo com a professora, pessoas suicidas tendem a se envolver em comportamentos autodestrutivos, como o uso de drogas sem moderação. ‘Assim como o álcool contribui para a violência contra o próximo, ele pode desencadear violência contra si mesmo.’

Ela também afirma que os jovens são em parte vítimas da própria criação. Pais excessivamente focados em suas próprias carreiras e vidas pessoais sentem-se culpados em relação aos filhos, e tendem a consolá-los com conquistas materiais. “Se quebrou o iPhone, o pai providencia outro.”

Esse excesso de proteção pode dificultar que o jovem desenvolva, por si próprio, formas de lidar com a frustração com problemas do amadurecimento, como uma desi-

lusão amorosa ou dificuldades para encontrar um emprego.

O Trabalho do CVV

O CVV – Centro de Valorização da Vida, fundado em São Paulo, em 1962, é uma associação civil sem fins lucrativos, filantrópica, reconhecida como de Utilidade Pública Federal, desde 1973. Presta serviço voluntário e gratuito de apoio emocional e prevenção do suicídio para todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo e anonimato.

A instituição é associada ao Befrienders Worldwide, que congrega entidades congêneres de todo o mundo, e participou da força tarefa que elaborou a Política Nacional de Prevenção do Suicídio, do Ministério da Saúde, com quem mantém, desde 2015, um termo de cooperação para a implantação de uma linha gratuita nacional de prevenção do suicídio.

A linha direta 188 começou a funcionar no Rio Grande do Sul e, em setembro de 2017, iniciou sua expansão para todo o Brasil, que será concluída em 30/06/2018, com a integração de todos os estados.

Os contatos com o CVV são feitos pelos telefones 188 (24 horas e sem custo de ligação) ou 141 (nos estados da Bahia, Maranhão, Pará e Paraná), pessoalmente (nos 89 postos de atendimento) ou pelo site www.cvv.org.br, por do chat e-mail. Nestes canais, são realizados mais de dois milhões de atendimentos anuais, por aproximadamente 2.400 voluntários,

localizados em 19 estados mais o Distrito Federal.

Além dos atendimentos, o CVV desenvolve, em todo o país, outras atividades relacionadas a apoio emocional, com ações abertas à comunidade que estimulam o autoconhecimento e melhor convivência em grupo e consigo mesmo. No Distrito Federal, funciona o CVV Comunidade, programa de apoio emocional que visa apoiar as pessoas com necessidade de ajuda emocional e em locais e situações de risco, ajudando-as a lidar com as realidades cotidianas e inesperadas em qualquer lugar da comunidade.

Em Águas Claras

Nossa cidade é a Região Administrativa em que o índice de suicídio tem crescido de maneira alarmante. Ela ocupa a segunda posição do DF em casos suicidas, fator que tem preocupado e assustado a população visto que, só em Brasília, 10 pessoas se matam por mês.

Diante desses dados, é preciso se atentar aos sintomas e aos passos de prevenção do suicídio. Além das unidades do CVV Comunidade nossa cidade conta com o apoio do Programa "Teen Mentors" que auxilia no desenvolvimento humano através de um processo inovador e profundo destinado a crianças, pré-adolescentes, adolescentes, jovens adultos e toda família para a construção do seu futuro.

Eles acreditam que as crianças e adolescentes querem e necessitam se tornar os gestores de suas próprias

CVV GASS BRASÍLIA – DF – ASA NORTE

Na última quinta-feira do mês

Das 18:45 às 20:45

Local: Igreja de São Miguel Arcanjo e Santo Expedito EQN 303/304 Asa Norte (atrás da Escola Parque)

CVV GASS TAGUATINGA

Na última Sexta Feira do mês

Das 19:30 às 21:30

Local: Casa do Caminho – QNJ – Área Especial 06 - Taguatinga Norte

Telefone: 141 / 3326-4111



SINTOMAS DO SUICÍDIO

- 1) Tristeza excessiva;
- 2) Falta de energia;
- 3) Fácil irritabilidade;
- 4) Mal-estar geral, mas principalmente aperto no tórax;
- 5) Alterações no apetite, que pode levar a aumento ou perda de peso;
- 6) Alterações do sono, como insônia ou muito sono;
- 7) Perda de interesse por atividades que eram interessantes.
- 8) Perda da libido
- 9) Baixa autoestima e sentimento de inutilidade
- 10) Pensamentos negativos e falta de perspectiva

Fonte: POSFG

PASSOS PARA PREVENÇÃO DE SUICÍDIO

- 1) Estar atento aos sintomas
- 2) Demonstrar amor e empatia
- 3) Entender o que está acontecendo e quais os sentimentos associados.
- 4) Perguntar para a pessoa se ela está se sentindo triste, deprimida e, até se está pensando em suicídio.
- 5) Procurar ajuda de um profissional qualificado, como um psicólogo ou psiquiatra. Uma boa opção é ligar para o CVV que realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, com total sigilo por telefone, e-mail, chat e voip 24 horas todos os dias.



PÂNICO NAS RUAS DE ÁGUAS CLARAS

Perseguição Policial com Tiroteio e Helicóptero

Por Patrícia Rebelo • Fotos Grupos de WhatsApp

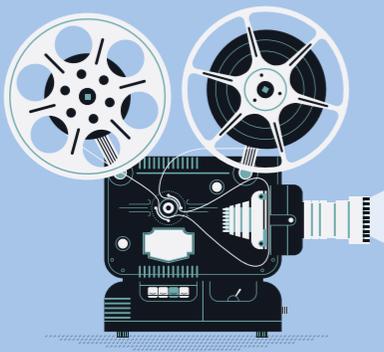
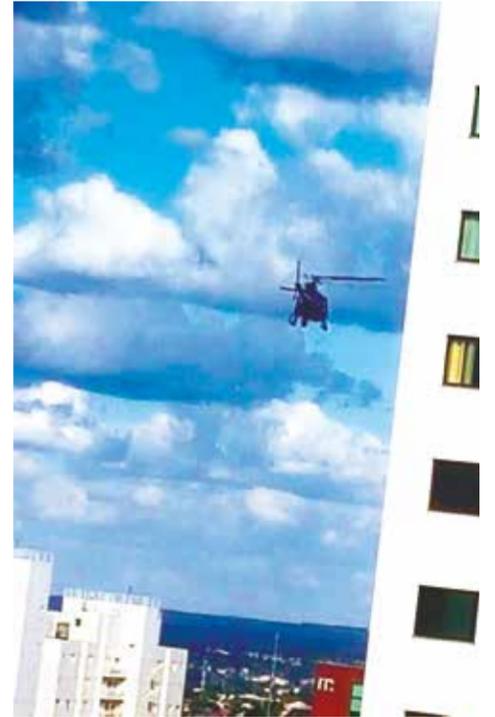


Por volta das 15hs da última segunda-feira (14/05), uma perseguição policial assustou os moradores de Águas Claras. Ao abordar um grupo de três suspeitos de praticarem roubos a veículos, a Polícia Militar foi surpreendida pela reação dos bandidos que, aos tiros, fugiram em uma Hilux.

Os bandidos subiram a Rua 13 Sul, entraram pela contramão no viaduto da Arniqueiras, mas foram cercados perto da estação do metrô quando tiveram um pneu estourado a tiros. Para que a Polícia Militar pudesse capturar os criminosos na Estação, foi necessário acionar um dispositivo de

emergência que desligou a energia e, por causa disso, o metrô parou de funcionar durante aproximadamente quatro minutos.

Os criminosos pularam do lado externo para os trilhos por meio da cerca. Depois, um deles tentou sair pelas catracas e encontrou os policiais no meio do caminho. Ao tentar voltar para dentro, os seguranças impediram. Alex Barbosa Viana, de 34 anos, que tem várias passagens por roubo de veículos e receptação foi preso. Os outros dois continuam foragidos. Além disso, dois veículos foram apreendidos - um Chevrolet Cruze e uma caminhonete Ford Ranger.



Cine Urbano

Águas Claras terá cinema nas praças

Por Patrícia Rebelo

Águas Claras receberá o Projeto Cine Urbano para ocupar as praças e espaços ociosos da cidade proporcionando aos moradores lazer de qualidade.

A proposta do projeto Cine Urbano, idealizado pelo grupo Águas Claras Mídia com a curadoria da crítica de cinema Stella de Domênico, é levar obras cinematográficas para o público em geral e inovar essa experiência coletiva realizando exposições ao ar livre.

A primeira apresentação do projeto acontecerá na noite do próximo sábado, dia 19/05 na Praça Gavião (lado norte da Estação Concessionárias) com a exibição do filme "Curtindo a Vida Adoidado". A abertura da sessão contará com a apresentação do Saxofonista Ademir Jr.

O evento começará às 14h00 com uma praça de alimentação de FoodTrucks para todos os paladares,

cama elástica com monitor e brinquedos infláveis, pipoca e algodão doce para criançada ao longo do dia.

Às 18h00, o famoso saxofonista da varanda Ademir Junior toca para encanto de todos e às 19:00 começa a sessão de filme.

A Natura Cosméticos estará presente distribuindo amostras grátis.

A ação cultural será desenvolvida mensalmente explorando espaços públicos ociosos de Águas Claras que serão futuramente divulgados, com acesso livre à população oferecendo filmes de qualidade.

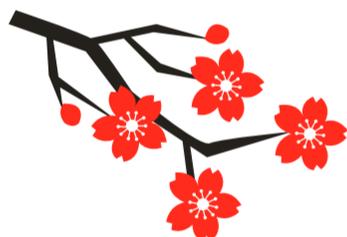




CAINDO DE BOCA

GASTRONOMIA

por Patrícia Rebelo



Nakza - O aconchego japonês

Esse foi sem dúvida, o mais fofo restaurante japonês que já fui na vida, e olha que não foram poucos. Ele é todo trabalhado nos detalhes, dos copos coloridos a uma parede com cartazes divertidos, tudo chama atenção pelo carinho e dedicação colocados ali.

O restaurante estava lotado em plena quinta-feira! A sorte é que tem um estacionamento grande na frente do restaurante, que fica bem atrás do Restaurante do Rubinho.

O gerente que nos atendeu, Fábio Alves, de 30 anos foi quem nos contou que o restaurante foi inaugurado há três anos e que o sucesso tem chegado constantemente. Devagarzinho, mas com fidelidade. Os clientes aqui voltam com muita frequência, principalmente os casais. Fica a dica galera: local para levar seu *crush*!

A música ambiente é muito alegre e divertida. Dá até pra cantar junto. E o melhor de tudo: TEM ESTACIONAMENTO. Gratuito e amplo! Nós sabemos o quanto isso se transformou em um *must* em Águas Claras, né? Hoje quando vamos sair pra qualquer lugar na cidade a primeira pergunta é: tem estacionamento?

Aqui no nakza também não entra nada congelado! Toda terça-feira, o salmão chega fresquinho da Silva. E, eu não sabia, isso faz toda diferença no sabor final da degustação.

De 5ª a domingo a casa enche a noite, para levar o *crush* pode ir à noite, mas é bom reservar com antecedência.

Agora, presta atenção. Você gosta de comida japonesa? Então galera, corre lá! O rodízio R\$79,90 e é pra comer até Jesus voltar a terra! Deus meu! Tem uns trelelês super diferentes e algumas coisas que nunca experimentei antes.

Você pode pedir a La Carte, mas obviamente pedimos o rodízio, assim pudemos experimentar cada prato maravilhoso desse restaurante que achei o mais romântico da cidade.

Para pedir o rodízio, você marca os itens que gosta em um formulário que tem tanta opção que tivemos que pedir ajuda aos universitários. Começamos com o Ceviche (cubinhos de peixe branco marinados no limão) e Sunomono, que é uma salada oriental com base de pepino. Delícia só para começar. Shimeji que é cogumelo shimeji passado na manteiga.



Aí veio um camarão com purê de batata doce, queijo e camarão - parece uma coxinha, mas muuuuuuito mais gostoso e eu nem gosto de batata doce. Essa é uma especialidade da casa, e é para passar mal de tão gostoso. Não tem em restaurante nenhum. Tinha lula e camarão crocante, enroladinho de queijo que amoooo, guiosa. Nussss. Não dá pra descrever.

E aí veio um terremoto de delícias, seguido de um vulcão de maravilhas japonesas. Vou falar apenas dos que me chamaram mais atenção. O Sashimi (fatias de peixe cru) maçaricado (literalmente tostado com um maçarico. AAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAiiiiiii-iiiiii. Amooooooooooooooooo!



O Uramaki da casa - salmão empanado com cream cheese, junto com arroz e salmão grelhado. Pensa num trem bom. Gente, é o seguinte não tem nada mais ou menos no na nakza. Ou é muito bom ou é DOS DEUSES!!! A maioria é dos Deuses. Nossa senhora!

Para quem não come peixe cru, tem yaksoba (macarrão com carne e legumes) e espetinhos de vários tipos de carne.



Mas pra quem é viciado em japonês como eu, tem Hiramaki, Temaki, Hossomaki, Hot Filadélfia e tudo mais que seus sonhos gulosos permitirem.



De sobremesa, pedimos umas trouxinhas doces. Suculentas e deliciosas. Por que todo restaurante japonês tem aqueles doces horríveis sem gosto e aparência para lá de duvidosa. Eses não. Estava deliciosa. Hummm...



No mais, é só conferir as fotos. Custo - benefício vale muito a pena!

SERVIÇO:

Endereço: Quadra 301, atrás do Rubinho

Delivery: 61 3052-3232

Horário de Funcionamento:

2ª e 3ª feira - das 18:00 às 23:00

4ª feira - das 18:30 às 23:00

5ª e 6ª feira - das 19:00 à 00:00

Sábado - das 11:00 à 15:00/19:00 à 00:00

Domingo - das 11:00 às 16:00/18:00 às 22:00

Facebook/Instagram: @nakza



ACREDITAR NO
BRASIL
Sempre!



RAPOSA
Internacional



POTIGUAR
Vamos torcer juntos.

 Potiguar Caldos

SITEDOPOTIGUAR.COM.BR

**ASA SUL . SUDOESTE . ÁGUAS CLARAS
TAGUATINGA . SETOR "0"**

CHOPP BRAHMA - R\$4,90 (UNID/340ML) VÁLIDA PARA TODAS AS UNIDADES.
IMAGEM MERAMENTE ILUSTRATIVA PROMOÇÃO VÁLIDA TODOS OS DIAS DE 11H30 ATÉ ÀS 20H.