

HERANÇA SEM CONFLITOS

O que você precisa saber sobre
planejamento sucessório

CALÇA BAGGY

O estiloso ícone dos
anos 90 está de volta

CORTAR OU NÃO CORTAR?

Descubra a verdade sobre o glúten

Ano 17 | Nº 171
Distribuição gratuita
Proibida comercialização



Para quem busca conteúdo

GILSONSONS

Trio mistura beats com tradição e conquista público de todas as idades



VENHA AO VILLA VINSANTO E
TENHA UMA EXPERIÊNCIA INESQUECÍVEL



VILLA
VinSanto

TRATTORIA | PIZZERIA | GRIGLIA | PANETTERIA



Imagens ilustrativas. Sem escala. Fotos: Alex Moulinho e Raphael C. Vão.



Coordenador Geral
Rafael Jorge Pereira

Coordenador de Criação
André Maffei

Jornalista Responsável
Juliana Moreno - MTB: 0056878/SP

Colaboradores
Gabriela Barreto / Vanessa Vichi
Fernanda Muffato
Drª Ana Paula Sanches Correia
Salvador Corrêa Neto

Foto Capa
Maria Magalhães

Fotografia
Raphael Chespkassoff
Vincenzo Daldoss

Filmagem
Matheus Bonates

Revisão
Juliana Moreno / Rafael J. Pereira

Diagramação / Projeto Gráfico
Thiago Nehring

Departamento Jurídico
Márcia de Oliveira Rosa - OAB/SP 377.408

Agradecimento
Ágata Cunha

Tiragem/Impressão
5.000 exemplares
Gráfica Santa Edwiges

Distribuição
Boituva, Iperó e Tatuí

Empresa
Pereira e Maffei Editora LTDA
CNPJ: 13.970.830/0001-93

Anúncios e Publicidade:

Avenida Pereira Ignácio, 378
1º andar - sala 07

(15) 99114-2136

(15) 99744-9382

contato@outdoorregional.com.br



Revista Outdoor Regional



@outdoorregional



@outdoorregional

www.outdoorregional.com.br

A revista não se responsabiliza por conceitos e opiniões emitidos por entrevistados e colaboradores, assim como não se responsabiliza pelo conteúdo de informes e anúncios publicitários

Carta ao leitor

Nesta edição, o destaque vai para o trio Gilsons, formado por José, João e Francisco Gil — filho e netos de Gilberto Gil. Em entrevista, eles compartilharam detalhes sobre a construção de sua identidade musical, o processo de criação das composições e os próximos planos da carreira. Na editoria de Direito, abordamos a relevância do planejamento sucessório, um tema fundamental, mas ainda cercado de dúvidas. Já em Nutrição, desmistificamos os principais mitos e verdades sobre o glúten. Em Moda, o assunto é a calça baggy, peça que marcou os anos 90 e que agora retorna com força tanto nas passarelas quanto nas ruas. Esses e outros conteúdos aguardam você nas próximas páginas. Boa leitura!



**Juliana
Moreno**

Jornalista Responsável pela
Revista Outdoor Regional



juliana@outdoorregional.com.br



Índice

6 Música
8 Nutrição
10 Moda
12 Social

28 Capa
32 Viagem
34 Direito
38 Vida Organizada



O espaço de aprender sabendo o que aprende e para que aprende.

Lugar de crescimento consistente, definitivo, permanente.

Ao lado de gente que aprende junto, que realiza os mesmos sonhos.

 /anglodeboituva

 @colegioanglodeboituva

**O LUGAR ONDE
O ESFORÇO ENCONTRA**

RESULTADO

Unidade I

(15) 3263-2136

Travessa Nüssli, 20

Unidade II

(15) 3264-1457

Roque Antunes Fragoso, 75



Venha fazer
parte da
Nação Anglo



anglodeboituva.com.br

contato@anglodeboituva.com.br



> Djavan lança “Um Brinde”, primeira amostra de seu novo álbum Improviso

Djavan lançou “Um Brinde”, primeiro single de seu 26º álbum de inéditas, “Improviso”. A canção apresenta o artista alagoano em sua essência, voz e violão, acompanhado por um time de músicos de destaque. O disco completo estreia em 13 de novembro, com 12 faixas

inéditas, e abre oficialmente as comemorações dos 50 anos de carreira de Djavan — trajetória que começou em 1976, com o clássico “A Voz, o Violão, a Música de Djavan”. As celebrações também incluem uma turnê especial, que ainda terá datas, locais e detalhes de ingressos revelados.



> Tomorrowland 2025

De 10 a 12 de outubro, o Tomorrowland Brasil reuniu milhares de fãs no interior de São Paulo para três dias de música eletrônica, energia e experiências inesquecíveis. Considerado um dos maiores festivais do mundo, o evento aconteceu no Parque Maeda, em Itu, a apenas 1h30 de São Paulo, e apresentou uma cenografia de tirar o fôlego,

além de promover diversidade e conexão entre artistas e público. Mais de 150 nomes se apresentaram na edição de 2025. Entre os destaques internacionais estiveram David Guetta, Armin van Buuren e deadmau5, enquanto a cena nacional foi representada por grandes nomes da música eletrônica, como Alok, Vintage Culture, Zerb, KVSH e Cat Dealers.



> Cardi B lança aguardado segundo álbum, “Am I The Drama?”

Sete anos após estreitar e dominar as paradas com “Invasion of Privacy” (2018), Cardi B lançou o tão esperado segundo álbum da carreira, “Am I The Drama?”. Com 23 faixas, o trabalho mostra a rapper em sua forma mais afiada, equilibrando batidas pesadas, rimas afiadas e letras confessionais. Além de revisitar sucessos já conhecidos como “WAP” (com Megan Thee Stallion), “Up”, “Outside” e “Imaginary Playerz” — que traz sample de Jay-Z —, o álbum chega recheado de inéditas e parcerias de peso. A lista de convidados inclui nomes como Janet Jackson, Tyla, Selena Gomez, Kehlani, Lizzo, Summer Walker, Cash Cobain, Lourdiz e, claro, Megan Thee Stallion.

BR CONECTA

Internet mais rápida e de qualidade

Nossa conexão é com você!
Assine já e garanta o melhor preço.

400 MEGA

Por apenas

R\$79,90
mensais

Nos três primeiros meses.
Após este período, o valor será de R\$ 89,90/mês.



15 GB no
Disco Virtual



Wi-Fi
Grátis



+ de 90 Canais
no BRTV Play

600 MEGA

Por apenas

R\$99,90
mensais

Nos três primeiros meses.
Após este período, o valor será de R\$ 109,90/mês.



35 GB no
Disco Virtual



Wi-Fi
Grátis



+ de 90 Canais
no BRTV Play

1 GIGA

Por apenas

R\$129,90
mensais

Nos três primeiros meses.
Após este período, o valor será de R\$ 169,90/mês.



100 GB no
Disco Virtual



Wi-Fi
Grátis



+ de 90 Canais
no BRTV Play

EU QUERO



Assine com a BR Conecta e tenha:



Instalação
Gratuita



Assistência
Técnica 24h



0800 000 2949



brconecta.com.br

BR
conecta



Glúten: mitos e verdades

Descubra as diferenças entre doença celíaca e sensibilidade ao glúten, e por que cortá-lo sem necessidade pode trazer prejuízos

O glúten é uma proteína naturalmente presente em cereais como trigo, centeio e cevada. Ele é responsável pela elasticidade das massas e pela textura macia de pães, bolos e outros produtos assados. Nos últimos anos, ele se tornou um dos principais vilões da alimentação, mas será que ele é realmente tão prejudicial assim?



O glúten faz mal para todo mundo

Mito. Para a grande maioria da população saudável, o glúten não causa nenhum problema. Os que devem evitá-lo são pessoas com doença celíaca, sensibilidade ao glúten não celíaca ou alergia ao trigo, condições que devem ser diagnosticadas por um profissional qualificado.

Retirar o glúten emagrece

Mito. Não há evidência de que o glúten engorda ou causa retenção de líquidos. Muitas pessoas que perdem peso ao tirar o glúten, na verdade, estão reduzindo o consumo de alimentos ultraprocessados, como pães, massas e bolos. Ou seja, não é o glúten o vilão, mas o padrão alimentar.

Produtos sem glúten são mais saudáveis

Mito. Nem sempre. Muitos produtos industrializados sem glúten são ricos em açúcares, gorduras e aditivos, e pobres em fibras e nutrientes. Além disso, eles podem ser mais calóricos que os tradicionais. Uma alimentação saudável depende do todo, não apenas de excluir um ingrediente.

Pessoas com doença celíaca não podem consumir glúten nem em pequenas quantidades

Verdade. A doença celíaca é uma condição autoimune grave, em que a ingestão de glúten, mesmo em traços, pode causar inflamação e danos intestinais. Para essas pessoas, a dieta sem glúten deve ser rigorosa e permanente, com orientação nutricional especializada.

Intolerância ao glúten e doença celíaca são a mesma coisa

Mito. São condições diferentes. A doença celíaca é uma doença autoimune. Já a sensibilidade ao glúten não celíaca causa sintomas semelhantes (como inchaço, gases ou fadiga), mas sem causar lesões no intestino e sem testes laboratoriais conclusivos. A orientação deve ser sempre individualizada.

Cortar o glúten sem necessidade pode trazer mais riscos do que benefícios, inclusive deficiências nutricionais, e até transtornos alimentares. Procure um nutricionista antes de fazer mudanças na dieta. Alimentação saudável é aquela que respeita suas necessidades individuais.

FAÇA PARTE DA

UNIP

UNIVERSIDADE PAULISTA

POLO BOITUVA

Mais de 90
cursos de
Graduação e
Pós-Graduação

A Nº1 DO BRASIL!



INSCREVA-SE!

AQUI!



Educação de qualidade com
preço acessível.

Invista em você a partir de
R\$ **98,00**

📍 Rua Augusta Moretti Picco, 70 – Centro de Boituva
(junto ao Colégio Vector Objetivo Boituva)

☎ (15) 99163-0808

📷 @unipboituva



Calça Baggy

O ícone dos anos 90 que voltou com força total

Depois de anos de domínio das calças justas, a moda feminina abraça de vez a silhueta ampla e descomplicada. A calça baggy, que surgiu nos anos 80 e se consolidou nos 90 como símbolo de atitude urbana, ressurge nas passarelas e no street style com uma proposta atualizada: unir conforto, estilo e versatilidade em uma só peça.



Versões modernas e versáteis

Seu diferencial está no shape volumoso, com cintura mais alta e pernas amplas, que proporciona liberdade de movimento e imprime um ar cool instantâneo ao look. Não é à toa que estilistas e influenciadoras têm apostado nela como peça-chave para um guarda-roupa moderno. A nova baggy aparece em diferentes versões: do jeans clássico de lavagem clara, que remete à estética retrô, aos modelos em alfaiataria, perfeitos para quem deseja sofisticação sem perder o toque fashionista. A tendência também se expande para tecidos como sarja, linho e até couro, ampliando as possibilidades de uso e permitindo transitar entre ocasiões casuais e produções mais elaboradas.

Como usar a calça baggy

Outro ponto a favor é que a baggy se adapta a diferentes estilos: ela pode compor um look despojado, com tênis e camiseta básica, ou ganhar elegância combinada a saltos e camisas de corte refinado. A peça também conversa bem com acessórios marcantes, como cintos largos e bolsas estruturadas, reforçando a ideia de personalidade na composição. Mais do que moda passageira, a baggy se firma como um reflexo do comportamento atual, em que o conforto e a autenticidade ocupam o centro da cena fashion.



Dicas

- Equilibre volumes com partes de cima ajustadas;
- Prefira o comprimento que encoste no peito do pé;
- Escolha o tecido de acordo com a ocasião.



colégio vector

OBJETIVO

Grandes jornadas começam **AQUI.**

**Agende a sua visita,
garanta já sua
matrícula!**

**Matrículas
ABERTAS!**

EOE6

OBJETIVO



Cátia Cisoto



Katia Cruz

Rua Augusta Moretti Pico, 70 - Jd. Vicente Laureano - Boituva/SP
www.objetivoboituva.com.br - (15) 3263-3971



@objetivoboituva

Reinauguração Empório Central

No dia 30 de agosto, o Empório Central reabriu suas portas em um novo espaço, ainda mais amplo e completo. Agora, os clientes podem desfrutar de uma grande variedade de produtos: desde itens a granel até vinhos selecionados, doces, suplementos e uma linha diversificada de produtos naturais de alta qualidade.

📍 Rua João, 77 - Centro - Boituva/SP

☎️ (15) 99130-6140

📷 @emporiocentralboituva

Fotos Raphael Chespssoff







Social

Inauguração Espaço Bebê Colégio Portinari

Colégio Portinari Boituva inaugurou seu Espaço Bebê: um ambiente acolhedor e seguro, pensado com carinho para crianças de 4 meses a 3 anos. O espaço foi projetado para estimular descobertas e vivências que marcam cada fase do desenvolvimento infantil, desde os primeiros passos.

Rua 9 de Julho, 299, Centro, Boituva/SP

Unidade 1
Rua Bruna V. Vercelino, 131, Centro, Boituva/SP

(15) 99787-8556

@colegiportinariboituva

Fotos Raphael Chespssoff



Há 24 anos realizando
Comemorações!



📞 15 99723-0482

📷 @BuffetGardenal

📍 Tietê/SP



Estampas exclusivas **#OutCast**
e **#OutdoorRegional** na

loja.suacomedia.com.br

Compre, gaste e seja feliz! 🥰



NÃO É SILK SCREEN



SUA
COMÉDIA

NA LATA DE VIDRO

Vila das Oliveiras

A galeria da beleza para todos os cachos

A Vila das Oliveiras nasceu com um propósito claro: ser uma galeria da beleza onde quem busca resultado encontra tratamento especializado e produtos profissionais à altura. Pensado tanto para o cliente quanto para o profissional, o espaço reúne serviços completos para quem valoriza texturas, curvaturas e acabamentos impecáveis, com destaque para duas grandes especialidades: cacheada e morena iluminada.

À frente do empreendimento, está Wilma Oliveira, mais de 13 anos de experiência no setor e mais de três anos à frente de um salão especializado em cachos. Ela traz ao espaço know-how, respeito

pela diversidade dos fios e um atendimento que prioriza resultado, saúde capilar e bem-estar.

Outros serviços

Aqui você encontra atendimento dedicado a todas as curvas dos fios: cortes e técnicas específicas para cachos e curvaturas, colorações e luzes pensadas para realçar tons morenos, além de tratamentos que respeitam a saúde e a forma natural do cabelo.

O serviço vai além dos cabelos: a Vila das Oliveiras oferece também profissionais especializados em design de cílios e sobrancelhas, manicure, depilação e trancista,

e em breve contará com um profissional barbeiro para completar a experiência.

Glamorosa

O espaço conta também com uma loja exclusiva da Glamorosa, uma curadoria de produtos certos para todos os tipos de curvaturas. São fórmulas e marcas profissionais selecionadas para entregar resultado no dia a dia e no atendimento técnico, ideais tanto para quem cuida dos próprios fios quanto para quem trabalha no mercado de beleza.

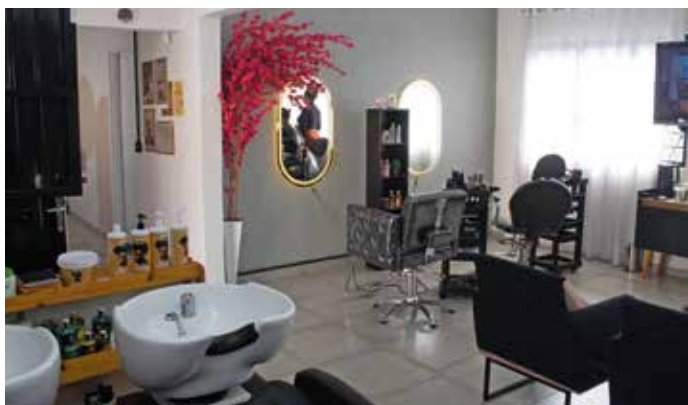
📍 Rua Cel. Eugênio Motta, 777 - Centro, Boituva - SP

☎ (15) 99126-6731

📷 @studiowilmaoliveira

Fotos: Vincenzo daldoss





Sala para locação

Medidas da sala: 13.30 m2

Valor: 1.100,00

Incluso: água, energia, internet

Locação direto com o proprietário:
(15) 99126-6731

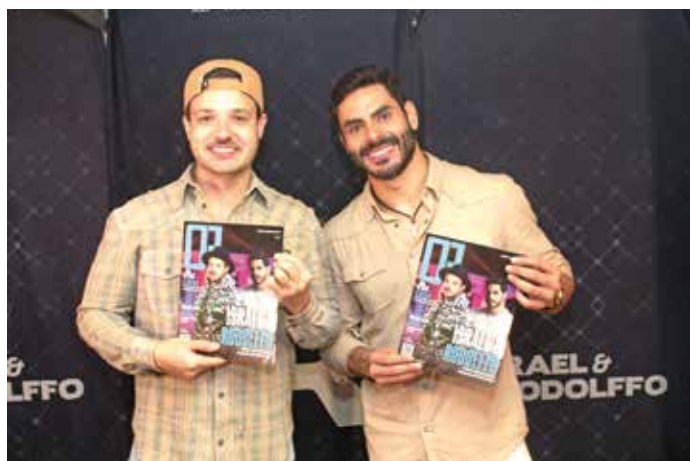
Obs: apenas para área da beleza

Boituvana 2025

Entre os dias 4 e 6 de setembro, Boituva celebrou a 36ª edição da Boituvana, evento que atraiu um grande público e animou a cidade com shows de Thiago Carvalho, Leonardo, Israel & Rodolfo e Maiara & Maraisa. Foram três dias de festa, música e muita energia, marcando mais um capítulo na história dessa tradicional comemoração.

Fotos: Vincenzo Daldoss





Dr. Hélio Primo Sebastiani
CIRURGIÃO DENTISTA
CRO-SP 80.132

**Estética | Próteses | Ortodontia
Implantodontia | Clínica Geral**

(15) 3263-1435 - helio.primo@hotmail.com
Cel. Eugênio Motta, 97, Centro - Boituva/SP



Social

1ª Corrida e Caminhada Sport Training

No dia 21 de setembro, foi realizada a 1ª Edição da Corrida e Caminhada Sport Training, um evento voltado para toda a família. A programação reuniu diversas modalidades: 50m Kids, 3 km PCD, 6 km Corrida e 3 km Caminhada. Vale destacar que essa foi a primeira vez, em Boituva, que uma corrida contou com a inclusão de participantes com deficiência (PCD), organizados em categorias que consideraram o tipo e o grau de deficiência — visual, física e intelectual.



Fotos: @fotosdogil09








38 Anos

Mundo Verde

VOCÊ MAIS SAUDÁVEL

 @MundoVerde_Boituva
 (15) 99752-8756
 Av. Zélia de Lima Rosa, 1089, Boituva/SP




1 ANO
BOITUVA/SP



Liderança Transformadora em Tempos de Incerteza

No dia 18 de setembro, o **Teatro Boituva – SP** foi palco da palestra *Liderança Transformadora em Tempos de Incerteza*, conduzida por **Paulo Paiva**, palestrante renomado com mais de 20 anos de experiência no desenvolvimento de líderes e equipes em empresas de diversos segmentos. O evento reuniu um público diverso, formado por profissionais da cidade e da região, que participaram ativamente de reflexões essenciais

não apenas para as organizações, mas também para a sociedade e para o futuro do país. Durante a palestra, Paulo Paiva destacou:

- A diferença entre gestão e liderança.
- O papel do líder no equilíbrio entre **conhecimento (saber)**, **habilidade (saber fazer)** e **atitude (querer fazer)**.
- O impacto do comportamento organizacional e do modelo mental nas práticas de liderança.

• Ferramentas indispensáveis para ampliar performance e resultados, como **coaching**, **feedback**, **delegação** e **mentoria**.

Encerrando o encontro, deixou uma poderosa reflexão: *“Independentemente do segmento ou porte da empresa, o sucesso profissional começa na autoliderança.”* Para conhecer mais sobre o palestrante, siga @paulopaivapalestrante ou acesse: www.paulopaiva.com.br

Fotos: Fábio Augusto





Conexão Mulheres Empreendedoras

No dia 24 de setembro, ocorreu a 15ª edição do Conexão Mulheres Empreendedoras, realizada no Bistrô Delícias do Chef. O encontro contou com uma palestra sobre saúde da mulher, abordando temas como autocuidado, saúde íntima e prevenção. Além disso, as participantes tiveram a oportunidade de participar de sorteios de brindes e desfrutar de momentos de networking e troca de experiências.

Fotos: Ana Eliza Frazão | Cyntia Mendonça





OUTUBRO ROSA

MÊS DEDICADO A CAMPANHA DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O CÂNCER DE MAMA.

**SE AME
SE TOQUE,
SE CUIDE!**

Fique atenta **aos sinais!**

- Alteração na forma da mama ou mamilo
- Liberação de líquido do mamilo sem apertar
- Inchaço e nódulos na área da axila
- Nódulo ou caroço que não diminui
- Assimetria entre as duas mamas
- Enrugamento da pele tipo casca de laranja
- Dor constante de mama
- Vermelhidão da mama e coceira frequente

Se Cristo comigo vai

**NÓS APOIAMOS
ESSA CAUSA!
PREVINA-SE!**

PASTORA SANDRA ALVES JÔNATAS ALVES

O PALCO É SEU!

REALIZE O SEU EVENTO NO TEATRO BOITUVA!



**SHOWS - PALESTRAS - CURSOS - WORKSHOPS
CONVENÇÕES - REUNIÕES E MUITO MAIS!**

2 AMBIENTES - RECEPÇÃO - CAMARIM - SOM E ILUMINAÇÃO

BOITUVA BUSINESS PARK - AV. VER. JOSÉ ÂNGELO BIAGIONI, 660, BOITUVA/SP



TEATRO BOITUVA

15 98824-3870

@TEATROBOITUVA

Inauguração da SkyFit Boituva

No dia 16 de setembro, Boituva ganhou um novo espaço voltado ao bem-estar: a SkyFit Boituva. Com mais de 1.300 m² e amplo estacionamento, a academia oferece equipamentos modernos, estrutura completa e uma equipe de professores qualificados para acompanhamento personalizado dos alunos. O foco é promover saúde, evolução e qualidade de vida.

Fotos: Raphael Chespkassoff







Capa

Juliana Moreno

Jornalista

MTB 0056878/SP

juliana@outdoorregional.com.br



Gilsons

Herança, mistura e uma música que se reinventa





Fotos: Maria Magalhães

Nascido em 2018 sob um nome ao mesmo tempo óbvio e genial, o trio Gilsons — formado por José, João e Francisco Gil, filho e netos de Gilberto Gil — encontrou rapidamente sua própria voz dentro de uma linhagem musical monumental. O que poderia ser apenas um legado virou, nas mãos dos três, terreno fértil para experimentação: canções que conversam com a tradição da MPB e com a modernidade dos beats eletrônicos, sintetizadores e arranjos contemporâneos.

O percurso do grupo é marcado por acertos que ressoaram com público e crítica: do EP “Várias Queixas” (2019) — que deu origem a faixas como “Várias queixas” e “Love, Love” — ao álbum “Pra Gente Acordar” (2022), passando por parcerias certeiras com nomes como Alok, Lagum, BaianaSystem, Tropkillaz, Jota.pê e Murilo Chester. Em meio à pandemia, o trio soube escolher faixas acolhedoras — “Índia”, “Devagarinho”, “Besteira” — que ampliaram sua presença nas plataformas e nos corações dos ouvintes.



com

Zilda Araújo

QUARTAS - 7H:
TESTEMUNHOS

SÁBADOS:
PALAVRA

Inscreve-se!



/Resgatando Valores



Fotos: Maria Magalhães

Origem e identidade

Sobre esse processo de construção de identidade, eles resumem a naturalidade do encontro. “O processo de construção musical dos Gilsons veio de uma forma muito natural. Somos três e os três têm gostos particulares, musicais, influências, mas ao mesmo tempo, como a gente cresceu junto, tem muita coisa ali que a gente compartilha. Somos três jovens, então, tem muita influência da música que a gente curte atual, os beats eletrônicos, os teclados, os sintetizadores. Acho que a influência do Gil vem muito nesse lugar de não ter receio em misturar o que a gente acha importante e tem como influência das gerações mais passadas, mas também com as coisas atuais”, contam.

Uma ponte entre gerações

Essa liberdade de mistura explica por que o público dos Gilsons é tão plural, das crianças e adolescentes aos ouvintes que acompanharam a carreira do patriarca Gil. “É uma coisa que a gente não esperava. Quando a gente faz o nosso som, não tem muita noção de onde vai bater, quem vai ser o público que vai absorver. Então, a gente fica amarrado nessa mistura. Famílias, muita diversidade, a gente fica muito feliz”, comentam.

Dinâmica criativa

Por trás da imagem aparentemente espontânea, há um método de criação coletivo: ideias, composições e instrumentos circulam entre os três até que a peça se encaixe. “Os três trazem composições sempre para o projeto, é uma coisa que a gente acredita muito. E aí essas composições, elas vêm de lugares muito variados, às vezes de parcerias, às vezes de músicas próprias. Todo mundo jogando ideias, mas ao mesmo tempo o José tem um protagonismo, assim, dentro de nós três, no lugar de produção musical. Acho que é uma coisa que foi aparecendo no projeto de uma forma progressiva, ele foi cada vez se encontrando mais nesse papel de organizar as sessões musicais dentro do software, criação de beats, edição”, explica João.



Referências e influências

As raízes e as referências deles também são múltiplas. “A gente gosta muito da turma mais da antiga, da Tropicalia, geração Gil, Caetano, Gal, galera anterior também, da Bossa Nova, Dorival Caymmi, João Gilberto, turma dos anos 70, Novos Baianos. Mas, ao mesmo tempo, a gente também

gosta muito das coisas atuais. Muitos amigos nossos, a turma do Bala Desejo, Rubel, Xênia França, Luedji Luna, Lineker, enfim, tem muita gente também da nossa geração que a gente admira e traz como influência”, explicam.

O próximo capítulo

Com a carreira já consolidada

e olhos voltados para o futuro, o trio prepara o segundo disco. “Sobre novos projetos, a gente tá se organizando sim pra gravar esse disco que vai ser a sequência do ‘Pra Gente Acordar’, que vai ser nosso segundo trabalho mais completo, estamos bem empolgados. Em 2026, o Gilsons vai voltar com tudo”, celebram. Sinal de que a ponte entre herança e novidade ainda tem muito caminho a percorrer.

Soluções sob medida para o TI da sua empresa!

- Gestão e Infraestrutura de TI
- Soluções em Servidores
- Segurança da Informação
- Cloud e muito mais!

R. IT SOLUTIONS
SOLUÇÕES EM TECNOLOGIA

[@r.it.solutions](https://www.instagram.com/r.it.solutions)

[\(15\) 99766-7500](https://www.whatsapp.com/99766-7500)

[Av. Zélia de Lima Rosa, 599, Sala 04, Boituva/SP](https://www.google.com/maps/place/Av.+Zélia+de+Lima+Rosa,+599,+Sala+04,+Boituva+SP)



Rio sem **praia?**

É possível – e também é maravilhoso!



Quando a gente fala em Rio de Janeiro, a imagem clássica é sempre a mesma: sol, mar e calçadão. Mas, na minha última ida à cidade, decidi fazer diferente — deixei o biquíni em São Paulo e fui atrás de outro tipo de paisagem. O resultado? Uma viagem riquíssima, cheia de história, arte, cultura e vistas incríveis. Aqui vai meu roteiro de 5 dias para curtir o Rio de um jeito nada óbvio:

Dia 1 – Santa Teresa, Selarón e Lapa, aquele charme carioca

- Comece por Santa Teresa, um bairro boêmio, com ruas estreitas, casarões antigos, ateliês e uma energia tranquila, inspiradora e colorida. O passeio de bondinho já vale a pena por si só!
- Desça até a famosa Escadaria Selarón, com seus azulejos coloridos de vários países — impossível não tirar uma foto! Costuma ficar cheia, mas sempre dá para achar um cantinho.
- Siga até os Arcos da Lapa, que além de históricos, são belíssimos. Um ótimo passeio pra quem curte caminhar e observar a cidade ao redor.

Dia 2 – Arte e arquitetura

- Vá direto ao Museu do Amanhã, na zona portuária — a arquitetura futurista por si só já vale o passeio, mas o conteúdo é também super inovador.
- Ali pertinho, caminhe até o Boulevard Olímpico, onde está o mural “Etnias”, do Kobra. Gigante, colorido e impactante!
- Dê uma passada no CCB, sempre com exposições interessantes e entrada gratuita. Vale muito a pena!
- E não deixe de entrar no Real Gabinete Português de Leitura — parece cenário de filme de época, lindo!

Dia 3 – Um respiro entre natureza e cultura

- Comece o dia no Parque Lage: trilhas, um café charmoso e uma vista linda para o Cristo Redentor no meio de um casarão antigo. Para tomar o café da manhã, é necessário reservar com antecedência ou encerrar uma fila enorme.
- Visite o Largo do Boticário, uma vila escondida entre os morros, cheia de casinhas coloridas restauradas e com uma vibe super especial.
- Finalize na Casa Roberto Marinho, onde arte e arquitetura se encontram num espaço calmo e cheio de verde.

Dia 4 – Um Rio mais contemplativo

- Aproveite para conhecer a Casa Firjan, que mistura tecnologia, cultura e história num casarão lindíssimo com um brunch delicioso.
- Visite a Fundação Casa de Rui Barbosa, em Botafogo — um pedacinho de história em meio a um jardim silencioso, ótimo para desacelerar.
- Termine o dia no terraço do Botafogo Praia Shopping. Sim, shopping! A vista para o Pão de Açúcar e o Cristo é daquelas que fazem a gente suspirar.

Dia 5 – O que o coração mandar

- Deixe esse dia livre pra se perder por algum cantinho novo da cidade. Que tal entrar em uma livraria ou café escondido? O Rio tem muitos.
- Ou você pode, também, fazer um passeio clichê daqueles que nunca têm erro: sugiro visitar o Cristo ou o Maracanã.

Viajar pelo Rio sem ir à praia é totalmente possível — e, mais do que isso, é inspirador. A cidade respira cultura, história e beleza em cada esquina. Dá pra voltar pra casa de alma lavada, mesmo sem ter entrado no mar.



Desde 1989

servtec

Ar Condicionado & Refrigeração

Conforto e qualidade de vida,
na casa e no trabalho.

Vendas • Instalação • Manutenção

contato@servtecboituva.com.br
vendas@servtecboituva.com.br

Manoel dos Santos Freire,
478, Centro, Boituva/SP

(15) 3263-1659
(15) 3363-5855
(15) 98137-4377



f /servtecboituva

Imagens meramente ilustrativas.

Trabalhamos com as
Melhores Marcas!

Springer

Carrier

Midea

Fujitsu

GREE

DAIKIN

ELGIN

DAIKIN

LG

Electrolux

Consul

YORK

HOMECO

FRANKE

FRANKE

FRANKE

TINTAS PIG

Proteção Total

Protege sua
parede por
até 8 anos

Menos demãos
Lavável
Antirrespingo
Sem cheiro



Fosco Completo

Completa
muito além
do nome

Cobertura
extrema
Fosco
acabado
Sem cheiro



Toque de Seda

Sofisticação
em cada
detalhe

Fácil de
limpar
Acabamento
acetinado
Sem cheiro



Aponte o celular e veja o endereço
para o código e acesse nosso site

Boituva

Novo Endereço:
R. Guilherme Primo, 374

Tel.: 15 3363-1826



A importância do planejamento sucessório

Planejar a sucessão não é sobre morrer, é sobre viver em paz



Falar sobre planejamento sucessório ainda causa desconforto em muitas pessoas. Em um primeiro momento, parece um tema distante, reservado apenas a quem tem muito dinheiro ou já está em idade avançada. Mas essa visão, além de equivocada, impede que muitas famílias se organizem da forma certa e enquanto têm tempo e, infelizmente, muitas pessoas acabam enfrentando situações delicadas justamente no momento mais difícil: depois da perda de alguém querido.

De forma simples, o planejamento sucessório nada mais é do que organizar, ainda em vida, a forma como os bens e responsabilidades serão transmitidos aos herdeiros. É um processo que pode ser feito com tranquilidade, respeitando a vontade da pessoa que deseja planejar, protegendo o patrimônio e, principalmente, evitando conflitos entre os familiares no futuro.

O problema é que, muitas vezes, as pessoas associam o planejamento apenas ao testamento. Outras pensam que só serve para quem tem grandes patrimônios. Na prática,

esse tipo de organização é útil mesmo para quem tem um único imóvel ou um pequeno negócio familiar. E, ao contrário do que se pensa, o planejamento sucessório não é sobre morte, é sobre cuidado, liberdade e paz para quem fica.

Sua importância está justamente na possibilidade de reduzir os custos e a burocracia com inventários, proteger herdeiros vulneráveis, garantir que a vontade da pessoa seja respeitada e até mesmo evitar que bens sejam bloqueados ou partilhados de forma inesperada. Entre os instrumentos que podem ser utilizados, destacam-se o testamento, a doação com reserva de usufruto, a criação de holding familiar, o seguro de vida e as cláusulas restritivas (como inalienabilidade ou impenhorabilidade).

O custo de não planejar

Muita gente só descobre o peso da ausência de um planejamento quando precisa enfrentar um inventário judicial: demora, gastos com impostos, brigas entre irmãos,

bloqueio de contas e até risco de perder bens por falta de organização. Planejar é evitar que isso aconteça e, acima de tudo, é assumir o controle enquanto ainda se pode escolher.

Mais do que bens, um legado

O planejamento sucessório também é uma forma de transmitir valores. Quando uma pessoa decide organizar sua sucessão, ela mostra aos seus herdeiros que o que está em jogo não são apenas os bens, mas a história construída com esforço e a vontade de que tudo continue em harmonia.

Conclusão

Planejar a sucessão é um gesto de amor. É uma forma madura, responsável e cuidadosa de proteger quem amamos e garantir que o que construímos ao longo da vida seja respeitado. E quanto antes esse processo começar, mais leve e tranquilo ele será — tanto para quem decide, quanto para quem um dia irá receber.



APAIXONADA POR VOCÊ

A MAIOR RÁDIO DO SUDOESTE PAULISTA.



UMA EMISSORA DO GRUPO
CENTRAL DE RÁDIO
NOTÍCIAS AM . TERNURA FM . FM VALE VERDE . 107FM

PROMOÇÕES EXCLUSIVAS
WWW.FMVALEVERDE.COM.BR

  /FMVALEVERDE
 @FMVALEVERDE



Do Anonimato à Produção de Fotos para Grandes Marcas Internacionais: 99Food



O mercado de delivery no Brasil vive um momento de gigantesca expansão e acirrada concorrência, onde a imagem do alimento se torna o principal diferencial. É nesse cenário que a 99Food, uma das maiores plataformas do país, busca estratégias que chamem a atenção da sua audiência.

Para a campanha Projeto Seleção Especial 99, que destaca as melhores casas no aplicativo, a empresa buscou um olhar técnico e sofisticado, encontrando no fotógrafo gastronômico Alex Moutinho, que tem sua empresa e reside na cidade de Boituva, o parceiro ideal.

Moutinho, formado em Design Digital e certificado pela Escola Panamericana, é especialista em direção de imagens e fotografia de alimentos e produtos. Sua trajetória começou com o foco em transformar a comida tradicional em imagens de alto impacto, essencial para Aplicativos de Delivery. Sua metodologia é baseada no controle de luz, composição e foodstylist, garantindo a padronização e o contraste visual exigidos por grandes marcas.

Ao liderar o shooting para os 6 restaurantes da "Seleção Especial" da 99Food, Alex não apenas entrega fotos, mas sim estratégia visual que fortalece o posicionamento da 99Food e eleva o nível de atração dos estabelecimentos parceiros. Sua ascensão mostra como o detalhe técnico faz a diferença no resultado final de campanhas que movem milhões.



Em breve, esta produção estará disponível nas redes sociais da 99Food e em painéis de anúncios distribuídos por toda a cidade de São Paulo.

ACOMPANHE MAIS PROJETOS E NOVIDADES NO INSTAGRAM DE ALEX MOUTINHO:

 @ALLEXMOUTINHO

JÁ SE INSCREVEU NO CANAL DA REVISTA **OUTDOOR REGIONAL**?

SPOTIFY

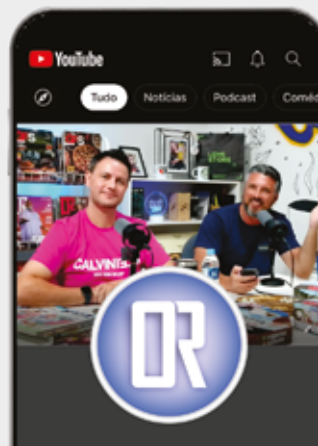


YOUTUBE



INSCREVA-SE!

 /OUTDOOR REGIONAL



P&M
editora

Odontologia Campos

Dra. Daniele Campos

Ortodontia, Implantodontia, Harmonização Facial,
Lentes e Facetas Dentais // CRO - 47.652

R. 09 de Julho, 414, Centro, Boituva/SP - (15) 3263.3087



RESTAURANTE
MICAXU

 (15) **97401.7775**

 R. José Moschiorli, 440, De Lorenzi, Boituva/SP



**Contabilidade em boas mãos
para sua empresa crescer**

ESCRITÓRIO SÃO LUIZ

Rua José Ferriello, 88, Centro - Boituva/SP
(15) 3263-1217 | 3263-5761 - bxsauluiz@terra.com.br





Até Marie Kondo tem bagunça em casa

A “Rainha da Organização” assumiu que não vive na perfeição – e isso pode ensinar muito sobre como lidar com a nossa própria casa



Se você também sente que a casa nunca está perfeita, aqui vão alguns pontos para refletir e aplicar:

Recentemente, Marie Kondo, conhecida mundialmente como a “Rainha da Organização”, declarou que sua casa vive bagunçada depois da chegada dos filhos. A confissão surpreendeu muita gente, mas também trouxe um importante recado: organização não é sinônimo de perfeição.

Muitas vezes, vender a ideia de uma casa impecável afasta em vez de aproximar. Afinal, casa de revista não existe; o que existe são casas reais, cheias de vida, movimento e histórias. E isso é exatamente o que dá sentido ao lar. A organização deve ser pensada como aliada, nunca como vilã. Ela precisa facilitar a rotina, trazer conforto e permitir que a família use os espaços sem medo de “estragar”.

- Esqueça o ideal inatingível: organização não é cenário de foto, é apoio pra vida real;
- Facilite a manutenção: crie sistemas simples, que você consiga manter no dia a dia;
- Use o que você tem: nada de guardar objetos “pra não bagunçar”. Eles devem ser parte da sua rotina;
- Adapte à sua realidade: cada família tem suas próprias necessidades; a organização precisa funcionar para você;
- Busque leveza: mais do que estética, organização deve trazer praticidade e tranquilidade.

Se até Marie Kondo reconheceu que a perfeição não existe, nós também podemos nos permitir viver numa casa real, com espaço pra vida acontecer.



Quer continuar essa conversa?

Me encontre no Instagram:
[@salvadororganizer](https://www.instagram.com/salvadororganizer).

Por lá, compartilho dicas práticas, acolhedoras e possíveis — do jeitinho que a vida real pede. Se quiser me contar como a organização toca a sua história (ou se ela ainda nem chegou por aí), vou adorar te ouvir e ajudar no que puder.



O Centro Empresarial de Boituva



**TRAGA SEU NEGÓCIO
PARA O EMPREENDIMENTO
QUE OFERECE CONFORTO
E PRATICIDADE PARA
VOCÊ E SEUS CLIENTES!**

VANTAGENS E DIFERENCIAIS



Elevadores



Segurança 24h



Recepção



Acessibilidade



Estacionamento
coberto



Salas
climatizadas



Sem cobrança
de condomínio



Ampla mix de
negócios e serviços

AUDITÓRIO EM BOITUVA

- Capacidade para até 105 pessoas;
- Cadeiras modernas e confortáveis;
- Ar-condicionado;
- Banheiros privativos;
- Estacionamento coberto;
- Excelente acústica;

Infraestrutura e diferenciais para
garantir o sucesso do seu evento.



Comercial

(15) 3363-8074

 (15) 99637-5495

www.boituvabusinesspark.com.br

Fale com o
comercial



**A MAIOR
EXPERIÊNCIA
FITNESS ESTÁ
AQUI!**



- ✓ MUSCULAÇÃO
- ✓ SKYDANCE
- ✓ SKYBOX
- ✓ SKYCARDIO
- ✓ +DE 7 MODALIDADES



**ESCANEIE O QR CODE
E SIGA A SKYFIT**

 **@skyfitboituva**

COMPROMISSO COM A
SUA SAÚDE
DEDICAÇÃO AO SEU FUTURO!

SKYFIT
BOITUVA