



JORNAL
images
Edição especial
VERANO **DA ILHA**

Floripa de encantos

Isla de Campeche

Las atracciones de la ciudad van de la tierra al mar

• Página 6



guia
Gastronômico

DÓNDE COMER Y BEBER BIEN: Culinaria democrática

• Páginas G8 e G9

Da hambre solo de mirar!



Publicación mensual de verano de el editor de periódicos imagen de el isla - distribución libre con sustitución semanal en el playas de Jurerê Internacional, Lagoinha, Playa Brava .

Dirección General:

Hermann Byron Neto

Edición/Textos:

Gabriela Morateli

Traducción:

Roberto Galeano

Consejo Editorial: Hermann

Byron Neto, Gabriela

Morateli y Urbano Salles

Diagramación:

Edson Egerland

Periodista Responsable:

Gabriela Morateli

(rp0041871 / sc)

celular comercial:

(48) 99162 8040

y-correo:

hb@imagemdailha.com.br

redacao@imagemdailha.

com.br

Teléfono redacción:

(48) 3028 3778

impresión: Diário

Catarinense

Circulación: 10.000 copias

El artículo firmado no reflejar necesariamente el opinión de el periódico, ser de entero responsabilidad de su respectivo autores enviar comentario y sugerencias para el y-correo:

redacao@imagemdailha.

com.br



Confira a localização de nossos anunciantes

Nos mapas da página 2 e 3 colocamos uma referência de nossos anunciantes com números de identificação.

MAPA PÁGINA 2

- 1) Santa Adegas Vinhos Finos (Córrego Grande)
- 2) Restaurante Mirantes (Centro e Coporate Park - SC 401 - Sto Antônio de Lisboa)
- 3) Antonio's Restaurante (Cachoeira do Bom Jesus)
- 4) Restaurante Iguarias Cozinha do Mar (Jurerê)

MAPA PÁGINA 3

- 5) Beiramar Shopping
- 6) Hippo Supermercados (Centro)
- 7) NET - (Centro)
- 8) Pizzeria Milano (Centro)
- 9) Macarronada Italiana (Beiramar norte)
- 10) Koerich Imóveis (Centro)
- 11) Direto do Campo
- 12) Outback Steakhouse

PAISAJES DESLUMBRANTES

Bajo los encantos del Sur

Foto: Reprodução



La región tiene playas preservadas y una gran belleza natural

Las playas del Norte y del Este de Florianópolis son más conocidas por los habitantes y turistas, pero el Sur de la isla reserva balnearios bellísimos. ¿Que tal hacer realizar un tour por la región y conocer sus paraísos? Aproveche el consejo.

Morro das Pedras

La vista de esta playa frecuentada por surfistas es hermosísima. Desde el mirador del convento del Morro das Pedras (Casa de Retiros Vila Fátima) es posible observar la playa, la floresta nativa y el camino que da acceso a la playa de Armação.

Praia do Campeche

Se destaca por la belleza del mar y de sus frequentadores. El *point* de la playa es el *Riozinho*, que se hizo famoso en los últimos años.

Praia do Matadeiro

Con un mar verde hipnotizador, queda localizada al lado de la playa de Armação. El acceso a la misma se hace a pie y dura apenas algunos minutos.

Pântano do Sul y Ribeirão da Ilha

Estos dos balnearios atraen por su culinaria e historia. El *Pântano* es una colonia de pescadores de mar calmo y restaurantes de culinaria típica de la Isla. En *Ribeirão*, los atractivos son las construcciones antiguas de estilo colonial portugués y los restaurantes a base de ostras.



Centro

Conozca nuestros emprendimientos y prepárese para escribir la mejor de sus historias.



Centro



Centro



Centro



Novo Estrada



Centro



Centro

Deje que **W Koerich Imóveis** forme parte de su historia.



Florianópolis encanta a turistas de todo el mundo por sus bellezas. Y W Koerich Imóveis ofrece las direcciones más fascinantes para que usted viva o abra su negocio.



KOERICH
IMÓVEIS

48 3216.4880

wkoerichimoveis.com.br

DEPORTES ACUÁTICOS

Vamos a disfrutar del mar!

Las actividades en el agua ayudan a mantener la buena forma y amenizan el calor de la estación

Qué tal aprovechar el verano para practicar un deporte acuático? Florianópolis ofrece opciones para todos los gustos, bolsillos y niveles de coraje: surf, windsurf, kitesurf, stand up paddle, buceo y kayak. Escoja su deporte favorito y métase al agua! Además de una diversión garantizada te vas a refrescar también!

Kitesurf, windsurf y stand up paddle

Con sus aguas tranquilas, la Lagoa da Conceição posee el escenario perfecto para la práctica de kitesurf, windsurf y stand up paddle. Entre las escuelas que ofrecen clases de estos deportes está la Windcenter. Más informaciones: www.windcenter.com.br.

Buceo

Con aguas protegidas y profundidades de 3m a 8m, la Ilha do Campeche es uno de los lugares más indicados para la práctica del buceo libre, sin la ayuda de equipamientos para respira-



la misma y ser arrastrado por el agua. A pesar de parecer simple y amateur, agarrar un jacaré no es tan fácil como parece, pues requiere de técnica y muchos intentos para aprenderlo.

Surf

Para quien pretende aprender a surfear o simplemente tener una clase experimental lo que no falta en Florianópolis son las escuelas de surf. La playa de Barra da Lagoa está entre las más indicadas para los principiantes porque tiene un mar calmo. Una opción es la Escuela de Surf de Josué. Más informaciones: 3232-4548.

ción. Es posible alquilar un snorkel y patas de rana en la propia Isla.

Agarrar un Jacaré

Es la modalidad más rústica de la lista. Todo lo que necesitas es de un bikini o short que estén bien sujetos al cuerpo para no llegar desnudo en

la parte rasa de la playa. Se tienes una plancha de espuma de goma, mejor. Si no, todo bien. Basta elegir una buena ola, de altura y fuerza razonable, y posicionarse de espaldas para ella, pero sin dejar de observar su llegada. Antes de que la ola se rompa tienes que dar un impulso para quedar en el medio de

Kayac

Para quien gusta de andar en kayak es recomendable ir a la Lagoa da Conceição, donde es posible alquilar el equipamiento en la Avenida das Ren-deiras. En el Norte de la Isla se sugiere ir a la playa de la Lagoinha que posee un mar más tranquilo.

EVENTO INFANTIL DESCUBRIENDO EL MAR

VOODOO

JUGAR,
DESCUBRIR,

amar

DEL **13/01** AL **05/02**

TODOS LOS DÍAS,
DE LAS **14H** A LAS **20H**

HALL CENTRAL | DE **04** A **12** AÑOS
EVENTO GRATUITO



Beiramar

O SHOPPING NO CORAÇÃO DA CIDADE

TURISMO CULTURAL

Memorias y Magia

Las construcciones de patrimonio histórico permiten conocer un poco más sobre los orígenes de Florianópolis

Además de las bellezas naturales, Florianópolis es palco de un conjunto arquitectónico antiguo preservado. Son edificios históricos, iglesias centenarias, museos, fortalezas y otras construcciones que vale la pena visitar.

Sousa que abriga el Museo Histórico de Santa Catarina y está localizado en la Praça XV de Novembro, bien en el Centro de la ciudad. El acervo cultural del museo se compone de muebles y objetos directamente relacionados con la historia política del Estado, especialmente por el ejercicio del Poder Ejecutivo.

FORTALEZAS

Las principales fortalezas de Florianópolis, que un día fueron el sistema defensivo de la región, son disfrutadas por turistas que desean obtener un poco más de cultura en relación a las protecciones costeras del pasado. Son tres fortalezas: Santa Cruz de Anhatomirim y Santo Antônio de Ratoles, donde el acceso es posible a través de escunas, y São José da Ponta Grossa, en la que se llega por tierra y a través de la Praia do Forte.

SITIO ARQUEOLÓGICO Y PAISAGÍSTICO DE CAMPECHE

La Ilha do Campeche tiene un acceso limitado de personas y los visitantes solo pueden permanecer en el local por un período máximo de cuatro horas. Es posible llegar hasta la isla a través de barcos que salen desde Barra da Lagoa, Praia do Campeche y Praia da Armação do Pântano do Sul.

PALÁCIO CRUZ E SOUSA

Entre los lugares que vale la pena conocer se encuentra el Palácio Cruz e

Accese el QR Code y
conozca otros locales
para visitar.



PREVENCIÓN

Disfrute de la playa sin estrés

Cuidados simples evitan problemas y accidentes en el verano como quemaduras y ahogamientos

Con la llegada del verano, el Cuerpo de Bomberos refuerza la atención en las playas, aumentando el contingente de salvavidas y de equipamientos como los jet-sky y botes inflables. Sin embargo, para garantizar la seguridad y tranquilidad durante la temporada es preciso que los bañistas también hagan su parte.

AGUAVIVA: Siempre pregunte a los salvavidas si existe la presencia de carabelas o aguaviva en el lugar y, en caso positivo, evite entrar en el mar. Si el contacto con las mismas ya ocurrió accione el Cuerpo de Bomberos a través del teléfono 193 e intente los primeros auxilios.

NO SE PUEDE COMER DE TODO: Si Usted no quiere pasar las vacaciones en el hospital con diarrea e intoxicación alimentaria esté bien atento con lo que ingiere en la playa. Compre apenas en los quioscos autorizados por la Municipalidad y evite alimentos a base de leche como el queso fresco.

SOL SIN EXAGERAR: Para evitar quemaduras solares e insolación trate de exponerse en los horarios recomendados (hasta las 11h y después de las 16h) y siempre con protector solar. Si la piel está muy roja use un hidratante post-solar, pero si la quemadura es grave busque un médico inmediatamente.

ESTÉ SIEMPRE ATENTO CON LOS NIÑOS: Con los niños no se puede desviar la atención ni por un segundo. En la mayoría de las playas las pulseritas de identificación para los pequeños son distribuidas en los puestos salvavidas y establecimientos gastronómicos. Basta solicitarlas!

BEBA MUCHO LÍQUIDO: Otro peligro del verano es la deshidratación. Por eso, no economice con los líquidos. Sin embargo, no incluya cerveza y otras bebidas alcohólicas que acaban agravando el problema. Dé preferencia al agua mineral, jugos y agua de coco.



Redoble la atención principalmente cuando los niños estén en el agua

SOLO ENTRE EN LUGARES “PROPIOS” PARA BAÑARSE: Lamentablemente, muchas playas están contaminadas y son consideradas como impropias para baño. En esos lugares, el índice de coliformes fecales está por arriba del promedio de seguridad para la salud del

ser humano. Preste atención a las placas colocadas en las playas. Otra consejo es entrar en el sitio de la Fatma (www.fatma.sc.gov.br) que durante la temporada publica boletines de las playas aptas para baño en Santa Catarina.



Productos de limpieza pueden ser los villanos

ALERGIAS

Prevéngase!

Conozca algunos trucos para mantenerse libre de los estornudos

En el verano, las personas tienen que convivir con temperaturas más elevadas en sus rutinas de trabajo, estudio y tiempo de ocio. Ese aumento a la exposición solar perjudica el flujo de melatonina, la hormona que promueve el sueño y es producida estrictamente en lo oscuro. Así, las personas tienden a dormir menos y no recargan las energías necesarias para sus quehaceres diarios, lo que termina por acarrear algunas enfermedades como la alergia.

en el auxilio de las enfermedades respiratorias.

3. CONSIDERE LA VENTILACIÓN DEL CUARTO

Tenga una ventilación adecuada en el lugar en que va a descansar. Sirve prender el ventilador o el aire acondicionado desde que la persona se sienta confortable para cubrirse apenas con una sábana.

4. NO TENGA CORTINAS, ALFOMBRAS Y BICHOS DE PELUCHE EN LOS CUARTOS

Este consejo parece obvio, pero los ácaros y hongos se acumulan en esos ítems.

5. EVITE PRODUCTOS DE LIMPIEZA CON PERFUME

Los productos de limpieza pueden provocar alergias serias tanto para quien los usa como para quien está en el ambiente en que fue aplicado. Los principales villanos son los suavizantes de ropas y los desinfectantes. Dé preferencia a los ítems sin olor.

Trucos simples para mantenerse saludable:

1. USE PIJAMAS Y ROPAS DE CAMA LIVIANAS

Lino y algodón son mejores que los materiales sintéticos porque absorben el calor. Entonces, opte por uno de los dos para usar y encapar el colchón.

2. TENGA UN ESTERILIZADOR EN CASA Y EN LA EMPRESA

El esterilizador de aire elimina cerca de 99,9% de los micro-organismos aéreos

BANDA LARGA RAPIDONA. + 15.000 CONTEÚDOS GRÁTIS.

Agora, quem assina a banda larga da NET leva também 15 mil conteúdos grátis. São filmes, séries, desenhos e muito mais para você curtir com a família toda. Aproveite.

4004-8844 | NET.COM.BR
OU VÁ ATÉ UMA LOJA CLARO

O acesso gratuito aos 15 mil conteúdos é válido por 12 meses. O consumo dos conteúdos gratuitos será descontado do pacote de dados contratado pelo cliente. Oferta válida até 31/1/2017 na contratação do pacote Combo Multi, que contempla os serviços de TV por assinatura (na seleção Mais HD), banda larga de 15 Mbps (Promoção Dobro da Velocidade) e Claro Max 2GB + 150 min (Multi ilimitado NET exclusivo para portabilidade). A velocidade anunciada, de acesso e tráfego na internet, é a máxima nominal, podendo sofrer variações decorrentes de fatores externos. O sinal do modem Wi-Fi está sujeito a limitações, em função de obstáculos e da distância do local do acesso à internet. A banda larga mais assinada - fonte: Anatel (janeiro 2016). A banda larga fixa que mais entrega a velocidade contratada - fonte: Anatel (julho 2015). A banda larga mais rápida - fonte: revista Info Exame (janeiro 2014). O NOW está disponível para todos os clientes NET HDTV ou com um dos pacotes do NOW Club (ClaroVideo, Combate e Philos) contratado, sem custo adicional para acesso. Saiba mais em www.net.com.br/now. Os equipamentos cedidos pela NET deverão ser devolvidos na rescisão do contrato. Consulte as condições de aquisição e a disponibilidade técnica em seu endereço ligando para 4004-8844.

60 MEGA
POR MÊS
R\$ 49,90
POR MÊS

15 MIL
FILMES E SÉRIES
GRÁTIS

POR 6 MESES, NO COMBO MULTI. APÓS, R\$ 104,90/MÊS. PACOTES COMBO MULTI A PARTIR DE R\$ 309,80/MÊS.



TURISMO

Refugio natural

Lagoa do Peri es la única playa de agua dulce de Latinoamérica que recibió el sello Bandera Azul

Foto: Francis Diógenes

La Lagoa do Peri es la mayor laguna de agua dulce y potable de la costa catarinense, en Florianópolis, que recibió a inicios de Diciembre el sello Bandera Azul, título concedido a las playas y marinas que cumplen con los criterios relacionados a la gestión ambiental, calidad, seguridad e infraestructura. En el verano, visitar la Lagoa es un buen consejo para los turistas que prefieren bañarse en agua dulce durante un picnic. Además, el Parque Municipal de la Lagoa do Peri es una reserva biológica con bastante sombra y rico en fauna y flora. Toda la región está preservada como patrimonio natural por el decreto municipal nº 1.828 y, además, se puede encontrar Mata Atlántica Primaria. Con un poco de suerte, es posible ver al jacaré-de-papo-amarelo.

TIEMPO DE OCIO

El área que está alrededor de la laguna tiene selva virgen y senderos hermosísimos que llegan hasta las cascadas y los antiguos ingenios coloniales. Las caminatas ecológicas, en algunos casos, son realizadas con un guía. Los niños también tienen buenas opciones de entretenimiento. Además del agua dulce y tranquila, ideal para un baño, hay un pequeño parque infantil con un área arborizada por enormes eucaliptos, donde los niños pueden jugar y divertirse a gusto. Paseos de barco, kayak y otras formas no motorizadas, así como pesca de línea de mano y con caña son también actividades permitidas en el lugar.

Conozca más sobre la
Lagoa do Peri accediendo
el QR Code.



CANASVIEIRAS

La Casan inaugura un nuevo centro de tratamiento

Construida en 10 meses, la estación es la principal obra para descontaminar el Norte de la Isla



Con la estación compacta trabajando en conjunto con la principal, el agua vuelve para el Río Brás 90% limpia

La Compañía Catarinense de Agua y Saneamiento (Casan) inauguró el miércoles 28 la nueva Estación Compacta de Tratamiento de Cloacas (ETE) de Canasvieiras. La nueva estructura aumenta la capacidad para filtrar los afluentes y evitar que los ríos que están próximos transborden. De acuerdo con el presidente de la empresa, Valter Galina, se han invertido cerca de 12 millones de reales en las obras del

Norte de la Isla.

Proyectada, licenciada ambientalmente, licitada y construida en menos de 10 meses, la nueva estación compacta es la principal obra del conjunto de acciones lideradas por la CASAN para ayudar a descontaminar el Norte de la Isla. La obra fue prometida por la autarquía al inicio del año pasado como una de las soluciones para reducir los problemas de la polución del agua de mar en la región.

Para el presidente de la empresa ésta es una más de las operaciones de la Casan para mejorar el saneamiento básico de la región y garantizar el abastecimiento de agua para la temporada de verano del 2017. “Actualmente, Santa Catarina es el 16o estado en saneamiento básico del Brasil. Hasta el año 2018 vamos a ser el cuarto estado. Estamos invirtiendo cerca de dos billones en saneamiento básico”, comentó el mismo.



guia Gastronômico



Foto: Reproducción

MANJARES DE LA ISLA

Aprecie los platos típicos de aquí, como este de el Rancho Açoriano

• Página G3

La ostra gratinada es una de las preferidas!



DIRET DO CAMPO
FRUTAS E VERDURAS SELECIONADAS
a partir de
R\$ 1,99KG
Av. Beira Mar Norte - Agrônômica
Fone: 3228-8674

CUIDADO

Prestando atención en el plato de los pequeños

Las vacaciones de verano pueden suponer una mayor atención en la alimentación de los niños

Foto: Reproducción



Ofrecer alimentos livianos es esencial durante el verano

El mejor camino para mantener la salud de los niños en las vacaciones de verano es el planeamiento. Es importante rever los horarios y adaptar la rutina de las comidas sin perjuicio, analizando si el niño se quedará en casa o viajará, si hará actividades físicas o se quedará mirando la televisión para poder encontrar alternativas que garanticen su bienestar. Lea algunos consejos para que los niños disfruten de todos los momentos con energía y salud:

ELIJAN Y PREPAREN JUNTOS LOS ALIMENTOS: puede ir al supermercado, a la feria o al almacén con su hijo. Elija los alimentos junto con él y después pídale para que le ayude a preparar la comida, aunque solamente lave las verduras para una ensalada. Ciertamente, su hijo va a sentir más placer en comer aquello que él mismo ayudó a preparar. Comida en familia: comer en los horarios regulares y en familia es extremadamente saludable no solo para el

cuerpo, sino también para el fortalecimiento emocional de su hijo. Y, si es posible, apague la TV durante las comidas para estimular el diálogo entre ustedes.

SINCERIDAD Y RESPETO: sea siempre sincero con su hijo sobre lo que él está comiendo. Y recuerde que el mismo tiene paladar y que debe ser respetado cuando dice que no le gusta una determinada comida. Use la creatividad para estimular al niño a experimentar nuevos sabores.

COZINA REGIONAL

Recanto de las ostras

Ribeirão da Ilha reúne famosos restaurantes especializados en ostras

Con la mayor producción de ostras de Florianópolis, Ribeirão da Ilha concentra restaurantes que sirven creativos y ricos platos a base del molusco. La rica gastronomía de este lugar localizado en el Sur de la Isla atrae miles de turistas todos los años. Entre los restaurantes tradicionales de Ribeirão están Porto do Contrato, Rancho Açoriano y Ostradamus.

Entre los platos podemos mencionar a la ostra in natura – cruda y servida con limón, la ostra al vaho y la gratinada. Para quien nunca saboreó una ostra o tiene cierta resistencia a los frutos del mar más exóticos, lo ideal es comenzar por la gratinada porque el queso disimula un poco el sabor fuerte y marcado del molusco. Por lo tanto, es la más vendida en Ostradamus y en determinadas épocas del año llega a ser el plato más importante del restaurante. Además de las ostras, Ribeirão da Ilha reserva otra feliz sorpresa para los visitantes: reúne uno de los más

antiguos y preservados conjuntos arquitectónicos del estilo colonial portugués de la ciudad. Un lugar fascinante que seguramente quedará grabado en la memoria de sus vacaciones.

CÓMO IR HASTA RIBEIRÃO?

Saliendo del Centro de Florianópolis, siga en dirección Sur de la Isla pasando por los túneles y en seguida siga por la Via Expressa Sul. Después, siga los carteles que indican cómo llegar a las playas del Sur y para Ribeirão da Ilha. Se encuentran a 36 km del Centro, aproximadamente.

Ostra gratinada es una de las preferidas de los consumidores



Foto: Arquivo

DOCES FIT

Para saciar las ganas

Las opciones más saludables de dulces mantienen la buena forma en el verano



En esta época del año estamos más atentos a lo que comemos, al final, queremos mantener la buena forma en el verano. Crear nuevos hábitos alimentarios es una óptima idea y para dejar el menú más saludable, sin perder el sabor y sin caer en tentaciones tenemos opciones más li-

vianas. Como alternativa a los dulces comunes, repletos de azúcar blanca, la gastronomía invierte en opciones nutritivas con recetas que pueden ser preparadas en casa y consumidas sin culpa, peros con moderación. La nutricionista Kelly Cristina Soares nos enseña dos recetas prácticas!

RECEITA

Trufa Prestígio

Ingredientes:

3 tazas de coco fresco rallado, 1 taza de cacao en polvo, ½ taza de aceite de coco, ½ taza de melado (se puede substituir por miel o jarabe de agave), coco rallado para decorar.

Modo de preparación: Mezcle el coco fresco rallado con el cacao en polvo. Agregue el melado y el aceite de coco (debe estar en la consistencia líquida – caso no esté, derrita en “baño María”). Exprima firmemente con la mano para formar bolitas. Pase el coco rallado para decorar. Coloque en la heladera por 2 horas o en el congelador por 1 hora para solidificar y quedar con la consistencia de las trufas.

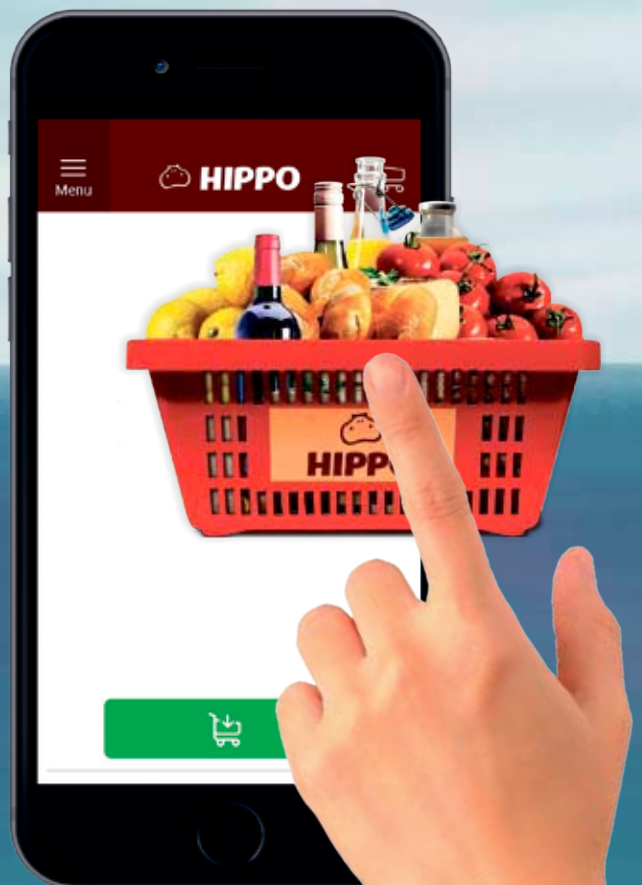
Palitos de chocolate 70% de cacao

Ingredientes: chocolate 70% cacao, frutas da estación. **Modo de preparación:** derrita el chocolate 70% de cacao y envuelva el chocolate en la fruta. Ponga el chocolate para congelar y endurecer.

Ligue ou
acesse e tenha
todos os sabores
do mundo
na sua casa.

 **HIPPO**

 /hipposupermercados



HIPPO DELIVERY

4007 2204
hippo.com.br

NUTRITIVA

Abuse de las ensaladas

Ellas son livianas y nutritivas, son perfectas para los días calurosos



*Ingredientes
ofrecen
beneficios
para
mantener el
peso*

Las ensaladas son las preferidas para quien busca una vida más saludable o desea perder esos kilos extras. En las temperaturas más elevadas el organismo sufre y para facilitar su adaptación, una alimentación liviana y rica en nutrientes hace toda la diferencia. Ellas incluyen perfectamente las proteínas y los carbohidratos livia-

nos. La nutricionista Cintya Bassi explica las propiedades de ese plato tan nutritivo para toda la familia: “Las hojas verdes son importantes porque son fuentes de vitaminas y minerales, pero al agregarse otros alimentos como frutas, linaza, chía, quinua y hasta condimentos como el ajo, por ejemplo, agregan valor nutricional al plato”, destaca.

RECEITA

Ensalada con frutas

Ingredientes: 5 hojas de lechuga americana, 1 porción pequeña de rúcula, 1 porción pequeña de berro, 1 manzana, 8 frutillas, 1 pepino, 1 zanahoria y 1 remolacha.

Modo de preparación: Lave bien las hojas de lechuga, rúcula y berro y córtelas en un tamaño razonable (hasta 5 cm). Ralle la zanahoria y la remolacha. Corte el pepino en rodajas y prepare un plato. Corte la manzana en rodajas finas y la frutilla en cuatro pedazos (si son pequeñas). Mezcle las frutas con las hojas y colóquelas en otro plato. Se puede agregar manga o regar la ensalada con jugo concentrado con pulpa de frutas (uva verde, pulpa de uva morada, ananá, naranja, melón y hierba buena - sin azúcar).

Vacaciones en la playa!



En enero y febrero,
el Imagen da ilha va a la playa

Con ediciones en portugués y español, el periódico se distribuirá en las playas del norte de la isla 2 veces por semana durante todo el mes

Anuncie!

contato@imagemdailha.com.br ou pelo tel: (48) 98836 4050

JORNAL
image3
Edição especial
VERANO DA ILHA





Chegou a sua nova tele-entrega de vinhos e espumantes em Floripa!

Suas férias pé na areia em Floripa com vinhos e espumantes do mundo todo, entregues aonde você estiver.

**Mais de 700 rótulos
de várias partes do mundo!**

TELE-ENTREGA SANTA ADEGA

 **48 3233.1296**  **48 99116.4828**

De segunda a sexta, das 10h às 20h. Sábados das 9h às 14h.



Santa Adegas

Joe Collaço, 163, Córrego Grande
Florianópolis- SC

WWW.SANTAADEGA.COM.BR

**TELE-ENTREGA GRÁTIS ACIMA DE
R\$ 200,00 DENTRO DA ILHA!**

DÓNDE COMER Y BEBER BIEN

PIZZA METRO EN LA MILANO

Pruebe el verdadero sabor de Italia aquí en Flo-ripa. La **Pizzería Milano** ofrece en su menú la “sensazionale” Pizza Metro. Preparada con una receta artesanal exclusiva e ingredientes seleccionados y frescos, el plato incluye hasta tres sabores. Con una vista privilegiada, de frente para la Beira-Mar Norte, Milano ofrece platos exclusivos cuidadosamente seleccionados por su propietaria, la maestra pizzera Grace Fraschini.

Pizzeria Milano

Rua Bocaiúva, 2526
Avenida Beira-Mar Norte, 2526
Teléfono: 3024-0034
www.pizzeriamilano.com.br



CAMARÓN A LA ILHA DOS AÇORES

Internacionalmente reconocido por la excelencia de su culinaria, **Antonio's Restaurante** es el lugar ideal para quien gusta de pescados y frutos del mar. Localizado en la Cachoeira do Bom Jesus, al Norte de la Isla, sirve deliciosos platos como el **Camarón a la Ilha dos Açores (foto)** – camarones con pedacitos de bacalao cocinados con aceite de oliva, cebolla, ajo, rodajas de papa, pimienta, pimentón y aceitunas -. Viene con arroz. Abierto diariamente para el almuerzo y la cena.

Antonio's Restaurante

Rua Luiz Boiteax Piazza, 2214
Cachoeira do Bom Jesus (Norte de la Isla)
Teléfono: 3284-5736
www.antoniosrestaurante.com.br



KILO FAVORITO

Varias veces elegido como el lugar de “comida por kilo favorito de la ciudad”, el Grupo Mirantes posee diversos restaurantes en la Isla y, ciertamente, deber haber uno cerca suyo. Entre los más buscados está el **Mirantes Grill** con parrilladas especiales. Conozca el buffet completo, incluyendo varias opciones de ensaladas y platos calientes de la manera que a usted le gusta!

Mirantes Grill

Rua Bocaiuva, 2256
Centro

Accese el QR Code al lado y vea las diversas localizaciones



DÓNDE COMER Y BEBER BIEN

OPCIONES PARA EL VERANO

Famoso por recibir grupos para celebrar los buenos momentos, el **Outback Steakhouse** Florianópolis tiene deliciosas opciones para el verano. Para comer, una de ellas es la Bloomin'Onion (R\$ 45,95). Una cebolla gigante y dorada que posee el auténtico sabor del Outback, acompañada con la maravillosa salsa Bloom. Para beber el Gold Coast Rita (R\$ 25,25), un margarita helado hecho con tequila noble de Méjico, licores e ingredientes exclusivos del Outback. El resultado é una bebida de textura única, refrescante y deliciosa.

Outback Steakhouse

Rua: Bocaiúva, 2468 - Centro
(planta baja del Beiramar Shopping)
Teléfonos: 3039-0935/3039-1935
www.outback.com.br

ITALIANA FAVORITA

Macarronada Italiana es el lugar ideal para reunir a la familia y a los amigos para una rica comida en un ambiente amplio y confortable. Este año fue elegida la Cocina Italiana Favorita por los lectores de Imagem da Ilha! Su menú es variado y ofrece la calidad de las recetas desde la preparación hasta la entrega de los platos para los clientes. Una de las opciones que llama la atención por su sabor, aroma y exuberancia es el **Taglarini Al Cartoccio Mari e Monti** - Tagliarini con frutos de mar, funghi freschi, alcaparras, aceitunas y condimentos. Abierto todos los días desde las 11:00 hasta las 00:30 h.

Macarronada Italiana

Avenida Rubens de Arruda Ramos
(Beira-Mar Norte), 2458
Teléfono: 3028-2666 - www.macarronada.com.br

MANJARES DEL MAR

El chef nacionalmente reconocido Adilson Lucinda muestra toda su experiencia en el menú del nuevísimo restaurante **Iguarias Cozinha do Mar**, en Jurerê. La tradicional comida de la Isla con un toque de alta gastronomía. Aprecie todo el sabor y la exuberancia de la **Moqueca Mixta (foto)**, y de otros platos que merecen destaque como la Garoupa con Camarones al ajo y al aceite y Langosta a la Parrilla.

Iguarias Cozinha do Mar

Avenida dos Búzios, 945 - Jurerê
Teléfono: 3365-5822
www.facebook.com/IguariasCozinhadoMar



DIETA

Más disposición para disfrutar de las vacaciones

Conozca los alimentos que ayudan a eliminar las toxinas del organismo



La ingestión de alimentos como el ananá garantiza un resultado antioxidante



Para desintoxicar el cuerpo después de una comilona exagerada, muchos recurren a los jugos desintoxicantes. Sin embargo, esta única actitud no es suficiente, como lo explica la nutricionista Ana Huggler: “Es preciso retirar de la dieta los alimentos industrializados que poseen muchos conservantes y sobrecargan el metabolismo. Ellos son ricos en azúcares, gorduras saturadas y sodio, que al consumirlos en exceso pueden contribuir para aumentar

el LDL (colesterol ruin) y causar enfermedades cardiovasculares. Además, evite frituras, bebidas gaseosas y dulces”. Lo recomendado es elegir alimentos que favorezcan la eliminación de toxinas como las oleaginosas. Las castañas, por ejemplo, son ricas en vitamina E, omega 3, calcio, magnesio, zinc y selenio y ayudan en la eliminación de metales pesados como mercurio y arsénico, y además, tienen acción antioxidante y antiinflamatoria. “La ingestión de frutas es siempre recomendada, principalmente las cítricas como el ananá que contribuye para la desobstrucción del hígado por el hecho de ser diurética y facilitar la digestión”, describe. La nutricionista explica que la ingestión de por lo menos 2 litros de agua diariamente es esencial en el proceso de desintoxicación alimentaria. “El consumo regular de agua coopera para la eliminación de toxinas por medio de la orina. Además, hidrata el organismo evitando que el cuerpo retenga líquido y previene problemas en los riñones”, informa.

AL FINAL DE LA TARDE

Hora del chop

El happy hour tiene todo que ver con el verano

Reunir a los amigos para beber aquel chop helado acompañado de una deliciosa entrada y una buena charla es una excelente posibilidad para la estación más calurosa del año. El happy hour no puede faltar en el verano de la Isla y combina muy bien con el paseo por la playa y antes de salir a la noche. Entre los lugares más visitados está la Sanduicheria da Ilha del Centro y de la Lagoa da Conceição que reúnen gente linda y animada. Por allá, la dupla de sandwich de mortadela Ceratti y el chop son famosos. Cerca del Beiramar Shopping, la cervecería Devassa es otro point de la ciudad, pues ofrece buena música y muchos platos deliciosos. Otro lugar tranquilo de Floripa es el Emporium Bocaiúva que ofrece chopes, cervezas especiales nacionales e importadas, cachazas y diferentes platos para degustar. En

el Beiramar Shopping, la sugerencia es el Outback y el Madero, con sus entradas irresistibles y el chop “estúpidamente” helado. La Lagoa da Conceição también reserva bares muy animados para tomar un chop después de la playa. La mayor concentración de los mismos está en la Avenida Afonso Delambert Neto, en el Centrinho. El atardecer es especial, también, en Santo Antônio de Lisboa y Sambaqui, al Norte de la Isla. Los bares están de frente para el mar transformando el escenario del happy hour en un espectáculo aparte. Jurerê Internacional también es un excelente local para reunirse con los amigos al final



En todos los lugares de la ciudad hay excelentes opciones para beber un chop bien helado

de la tarde. El destaque va para los bulevares del Open Shopping y del Il Campanário.



MANTENERSE
EN FORMA
EN VACACIONES

dayuse
disponible

(48) 3222-6644

aparcamiento gratuito

www.betteryou.com.br

BETTERYOU
ACADEMIA

COMIDA

Hora del asado

Con algunos detalles la carne queda mucho mejor

Preparar un asado puede parecer algo muy fácil, al final, en teoría todo lo que uno necesita es buen pedazo de carne, carbón a la brasa, espetón y sal gruesa. Sin embargo, en la práctica el asunto no es tan fácil como parece. Sabiendo eso, presentamos, a seguir, una lista con consejos que deben ser considerados a la hora de asar la carne. Preste atención!

- Conocer el modo de preparación de los cortes que va a hacer es fundamental;

- Siempre pregunte sobre las novedades del mercado y las carnes que tal vez no conozca;

- Las carnes deben ser retiradas de la heladera una hora antes de ponerlas en la parrilla, pues cuanto más tiempo estén



La temperatura y el tipo de parrilla y la cantidad de sal influyen en el resultado final de la carne

el punto ideal de las mismas;

- Varios factores influyen en el resultado final, como la temperatura de la parrilla, el tipo de parrilla, la cantidad o tipo de sal, entre otros;

- Algunos trucos a la hora de cortar la carne influyen directamente para que la misma esté bien tierna. El corte de la carne debe seguir la línea de las fibras para quedar más succulenta.

en contacto con la temperatura ambiente mejor;

- Para completar el asado y preparar un almuerzo perfecto, la preparación de los alimentos debe ser hecha con calma y el cocinero debe observar siempre como se cocinan las carnes para garantizar

Utilice una pinza en lugar de un tenedor para evitar que la carne quede seca;

- Los accesorios utilizados en la preparación del asado deben estar cerca de todo buen asador. Espetones adecuados, carbón de buena calidad y cuchillos con buen filo son ítems fundamentales.