

REVISTA Perdizes®

E REGIÃO



DESTAQUE

**O LUXO
DE TER TUDO
AO SEU REDOR**

Em Higienópolis e
Perdizes, luxo é poder
resolver a vida a pé

TRADIÇÃO QUE SE RENOVA

O Legado centenário do Colégio Sion, comemorar 125 anos de história é um marco que poucas instituições alcançam mantendo-se, tão vibrantes e atuais



QR-Code Revista
Digital

|  revistaperdizes

|  revistaperdizes

Gabel
COMUNICAÇÕES



TRADIÇÃO QUE SE RENOVA: O LEGADO DE 125 ANOS DO COLÉGIO SION

Comemorar 125 anos de história é um marco que poucas instituições alcançam mantendo-se tão vibrantes e atuais. O Colégio Sion celebra esta trajetória consolidando-se como um farol de excelência acadêmica, onde a tradição não é um olhar para o passado, mas o alicerce para uma modernização constante. Ao alinhar o conhecimento profundo com as novas demandas do século XXI, o colégio reafirma seu compromisso com uma formação integral, que une o rigor intelectual ao desenvolvimento humano, preparando gerações para um mundo em constante transformação com ética, autonomia e criticidade.

Na Educação Infantil, esse alinhamento ganha vida através de um aprendizado profundamente voltado para a experiência e o protagonismo

da criança. Comprendemos que o ambiente é o também é educador e, por isso, o Colégio Sion confere um valor inestimável ao seu amplo espaço verde e às áreas externas. Esses cenários, que funcionam como laboratórios vivos, o contato direto com a natureza e o “pé no chão” não são apenas momentos de lazer, mas fundamentos pedagógicos que estimulam a curiosidade, a investigação e a percepção sensorial, permitindo que o aprendizado floresça de forma orgânica e significativa.

Nossa prática pedagógica adota referências pedagógicas reconhecidas internacionalmente, como as abordagens de Maria Montessori e Reggio Emilia, integrando-as a uma prática contemporânea, sensível e contextualizada. Mais do que metodologias, trata-se de uma escolha de visão de infância.



A criança é reconhecida como protagonista do próprio processo de aprendizagem. Isso se traduz em ambientes organizados com intencionalidade, onde cada elemento convida à exploração, à autonomia e à construção de sentido. Os espaços são pensados como extensões do processo educativo: materiais acessíveis, estímulos sensoriais e propostas abertas favorecem a investigação, a criatividade e a experimentação. Nesse contexto, o aprendizado não acontece de forma fragmentada, mas por meio de projetos que conectam experiências, linguagens e descobertas.

Juntas, essas pedagogias são fundamentais para o aprendizado em coletivo, pois ensinam a criança a colaborar, a respeitar o espaço do outro e a construir conhecimento em comunidade, fortalecendo as competências socioemocionais desde os primeiros passos.

Essa base sólida reflete-se diretamente no processo de alfabetização, que no Sion acontece de maneira contextualizada e prazerosa. Ao invés de uma repetição mecânica, a escrita e a leitura surgem como ferramentas de expressão das descobertas feitas no jardim, nos projetos de autoria e nas interações grupais. Ao integrar o rigor acadêmico com a sensibilidade dessas abordagens, garantimos que a alfabetização seja o resultado de uma criança que se sente segura para explorar, comunicar suas ideias e interpretar o mundo ao seu redor.



Sion
125 anos

📍 Av. Higienópolis 983, São Paulo, SP
☎ (11) 3660-0610
🌐 www.colegiosion.com.br
📍 Colégio Nossa Senhora de Sion - Higienópolis
📱 @sionhigienopolis

SUMÁRIO



26 CINEMA



TEATRO 29



32 TEMA DA EDIÇÃO



Fale com a nossa redação:
Rua Três Rios, 131 Cj. 32
Bom Retiro - CEP 01123-001 - São Paulo - SP

Colaboradores:
Bety Jardimovsky

(11) 99453-2130
gabel@gabel.com.br
www.gabel.com.br



CARO LEITOR

Nesta edição da Revista de Higienópolis e Perdizes, convidamos você a redescobrir dois dos bairros mais charmosos e completos de São Paulo sob uma nova perspectiva: a do caminhar.

Nossa matéria especial mergulha no estilo de vida que torna Higienópolis e Perdizes tão únicos; lugares onde o verdadeiro luxo está em poder resolver a vida a pé. Aqui, o cotidiano ganha um ritmo mais humano: padarias, cafés, livrarias e serviços que estão a poucos passos de casa. Mais do que conveniência, existe uma relação de proximidade e confiança. Aquela em que você é chamado pelo nome e reconhece rostos que atravessam gerações, mantendo vivos os pequenos negócios que dão identidade ao bairro.

E para enriquecer ainda mais essa edição, temos muitas dicas culturais próximas a região. Selecionamos sugestões de cinema, teatro, exposições; tudo ao seu alcance, sem precisar ir muito longe.

Por fim, ampliamos nossos horizontes com uma matéria de turismo dedicada à encantadora Patagônia. Um convite para sonhar, planejar e se inspirar com paisagens deslumbrantes, gastronomia marcante e experiências únicas no extremo sul do continente.

Seguimos, assim, conectando o melhor do seu bairro com o melhor do mundo.

Boa leitura!

Alexandre Gabel



**Maria Eduarda Almeida
e Paulo Macedo**



Agnes Silva
Gestão de Políticas Públicas • USP
Gestão Pública • UFMG
Eng. de Bioprocessos e
Biotecnologia • UNESP
Ciência da Computação • INSPER



Aline Gouvêa
Farmácia • Mackenzie
e Santa Casa
Biomedicina • Sírio Libanês
Eng. Biomédica • Einstein



Ana Clara Rebehy
Arqueologia • UNEB



André Santiago
Administração •
Mackenzie e PUC-SP
Administração / Business •
FAAP



Anita Tabourin
Ciências Biológicas • UFRJ
Biologia Marinha • UNESP



Beatriz Codorniz
Direito • PUC-SP



Camila Barth
Direito • PUC-SP



Cauã Souza
Eng. de Materiais • UNESP
e UNIFEI
Eng. Química • Mauá



Diego Ueno
Design • Mackenzie
Design de Produtos •
Belas Artes



Ellen Beatriz Ghazaryan
Biotecnologia • USP
Ciências Biológicas • UNESP



Eloísa Lima
Direito • Mackenzie



Enzo Chedid
Administração • Mackenzie
Direito • Mackenzie



Felipe Macian
Eng. de Alimentos •
IFSP e Mauá



Fernanda Barbosa
Politics and International Relations •
University of Westminster, University of
Strathclyde, University of Sheffield,
University of Sussex and Cardiff University
Relações Internacionais • FGV e PUC-SP

Pré-Universitário no Colégio Rio Branco:

- ❖ **Foco nos vestibulares:** curso preparatório no período da manhã e carga horária estendida à tarde com atividades de aprofundamento.
- ❖ **Mentoria e acolhimento:** suporte ao projeto de vida do aluno.
- ❖ **Estudos internacionais:** departamento exclusivo para apoio aos alunos que pretendem se candidatar a universidades no exterior.



Francesco Duato
Psicologia • Einstein, Mackenzie e PUC-SP



Gabriel do Nascimento
Eng. Civil • Mauá



Gustavo Soares
Eng. Agrícola • UNICAMP
Eng. Agrônômica • UFV



Isabela Barros
Farmácia • UFRJ



Joana de Queiroz
Psicologia • São Camilo



Julia Maciel
Arquitetura • UFRJ e UFMG



Julia Sotelo
Arquitetura • Belas Artes



Khalil Bakri
Psicologia • Belas Artes
Design • PUC-SP



Laís Reis
Jornalismo • PUC-SP
Direito • Mackenzie e Bela Vista
Administração • FECAP



Leonardo Vasconcelos
Arquitetura e Urbanismo • Escola da Cidade
Psicologia • PUC-SP



Leonardo Pizzutto
Arquitetura e Urbanismo • UNIFESP, Escola da Cidade, FAAP e Mackenzie



Luca Prates
Direito • UNIFESP



Luís Fernando Baldini
Produção Audiovisual • FAAP e Belas Artes
Psicologia • PUC-SP



Lorenzo Verginelli
Engenharia • Mauá



Manuela Chung
Design • PUC-SP, ESPM e IED



Marco Fiadi
Eng. Química • Mackenzie



Marcus Antonio Pedrosa
Direito • PUC-SP



Maria Clara Oliveira
Medicina • UNISA e UNINOVE
Nutrição • São Camilo
Direito • PUC-SP



Maria Eduarda Almeida
Pedagogia • USP
Direito • Mackenzie



Maria Fernanda Guarnieri
Administração • Saint Paul, FGV e IBMEC



Maria Fernanda Bellini
Administração • FGV
Nutrição • São Camilo
Medicina • FAM, São Leopoldo Mandic e UNISA



Mariana Ulhôa
Ciências Contábeis • PUC-SP
Administração • FGV



Marina dos Santos
Eng. de Materiais • UFPel
Direito • FAAP
Medicina • São Leopoldo e Mandic



Matheus Rodrigues
Administração • UNICAMP
Eng. de Controle e Automação • IFSP
Relações Internacionais • PUC-SP



Matheus Lacerda
Relações Internacionais • FGV e PUC-SP



Melissa Abdul
Administração Pública • UFLA e FGV
Administração • PUC-SP



Melissa Zhu
Finanças • Beijing Foreign Studies University
Ciências Econômicas • PUC-SP



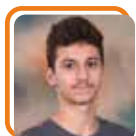
Miguel Samaan
Medicina • São Leopoldo Mandic, UNILUS e São Camilo



Olívia Oshiro
Administração • PUC-SP



Paulo Macedo
Física • UNICAMP
Física • USP



Pedro Violaro
Ciências Econômicas • PUC-SP



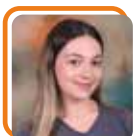
Rafaella Baldino
Psicologia • Sírio Libanês, Mackenzie e PUC-RS
Eng. Biomédica • PUC-SP



Raphael Teixeira
Eng. de Materiais e Manufatura • USP
Produção Sucoalcooleira • UFFB




Thiago Aurani
Administração • Mackenzie, PUC-SP e IBMEC



Vivian Maria Mamberti
Comunicação Social • UFPE
Cinema • FAAP e Belas Artes
Publicidade e Propaganda • Mackenzie

UNIDADE HIGIENÓPOLIS

Av. Higienópolis, 996 - São Paulo

 (11) 99901-7168

 RIOBRANCO



QUANDO O ASSUNTO É ACADEMIA, É POSSÍVEL REUNIR EXCLUSIVIDADE, PERSONALIZAÇÃO E TECNOLOGIA EM UM AMBIENTE VERDADEIRAMENTE ACOLHEDOR?

“Acreditamos que a jornada para uma vida mais saudável começa com escolhas simples e consistentes.” — Este é um dos lemas da Academia Two Ases, que teve sucesso imediato com a inauguração da segunda unidade, em outubro do ano passado, aqui em Higienópolis, seguindo o caminho da primeira.

Ao conhecer a academia, encontramos equipamentos de última geração, que garantem treinos eficazes e seguros. Um dos grandes diferenciais está na personalização: os treinos são sempre acompanhados por profissionais altamente qualificados. A Two Ases oferece aos alunos, atletas e também a pacientes um estúdio com design moderno e acolhedor, que proporciona conforto e privacidade, elevando a experiência de treino com personal trainers dedicados a no máximo três alunos. Sim, isso distingue a academia: três alunos por personal trainer. E tem mais: o limite de apenas nove alunos por horário, o que certamente contribuiu para a ótima adesão na região.

Além da exclusividade, personalização e tecnologia, a Two Ases demonstra

cuidado com o conforto em cada detalhe. A academia não oferece apenas “vestiários”, mas cabines privativas e completas, com xampu, condicionador, sabonete e toalhas. Assim tornou-se um diferencial não apenas pela estrutura, mas por tratar cada aluno ou atleta como um indivíduo, atendendo suas necessidades, planos e tratamentos com respeito e atenção.

A academia conseguiu equilibrar alta performance com um ambiente genuinamente acolhedor. O objetivo é construir proximidade, mas também oferecer liberdade e apoio para que os alunos foquem no que realmente importa: saúde, bem-estar e desempenho. Naturalmente, formou-se um ambiente marcado pelo respeito e pela ausência de estresse, o que tem levado alunos a trazer amigos e familiares.

Em conversa com um dos pessoais, ouvimos: *“Aqui na Two Ases não damos apenas aula. A interação entre professores e alunos é muito próxima. Eles acabam adquirindo intimidade e tendo conversas mais pessoais do que teriam em uma academia padrão. Acabamos dividindo o dia a dia com os alunos.”*

Uma aluna também compartilhou sua experiência: *“Treino há dois anos, tinha dificuldade em manter constância, mas na Two Ases montaram um plano totalmente específico para mim, com acompanhamento de verdade. A atenção faz toda a diferença, e desde que comecei a treinar lá minha vida mudou completamente.”*

A Two Ases tem impactado vidas com seu cuidado e exclusividade. O sucesso das duas unidades é evidente, e em breve haverá uma nova inauguração — no Jardins ou na Pompeia, ainda em definição pelos sócios.

Visite o site www.twoasesgym.com.br para conhecer essa excelente oportunidade de fazer parte da família Two Ases.



Cabine privativa.



CASA PIAUÍ

HIGIENÓPOLIS

Entre o verde do Parque Buenos Aires e a sofisticação do Shopping Pátio Higienópolis, nasce o Casa Piauí: um projeto que une residências sofisticadas com lazer contemporâneo.

4 SUÍTES

4 VAGAS | 255 M² PRIVATIVOS

DEPÓSITO PRIVATIVO



Imagem ilustrativa



Perspectiva artística do Acesso

RUA PIAUÍ, 527, ESQUINA COM A RUA ITACOLOMI - HIGIENÓPOLIS

ESTACIONAMENTO GRATUITO | CAR PARK – RUA PIAUÍ, 620



(11) 3562-6226
CASAPIAUIHIGIENOPOLIS.COM.BR

ADM. DO MALL:



REALIZAÇÃO E CONSTRUÇÃO:



REALIZAÇÃO:





do Santa para a Vida

**Jornada integral:
mente, corpo
e espírito em
sintonia**

Com **99 anos de história**, o Colégio Santa Marcelina, em São Paulo, renova continuamente seus compromissos e espaços. Por fora, a tradição. Por dentro, vida pulsante, acolhimento e transformação.

Com ambientes revitalizados e inspiradores, o Santa – como é carinhosamente chamado – convida cada estudante a viver uma jornada de **aprendizado integral**, na qual conhecimento, bem-estar físico e desenvolvimento espiritual caminham juntos. Por meio de propostas que despertam a curiosidade, o pensamento crítico e a sensibilidade, promovemos uma educação que respeita o tempo de cada um e estimula o protagonismo com sentido.

Buscamos preparar nossos estudantes para os desafios da vida – cada vez mais complexos e interconectados.



Do Berçário à vida adulta:

vínculos que marcam a trajetória

No Santa Marcelina, as relações são o coração da experiência educativa. Desde os primeiros anos, cultivamos um ambiente seguro, acolhedor e afetivo, onde cada criança encontra espaço para crescer com confiança, autonomia e alegria.

Esses vínculos se fortalecem ao longo dos anos e seguem presentes mesmo após a conclusão da vida escolar. São memórias, encontros, valores e afetos que acompanham nossos ex-alunos na vida adulta, como marcas de uma formação que valoriza o respeito, a solidariedade e o cuidado com o outro.

Buscamos educar a mente e o coração, formar pessoas íntegras, empáticas e conscientes do seu papel no mundo.



EXCELÊNCIA EDUCACIONAL

do Berçário ao Ensino Médio

BERÇÁRIO

Faixa etária: a partir de 6 meses

Há um olhar atento para cada criança, em uma abordagem educativa baseada no vínculo afetivo.

EDUCAÇÃO INFANTIL (NÍVEL 1 AO 5)

Faixa etária: 2 a 5 anos

O desenvolvimento da criança e suas potencialidades se dá de forma natural e gradual num ambiente acolhedor, rodeada de afeto, cuidado e respeito à infância.

FUNDAMENTAL I (1º AO 5º ANO)

Faixa etária: 6 a 10 anos

Neste importante momento de alfabetização, a criança encontra um ambiente educativo afetivo, que lhe garante uma formação cognitiva, emocional e social.

FUNDAMENTAL II (6º AO 9º ANO)

Faixa etária: 11 a 14 anos

Excelência pedagógica e ambientes múltiplos. O protagonismo de cada um é incentivado em projetos que ultrapassam os muros da escola.

ENSINO MÉDIO (1ª À 3ª SÉRIE)

Faixa etária: 15 a 17 anos

Com um currículo abrangente e impulsionado pela inovação e pelas conexões cada vez mais globais, o jovem tem voz e é cocriador da sua jornada.



99 anos

de história, pertencimento e propósito

Celebrar os 99 anos do Colégio Santa Marcelina é reconhecer uma trajetória construída com propósito de educar para a vida.

Aqui, cada estudante é visto como protagonista de sua própria caminhada. Nosso compromisso vai além da transmissão de conteúdos – queremos formar cidadãos sensíveis às necessidades do mundo e comprometidos com a construção de uma sociedade mais justa, fraterna e sustentável.

Há 99 anos, seguimos fiéis à missão de educar com amor e excelência, com os olhos voltados ao futuro, mas sempre com os pés firmes nos valores que nos constituem.

▮ Nosso jeito de educar

A educação no Colégio Santa Marcelina vai além do conteúdo. Por isso, promovemos o aprendizado, o respeito mútuo e o desenvolvimento emocional desde os primeiros anos – com conhecimento, sensibilidade e propósito.

Espiritualidade e interioridade:

Cultivamos a fé, a escuta e o silêncio interior, respeitando diferentes caminhos e crenças.

Afetividade e cuidado:

Valorizamos os vínculos e o olhar atento ao outro – com empatia, acolhimento e respeito.

Excelência acadêmica com propósito:

Unimos rigor pedagógico à construção de sentido, preparando para os desafios da vida.

Responsabilidade social e ambiental:

Promovemos o cuidado com a Casa Comum e o compromisso com um mundo mais justo e sustentável.

Formação para o mundo:

Educamos para a autonomia, a solidariedade e a transformação social, com coragem e sensibilidade.

Educação Bilíngue:

Ampliamos repertórios culturais e acadêmicos e fortalecemos competências essenciais para o século XXI – como pensamento crítico, colaboração e comunicação. Com um currículo único nas duas línguas, nossos estudantes aprendem em inglês por meio de experiências conectadas ao mundo real, que estimulam autonomia e protagonismo.



from
**Santa
to Life**



Matrículas abertas | 2027

Acesse o QR Code
e se inscreva

Uma educação de excelência,
com aprendizagens e encontros
que seguem pela vida toda.

Rua Cardoso de Almeida, 541
Perdizes, São Paulo - SP, 05013-000
(11) 3677-0600 | (11) 98663-6475


Santa Marcelina
COLÉGIO SÃO PAULO

HELBOR LANÇA HAVVA HIGIENÓPOLIS UM NOVO ENDEREÇO, SEM MOLDURAS, NO BAIRRO MAIS CLÁSSICO DE SÃO PAULO.



Perspectiva do Living Ampliado

Há bairros que carregam em suas ruas a memória viva de uma cidade. Higienópolis é um deles. Entre árvores centenárias, arquitetura histórica e uma vida cultural que atravessa gerações, o bairro permanece como um dos endereços mais desejados de São Paulo: um lugar onde tradição, sofisticação e cotidiano se encontram com naturalidade.

Ali, o ritmo da cidade parece diferente. O verde do Parque Buenos Aires convida à pausa, enquanto instituições como a Fundação Armando Álvares Penteado e a Universidade Presbiteriana Mackenzie reforçam a vocação cultural e intelectual do entorno. A poucos passos, o Shopping Pátio Higienópolis e restaurantes icônicos como o Ici Brasserie completam um cotidiano raro. Completo, sofisticado e profundamente urbano. É neste cenário que nasce o Havva Higienópolis. Localizado na tradicional Rua Bahia, com vista privilegiada para o vale do Pacaembu, o novo empreendimento da Helbor em parceria com a Alfa Realty traduz uma convicção simples: morar bem é viver com amplitude.

Inspirado pelo conceito **Unframed — sem molduras**, o projeto propõe uma arquitetura que amplia horizon-

tes e elimina limites visuais entre o interior e a cidade. Uma torre única, com apenas **30 residências exclusivas e um apartamento por andar**, onde espaço, privacidade e elegância se tornam protagonistas.

As plantas de **352 m² privativos e 641m² privativos duplex**, ambas com 4 suítes, foram desenhadas para valorizar a fluidez dos ambientes e a presença constante da luz natural. Coberturas Duplex e unidades Garden ampliam ainda mais as possibilidades de viver o espaço com liberdade.

A arquitetura e os interiores levam a assinatura do escritório Anastasiadis Arquitetos, conhecido por sua estética contemporânea e atemporal. O paisagismo de Benedito Abbud estabelece um diálogo delicado com o verde histórico do bairro, enquanto dois pavimentos dedicados ao lazer se abrem para o horizonte da cidade como uma extensão natural do morar. No Havva, cada detalhe foi pensado para transformar espaço em experiência.

Porque quando um bairro extraordinário encontra um projeto à sua altura, surge algo raro.

Um novo endereço em Higienópolis. Uma vida sem molduras.

Descubra mais em havva.com.br



Perspectiva da Fachada

Conheça o projeto



RAMA
GASTRONOMIA

**RAMA GASTRONOMIA - TUDO QUE VOCÊ
PROCURA EM UM ÚNICO LUGAR**



**Venha provar nossa deliciosa feijoada, toda quarta-feira e todo sábado no almoço.
No salão e no Delivery**

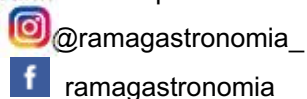
**Galeto na brasa,
todos os dias no
almoço e no jantar**



Desde 2019, o Rama Gastronomia vem surpreendendo com sua qualidade nos pratos e conquistando clientes do bairro.

Localizado em uma rua tranquila do bairro de Higienópolis e comandado pelos irmãos; Fernandes, que gerenciou durante anos um restaurante tradicional do mesmo bairro, e Barbosa que gerenciou um tradicional Bistrô francês na Praça Vila Boim. Além de ser um restaurante charmoso e agradável que funciona todos os dias da semana no almoço e jantar também conta com um eficiente serviço de Delivery .

Acompanhe nosso perfil nas redes sociais



DELIVERY

3628-8888

 **96625-4610**

**Horário do Delivery e Salão:
Diariamente das 11h30 até as 22 horas**

R. Barão de Tatuí, 510 - Higienópolis - SP

JB
Goldenberg

ESCRITÓRIO DE ARTE

Compra, venda
e avaliação

- Quadros
- Gravuras
- Esculturas

Whatsapp
11 9991051859

contato@jbgoldenberg.com.br
Rua Tinhorão, 69 - Higienópolis



INAUGURADA EM DEZEMBRO DE 2021, A CAROL COXINHAS DE PERDIZES É UMA – A COXINHA MAIS AMADA DO BRASIL.

A coxinha mais amada do Brasil. Desde a sua abertura, a loja rapidamente se consolidou como um grande sucesso de vendas, conquistando o público apaixonado por salgados de alta qualidade.

Com números expressivos, a unidade chega a vender quase uma tonelada de salgados por mês, atendendo clientes presencialmente na loja e por meio das principais plataformas de delivery: Ifood, Keeta, 99Food e Rappi. Todo esse sucesso é resultado do cuidado constante com a qualidade dos produtos, o atendimento ao cliente e a experiência de consumo.

Os salgados são semprequentinhos e crocantes, fritos na hora, garantindo sabor e frescor em cada pedido. O cardápio atende a diferentes ne-

cessidades e ocasiões, oferecendo salgados mini (finger food) de 9g, ideais para eventos, salgados de festa de 22g e salgados individuais de 170g, perfeitos para o consumo no dia a dia.

Para quem não resiste a um doce, a Carol Coxinhas de Perdizes também oferece deliciosas coxinhas doces e churros quentinhos.

As encomendas podem ser feitas pelo WhatsApp (11) 96353-7000 ou diretamente pelas plataformas iFood, Keeta, 99Food e Rappi.

Esperamos a sua visita para comer a coxinha mais amada do Brasil.

Estamos na Rua Caiubi, 749 – Perdizes. Abertos de 2ª a sábado, das 10:30h às 21:00h. Para encomendas aos domingos, pedimos a gentileza de entrar em contato com a loja.

AMBIENTE EXCLUSIVO E SOFISTICADO

Desfrute de um estúdio projetado para proporcionar conforto e privacidade, com um design moderno e acolhedor que eleva sua experiência de treino a outro nível.

TECNOLOGIA DE PONTA

Utilizamos equipamentos de última geração para garantir treinos mais eficazes, seguros e personalizados, sempre acompanhados por profissionais altamente qualificados.

EXPERIÊNCIA PERSONALIZADA

Garantimos um ambiente exclusivo com apenas 9 alunos por horário e **um personal trainer dedicado a no máximo 3 pessoas**, proporcionando atenção redobrada e treinos mais eficientes.

CONFORTO EM CADA DETALHE

Não usamos "vestiários", e sim cabines privativas e completas com shampoo, condicionador, sabonete, toalhas, entre outros. Tudo na Two Ases é pensado para seu máximo conforto antes, durante e após o treino.



SAIBA MAIS
E APROVEITE
CONDIÇÕES
SUPER ESPECIAIS
PARA NOVOS
ALUNOS E ATLETAS



No coração de Higienópolis, a Two Ases redefine o conceito de academia premium. Cada detalhe do nosso espaço foi cuidadosamente planejado para oferecer uma experiência única, unindo tecnologia de ponta, conforto e exclusividade.

Aqui, seu bem-estar é a nossa prioridade.



A MELHOR ACADEMIA BOUTIQUE DE
TREINAMENTO PERSONALIZADO
É SUCESSO EM HIGIENÓPOLIS



EXPLORE UMA
NOVA EXPERIÊNCIA

AV. ANGÉLICA, 1263, HIGIENÓPOLIS

☎ 11 97255-1377

📱 TwoAsesGym





JAIME
Imobiliária



Imagem gerada por inteligência artificial.

Creci 15.908 - J

Imóveis com **EXCLUSIVIDADE**
que só nós temos à venda.

Imóveis com **EXCLUSIVIDADE** que só nós temos à venda.

VENDA **Higienópolis** REF: JA43489



3 suítes 313 m² 3 vagas

Valor de R\$ 5.320.000

VENDA **Higienópolis** REF: BI3741



Planta muito bem aproveitada e vista verde

3 dormitórios
180 m²
2 vagas

Valor de R\$ 2.350.000

VENDA **Higienópolis** REF: BI2521



Elegância, conforto e praticidade

3 dormitórios
233 m²
1 vaga

Valor de R\$ 1.850.000

VENDA **Higienópolis** REF: JA11432



Infraestrutura completa de lazer, conceito de edifício-clube

2 dormitórios
74 m²
1 vaga

Valor de R\$ 1.200.000

www.jaime.com.br @jaimeimobiliaria

Veja mais opções



Rua Baronesa de Itu, 394
Rua Sergipe, 475 - Térreo

(11) 3823-3545

Arte Hil



(11) 99453 2130

ACONTECE



SUA COLUNA SAUDÁVEL COMEÇA NA YOURQUIRO.

A YourQuiro agora está em Perdizes, trazendo um novo padrão de cuidado em quiropraxia para a região. Especializada no tratamento da coluna vertebral e na liberação muscular, a clínica atua de forma personalizada para aliviar dores, corrigir desalinhamentos e restaurar a mobilidade do corpo. Com técnicas seguras e eficazes, a YourQuiro ajuda você a dizer adeus às dores nas costas, à tensão muscular e aos problemas causados pela má postura tão comuns na rotina moderna. Cada atendimento é focado nas suas necessidades, promovendo não apenas alívio imediato, mas também prevenção e melhora

contínua da sua qualidade de vida. Mais do que tratar sintomas, a YourQuiro busca identificar a causa das dores e desequilíbrios, proporcionando um cuidado completo e duradouro. O objetivo é devolver ao seu corpo o funcionamento natural, permitindo que você viva com mais conforto, disposição e bem-estar. Se você sente desconforto, limitações de movimento ou quer cuidar melhor da sua saúde, este é o momento ideal para começar. Recupere seu equilíbrio, sua mobilidade e sua qualidade de vida com quem entende do assunto. Venha conhecer a YourQuiro em Perdizes e sinta a diferença no seu dia a dia!



NAE SION: FORMAÇÃO AMPLIADA PARA ALÉM DA SALA DE AULA

O Núcleo de Atividades Extracurriculares (NAE) do Colégio Sion é um espaço dedicado à ampliação das experiências formativas dos estudantes, integrando esporte, cultura e desenvolvimento pessoal à proposta pedagógica da escola. Mais do que atividades complementares, o NAE promove vivências que estimulam a autonomia, o protagonismo e a construção de habilidades essenciais para a vida em sociedade. Ao longo de sua trajetória, o Colégio Sion consolidou o entendimento de que a formação integral acontece também fora da sala de aula. Nesse contexto, o NAE se torna um ambiente de descobertas, onde os estudantes podem explorar interesses, desenvolver talentos e fortalecer vínculos.

Em 2026, ano em que o Sion celebra seus 125 anos de história, o

NAE amplia seu alcance e abre novas possibilidades de participação. Alguns cursos e atividades passam a ser oferecidos também para o público externo, estendendo à comunidade a oportunidade de vivenciar a proposta educativa da instituição. Entre as iniciativas, destaca-se o curso de redação para vestibulares, voltado a estudantes que desejam aprimorar suas competências de escrita, argumentação e repertório sociocultural. A proposta reforça o compromisso do Sion com a educação de qualidade, compartilhando conhecimento e contribuindo para a formação de jovens além dos muros da escola.

Assim, o NAE reafirma seu papel como um espaço de formação ampliada, que acompanha as transformações do mundo e fortalece a conexão entre escola e comunidade.



 your
quiro
perdizes

Dores na coluna, tensão no pescoço, dores de cabeça ou má postura?


A quiropraxia pode ajudar você a recuperar equilíbrio, mobilidade e qualidade de vida.

Para celebrar nossa nova unidade, estamos com uma oferta imperdível.

- Avaliação
- Ajuste de quiropraxia
- Liberação muscular

Informe o código
COLUNA100
e ganhe 10% de
desconto



 (11) 91498-1792
R. Itapicuru, 369 - Sala 308
Perdizes / SP





Serviços

Enfermagem 24 hrs
Home Care
Visita Médica
Fisioterapia
Terapia Opcional
Acompanhamento Nutricional
Sessões de musicoterapia e Yoga
Recuperação Pós hospitalar



PETLOVE INAUGURA FRANQUIA EM HIGIENÓPOLIS E AMPLIA EXPERIÊNCIA PARA TUTORES E PETS

A Petlove inaugurou sua nova franquia no bairro de Higienópolis, marcando um novo capítulo na relação da região com o cuidado e o bem-estar dos animais de estimação. Mais do que uma loja, o espaço chega com a proposta de ser um ponto de encontro para tutores e seus pets, celebrando o vínculo que transforma a rotina em afeto e cuidado diário.

Pensada para oferecer uma experiência completa, a unidade reúne um portfólio amplo de produtos, incluindo alimentação, petiscos, brinquedos, acessórios e itens de higiene. Além disso, a loja conta com uma estrutura de serviços voltada para facilitar a vida dos tutores e garantir mais conforto aos animais, com banho e tosa, atendimento veterinário e coleta de exames realizados no próprio local.

Com ambiente moderno e acolhedor, a proposta é unir conveniência, qualidade e atendimento especializado em um único espaço, permitindo que os clientes encontrem soluções integradas para todas as etapas da vida de seus pets. A marca nasce da certeza de que ter um pet é uma decisão movida pela emoção. É o love de quem passeia todo dia, de quem organiza a casa pensando no bem-estar do animal e de quem entende que, junto com o pet, crescem o vínculo, a parceria e a cumplicidade.

Mais do que ampliar sua presença física na cidade, a Petlove reforça seu propósito de transformar o mundo em um lugar onde todos os pets possam ser mais felizes e saudáveis, convidando a comunidade de Higienópolis a viver e compartilhar esse amor que une, naturalmente, pet e love.

AGENDE UMA VISITA

TRADIÇÃO FAMILIAR COM MAIS DE 50 ANOS DE EXPERIÊNCIA NOS CUIDADOS COM IDOSOS



"O atendimento é muito bom a estrutura do residencial, a equipe, gostei de tudo. Recomendo, são profissionais muito competentes"

MARIA CECILIA DOS SANTOS
FILHA DE HÓSPEDE

Visite nossas redes sociais

Site www.residencialpacaembu.com.br

Facebook [casaderepousopacaembu](https://www.facebook.com/casaderepousopacaembu)

Instagram: [casaderepousopacaembu](https://www.instagram.com/casaderepousopacaembu)



Mais que uma casa, um lar!

Av. Pacaembu, 1730 - Pacaembú
(11) 3871-5853 (11) 9 8192-9799



Quiches, Terrine, Palha Italiana, Brownie



Encomendas  (11) 9 9212-4833



COM PARCERIA PÚBLICO-PRIVADAS, PARQUE BUENOS AIRES INICIA FASE DE MODERNIZAÇÃO E ZELADORIA CONTÍNUA

No cruzamento das ruas Piauí e Alagoas, o Parque Buenos Aires vive um momento de transição. Tradicional reduto da elite intelectual e de famílias tradicionais de São Paulo, o parque encerrou o mês de março com um anúncio que vai além do lazer: um plano de revitalização que une grandes marcas, leis de incentivo e foco total no bem-estar dos frequentadores.

O RESGATE DO PIONEIRISMO PET

Poucos frequentadores sabem, mas a área canina do Buenos Aires foi a primeira da cidade de São Paulo. O que antes era apenas um espaço cercado, agora se transforma em um complexo de lazer pet de última geração.

A marca Nexgard, sob a chancela da Lei Rouanet, lidera a reforma estrutural. O diferencial desta vez é a consultoria técnica para o

bem-estar, com enriquecimento ambiental que contou com a doação estratégica da Blindex, onde o local receberá equipamentos de agility e brinquedos sensoriais. Na área canina também serão instalados equipamentos de catacaca, lixeiras, e bebedouro com água filtrada para os pets.

SUSTENTABILIDADE ALÉM DO DISCURSO

Um dos problemas crônicos de parques centrais é a manutenção após grandes eventos. Para evitar o desgaste, o projeto garantiu um “seguro de manutenção” de longo prazo. Através do PROMAC (Secretaria Municipal da Cultura), a Hotéis.com assumiu o patrocínio da conservação geral até 2027.

Esse investimento garante a manutenção de bancos, lixeiras e bebedouros que sofrem com a ação do tempo.

EDUCAÇÃO AMBIENTAL

O Festival Cultural Sustentável, produzido pela Best Players, serviu como o “soft opening” desta nova fase. Através de peças teatrais como “Planeta Oca” e “Como Tudo Começou”, o evento abordou o combate aos maus-tratos dos animais de forma direta e assuntos educativos a respeito da fauna brasileira, de maneira lúdica com músicas que incentivam a reciclagem. “A ideia é oferecer entretenimento educativo para incentivar a convivência e afastar as pessoas do digital, aproximando-as da natureza”, afirma Ana Luiza Lamouche, CEO da Best Players. “Queremos que o morador de Higienópolis sinta o parque como uma extensão de sua própria casa, mas com o respeito que um ecossistema exige.”

GUIA DA RENOVAÇÃO

Setor / Área Canina

Impacto Prático / Reforma de pisos, gradis e novos obstáculos de agility.

Apoio / Nexgard / Blindex

Setor / Infraestrutura

Impacto Prático / Garantia de limpeza e zeladoria ininterrupta por 12 meses.

Apoio / Hotéis.com (PROMAC)

Setor / Cultura

Impacto Prático / Ciclo de oficinas e teatro focado em fauna e flora.

Apoio / Best Players (Lei Rouanet e PROMAC)

O QUE ESPERAR ATÉ 2027

Com a conclusão das obras na área canina prevista para os próximos meses, o Parque Buenos Aires torna-se um laboratório de convivência urbana. O legado do festival de março é, acima de tudo, educativo: a promessa de um espaço onde o lazer caminha junto com a preservação histórica e o respeito inegociável à causa animal.

Arte Hil



(011) 99453 2130



O Céu da Língua

Teatro BRADESCO - 15 de Abril de 2026 a 19 de Abril de 2026

Quem tem medo de poesia? Gregorio Duvivier não faz parte deste grupo e, como um apaixonado, faz de tudo para persuadir os outros das qualidades do seu objeto de encanto – até mesmo criar um espetáculo sobre o assunto. No monólogo cômico “O Céu da Língua”, o artista usa o seu discurso sedutor para convencer o público de que tropeçamos diariamente na poesia e o assunto é prazeroso e divertido. “A poesia é uma fonte de humor involuntário, motivo de chacota”, reconhece o ator, que cursou a faculdade de Letras na PUC do Rio de Janeiro e publicou três livros sobre o gênero literário. “Escrevi uma peça que pode ajudar alguém a enxergar melhor o que os poetas querem dizer e, para isso, a gente precisa trocar os óculos de leitura”.

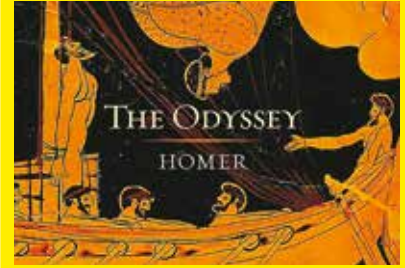


Leo Jaime #Desplugado

Teatro Bradesco - 22 de Maio de 2026 às 21:30

É intimista que fala, né? “#Desplugado” é um trabalho musical que vai além da mera transposição para o formato acústico. Se os tempos exigem novos protocolos, o show continua e se recria, aproveitando tudo de positivo que espaços menores proporcionam no encontro entre artista e público. Sem reinventar a roda (de violão), mas estimulado por aberturas criativas e enriquecimentos harmônicos aqui e ali, Leo Jaime se apresenta com reforço e direção musical do multi-instrumentista Guilherme Schwab, grande revelação da cena rock (& folk) brasileira desta década.

NOS CINEMAS



A Odisseia
UNIVERSAL PICTURES
Lançamento: Julho de 2026



O Drama: Zendaya
Diamond Films
Lançamento: Abril de 2026



Rio de Sangue
Disney Pictures
Lançamento: Abril de 2026



O Ano em que o Frevo não foi pra Rua
Lira Filmes
Lançamento: Abril de 2026



Shen Yun Performing Arts

Teatro BRADESCO - 30 de Abril de 2026 a 04 de Maio de 2026

A beleza da dança dos seres divinos. O gongo ressoa, a cortina se abre e as fadas emergem de um mar de nuvens ondulantes. Os mongóis cavalgam por pradarias tão vastas quanto o céu. Dinastias ascendem e caem, enquanto antigas fábulas de amor e perdas, alegria e bravura se desenrolam diante de seus olhos.

Nós nos propusemos a criar uma apresentação tão extraordinária que não apenas captura a grandiosidade da milenar e a cultura de inspiração divina da China...

o Shen Yun tem sido aclamado como um marco nas artes cênicas. Todos os anos, o Shen Yun apresenta uma produção completamente nova, que é sempre surpreendentemente cativante e emocionante.



Betrayal

Teatro UOL - SEX., SÁB. E DOM., 20H

Escrita em 1978, "Betrayal" é um dos pilares da dramaturgia de Harold Pinter, vencedor do Nobel de Literatura. Estrutura revolucionária e atemporal. Consagrada mundialmente em palcos internacionais. Exploração profunda do amor, amizade e deslealdade. A trama revela a história de Emma, Robert e Jerry, cujos destinos se cruzam em um triângulo amoroso que põe à prova as fronteiras entre intimidade, amizade e lealdade. Narrada de trás para frente, a peça expõe segredos e contradições, convidando o espectador a se debruçar sobre os silêncios e ambiguidades que permeiam as relações humanas. Os três atores permanecem presentes em cena durante toda a peça, criando um jogo de presenças que coloca o público como cúmplice da narrativa.



GESTÃO E CONSULTORIA PARA PEQUENAS E MÉDIAS EMPRESAS E PROFISSIONAIS LIBERAIS

Profissional sênior, com sólida trajetória em cargos gerenciais em empresas multinacionais de grande porte. Formação em Economia e especialização em Administração Financeira e Gestão de Investimentos. Atuação focada na gestão financeira de pequenos e médios negócios, incluindo empresas familiares e profissionais liberais, com ênfase em:

- ✓ Planejamento estratégico e financeiro
- ✓ Administração e controle de fluxo de caixa
- ✓ Contas a Receber e Contas a Pagar
- ✓ Negociação com fornecedores e instituições
- ✓ Renegociação de débitos
- ✓ Controles bancários

Serviços adicionais (sob demanda):
Assessoria financeira individual para pessoas físicas diretamente ligadas à empresa contratante, abrangendo planejamento financeiro pessoal e familiar, consultoria em investimentos, planejamento de aposentadoria e planejamento sucessório.



Rua São Vicente de Paulo, 367
☎ 11 9 8467 9844
hsergiomariano@uol.com.br



Teatro

O Lago dos Cisnes, Com o Moscow City Ballet

Teatro Bradesco - 04 de Junho de 2026 a 05 de Junho de 2026

Reconhecida mundialmente, o “Moscow City Ballet” foi fundado em 1988 pelo ilustre coreógrafo russo Victor Smirnov-Golovanov, com o objetivo de promover as ideias originais dos grandes coreógrafos russos dos séculos XIX e XX. A primeira companhia privada de Ballet da URSS encantou o público em todo o mundo com um repertório de tirar o fôlego, incluindo Swan Lake, The Nutcracker, Romeo & Juliet e The Sleeping Beauty. Comemorando 30 Anos, o maior sucesso da empresa foi no Reino Unido, onde realizou mais de 1000 apresentações desde 1991, acompanhadas pela Moscow City Ballet Orchestra. Considerando que o ballet clássico é uma parte importante da herança nacional da Rússia, o Moscow City Ballet visa levar o público ao maior número de bailarinos possíveis, especialmente a nova geração de jovens.



Teatro

Ópera de Pequim - As Mulheres Gerais da Família Yang

TEATRO Bradesco - 12 de Maio de 2026

Fundada em 1955, a Companhia Nacional da Ópera de Pequim é uma das principais referências mundiais da Ópera de Pequim (Jingju), forma de arte tradicional chinesa que surgiu no fim do século XVIII e reúne, em cena, música, canto, dança, interpretação, acrobacias e artes marciais. Reconhecida pela UNESCO como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, a companhia é responsável por preservar e difundir essa tradição por meio de um repertório com mais de 500 obras, interpretadas por artistas consagrados e novas gerações de intérpretes formados dentro da própria tradição do Jingju.

Em maio, a companhia retorna ao Brasil com os programas “As Mulheres Gerais da Família Yang” e “A Lenda da Serpente Branca”, dois clássicos do repertório da Ópera de Pequim que apresentam ao público brasileiro diferentes estilos, personagens e atmosferas dessa arte milenar.

NOS CINEMAS



Michael

UNIVERSAL PICTURES

Lançamento: Abril de 2026



Cara de Um, Focinho de Outro

Disney Pictures

Lançamento: Abril de 2026



Dia D

UNIVERSAL PICTURES

Lançamento Junho de 2026



Homem-Aranha: Um Novo Dia

SONY PICTURES

Lançamento: Julho de 2026

Teatro



SÉRGIO REIS - 67 ANOS DE CARREIRA

Teatro BRADESCO - 10 de Maio de 2026

Sérgio Reis retorna ao Teatro Bradesco com show especial no Dia das Mães. Com grandes sucessos no repertório. Considerado um dos maiores ícones da música brasileira, o cantor e compositor Sérgio Reis está de volta ao Teatro Bradesco, em São Paulo (SP). Após o grande sucesso do show realizado em outubro de 2025, ele retorna ao espaço no dia 10 de maio, para celebrar junto ao público da capital paulista as comemorações ao Dia das Mães. A apresentação especial integra a turnê de 67 anos de carreira do artista. Os ingressos estão disponíveis no site uhuu.com. Dono de uma voz inconfundível e de uma trajetória sólida, Sérgio Reis promete uma apresentação marcada por verdadeiros hinos da música sertaneja e clássicos que atravessam gerações, como: “Panela Velha”, “Menino da Porteira”, “Filho Adotivo”, “Cavalo Preto” e “Coração de Papel”, além de outras canções que irão tornar a data ainda mais festiva. “Estar de volta ao Teatro Bradesco é sempre motivo de muita alegria. São muitas lembranças maravilhosas que guardo desse palco, como a gravação do meu DVD ‘Brasileiro, Sim Senhor’ e o show inesquecível que fizemos no ano passado. Poder voltar para cantar nesta data tão simbólica, como é o Dia das Mães, enche o meu coração de felicidade.



CINDERELA Teatro UOL - 07/02/2026 a 26/04/2026

uma vida melhor. Com a intervenção mágica da Fada Madrinha, ela chega ao Baile Real, vive um encontro encantador com o Príncipe e deixa para trás o famoso sapatinho de cristal que mudará seu destino. Com trocas de personagens em segundos, interpretações hilárias, surpresas visuais e muita imaginação, o espetáculo transforma o conto tradicional em uma experiência original, leve e encantadora — capaz de envolver crianças e adultos.

Ei, tem uma
petlove♥
pertinho de
você!



Vem conhecer nossa
nova loja e traga
seu pet para explorar
cada cantinho.



+ 15 mil
produtos



Banho
e tosa



Clínica
veterinária



e muito
mais!

☎ 11 3003-7190
Agendamentos

Esperamos você!

📍 Av. Angélica, 719
Higienópolis - SP



SONHOS DE TREM NETFLIX

Em Sonhos de Trem, Robert Grainger (Joel Edgerton) é um dos muitos madeireiros responsáveis por construir e expandir ferrovias pelos Estados Unidos no início do século XX. Órfão desde muito jovem, Robert cresceu entre as florestas imponentes do Noroeste do Pacífico. Em um mundo que se transformava cada vez mais rápido durante o agitado século XX, por causa do

árido trabalho, Robert precisou passar longos períodos afastado de quem mais amava: sua esposa Gladys (Felicity Jones) e sua pequena filha. Quando uma tragédia sem precedentes atinge a família, ele precisa aceitar a derrota e se esforçar para lembrar os laços únicos de uma jornada que, ao mesmo tempo, é distinta, mas universal.



FRANKENSTEIN NETFLIX

O clássico de terror de Mary Shelley ganha nova vida nessa adaptação pela mente de Guillermo Del Toro. Frankenstein acompanha o brilhante, mas egocêntrico cientista Victor Frankenstein que resolve se aventurar em experimentos audaciosos e criar do zero uma criatura com vida. O que essas tentativas e estudos desencadeiam é uma tragédia tanto para o criador quanto para sua criação monstruosa. Brincar de Deus levou Frankenstein a concretizar suas maiores ambições científicas, mas colocou-o na mira da raiva de sua própria criatura, que, agora, busca por vingança após se ver descartada pelo professor.

INFLUENCER DO MAL: A HISTÓRIA DE JODI HILDEBRANDT NETFLIX

Influencer do Mal: A História de Jodi Hildebrandt acompanha uma história que chocou os Estados Unidos. Ruby Franke, youtuber conhecida pelo seu peculiar conteúdo focado em maternidade, foi exposta por meio de uma terrível história de manipulação envolvendo seus filhos. Ao lado de sua sócia, a terapeuta Jodi Hildebrandt, elas foram presas por abuso infantil, após o seu filho desnutrido conseguir fugir pela janela e buscar ajuda com um vizinho. O longa, por sua vez, desvenda o caso em detalhes e traz depoimentos sobre a realidade enfrentada pelas crianças que passaram anos sendo privadas de água e comida.



DINHEIRO SUSPEITO - NETFLIX

Um thriller policial com a dupla Ben Affleck e Matt Damon. Em Dinheiro Suspeito, a confiança entre uma equipe de policiais de Miami é quebrada e colocada à prova após encontrarem uma

grande quantia de dinheiro num esconderijo abandonado. Enquanto as forças institucionais descobrem o tamanho da apreensão, dúvidas com relação a quem confiar colocam o grupo em disputa



O HOMEM DO CASTELO ALTO **NETFLIX**

O que teria acontecido com o mundo se as Forças Aliadas tivessem perdido a Segunda Guerra Mundial? Vinte anos após a derrota, o planeta agora está dividido entre Japão e Alemanha, os maiores

Estados Hegemônicos. À medida que a tensão entre essas duas hegemonias cresce, e isso gera consequências drásticas nos Estados Unidos e nos Estados opostos.



GUERREIRAS DO K-POP **NETFLIX**

Em Guerreiras do K-Pop, Rumi, Mira e Zoey formam um girl group de grande sucesso, o trio feminino chamado HUNTR/X. No entanto, entre apresentações em estádios lotados e a vida sob os holofotes, as três protegem o mundo de criaturas sombrias por meio da música. Descendentes de uma dinastia de caçadoras de demônios, elas conciliam a vida de estrelas pop com essa identidade secreta, enfrentando missões impossíveis. Um novo desafio, porém, se apresenta para Rumi, Mira e Zoey quando um novo grupo rival de K-Pop, misteriosamente formado por demônios masculinos, decide organizar um plano para roubar todos os fãs das heroínas. O trio vai precisar utilizar todos os seus poderes secretos e talentos musicais para combater os novos vilões.



CURSO DE ITALIANO

- ✓ AULAS PARTICULARES PRESENCIAL OU ONLINE
- ✓ CERTIFICAÇÃO DE PROFICIÊNCIA E CASAMENTO
- ✓ CURSO RÁPIDO DINÂMICO E CONVERSACÃO



ISTITUTO
Emilia Belfiore

(11) 9 9106-3401

AULA PARA TODAS AS IDADES

COWORKING
AV ANGÉLICA 321 - SALA 112
Higienópolis



TUDO AO SEU REDOR

Em Higienópolis e Perdizes, luxo é poder resolver a vida a pé, ser chamado pelo nome e confiar nos pequenos negócios que atravessam gerações.

Por: Bety Jardinovsky

Algumas pessoas acreditam que uma vida de luxo envolve grandes viagens internacionais, passeios sofisticados ou ostentar joias, relógios de marcas, sapatos e roupas elegantes. Para a maioria de nós, simples mortais, o luxo pode estar em saber que o farmacêutico Policarpo conhece seus filhos pelo nome, sabe de suas alergias e medos na hora de tomar qualquer injeção e entrega os medicamentos em casa, sem que você precise repetir o endereço.

O Gilson, que vende flores em uma banca na rua, e o jornalista Osmar, na esquina da Rua São Vicente de Paulo, são dois dos muitos personagens conhecidos que também separam semanalmente os itens que você costuma encomendar. E, mesmo que você não faça o pagamento antecipado, sabe que pode contar com eles — e eles, com você. Afinal, a relação é de confiança, construída no dia a dia, na conversa rápida, no “depois você acerta”.

Os moradores de Higienópolis e de Perdizes têm essa sorte: contam com um espírito de bairro cosmopolita que, curiosamente, lembra uma cidade do interior cravada no meio da metrópole. No caos do trânsito paulistano, viver nesta região significa não precisar de carro para resolver tarefas, urgências e até pequenos prazeres do cotidiano.

Quebraram os óculos? Seja na Afonso Bovero, em Perdizes, ou na Avenida Angélica, em Higienópolis, não faltam óticas com bons profissionais, muitos deles conhecidos de longa data dos moradores. E se houver necessidade de consulta com um oftalmologista, não precisará se deslocar para longe: a região concentra médicos de praticamente todas as especialidades, além de hospitais e maternidades de referência.

Silviane Neno, jornalista e decoradora, só tem boas lembranças do afeto que é marca característica do





bairro. “Sou paraense, moro em São Paulo há 29 anos e nunca pensei em mudar de Higienópolis. Meu único filho tinha poucos meses de vida e havíamos nos mudado para Higienópolis há pouco mais de um ano. Fui até a farmácia mais próxima, na rua Tinhoão, comprar fraldas descartáveis. Na hora de pagar me dei conta que tinha esquecido a carteira em casa. Vendo minha aflição, o balconista perguntou onde eu morava. Expliquei rua e número. Ele sorriu — e ainda disse o nome do prédio: “Fique tranquila, depois a senhora paga”.

Silviane diz que o sentimento de acolhimento que sente no bairro é único. “Meu filho, hoje com 27 anos, só mudou “de estado”: de Pernambuco para Sergipe”, diz rindo, fazendo alusão aos nomes das ruas de Higienópolis.

Resolver a vida a pé

A possibilidade de fazer tudo a pé talvez seja um dos maiores luxos contemporâneos. Entre Higienópolis e Perdizes, é possível sair de casa para resolver um problema e acabar aproveitando para fazer mil coisas no caminho: passar na papelaria, mandar arrumar o sapato, buscar uma encomenda, comprar frutas frescas, pegar um café ou um sorvete no meio do trajeto.

Os shoppings da região frequentados tanto por moradores quanto por quem vem de outros bairros funcionam quase como extensões da casa. Além das salas de cinema e dos teatros, há verdadeiros “pisos de serviços”: costureiras, chaveiros, assistências técnicas, lavanderias, salões de beleza. Tudo concentrado, acessível, previsível no melhor sentido da palavra.

Mas o bairro vai muito além dos shoppings. Na rua, sobrevivem e se reinventam negócios que parecem cada vez mais raros em São Paulo: o alfaiate que ajusta o paletó com cal



ma; a lojinha de miudezas que vende de tudo um pouco — de pilhas a prendedores de roupa, de fita adesiva a cabides improváveis; a costureira que salva aquela roupa especial; a loja de eletroeletrônicos que é ponto de entrega e retirada de mercadorias compradas em sites de comércio eletrônico e tantas outras facilidades.

Vera Ruthofer, consultora de negócios do Sebrae-SP, afirma que muitos empreendedores começam a trabalhar em casa — atendendo vizinhos ou vendendo pelas redes sociais — e conseguem estruturar o negócio, ampliar o público e crescer de forma sustentável. “Esses casos têm em comum a busca por conhecimento, o cuidado com a gestão financeira, a atenção ao cliente e o uso das orientações do Sebrae como apoio estratégico, capacitação e planejamento.”

Saúde fora das redes

Nas ruas de Higienópolis temos vários personagens que são conhecidos e reconhecidos por várias gerações de moradores. Este é o caso de Policarpo Alves Nogueira, técnico em farmácia e comerciário, que está no bairro há mais de 35 anos. “A primeira farmácia em que trabalhei foi a Drogaria Angélica, que ficava na galeria comercial acima de onde hoje funciona o mercado Mambo – nessa época o supermercado era o Casas da Banha e, depois, o Futurama, ambos fechados e dos quais ainda muita gente se recorda”.

Agora atendendo na Drogaria Via Brasil, na Alameda Barros, Policarpo ressalta que, assim como é difícil competir com as grandes redes de supermercados, o que sustenta uma farmácia de bairro é o conhecimento e a amizade que estabelece com os clientes e vizinhos. “Muitas vezes, graças à confiança construída em tantos anos, eles nos consultam para ouvir uma segunda opinião sobre alguma prescrição médica.”

Policarpo se orgulha das amizades que construiu durante esses anos e conta que às vezes algum jovem o cumprimenta e ele não se lembra quem é. “O rapaz fala: sou o filho da Fulana, e damos risada porque eu não reconheci aquele bebê que cresceu! São esses clientes ‘gente-bona’ que mantêm viva uma pequena farmácia de bairro.”

Pequenos luxos do dia a dia

Há também os luxos que não gritam, mas sustentam a rotina: mercados de bairro, açougues onde o açougueiro sugere o melhor corte para o almoço de domingo, hortifrutis com frutas escolhidas a dedo. Papelarias de rua que resistem à digitalização total e livrarias independentes que seguem sendo ponto de encontro, de conversa e de descobertas.

Academias de ginástica, estúdios de pilates, clínicas de fisioterapia e espaços dedicados ao bem-estar se espalham pela região, assim como unidades do Sesc, que ampliam ainda mais as opções de lazer, cultura e atividades físicas para todas as idades.

Tudo isso compõe uma rede invisível de cuidados, conveniências e encontros que faz com que muitos moradores brinquem que não precisam sair do bairro para nada. A médica Laura B. Lopes, que nasceu e viveu toda sua vida em Perdizes, mudou para Jundiaí durante os anos de estudo de Medicina e, agora, mata as saudades do bairro só durante os finais de semana, quando vem visitar sua família. “Aproveito esses momentos de descanso para cuidar dos cabelos no salão aonde vou desde pequena. Acho muita graça que, agora, a mesma cabeleireira que me chamava de Laurinha me chama de doutora”.



Negócios que atravessam gerações

Outro traço marcante de Higienópolis e Perdizes é a permanência de negócios familiares, muitos deles passados de pais para filhos. São estabelecimentos que carregam não apenas um nome na fachada, mas histórias acumuladas ao longo de décadas.

É o caso da Copiadora Jona, por exemplo, onde a impressão de um simples documento pode virar conversa sobre o bairro, as mudanças na vizinhança e o tempo em que os pais de Giorgio — o sr. Jona e dona Ana — atendiam a todos atrás do balcão. “Meu pai até estrelou comerciais de grandes redes, de tão conhecido que era na rua, sempre sorridente. Começamos a copiadora em 1986 e, mesmo com todas as mudanças trazidas pelo digital, seguimos atendendo no mesmo endereço.”

O mesmo acontece em salões de beleza tradicionais, frequentados por gerações da mesma família, assim como outros comércios que resistem justamente por conhecerem seus clientes pelo nome — e não por um número de pedido.

Talita Gadelha Santiago, podóloga e sócia proprietária do Gadeilha’s Cabelereiros, orgulha-se de seguir a tradição familiar. Seu pai, que há mais de 25 anos é conhecido como “Zé do Pé”, trabalhava como podólogo no antigo Salão São Luiz e, até hoje, atende três gerações da mesma família. “O Salão São Luiz era uma das barbearias mais tradicionais da região. A manicure, Judith, era uma instituição do bairro, super querida e conhecida. Quando o Salão fechou, abrimos o Gadeilha’s e toda a freguesia migrou conosco, já há 17 anos. E seguimos fidelizando nossos clientes que fazem parte da nossa nova história. Hoje, eu também sou podóloga e tenho orgulho de dividir o salão com meu pai, que me incentivou a estudar e honrar seu legado no bairro.”

Um luxo que não cabe na vitrine

No fim das contas, o verdadeiro luxo desses bairros talvez não esteja em vitrines nem em etiquetas. Ele se revela na previsibilidade boa da rotina, no reconhecimento mútuo, na

sensação de pertencimento. Em saber que, se algo der errado, há sempre alguém por perto para ajudar.

Em Higienópolis e Perdizes, viver bem passa menos por ostentar e mais por ter tudo ao seu redor — inclusive as pessoas que fazem parte da sua história.





PEQUENO ROTEIRO DE LOJAS DE RUA

Moda feminina e roupas de festa

- ✓ Renata Farath Store - Rua Piracuama, 206 (sobreloja)
- ✓ aHAASe Ateliê - Rua Iperoig, 511 casa 2
- ✓ Paminy - Rua Turiassu, 390
- ✓ Vasti Atelier - Rua Alagoas, 269
- ✓ Tess Concept Outlet - Rua Barão de Tatuí, 396
- ✓ Loja Três - Rua Alagoas, 820

Lingerie

- ✓ Liz Concept Store Perdizes - Av. Sumaré, 1089
- ✓ Ateliê das Meias - Rua São Vicente de Paulo, 729

Roupas, brinquedos e acessórios para bebês e crianças

- ✓ Momis Petit - Rua Monte Alegre, 441
- ✓ Lipetriz - Rua Turiassu, 492
- ✓ LivreMente Kids Espaço Colaborativo - Rua Dr. Vila Nova, 31
- ✓ Hortelá Brinquedos Educativos - Praça Vilaboim, 41

Guloseimas

- ✓ Chocolate Di Siena - Rua João Ramalho, 1060
- ✓ Da Pá Virada Gelateria - Rua Cardoso de Almeida, 1021
- ✓ Iofi Gelato - Rua São Vicente de Paulo, 601
- ✓ Le Blé - Rua Pará, 252

Decoração

- ✓ Casa Imuy de Papéis de Parede - Rua Dr. Miranda de Azevedo, 439
- ✓ Loja Mod - Rua Alagoas, 503

Dança

- ✓ Estúdio Ariane Batistela - Av. Prof. Alfonso Bovero, 307
- ✓ Casa da Dança Tati Sanchis - Rua Aracaju, 156



Vale a pena empreender localmente?

Bairros com enorme diversidade cultural, onde vivem pessoas de diferentes faixas etárias e também de renda, são verdadeiros oásis para quem tem um olhar empreendedor. Quer abrir um pet shop? Encontrou o bairro certo. Sempre sonhou em ter uma floricultura diferente? Aqui tem clientes para isso! Sua avó te ensinou tudo sobre tricô e crochê e agora você precisa de um dinheirinho extra para pagar o curso de inglês? Opal! Aqui por perto está cheio de gente querendo entrar nessa onda e aprender a tricotar — só não sabe onde.

Para ser encontrado por essas pessoas que precisam do seu serviço e ainda não conhecem o seu trabalho, um dos caminhos é buscar apoio no Sebrae (Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas). Entidade privada sem fins lucrativos, o Sebrae atua como um dos principais parceiros no desenvolvimento de pequenos negócios no Brasil, oferecendo cursos, consultorias e diferentes tipos de orientação, gratuitamente, a qualquer pessoa que queira empreender.

As revistas de Higienópolis e de Perdizes estiveram no Sebrae para entrevistar Vera Ruthofer, consultora de negócios do Sebrae-SP, e compartilhar com os leitores algumas dicas importantes para quem quer dar os primeiros passos — ou alcançar novos patamares — na vida profissional.

Revista – Empreender no próprio bairro é uma vantagem? Conhecer os moradores, os hábitos e o perfil da região faz diferença?

Vera - Sim, é uma grande vantagem. Empreender no próprio bairro permite entender melhor quem são os clientes, como eles consomem,

em quais horários circulam e o que realmente precisam. Esse conhecimento facilita a criação de produtos e serviços mais adequados, aumenta as chances de fidelização e fortalece o vínculo com a comunidade.

Revista – Vamos imaginar o exemplo da abertura de uma pequena floricultura de bairro. É difícil começar hoje em dia? Quais são os primeiros passos e como o Sebrae pode ajudar alguém que está tirando a ideia do papel?

Vera Ruthofer - Não é difícil, mas exige preparo. O primeiro passo é pesquisar o mercado: entender se existe demanda, analisar a concorrência e identificar diferenciais. Depois, é fundamental planejar custos, definir preços, organizar fornecedores e formalizar o negócio. O Sebrae apoia o empreendedor em todas essas etapas, oferecendo orientação para montar o plano de negócio, calcular investimentos, organizar a gestão e estruturar estratégias de vendas, reduzindo riscos no início da jornada.

Revista – Muita gente começa como MEI. Você pode explicar, de forma simples, como funciona a obtenção de linhas de crédito para microempreendedores? Em que momento vale a pena pensar nisso — e quando é melhor evitar?

Vera - O MEI pode acessar linhas de crédito específicas em bancos, cooperativas e instituições financeiras, normalmente com condições mais favoráveis do que o crédito pessoal. Para isso, é importante manter o CNPJ ativo, as obrigações em dia e uma boa organização financeira. O crédito deve ser buscado quando

existe um plano claro de uso, como investir em equipamentos, estoque ou estrutura. Ele deve ser evitado quando serve apenas para cobrir dívidas ou falta de organização, pois pode comprometer a saúde do negócio.

Revista – Abrir um MEI costuma ser fácil, mas e para fechar ou mudar de área de atuação? Dá muita dor de cabeça? Por exemplo: se eu começo com uma floricultura e depois decido transformar o negócio em uma pequena escola online de artesanato, isso é complicado?

Vera - Hoje, esses processos são simples e feitos pela internet. Tanto para encerrar quanto para alterar a atividade, o empreendedor consegue resolver de forma rápida, desde que esteja com as obrigações em dia. O mais importante é planejar a mudança e buscar orientação antes. O Sebrae apoia nessa transição, ajudando o empreendedor a avaliar o novo modelo de negócio e a fazer a mudança com segurança.

Revista – Hoje em dia, é possível ter um negócio pequeno, local, e ainda assim usar redes sociais e ferramentas digitais sem grandes investimentos?

Vera - É não apenas possível, como essencial. Hoje existem diversas ferramentas gratuitas ou de baixo custo para divulgação, vendas e relacionamento com clientes. Com um celular, boas imagens, informações claras e uma presença constante nas redes, o empreendedor já consegue fortalecer sua marca e ampliar o alcance. O Sebrae orienta como usar essas ferramentas de forma profissional, mesmo com poucos recursos.



Geleira cinzenta patagônia Chile



PATAGÔNIA

o último refúgio selvagem
do sul do mundo

No extremo sul da América do Sul, onde o vento dita o ritmo da vida e a natureza ainda fala mais alto que o homem, a Patagônia se estende como um dos destinos mais fascinantes do planeta. Dividida entre Argentina e Chile, essa imensa região abriga paisagens que parecem saídas de um documentário: geleiras monumentais, montanhas recortadas, lagos de azul surreal e uma fauna que resiste bravamente ao clima extremo.

UMA TERRA DE CONTRASTES E GRANDIOSIDADE

Viajar pela Patagônia é vivenciar extremos. De um lado, o silêncio absoluto das estepes áridas; de outro, o estrondo ensurdecido do gelo se desprendendo de uma geleira. O clima é imprevisível: sol, vento e neve podem se alternar em questão de horas, mas é justamente essa intensidade que transforma a experiência em algo único.

Entre os cenários mais emblemáticos está o Parque Nacional Torres del Paine, um verdadeiro cartão-postal chileno. Suas torres de granito, esculpidas ao longo de milhões de anos, atraem aventureiros do mundo inteiro em busca de trilhas desafiadoras e vistas inesquecíveis.

Já do lado argentino, o impressionante Glaciar Perito Moreno, localizado no Parque Nacional Los Glaciares, é um espetáculo à parte. Diferente de muitas geleiras do mundo, ele continua avançando e assistir ao momento em que blocos gigantes de gelo se rompem e caem nas águas é uma experiência hipnotizante.

VIDA SELVAGEM E ENCONTROS RAROS

Apesar das condições severas, a Patagônia é rica em biodiversidade. É possível avistar guanacos cruzando as planícies, condores sobrevoando os céus e até pinguins em colônias costeiras. Nos mares gelados, baleias francas



Guanaco (lama guanicoe) no Parque Nacional Torres del Paine



oferecem um espetáculo à parte durante a temporada de migração. Para os amantes da natureza, cada dia reserva uma surpresa, seja um pôr do sol dourado refletido nos lagos cristalinos ou o simples som do vento atravessando as montanhas.

TURISMO DE EXPERIÊNCIA

Mais do que um destino, a Patagônia é uma vivência. Trilhas, cavalgadas, navegações entre geleiras e até expedições fotográficas fazem parte do roteiro de quem busca conexão genuína com o ambiente.

Cidades como El Calafate e Ushuaia funcionam como portas de entrada para essa imensidão natural, oferecendo infraestrutura turística sem perder o charme rústico.

QUANDO IR: CLIMA E MELHOR ÉPOCA

A Patagônia pode ser visitada o ano todo, mas cada estação oferece uma experiência diferente.

•PRIMAVERA/VERÃO

(outubro a março): dias mais longos e ideais para trilhas

•OUTONO: paisagens com tons dourados

•INVERNO: foco em neve e esportes como esqui

O clima é imprevisível. Vento forte, mudanças bruscas e temperaturas baixas são comuns, independentemente da época.

A melhor época para visitar a Patagônia vai de outubro a março, durante a primavera e o verão no hemisfério sul. Os dias são mais longos e as temperaturas, embora frescas, são mais amigáveis para atividades ao ar livre. É importante, porém, estar preparado: roupas adequadas, planejamento antecipado e flexibilidade no roteiro são essenciais para aproveitar tudo o que a região tem a oferecer.





GASTRONOMIA: SABORES DO FIM DO MUNDO

A culinária patagônica é uma extensão do território: simples, intensa e profundamente ligada aos ingredientes locais.

- ✓ Cordeiro patagônico

Símbolo da região, o cordeiro é assado lentamente em fogo de chão, resultando em uma carne macia e saborosa.

- ✓ Peixes e frutos do mar
- ✓ Truta e salmão, comuns nos lagos e rios

✓ Centolla (caranguejo gigante), especialmente em áreas costeiras

SABORES TRADICIONAIS

- ✓ Empanadas
- ✓ Caldos e sopas quentes
- ✓ Pratos com influência europeia, especialmente na região de Bariloche

BEBIDAS E DOCES

Vinhos argentinos e chilenos acompanham as refeições, enquanto chocolates artesanais e frutas vermelhas completam a experiência gastronômica.

Mais do que comer bem, a gastronomia na Patagônia é parte da vivência muitas vezes apreciada após um dia intenso de trilhas ou exploração.

PASSEIOS E EXPERIÊNCIAS: O QUE FAZER NA PATAGÔNIA

A Patagônia é um verdadeiro parque de diversões para quem busca natureza e aventura.

TREKKING E TRILHAS

- ✓ Circuitos W e O no Torres del Paine
- ✓ Trilhas em El Chaltén, capital do trekking

EXPLORAÇÃO DE GLACIARES

Caminhar sobre o gelo ou navegar entre icebergs é uma das experiências mais marcantes da viagem.

OBSERVAÇÃO DE FAUNA

- ✓ Pinguins na costa
- ✓ Baleias na Península Valdés
- ✓ Guanacos e condores em áreas abertas



Pinguim em Punta Arenas, Patagônia - Chile

AVENTURA E ESPORTES

- ✓ Caiaque, rafting e escalada
- ✓ Cavalgadas por estâncias
- ✓ Passeios de barco por fiordes e lagos

EXPERIÊNCIAS CONTEMPLATIVAS

A baixa poluição luminosa transforma a Patagônia em um dos melhores lugares do mundo para observar estrelas.

INFRAESTRUTURA E CIDADES-BASE

Cidades como:

- ✓ Bariloche
- ✓ Ushuaia
- ✓ Puerto Natales

funcionam como bases estratégicas, oferecendo hotéis, restaurantes e agências de turismo.

Apesar da boa infraestrutura, a região mantém um ar rústico; parte essencial do seu charme.

Viajar pela Patagônia exige planejamento financeiro. É um destino considerado caro, principalmente devido à logística e aos passeios guiados.

A Patagônia não é apenas um destino, é um encontro com a essência da natureza. Em um mundo hiperconectado, ela oferece algo raro: silêncio, imensidão e autenticidade.

Seja caminhando entre montanhas, observando um glaciar se romper ou saboreando um cordeiro ao fogo de chão, cada momento ali carrega uma intensidade difícil de explicar e impossível de esquecer.

Mais do que um destino turístico, a Patagônia é um convite à contemplação. Em um mundo cada vez mais acelerado, ela surge como um lembrete poderoso da grandiosidade da natureza e do nosso pequeno lugar dentro dela.



O famoso e belo pico Cerro Torre, Patagônia - Argentina

AULAS / REFORÇO ESCOLAR

Reforço Escolar
ENSINO FUNDAMENTAL

PROFESSORA
 ESPECIALIZADA
 EM ALFABETIZAÇÃO

11 99453-2130



BRECHÔ



Brecho SEM APEGOS

@semapegos.brecho
 Av Pompeia, 486 - São Paulo
 (11) 99992-7379 / 97047-4974

AULAS DE PIANO

ISTITUTO Emilia Bellioure
CURSO DE ITALIANO

- Aulas particulares, presenciais ou online
- Certificação de proficiência e ratamento
- Curso rápido, dinâmico e conversação

(11) 9 9106 3401

Av. Angelina, 321 sala: 112
 Higienópolis - São Paulo

DELIVERY

Carol coxinhas

(11) 96353-7000

PEÇA PELO APP: 

9 RUA CAIUBI, 749
 PERDIZES

PSICÓLOGIA CLÍNICA



Hannah Vainer
 Psicóloga Clínica
 (Abordagem TCC) CRP 06/223423

- ✓ Atendimento psicológico online e presencial.
- ✓ Tratamento para Ansiedade, Depressão, Luto e Idosos
- ✓ Psicoterapia para Adolescentes, Adultos e Idosos

Invista em você.
 Sua saúde mental é prioridade

(11) 99221-4137



DIVULGUE A SUA EMPRESA NO NOSSO

 | Instagram

Gabel
 COMUNICAÇÕES

SITES / PUBLICIDADE



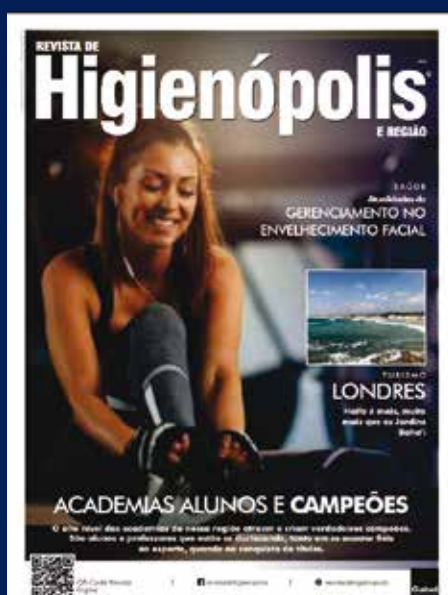
LOJA VIRTUAL em 7 dias

Designer Editorial e Digital
 Livros
 Revistas
 Web Design



(11) 982570043

As revistas que os moradores amam receber!



Participe da próxima edição
Entre em contato: (11)9 9453-2130



A COXINHA MAIS
AMADA DO BRASIL



PEÇA AGORA
NO SEU APP
DE DELIVERY
FAVORITO

Carol
coxinhas

**Mini Salgados,
Salgados de Festa,
Mini Churros,
Churros Gourmet,
Kits para Festa,
E MUITO MAIS!!!**

**Também fazemos
encomendas para
Festas, Workshops
e demais eventos**

(11) 96353-7000

Rua Caiubí, 749 - Perdizes

@carolcoxinhasperdizes

