



Mediar e Resolver lança projeto "resolva já"

Plataforma online e gratuita ajuda na mediação de conflitos durante a quarentena

Página 6



Telma Rufino administra a nova RA do DF

A Região Administrativa de Arniqueira foi criada em novembro de 2019

Página 4



Águas Claras +



Confira dicas criativas para presentear sua mãe

Página 2

Virou Destaque



Professores produzem "Salva Orelhas" para profissionais da saúde

Página 3

Caindo de Boca



Japonês delicioso, de cardápio extenso e diferenciado

Página 7



- 1) Café da manhã Bugu Delícias
- 2) Pamonha da Banca do Milho (feira do produtor)
- 3) Marmita de carne de sol do Alpinus Galetteria

Quarentena e nossa saúde mental 😊



Povoooo! Realmente fomos feitos para viver em sociedade! Dependemos de relacionamentos, de pessoas, de conversar, abraçar, sair! Mas.. enquanto não podemos, que tal algumas dicas para mantermos nossa sanidade mental e não sermos tomados pela ansiedade? Visitei o blog Vittude.com e aprendi algumas coisinhas por lá..

- 1) Evitemos bombardeio de informações
- 2) Estabelecer rotina é a grande sacada
- 3) Terapia online. Topa? Vale a pena extravasar
- 4) Fazer lives com amigos e familiares. Alivia a mente e diminui a saudade, além de render boas risadas
- 5) Fazer atividades que nos dão prazer (exercício, cozinhar, cursos, sexo)

Mara né? Mais um convitinho... pratique essas 5 dicas e aprenda a olhar mais pra você. Quem sabe tem muita coisa que você ainda não sabe sobre si mesmo? Aproveite esse tempo!

Os erros mais comuns no uso de máscara! 🇺🇸



Gente do céu! Que agonia eterna! Preciso aprender a usar máscara. Se está difícil pra mim, imagine para quem usa óculos? De repente nossos costumes mudaram e tivemos que aprender a conviver com esses novos "acessórios" no rosto. Ainda bem que somos bem criativos e já existem máscaras de todos os modelos, tamanhos e cores. A partir de 11 de maio, elas serão de uso obrigatório por aqui... mas será que estamos acertando ao usá-las? Fui atrás de pesquisar e trouxe pra nós os erros mais comuns no uso das benditas.

- Não deixe o nariz ou a boca expostos
- Não use máscaras largas para o seu rosto
- Não tire a máscara e deixe-a no queixo
- Não apoie a máscara em mesas
- Não encoste na máscara, só nos elásticos
- Lave bem as mãos antes e depois de colocar e de tirar a máscara
- Ao descartar a máscara, coloque-a em um saco.
- Troque a máscara de 2 em 2 horas
- Lave a máscara com água e sabão

Dia das Mães. Ideias criativas para comemorar em casa! ❤️

Genteeee! Qual o maior desafio de vocês nessa quarentena? O meu, com certeza, é ficar distante de pessoas queridas, ainda mais com a proximidade do dia das mães. Eita que a saudade aperta! Para amenizar os sentimentos e obedecer o isolamento social, trouxe sete dicas para celebrar o Dia das Mães mesmo estando distante da sua. Anote aí!

1. Liste todos os motivos pelos quais você a ama e mande por mensagem
2. Programe um café da manhã ou almoço por chamada de vídeo
3. Peça ajuda para quem está isolado com ela e deixe bilhetinhos espalhados pela casa

4. Combinem de assistir aos mesmos filmes e, depois, faça uma ligação para conversarem sobre eles
5. Prepare um vídeo com fotos de momentos que passaram juntas
6. Compre um voucher de algum serviço (como uma tatuagem) que ela goste muito para usar depois da quarentena
7. Crie uma cesta com boas memórias e deixe no portão da casa dela

Fonte: Revista Glamour

EXPEDIENTE

Jornal Águas Claras Mídia

Responsável: Patrícia Rebelo (DRT 11613/DF)

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

Editora: 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!





Iniciativas que ajudam profissionais da saúde

Os professores Jean e Rafael fazem a produção do "Salva Orelhas" para os profissionais da saúde do DF e região

Os professores de Robótica e Laboratório Maker no Colégio Objetivo, Frederico Lara e Jean Rafael, tiveram a ideia de produzir o "Salva Orelhas" depois de ver um post no perfil "Razões Para Acreditar" no Instagram, onde mostrava a iniciativa do Quinn Callander, um garoto canadense de 12 anos que inventou o dispositivo e disponibilizou o projeto aberto para que mais pessoas no mundo pudessem replicar a sua iniciativa.



Atualmente o "Salva Orelhas" já foi distribuído para hospitais em oito estados brasileiros. Além dos parceiros do projeto que fazem a impressão no próprio equipamento e faz a distribuição em outras localidades do país, como Minas Gerais, Ceará, Tocantins, Maranhão, São Paulo.

O nosso plano é conseguir atender a todos que chegam até nós precisando do "Salva Orelhas", destacaram os responsáveis pelo projeto.

Visando expandir ainda mais o projeto e arcar com a produção das demandas que estão aparecendo os professores criaram uma vaquinha online. No link da vaquinha você encontrará mais informações sobre o projeto, os perfis dos responsáveis e parceiros nas redes sociais entre outras informações.

"Com mais divulgação temos mais encomendas e mais doações, conseguindo atender a mais e mais pessoas", disse Frederico.

Quem tem interesse em saber mais sobre e ajudar o projeto é só acessar o link: <http://vaka.me/1016426>

Os professores então conversaram e decidiram então produzir e distribuir o "Salva Orelhas", dispositivo para os funcionários de saúde e apoio que estão trabalhando nos hospitais aqui no Distrito Federal. E com parceria do canal Vida em 3D e do Colégio Objetivo DF deram início ao projeto.

"Nossa ideia inicial era simplesmente ajudar com o conhecimento nesta área de impressão 3D e trazer um pouco mais de conforto aos profissionais de saúde e estamos conseguindo fazer isso", disse Frederico.

No início da produção foram feitos testes para a adaptação da impressora 3D com

as capacidades de material, velocidade de impressão e quantitativo de materiais. E depois de toda testagem a produção foi iniciada. Então os professores através de contato com conhecidos rapidamente espalharam as notícias da iniciativa e no primeiro dia de produção foram feitas mil e duzentas encomendas do "Salva Orelhas".

"Foi assustadora a velocidade com que conseguimos contactar pessoas que estavam precisando", salientou Frederico.

Depois de adquirir mais uma impressora Jean e Frederico perceberam que ainda precisavam de mais apoio conseguem ar-

car com a produção então surgiu mais um parceiro, o professor Mateus Lima, e assim a produção funcionou a todo vapor.

Hoje o nosso maior desafio dos empreendedores sociais é a busca dos profissionais que estão precisando do dispositivo além da logística para entrega do "Salva Orelhas" nas hospitais e postos de saúde além da obtenção de doações de matérias primas e recursos para a produção. "Graças à doações, compramos mais uma impressora para o projeto e isso nos está possibilitando atender mais pessoas em um menor período de tempo", afirmaram Jean e Frederico.

Papo Reto

O tema é: *Bom senso nunca é demais*

Por Stella Domênico | Produtora cultural, cinéfila das boas e ama os animais



Se tem uma coisa que afeta meu humor é ter que aguentar vizinho ouvindo música alta como se não houvesse amanhã. Juro. Tem coisa mais chata do que estar em casa e querer ver um filme sossegada mas a música alta do outro lado do muro não deixa? Sempre me faço a mesma pergunta: porque as pessoas que ouvem música popular o fazem no último volume? Alguém já viu um ser humano ouvindo jazz passar pelas ruas de carro com o som ligado a ponto de fazer muros e janelas tremerem? Nunca vi.

Não gosto de alguns estilos de música. As mais populares como sertanejo, funk

e pagode não são as que eu ouço quando posso escolher. Mas tudo bem. Entendo perfeitamente a importância de todas os estilos de manifestação artística musical e respeito. E se não quero ouvir, não consumo. Seria o melhor dos mundos. Acontece que a falta de educação dos outros me obriga a saber o que Marília Mendonça berra aos quatro cantos e isso me tira o bom humor, afeta o meu sono e minha saúde.

Tenho uma notícia para você que faz esse tipo de coisa achando que está tudo bem. Não está. Existem pessoas ao seu redor e você não está sozinho. Ninguém

é obrigado a gostar da música que você ouve. Seria ótimo experimentar baixar o volume.

Sou o tipo de pessoa que reclama. Bato na porta, pergunto quem é o responsável pela festa e peço para diminuir o volume. Tem vezes que dá certo. Tem vezes que não dá. Então me pergunto onde está o bom senso de alguns. Gostaria de não precisar me colocar nessa posição, mas ainda acredito que a noção pode ser despertada após uma boa conversa. Sempre com educação e calma tento explicar que o barulho incomoda meu sossego e que podemos chegar à uma solução boa para todo mundo.

Não estamos sozinhos. Vivemos em sociedade onde as regras de convivência devem ser respeitadas. Ao nosso redor existem pessoas com ritmos diferentes do nosso. Pessoas com profissões diferentes, com mais ou menos idade, mais ou menos saúde e com hábitos distintos. Para alguns estar em casa é poder sentar na varanda e ler um livro. Para outros é receber amigos e fazer um churrasco. E para ambos os casos está tudo bem. O que não está bem é o churrasco de um impedir a leitura do outro.

Bom senso e educação, sempre.



Telma Rufino Administradora de Arniqueira

Telma conhece bem os problemas do setor, mas não basta vontade para resolvê-los

Por Stéffany Santos

A administradora da Região Administrativa de Arniqueira, Telma Rufino, foi a primeira gerente do Setor Habitacional Arniqueira em 2008 e desde o final de 2019 tornou-se a primeira administradora da região, que compreende também Areal e ADE.

Com o apoio do Governador Ibaneis Rocha, Telma, assumiu a administração da nova Região Administrativa (RA XXXIII) e deu início aos trabalhos com ações imediatas para “organizar a casa”, como ela mesma disse. Foram realizadas operações de recolhimento de lixo, tapa-buracos, recapeamento de asfaltos e avanço dos processos relativos à regularização fundiária e a própria estrutura da administração.

“Há muitos anos a comunidade do Areal, ADE e Setor Habitacional Arniqueira não via ações de recapeamento nas ruas, mas esta realidade mudou após a criação da Administração de Arniqueira. Atualmente o trabalho de recapeamento está em andamento em vários pontos críticos, realizamos o levantamento das necessidades e com o apoio de todos da equipe do governo, em especial a NOVACAP, estamos com duas frentes de trabalho para melhorar o acesso dos moradores”, explicou a administradora.

A RA de Arniqueira não pode passar por processos de novas obras, devido

à ação civil vigente, impetrada pelo Ministério Público em 2008 no intuito de frear o crescimento urbano na Área de Proteção Ambiental (APA) do Planalto Central. Por isso, em algumas áreas a administração não pode atuar como gostaria, assim como nas ruas em que não possuem asfalto. Para garantir a acessibilidade dos moradores,

a administração está realizando uma série ações paliativas, que incluem terraplanagem e compactação com fresado de asfalto reaproveitado das ações de recapeamento e tapa-buracos apenas.

Muitos problemas de infraestrutura da região são reflexos da maneira irregular com que o setor foi construído e o retardo de obras como de redes

de águas pluviais são consequência da Ação Civil Pública de 2008. Contudo, o atual governo, conseguiu em novembro passado uma liminar da Vara de Meio Ambiente do TJDF, autorizando os órgãos do GDF a realizarem obras necessárias à implementação de infraestrutura e recuperação de danos ambientais diversos.

Dentre as ações que foram permitidas realizar após essa liminar, a administradora Telma Rufino, junto com a NOVACAP, conseguiu realizar ações emergenciais nos pontos mais críticos, como o trecho de alagamento no conjunto 06 (em frente à chácara 06), a rua com afundamento e rachadura no asfalto no conjunto 05 (próxima a chácara 131/19B/134) e o reparo do asfalto na descida lateral ao JK (chácara

15/1), que há anos sofrem com buracos e alagamentos em períodos chuvosos.

Segundo ela, a liminar da Vara de Meio Ambiente que liberou obras indispensáveis de infraestrutura também está atrelada ao processo de regularização das Urbes (áreas de urbanização). Arniqueira foi inclusive dividida em várias Urbes para facilitar o cadastramento das famílias e, também para delimitar as áreas próximas a APA.

“O processo de regularização do Setor Habitacional Arniqueira está em andamento. Para a regularização a região foi dividida em nove Urbes: URB-RP 001/17, 002/17, 003/17, 004/17, 005/17, 006/17, 007/17, 008/17 e 011/17 que, devido as suas peculiaridades, tramitam em processos distintos. A URB 005 é a mais avançada e já se encontra cadastrada aguardando liberação para compra. Já a URB 001 aguarda cadastramento. As demais estão em atualização de Projeto Urbanístico para aprovação junto ao Conselho de Planejamento”, explicou Telma.

No mês de abril, foi a vez da Descida das Mansões (Conjunto 6) que recebeu recapeamento para garantir o acesso dos moradores às suas residências, pois a pista recebeu, nas últimas chuvas, um fluxo muito grande de água, que resultou na abertura de grandes buracos e rachaduras ao longo do asfalto e segundo a administradora essa ação é bem melhor que a tapa-buracos.

Com a Lei de criação da Região Administrativa de Arniqueira (Lei nº 6.391), sancionada pelo governador em primeiro de outubro de 2019, definiu que a RA compreende todo o Setor Habitacional Arniqueira, a Área de Desenvolvimento Econômico (ADE) e as quadras (QS) 6, 8, 9, 10, 11 e parte da QS 7 do Areal. Ao assumir parte do Areal, a administração também retomou o projeto de regularização das áreas complementares do Areal junto com as Urbes.

“Nosso governador está dando todo o suporte para o funcionamento da nossa administração recém-criada”, ressaltou a administradora. Mas é necessário ressaltar a importância da cooperação da população, pois a regularização da cidade está em processo. “Precisamos que a população tenha paciência, pois, por enquanto, só ações paliativas podem ser realizadas”, finalizou Rufino.

TRAJETÓRIA POLÍTICA DE TELMA RUFINO

Telma Rufino foi Deputada Distrital em outubro de 2014, e assumiu o segundo mandato até novembro último. Na Câmara Legislativa do Distrito Federal (CLDF) foi uma legítima representante das mulheres. Foi, também, Presidente da Comissão de Assuntos Fundiários (CAF) por quatro mandatos consecutivos. E foi Procuradora (2015-2016) e Vice Procuradora (2017-2018) da Procuradoria Especial da Mulher, pasta criada em 2013, que na CLDF tem como objetivo atuar em prol da defesa, da fiscalização e proposição de Leis e medidas em defesa do gênero, combatendo à violência doméstica, o preconceito e reduzindo as desigualdades.



Deliverys diferentes na quarentena



Que tal uma delícia gelada?!

Não sei vocês, mas nesse momento de quarentena o que eu mais tenho feito é comer! Socorroooo... Tem sobrado muito tempo para pensar em comida, não é mesmo?! E ainda tem aqueles dias que bate uma vontade de algo diferente, né!? Esses dias deu vontade de sorvete. Foi quando conheci a Mega Frutti (@megafruttiaguasclaras). Genteee... Que delícia!! São mais de 50 sabores de sorvetes, 30 sabores de picolés, além das Paletas Mexicanas e o Açaí. Eu optei por uma tradicional paleta mexicana de morango com leite condensado e um bombom de sorvete de limão. Divinos! Deu água na boca, né!? Mas não precisa passar vontade, eles entregam! Pelo Ifood e pelo Whatsapp (61 99977-1956). Já vou pedir de novo! E quando a quarentena acabar, minha meta é conhecer a loja que é um charme.



Uma jóia pra durar

Ah gente, eu gosto muito de me enfeitar, um brinco, um colar, um anel... E como é bom ter jóias de qualidade, que não vão te dar reação alérgica, né!? Através do Águas Claras Mídia eu conheci a Gisa (@acessoriosgisa) que trabalha como semijóias finas e prata 925. Chic, né?! Achei as jóias lindas e o fato de ter garantia me dá uma segurança em pagar o preço de ter uma jóia pra durar. Já vou lembrar aqui em casa que estou merecendo uma jóia de presente no Dia das Mães (risos)... mas você pode se presentear, também. Super válido! E a Gisa faz atendimento online, essencial nesse momento.



Põe na Mesa

Em dias de isolamento social, todo dia a gente procura algo diferente para comer, né!? Que tal um café da manhã, ou lanche da tarde com um pão artesanal quentinho e fermentado naturalmente?! A Põe na Mesa (@poenamesaoficial) está com delivery de pães super diferentes e saborosos. Tem um de abóbora japonesa e outro de chocolate com nozes que são divinos. Todo mundo deveria experimentar!



Todo dia é dia de make

A gente até respeita o isolamento social, mas não é por isso que precisamos deixar de ser divas, não é mesmo?! E para não deixar a mulherada na mão, sem a make sagrada de cada dia, a Rouge Make Up criou um site (www.rougemakeup.com.br) para você fazer sua compra sem sair de casa. Achei D+! Se eu fosse você já acessava agora...e garantia a reposição da make para arrasar nas lives no sofá, ou quando acabar a quarentena.

Mediação de conflitos online na quarentena

Mediar e Resolver é uma plataforma digital de mediação de conflitos

Por Brunna Feitosa | Foto Patrícia Rebelo

O isolamento social devido ao Covid-19 mudou a rotina da população em praticamente todos os aspectos da vida cotidiana do planeta. Entretanto, os conflitos continuam existindo, o que mudou foram as formas de resolvê-los. Para ajudar a resolver e a desafogar o judiciário existe uma plataforma de mediação online chamada Mediar e Resolver.

Atentos aos conflitos entre vizinhos, que aumentaram em função do isolamento social, a mediação online entre vizinhos será oferecida gratuitamente para todo o Brasil.

Analice Cabral Costa Andrade, de 41 anos, criadora e fundadora da Mediar e Resolver, conta que a plataforma online nasceu de um Projeto de Pesquisa Universitário em fevereiro de 2019, com alunos de graduação em Direito da UNICEPLAC. O trabalho rendeu e em novembro do mesmo ano, o projeto se transformou em startup, realizando audiências de mediação digitais. Nesse momento a mediadora e advogada Mara Xavier de Almeida entrou para a coordenação da Mediar e Resolver junto com Analice. Durante o isolamento, com a colaboração da Associação dos Mediadores e Árbitros do Distrito Federal (Amar/DF), lançaram o projeto “Resolva Já”, dentro da plataforma, com o objetivo de auxiliar, gratuitamente, conflitos de vizinhos sem sair de casa no âmbito do Distrito Federal.

“Nós estávamos em uma aula de Teoria Geral de Processo quando um aluno falou que o Conselho Nacional de Justiça (CNJ) possuía o registro de todos os processos que existiam dentro do judiciário e que dava em média de 2 a 3 processos por brasileiro, considerando o número de habitantes e de processos que existem no Brasil. Essa média faz com que com que os processos sem litígio demorem em média, 4 anos para a solução. O aluno perguntou, indignado, como poderia se resolver isso mais facilmente, e quando eu sugeri a mediação, ele contrapôs que ninguém quer ir à uma mediação presencial, que é muito chato, e muito



“

Se o mesmo processo for para a justiça, vai sair mais caro e mais demorado, assim tentamos chegar a um acordo que é mais barato e menos cansativo.

● Analice Cabral Costa Andrade

trabalhoso. Então veio a ideia de implantar a mediação online já que a legislação permite o uso da internet para solução de conflitos e para a resolução de casos que não precisem de uma decisão judicial. Se o mesmo processo for para a justiça, vai sair mais caro e mais demorado, assim tentamos chegar a um acordo que é mais barato e menos cansativo”, conta Analice.

A ideia é que qualquer pessoa tivesse acesso ao sistema, do mais leigo ao mais capacitado, portanto a plataforma é muito simples e autoexplicativa. Você faz o login no site, digita seus dados e descreve detalhadamente o problema que exige mediação, qual a sua situação e, se possível, fornece os dados da outra parte. Rapidamente, dependendo do horário, um dos moderadores entra em contato com a parte que nos pediu auxílio.

São 12 mediadores, treinados e capacitados, que trabalham em escala de plantão. Há até mediadores noturnos para responder as mensagens enviadas durante a madrugada, mas retornam o contato durante o horário comercial.

O mediador responsável pelo caso entra em contato com o requerente para coletar maiores detalhes e depois com o requerido para verificar se há interesse em resolver o conflito com um acordo. É então agendada uma reunião online, no horário adequado para ambas as partes, usando a plataforma Mediar e Resolver, o mediador entra em um chat com três janelas, sendo uma com os dois envolvidos, outra só com o requerente, a última só com o requerido. Dessa maneira, o mediador tem a liberdade de falar privadamente com cada um ou em conjunto se assim for combinado entre as partes.

“Tivemos um caso em Águas Claras que a pessoa não sabia quem estava tumultuando a vida dele, conta Analice Cabral. Entramos em contato com o síndico do prédio, que também não sabia quem era o responsável pelo som altíssimo. A solução foi o síndico colocar informações nos elevadores, alertando sobre a multa por desordem e fez uma campanha de convivência harmoniosa no prédio. As medidas surtiram efeito.

Entretanto a plataforma não se limita a conflitos entre vizinhos. Qualquer situação pode ser resolvida através de media-

dores, com exceção de casos de violência doméstica e ações penais incondicionadas (como matar ou tentar matar alguém).

A forma de contato imediata é o WhatsApp ou o telefone para que o atendimento seja agilizado. Chegamos a usar o e-mail, mas era muito demorado. Também não é usada a videoconferência, porque a imagem muitas vezes irrita a outra parte. “A imagem mais atrapalha que ajuda”, diz a advogada Analice Cabral Costa Andrade.

A presidente da Amar/DF, Francilma Mendonça, entrou em contato pedindo a colaboração da Mediar e Resolver na ação social Resolva Já, uma ação social voltada para a resolução de conflitos de vizinhança, mas vários outros pequenos conflitos solicitados entraram no projeto também nessa época de coronavírus por conta da plataforma.

Por causa do sucesso e da grande procura da plataforma Mediar e Resolver, o projeto, que inicialmente tinha como foco somente o Distrito Federal, foi ampliado para todo o Brasil.

Para ser mediador, não é necessário ser advogado, mas é recomendado fazer um curso de formação com as técnicas da mediação. Os cursos são presenciais, porque precisam de um período de prática e tem uma carga horária pesada com aulas teóricas e práticas.

Além de mediação de vizinhos, são feitas mediações para divórcio, guarda de crianças, pensão alimentícia, acidentes de carros, locação, relações de consumo, praticamente tudo, à exceção da violência doméstica e ações penais. Quando ambas as partes entendem como funciona a mediação, o sucesso é de 100% de acordos fechados. Além desses casos, a mediação serve para empresários, empregados, com acordos trabalhistas e para os consumidores também.

Então se você tem algum conflito entre em contato no site da Mediar e Resolver no <https://www.mediarerresolver.com.br>



Vamos falar de comida boa? O Nakza, na quadra 301, está sob nova direção. E que direção! O restaurante é pequeno, aconchegante e perfeito para levar o crush, mas pode levar a família também. No dia que fomos tinha um grupo de seis mulheres que pediram uma barca que ocupava duas mesas!!!

Como aperitivo pedimos ceviche de tilápia Saint Peter, que vem com *crisp* de batata doce em cima, e o tataki de salmão ao molho especial (O tataki é um jeito de preparar o peixe ou a carne na culinária japonesa. É o salmão selado sobre uma chapa quente ou direto no fogo, deixando cozido por fora e cru por dentro). Não sei qual deles estava mais gostoso. Jesus!



Uma coisa que vale a pena ressaltar é que o cardápio do Nakza é bastante extenso e tem opções para todos os gostos e idades, inclusive com pratos quentes. E o que não tem você pode pedir, que se eles tiverem os ingredientes disponíveis, certamente, vão preparar pra você uma receita inédita e deliciosa.

Aliás, o atendimento do Nakza também é diferenciado, porque pode não ser 5 estrelas, mas com certeza é o mais prestativo e simpático.

E para encerrar o *course* de entradas ainda pedimos a flor de Sahimi maçaricado (o salmão é tostado com um maçarico). Morre! Morre bem morrido porque é uma das coisas mais gostosas que já comi na vida!

Depois pedimos uma variedade enorme de pratos diferentes. Eles têm uma série de pratos que vem com esses mimos em cima, tipo *crisp* de couve - são os Hot Couve Hot camarão, um dos meus preferidos, Hot Filadélfia, Hot de morango com cream cheese, tem o *crisp* de alho-poró também. Que ideia sensacional!

Nakza Sob Nova Direção

Mais uma opção de Japonês na cidade



Ainda tinha o Niguri de salmão, que é o peixe por cima do arroz, Jow Salmão, que é um dos mais gostosos do cardápio. Sente o drama dessa iguaria. Ainda veio Uramaki de Filadélfia e o Maki de Filadélfia. Já ficou doido?

Depois veio a robata, que são espetinhos variados e fritos que derretem na boca. Pedimos de frutos do mar, brócolis, Harumaki de camarão, camarão crocante e lula crocante. Gente, não dá pra falar, então vejam as fotos. Pena que não dá pra sentir o delicioso aroma que exala dessas maravilhas do oriente.

Aí vem o Salmão Fry com cobertura de maracujá que, se possível, é o mais gostoso de todos, cream cheese e camarão enrolados em uma fatia de salmão, com calda grossa de maracujá. Acabaram as palavras do dicionário para descrever esse prato.



Aí quando você acha que não aguenta mais, vem uma sobremesa ESPETACULAR! De banana com NUTELA!!! Dispensa descrição né?



Só sei o seguinte: Foi tudo deliciosamente saboreado! E, espero que acabe logo a quarentena para que possamos ir correndo ao Nakza apreciar essas maravilhas gastronômicas. No mais, deliciem-se com essas fotos de alguns dos pratos mais deliciosos que o homem já criou!



Mas enquanto isso você pode saborear essas delícias na sua casa no jantar.



SERVIÇO

Horário de funcionamento:

Almoço: de 11:00 às 15:00

Jantar: de 18:00 às 23:00

Endereço: Quadra 301, Rua D, Conjunto 01, lote 9, Águas Claras - DF

Delivery: Retirada - 3970-6736

WhatsApp: 99808-4210

Redes sociais: @nakzasushi

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-O

Assessoria Contábil
Declaração IR Pessoa Física
Declaração IR Pessoa Jurídica

Cuidando do seu patrimônio com dedicação e respeito



(61) 99943-9897 (Diego Pacheco)



ferreiraepachecoassessoriacontabil