



Caindo de Boca



Gastronomia exótica e cardápio variado

Página 7

Virou Destaque



Em mês de celebrar a mulher de fibra, Graciele mostra o poder da mulher que empreende

Página 3

Águas Claras +



Empatia que alavanca vendas

Página 2



Foto: Administração de Águas Claras

Antiga demanda da população mal foi entregue e já está toda danificada

Página 5

Motoristas usam calçadas novas como estacionamento



Águas Claras +

A coluna que traz a cidade até você

por Vanessa Rodrigues | Críticas, dúvidas e sugestões de pauta: contato@aguasclarasmidia.com.br



- 1 Moqueca de peixe da Casa da Mukeka
- 2 Filé à parmegiana da Don Romano Pizzaria
- 3 Pizza de filé cremoso com bacon crocante da Dom Gui Pizzas

Paixão por bolsa!



Ah! Que mulher não gosta de uma bolsa? De vários formatos, tamanhos e cores diferentes. E se eu te disser que achei uma loja assim e ainda com uma variedade de preços justos, daqueles que a gente gosta. Você já foi à loja colaborativa do Colméia Coworking? Pois lá tem uma e essas bolsas estão expostas lá. Uma diversidade delas, cada uma mais linda que a outra. Acabamento perfeito, preço bom! Ideal para presentear e se presentear. Quando quiser novidade, apareça por lá e peça nosso descontinho básico de cada dia. Você vai gostar!

Humanização do atendimento



nectawork

mais vida para o seu trabalho

Gente! Muito tem se falado nisso, e muito mais tem se reclamado disso. Falta de empatia, simpatia e preparo no atendimento. Seja no setor público ou privado, seja em um restaurante, loja de roupa ou uma clínica, o atendimento define uma compra, um cliente fidelizado. Afinal, quem não gosta de ser bem atendido?

Pois bem! Descobri uma empresa aqui de Águas Claras, que atua justamente nessa área. A Nectawork presta consultoria em capacitação e gestão de pessoas para tornar as relações entre empresas, colaboradores e clientes mais humanas. Muito legal! Eles atuam como um todo, desde o processo seletivo, treinamento e desenvolvimento dos empregados e gestores.

Bom seria se todos fizessem essa consultoria aqui em Águas Claras. Tenho certeza de que o comércio iria bombar! Imagine entrar em um estabelecimento e recebermos um sorriso, um bom dia e muita agradávelidade em servir. Um sonho não é? Oremos!

Praticidade e beleza juntas!

Meninas! Costumo dizer que parecemos aquele equilibrista de pratos de circo. Precisamos equilibrar casa, casamento, trabalho, filhos, auto cuidado sem deixar um prato cair! Pra isso, precisamos de tempo! Ah! Quando achamos um lugar que nos faz bem e nos economiza tempo, viramos freguesa fiel. É o caso da Bella Make & Estética.

Em um mesmo lugar conseguimos comprar maquiagens da Ruby Rose, Luisance, Fenza, Tango, Dalla, Playboy, Max love, Facebeauty, D'hermosa, Macrilan, fazer maquiagem Express ou completa, fazer o curso de maquiagem e até procedimentos de estética corporal como massagem modeladora e relaxante, drenagem linfática, pré e pós operatório. Quanta praticidade! E o preço? Você não vai acreditar! Faça uma visitinha e me conte o que achou. Vale a pena!



EXPEDIENTE

Jornal Águas Claras Mídia

Responsável: Patrícia Rebelo (DRT 11613/DF)

Editores-Chefe: Thaís Victer (DRT 6786/DF)

Editores: Stéffany Santos (DRT 12430)

Projeto Gráfico e Diagramação: Patrícia Porto

Jurídico: Cunha Lima Advogado: (61) 98271-3241

Contato Comercial: (61) 99972-6480

Tiragem: 5.000 exemplares

Impressão: Global Brasília Gráfica

Críticas, dúvidas e sugestões de pauta:

contato@aguasclarasmidia.com.br

Whatsapp: (61) 99972-6480

Queremos sua participação!

Nosso jornal é um espaço democrático e produzido para você leitor! Com sua participação abordaremos temas relevantes para seu dia a dia, condomínio e comunidade! Envie sugestões de pauta, reclamações, elogios, denúncias, fotos e vídeos através do WhatsApp. Acesse o QRCode ao lado e participe!





Empreendedorismo Feminino em Águas Claras

Graciele empreende no ramo da beleza para estimular a autoestima de outras mulheres

Em pleno mês em que se comemora o Dia Internacional da Mulher, nosso destaque não poderia deixar de ser uma mulher empreendedora que foca seu trabalho na autoestima de outras mulheres.

Graciele de Souza, 34, é proprietária das lojas Rouge Make Up (@rougemkup) e do Salão Maé Concept Hair e Makeup (@maeconcepthair). Sua motivação foi criar espaços em que as mulheres fossem recebidas com um diferencial de acolhimento e não apenas como mais um número.

Graciele é casada, tem dois filhos, um menino de 10 anos e uma menina de 3 anos. Cuida dos dois empreendimentos de perto, administra a casa com ajuda de Zefa, o casamento e ainda anda sempre muito bem arrumada e maquiada. Uma mulher de fibra como muitas.

A marca Rouge Make Up tem um ano e meio de mercado e já conta com seis lojas. Além de Águas Claras, a Rouge está no SIA, Taguacenter, Planaltina, Subida do Colorado e Águas Lindas.



A primeira loja aberta foi a de Águas Lindas, com o objetivo de criar um ambiente bem estruturado, organizado e acolhedor para receber as mulheres e lhes oferecer produtos de qualidade e com preço acessível. Na loja de Gracie-

le é possível encontrar marcas famosas, como Boca Rosa e Bruna Tavares, as mesmas vendidas pela Sephora.

Graciele cuida pessoalmente da parte de recursos humanos, layout das lojas e do treinamento das funcionárias, pois para ela não basta vender, a consultora tem que prestar um serviço de assessoria para a cliente. “São dicas que ajudam na autoestima da mulher, pois ela sai sabendo que comprou o produto certo e como usá-lo. Hoje em dia temos que passar informação, não só vender”, disse ela.

As clientes da Rouge, inclusive, ganham um curso de auto maquiagem, com duração de três horas nas compras acima de R\$200,00.

O Salão Maé Concept Hair é uma conquista para Graciele, pois ali existia outro salão em que ela nunca entrou. Quando viu que estavam passando o ponto, viu ali uma oportunidade de abrir um ambiente diferenciado. “Querida um salão onde a mulher entre e se sintam bem, seja

bem tratada, tudo com muito mimo”, garantiu Graciele.

O Maé tem um atendimento humanizado, onde cada cliente é tratado pelo nome, é cuidada pelos profissionais com água, café ou outros mimos de maneira muito particular. Além disso, lá as cadeiras dos lavatórios são massageadoras e a manicure utiliza hidratante L'Occitane nas clientes...olha que luxo! Para os cabelos são usados apenas Truss, L'Oréal e Wella.

Graciele almeja chegar ao status de franqueadora da marca Rouge Make Up após atingir o número de 10 lojas. Além disso, confessou que estuda o projeto de um trabalho social que leve autoestima, por meio da maquiagem, a mulheres com problemas de pele, como queimaduras.

Enfim, Graciele é mulher multitarefas como muitas outras, cada uma em sua realidade. E se você é mulher e não se acha capaz, espelhe-se nesse exemplo de resiliência e alce novos voos.

Papo Reto

O tema é: Não somos iguais mas temos igual valor

por Stella Domêncio | Produtora cultural, cinéfila das boas e ama os animais



Uma escola em Singapura mandou um comunicado aos pais dos alunos antes dos exames finais. Dizia mais ou menos assim:

“Queridos pais, as provas finais estão se aproximando e vocês devem estar ansiosos pelo bom desempenho dos seus filhos. Mas por favor lembrem que entre os alunos que vão fazer os exames, tem futuros artistas com dificuldades em matemática, empreendedores com pouco interesse em história ou literatura, músicos que não veem sentido em química e atletas que se preocupam mais com o físico do que com a física. Portanto, se o seu filho ou filha tiver uma boa nota vai ser ótimo! Porém, se

ele ou ela estiverem abaixo das expectativas tenha cuidado para não abalar a auto estima ou a dignidade dele. Está tudo bem! É só uma prova. Eles estão no caminho para fazer grandes coisas muito mais importantes durante a vida. Fale para eles que independente da nota eles são amados e nunca serão julgados. Por favor, façam isso! E então terão filhos confiantes para conquistar o mundo! Uma prova e uma nota baixa jamais pode tirar deles os sonhos e os talentos. E não pensem que somente médicos, advogados e engenheiros são os profissionais mais felizes do mundo”

Quando li, lembrei de uma fase que sofri em uma das melhores e mais ca-

ras escolas de São Paulo, aquele tipo de colégio muito focado no sucesso do vestibular. Fui mais feliz quando mudei para outra escola onde pude ser mais autêntica e desenvolver habilidades diferentes e, apesar das minhas notas baixas em física e química, passei no vestibular que eu escolhi.

Sempre defendi que o perfil do aluno e da escola tem que combinar e fico triste quando vejo pais interessados somente na performance a qualquer custo. Já pararam para pensar o quanto isso pode ser torturante?

Somos diferentes em tantos aspectos! Tem gente que acorda cedo e

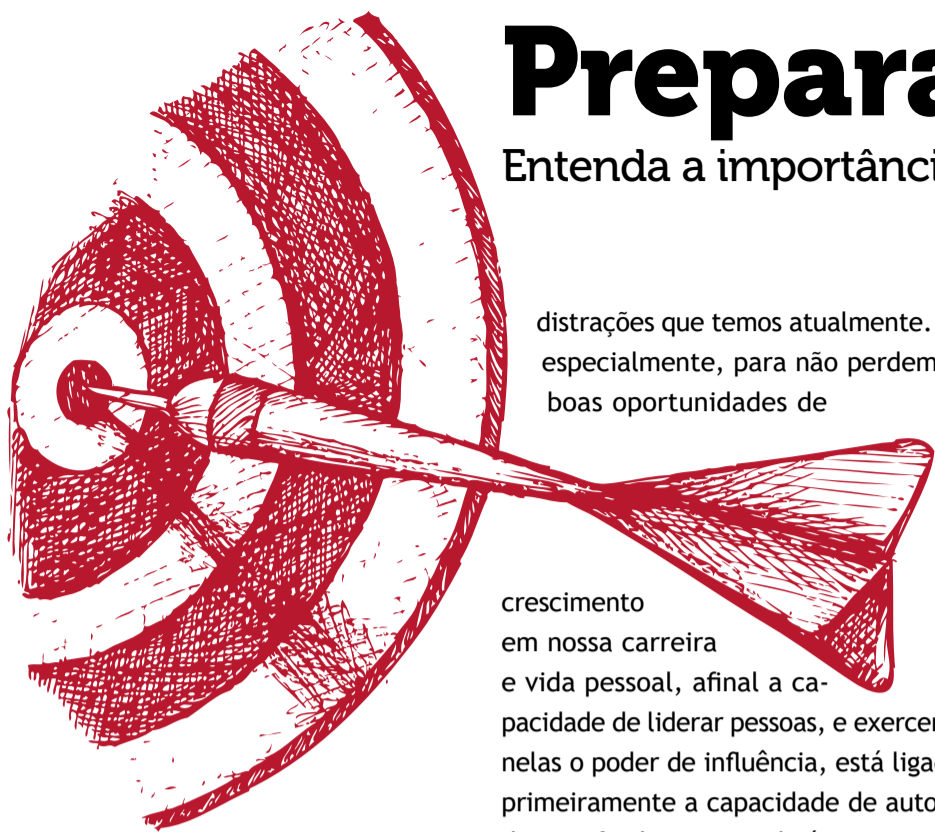
está 100%. Outros só funcionam depois do almoço. Matemática para alguns é uma lógica tranquila enquanto que para outros é um nó difícil de desatar. Tem quem ame literatura e se dê bem nos livros de história. E outros que não conseguem entender a regra da vírgula ou não fazem ideia do que seja mitocôndria.

Entre tantas opções e métodos de ensino, enxergue seu filho primeiro. Faça com ele seja um aluno feliz. E tudo bem se ele quiser ser ator, músico, dentista, dono de loja, cozinheiro ou astronauta. O que importa é que ele seja feliz hoje para garantir que seja feliz sempre.

Preparar, apontar, foco!

Entenda a importância de se ter um foco para concentrar seus esforços

Por Vanessa Rodrigues



distrações que temos atualmente. E, especialmente, para não perdemos boas oportunidades de

crescimento em nossa carreira e vida pessoal, afinal a capacidade de liderar pessoas, e exercer nelas o poder de influência, está ligado primeiramente a capacidade de autoliderar, afinal, como poderíamos tentar liderar outras pessoas se ainda nem consigo liderar meus planos, tarefas ou objetivos?

Como evitar a falta de foco?

Para responder a essa pergunta, fomos atrás de uma das maiores empresas de treinamento profissional do mundo. Por mais de um século, a Dale Carnegie Training, listada com uma das principais empresas de treinamento de liderança do mundo, vem aprimorando o desempenho individual e corporativo, aplicando técnicas de treinamento e princípios básicos que permanecem leais a uma única visão: a transformação real começa de dentro.

Desenvolvendo competências para aprimorar habilidades que vão desde o relacionamento interpessoal, comunicação, gestão do estresse e principalmente o exercício da liderança, a empresa que leva o nome do seu fundador, autor dos best seller “Como fazer amigos e Influenciar Pessoas” e “Como vencer as preocupações e Começar a Viver” acredita no poder da influência e na arte de ganhar a cooperação voluntária da outra pessoa, revelando ferramentas que tem o poder de mudar o comportamento em várias situações, proporcionando resultados significativos e transformadores, principalmente no retorno sobre todo o investimento. Segundo Vítor Ferreira, diretor regional da Dale Carnegie, a falta de foco é um mau hábito que afasta e impede as pessoas de alcançarem maiores resultados na carreira, por mais inteligente e talentosa que ela seja. “Quando nós perdemos o foco, desperdiçamos nosso tempo e adiamos tarefas importantes que deveríamos es-

tar fazendo até que seja tarde demais”, afirma ele.

Em seu portal <https://portaldalecarnegie.com/>, a empresa oferece materiais gratuitos sobre temas corporativos e de desenvolvimento pessoal, inclusive os 5 passos para evitarmos a falta de foco, descritos abaixo.

1. Reconheça que você está sem foco

Se você estiver:

- Fazendo coisas indefinidamente
- Mudando o foco porque quer evitar fazer algo
- Preenchendo o seu dia com tarefas de baixa prioridade.
- Deixando um item na sua lista de tarefas por um longo tempo, mesmo que seja importante.
- Lendo e-mails várias vezes sem tomar uma decisão sobre o que fazer com eles.
- Iniciando uma tarefa de alta prioridade e sair para fazer um café.
- Esperando estar no “bom humor” ou esperando o “momento certo” para enfrentar uma tarefa.

Provavelmente, você está procrastinando.

2. Quebre seu trabalho em pequenos passos

Quebrar projetos em etapas menores é uma técnica bem conhecida e eficaz de combate à falta de foco. Pode ser muito mais fácil começar a lidar com um projeto que você sabe que pode ser concluído rapidamente e, depois de dar alguns passos iniciais na direção certa, você pode continuar se movendo com mais facilidade e seguir até terminar. (Ao concluir cada etapa, você provavelmente se sentirá mais motivado para concluir mais). Uma chave importante é tornar os passos curtos, concretos e definidos em sua programação. Pequenos passos levam a grandes ganhos!

3. Mude seu ambiente

Diferentes ambientes têm diferentes impactos em nossa produtividade. Olhe para sua mesa de trabalho e seu quarto. Eles fazem você querer trabalhar ou eles

fazem você querer aconchegar e dormir? Se é o último, você deve procurar mudar o seu espaço de trabalho.

Uma coisa a notar é que um ambiente que nos fez sentir inspirado antes pode perder seu efeito após um período de tempo. Se for esse o caso, então é hora de mudar as coisas, mãos à obra!

4. Crie um cronograma detalhado com prazos específicos

Divida seu projeto e crie um cronograma geral com prazos específicos para cada pequena tarefa. Dessa forma, você sabe que tem que terminar cada tarefa até uma determinada data. Seus cronogramas devem ser robustos também - isto é, se você não terminar isso hoje, vai colocar em risco tudo o que planejou. Desta forma, você cria a urgência de agir.

As metas podem ser divididas em mensal, semanal, até as listas de tarefas diárias, e a lista é uma chamada à ação que você deve realizar até a data especificada, caso contrário seus objetivos também serão adiados.

5. Elimine seus pit-stops

Identifique os marcadores do navegador que ocupam muito do seu tempo e coloque-os em uma pasta separada que seja menos acessível. Desative a opção de notificação automática no seu cliente de e-mail. Livre-se das distrações ao seu redor.

Algumas pessoas podem pensar em deletar ou desativar suas contas em redes sociais como solução. Isso pode ser extremo. Parar a procrastinação é mais sobre estar consciente de nossas ações do que impor restrições, mas se você entende que é o necessário, vá em frente.

6. Agarre-se ao objetivo

No final, tudo se resume a agir. Você pode fazer toda a estratégia, planejamento e métodos, mas se não agir, nada vai acontecer. Construir o momento é crucial quando você começa. Portanto, comprometa-se a sair da sua zona de conforto pelo menos uma vez por dia. Começando hoje.

“Nossa! Já deu 18 horas e não fiz nada”. “Poxa! Trabalhei tanto e não produzi nada”. “Cansado de tanto trabalhar e não ver resultado”. Você já falou ou tem falado algumas dessas frases ultimamente? Você já sentiu como se estivesse ao mesmo tempo em todos os lugares e em lugar nenhum? Pensamentos confusos, mas não incomuns. A verdade é que muitas pessoas têm dificuldade de encontrar um foco para concentrar seus esforços. Daí, tentar exercer a liderança nesse ambiente se torna um grande desafio, principalmente pela desorganização, metas não atingidas e resultados que não se concretizam.

Sem culpas ou culpados, mas além de sermos tomados por uma variedade imensa de papéis (marido, esposa, pai, mãe, profissional, filho, gestor, funcionário), somos bombardeados por uma gama de informações diárias. Sejam pelas redes sociais, aplicativos, televisão, rádio, portais de notícias e muito mais. Se achares exagero, observe agora a quantidade de mensagens trocadas pelo WhatsApp, tudo isso são fatores que nos fazem perder o foco.

Segundo o jornalista científico e psicólogo americano, Daniel Goleman, a atenção, concentração ou foco funciona como um músculo: se não utilizamos, fica atrofiado, mas se exercitamos, ele se desenvolve e se fortalece continuamente. Isso contribui para o nosso progresso pessoal, profissional e enquanto sociedade.

Por isso mesmo, todos nós precisamos desenvolver nosso foco na vida para não sucumbirmos à enorme quantidade de

Águas Claras conquistou suas calçadas



Dos 30 mil m² contemplados pelo projeto 13 mil m² já foram entregues

Por Stéffany Santos | Fotos Administração de Águas Claras

A população de Águas Claras está satisfeita com o trabalho de implantação de calçadas na cidade. Essa era uma demanda antiga e desde o ano passado está sendo executada pela Administração de Águas Claras.

Em sete meses já foram executadas 13.000 m² de calçadas. Além da Quadra 101, já estão em fase de colocação do concreto na Avenida Parque Águas Claras, na Rua 03 norte com a Boulevard norte e Rua 03 e 04 sul com a Boulevard Sul. Ao todo, serão feitos 30.000 m² de calçadas. A expectativa de conclusão é para meados de dezembro ou até mesmo antes, se tudo correr como o planejado, pois o período de chuva, por exemplo, tem se estendido mais do que os outros anos.

Além das calçadas, o Águas Claras Mídia acompanhou e até publicou no Instagram o começo das obras para a construção de um, dos dois bolsões de estacionamento que serão feitos na Quadra 101.

A expectativa é de que com a construção desses estacionamentos sejam sanadas outras reclamações que surgiram após a instalação das calçadas, que é

a utilização das calçadas como estacionamento por motoristas irresponsáveis.

Nos grupos de troca de mensagens da cidade é comum os moradores publicarem suas queixas, com fotos, de carros estacionados nas calçadas recém-inauguradas. Essa prática, além de danificar o bem público que demorou tanto para ser conquistado, inutiliza o espaço para os pedestres, que continuam competindo com os veículos tendo que andar no asfalto. A indignação dos moradores é nítida.



A falta de cuidado dos motoristas com as calçadas, que é um patrimônio solicitado pela própria comunidade, pegou a Administração da cidade de surpresa. Afinal “carros em cima das calçadas danificam o patrimônio público, atrasam as obras e causam sérios transtornos aos pedestres. É necessário maior conscientização por parte da população para que trabalhe em conjunto com o GDF”, declarou a assessoria do órgão.

As reclamações dessas infrações não ficaram apenas nos grupos de mensagens, foram feitas também aos canais oficiais do governo que tomaram a atitude de acionar as autoridades competentes, o Detran e a Polícia Militar, que por sua vez notificaram os motoristas pela conduta irregular. Contudo, não foi o suficiente.

A Administração garante que está ciente de que as vagas para os automóveis também é um problema que merece atenção, por isso, além dos dois estacionamentos na Quadra 101, que já fazem parte do projeto atual das calçadas, existe o interesse de buscar a ampliação do projeto para construir estacionamentos em outros pontos da cidade.



Inclusive, no dia 05 de março o Administrador de Águas Claras e o Chefe de Gabinete, Marcio Lobo, estiveram na Novacap com o Presidente Candido Telles para tratar de demandas da cidade, dentre elas, a ampliação do projeto das calçadas em novos trechos e a implantação de estacionamentos aonde houver bolsões para a obra.

Enquanto os estacionamentos não ficam prontos, aguarda-se a conscientização dos motoristas perante o bem adquirido.

DECLARE O IR 2020 DE FORMA CORRETA COM QUEM ENTENDE DO ASSUNTO.

Na **FERREIRA E PACHECO**
você conta com profissionais
experientes e competentes.

FERREIRA E PACHECO

CRC-DF 002834-0

Assessoria Contábil
Declaração IR Pessoa Física
Declaração IR Pessoa Jurídica

Cuidando do seu patrimônio com dedicação e respeito



(61) 99943-9897 - Diego Pacheco



ferreiraepachecoassessoriacontabil



Novíssimo aqui em Águas Claras e ainda montando seu cardápio, foi, sem sombra de dúvidas, o mais exótico restaurante de culinária japonesa que já conheci na vida.

Em uma semana já estive lá três vezes, e em nenhuma delas comi o mesmo prato. Cada um mais gostoso que o outro. E tem pra todos os gostos. Prato quentes, bobó de camarão e tudo mais delicioso que você puder imaginar.

Pra começar o Villa Sushi fica no Felicità Shopping, que tem ótima localização e estacionamento coberto. Já ganhou metade da população. E ainda tem brinquedoteca. Mais um ponto positivo.



O primeiro prato que pedimos foi o bobó de camarão que vem acompanhado de arroz e batata palha. Prato novo que vale a pena experimentar. Muito a pena.

O sous chef, Vinícius, criou uma novidade espetacular em homenagem ao Águas Claras Mídia que até fizemos uma enquete no nosso Instagram para nomear o prato delicioso. Lâmina de salmão maçaricado, sobre um patê de salmão cozido, deitado em uma fatia fina de kiwi. Tudo feito com azeite, e crocante de alho-poró, o que achei muito interessante, pois adoro a gastronomia japonesa e nunca tinha experimentado dessa forma.



Villa Sushi

Gosta de gastronomia japonesa?
Então não tem pra ninguém

Os drinks são um capítulo à parte no Villa Sushi. Cada um mais lindo que o outro e a apresentação, vamos combinar, é metade da degustação né? Tanto nos drinks quanto na comida. Começamos com o Sex on the Beach - xarope de romã (granadine, vodka e suco de laranja).



E fomos também de Ilha Tropical - vodka, Curaçau Blue, suco de abacaxi e soda limonada. O meu pedi sem álcool e achei uma delícia. Todos os drinks podem ser preparados sem álcool.

E, mais uma vez, fomos agraciadas com um drink feito especialmente para o Águas Claras Mídia. Licor 43, Curaçau Blue e granadine (xarope de romã). Delícia!!!

Aí começamos nossa farra gastronômica. O pessoal ia trazendo cada coisa mais maravilhosa do que a outra e ficamos muito impressionados com a criatividade do chef, que nos brindou com várias iguarias exclusivas, algumas ainda sendo testadas para o cardápio.

Vamos ao carrossel de degustação que nos foi proporcionada nesse dia. Impressionante a “infinitude” da criatividade humana ainda bem que nós podemos aproveitar tudo isso em uma noite só. Dos Deuseeeees!

Kani empanado, fatia de atum, salmão maçaricado (pra mim a melhor coisa que já criada pelo ser humano até hoje), ovas de peixe e cream cheese. É bom ressaltar que quase todos os pratos vêm com filete de azeite que dá um gostinho especial a gastronomia oriental.



Depois veio um prato que faz parte do rodízio, que é flambado. Alias, vale a pena mencionar que o rodízio é apenas (R\$69,90) de 2ª a 5ª.



De sobremesa pedimos um sorveteeee... Ah Tempurá de Sorvete!!! Jesus Cristinho... É um sorvete de creme com crispy (flocos), calda chocolate, calda de morango - já morreu? - e ainda acompanha um harumaki (rolinho primavera) de Nutela. Você, eu não sei, mas eu quase morri.



No mais aprecie as fotos com moderação... para não morrer de vontade...



SERVIÇO

Horário de Funcionamento:

2ª a 6ª feira: das 18:00 às 23:30

Sáb. e domingo: das 12:00 às 15:00

e 18:00 às 23:30

Endereço: Felicità Shopping - Rua 36 Norte, Lote 5, Loja 35

Redes sociais: @villasushibsb

IPVA MAIS BARATO, SÓ NO DF.

O Distrito Federal foi a única Unidade da Federação que fez diferente: ao invés de aumentar o valor, reduziu em 16% o IPVA para carros e 20% para motos. Vem aí a **SEGUNDA PARCELA do IPVA 2020, de 16 a 20/03**. Acesse o boleto digital pelo site ou pelo aplicativo Economia DF. É rápido, fácil e muito mais barato.

Fique atento às fraudes! Não pague nenhum boleto enviado por e-mail ou pelo celular.



Fique de olho no vencimento das próximas parcelas!

FINAL DA PLACA	2ª PARCELA	3ª PARCELA
1 e 2	16/03/2020	13/04/2020
3 e 4	17/03/2020	14/04/2020
5 e 6	18/03/2020	15/04/2020
7 e 8	19/03/2020	16/04/2020
9 e 0	20/03/2020	17/04/2020

SEM INTERNET? SEM PROBLEMAS.

Os boletos do IPVA 2020 podem ser solicitados em qualquer Agência da **Receita do Distrito Federal** e postos do **Na Hora**.