



Fique mais um dia

Onde se hospedar, comer e se divertir: reserve tempo para conhecer o melhor da capital paulista



São Paulo fique mais um dia

Uma das metrópoles mais vibrantes do mundo, São Paulo é muito mais que um ótimo lugar para fechar negócios. Ter um dia livre é o primeiro passo para descobrir os encantos múltiplos da capital. Este guia sugere duas formas de aproveitar sua estadia: conhecer o que há de melhor em cada bairro ou dedicar-se a um dos roteiros temáticos de um dia, feitos sob medida para viajantes de diversos perfis.



INCLUI

CULTURA, COMPRAS, PARQUES, PROGRAMAS BONS E BARATOS, CURSOS, VIDA NOTURNA, LAZER COM AS CRIANÇAS





viva tudo isso

Viver São Paulo é viver infinitas possibilidades. É aproveitar a diversidade de seus restaurantes, lojas, teatros, museus e espetáculos e, no final de tudo, saber que isso é apenas o começo.

Venha para São Paulo e viva tudo isso.

Consulte o seu agente de viagens.

www.cidadedesapaulo.com

Aplicativo SP Mobile: gratuito para Apple e Android.



Uma publicação da São Paulo Turismo S/A. A empresa oficial de turismo da cidade de São Paulo tem como missão posicionar e promover a cidade de São Paulo como a capital dos negócios, conhecimento e entretenimento da América Latina, destacando seu caráter vanguardista e cultural, buscando sua consolidação como destino turístico, visando ampliar a movimentação dos diversos setores da economia e a qualidade de vida dos cidadãos.

Prefeito da Cidade de São Paulo: Fernando Haddad
www.prefeitura.sp.gov.br

Presidente da São Paulo Turismo S/A: Marcelo Rehder

Vice-Presidente da São Paulo Turismo S/A: Italo Cardoso Araújo

Diretor de Ações Estratégicas e Comunicação: Marcos Vinícius Sinval

Diretor Administrativo Financeiro e de Relacionamento com os Investidores: Arley Ayres

Diretor de Infraestrutura: Luiz Ricardo Santoro

Diretor de Eventos: Everaldo Teixeira Dourado Junior

Diretor de Marketing e Vendas: João Francisco Aprá

Diretor de Representação dos Empregados: João Batista de Godoy

Diretora de Turismo e Entretenimento: Luciane Leite

Gerência de Planejamento: Fernanda Ascar

Gerência de Promoção: Marisa Marrocos

Colaboração com conteúdo e revisão de texto:

São Paulo Turismo S/A – Diretoria de Turismo

Sites: www.spturis.com • www.cidadedesapaulo.com
www.fiquemaisumdia.com.br • www.anhembi.com.br • www.autodromointerlagos.com

Endereço para correspondência: Avenida Olavo Fontoura, 1209 • Parque Anhembi Santana • SP • CEP 02012-021 • cidadedesapaulo@spturis.com

Conteúdo fornecido e produzido pela Editora Abril S.A., sob encomenda da SPTuris. Reprodução proibida.

Coordenação Editorial: Fábio Peixoto

Gerente de Marketing: Jair Oliveira

Impresso em Agosto de 2013
5.000 exemplares

Algumas informações estão sujeitas a mudanças sem aviso prévio. Previna-se telefonando antes de sair de casa.





Viva tudo isso

São Paulo é uma cidade emblemática e que surpreende. Como centro de negócios, é líder na América do Sul, seja por seu grande mercado, pela sua infraestrutura e rede de serviços ou por deter alguns dos melhores centros de estudos e profissionais qualificados, conjunto que faz da metrópole um polo comercial e gerador de tendências, onde estão situadas filiais de algumas das maiores empresas do mundo.

São esses os principais motivos que atraem uma boa parcela dos turistas que desembarcam na capital paulista todos os anos: nada menos do que 45% dos visitantes são, em geral, empresários, empreendedores, altos executivos ou funcionários de empresas que vêm a São Paulo para participar de uma reunião, um evento ou fechar um bom negócio.

Mas existe um outro lado da cidade que os visitantes começaram a descobrir – e acabaram por se encantar. É a São Paulo da cultura, da criatividade, da novidade, da alta gastronomia, do entretenimento e da diversidade que cativa pessoas de todas as partes do país e do mundo. É a São Paulo que mistura o que há de mais global e novo no planeta às peculiaridades da cultura brasileira, criando produtos, passeios, lugares e experiências únicas e inovadoras.

É por isso que este guia convida você, visitante, a estender sua viagem em pelo menos mais um dia para vivenciar o que a cidade pode oferecer e, assim, estar conectado ao novo, ao singular, ao que há de mais antenado.

E para facilitar a busca, só é preciso selecionar um dos roteiros de um dia sugeridos nas páginas a seguir, seja conforme suas preferências e seu estilo ou ainda conforme a região em que está hospedado, para que não precise sequer percorrer grandes distâncias.

Não deixe passar a chance de desfrutar esta metrópole. Aproveite que está em São Paulo, estenda em ao menos um dia sua viagem, planeje você mesmo um bom roteiro de algumas horas e viva tudo isso.

São Paulo Turismo
Prefeitura de São Paulo





Sumário

Bem-vindos

Monte sua programação	5
Entenda São Paulo	6
De olho no mapa	10
São Paulo cidade criativa	12

Roteiros sob medida

Natureza	16
Cultural	20
Bem-estar	24
Bom e barato	28
Sofisticado	32
Descolado	36
Em família	40

Auditório Ibirapuera



Compras	44
Fim de semana perfeito	48

Bairros imperdíveis

Centro, Liberdade e Bela Vista	54
Pacaembu, Higienópolis e Barra Funda	58
Avenida Paulista, Consolação, Jardins e Ibirapuera	62
Pinheiros e Vila Madalena	66
Moema, Itaim Bibi, Brooklin e Morumbi.....	70
Luz, Bom Retiro e Brás	74
Outros bairros	78

Programa-se

Fique (bem) mais que um dia	82
--------------------------------------	----

Monte sua programação

Quem tiver um dia extra em São Paulo pode agendar seus passeios a partir de um tema ou região da cidade

ROTEIROS SOB MEDIDA

São nove indicações de roteiros, divididos por perfis e interesses do turista. Cada passeio tem programas para durar o dia todo, desde o café da manhã até o fim da noite.

Museu da Língua Portuguesa



Rua João Cachoeira

BAIRROS IMPERDÍVEIS

Aqui as atrações estão divididas em bairros e regiões que concentram a rede hoteleira e pontos turísticos, para você se divertir e aproveitar a cidade a qualquer hora do dia. As indicações estão separadas por categorias: Passeios, Hospedagem, Comida, Compras e Baladas.

CURSOS

São Paulo também é lugar de ensinar e aprender, pilares que sustentam o movimento de cidades criativas pelo mundo (*leia mais na pág. 12*). Para que sua viagem possa render novas experiências, os roteiros incluem dicas de cursos de curta duração.

Sugestões em destaque



SERVIÇOS Todas as atrações e estabelecimentos aparecem com endereço e telefone (o prefixo de São Paulo é 11). Antes de se dirigir aos locais, confira horários, preços e programação – ou faça reservas, no caso dos restaurantes. O comércio em geral funciona de segunda a sábado, das 9h às 18h; as lojas dos shoppings ficam abertas entre 10h e 22h e, aos domingos, das 14h às 20h.

Entenda São Paulo



Parque do Povo: o verde ajuda a colorir o paredão de prédios no horizonte da cidade

São Paulo é tão múltipla que não pode ser definida em poucas palavras. Mas é justamente essa diversidade que faz dela uma cidade única, com museus, teatros, cinemas, parques, estádios, hotéis, bares, restaurantes e muitas outras opções de entretenimento. Para você aproveitar o melhor da metrópole durante sua estada, siga as informações, orientações e dicas sobre como chegar, circular e conhecer as principais atrações da capital paulista.

Roteiros da cidade

Você pode entrar em contato com uma das agências especializadas em turismo receptivo e contratar passeios guiados, incluindo pacotes especiais – um exemplo é o SP Indy 300, oferecido para os fãs da categoria na época da corrida. A prefeitura também indica roteiros temáticos para você visitar livremente (*saiba mais em cidadedesapaulo.com*):

ARQUITETURA PELO CENTRO HISTÓRICO

Visita construções centenárias, como o Tribunal de Justiça e o Edifício Martinelli.

CULTURA AFRO A Casa Mestre Ananias, fundada pelo pioneiro da capoeira na capital, está entre os lugares deste passeio.

ARTE URBANA Intervenções de artistas como Osgemeos estão espalhadas em muros e paredes nos quatro cantos da cidade.

CIDADE CRIATIVA Conheça atrações, eventos e atividades que confirmam a expressividade e as vocações da metrópole.

ECORRURAL Trilhas, cachoeiras e até comunidades indígenas estão nas áreas de proteção ambiental do município.

INDEPENDÊNCIA DO BRASIL Um panorama histórico, da nascente do Riacho do Ipiranga, dentro do Jardim Botânico, ao Parque da Independência.

CAFÉ O grão marcou a trajetória da cidade, da construção de ferrovias ao Largo do Café, onde o produto era negociado.

FUTEBOL A Praça Charles Miller é o ponto de partida para saber mais sobre o esporte, que entrou no Brasil pela capital paulista.

MIRANTES A imensidão da cidade vista do alto, em locais como o Edifício Copan, o Pico do Jaraguá e o vão livre do MASP.

Programação cultural

Roteiros com a agenda cultural da cidade circulam às sextas junto com os principais jornais. Aos sábados, a *Veja São Paulo*, encartada na revista *Veja*, também divulga essa programação. Na internet, oriente-se pelos sites: cidadedesapaulo.com, guiadasemana.com.br, guia.folha.com.br, vejinha.com.br e visitesapaulo.com. Você também pode adquirir ingressos para filmes e espetáculos em sites como ingresso.com, ingresso.com.br, ingressorapido.com.br, ticketsforfun.com.br e cinemark.com.br.



Pinacoteca: vasto acervo de esculturas

Telefones úteis

CÓDIGO DE ÁREA DA CIDADE 11

(São Paulo e Região Metropolitana)

BOMBEIROS 193

PRONTO SOCORRO 192

POLÍCIA MILITAR 190

POLÍCIA CIVIL 147

EMERGÊNCIA DE TRÂNSITO 1188

DEATUR (Delegacia Especializada de Atendimento ao Turista) 3257-4475

DEFESA DO CONSUMIDOR 151

INFORMAÇÕES TELEFÔNICAS 102

SÃO PAULO CONVENTION & VISITORS BUREAU 3736-0600

SÃO PAULO TURISMO 2226-0400

CHAMADAS INTERNACIONAIS

Embratel 00 + 21 + cód. país + cód. área local + telefone; **Telefônica** 00 + 15 + cód. país + cód. área local + telefone

Como chegar

AEROPORTOS

Os aeroportos de Congonhas e Guarulhos são as portas de entrada para quem chega de avião a São Paulo. Uma linha de ônibus especial (**Airport Bus Service**; 0800 770 7995, de seg. a sex., das 7h às 19h; 2445-2430, nos demais horários; airportbusservice.com.br), com ar-condicionado, circula entre eles e passa por diversos pontos da cidade, como os hotéis da Avenida Paulista, a Rua Augusta, a Praça da República e as rodoviárias. Uma linha metropolitana também liga a estação Tatuapé do metrô ao terminal em Guarulhos. A cidade ainda sedia uma pista para aviação executiva e táxi aéreo, o Campo de Marte, e está a 99 km do Aeroporto Internacional de Viracopos, em

Campinas. A maioria das empresas aéreas nacionais vende passagens online, mas é preciso ter CPF (documento brasileiro). Estrangeiros devem procurar os balcões e agências das companhias.

AEROPORTO DE CONGONHAS Av. Washington Luís, s/n, Campo Belo; 5090-9000; **AEROPORTO INTERNACIONAL DE SÃO PAULO** Rod. Hélio Smidt, s/n, Guarulhos; 2445-2945; **AEROPORTO INTERNACIONAL DE VIRACOPOS** Rod. Santos Dumont, Km 66, Campinas; (19) 3725-5000; **CAMPO DE MARTE** Av. Santos Dumont, 1979, Santana; 2223-3700.

RODOVIÁRIAS

Há três terminais rodoviários em São Paulo (Tietê, Barra Funda e Jabaquara), todos operados pela empresa Socicam (3866-1110; socicam.com.br).

TERMINAL RODOVIÁRIO GOVERNADOR CARVALHO PINTO (TIETÊ) Fica na estação Tietê do metrô e atende 1 033 cidades de 21 estados do Brasil e também do Uruguai, Paraguai, Argentina, Chile e Peru. Av. *Cruzeiro do Sul*, 1800.

TERMINAL RODOVIÁRIO BARRA FUNDA Interliga metrô, trens metropolitanos, ônibus urbanos e terminal interestadual. Atende 446 cidades. R. *Auro Soares de Moura Andrade*, 664.

TERMINAL RODOVIÁRIO JABAQUARA Fica na estação Jabaquara do metrô. Dali saem ônibus para dez cidades do litoral sul de São Paulo. R. *Jequitibás*, s/n.

Como circular

CARRO E TÁXI

A frota de mais de 7 milhões de veículos

costuma provocar lentidão no trânsito, principalmente no início da manhã, no fim da tarde e em dias chuvosos. Se alugar um carro, fique atento ao rodízio de automóveis durante a semana no Centro Expandido. Se preferir usar táxi, escolha entre as categorias comum, especial e radiotáxi. Os dois últimos são mais caros, mas acessíveis por telefone (**Guarucop** 2440-7070; **Rádio-Táxi Vermelho e Branco** 3146-4000; **Táxi Comum Aeroporto de Congonhas** 5533-6631; **Táxi Comum Rodoviária Tietê** 2221-3779).

ÔNIBUS

Há 1 349 linhas percorrendo a cidade. Todas aceitam o Bilhete Único. Vendido em postos de atendimento da SPTrans, bancas e casas lotéricas, ele permite ao usuário fazer até quatro embarques num período de três horas pagando apenas uma passagem. Para saber sobre rotas e itinerários, acesse o website spttrans.com.br ou ligue 156.

METRÔ

As linhas Amarela, Azul, Verde e Vermelha ficam abertas de domingo a sexta, das 4h40 à meia-noite, e até a 1h aos sábados. A linha Lilás também opera diariamente, mas fecha à meia-noite. Informações em metro.sp.gov.br.

CITs

As Centrais de Informação Turística (CITs) são os pontos oficiais de informação sobre a cidade de São Paulo. Profissionais bilíngues ficam à disposição para tirar dúvidas e informar sobre eventos,

atrações, infraestrutura e serviços da metrópole. O visitante também encontra guias, mapas e folhetos com orientações e dicas de passeios. Informações atualizadas sobre as CITs podem ser obtidas no site cidadedesaopaulo.com.

CIT ANHEMBI

Funciona durante os eventos no Anhembi Parque.

CITs GUARULHOS

Terminais 1 e 2 (área de desembarque) do Aeroporto Internacional de São Paulo.

CIT MERCADO

R. da Cantareira, 306, Mercado Municipal de São Paulo.

CIT OLIDO

Av. São João, 473, Galeria Olido.

CIT PAULISTA

Av. Paulista, 1853, Parque Mário Covas.

CIT REPÚBLICA

Pça. da República, Centro.

CIT TIETÊ

Terminal Rodoviário Tietê, setor de desembarque.

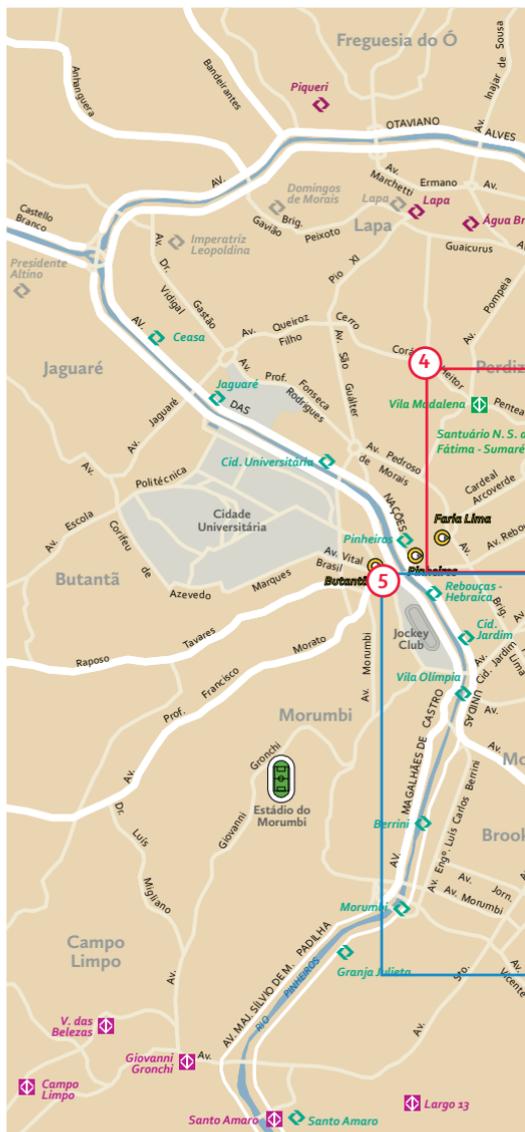
Guia eletrônico

Quem tiver em mãos um smartphone ou um tablet com acesso à internet pode obter informações sobre serviços, estabelecimentos e atrações turísticas com o aplicativo **SP Mobile**, disponível no Android Market (market.android.com) ou na AppStore (itunes.apple.com).

De olho no mapa

São Paulo tem uma área de 1,5 milhão de km². A maior parte das atrações e pontos turísticos encontra-se no Centro e nas zonas Centro-Sul e Oeste. Este guia preparou seis roteiros destacados no capítulo Bairros Imperdíveis. Lá estão sugestões de hospedagem, restaurantes, lojas, bares e casas noturnas nas seguintes regiões:

- 1 CENTRO, LIBERDADE E BELA VISTA** Bairros que contam a história cultural e social de São Paulo.
- 2 PACAEMBU, HIGIENÓPOLIS E BARRA FUNDA** Alta e baixa gastronomia, futebol e vida noturna se juntam numa região multicultural.
- 3 AVENIDA PAULISTA, CONSO LAÇÃO, JARDINS E IBIRAPUERA** Rota de intensa programação cultural e também da mais visitada área verde da metrópole.
- 4 PINHEIROS E VILA MADALENA** Atividades noite e dia na região da boemia paulistana, repleta de bares, ateliês e gente animada.
- 5 MOEMA, BROOKLIN, ITAIM BIBI E MORUMBI** Eixo que concentra serviços e estabelecimentos sofisticados, de hotéis a restaurantes.
- 6 LUZ, BOM RETIRO E BRÁS** Aqui estão guardados recortes e lembranças da tradição da cidade, em museus e ruas comerciais.







São Paulo cidade criativa

A diversidade de culturas e etnias que moldou a capital paulista serve como motor na busca de conhecimento, inventividade e qualidade de vida nos espaços urbanos

Quase cinco séculos após sua fundação, São Paulo segue sua trajetória marcada pela vanguarda e pela diversidade. A mistura de nacionalidades, culturas e ideais levou uma pequena vila a se transformar na metrópole moderna e pulsante que conhecemos.

São Paulo é superlativa. Recebe feiras e eventos de negócios, eventos esportivos, mostras de cinema e festivais musicais de relevância internacional. Sedia ainda museus com valiosos acervos de arte e apresenta em seus palcos muitos talentos da dramaturgia. Sua rede hoteleira é a maior da América Latina. Seu território abriga grandes empresas e conceituadas universidades. É uma das capitais mundiais da gastronomia e da boemia.

Esse é o contexto de múltiplas voçoes em que São Paulo assume seu papel de cidade criativa. Este termo, derivado do conceito de economia criativa, foi elaborado por acadêmicos ainda na década de 1980. Ele surgiu da

necessidade de se abrir novos caminhos para o desenvolvimento urbano sustentável, a partir do declínio da era industrial e da adoção cotidiana das novas tecnologias.

A exemplo de Londres e da Austrália, muitas cidades e países já adotaram o lema da criatividade com o intuito de reinventar seus meios de produção e as formas de atuação da sociedade. São lugares onde as condições socioeconômicas foram desenvolvidas para atrair e reter cidadãos de talento. É por meio da valorização da capacidade intelectual das pessoas que se pretende criar novos modelos de gestão ou negócios.

São Paulo também tem motivos e instrumentos de sobra para integrar esse movimento. Há tempos, a metrópole é um espaço democrático, que abriga uma gama de atividades ligadas ao mercado cultural e de entretenimento. Recentes estudos mostram que São Paulo concentra 9% das em-



Espectáculos musicais, museus e manifestações culturais alimentam a criatividade da metrópole

presas brasileiras ligadas à economia criativa, assim como 15% de todos os profissionais desse segmento.

A capital paulista manifesta esse potencial inventivo o ano inteiro e por todos os seus cantos. Na agitação da Rua Augusta e da Vila Madalena, nos polos culturais de arte e design, parques e centros esportivos, nas instituições de ensino, na São Paulo Fashion Week, na Mostra Internacional de Cinema, na Campus Party, na Parada LGBT, nas bienais do Livro, de Artes e de Arquitetura. São experiências que

levam conhecimento aos cidadãos, ampliam as oportunidades de trabalho e incentivam a busca por mais qualidade de vida nos ambientes urbanos.

Para que São Paulo continue sendo a cidade criativa que esperamos, sua metamorfose deve se apoiar na imaginação, na colaboração e na participação efetiva de moradores e visitantes. Aproveite as muitas cidades de São Paulo. Frenética, antenada, verde, acolhedora, única, descomunal. Venha descobrir todas elas e faça parte dessa história.



10



30



Roteiros sob medida

São Paulo é uma cidade superlativa, com atrações para todos os públicos. Não perca a chance de mergulhar nos encantos da metrópole: confira a sugestão de roteiro que mais combina com seu estilo e aproveite.

Um dia na natureza



Parque Ibirapuera: a área verde é um dos mais completos espaços de lazer da capital paulista

É fácil enxergar São Paulo como uma “selva de pedras”, sempre com uma fileira de prédios no horizonte. Mas um olhar atento mostra muito mais espaço para o verde. São mais de 90 parques, de oásis na área urbana a reservas mais afastadas do Centro, somando 300 000 km² de cobertura vegetal – 21% da extensão do município. E, para não perder o contato com a natureza na hora da refeição, não faltam opções de restaurantes abertos e arborizados.

MANHÃ

Vista trajes leves para seu passeio ao ar livre. Em seguida, vale degustar um café da manhã saudável e reforçado. Uma grande variedade de frutas e outras sugestões naturais, como o açaí, recheiam o cardápio da **Bolados Sucos** (R. Joaquim Floriano, 373, Itaim Bibi; 3168-5723). Aos finais de semana, a dica na região é o **Pé no Parque** (R. Inhambu, 240, Moema; 5051-3376).

Tudo para começar o dia próximo da área verde que está no coração de São Paulo e do paulistano: o **Parque Ibirapuera** (Av. Pedro Álvares Cabral, s/n; parqueibirapuera.org). Aberto há quase seis décadas, é um dos mais completos espaços de lazer da cidade. O parque se estende por 1 600 km², com trilhas para caminhadas, pistas de cooper, ciclofaixa, quadras poliesportivas, playground e outras áreas e equipamentos para a prática de ginástica e atividades físicas. Formado por quatro lagos, um bosque de eucaliptos, gramados e exemplares de árvores exóticas e nativas, como o pau-ferro e o pau-brasil, o parque abriga em seu interior o **Viveiro Manequinho Lopes** (Av. IV Centenário, portão 7; 3887-6761), de onde saem algumas mudas que serão plantadas nas ruas da cidade. Ainda dentro do Ibirapuera, dá para conhecer outro lado da natureza no **Planetário** (5575-5206; prefeitura.sp.gov.br/ astronomia). Graças a um moderno projetor, o visitante pode observar o céu de qualquer ponto do universo. Vale lembrar que há mais razões para que o Ibirapuera, projetado pelo arquiteto Oscar Niemeyer, seja um retrato plural da metrópole: ali estão os prédios da Bienal, da Oca, do Auditório Ibirapuera e as sedes dos museus de Arte Moderna (MAM) e Afro Brasil, além de monumentos e obras de arte instalados a céu aberto.



Parque da Cantareira: mata nativa na cidade

TARDE

Para um contato mais intenso com a natureza, siga até a Serra da Cantareira e passe a tarde por lá. Quem quiser saciar a fome antes de qualquer aventura deve conhecer o restaurante **O Velhão/As Véias** (Estr. de Santa Inês, 3000, município de Mairiporã; 4485-4195). Peça uma mesa no terraço virado para a mata, sirva-se no bufê de comidas regionais e sente-se para saborear os pratos e apreciar a paisagem.

Depois, a sugestão é visitar o **Parque da Cantareira** (R. do Horto, 1799, Horto Florestal; 2203-0115) para conhecer de perto uma das maiores florestas urbanas nativas do mundo. Entre as trilhas, percorra a que leva ao **Mirante da Pedra Grande**. Do topo, a 1 010 m de altitude, abre-se um belo panorama da cidade.



Horto Florestal: além de equipamentos de lazer, tem áreas para contemplar a natureza

Outra importante área verde da região é o **Horto Florestal** (R. do Horto, 931, Horto Florestal; 2231-8555; iflorestal.sp.gov.br/hortoflorestal), inaugurado há mais de um século. Com quadras, parque infantil e boa infraestrutura, costuma ser palco de piqueniques e ainda hoje é o lar de macacos-prego, capivaras, tucanos e outros bichos. Mais um cenário que pode agradar é o **Pico do Jaraguá** (acesso pela Rod. Anhanguera, km 18, Jaraguá), ponto mais alto da capital, situado a 1 135 m. Dá para chegar de carro ou encarar uma das trilhas que levam ao topo, de onde se vê a imensidão de São Paulo.

Se você estiver do outro lado da cidade, na Zona Sul, uma sugestão de almoço é a **Casa da Fazenda do Morumbi** (Av. Morumbi, 5594,

Morumbi; 3742-2810). O restaurante, rodeado de vegetação, funciona no casarão de uma das primeiras fazendas de chá do período colonial brasileiro e tem no cardápio variações de receitas da cozinha nacional.

Para contemplar a exuberância da flora em plena metrópole, faça um passeio pelas alamedas arborizadas do **Parque Burle Marx** (Av. Dona Helena Pereira de Moraes, 200, Vila Andrade; 3746-7631; parqueburlemarx.com.br). Um atrativo que encanta os visitantes é o jardim projetado pelo paisagista Roberto Burle Marx, com palmeiras-imperiais ao redor de um espelho d'água e um conjunto de esculturas sobre o gramado, que lembra um tabuleiro de xadrez. Por ali, outro jardim encantador é o da **Fundação Maria Luísa e Oscar Americano** (Av.

Morumbi, 4077, Morumbi; 3742-0077; fundacaoooscaramericano.org.br). Dá para ver o entardecer do salão de chá do museu, instalado na casa projetada por Oswaldo Arthur Bratke.

NOITE

Quem ainda tiver pique depois do pôr do sol tem até as 22h para visitar o **Parque Mário Pimenta Camargo**, conhecido como Parque do Povo (Av. Henrique Chamma, 490, Itaim Bibi; 3073-1217). O local é ótimo para a prática de atividades físicas, pois tem um conjunto de quadras – inclusive com marcação especial para esportes paraolímpicos –, campo de futebol gramado, ciclovia e pista de cooper.

Se preferir pegar mais leve, aproveite os aparelhos de ginástica de baixo impacto ou faça uma caminhada pelos jardins, entre árvores frutíferas, madeiras nobres e um canteiro com ervas aromáticas. Vale lembrar que o Parque Ibirapuera também é procurado por quem gosta de caminhar, correr ou praticar exercícios físicos depois do expediente, pois os portões 5 (Av. IV Centenário), 2, 3 e 10 (Av. Pedro Álvares Cabral) são fechados somente à meia-noite.

Para jantar, vá até o restaurante **Praça São Lourenço** (R. Casa do Ator, 608, Vila Olímpia; 3053-9300), para seguir com a programação ao ar livre no jantar. Como o nome sugere, os salões envidraçados se voltam para uma praça onde as mesas ficam ao lado de jabuticabeiras, pitangueiras, laranjeiras e um lago com carpas. No cardápio, pratos da cozinha italiana e especialidades feitas num forno a lenha.

Outra opção é o **Capim Santo** (Al. Min. Rocha Azevedo, 471, Jardins; 3068-8486), que serve pratos tradicionais da culinária brasileira em um pátio cercado por vegetação. Se tiver disposição para um drinque e quiser encerrar a noite

sob as estrelas, o **Cânter** (Av. Lineu de Paula Machado, 1263, Cidade Jardim; 3037-7426), dentro do Jockey Club de São Paulo, tem mesas no gramado e um belo cenário noturno. Se preferir descontração, siga até o **Pé de Manga** (R. Arapiraca, 152, Vila Madalena; 3032-6068), onde uma frondosa mangueira na área aberta dá boas-vindas aos animados clientes.



CURSOS

Uma alternativa para aprender mais sobre sustentabilidade e educação socioambiental são os cursos da Universidade Aberta do Meio Ambiente e da Cultura de Paz (UMAPaz; 5572-1004; prefeitura.sp.gov.br/umapaz). A sede fica no Parque Ibirapuera, mas há aulas em vários espaços da cidade. Outra sugestão para se envolver com o tema é o curso livre de comunicação ambiental na unidade Jabaquara do Senac (Av. do Café, 298; 2146-9150; sp.senac.br). Com ele, o aluno aprende a apurar e divulgar informações sobre a natureza, além de discutir a importância da verde para a sociedade.

Um dia cultural



MASP: no prédio do museu está guardada uma das maiores coleções de arte da América Latina

Um rótulo que São Paulo pode ostentar com orgulho é o de capital da diversidade cultural. Desde a Semana de Arte Moderna de 1922, a cidade abriu-se para velhos e novos movimentos artísticos, de dentro ou fora do país. Impressionistas e cubistas convivem sob as linhas modernas do MASP, enquanto a arte urbana invade galerias e centros culturais. Isso sem falar em teatros, cinemas e outros palcos abertos para conquistar o público.

MANHÃ

Reunir cultura e história é um bom motivo para começar esse dia pelo Centro. Por isso, aproveite para fazer seu café da manhã na padaria mais antiga da cidade, a **Santa Tereza** (Pça. João Mendes, 150, Centro; 3101-5667), em funcionamento desde 1872. Na dúvida, peça uma “média”, típica combinação paulistana de pão com manteiga na chapa e um “pingado”, café servido no copo com um pouco de leite.

Perto dali, na **Praça do Patriarca**, um exemplo harmonioso da convivência do novo e do antigo na metrópole. Construções do início do século passado, como o **Edifício Matarazzo** (Viaduto do Chá, 15, Centro), sede da prefeitura, convivem harmoniosamente com um imenso pórtico de 40 m que sustenta uma cobertura metálica – criação do premiado arquiteto Paulo Mendes da Rocha. Inaugurada em 2002, fica sobre a entrada da Galeria Prestes Maia.

Atravesse o Viaduto do Chá, sobre o Vale do Anhangabaú, e admire-se com o esplendor do **Theatro Municipal** (Pça. Ramos de Azevedo, s/n, Centro; 3397-0300; teatromunicipal.sp.gov.br). Restaurado minuciosamente e reinaugurado em 2011, ano de seu centenário, o teatro tem visitas guiadas, mas você pode simplesmente entrar no saguão de mármore e conhecer o café do térreo, repaginado pelos irmãos Campana. Aproveite para conferir na bilheteria se há algum espetáculo com ingressos disponíveis programado para a noite. Próxima dali fica a **Biblioteca Mário de Andrade** (R. da Consolação, 94, Centro; 3256-5270). Há 70 anos ocupando o atual prédio, seu acervo perde em tamanho no Brasil somente para o da Biblioteca Nacional (RJ) e guarda importantes obras de pesquisa, como uma carta de Manuel da Nóbrega e manuscritos de Rui Barbosa. No

térreo fica o setor circulante, com 43 mil livros para empréstimo aos leitores.

Também dá para passar uma manhã cultural conhecendo o lado mais concreto do Parque Ibirapuera: seus museus, pavilhões e obras ao ar livre. No **Museu de Arte Moderna – MAM** (Parque Ibirapuera, portão 3; 5085-1300; mam.org.br), onde há sempre exposições temporárias em cartaz, artistas contemporâneos como Cildo Meireles incrementam o acervo de mais de 5 mil obras. Em volta do prédio, há peças ao ar livre no **Jardim das Esculturas**.

O **Museu Afro Brasil** (Parque Ibirapuera, portão 10; 3320-8900; museuafrobrasil.com.br), também em um dos pavilhões do parque, dedica-se a obras de arte, fotografias, docu-



Theatro Municipal: café repaginado

mentos e outras peças etnológicas, algumas datadas do século 15, formando um perfil abrangente da cultura negra na construção da sociedade brasileira.

■ TARDE

Basta atravessar uma passarela sobre a Avenida 23 de Maio para encontrar outra peça do conjunto arquitetônico do Ibirapuera: é a nova sede do **Museu de Arte Contemporânea da Universidade de São Paulo – MAC USP** (Av. Pedro Álvares Cabral, 1301, Ibirapuera; 5573-9932; mac.usp.br). Também projetado por Oscar Niemeyer, o prédio abrigou o Detran-SP até 2009 e foi reaberto em janeiro de 2012 com uma mostra de 18 esculturas no piso térreo. A ocupação dos demais andares será progressiva até o final do ano, tudo para co-

memorar os 50 anos da instituição, em 2013.

Se a fome bater antes de você deixar o parque, aproveite para comer no restaurante **Prêto no MAM** (5085-1306), que fica dentro do museu e tem sempre receitas criativas. Outra opção nas redondezas é o **Così** (R. Jacques Félix, 381, Moema; 3672-0089), onde massas frescas e o risoto de polvo com azeitonas verdes são elaborados pelo chef Renato Carioni. Na hora da sobremesa, não deixe de olhar a vitrine da **Pâtisserie Douce France** (Al. Jaú, 554, Jardins; 3262-3542). A torta mil-folhas da confeitaria vale como combustível para seguir em direção à Avenida Paulista.

Ali, o **Museu de Arte de São Paulo – MASP** (Av. Paulista, 1578; 3251-5644; masp.art.br) é parada obrigatória. Sua importância começa do lado de fora, onde uma caixa de concreto,



Museu de Arte Contemporânea da USP: mais espaço expositivo com a nova sede

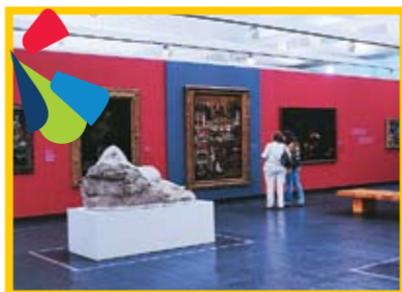
suspensa por vigas vermelhas, ergue-se sobre o vão de 74 m, resultado do audacioso projeto de Lina Bo Bardi. Dentro, está guardado um dos mais relevantes conjuntos de arte na América Latina, com obras de artistas consagrados como Monet, Rafael, Renoir, Picasso e Van Gogh. Esse acervo, que soma 8 mil peças, costuma vir a público em mostras temáticas. Na parte inferior do museu, além da ampla área de exposição, há ainda um anfiteatro, uma loja e um restaurante.

NOITE

Quem tiver pique para percorrer os 2,8 km da Avenida Paulista vai tropeçar em outras atrações culturais. Mais próximos à Praça Oswaldo Cruz, estão a **Casa das Rosas** (Av. Paulista, 37; 3258-6986), com programação voltada à poesia e literatura, e o **Itaú Cultural** (Av. Paulista, 149; 2168-1777), com atividades e mostras de videoarte e linguagens multimídias. No outro extremo da avenida, o **Conjunto Nacional** (Av. Paulista, 2073) exhibe trabalhos artísticos em seus corredores de mosaico português, além de hospedar uma unidade da **Caixa Cultural** (3321-4400) e a megastore da **Livraria Cultura** (3170-4033).

Se for encerrar a noite assistindo a uma peça, a cidade costuma ter em cartaz de dramas a comédias e musicais. No bairro da Bela Vista, estão teatros como **Sérgio Cardoso** (R. Rui Barbosa, 153; 3288-0136), **Ruth Escobar** (R. dos Ingleses, 209; 3289-2358) e **Abril** (Av. Brigadeiro Luís Antônio, 411; 2846-6060).

A pedida para o jantar na saída do espetáculo são as cantinas italianas. Na **Roperto** (R. 13 de Maio, 634, Bela Vista; 3288-2573), com quatro salões e muitos lugares, o cardápio se destaca pelo saboroso polpetone da casa. Ou-



CURSOS

Visitar tantos museus e galerias de arte em São Paulo pode despertar o desejo de aprofundar seus conhecimentos sobre o assunto. O MASP (Av. Paulista, 1578; 3251-5644, masp.art.br) oferece um curso de introdução à história da arte com aulas ministradas dentro das dependências do museu, apresentando um panorama geral das artes plásticas. Já o Curso Livre de História da Arte do MIS (Avenida Europa, 158, Jardim Europa; 2117-4777, mis-sp.org.br) dá ênfase à arte contemporânea e sua relação com a tecnologia e as mídias digitais, abrangendo do Renascimento aos dias atuais.

tro reduto para quem quiser comer na região central da cidade é a **Rua Avanhadava**. Antigo ponto de encontro de artistas, foi revitalizada em 2007 e transformou-se em um boulevard com canteiros e calçamento especial. A sugestão é saborear tanto as massas quanto os antepastos servidos no **Famiglia Mancini** (R. Avanhadava, 81, Centro; 3255-6599).

Um dia de bem-estar



Spa Elements, dentro do hotel Tivoli: ambiente zen e relaxante na hora da massagem

Quem diz que São Paulo não para é porque ainda não sabe onde e como relaxar aqui. Vale buscar um momento de tranquilidade em clínicas de medicina estética ou mesmo em lojas de cosméticos. Você também pode procurar um cantinho de paz dentro de um parque ou num restaurante japonês. Seja noite ou dia, dá até para se deixar levar pela harmonia da música clássica, que espalha suas notas por muitos cantos da cidade.

MANHÃ

Não importa qual é a sua crença. Comece o dia assistindo à missa celebrada com canto gregoriano na **Basilica de Nossa Senhora da Assunção**, no Mosteiro de São Bento (Lgo. de São Bento, s/n, Centro; 3328-8799). Essa missa entoada é realizada diariamente, às 7h durante a semana, uma hora antes aos sábados e às 10h todo domingo. Lembre-se de chegar mais cedo se não quiser ficar em pé nos corredores. Ao final da cerimônia, você certamente vai sentir corpo e mente mais leves.

Uma boa alternativa para fazer o desjejum ali mesmo, de frente para o mosteiro, é o **Café Gi-rondino** (R. Boa Vista, 365, Centro; 3229-4574). O ambiente da casa é sóbrio e tem decoração inspirada na São Paulo do início do século 20, enquanto o cardápio apresenta variedade de bebidas quentes para o café da manhã, inclusive misturas especiais de café, além de sucos, salada de fruta, pães, salgados e sanduíches. Você ainda pode aproveitar a **Padaria do Mosteiro**, que vende pães, bolos, doces, biscoitos e geleias. Entre as delícias feitas pelos próprios monges estão o pão de mel recheado com geleia de morango e o pão integral que leva açúcar mascavo, aveia e azeite. Só não pode pecar pela gula. Leve tudo para o parque de sua preferência e faça um piquenique. Depois de comer, veja se não há alguma atividade física ou meditação naquele dia.

No **Parque Ibirapuera**, um local para contemplar e descansar a mente é o **Pavilhão Japonês** (5081-7296). O prédio em madeira, projetado no Japão, tem um salão para cerimônias do chá, além de oficinas de artesanato. Um tanque com carpas e um jardim tradicional japonês completam o clima de tranquilidade.

Ainda no Ibirapuera, quem preferir movi-



Parque da Aclimação: descanso ao ar livre

mentar o corpo para alcançar uma sensação de bem-estar pode se dirigir ao **Espaço da Antiga Serraria**. Ali, adeptos de ginástica chinesa (*informações pelo 3266-5829*) se reúnem de segunda a sábado, a partir das 10h30. A técnica, conhecida como lian gong, estimula a circulação sanguínea, aumenta o vigor físico e ajuda a corrigir a postura. Também no Ibirapuera, mas somente aos domingos, no mesmo local, das 8h às 9h45, é a vez de exercícios de yoga. Você pode praticar essas aulas em outras áreas verdes da cidade, como o **Parque da Aclimação** (R. Muniz de Souza, 1119, Aclimação; 3208-4042), o **Parque Severo Gomes** (R. Pires de Oliveira, 356, Santo Amaro; 5687-4994), o **Parque Guarapiranga** (Estr. de Guarapiranga, 575, M'Boi Mirim; 5514-6332) e



Pavilhão Japonês, no Ibirapuera: jardim ornamental, salão de chá e oficinas de artesanato

a **Praça Vítor Civita** (R. Sumidouro, 580, Pinheiros; 3031-3689). Não se esqueça de ligar para checar os horários, pois a programação é diferente em cada local.

▮ TARDE

Depois de aproveitar a manhã para relaxar a mente, é hora de dar atenção ao corpo. Com saborosos pratos à la carte, como o surpreendente polpetone vegetariano, o restaurante natural **Cheiro Verde** (Rua Peixoto Gomide, 1078, Jardins; 3262-2640) fica ao lado do Triannon. Do andar de cima dá até para observar a copa das árvores do parque, alegrando a vista de quem se senta próximo das janelas. Para se deliciar com uma sobremesa mais leve, vá até o **Shopping Pátio Paulista** (R. 13

de Maio, 1947, Bela Vista; 3191-1100) e peça um sorvete de iogurte na **Tutti Frutti Frozen Yogurt** (3266-7383).

Guarde um horário em sua tarde para realizar um tratamento estético ou de saúde em uma das clínicas especializadas de São Paulo. Quem procurar pelo **Buddha Spa** (R. Manoel da Nóbrega, 1944, Ibirapuera; 3052-1756; buddhaspa.com.br) terá à disposição a massagem Ayurvédica e a esfoliação corporal, além de banhos de imersão no ofurô. No **Espaço Girassol** (Rua Girassol, 602, Vila Madalena; 3034-4449; espacogirassol.com.br), o day spa inclui aromaterapia, cromoterapia e massagens antiestresse com óleos essenciais, entre outros. Já no **Kabanah Spa** (Av. Brigadeiro Luís Antônio, 4442, Ibirapuera; 3885-8278; kabanahspa.

com.br), as terapias são reunidas em pacotes de tratamentos temáticos, como os tradicionais Dia da Noiva e Spa Day.

Quem procura por serviços mais exclusivos pode escolher entre os spas dos hotéis cinco estrelas da cidade. No **Hilton Morumbi**, o **Amazonian Spa** (Av. Das Nações Unidas, 12901, Brooklin; 5102-4784) aceita hóspedes e não hóspedes, colocando à disposição uma série de massagens, hidratação facial e limpeza de pele, sempre com produtos à base de matéria-prima proveniente da Floresta Amazônica. No **Tivoli Mofarrej**, você poderá relaxar com massagens, hidratação especial e banhos com óleos aromáticos no **Spa Elements** (Al. Santos, 1437, Jardins; 3146-6423). Uma alternativa para eventuais sessões de relaxamento fora das clínicas é passar na **L'Occitane** (R. Oscar Freire, 731, Jardins; 3061-8586) e levar para casa um dos excelentes produtos cosméticos que usam matérias-primas diretamente da região de Provence, na França.

Após deixar o corpo em dia, faça um pit stop no **Parque Villa-Lobos** (Av. Prof. Fonseca Rodrigues, 2001, Alto de Pinheiros; 3023-0316). Em uma área ao ar livre chamada de Espaço Ouvillas, dá para sentar e ouvir o repertório do compositor brasileiro Heitor Villa-Lobos. O local ganhou novas espreguiçadeiras, cinco tótems e foi reaberto ao público em março de 2012, quando o maestro faria 125 anos.

■ NOITE

O ambiente zen dos restaurantes japoneses da metrópole tem tudo para receber você com o conforto que precisa. No **Kinoshita** (R. Jacques Félix, 405, Vila Nova Conceição; 3849-6940), o ambiente é moderno e o chef Tsuyoshi Murakami aposta tanto em sushis

quanto em pratos refinados da culinária de seu país. No **Jun Sakamoto** (R. Lisboa, 55, Pinheiros; 3088-6019), o sushiman que dá nome à casa atende apenas oito pessoas no balcão, enquanto outra equipe fica na cozinha preparando os pratos dos clientes que ocupam as mesas. Outro oriental conceituado é o **Aizomê** (Al. Fernão Cardim, 39, Jardins; 3251-5157), que alia um cardápio tradicional a peculiaridades da cozinha internacional.

Depois do jantar, procure por uma programação intimista. Quem gosta de concertos deve conferir a agenda da Orquestra Sinfônica do Estado de São Paulo, a Osesp, titular da **Sala São Paulo** (Pça. Júlio Prestes, 16, Luz; 3223-3966). Mesmo que a noite seja de outro grupo, esse templo da música erudita merece a visita por sua beleza e acústica impecável.

CURSOS

O agito da cidade pede atividades para relaxar o corpo e a alma, por isso, aproveite para fazer um curso de yogaterapia no Espaço Premma Yoga (R. Maria Figueiredo, 189, Paraíso; 3283-0884), que fica em um charmoso sobradinho a apenas dois quarteirões da Avenida Paulista. Se você aposta na beleza para se sentir bem, vá conhecer o centro de estética da marca Payot (R. Borges Lagoa, 913, Vila Mariana; 5081-7790). Lá são oferecidos cursos de automaquiagem e procedimentos estéticos como drenagem linfática, depilação e design de sobrancelhas.



Um dia bom e barato



O Museu da Língua Portuguesa, na região da Luz, tem entrada gratuita aos sábados

Quem disse que não dá para gastar pouco ou quase nada na hora de se divertir e aproveitar o melhor de São Paulo? A cidade tem ótimos centros culturais com atividades gratuitas, assim como peças de teatro, cinemas e museus com ingressos baratos (ou entrada livre em dias específicos). Fora a variedade de restaurantes e bares, do Centro aos bairros, que oferecem comida boa e farta a preços módicos.

MANHÃ

O melhor jeito de se locomover por São Paulo com economia é usar o Bilhete Único na hora de pagar metrô ou ônibus. O transporte público, aliás, é o meio mais prático de se chegar ao Centro, onde você pode começar o dia sem gastar muito. Por lá, entre em qualquer padaria ou lanchonete e peça um café da manhã bem paulistano e que não pesa no bolso: pão na chapa com pingado – ou simplesmente café com leite. Uma boa escolha para esse desjejum é o **Bar Estádio** (Viaduto 9 de Julho, 193, Consolação; 3257-7121), que funciona 24 horas praticamente todos os dias do ano. Quem preferir algo mais caseiro pode se sentar em uma das mesas coloniais e escolher entre os bolos do dia no **Café do Pateo** (Pça. Pátio do Colégio, 2, Centro; 3105-6899), que fica no prédio onde os jesuítas fundaram São Paulo.

Perto dali, um ótimo lugar para ver exposições gratuitas é o **Centro Cultural Banco do Brasil** (R. Álvares Penteado, 112, Centro; 3113-3651). O prédio, de 1901, já foi sede da instituição em São Paulo. Hoje, abriga mostras de nomes importantes das artes plásticas e da fotografia, além de promover a exibição de peças, festivais de cinema e outros eventos em seu anfiteatro. Outra construção ligada ao passado financeiro da cidade é o **Edifício Altino Arantes** (R. João Brícola, 24, Centro; 2196-3730), antiga sede do extinto banco Banespa e um dos cartões-postais da metrópole. Em dias de semana, dá para admirar a bela vista de São Paulo lá do alto sem pagar nada.

Vários museus também têm entrada gratuita em determinados dias (*veja os endereços em Bairros Imperdíveis, pág. 53*). Isso acontece às terças no **MASP**, na Paulista, e às quintas no **Museu do Futebol**, no Pacaembu. Aos sába-

dos, o ingresso é grátis no **Museu da Língua Portuguesa**, na **Pinacoteca** e no **Museu de Arte Sacra**, todos na região da Luz. No domingo, você ainda pode entrar sem abrir a carteira no **MAM**, no Ibirapuera, e no **Museu da Casa Brasileira** (Av. Brig. Faria Lima, 2705, Jardim Paulistano; 3032-3727).

TARDE

Concreto, armações de ferro e a promessa de uma programação cultural tão variada como a do Centre Georges Pompidou, em Paris. Foram esses os ingredientes que deram origem ao **Centro Cultural São Paulo** (R. Vergueiro, 1000, Paraíso; 3397-4002, centrocultural.sp.gov.br), inaugurado em 1982. Encravado numa encosta ao lado da estação Vergueiro do



Cantina do Magrão: dá para chegar de metrô

metrô, o complexo é um dos mais frequentados da capital. Tudo graças a uma série de atividades e eventos gratuitos, além de peças e shows realizados sempre a preços populares.

As quatro bibliotecas que abriga são uma atração à parte, principalmente para pesquisadores e estudantes. Na **Sérgio Milliet**, estão disponíveis um arquivo de peças teatrais e muitos livros de literatura latino-americana, filosofia, religião, ciências sociais e história. A **Louis Braille** tem como foco os portadores de deficiência visual, que encontram ali computadores adaptados, audiolivros, obras didáticas, técnicas e literárias e periódicos em braille. Na **Gibiteca Henfil**, estão guardados mais de 8 mil títulos entre quadrinhos, fanzines e livros sobre histórias em quadrinhos, enquanto a **Dis-**

coteca Oneyda Alvarenga, criada em 1935 por Mário de Andrade, preserva partituras, discos e outras peças em um acervo dedicado à música erudita e popular, nacional e estrangeira.

Na hora em que a fome apertar, vá a pé ou use metrô para chegar a restaurantes com bom custo-benefício. A poucas quadras da estação Paraíso fica o **Tenda do Nilo** (R. Cel. Oscar Porto, 638, Paraíso; 3885-0460), onde as irmãs Olinda e Xmune servem uma esfiha de verdura suculenta. Indo até a estação Consolação, a sugestão para gastar pouco é trazer a tradicional redonda do jantar para o cardápio do almoço na **O Pedaco da Pizza** (R. Augusta, 1463, Consolação; 2619-8408). Na mesma linha Verde do metrô, mas no sentido oposto, a sugestão é conhecer a **Cantina do Magrão** (R.



O Parque da Independência tem jardins de inspiração francesa e abriga o Museu Paulista

Agostinho Gomes, 2988, Ipiranga; 2061-6649), distante apenas 600 m da estação Sacomã. Mais conhecida como bar, a casa reforçou o trabalho na cozinha, de onde saem massas e carnes que satisfazem a fome e o paladar.

Um passeio próximo a esta opção é o **Museu Paulista**, mais conhecido como Museu do Ipiranga. Ele ocupa um palácio imponente dentro do **Parque da Independência** (Av. Nazareth, s/n, Ipiranga; 2273-7250) e guarda um acervo de objetos e documentos do Brasil Império – até os restos mortais de Dom Pedro I estão lá, na Capela Imperial, dentro do Monumento à Independência. Se precisar beliscar algo para forrar o estômago no fim da tarde, dê uma passadinha no **Bar do Nico** (R. Moreira e Costa, 538, Ipiranga; 2273-4811) e aproveite os canapés.

I NOITE

A programação variada do **Teatro do Sesi** (Av. Paulista, 1313, tels. 3146-7405 e 3146-7406) é uma boa pedida para se entreter à noite, com espetáculos teatrais e musicais a preços populares ou gratuitos. Neste caso, a distribuição de ingressos é feita uma hora antes das apresentações. Mas é bom se antecipar para não correr o risco de pegar fila e ver as entradas se esgotarem antes de chegar a sua vez.

As unidades do **SESC** (sescsp.org.br), em vários cantos da cidade, também oferecem intensa programação, que incluem exposições, palestras, oficinas, atividades esportivas e muitas apresentações nos palcos de seus teatros. Fique de olho no que estiver rolando nas unidades **Vila Mariana** (R. Pelotas, 141; 5080-3000) e **Pompeia** (R. Clélia, 93; 3871-7700), costumadamente as mais agitadas.

Para um jantar sem sustos na conta e na re-

CURSOS

Além de shows gratuitos e lojas de comércio popular, São Paulo também oferece cursos que não custam muito – ou nada. No Centro Cultural São Paulo (R. Vergueiro, 1000; 3397-4002), você pode participar do curso de modelo vivo, que consiste em um ateliê de desenho e pintura a partir da observação da figura humana. O espaço oferece ainda oficinas de HQ e fanzines, com aulas de desenho, redação e arte sequencial. A participação resulta na confecção de um fanzine comemorativo, em alusão ao 30º aniversário do CCSP.

gião do SESC Vila Mariana, vá ao **Sobaria** (R. Áurea, 343, Vila Mariana; 5084-8014) e descubra iguarias da culinária de Mato Grosso do Sul. Carnes e linguças vêm em porções fartas, sempre acompanhadas de mandioca, mas o curioso é encontrar no cardápio o sobá, prato de origem japonesa comum no estado por influência dos imigrantes orientais que foram trabalhar na agricultura local.

Outra opção na região é a **Innominato Osteria** (R. Joinville, 56, Vila Mariana; 5571-9839). Massas recheadas servem duas pessoas e formam um cardápio típico das cantinas italianas. Se preferir sentar-se no salão do **Baalbeck** (Al. Lorena, 1330, Jardins; 3088-4820), você encontrará bom padrão de qualidade em pratos da culinária árabe como o chich barak (capeleti cozido com coalhada) e sobremesas como o atayef (doce de nata e nozes).

Um dia sofisticado



As grandes marcas do mercado mundial de luxo estão instaladas no Shopping Cidade Jardim

O retrato de São Paulo não seria completo se não houvesse lugar para o luxo. Da região da Rua Oscar Freire aos novos templos das grifes internacionais, a sofisticação da cidade se distribui entre restaurantes renomados e casas noturnas badaladas. Esteja ou não dentro do eixo Itaim-Jardins-Higienópolis, prepare-se para desfrutar o lado mais requintado da metrópole.

MANHÃ

Mesmo que você não esteja hospedado em um hotel cinco estrelas, não abra mão de um café da manhã impecável para começar um dia luxuoso. O **hotel Emiliano** (Rua Oscar Freire, 384, Jardins; 3069-4369) serve aquele que é considerado um dos melhores da cidade. Bastante completo, inclui até banana caramelizada na hora, entre outras delícias assinadas pelo chef José Barattino. Se estiver na região do **Hilton Morumbi** (Av. das Nações Unidas, 12901, Brooklin; 2845-0000), não deixe de conferir o café da manhã do restaurante **Sol & Sombra**, dentro do próprio hotel. Há desde alimentos energéticos e ricos em fibra até sugestões com baixo teor de gordura entre mais de 400 itens à disposição.

Outra sugestão para um desjejum diferenciado são as casas de chá. Uma grande diversidade de ervas e infusões é encontrada tanto na **Tea Connection** (Al. Lorena, 1271, Jardins; 3063-4018) como na **The Gourmet Tea** (R. Mateus Grou, 89, Pinheiros; 2691-2755).

Depois do café da manhã, quem quiser investir em peças de marcas luxuosas ou simplesmente olhar as vitrines deve fazer uma visita ao **Shopping Cidade Jardim** (Av. Magalhães de Castro, 12000, Cidade Jardim; 3552-1000). Com corredores arejados, abriga lojas de grifes internacionais como Hermès, Jimmy Choo e Giorgio Armani.

Do outro lado da Marginal Pinheiros, um concorrente de peso começa a ganhar seu desenho final: o **JK Iguatemi** (Av. Juscelino Kubitschek, 2041/2235, Vila Olímpia; 3137-7100). O novo centro de compras vai reunir mais de 200 estabelecimentos, entre eles uma profusão de lojas de luxo, e sua inauguração foi prometida para 2012.



Clima chique na Brasserie Erick Jacquin

TARDE

Para manter o clima de badalação internacional na hora do almoço, troque o mundo fashion pela gastronomia. A sugestão é seguir até Higienópolis e procurar pelo **La Brasserie** (R. Bahia, 683, Higienópolis; 3826-5409), comandado pelo chef francês Erick Jacquin. Conhecido pelas incríveis receitas de foie gras, ele detém o título de Maitre Cuisinier de France, principal honraria entre os chefs franceses. A sugestão? Peça pela especialidade: fígado de pato na forma de terrine com compota de figo e torrada de brioche. Caso possa se programar com antecedência, faça reserva e prove o menu degustação, servido em uma mesa dentro da cozinha. Outra opção, agora no Itaim Bibi, são as criações do italiano Giampie-



O Shopping Iguatemi foi o primeiro na cidade a se dedicar às lojas de alto padrão

ro Giuliani. No restaurante **Due Cuochi Cucina** (R. Manuel Guedes, 93, Itaim Bibi; 3078-8092), com um salão com vista para a cozinha envideada, a sugestão é saborear o coelho assado no próprio molho, guarnecido de tagliatelle al dente na manteiga e sálvia.

Depois de comer, aproveite para conhecer as principais joalherias da cidade. Logo na entrada do **Shopping Iguatemi** (Av. Brig. Faria Lima, 2232, Jardim Paulistano; 3816-6116), o mais antigo e um dos mais bem frequentados da cidade, você depara com a lendária **Tiffany & Co.** (Piso Térreo; 3815-7000). Imortalizada pela atriz Audrey Hepburn no filme *Bonequinha de luxo* (1961), a joalheria coloca suas peças nas famosas caixinhas azuis que encantam as mulheres. Já na **Rua Oscar Freire**, você pode

contemplar as criações que enfeitam a vitrine da **H.Stern** (R. Oscar Freire, 652, Jardins; 3088-4678), assim como joias em ouro e diamantes, além de edições limitadas das famosas canetas da **Boutique Montblanc** (R. Oscar Freire, 740, Jardins; 3068-8811). Aproveite para desfilhar como se estivesse na Quinta Avenida de Nova York, pois a Oscar Freire e seus arredores abrigam lojas exclusivas e grifes luxuosas do cenário fashion internacional.

Para não abrir mão da sofisticação nem na hora da sobremesa, procure pelos chocolates da grife francesa Valrhona na **Chocolat et Lounge** (Al. Lorena, 1818, Jardins; 3068-8899). Se quiser uma pausa para um café, passe no **Santo Grão** (R. Oscar Freire, 413, Jardins; 3082-9969). Além de servir cafés, chás e comi-

dinhas, vive badalado. Se bater aquele friozinho, prove o "irish coffee", que leva uísque.

Se o fim de tarde chegar com o tempo aberto, você pode agendar um exclusivo voo panorâmico pelo céu da metrópole no **Aeroclube de São Paulo** (Av. Olavo Fontoura, 650, Campo de Marte; 2221-9100).

NOITE

Jantar com refinamento em São Paulo vai exigir paciência para escolher entre tantos restaurantes renomados. Faça o possível para conhecer uma das duas casas três estrelas do Guia Brasil 2012: D.O.M. e Fasano. Sob o comando do chef brasileiro Alex Atala, o **D.O.M.** (R. Br. de Capanema, 549, Jardins; 3088-0761) conquistou respeito internacional e foi eleito em 2012 o quarto melhor restaurante do mundo pela revista inglesa *Restaurant*. Aposte na experiência de Atala e peça o prato que está desde 1994 no cardápio: linguado guarnecido de farofa de maracujá, vinagrete e arroz vermelho.

Dentro do hotel homônimo, o **Fasano** (R. Vitória Fasano, 88, Jardins; 3896-4000) é especializado em alta gastronomia italiana e tem seus pratos elaborados pelo chef Salvatore Loi. No salão forrado de mármore negro, escolha o medalhão de atum ao molho de limão-siciliano com croquete de batata e aspargo e aproveite o serviço impecável da casa. Loi também supervisiona o cardápio e a equipe do **Gero** (R. Haddock Lobo, 1629, Jardins; 3064-0005), conhecido como a versão bistrô do Fasano.

Se preferir uma novidade, aposte no **Epice** (R. Haddock Lobo, 1002, Jardins; 3062-0866). Aberta em 2011, a casa encantou com pratos como o polvo com vinagrete de Jerez, tomate confitado e pinoli, fruto do talento do chef Alberto Landgraf, que já trabalhou com o bri-

tânico Gordon Ramsay. Outra alternativa é escolher entre os restaurantes da requintada Rua Amauri, no Itaim Bibi. No **Dressing** (R. Amauri, 337; 3167-5347), pescados e frutos do mar dominam o cardápio. No **Ecco** (R. Amauri, 244; 3079-2299), pratos e ambientes fazem a linha casual-chic. Dali, siga para a **A.F.A.I.R.** (R. Gumerindo Saraiva, 289; 3037-7352), nova balada para frequentadores VIPs.

Se preferir um drinque no bar **Número** (R. da Consolação, 3585, Jardins; 3061-3995), lembre-se de fazer reserva e se preparar para a consumação, com valor entre R\$ 100 e R\$ 200. Prove o mojito preparado com rum, hortelã, morango e água com gás Perrier pelo barman Derivan Ferreira de Souza. Para fechar o dia "nas alturas", vá ao **Arola Vintetres** (Al. Santos, 1437, Jardins; 3146-5923), no último andar do hotel Tivoli. Acompanhe a bebida com uma das tapas criadas pelo catalão Sergi Arola.

CURSOS

No maior polo de sofisticação do país, quem aprecia um bom vinho pode procurar pela Associação Brasileira de Sommeliers (R. Gomes de Carvalho, 1327, Vila Olímpia; 3814-7853, abs-sp.com.br), que ministra aulas livres e de formação profissional. Para descobrir o que já se comeu em grandes banquetes da história e aprender a escolher o melhor da gastronomia da cidade, a dica é o curso A Arte de Comer Bem, da Casa do Saber (R. Dr. Mário Ferraz, 414, Itaim Bibi; 3707-8900; casadosaber.com.br).

Um dia descolado



Beco do Batman: o grafite levou a arte urbana para as galerias, mas permanece nas ruas

São Paulo é cada vez mais o principal centro irradiador das tendências de moda, comportamento e estilo que têm colocado o Brasil em evidência no exterior. Da Vila Madalena à região do Baixo Augusta, surgem pontos de efervescência apresentando novos costumes e tribos. Para não ficar de fora, aproveite o roteiro e perca-se na cidade como se estivesse em qualquer outra grande metrópole internacional.

MANHÃ

Que tal começar o dia com um café da manhã em uma agradável área aberta com mesinhas? Dirija-se até a **Julice Boulangère** (R. Deputado Lacerda Campos, 536, Pinheiros; 3097-9162) e peça um dos inventivos pães assinados pela boulangère Julice Vaz, como o pão com calabresa com vinho Beaujolais. Dali, desça até a Vila Madalena e caminhe sem pressa por ruas como Harmonia, Aspícueta, Fidalga e Wisard. Você vai encontrar dezenas de lojas de roupas, acessórios e artesanato, ateliês de jovens artistas e showrooms de estilistas independentes.

Reserve um tempo para observar a arte urbana que se espalha pelas ruas do bairro. No **Beco do Batman** (entre as ruas Gonçalo Afonso e Medeiros Albuquerque), os muros começaram a ganhar vida nos anos 80, quando surgiu o desenho de um homem-morcego. Já o **Beco do Aprendiz** (entre as ruas Belmiro Braga e Padre João Gonçalves), com suas paredes coloridas, é fruto de um movimento que revitalizou o local em 2002. Das ruas, o grafite foi parar em galerias. Um desses redutos da arte underground é a **Choque Cultural** (R. João Moura, 997, Pinheiros; 3061-4051).

Não longe dali fica o **Coffee Lab** (R. Fradique Coutinho, 1340, Vila Madalena; 3375-7400), espécie de laboratório de café comandado pela barista Isabela Raposeiras. Em um salão com mesinhas, uma sala de torra e uma simpática varanda, você pode apreciar a bebida coada na hora, na sua frente, depois de fazer o pedido na cozinha do lugar. Siga o passeio até o **Instituto Tomie Ohtake** (Av. Brig. Faria Lima, 201, Pinheiros; 2245-1900), onde as exposições de artes visuais ocupam um prédio bastante original, com formas arrojadas e vidros espelhados em preto e cor-de-rosa. Você pode fazer um

lanchinho ou mesmo almoçar no **Santinho**, restaurante do instituto. Seja para petiscar ou enganar a fome, peça as coxinhas especiais, feitas com massa de mandioquinha e recheadas com queijo brie e mel. Vale lembrar que o centro cultural ganhou recentemente uma grande sala de espetáculos, o **Teatro Geo** (R. Coropés, 88, Pinheiros; 3728-4925).

TARDE

Outra porção da cidade que vive uma fase efervescente é a região do Baixo Augusta. Por ali se espalham bares, casas noturnas, teatros, restaurantes, bistrôs, galerias de arte e ateliês de novos estilistas, reunindo gente moderna noite e dia. Aproveite o horário do almoço e prove o cardápio do **Restô Augusta** (R. Au-



Santinho: refeição no Instituto Tomie Ohtake

gusta, 1416, Jardins; 3284-8545). Funciona no local do antigo Kebab Salonu e segue com o chef Rodrigo Libbos, que manteve alguns pratos turcos do menu anterior e agregou opções da culinária do Mediterrâneo Ocidental.

Para entender mais sobre os ingredientes que formam o caldeirão da cultura paulistana, dê um pulinho na **Matilha Cultural** (R. Rêgo Freitas, 542, Centro; 3256-2636). Misto de galeria de arte, café e espaço cultural, trata-se de um espaço "dog friendly", onde os cachorros são bem-vindos até na sala de cinema. A programação é gratuita e as exposições e eventos terminam em horários em que ainda é possível usar o transporte público. Apreciando a arquitetura da região central, você chega à **Galeria do Rock** (R. 24 de Maio, 62, Centro).

O lugar concentra cerca de 450 lojas, onde são vendidos os mais diversos itens relacionados ao estilo musical. Nas vitrines, veem-se desde camisetas de bandas de punk e heavy metal até estátuas de astros como Michael Jackson, Elvis Presley e até Raul Seixas.

Quem preferir almoçar em um restaurante do lado mais arrumadinho da Augusta, o **Ritz** (Al. Franca, 1088, Jardins; 3062-5830) pode ser uma ótima indicação. Com jeitão de lanchonete, a casa recebe um público sempre antenado, que para ali para comer sanduíches ou um dos pratos do dia, destacados numa lousa na parede. Também nos Jardins fica a **Galeria Ouro Fino** (R. Augusta, 2690, Jardins; 3082-7860), parada obrigatória para quem quer se atualizar sobre o mundo fashion e a música eletrônica.



O palco do Studio SP, na Rua Augusta, recebe novos nomes do cenário musical independente

São 110 lojas, entre elas bons brechós e ateliês de nomes de vanguarda da moda nacional.

Se quiser uma pausa, sente-se em uma das mesas do **Suplicy Cafés Especiais** (Al. Lorena, 1430, Jardins; 3083-0666). O serviço é parecido com o da rede Starbucks: o cliente faz o pedido no caixa, pega sua bandeja e se acomoda nas mesas. Prove um frapê gelado com calda de caramelo e muito chantili. Você também pode adoçar sua tarde experimentando um dos sabores artesanais do cremosíssimo sorvete italiano da **Bacio di Latte** (R. Oscar Freire, 136, Jardins; 3662-2573).

Para quem pretende curtir um cineminha, mas quer fugir dos filmes arrasa-quarteirão, confira a programação alternativa das salas que ficam na região da Avenida Paulista. Seja no **CineSesc** (R. Augusta, 2075, Jardins; 3087-0500), no **Espaço Itaú de Cinema**, antigo Unibanco (R. Augusta, 1475 e 1470, Consolação), ou no **Reserva Cultural** (Av. Paulista, 900; 3287-3529), você verá em cartaz títulos premiados em festivais internacionais.

NOITE

Terminada a sessão de cinema, uma sugestão para o jantar é o **Le Buteque** (R. Haddock Lobo, 1416-A, Jardins; 3083-3737). Mistura de bistrô brasileiro e boteco francês, tem ambiente clean e supervisão de Erick Jacquin no cardápio, que inclui um saboroso cuscuz paulista. Quem quiser ver e ser visto entre celebridades e modelos deve ir ao **Spot** (Al. Ministro Rocha Azevedo, 72, Bela Vista; 3284-6131), com sua parede de vidro e sua cozinha aprimorada.

Para fechar a noite dançando entre os modernos, fique entre as casas da Barra Funda e do Baixo Augusta. No bairro da Zona Oeste, estão o **Alley Club** (Rua Barra Funda, 1066;

CURSOS

Entre no ritmo da animada noite paulistana e inscreva-se no curso livre de DJ no Senac da Lapa (R. Scipião, 67; 3475-2200; sp.senac.br). Na grade há aulas práticas e teóricas, abordando técnicas de mixagem e definição de repertório para animar a galera. Para quem quiser descobrir tendências de moda e comportamento, vale procurar a Escola São Paulo (R. Augusta, 2239, Jardins; 3060-3636; escola-saopaulo.org). Entre outros cursos, há um workshop de Cool Hunting, que ensina o aluno a identificar mudanças no estilo de quem vive na metrópole e inclui pesquisa de campo pelas ruas e lojas do bairro.

3666-0611) e o **Neu Club** (R. Dona Germaine Burchard, 421, s/tel.), ambos com público jovem e nomes conhecidos na discotecagem. Na Augusta, estão entre as opções o **LAB Club** (R. Augusta, 523, Consolação; 3159-1745) e o **Inferno Club** (R. Augusta, 501, Consolação; 3120-4140). As duas casas ocupam grandes galpões e colocam todos para dançar ao som de rock e estilos eletrônicos.

Se preferir um show, pode ir direto ao **Studio SP** (Rua Augusta, 591, Consolação; 3129-7040). O lugar, que também recebe exposições de arte, é marcado por apresentações de unem tendências da nova música brasileira. A casa voltou recentemente às origens e abriu uma filial na Vila Madalena (R. Inácio Pereira da Rocha, 170; 3032-4379).

Um dia em família



No Zoo Safári, a garotada fica fascinada com a chance de alimentar os animais bem de perto

São Paulo pode ser o destino perfeito para passear com os filhos, não importa a idade. Crianças mais novas, que se encantam com os animais, podem conhecer macacos, leões e girafas no maior zoológico da América Latina. Já os adolescentes não perderão a chance de aproveitar a cidade, sendo eles fãs de livros ou de esportes. Para você, passar um dia em família terá sido a lembrança mais gostosa da viagem.

MANHÃ

Ter o dia livre para se divertir em família pode ser uma verdadeira maratona. Por isso, nada melhor que um café da manhã reforçado. A **Panneteria ZN** (Av. Engenheiro Caetano Álvares, 4740, Mandaqui; 2236-6000) é um lugar providencial para garantir o estoque de energia tanto da filharada como de quem vai tomar conta. Sem pressa, os pais podem se servir de pães, frios, frutas e bolos no bufê, pois a casa oferece um espaço kids com brinquedos, televisão, videogame e desenhos para colorir.

Depois, para fugir dos ambientes fechados, faça uma visita ao **Parque da Juventude** (Av. Zaki Narchi, 1309, Santana; 2251-2706; juventude.sp.gov.br). A área, que abrigou a Penitenciária do Carandiru, deu lugar a um complexo cultural e recreativo de 240 000 m² que conquistou frequentadores dentro e fora da Zona Norte. Bosques, alamedas, jardins e árvores frutíferas compõem uma área verde com quase 40% da extensão do parque – perfeita para caminhadas e até piqueniques. Já o espaço dedicado às práticas esportivas tem oito quadras, para vôlei, basquete, handebol e futsal, além de outras duas, para a prática de tênis. Quem curte esportes radicais pode garantir boas manobras na pista de skate.

Caso a garotada seja mais tranquila e afeita à leitura, não perca a chance de levá-la para conhecer a **Biblioteca de São Paulo**, ali mesmo, dentro do parque. Além de acesso à internet e equipamentos para ouvir música e ver filmes, há mais de 30 mil livros à disposição, incluindo os novos best-sellers da literatura juvenil, como exemplares das aventuras de Harry Potter e da saga *Crepúsculo*.

Se a fome apertar antes do horário do almoço, aproveite o clima familiar e vá até a **Casa**



Bacalhoeiro: monitoria para a criança

Garabed (R. José Margarido, 216, Santana; 2976-2750), restaurante árabe que coleciona boas receitas originais. De um grande forno alimentado por toras de eucalipto, ainda saem delícias como pães de gergelim e as típicas esfihas, ótimas para os pequenos não se irritarem de barriga vazia.

TARDE

Para quem busca um local com infraestrutura para receber crianças no almoço, a dica é o português **Bacalhoeiro** (R. Azevedo Soares, 1580, Tatuapé; 2293-1010). Além de escoregador e piscina de bolinhas, o restaurante tem uma sala separada de videogame, mas à vista dos pais. E a melhor notícia é que há monitores que supervisionam todas as brincadeiras.



O Museu do Futebol aborda a história da grande paixão nacional e dos craques da bola

Depois de comer, leve a meninada para conhecer o **Catavento Cultural** (Pça. Cívica Ulisses Guimarães, s/n, Pq. D. Pedro II; 3315-0051; cataventocultural.org.br), onde é possível aprender ciência e se divertir ao mesmo tempo. As instalações ocupam o Palácio das Indústrias, que já abrigou a prefeitura, e estão divididas em quatro temas: Universo, Vida, Engenho e Sociedade. Com amplo conteúdo audiovisual, os visitantes podem aprender curiosidades sobre o planeta, história e ciências – dá até para pôr a mão em um meteorito de verdade.

Para a criançada que gosta de bichos, as atrações mais empolgantes estão localizadas na Zona Sul. Um dos passeios mais esperados pelos pequenos é o **Zoológico** (Av. Miguel Stéfano, 4241, Água Funda; 5073-0811). Lá estão

reunidas 3,5 mil espécies de mamíferos, aves, répteis, anfíbios e invertebrados. Fique atento às datas dos passeios noturnos, que integram a programação do parque uma vez ao mês e devem ser agendados, assim dá para acompanhar os hábitos de bichos que costumam ficar escondidos durante o dia. Ao lado do Zoológico, fica o **Zoo Safári** (Av. do Cursino, 6338, Água Funda; 6336-2131), onde o passeio é feito de carro (próprio ou em jipe alugado lá) para ver de perto os animais que vivem soltos – vale lembrar que felinos, ursos e hipopótamos, por exemplo, ficam em espaços cercados.

Quem quiser um contato ainda maior com a fauna e a flora deve visitar a **Fazendinha Estação Natureza** (Av. Washington Luís, 4221, Brooklin; 3569-3249), uma área de 6 000 me-

tros m² com animais típicos do campo, como bodes, porcos, galinhas e patos. Lá, seu filho poderá andar a cavalo, ordenhar uma vaca ou até se sujar de terra da cabeça aos pés na hora de cuidar da horta.

Já se a ala masculina da família for maioria, o melhor está guardado no **Museu do Futebol** (Pça. Charles Miller, s/n, Pacaembu; 3664-3848). Sob as arquibancadas do Estádio do Pacaembu, salas temáticas, exposições fotográficas, vídeos e tótems interativos narram em detalhes a história desse esporte que é paixão nacional, das vitórias da Seleção à trajetória dos grandes times. O museu promove também eventos especiais, como encontros de colecionadores e oficinas. Não se esqueça de conferir a programação antes da visita, pois os horários do museu mudam em dias de jogos.

Precisa fazer uma pausa para um lanche? Aposte nas guloseimas para agradar todo mundo. Na **Maria Brigadeiro** (R. Capote Valente, 68, Pinheiros; 3085-3687), da confeitaria Juliana Motter, o docinho típico das festas infantis é a atração. Na **Wondercakes** (R. Augusta, 2542, Jardins; 3063-1209), o difícil é escolher entre os 50 recheios que complementam o sabor dos bolos, todos à base de chocolate belga e baunilha.

NOITE

A noite começa e é hora de acalmar os ânimos! Se a galera ainda estiver ligada na tomada, dê um pulinho em uma livraria com espaço lúdico. Assim, enquanto os menores se distraem, os adultos podem dar uma olhada em livros, filmes e CDs. Na **Fnac** (Av. Paulista, 901; 2123-2000), o espaço kids é alegre, tem vários exemplares de livros educativos à disposição e permite que as crianças leiam os títulos da seção.

Na **Livraria Cultura do Conjunto Nacional** (Av. Paulista, 2073; 3170-4033), há uma agenda que envolve a garotada, de lançamentos de livros a oficinas e contação de histórias.

Na hora do jantar, vale procurar restaurantes com cardápio especial para os pequenos. No **Chácara Santa Cecília** (R. Ferreira de Araújo, 601, Pinheiros; 3034-6251), além de pratos mais atrativos para o paladar infantil, há uma grande área ao ar livre, com árvores, um lago e espaço para a criançada gastar as últimas forças antes de dormir. Para uma refeição mais casual, o **Applebee's** (Av. Roque Petroni Jr., 1089, Shopping Morumbi; 5181-1565) tem um menu que agrada a pais e filhos, além de uma sala de lazer com jogos eletrônicos e educativos em todas as unidades da rede.

CURSOS

Se a criançada faz cara feia na hora de comer, por que não mostrar a importância de uma refeição equilibrada e nutritiva? Essa é a proposta da escola **Minichefs** (R. Fiandeiras, 828, Vila Olímpia; 3582-5088; minichefs.com.br), que tem aulas de culinária para crianças de 4 a 12 anos e estrutura adequada aos pequenos. Se a ideia é promover a interação da família com atividades lúdicas, a dica é o curso **Tópicos da Astronomia**, na Escola Municipal de Astrofísica (Av. Pedro Álvares Cabral, s/n, portão 10; 5575-5206; prefeitura.sp.gov.br/astrofísica), que fica no Planetário, dentro do Parque Ibirapuera.

Um dia de compras



A concentração de pontas de estoque, como a Mackenna, é grande no bairro do Itaim Bibi

Prepare suas pernas se quiser aproveitar a vocação comercial de São Paulo. São mais de 50 shopping centers espalhados por todas as regiões da cidade, reunindo quase 10 mil lojas. Outros milhares de estabelecimentos, incluindo dezenas de pontas de estoque, buscam seus clientes em ruas como a 25 de Março e nas 59 vias de comércio especializado. Agora, é só fazer a lista do que você precisa e boas compras!

MANHÃ

Para abrir sua jornada de compras, a sugestão é começar pelo maior conglomerado comercial a céu aberto da América Latina: a região da **Rua 25 de Março**, no Centro. Antes de bater (muita) perna, capriche num café da manhã pelos arredores. Quer uma dica? Vá ao **Mercado Municipal** (R. da Cantareira, 306; 3313-3365) e aproveite para saborear as frutas vendidas nas bancas. Se a fome for grande, invista no caprichado lanche de mortadela, servido nos bares e lanchonetes que ficam na praça de alimentação.

Saindo de lá, concentre-se no que você quer colocar na sacola para facilitar a empreitada, afinal, são mais de 3 mil lojas na 25 de Março e no entorno. Se a ideia é comprar objetos para casa, não deixe de visitar uma das filiais da rede **Camicado** (R. Barão de Duprat, 133/145; 3326-4774). Na região, há cinco unidades, especializadas em artigos para festas, presentes, utilidades domésticas, brinquedos e papelaria. Se a intenção é comprar peças um pouco mais requintadas, a **Doural** (R. 25 de Março, 595; 3328-6228) tem uma infinidade de cristais, artigos de porcelana e de inox, além de eletroportáteis e utensílios de marcas conceituadas.

Para comprar artigos de cama, mesa e banho, vá direto à **Niazi Chohfi** (Rua 25 de Março, 607; 3322-6886). Com quatro lojas no Centro, é especializada em têxteis, vende tecidos por metro, cortinas e até lingerie. Já a rede **Armarinhos Fernando** (R. 25 de Março, 864/872; 3325-0400), com cinco filiais, é o paraíso tanto de brinquedos quanto de aviamentos. Produtos étnicos são encontrados na **Katmandu** (Rua 25 de Março, 509; 3322-1900), especializada em decoração asiática, especialmente da Tailândia, Indonésia e Índia. Vende desde

móveis grandes, como baús e sofás, até itens pequenos, como porta-joias. Por falar em joias e bijuterias, não deixe de visitar as lojas da **Ladeira Porto Geral** e do shopping que fica no prédio de número 14 (3101-1162).

TARDE

Longe da multidão do Centro, você descobre que muitas lojas dos shoppings têm pontas de estoque espalhadas pelas ruas da Zona Sul. Na região de **Santo Amaro**, há um outlet permanente da marca de underwear **Any Any** (R. da Paz, 1855; 5180-2171). As araras são divididas entre a coleção atual e peças de estações passadas, com redução de preços que varia de 30% a 60%. No bairro de **Moema**, conveniências como manobristas na porta ajudam a garantir



Mercado Municipal: para matar a fome

a clientela das lojas de rua. Na **Shoe Stock** (Av. Bem-Te-Vi, 221; 5044-4513), a atração são as ofertas de calçados de qualidade. Na **Camú-Camú** (Al. Jauaperi, 1343; 2495-3444), o foco é o segmento infantojuvenil, até 14 anos. Já na **Jogê** (R. Gaivotas, 1262; 5533-8737), a ponta de estoque é permanente, com calcinhas e soutiens a preços até 70% menores.

No **Itaim Bibi**, a Rua João Cachoeira é ideal para garimpar roupas, sapatos e acessórios de moda. Na **Mackenna** (R. João Cachoeira, 803; 3071-4462), você encontra peças básicas do guarda-roupa feminino. Para incrementar o visual com peças complementares, visite o outlet da marca londrina **Accessorize** (R. João Cachoeira, 1385; 3842-4656). No bairro, uma opção de pratos saborosos é o **Domitila** (R.

Clodomiro Amazonas, 99; 3078-7434), comandado pela chef Larissa Aguiar.

A região de **Pinheiros** também não fica atrás na hora das compras. A sofisticada loja da marca **Bobstore** (R. Cristiano Viana, 84, casa 8; 3063-4326) é um achado e tem peças remarcadas com até 70% de desconto. Para encontrar facilmente peças com etiquetas de grifes internacionais, como Armani e Versace, dê um pulo na **Mhum, Mdois e Mtrês** (R. Cristiano Viana, 78; 3063-1436). Já peças das grifes Maria Bonita, Maria Bonita Extra e Maria Bonitinha chegam com valor 60% menor ao estoque da **Marcas&Cia** (R. Cristiano Viana, 96; 3064-0220). Se quiser almoçar por perto, aposte na variedade do bufê de comida brasileira do **Sinhá** (R. Antônio Bicudo, 25; 3083-6849)



A Rua João Cachoeira tem comércio variado para quem busca roupas, calçados e acessórios

NOITE

Depois de andar muito durante o dia, vale a pena trocar as ruas pelos corredores dos shopping centers de São Paulo. Inclusive pela praticidade de ter onde comer a poucos passos. Se você estiver no **Center Norte** (Trav. Casalbuono, 120, Santana; 2224-5959), já no estacionamento vai encontrar uma unidade do **Outback Steakhouse** (loja 24; 2221-7373), com suas tradicionais opções de grelhados. Quem for esportista, independentemente da modalidade praticada, e quiser renovar o visual deve aproveitar a megastore da **Decathlon** (tel. 2903-2300) que fica no **Lar Center** (Av. Otto Baumgart, 500; 2224-5959).

Na Zona Sul, um dos mais completos e modernos da cidade é o **Morumbi Shopping** (Av. Roque Petroni Jr., 1089, Morumbi; 4003-4132). Tem desde lojas de departamento e magazines – como a primeira filial brasileira da espanhola **Zara** (2101-1950) – a grifes de moda jovem como **Armani Exchange** (3323-3525) e **Osklen** (5181-6879). Mais um atrativo desse shopping é sua praça de alimentação, com 30 opções de fast-food e 22 restaurantes na ala gourmet. Nesse leque, escolha entre os lanches e pratos rápidos do **América** (5180-6843) e o clima de bistrô no aconchegante salão do **Chef Rouge** (5181-8749).

Outra região bem servida de centros de compras é a Zona Oeste. O **Shopping Eldorado** (Av. Rebouças, 3970, Pinheiros; 2197-7810) tem vocação múltipla, com lojas, teatro, academia, hipermercado e uma área com quiosques de serviços. Já o **Shopping Villa Lobos** (Av. das Nações Unidas, 4777, Alto de Pinheiros; 3024-3738) preserva um clima de exclusividade, graças a grifes como a **Lacoste** (3024-4140), que divide os corredores com

CURSOS

Numa cidade com tantas opções de compras, é de grande valia conhecer os mandamentos básicos do guarda-roupa, como quais peças não podem faltar ou como combinar corretamente as cores. Com escolas na Itália e na Espanha, o Instituto Europeu de Design (Rua Maranhão, 617, Higienópolis; 3660 8000) oferece um curso de personal shopper que promete ensinar como e onde gastar. Já a Bolsa de Valores de São Paulo (Rua XV de Novembro, 275, Centro; 2565-4000; bmfbovespa.com.br) ministra aulas diárias e gratuitas de educação financeira, para aqueles que não podem perder o controle do orçamento familiar.

lojas de marcas nacionais famosas, livrarias e cinemas. Entre as sugestões para jantar por ali está o italiano **Andiamo** (3024-4211), com saladas frescas e massas equilibradas.

Para quem está na Zona Leste, há boas referências para as compras. Uma delas é a estação Tatuapé do metrô, que está ladeada por dois shoppings, sempre cheios por conta do fácil acesso. A segunda é o **Mooca Plaza Shopping** (R. Cap. Pacheco e Chaves, 313, Mooca; 3548-4501), inaugurado em 2011 com mais de 230 lojas. A outra é o complexo do **Shopping Leste Aricanduva** (Av. Aricanduva, 5555, Aricanduva; 3444-2000), conhecido por somar mais de 500 lojas, de móveis a automóveis, em uma área de 365 000 m².

Fim de semana perfeito



A Tal da Pizza: as redondas também ajudam a promover a fama gastronômica de São Paulo

Por que ficar apenas mais um dia em São Paulo se você pode ficar dois? E o melhor: sábado e domingo. Aproveite que é fim de semana e reduza a velocidade das atividades. Dá para tomar café da manhã mais tarde ou até emendar direto no almoço, tudo para aproveitar a tarde livre numa feirinha de praça ou no escurinho do cinema. E nada melhor do que se despedir da cidade com uma clássica pizza de domingo.

I SÁBADO

Para começar bem o fim de semana, deixe a correria dos dias úteis de lado e aproveite para acordar mais tarde no sábado. Vale até emendar o café da manhã no almoço e partir diretamente para um brunch. No **P.J. Clarke's** (R. Dr. Mário Ferraz, 568, Itaim Bibi; 3078-2965), sucos frescos, brownies deliciosos, waffles, panquecas, ovos, bacon e pães variados ficam num balcão entre 9h e 12h, dando uma boa ideia do que vem a ser o verdadeiro breakfast americano. Esse cenário se repete, também aos finais de semana, no **Rothko** (R. Wisard, 88, Vila Madalena; 3032-4295). Em clima de rock'n'roll, o restaurante do artista plástico e chef Diego Belda serve um café da manhã bastante completo, variado e com a vantagem do horário diferenciado, das 13h às 17h.

Aproveite o tempo que sobrar da sua tarde e dê o ar da graça na **Praça Benedito Calixto**, em Pinheiros. Numa feira de antiguidades com jeito de mercado de pulgas (que se repete no domingo na **Praça Dom Orione**, na Bela Vista), mais de 300 expositores colocam à venda discos de vinil, objetos vintage e artigos de decoração, assim como cristais e prataria. Para enganar a fome, experimente as comidinhas regionais das barracas que ficam no centro da praça, com direito a sobremesas portuguesas deliciosas como ambrosia e papo de anjo.

Para uma refeição mais consistente e animada, a dica é procurar um restaurante que aposte na dupla feijoada e pagode. No **Bar Camará** (R. Luís Murat, 308, Vila Madalena; 3816-6765), a feijoada com samba de raiz é servida a partir das 15h. Outra opção na região é o **Bom Motivo** (R. Dep. Lacerda Franco, 452, Pinheiros, 3032-4015), onde o samba de roda acompanha o prato tipicamente brasileiro.



Artesanato na Praça Benedito Calixto

À noite, invente uma happy hour mesmo sem ter trabalhado. No **Bar Balcão** (R. Dr. Melo Alves, 150; 3063-6091), tulipas de chope gelado se enfileiram no comprido balcão de madeira que serpenteia pelo salão. Também vale cumprir essa cerimônia em um bar especializado em cervejas artesanais ou importadas, como o **Anhanguera** (R. Aspucuelta, 595, Vila Madalena; 3031-2888) e o **Melograno** (R. Aspucuelta, 436, Vila Madalena; 3031-2921), onde a carta dessa bebida está entre as mais completas da cidade.

Quem gosta de pular de bar em bar não pode deixar o **Sub Astor** (R. Delfina, 163, Vila Madalena; 3815-1364) de fora. Ali a sugestão é trocar a loira gelada por drinques mais sofisticados. Mais tarde, se ainda tiver pique, vá con-



10

Do café ao jantar: a St. Etienne está entre as padarias que funcionam 24 horas em São Paulo

ferir o agitado ambiente do **Caos** (R. Augusta, 584, Consolação; 3120-5951), mistura de loja, bar e antiquário. A decoração do lugar tem calotas de automóveis, brinquedos antigos, fotos de pinups e muitos outros objetos inusitados. Se bater aquela fome depois da balada, perto dali fica a padaria **Bella Paulista** (R. Haddock Lobo, 354, Consolação; 3214-3347). Aberta 24 horas, serve refeições à la carte a qualquer momento do dia ou da noite.

I DOMINGO

Depois de um sábado animado, a refeição mais importante do domingo pede nova visita a uma das padarias da capital. Na **St. Etienne** (Av. Diógenes Ribeiro de Lima, 2555, Alto de Pinheiros; 3021-1200), exemplo das mega-

padarias que surgiram nos últimos tempos, o espaço de 1 700 m² tem, além das cestas de pães, papelaria, floricultura, farmácia, adega, sushi-bar e restaurante. Se preferir um lugar mais intimista, confira o bufê de café da manhã da **Pão de Ló** (R. São Carlos do Pinhal, 451, Bela Vista; 3283-0001). Além de croissants, pães de batata e sanduíches com excelente apresentação, essa padaria tem a localização como atrativo, pois está a um quarteirão da Avenida Paulista e de frente para o prédio do hotel Maksoud.

Aproveite que a manhã ainda não terminou e prepare-se para um passeio de bicicleta na Ciclofaixa de Lazer. A via com demarcação especial no asfalto funciona aos domingos e feriados, das 7h às 16h, e se estende por 45

km. Dá para alugar uma magrela tanto no Parque Ibirapuera como no Villa-Lobos, e depois circular entre eles, passando pelo Parque do Povo. Na hora do almoço, o simpático **Quinta do Museu** (Av. Brig. Faria Lima, 2705, Jardim Paulistano; 3031-0005), dentro do Museu da Casa Brasileira, tem no cardápio peixes em papilotes e pratos executivos que flertam com a brasilidade na mistura dos ingredientes. Outra sugestão de lugar com clima caseiro e varanda é o **Beco do Bartô** (R. Sampaio Viana, 216, Paraíso; 3884-0119), com pratos da culinária franco-brasileira de boa relação custo-benefício e serviço atencioso.

Quem abriu mão da feirinha de sábado na Benedito Calixto pode aproveitar hoje para ir até a **Praça Dom Orione**, no bairro da Bela Vista. Circule entre as barracas para fazer hora antes do cineminha, programa típico nas tardes de domingo. Se você está de olho nas estreias de Hollywood, confira a programação da rede **Cinemark** (cinemark.com.br), que tem salas nos principais shoppings. Pela internet, é possível comprar ingressos antecipados, inclusive com lugares marcados. Se preferir um cinema de rua, pode escolher entre o **Cine Sabesp** (R. Fradique Coutinho, 361, Pinheiros; 5096-0585) e o **Playarte Lumière** (R. Joaquim Floriano, 339, Itaim Bibi; 3071-4418), a depender de onde estiver hospedado.

Para fechar o final de semana também de um jeito paulistano, nada melhor do que saborear uma pizza. Ali mesmo no Itaim Bibi está a melhor pizzaria de São Paulo segundo o Guia Brasil 2012: **A Tal da Pizza** (R. Dr. Mário Ferraz, 351, Itaim Bibi; 3079-3599). Trata-se da filial da casa que tem matriz em Cotia e segue à risca a fórmula que garante massa firme e crocante, para ser comida com as mãos.

Se estiver em Pinheiros, a dica é a **Vitelloni** (R. Conde Sílvio Álvares Penteado, 31, Pinheiros; 3816-3071). Fica numa ruazinha escondida, mas conquistou a clientela com coberturas criativas, como a quattro funghi, com quatro tipos de cogumelos. Outra casa agradável é a **Quintal do Bráz** (R. Gandavo, 447, Vila Mariana; 5082-3800). Como o nome sugere, a pizzaria ocupa um sobrado com quintal e integra a rede **Bráz** (R. Graúna, 125, Moema; 5561-0905), com outras unidades pela cidade. Se você não abre mão da boemia nem aos domingos, então a dica é o **Genial** (R. Girassol, 374, Vila Madalena; 3812-7442), onde rodadas de chope cremoso não param de circular nas bandejas. Para forrar o estômago no fim da noite, aposte na polenta de colher.



Genial Bar: mesas disputadas e burburinho



10

20



30

Bairros imperdíveis

Cada região da metrópole tem uma identidade única, abrindo um enorme leque de passeios e atividades. Para aproveitar essa diversidade, basta decidir seu rumo, seguir as sugestões e programar-se para conhecer sua área favorita na cidade.

Centro, Liberdade e Bela Vista



É nas ruas do Centro que prédios imponentes, praças e monumentos formam o cenário histórico por onde milhões de pessoas circulam diariamente, de moradores apressados a turistas dispostos a descobrir São Paulo e a região. Seja qual for o seu ritmo, é possível conhecer a pé, de ônibus ou de metrô praticamente tudo no entorno do Marco Zero. Esse ponto, de frente para a Catedral da Sé, está presente em muitas das lembranças daqueles que ajudaram a construir a metrópole. Na Bela Vista, outrora reduto italiano, as tradições ainda são mantidas ao ritmo da tarantela nas cantinas e na Festa de Nossa Senhora da Achiropita, realizada nos fins de semana de agosto. Na Liberdade, berço da colônia japonesa no século passado, feirinhas, restaurantes e novos imigrantes asiáticos ajudam a disseminar as nuances da cultura oriental.

PASSEIOS

CAIXA CULTURAL O edifício art déco, de 1939, foi sede da instituição na cidade e hoje acolhe exposições itinerantes, além de um museu com a trajetória do banco desde 1861, ano de sua fundação. *Pça da Sé, 111, Centro; 3321-4400; caixacultural.com.br.*

CATEDRAL METROPOLITANA DE SÃO PAULO O templo, um dos maiores do mundo em estilo neogótico, guarda em sua cripta (que pode ser visitada) os restos mortais de personagens históricos de São Paulo. *Pça da Sé, s/n, Centro; 3107-6832.*

CENTRO CULTURAL BANCO DO BRASIL

Linhas neoclássicas e estilo art nouveau se misturam neste prédio de 1901, que abriga teatro e três andares para exposições. *R. Álvares Penteado, 112, Centro; 3113-3651.*

EDIFÍCIO ALTINO ARANTES Inaugurado em 1947, tem um mirante a 161 m de altura com uma vista privilegiada da cidade. *R. João Brícola, 24, Centro; 2196-3730. De segunda a sexta, das 10h às 15h.*

FEIRA DA PRAÇA DA REPÚBLICA Entre roupas, bijuterias e artesanato, destacam-se as pinturas, esculturas e desenhos, muitos realizados ao longo do dia pelos artistas. *Aos sábados e domingos, das 9h às 17h.*

FEIRINHAS Objetos antigos, de louças a brinquedos, são vendidos aos domingos nas bar-



Mosteiro de São Bento: brunch concorrido



Theatro Municipal: ficou ainda mais bonito e radiante depois de uma restauração minuciosa

racas da Praça Dom Orione. Já aos finais de semana, na Praça da Liberdade, o forte são o artesanato e as comidas típicas orientais.

LARGO SÃO FRANCISCO Estão ali as igrejas de São Francisco de Assis, barroca, e a de Chagas do Seraphico Pai São Francisco, de estilo rococó, além da Faculdade de Direito da USP. **MERCADO MUNICIPAL** Bancas de frutas, empórios e açougues dividem a atenção com as lanchonetes da praça de alimentação, que servem os tradicionais sanduíche de mortadela e pastel de bacalhau. *R. da Cantareira, 306, Centro; 3313-3365; mercadomunicipal.com.br.*

MOSTEIRO DE SÃO BENTO Famoso pelas missas com canto gregoriano, tem uma loja ao lado da sacristia onde são vendidos pães e bolos feitos pelos monges. *Lg. de São Bento,*

s/n, Centro; 3328-8799; mosteiro.org.br.

PATEO DO COLLEGIO Local de fundação da cidade, abriga o Museu Padre Anchieta, a Igreja do Beato Anchieta e um café. *Pça. Pátio do Colégio, 2, Centro; 3105-6899.*

THEATRO MUNICIPAL Inspirado na Ópera de Paris, completou 100 anos em 2011, quando foi reaberto após cuidadosa restauração. Seu palco, que ganhou nova estrutura, sedia concertos, óperas e espetáculos de dança. *Pça. Ramos de Azevedo, s/n, Centro; 3397-0300.*

HOSPEDAGEM

HOTEL PERGAMON Este hotel design tem 120 confortáveis suítes, internet gratuita e estrutura para eventos. *R. Frei Caneca, 80, Centro; 3123-2021; pergamon.com.br.*

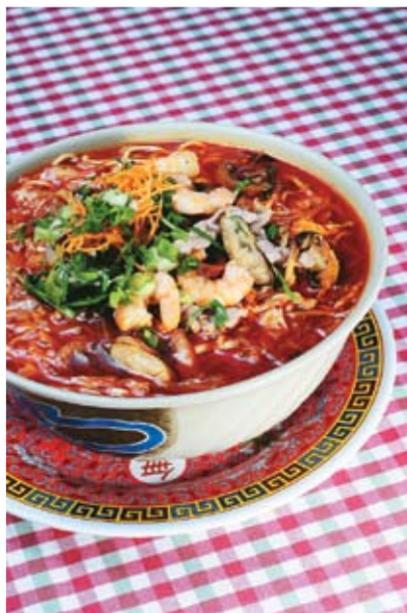
MARABÁ HOTEL Clássico hotel do Centro, foi indicado pelo Guia Brasil 2012 como a melhor opção da região. *Av. Ipiranga, 757, Centro; 2137-9500; hotelmara.com.br.*

NOVOTEL JARAGUÁ Confortável, tem 415 apartamentos e fica localizado no coração da cidade. *R. Martins Fontes, 71, Centro; 2802-7000; novotel.com.*

TRAVEL INN BRASTON SÃO PAULO O amplo e sóbrio saguão do hotel contempla bar, cafeteria e piano. *R. Martins Fontes, 330, Centro; 3156-2400; travelinn.com.br.*

COMIDA

FAMIGLIA MANCINI Além de boas massas, vale degustar o variado bufê de antepastos. *R. Avanhandava, 81, Centro; 3255-6599.*



Rong He: sabor e tradições da China

PONTO CHIC A lanchonete é conhecida por ter criado o bauru, sanduíche no pão francês que leva rosbife, tomate, picles e queijo fundido. *Lgo. do Paiçandu, 27, Centro; 3222-6528.*

RONG HE Através da parede de vidro, dá para ver a técnica chinesa usada para fazer o macarrão. Depois do estica e puxa, a massa fica na espessura certa para ser usada em pratos como o ensopado de porco. *R. da Glória, 622-A, Liberdade; 3207-1206.*

SUSHI YASSU O cardápio do restaurante, com quase 40 anos de funcionamento, preserva a tradição da culinária japonesa, sem espaço para inovações. *R. Tomás Gonzaga, 98, Liberdade; 3209-6622.*

TERRAÇO ITÁLIA Cozinha italiana refinada acompanhada de uma bela vista no topo do Edifício Itália. *Av. Ipiranga, 344, 41º e 42º andares, Centro; 2189-2929.*

COMPRAS

GALERIA DO ROCK O prédio, que vai completar meio século, concentra lojas de discos e roupas dedicadas a esse gênero musical. *Av. São João, 439, ou R. 24 de Maio, 62, Centro.*

RUA 25 DE MARÇO E REGIÃO Comércio popular de armarinhos, utilidades, decoração, bijuterias e tecidos. As ruas estão sempre cheias aos finais de semana e feriados.

BALADAS

BAR BRAHMA Com variada programação de música brasileira ao vivo, fica na esquina celebrada na música "Sampa". *Av. São João, 677, 3367-3600, Centro; barbrahmasp.com.*

BAR DA DONA ONÇA Aposta na baixa gastronomia, com petiscos saborosos e drinques como o caju amigo da onça. *Av. Ipiranga, 200, Edifício Copan, Centro; 3257-2016.*

Pacaembu, Higienópolis e Barra Funda



Os restaurantes de Higienópolis oferecem um cardápio internacional, digno de uma verdadeira capital gastronômica. Dos sabores brasileiros ao churrasco argentino, há espaço para as cozinhas italiana, francesa e até mesmo norte-americana. Ali perto, vale provar um velho conhecido da baixa gastronomia nacional: o pastel de feira. É ele que faz sucesso bem em frente ao Estádio Pacaembu, transformado pela paixão popular num verdadeiro templo do futebol. Tanto que hoje sedia um museu dedicado ao esporte bretão. E a Barra Funda, região que vem se desenvolvendo muito nos últimos anos, abriga tanto as opções culturais do Memorial da América Latina como uma intensa vida noturna.

PASSEIOS

CASA GUILHERME DE ALMEIDA O último lugar onde viveu o poeta modernista guarda suas publicações, mobiliário original e uma coleção de arte. *R. Macapá, 187, Pacaembu; 3672-1391; casaguilhermedealmeida.org.br.*

MEMORIAL DA AMÉRICA LATINA O complexo arquitetônico assinado por Oscar Niemeyer recebe exposições, shows e festivais, além de sediar um centro de estudos sobre artes e ciências latino-americanas. *Av. Auro Soares de Moura Andrade, 644, Barra Funda, 3823-4600; memorial.org.br.*

MUSEU DE ARTE BRASILEIRA (FAAP) Além de ser conhecido pelas boas exposições temporárias, o espaço abriga um acervo de 2,5



Clima de fazenda e área verde agradam o público no Parque da Água Branca

mil peças, com destaque para obras do modernismo nacional. *R. Alagoas, 903, Higienópolis; 3662-7200; faap.br/museu.*

MUSEU DO FUTEBOL E ESTÁDIO PACAEMBU Montado sob as arquibancadas do estádio, é recheado de interatividade. Recursos audiovisuais em telões, monitores e tótems contam em detalhes a história do futebol brasileiro. *Pça. Charles Miller, s/n, Pacaembu; 3664-3848; museudofutebol.org.br.*

PARQUE DA ÁGUA BRANCA Tem clima de fazenda, com aves soltas e centro de exposição de animais, além de um aquário, parque infantil e atividades culturais. *Av. Prof. Francisco Matarazzo, 455, Barra Funda; 3865-4130; parqueaguabranca.sp.gov.br.*



348 Parrilla Porteña: carnes argentinas

PARQUE BUENOS AIRES Seus jardins e aldeias são conhecidos pelas esculturas. Uma delas fica na Praça das Mães, onde as crianças costumam ser levadas para passeios e banho de sol. *Av. Angélica, s/n (alt. do 1500 da Av. Higienópolis), Higienópolis; 3666-8032.*

HOSPEDAGEM

HOLIDAY INN EXPRESS Estrutura compacta, mas completa, com quartos espaçosos. Fica próximo do Terminal Barra Funda. *R. Dr. Homem de Melo, 1206, Higienópolis; 3674-7777; hinnbrasil.com.br.*

TRYP HIGIENÓPOLIS Com 252 apartamentos, tem centro de conferências para até 160 pessoas e acesso fácil ao Pacaembu. *R. Maranhão, 371; 3665-8200; solmelia.com.br.*

COMIDA

210 DINER Casa do premiado chef Benny Novak dedicada a apresentações variadas de tenros hambúrgueres e especialidades da cozinha norte-americana. *R. Pará, 210, Higienópolis; 3661-1219.*

348 PARRILLA PORTEÑA A especialidade são os cortes de carne argentina grelhados na churrasqueira, como o ojo de bife e o assado de tira. A matriz da casa fica no Itaim Bibi. *R. Bahia, 364, Higienópolis; 4306-0348.*

BENJAMIN ABRAHÃO MUNDO DOS PÃES O pão de torresmo e a rosca de chocolate com nozes são receitas famosas da casa. *Rua Maranhão, 220, Higienópolis; 3258-1855.*

BARCELONA Outra tradicional padaria de Higienópolis, conhecida pelas ciabattas e baguetes recheadas. *R. Armando Penteadó, 33, Higienópolis; 3826-4689.*

CARLOTA Influências internacionais aliadas a ingredientes e temperos brasileiros dão vida ao que a chef e proprietária Carla Pernambuco chama de “cozinha multicultural”. *R. Sergipe, 753, Higienópolis; 3661-8670.*

DULCA Na vitrine da doceria, as escolhas recaem sobre o sonho de massa leve e recheio de baunilha, mas há outras sugestões, entre tortas, bombas e salgados. *R. Itacolomi, 639, Higienópolis; 3129-5561.*

JARDIM DE NAPOLI O polpetone à parmigiana é um dos pratos mais pedidos nessa tradicional cantina italiana, que também serve pizzas saborosas no jantar. *R. Martinico Prado, 463, Higienópolis; 3666-3022.*

LA BRASSERIE ERICK JACQUIN Famoso pelas receitas de foie gras e por seu estilo durão, o chef que dá nome ao restaurante se arrisca com segurança na criação de pratos inventivos com apresentação impecável. É possível



Jardim de Napoli: o suculento polpetone à parmegiana fez a fama da casa entre os clientes

fazer reserva para um jantar com menu especial servido dentro da cozinha. *R. Bahia, 683, Higienópolis; 3826-5409.*

PASTEL DA BARRACA DO ZÉ Os sabores tradicionais concorrem com outros recheios mais inventivos, que costumam acabar antes do meio-dia. *Pça. Charles Miller, Pacaembu. Às quintas e sábados, das 7h30 às 13h30.*

COMPRAS

SHOPPING PÁTIO HIGIENÓPOLIS Mais de 300 lojas se concentram num prédio de estilo eclético, com um amplo saguão na entrada. Na praça de alimentação, uma claraboia traz luz natural. Tem um teatro com 300 lugares e salas de cinema. *Av. Higienópolis, 618, Higienópolis; 3823-2300.*

BALADAS

BERLIN Shows esporádicos, pista intimista e programação com rock, blues e música latina.

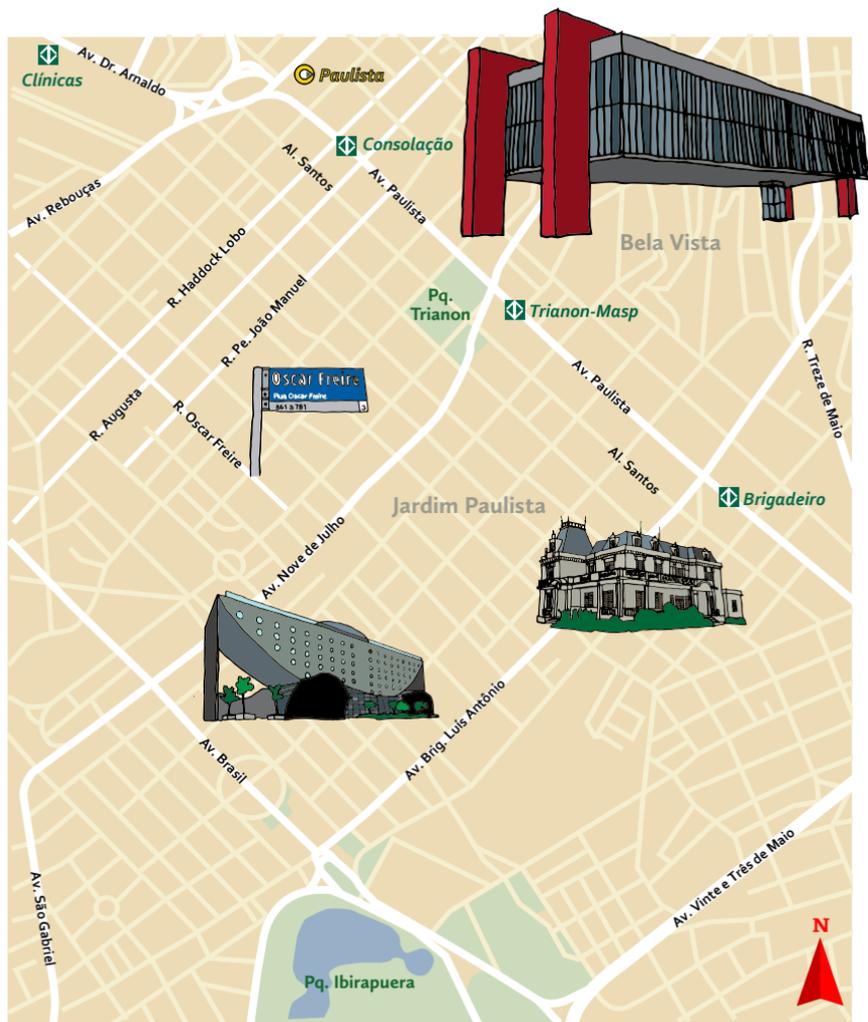
R. Cônego Vicente Miguel Marino, 85, Barra Funda; 3392-4594; clubebertin.com.br.

CLASH CLUB Um galpão de 6 m de pé-direito recebe até 500 pessoas em noites de rock, electro e house. *R. Barra Funda, 969, Barra Funda; 3661-1500; clashclub.com.br.*

D-EDGE Costuma ser listada entre as melhores casas de música eletrônica do mundo. *Av. Auro Soares de Moura Andrade, 141, Barra Funda; 3666-9022; d-edge.com.br.*

VILLA COUNTRY Balada dedicada à música sertaneja, ocupa 12 000 m² e tem diversos ambientes. *Av. Francisco Matarazzo, 774, Barra Funda; 3868-5858; villacountry.com.br.*

Avenida Paulista, Consolação, Jardins e Ibirapuera



Ao longo de 120 anos, a Avenida Paulista tornou-se o retrato da história de São Paulo. De um lado, a lembrança dos barões do café permanece ali, no traço de Ramos de Azevedo, que emoldura a Casa das Rosas. De outro, a imponência do Conjunto Nacional simboliza o paredão de concreto que se ergueu rumo à Consolação a partir dos anos 1960. A construção do MASP também data dessa época, quando a avenida passou a dividir as atenções com novos marcos da metrópole, como o Parque Ibirapuera. Mas a Paulista nunca deixou de personificar as transformações vividas pela cidade. Hoje, com a ajuda da vizinha e efervescente região dos Jardins, a Paulista se mantém como uma passarela aberta a todos os públicos, de moradores a turistas.

PASSEIOS

CASA DAS ROSAS Dedicado à poesia, esse espaço cultural ocupa uma mansão dos anos 30 e guarda cerca de 30 mil volumes na Biblioteca Haroldo de Campos (1929-2003). Tem oficinas de arte, texto e saraus. *Av. Paulista, 37; 3285-6986; casadasrosas-sp.org.br.*

CENTRO CULTURAL FIESP Sedia o Teatro Popular do SESI, uma biblioteca circulante, uma gibiteca e um grande espaço para mostras de arte contemporânea e multimídia. Muitas atividades são gratuitas. *Av. Paulista, 1313; 3146-7406; sesisp.org.br/centrocultural.*

CONJUNTO NACIONAL Na torre, estão escritórios e residências. Entre as lojas da

galeria, que ocupa um quarteirão inteiro, há uma unidade de exposições da Caixa Cultural (3321-4400) e uma megastore da Livraria Cultura (3170-4033), que também administra um teatro e um cinema no local (3285-3696). *Av. Paulista, 2073; ccn.com.br.*

ITAÚ CULTURAL Espaço multicultural com teatro, dança, cursos, mostras temáticas e uma vasta midiateca. *Av. Paulista, 149; 2168-1777; itaucultural.org.br.*

MUSEU DE ARTE DE SÃO PAULO (MASP) No vasto acervo, encontram-se quadros de artistas como os impressionistas Monet, Renoir e o cubista Pablo Picasso. O vão livre do edifício, um dos símbolos da metrópole, recebe aos domingos uma feira de antiguidades. *Av. Paulista, 1578, 3251-5644; masp.art.br.*



Casa das Rosas: relíquia na Avenida Paulista



Hotel Emiliano: a hospedagem luxuosa inclui serviços exclusivos, como o menu de travesseiros

HOSPEDAGEM

EMILIANO Mimos como massagem, serviço de mordomo e menu de travesseiros encantam os hóspedes, entre eles muitas figuras do mundo artístico e modelos do circuito internacional. *R. Oscar Freire, 384, Jardins; 3069-4369; emiliano.com.br.*

FASANO O tradicional restaurante homônimo e o bar Baretto ficam aqui. Nos quartos, muito conforto e elegância. *R. Vitório Fasano, 88, Jardins; 3896-4000; fasano.com.br.*

INTERCONTINENTAL A uma quadra da Avenida Paulista, tem quartos amplos, serviços eficientes e bar no lobby. *Al. Santos, 1123, Jardins; 3179-2600; ihg.com.*

PULLMAN IBIRAPUERA Primeira unidade da bandeira no país, tem decoração de bom

gosto e quartos com equipamentos novos e modernos. *R. Joinville, 515, Ibirapuera; 5088-4000; accorhotels.com.br.*

RENAISSANCE Os quartos são equipados para atender a tudo o que um executivo de negócios precisa. Também estão instalados ali três restaurantes que apostam em tendências gastronômicas distintas. *Al. Santos, 2233, Jardins; 3069-2233; marriottbrasil.com.*

MERCURE GRAND HOTEL IBIRAPUERA Hospedagem luxuosa com um diferencial: algumas suítes têm vista para o Parque Ibirapuera. *R. Sena Madureira, 1355, Ibirapuera; 3201-0800; accorhotels.com.*

TIVOLI MOFARREJ Ao lado do Parque Trianon, oferece quartos superconfortáveis, um restaurante espanhol estrelado e o mais com-

pleto spa de hotel na capital. *Al. Santos, 1437; Jardins; 3146-5900, tivolihotels.com.*

HOTEL UNIQUE O design do prédio, em forma de meia-lua, é assinado por Ruy Ohtake. João Armentano responde pela decoração dos quartos, alguns com a parede curvada. *Av. Brigadeiro Luís Antônio, 4700, Jardins; 3055-4700; hotelunique.com.br.*

COMIDA

CHEZ LORENA Ambiente agradável e descontraído no almoço e no jantar, quando ganha clima de balada. Tem entradas como bruschettas e o espetinho de polvo com cogumelos. *Al. Lorena, 1989, Jardins; 3081-2966.*

DALVA E DITO Segunda casa do chef Alex Atala, dedica-se a pratos triviais com execução impecável, como a galinhada e o porco na lata com purê e pequi. *R. Padre João Manuel, 1115, Jardins; 3068-4444.*

GALERIA DOS PÃES Vai além da simples padaria ao combinar lanchonete, adega e empório com a diversidade de pães, frios e guloseimas da confeitaria. *R. Estados Unidos, 1645, Jardins; 3064-5900.*

RITZ Num ambiente moderno e agitado, jovens garçons servem pratos rápidos e hambúrgueres grelhados no ponto. *Al. Franca, 1088, Jardins; 3062-5830.*

Z DELI Há 30 anos investe em receitas tradicionais judaicas, preparadas pela proprietária, a polonesa Lonka Lucki. *Al. Gabriel Monteiro da Silva, 1350, Jardins; 3064-3058.*

COMPRAS

GALERIA OURO FINO Lojas vintage, novos estilistas, acessórios alternativos, cabeleiros ousados e até um escritório de trabalho colaborativo estão entre os serviços que ocu-

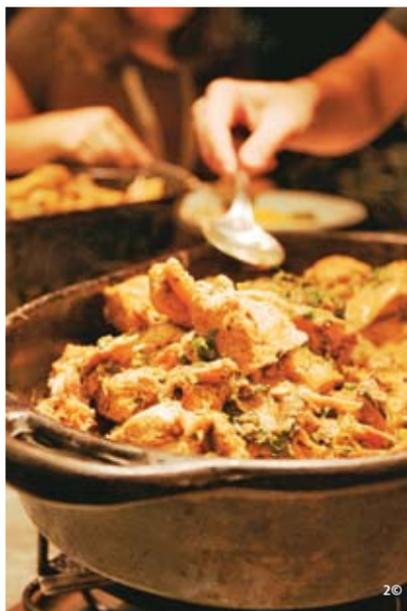
pam quatro andares, do subsolo à cobertura. *R. Augusta, 2690, Jardins; 3082-7860.*

BALADAS

BALLROOM Balada glamourosa de música eletrônica. Com capacidade para 750 pessoas, tem lounge, pista e camarotes. *R. Augusta, 3000, Jardins; 4328-3001; ballroom.com.br.*

CASA DE FRANCISCA O pequeno sobrado, quase centenário, recebe shows intimistas que passeiam por gerações da música brasileira, de Jorge Mautner a Marina de La Riva. *R. José Maria Lisboa, 190, Jardins; 3052-0547.*

ROYAL CLUB Com atmosfera de pub intimista, atraindo público moderno. DJs como Zé Pedro se revezam nas pickups. *R. da Consolação, 222, Consolação; 3129-9804; royalclub.com.br.*



Dalva e Dito: releitura de pratos brasileiros

Pinheiros e Vila Madalena



Vila Madalena e Pinheiros já serviram, nos anos 70, como morada para artistas e estudantes, atraídos pelo fácil acesso à Universidade de São Paulo e pelo baixo preço dos aluguéis. Foi a partir dessa ocupação que a região tornou-se referência da vida boêmia de São Paulo. Muitas casas de operários deram lugar a bares e restaurantes, que atraem paulistanos e turistas noite adentro. Nem por isso as ruas e ladeiras ficam menos movimentadas durante o dia. Além de livrarias, cafés e outros cantinhos para compras descoladas, a região abriga muitos sobradinhos com ateliês e galerias, que se articulam anualmente e criam um roteiro especial de visitação para o evento Arte na Vila.



Instituto Tomie Ohtake: arte e arquitetura

PASSEIOS

IMÃ FOTO GALERIA Nomes importantes da fotografia brasileira reúnem-se no acervo da galeria. *R. Fradique Coutinho, 1239, Vila Madalena; 3816-1290; imafotogaleria.com.br.*

INSTITUTO TOMIE OHTAKE Cinco salas recebem mostras de artes, arquitetura e design no centro cultural. *Av. Brig. Faria Lima, 201, entrada pela R. Coropés, Pinheiros; 2245-1900; institutotomieohtake.org.br.*

PRAÇA DO PÔR DO SOL O fim da tarde com os prédios no horizonte é cenário para fotos de famílias, jovens e casais. *Pça. Cel. Custódio Fernandes Pinheiro, s/n, Pinheiros.*

HOSPEDAGEM

GEORGE V Amplos e com cozinha, os apartamentos e flats são distribuídos entre as 67

unidades no edifício desenhado pelo arquiteto Ruy Ohtake. *Pça. Roquete Pinto, 9, Pinheiros; 3030-0700 e 0800-7734663; george-v.com.br.*

GOLDEN TOWER São 96 suítes, todas com banheiro. Conta com um restaurante mediterrâneo e business center 24 horas à disposição. *R. Dep. Lacerda Franco, 148, Pinheiros; 3094-2200; goldentowerhotel.com.br.*

HOWARD JOHNSON FARIA LIMA Tem três andares exclusivos para mulheres, em quartos com secador, bombons e flores. Fica a 400 m do metrô Faria Lima. *R. Tavares Cabral, 61, Pinheiros; 3093-7200; astron.com.br.*

QUALITY FARIA LIMA Tem internet gratuita nos quartos, piscina, sauna e solário. *R. Diogo Moreira, 247, Pinheiros; 2197-7050 e 0800-555855; atlanticahotels.com.br.*

COMIDA

ADEGA SANTIAGO Tapas e tostadas, versões espanholas da bruschetta italiana, servem de entrada. A carta de vinhos do restaurante soma mais de 150 rótulos. *R. Sampaio Vidal, 1072, Pinheiros; 3081-5211.*

AK VILA Um menu enxuto e rotativo, com influências judaicas, é a nova aposta da chef Andrea Kaufmann. *Rua Fradique Coutinho, 1240, Vila Madalena; 3231-4496.*

BUTTINA Ocupa um casarão dos anos 1940 e tem um jardim nos fundos. No cardápio, massas e molho de tomate artesanais dão sabor a pratos como o papardelle ao ragu. *R. João Moura, 976, Pinheiros; 3083-5991.*

CONSULADO MINEIRO Mais de 80 rótulos de cachaça ajudam a abrir o apetite. Entre os



Maní: ambiente agradável e menu variado

pratos, há porções de bolinho de arroz e o tradicional feijão tropeiro. *Pça. Benedito Calixto, 74, Pinheiros; 3064-3882.*

DON CURRO Arroz, açafraão, camarões, lulas e frango são os ingredientes da autêntica paella espanhola preparada na casa. *R. Alves Guimarães, 230, Pinheiros; 3062-4712.*

LAS CHICAS Parceria entre as chefs Carla Pernambuco e Carolina Brandão, o pequeno restaurante serve saladas, pratos quentes e também funciona como delicatessen. *R. Oscar Freire, 1607, Pinheiros, 3083-0533.*

LOLA BISTROT Além de pratos com toques das culinárias francesa e brasileira, como o ravioli de pato com laranja, tem boa carta de vinhos e um balcão para drinques e petiscos. *R. Purpurina, 38, Vila Madalena; 3812-3009.*

MANÍ Em 2012, a casa de cozinha europeia com toques asiáticos e segredos brasileiros ficou em 51º lugar na lista de melhores restaurantes da revista inglesa *Restaurant*. *R. Joaquim Antunes, 210, Pinheiros; 3085-4148.*

MERCEARIA DO CONDE O risoto de abóbora e a salada tunisiada estão entre as sugestões do cardápio equilibrado e variado. *R. Joaquim Antunes, 221, Pinheiros; 3081-7204.*

VECCHIO TORINO Obras originais de Volpi, Lasar Segall e Gustav Klimt adornam as salas da casa, onde receitas primorosas de massas e risotos formam um cardápio italiano sem brechas para invenções. *R. Tavares Cabral, 119, Pinheiros; 3816-0592.*

COMPRAS

ALAMEDA GABRIEL MONTEIRO DA SILVA A rua é referência em móveis, decoração e design, com mais de 150 lojas entre as avenidas Faria Lima e Brasil, em Pinheiros.

FEIRA MODERNA Artesanato, moda, obje-



Feira Moderna: com roupas, acessórios e um pátio com café, tem a cara da Vila Madalena

tos de design e um simpático café se dispõem em torno de um jardim. *R. Fradique Coutinho, 1246, Vila Madalena; 3032-2253.*

LÁ DA VENDA Queijo curado da Serra da Canastra (MG) é o ingrediente especial do pão de queijo da chef Helena Bacellar. Funciona como mercearia e lanchonete. *R. Harmonia, 161, Vila Madalena; 3037-7702.*

LIVRARIA DA VILA Ambiente aconchegante, vendedores bem informados, um café ao ar livre e mais de 150 mil livros atraem o público leitor. Tem mais cinco filiais na cidade. *R. Fradique Coutinho, 915, Pinheiros; 3814-5811.*

RUAS TEODORO SAMPAIO E CARDEAL ARCOVERDE Na primeira, móveis novos são a especialidade em boa parte das lojas. Na segunda, diversos ateliês e antiquários têm

como vocação o trabalho de restauração de peças usadas de mobiliário.

BALADAS

ASTOR Um dos melhores barmen de São Paulo trabalha aqui. Para acompanhar, petiscos e pratos da baixa gastronomia. Prepare-se, pois pode haver fila de espera. *R. Delfina, 163, Vila Madalena; 3815-1364.*

BAR SECRETO A presença da cantora Madonna e o clima de mistério colocaram o clube de house music sob os holofotes. *R. Álvaro Anes, 97, Pinheiros; 3061-1888.*

FILIAL Tradicional reduto entre os botecos da cidade, fica lotado na happy hour e não esvazia até a madrugada. *R. Fidalga, 254, Vila Madalena; 3813-9226.*

Moema, Itaim Bibi, Brooklin e Morumbi



Antes um bairro com forte vocação industrial, Moema foi aos poucos sendo tomada por prédios residenciais e se transformando em uma das áreas mais completas da cidade (e próxima do Aeroporto de Congonhas). A partir dali, formou-se um eixo de atrações e serviços que cruza a Zona Sul rumo ao Morumbi, passando por Itaim Bibi e cruzando o Brooklin pela Avenida Luís Carlos Berrini. É nesse corredor que se concentram alguns dos melhores e mais renomados hotéis, restaurantes, casas noturnas e centros de compras de São Paulo.

PASSEIOS

MEMORIAL DO SÃO PAULO FUTEBOL CLUBE Um tour leva o visitante para conhecer gramado, vestiários e arquibancadas no Estádio Cícero Pompeu de Toledo, o Morumbi. Uma sala é dedicada à coleção de troféus. *Pça. Roberto Gomes Pedrosa, 1, portão 17, Morumbi; 3749-8000.*

PALÁCIO DOS BANDEIRANTES Peças da coleção de arte do Estado, como pinturas de Portinari, enfeitam o saguão da sede do governo paulista. *Av. Morumbi, 4500, Morumbi; 2193-8282; acervo.sp.gov.br.*

PARQUE ALFREDO VOLPI Uma nascente alimenta três lagos no bosque de 142 000 m², que funciona como reserva natural e tem trilhas para caminhadas. *R. Eng. Oscar Americano, 480, Morumbi; 3031-7052.*

PARQUE DO POVO Quadras de esportes, pistas de caminhada, corrida e ciclismo atraem os frequentadores numa área arborizada

de 112 000 m². *Av. Henrique Chamma, 590, Itaim Bibi; 3073-1217.*

HOSPEDAGEM

GRAND HYATT SÃO PAULO Além de todo o conforto à disposição nos quartos, o hóspede pode contar com os serviços de um mordomo durante 24 horas por dia. *Av. das Nações Unidas, 13301, Brooklin; 2838-1234; saopaulo.grand.hyatt.com.*

HILTON MORUMBI A qualidade impecável da estrutura e do atendimento faz dele um dos favoritos de autoridades e executivos internacionais quando visitam a cidade. A vista da academia na cobertura é um atrativo à parte. *Av. das Nações Unidas, 12901, Brooklin; 2845-0000; hilton.com.*



Grand Hyatt: conforto e serviços à disposição



Hotel Hilton: com piscina na cobertura, preza pela qualidade na estrutura e no atendimento

SHERATON SÃO PAULO WTC Integra um complexo que reúne centro de convenções, escritórios e shopping de decoração. *Av. das Nações Unidas, 12559, Brooklin; 3055-8000; sheratonsaopaulowtc.com.br.*

TRANSAMÉRICA SÃO PAULO Vizinho ao Transamérica Expo, tem como destaque em sua infraestrutura uma área verde com campo de golfe, piscina e health club. *Av. das Nações Unidas, 18591, Brooklin; 5693-4050 e 0800-0126060; transamerica.com.br.*

COMIDA

FARABUD A ligação das famílias Farah e Abbud com a cozinha árabe dá suporte a este já tradicional restaurante, aberto em 2002. *Al. dos Anapurus, 1253, Moema; 5054-1648.*

FOGO DE CHÃO O calor das pedras vulcânicas do típico churrasco gaúcho deixa no ponto os cortes precisos de carne. A rede tem filiais no Brasil e nos Estados Unidos. *Av. Moreira Guimarães, 964, Moema; 5056-1795.*

FREDDO Segunda filial no Brasil da famosa rede argentina de sorvetes artesanais. O de doce de leite com calda foi apelidado de “tentação”. *R. Normandia, 22, Moema; 3562-1654.*

LAVECCHIA CUCINA Num salão envidraçado e agradável, o chef Sergio Arno serve receitas tradicionais como o cordeiro com legumes e outras criações mais brasileiras. *R. Pedrosa Alvarenga, 1088, Itaim Bibi; 3079-7115.*

LA MAR Quatro versões do ceviche, prato peruano à base de cubos de peixe marinados no limão, puxam o cardápio dessa rede

comandada pelo chef Gastón Acurio. *R. Tabapuã, 1410, Itaim Bibi; 3073-1213.*

LE MARAIS BISTROT O chef Wagner Rezende, discípulo de Erick Jacquin, preserva receitas clássicas num ambiente que preza a atmosfera parisiense. *R. Jerônimo da Veiga, 30, Itaim Bibi; 3071-4635.*

PJ CLARKE'S Hambúrgueres e brunch em estilo norte-americano são o forte da casa, filial de uma rede de Nova York. *R. Dr. Mário Ferraz, 568, Itaim Bibi; 3078-2965.*

VIPITENO GELATO & CAFFÉ Técnica e ingredientes italianos se reúnem para fazer um sorvete leve e cremoso. *R. Manoel Guedes, 85, Itaim Bibi; 3476-1881.*

COMPRAS

RUA NORMANDIA São dois quarteirões de paralelepípedos, onde se dispõem 36 lojas de presentes, moda e artigos para o lar. No final do ano, a decoração natalina das casinhas dessa rua de Moema atrai multidões.

MORUMBI SHOPPING Grande diversidade de estabelecimentos, com magazines, lojas de departamento, grifes famosas e uma completa ala gourmet. *Av. Roque Petroni Jr., 1089, Brooklin; 4003-4132.*

RUA JOÃO CACHOEIRA Tradicional referência do comércio no Itaim Bibi, reúne nela e em seu entorno diversas pontas de estoque de roupas e acessórios de marcas desejadas.

BALADAS

A.F.A.I.R. Neste novo clube para endinheirados, um destaque é o elevador usado para levar bebidas do bar diretamente aos camarotes. *R. Gumercindo Saraiva, 289, Itaim Bibi; 3037-7352; afair.com.br.*

B4 LOUNGE Ocupa o andar superior do res-

taurante Ecco. Poltronas confortáveis e uma mesa de sinuca atraem interessados em um drinque para abrir a noite. *R. Peruíbe, 140, Itaim Bibi; 3071-2910.*

BOTTEGA BOTTAGALLO Faz sucesso com pratos e petiscos italianos, além de servir em taças o equilibrado vinho da casa. *R. Jesuíno Arruda, 520, Itaim Bibi; 3078-2858.*

NA MATA CAFÉ Com programação musical variada, é frequentada por um público sempre bem arrumado. A cozinha ganhou o comando do chef Leo Araujo. *R. da Mata, 70, Itaim Bibi; 3079-0300; namata.com.br.*

VERMONT ITAIM Misto de café, restaurante e balada, a casa é frequentada por um público GLS eclético e alinhado. *R. Pedroso Alvarenga, 1192, Itaim Bibi; 3071 1320.*

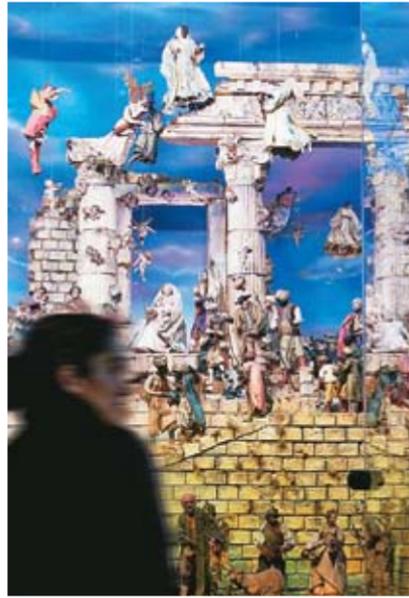


Rua Normandia: compras com tranquilidade

Luz, Bom Retiro e Brás



Sede da antiga rodoviária e de importantes estações de trem, a região da Luz, do Bom Retiro e do Brás serviu como verdadeira porta de entrada e de abrigo para judeus, italianos, coreanos e imigrantes das mais diversas origens, da Ásia à Europa. Com um tino comercial muito apurado, a fama deles se espalhou por toda a cidade. Ainda hoje, além de restaurantes típicos, as ruas dessa região estão repletas de bazares e estabelecimentos populares, que vendem de roupas e confecções até ferramentas. Hoje, Luz, Bom Retiro e Brás não atraem somente gente interessada no consumo. Para garantir que a história da cidade fosse preservada, muitos edifícios foram transformados em espaços culturais imperdíveis.



Museu de Arte Sacra: mais de mil peças

PASSEIOS

ESTAÇÃO PINACOTECA Funciona como extensão da Pinacoteca (o ingresso, inclusive, vale para os dois museus). Abriga a Coleção Nemirovsky, que inclui o quadro *Antropofagia*, de Tarsila do Amaral, entre suas preciosidades. Ex-sede de um órgão de repressão durante a ditadura, preserva celas onde estiveram presos políticos. *Lgo. General Osório, 66, Luz; 3335-4990.*

EXPRESSO TURÍSTICO A estação da Luz é cenário de partidas e chegadas de vagões dos anos 50 que levam os passageiros para conhecer a Vila de Paranapiacaba e outras cidades próximas. Informe-se sobre reservas, pois o passeio é bastante concorrido. *0800-055-0121, cptm.sp.gov.br/expressoturistico.*

JARDIM DA LUZ Criado durante o período colonial, foi aberto ao público em 1825 como o primeiro local de lazer do paulistano. Árvores nativas, obras de arte e um lago se espalham por uma área de 113 000 metros quadrados. *Pça. da Luz, s/n, Luz; 3227-3545.*

MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA Aprender vira diversão neste que é o primeiro museu do mundo dedicado ao idioma. No prédio, inaugurado em 1901, funciona também a Estação da Luz. *Pça. da Luz, s/n, 3326-0775, Luz; museulinguaportuguesa.org.br.*

MUSEU DE ARTE SACRA Além de percorrer com minúcias a história da arte sacra brasileira, com mais de mil peças, é lá, na igreja do complexo, que estão guardados os restos mortais do Frei Galvão, primeiro santo bra-

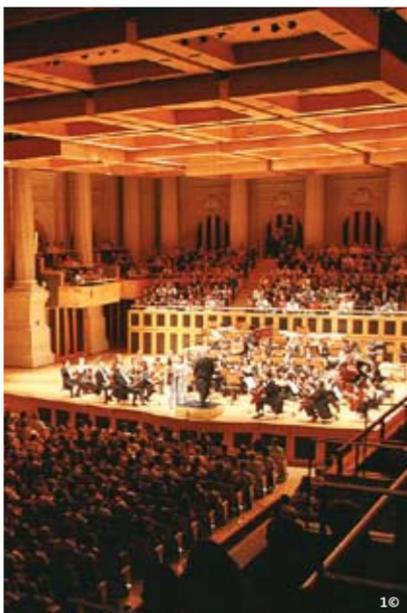
sileiro. Av. Tiradentes, 676, Luz; 3326-1373 e 5627-5393; museuartesacra.org.br.

PINACOTECA DO ESTADO Boas exposições temporárias dividem o espaço do prédio de tijolos aparentes, projetado por Ramos de Azevedo em 1895. Há peças de Tarsila do Amaral, Portinari e esculturas de Rodin no acervo. Pça. da Luz, 2, Luz; 3324-1000; pinacoteca.org.br.

SALA SÃO PAULO A antiga estação de trem abriga uma das melhores salas de concerto do mundo. Pça. Júlio Prestes, s/n, Luz; 3367-9500; salasao paulo.art.br.

HOSPEDAGEM

LUZ PLAZA Indicado pelo Guia Brasil 2012, tem os quartos mais confortáveis na região. R. Prates, 145, Luz; 2627-3400; luzplaza.com.br.



Sala São Paulo: palco da orquestra estadual

COMIDA

ACRÓPOLES Camadas de beringela, batata, carne moída e molho branco fazem da musaká o prato mais conhecido do tradicional restaurante grego de São Paulo. R. da Graça, 364, Bom Retiro; 3223-4386.

BISTRÔ DA SARA Bufê de comida fresca e saborosa, com opções de carne e saladas. Ocupa o agradável porão onde já funcionou o Buraco da Sara, antigo clássico judaico do Bom Retiro. R. da Graça, 32; 3362-1725.

CASTELÕES Pizzaria que investe na tradição. A massa é ligeiramente mais grossa e são apenas 12 sabores de cobertura, como a de aliche, sem misturas inusitadas. R. Jairo Gois, 126, Brás; 3229-0542.

DARE Agora reduto de coreanos, o Bom Retiro ganhou restaurantes especializados nessa vertente da cozinha oriental. Aqui, as anchovas e o bul go gui, com tirinhas de carne, são recomendados. Rua Correia de Melo, 117, Bom Retiro; 3337-2533.

GIGIO Massas caseiras em porções fartas mantêm a fama dessa cantina italiana, acompanhadas sempre de sardela e pão de linguiça. R. do Gasômetro, 254, Brás; 3228-2045.

PRESIDENTE O bacalhau é ingrediente de seis generosas opções de pratos portugueses. R. Visc. de Parnaíba, 2438, Brás; 2292-8683.

SEOK JOUNG No almoço, um combinado de pratos coreanos inclui ensopado, arroz, peixe cru e peixe frito, acompanhados de porções de conservas. R. Correia de Melo, 135, Bom Retiro; 3338-0737.

COMPRAS

AVENIDA RANGEL PESTANA Ela começa na Praça da Sé, mas, depois de cruzar o Rio Tamanduaté e o Parque D. Pedro II, transfor-



Thrassyvoulos Petrakis, o Seu Trasso, proprietário do restaurante grego Acrópolis

ma-se em ponto obrigatório para quem busca material de tapeçaria.

RUA FLORÊNCIO DE ABREU Lá se encontram equipamentos industriais e ferramentas. Entre os estabelecimentos, a Casa da Bóia (R. Florêncio de Abreu, 123), fundada em 1898, mantém viva uma das ruas de comércio especializado mais antigas de São Paulo.

RUA DO GASÔMETRO Aqui o nicho profissional das lojas é a marcenaria. Há cortes de madeira em diversos tamanhos, além de laminados, ferragens e outros complementos.

RUA JOSÉ PAULINO E RUA DA GRAÇA Famosas por colocar nas vitrines de mais de 400 lojas de roupas e acessórios peças que seguem as tendências da estação vigente, a preços mais atraentes que nos shoppings. A

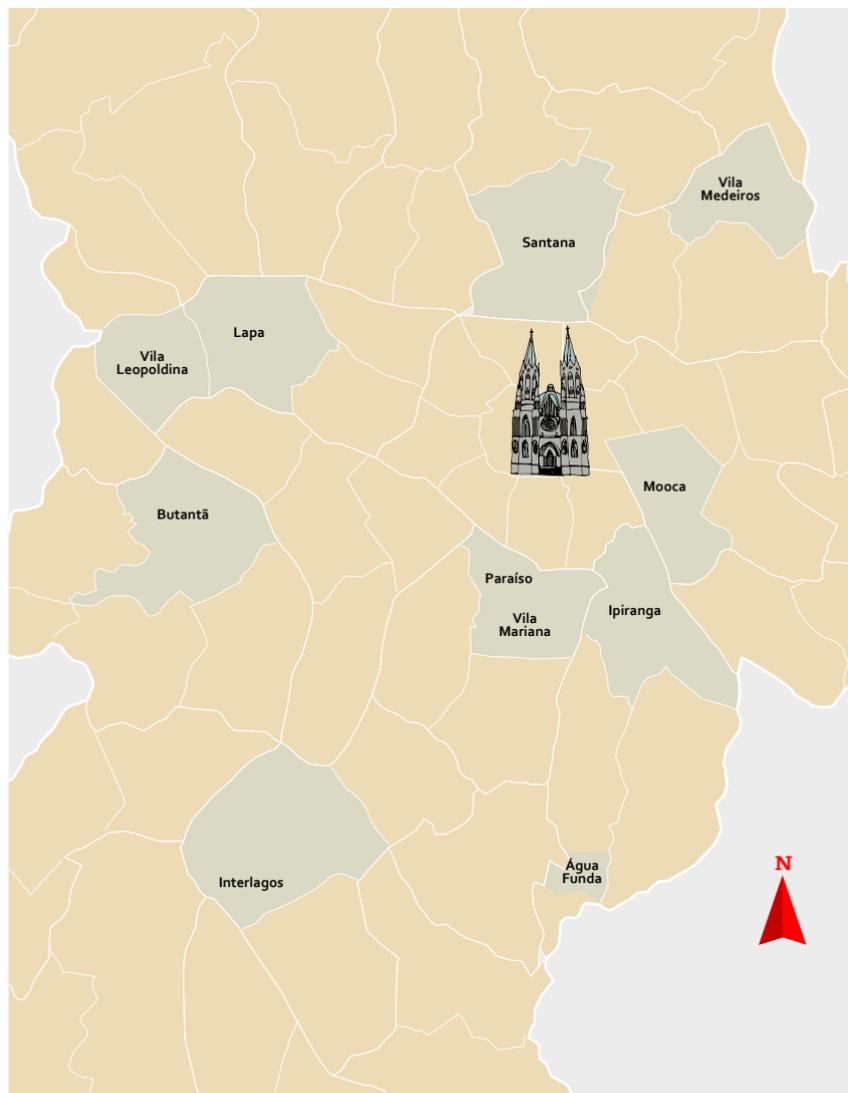
segunda também concentra casas especializadas em enxovais de bebê.

REGIÃO DO LARGO DA CONCÓRDIA Malharias e confecções concentram-se por ali. Nas ruas Oriente e Xavantes, o forte são camisetas, jeans e outras peças básicas do vestuário. Na Rua Maria Marcolina, há boa oferta de peças de cama, mesa e banho. Os preços baixos ficam ainda melhores para quem compra no atacado.

RUA SANTA IFIGÊNIA Concentra lojas especializadas em produtos eletrônicos, de peças e aparelhos de som e vídeo até artigos para informática, computadores e celulares.

RUA SÃO CAETANO Paraíso das noivas que procuram vestidos de casamento e complementos para a festa a preços mais atrativos.

Outros bairros



Deixar a região mais central da metrópole em direção a outros bairros traz muitas compensações. Uma experiência urbana imperdível é mergulhar na baixa gastronomia paulistana e decidir por você mesmo qual é a melhor coxinha da cidade. Enveredar-se por novas searas paulistas também permite ao turista saborear o melhor da cozinha nordestina ou conhecer melhor a cultura e as tradições de outros povos. Quem for mais longe, aos extremos das zonas Norte e Sul, verá prédios dando lugar ao verde em extensas áreas preservadas, com trechos originais da Mata Atlântica.

ÁGUA FUNDA

JARDIM BOTÂNICO Fica dentro do Parque Estadual Fontes do Ipiranga. Suas trilhas cortam os bosques de vegetação fechada, com exemplares de pau-brasil. As estufas guardam plantas nativas e exóticas. *Av. Miguel Stéfano, 3031; 5073-6000; ibot.sp.gov.br.*

ZOO SAFÁRI Macacos, zebras e girafas passeiam entre os veículos que levam o visitante. Felinos e ursos são observados em ambientes cercados. *Av. do Cursino, 6338; 2336-2131; zologico.sp.gov.br/zoosafari.*

BUTANTÁ

INSTITUTO BUTANTAN Cobras e outros animais peçonhentos chamam a atenção das crianças e são objeto de pesquisa nesse centro de estudos, responsável pela produção de diferentes tipos de vacinas. *Av. Vital Brasil, 1500; 3726-7222; butantan.gov.br.*

INTERLAGOS

AUTÓDROMO DE INTERLAGOS O Autódromo Municipal José Carlos Pace é palco da Fórmula 1 e de outras provas automobilísticas. *Av. Sen. Teotônio Vilela, 261, portão 7; 5666-8822; autodromointerlagos.com.*

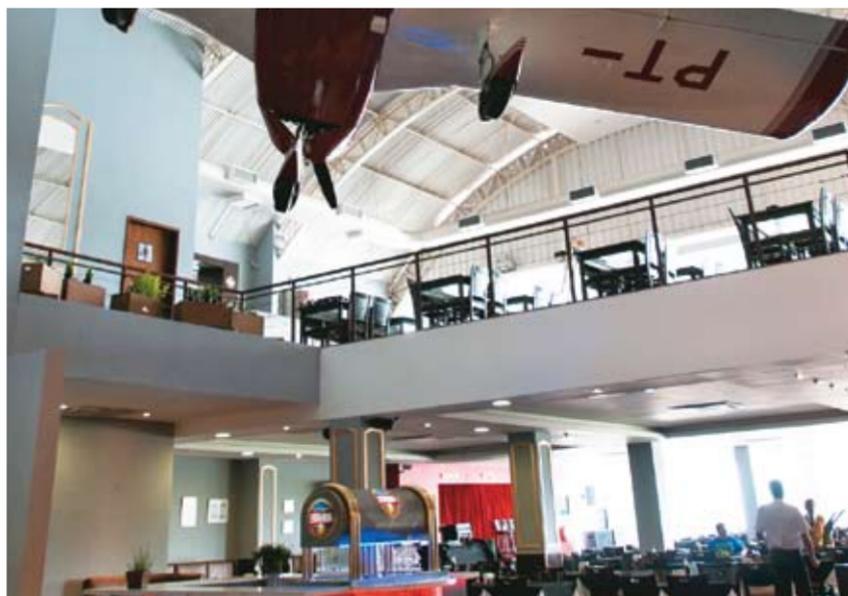
PARQUE GUARAPIRANGA Fica ao lado da represa e conta com prainha, quiosques, campos de futebol society, pista de cooper, trilhas, playgrounds e churrasqueiras. *Estr. Guarapiranga, 575; 5541-6332.*

IPIRANGA

PARQUE DA INDEPENDÊNCIA Local da Proclamação da Independência, abriga o Museu Paulista (chamado também de "Ipiranga"), onde obras e objetos retratam a história do



O serpenteiro é atração no Instituto Butantan



Filial do Bar Brahma no Aeroclub de São Paulo é opção para a happy hour na Zona Norte

Brasil. Alamedas e chafarizes lembram os jardins do Palácio de Versalhes. *Av. Nazaré, s/n; tels. 2273-7250 (parque) e 2065-8000 (museu).*

LAPA

DONA FELICIDADE Entre pratos de maior sustância, o bolinho de bacalhau, sequinho e cremoso, é perfeito para acompanhar a variedade de cervejas. *R. Tito, 21; 3864-3866.*

VALADARES Para acompanhar a cerveja gelada, arrisque-se entre os petiscos exóticos como testículos de boi, rã à milanesa e jiló ao vinagrete. *R. Faustolo, 463; 3862-6167.*

THE WEEK Com duas pistas e uma área externa com piscina, dedica-se à música eletrônica e conquistou o público GLS. *R. Guaicurus, 324; 3868-9944; theweek.com.br.*

MOOCA

DI CUNTO Massas em diversos formatos e doces italianos movimentam a cozinha dessa tradicional rotisseria e confeitaria, com filiais no Tatuapé e no Itaim Bibi. *R. Borges de Figueiredo, 61; 2081-7100.*

ELÍDIO BAR Tradição e futebol se reúnem no boteco. Atenção ao balcão, que exhibe mais de 120 opções de petiscos e tira-gostos. *R. Isabel Dias, 57; 2966-5805.*

MUSEU DA IMIGRAÇÃO A antiga hospedaria guarda fotos e relíquias dos forasteiros que chegaram à cidade entre o fim do século 19 e o início do 20. Está em reformas, com previsão de reabertura para o segundo semestre de 2012. *R. Visc. de Parnaíba, 1316; 3311-7700 e 2692-1866; museudaimigracao.org.br.*

FESTA DE SAN GENNARO Há quase 40 anos, a festa mistura barracas com pratos típicos da cozinha italiana com a animação da comunidade local. Realizada nas ruas do entorno da Paróquia San Gennaro, na Mooca, recebe grande público nos finais de semana do mês de setembro.

PARAÍSO

SHIN ZUSHI Recomendado pelo Guia Brasil 2012, aqui a culinária japonesa mantém-se fiel às origens, em receitas quentes ou frias. *R. Afonso de Freitas, 169; 3889-8700.*

SANTANA

AEROCLUBE DE SÃO PAULO A escola de pilotos fica no Campo de Marte, ao lado do Anhembi, e tem uma filial do tradicional Bar Brahma. *Av. Olavo Fontoura, 650; 2221-9100; aeroclubesp.com.br.*

ANHEMBI PARQUE Principal espaço de feiras e exposições da cidade, com mais de 400 000 de m². Sedia o Pavilhão de Exposições, o Palácio das Convenções e o Polo Cultural – Sambódromo. *Av. Olavo Fontoura, 1209; 2226-0400; anhembicom.br*

HOLIDAY INN PARQUE ANHEMBI Entre o Sambódromo e o centro de convenções do Anhembi, dispõe de 780 apartamentos e um espaço próprio para eventos, com auditório para até mil pessoas. *R. Prof. Milton Rodrigues, 100; 2107-8844; holidayanhembicom.br.*

VILA MARIANA

INNOMINATO OSTERIA Ambiente simples, serviço atencioso e variedade de massas caseiras. *R. Joinville, 561; 5571-9839.*

MUSEU LASAR SEGALL Abriga em torno de 3 mil peças do artista plástico lituano Lasar

Segall (1891-1957), entre pinturas, esculturas, gravuras e outros trabalhos. *R. Berta, 111; 5574-7322; museusegall.org.br.*

VILA MEDEIROS

MOCOTÓ Pequenas porções de sarapatel e os dadinhos de tapioca estão entre os pratos nordestinos criados pelo chef Rodrigo Oliveira. Se houver fila aos finais de semana, relaxe e aproveite as caipirinhas bem-feitas. *Av. N. S. do Loreto, 1100; 2951-3056.*

VILA LEOPOLDINA

WHEAT ORGANICS Esta padaria se dedica a produzir tudo com matérias-primas orgânicas, dos pães aos lanches e vitaminas. *R. Carlos Weber, 1622; 3628-8209; wheat.com.br.*



Tempero do Nordeste na cozinha do Mocotó



Fique (bem) mais que um dia

Com dezenas de milhares de eventos, feiras e festivais, a cidade de São Paulo sempre tem um motivo para você visitá-la. Programe-se a partir dos destaques da agenda paulistana:

JANEIRO

ANIVERSÁRIO DA CIDADE: atividades especiais e shows celebram o dia 25 de janeiro.

COUROMODA: o couro impera nesta feira de calçados e artefatos.

FEVEREIRO

BRASIL OPEN: etapa nacional do circuito internacional de tênis.

CARNAVAL: escolas de samba chacoalham o Sambódromo.

CAMPUS PARTY: reúne jovens fãs de internet e tecnologia.

MARÇO

É TUDO VERDADE: festival de documentários internacionais.

MEIA MARATONA DE SÃO PAULO: corrida internacional pelas ruas e avenidas da cidade.

SÃO PAULO FASHION WEEK: Moda primavera-verão nas passarelas do prédio da Bienal.

ABRIL

SÃO PAULO RESTAURANT WEEK: restaurantes com menus especiais a preços especiais.

MAIO

CASA COR SÃO PAULO: a maior mostra de decoração e paisagismo da América Latina.

SP ARTE: feira internacional de galerias e obras de arte.

VIRADA CULTURAL: espetáculos e shows madrugada afora.

JUNHO

PARADA DO ORGULHO LGBT: celebração ao ar livre, reunindo um grande público de gays, lésbicas e simpatizantes.

JULHO

ANIMA MUNDI: festival de filmes de animação com trabalhos do Brasil e do mundo.

FESTA DE SÃO VITO: um dos maiores eventos da comunidade italiana em São Paulo.

AGOSTO

BIENAL DO LIVRO: realizada em anos pares, tem palestras, lançamentos e megaexposições.

DESIGN WEEKEND: eventos simultâneos que reúnem mostras e eventos de design, decoração, arquitetura e urbanismo.

FESTA DE NOSSA SENHORA ACHIROPITA: grande festa típica italiana no bairro da Bela Vista.

SP ARTE/FOTO: maior encontro do mercado de fotografia.

SETEMBRO

DESFILÉ CÍVICO: o desfile das Forças Armadas comemora a Independência do Brasil.

VIRADA ESPORTIVA: durante 24 horas, eventos esportivos ocorrem pela cidade.

FESTA DE SAN GENNARO: barracas de comidas italianas são montadas na rua atrás da Paróquia San Gennaro, na Mooca.

REVELANDO SÃO PAULO: festival de cultura paulista tradicional, reúne manifestações de dança, música e artesanato.

SÃO PAULO RESTAURANT WEEK: segunda edição anual, com novos pratos a bons preços.

OUTUBRO

MOSTRA INTERNACIONAL DE CINEMA: debates e exibições de filmes de todo o mundo.

BIENAL DE ARTE: realizada sempre nos anos pares, costuma trazer obras polêmicas.

SALÃO DO AUTOMÓVEL: mostra, em anos pares, as novidades do setor automobilístico.

SÃO PAULO FASHION WEEK: Edição outono-inverno.

NOVEMBRO

GRANDE PRÊMIO DE FÓRMULA 1: etapa brasileira do mundial, disputada no Autódromo de Interlagos.

BIENAL DE ARQUITETURA: nos anos ímpares, reúne atrações nacionais e internacionais.

DEZEMBRO

NATAL ILUMINADO: a cidade recebe uma decoração especial, que inclui a tradicional árvore do Parque Ibirapuera.

CORRIDA DE SÃO SILVESTRE: a corrida internacional invade as ruas da cidade no último dia do ano.

RÉVEILLON: fogos de artifício e shows de artistas famosos agitam a Avenida Paulista.

ATENÇÃO: os meses indicados são aqueles em que os eventos costumam ser realizados. Para saber sobre detalhes, serviços e eventuais mudanças, acesse: visitesaopaulo.com, cidadedesaopaulo.com e ubrafe.org.br.