

SOULBRASIL

Oct | Nov 2019 | Year 17 | Issue 98

experience a positive journey! magazine



Free Issue

Culture | Culture
Brazilian Arts
& Crafts

Self-Esteem | Auto-Ajuda
Seja o Arquiteto de seu
Próprio Projeto de Vida

Behavior | Comportamento
How Brazilians Cope
with Stress

Music | Música
Música Eletrônica
no Brasil e EUA

FIND MORE THAN
2000 ARTICLES ON:

WWW.SOULBRASIL.COM

USEND

REMESSAS DE DINHEIRO

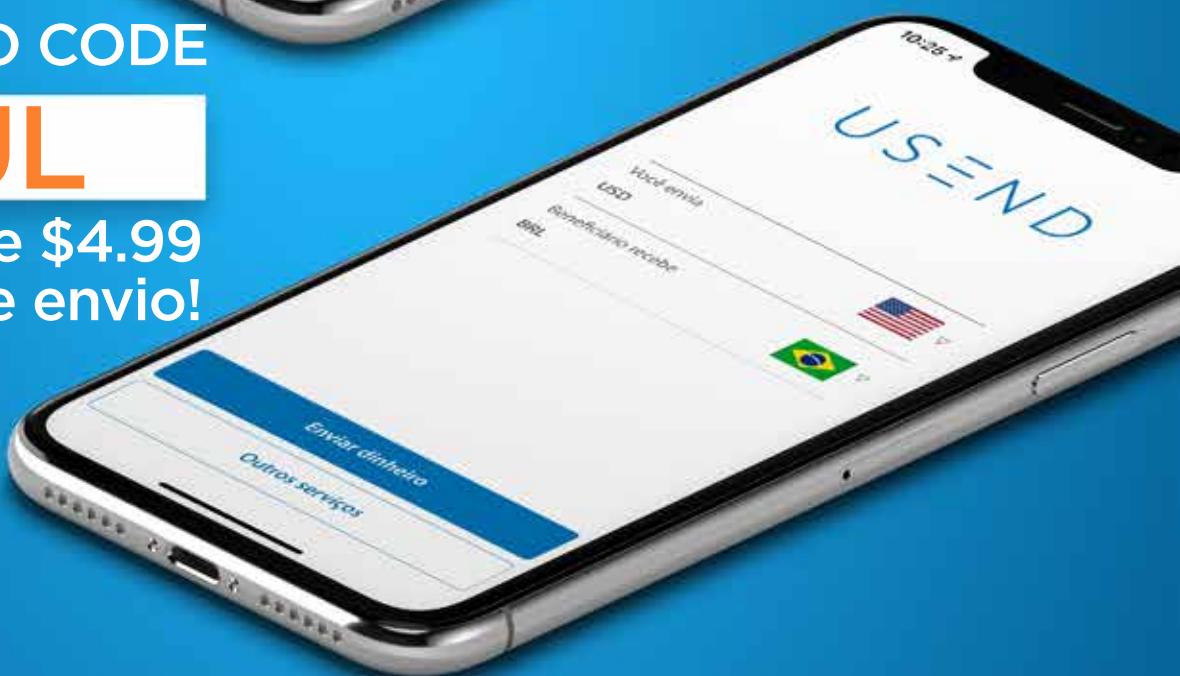
EUA > BRASIL
BRASIL > EUA



COM PROMO CODE

SOUL

desconto de \$4.99
na taxa de envio!





azul

Hold the joy
that spreads
around the
world in your
own hands



Here at Contemporânea, we believe that great instruments can only be made through a combination of serious dedication, heightened sensibilities and outstanding talent. Backing up this belief is the fact that, for over 65 years, our percussion instruments have made their way to the hands of the greatest musicians in Brazil and abroad, bringing the infectious joy of our music and country to the world.



www.contemporaneamusical.com.br

Previous Issue



This Issue



Next Issue



For Advertise and Article Marketing Opportunity Call (805)245-5615.
We offer different options using different platforms and tools.

Editor's Note

This time I won't talk about Brazilian music, immigration issues in the U.S, but in something that we, small business owner in general, care and concern about, keeping doing business well and in particular, provide good customer service. So let's talk about keep calm with cranky customers.

It's not always that easy to do when you are faced with an unhappy customer. However, keeping your business growing all relies on making your customers happy. One negative comment will spread 10 times faster than a positive comment about your business.

If a customer calls in angry or irate do not argue with them. Allow them to say everything they need to say. Stay interested regardless of their tone. Then, let them know you understand why they are frustrated.

Often, people just want to know you care and listening will diffuse the situation. If not, one refund is better than 10 because of poor feedback.

Good relations matters.
Lindenberg Junior



We produce web content daily!
Check web exclusives at:

WWW.SOULBRASIL.COM

JOIN US ON SOCIAL MEDIAS



SOUL BRASIL
magazine

TO CONTACT US

By Phone/WhatsApp: 1(805)245-5615

By Email: info@soulbrasil.com

By Mail: 3201 Overland Ave #8131,
Los Angeles, CA 90034

ADVERTISING INFO / MEDIA KIT

www.soulbrasil.com/advertise-info

SOUL BRASIL TEAM / ISSUE CONTRIBUTORS

Editor in Chief: Lindenberg Junior.

Copy Editor(s): Ann Fain and Giovanni da Silva.

Writers: Lais Oliveira and Lindenberg Junior.

Contributor Writer(s): Chef Vivien Cunha,
Dr. Luciano Sztulman and Robert Schwartz.

Translators: Amanda Peter, Luiza Marques and
Cristiane Magalhães.

Photographer: Claudia Passos.

Videographer: Andrei Litinov.

Video Host(s): Amanda Pepper, Mariana Alencar and
Sabrina Machado.

Art & Design: Rita Ropero.

Webmaster: Alexandre Loyola.

Administration Support: Magali da Silva.

Social Media Support: Isabella Felicetti.

OUR MISSION

Inform and educate our readers; build relations and networking with Brazilians, Brazilian culture lovers and the conscious living community; and also, give exposure to the products and services of our advertisers and partners.

DISTRIBUTION/CIRCULATION

We are in our route to complete 16 years on the road few months ahead and since our last issue of 2015 we stop to printing large quantities as we have done for the first 14 years.

We have moved in a new direction with focus in digital issue, through different formats and forms/ways.

We still print 500 magazines with each issue but our power of outreach with no doubt is through different and innovative platforms such as the flip issue with ISSUU, the eBook format in PDF and the Soul Brasil App for Android and IOS. We expect by the end of 2018, reach out over 50,000 readers with each issue, in U.S and also in Brazil.

SUPPORT US

Use your purchase power with our advertisers. They support us and you will help us supporting them!

Let them know you are a Soul Brasil reader or that you have seen their AD in our pages.

SOUL BRASIL MAGAZINE IS PUBLISHED BY KISUCCESS PUBLISHING

All rights reserved. Advanced written permission must be obtained from Soul Brasil magazine or Kisuccess Publishing for the contents. The opinions and recommendations expressed in articles are not necessarily those of the publisher. Copyright 2002-2019

Soul Brasil magazine/Kisuccess Publishing.

SOUL BRASIL MAGAZINE

Brazilian Media in U.S. "Go Green" and "Conscious Living" Pioneer

Soul Brasil is a **FREE** (Digital Issue) and **PAID** (Printed Issue) magazine published 6 times a year. Our first issue was launched in June 2002 and our **GOAL** is to promote the Brazilian art and culture, as well things that we consider important such as Health, Fitness, Spirituality and Conscious Living. Our **COMMITMENT** is to inform and sometimes to inspire our readers, as well **CONNECT** them with our sponsors and advertisers.

Our **TARGET** is the Brazilians in California (as well in the rest of U.S. and in Brazil) and the "Global" community interested in improving their quality of life and living in a better world. We are **PROUD** to exposure our concern and care about social responsibility, human rights and earth sustainability.



Language: English and Portuguese

Circulation/Published: Print and Digital Issue / Six Times per Year

Editorial/Content: Brazilian Culture, Community, Conscious Living, Travel, Health and Self-Esteem.

Print/Digital Readership: 25,000 to 30,000 each Issue / Female (58%) - Male (42%)

Website: www.soulbrasil.com

Page Views per Month: Over 220,000



WWW.SOULBRASIL.COM



A “Geração Y” e as Preferências ao Decidir Comprar um Imóvel nos EUA

Para a geração Millennials ou Geração Y, a questão não é saber se irão se estabelecer, mas sim onde. Afinal de contas, depois de um longo período como eternos locatários, finalmente os representantes dessa geração estão comprando suas próprias casas. Isso é o que mostra um estudo da National Association of Realtors (NAR): de acordo com a pesquisa, em 2018, de todos os compradores de casas nos EUA, mais de um terço pertencem à geração conhecida como Millennials – aqueles nascidos a partir de 2000.

Um fato interessante é que eles não estão comprando suas casas próprias nas cidades as quais foram seus lares por mais de uma década. Embora a geração Y ainda prefira alugar imóveis nos centros urbanos, aqueles que querem ter uma casa própria estão fazendo as malas e se mudando

para os subúrbios, de acordo com um relatório de 2018 da NAR.

Mas não é uma escolha de estilo de vida o que está impulsionando essa decisão, mas sim uma questão de acessibilidade. Se viu em 2018, continuamos a ver em 2019 e provavelmente iremos ver em 2020, que muitos deles ainda não podem se tornar proprietários de casas localizadas nos melhores bairros de Nova York ou Los Angeles, por exemplo, pois os preços são exorbitantes. Por isso, no geral, eles tendem a se mudar para onde ainda têm a capacidade de comprar e viver com tranquilidade.

Em sua edição de outubro de 2018 (um ano atrás), a reconhecida revista americana Money fez uma pesquisa em parceria com a Realtor.com para aprofundar seu conhecimento acerca dos

mercados imobiliários em todo o país e trouxe um ranking com os “50 melhores lugares para se viver nos EUA”. O que as pessoas que se mudam buscam? Elas valorizavam as localidades com boas escolas, economias florescentes, comunidades vibrantes e baixa criminalidade. Ainda procuram por diversidade, sempre de olho nos benefícios econômicos e culturais que existem na comunidade.

O que se percebeu de 2018 para 2019 é que esse público (comprador), e em particular, a “Geração Y”, ainda acrescentou uma nova métrica comparando diretamente os preços das casas com a sua renda – enfatizando o tipo de equilíbrio que torna a comunidade uma boa opção para as famílias trabalhadoras. Ou seja, eles estão preferindo comprar/morar em pequenas cidades onde o custo de vida é proporcional à renda pessoal. ■





CENTURY 21. Award

1021 W Bastanchury Rd, Suite 140, Fullerton, CA 92833

**HOME PRICES ARE RISING...
DON'T UNDERSELL YOUR HOME.
CHOOSING THE RIGHT REALTOR®
MAKES ALL THE DIFFERENCE.**



VLADIMIR BELLEMO

REALTOR®

714.932.5335

Vlad@Bellemo.com

www.Bellemo.com

DRE License #01200312 (since 1995)

"You'll be glad you chose Vlad!"



EQUAL HOUSING
OPPORTUNITY



**Produtos Brasileiros
Com Preços Altamente Competitivos
Você Encontra Aqui:**

1

**EM GLENDALE,
El Mambi Market**
28 E. Chavy Chase Dr.
(818)246-6016

3

**EM NORTH HOLLYWOOD,
Carniceria Argentina**
11740 Victory Blvd.
(818)762-9977

2

**EM SOUTH BAY,
Continental Gourmet Market**
(3 Localizações) – cheque:
www.continentalgourmetmarket.com

4

**EM CHINO (Leste de L.A.),
Latimex Market**
11742 Central Ave.
(909)628-8215

**Uma Variedade de Produtos Incluindo Carnes Para os seu Churrasco!
Visite. Compre. Curta. Volte. Apoie Nossos Anunciantes.**



Brazilian Arts & Crafts

A tradition handed down from generation to generation

Brazilian culture has been influenced greatly by the Portuguese, Indians, Africans, Europeans, and settlers from the Middle East and Asia. One of their main contributions can be seen in the beautiful and rich arts & craft markets spread throughout the country.

Historically, handicrafts have received little recognition as an art form in Brazil. However, in the last few decades, it has been gaining popularity for celebrating local culture and restoring traditions. It is interesting to notice that arts and crafts can be

found throughout the country and they differ from region to region.

Naturally creative, the Brazilian people value the importance of cultivating a family tradition and art form that has been handed down from generation to generation. The role of artisans is gaining more significance in the Brazilian economy. The industry is giving many low-income women an opportunity to become entrepreneurs and improve their family economic conditions.

Traditional tourist spots, the craft fairs are a special attraction for those who visit the Brazilian cities and want to learn a bit about their art and culture. Here below we mention four of the most important in the nation in different cities - Rio, São Paulo, Brasília, and Caruaru.

FEIRA DE SÃO CRISTOVÃO

The São Cristovão Fair, in Rio de Janeiro, is an excellent option for shopping, eating, and fun. With almost 700 tents, it offers products such as handicrafts, fabrics and mouth-watering foods, and the best, in the groove of North-eastern rhythms, like forró.



Feira de São Cristovão: an excellent option for shopping, eating, and fun "northeast style"!

FEIRA DO BAIRRO DA LIBERDADE

Inaugurated in 1975, the Feira Oriental da Liberdade (as it is also known), in São Paulo, was created with the aim of presenting the work of oriental immigrants and showcase a little more of the Japanese culture for those passing by. The food section is one of the most visited and offers many Chinese and Japanese delights, and, of course, Brazilian cuisine.

FEIRA DA TORRE

Meeting point of many Brasília residents, with stalls of crafts, furniture, jewelry mixing wood and seeds, light-colored linen or cotton fabric clothes,



typical dishes and the traditional fried turnover with sugarcane juice.

FEIRA DE CARUARU

The city of Caruaru, 123 km from Recife, in the state of Pernambuco, is known for one of the biggest June festivities in the world (São João), but also for having one of the most traditional fairs in the country. Held for more than 200 years, it comprises countless colorful tents spread over two kilometers on the streets of the city, offering a wide variety of popular handicraft products such as hats of all fabrics and sizes, baskets, clay and ceramic objects, among others. One of the attractions that draw hundreds of people to the fair is also the cuisine. The fair offers visitors regional foods like those made of grilled meat and goat, apart from medicinal herbs, fruits, and veggies. There are also sections where you will find clothes, shoes, bags, pots, furniture and, if you're lucky, you will bump into some performances of Fife bands (set of percussion and wind instruments) and guitar players.

Here below finds out more information for the different types of "Artesanato Brasileiro":

WOODCARVING

In northeastern Brazil, many woodcarving and sculpting techniques were inherited from the African slaves. The Portuguese Jesuits also passed on skills in the carving and painting of religious figures in wood. Originally they encouraged their indigenous converts in the techniques, but today others practice the art. Woodcarving is widespread in the states of Pernambuco and Bahia. The technique is also found in Rio and São Paulo.



Feira de Caruaru: one of the most traditional Brazilian arts and crafts fairs in the country.

CERAMICS

In northeastern Brazil, religious figures are also made in clay. They will be found in the city of Tracunhaém, near Recife. Another place where ceramics are even more famous is Alto do Moura, in the city of Caruaru. Both cities are located in the state of Pernambuco. The ceramic pots are also made in the Amazon region and they come in various styles.

TEXTILES

The state of Ceará, also in the northeast region, is famous for its lace-making, and beautiful pieces are sold all over Brazil. In other parts of the north, hammocks and other woven items can be found. In southern areas where European immigration was heaviest, many traditional costumes can be seen as the leatherwork that can be found in any region where cattle are raised.

MUSICAL INSTRUMENTS

The most popular instruments are those connected with African music, especially the berimbau (used

for capoeira sound) and other instruments such as the zabumba used in the Forró music. Here again, the best place to look is in the northeast where the African heritage is strongest.

SOUVENIRS

Another northeastern craft is pictures made in bottles with colored sands. Lençóis, in Bahia, and Natal, in the state of Rio Grande do Norte, are good places to buy them. But of course, you can find interesting souvenirs in many touristic spots such as "Casa da Cultura" in Recife or the "Feira Hippie" of Ipanema in Rio.

BASKETS

In the Amazon region (Amazonas and Para) as well as in the northeast states of Paraíba, Pernambuco, and Bahia, you can find a huge variety of raw materials that is great for making baskets, nets, hammocks, slings for carrying babies, masks and body adornments, so, easily, you can find all baskets of all shapes and sizes. ■



Como Melhorar sua Memória de Forma Rápida

Muitas pessoas começam a se tornar um pouco mais esquecidos quando chegam aos 40 anos, então neste rápido artigo vamos focar em ajudar aqueles que procuram uma maneira de melhorar a memória de forma rápida. É um processo natural da vida, mas algumas pessoas chegam a ficar mais esquecidas antes mesmo dos 40 anos por variados motivos. Porém não importa se você está em seus 40 ou 80 anos, há muitas maneiras de melhorar a memória e a maioria delas é bem fácil de fazer.

As dicas abaixo são rápidas mas eficazes. A dica número 1 é bem conhecida, mas gostaríamos de lembrar; a dica número 2, muitos sabem e não praticam; e a dica número 3, muitos não sabem e quem sabe sempre pratica.

1) Uma forma prática e muito usada hoje em dia é utilizar suplementos para a memória que podem ser facilmente encontrados online ou em lojas

especializadas. Tenha certeza que o suplemento escolhido tenha ômega 3 e zinco que são vitais para o cérebro. Eles aumentam sua capacidade de memorizar e a função cerebral após algumas semanas de uso.

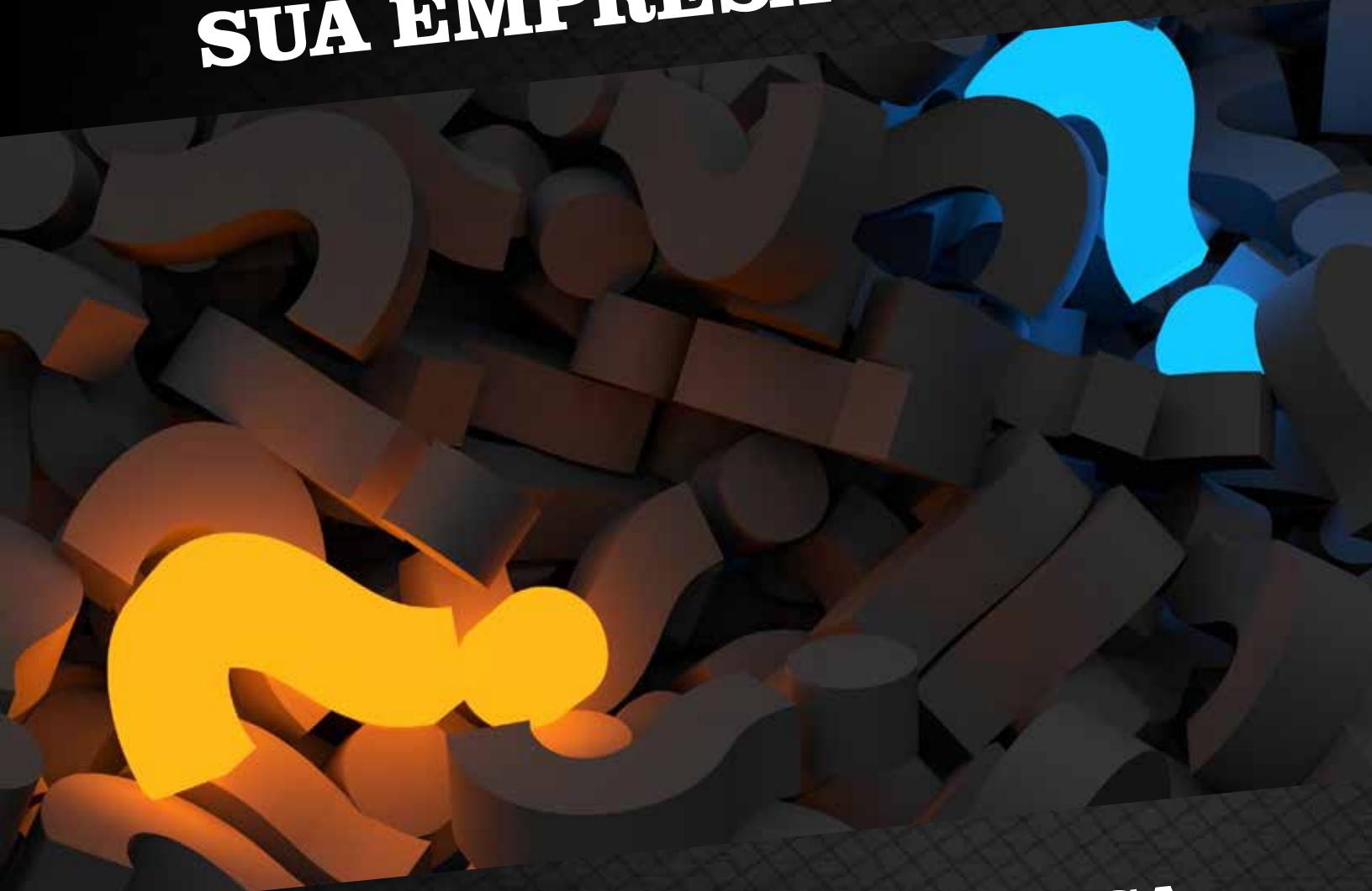
2) Outra boa forma de treinar o cérebro a não perder a memória é utilizar revistas de quebra-cabeças, caça-palavras, adivinhações e palavras cruzadas para manter o cérebro ativo e jovem.

3) E agora nossa melhor dica. Para melhorar a memória a curto prazo, podemos utilizar também mensagens subliminares. Essas mensagens podem ser reproduzidas no computador, no celular ou num MP3 player, por exemplo, e bombardeiam o cérebro com afirmações positivas que melhorarão a memória. Essas frases não serão ouvidas de forma direta pelo ouvinte, mas sim estarão inseridas na

própria música a ser ouvida. O truque de mágica com mensagens subliminares é que, se você praticar com frequência, o comportamento do seu cérebro começará a mudar e você começará a agir de forma diferente, para melhor.

Portanto, se essas mensagens tiverem afirmações que dizem que você tem uma memória fabulosa, depois de um tempo você perceberá que começará a lembrar de coisas do passado que normalmente haveria esquecido. Essas mensagens funcionam porque elas têm a capacidade de ignorar a parte super analítica da mente e, assim, você ganhará uma nova memória sem nem perceber. Depois de um tempo, sua memória será capaz de executar tarefas que você acreditava nunca poder fazer, além disso irá lembrar facilmente dos nomes, rostos, lugares, datas, compromissos tarefas a serem feitas. ■

**A LUZ QUE VOCÊ OU
SUA EMPRESA PRECISA**



**ASSESSORIA DE IMPRENSA
MARKETING DE COMUNICAÇÃO**

**www.kisuccess.com
www.soulbrasil.com**



Know More About Brazil: 31 Years of Brazilian Constitution

The 1988 Constitution marked the creation of a new Brazilian state known as the Citizen Constitution, the charter turned 30 in October of 2018. Arising from intense popular outcry after 21 years of military dictatorship, the 1988 Federal Constitution was the first in the country's history to include amendments by ordinary citizens and representative entities, in addition to those of the 559 parliamentarians who worked intensely for 20 months in the National Constituent Assembly convened in 1985. All with the same goal: to sweep the remnants that reminded the country of its dictatorial period.

To encourage popular participation, a team coordinated by Mozart Vianna de Paiva, former secretary general of the Chamber of Deputies, collected suggestions and submitted them to the members of the Assembly. There were 72,719 proposals from citizens throughout the country, in addition to another 12,000 suggestions from constituents and representative entities. Interesting to say that because of its mass participation, the text is also known as Citizen Constitution.

According to Vianna, the 1988 Constitution was the first built from scratch with popular initiatives

in its content. "It was a wonderful moment of civic effervescence. There was a general outcry, an energy, a civic will of the people, of the cities, of constituent parliamentarians, and us public servants. We worked hard, but with great pleasure," he said.

Under the military regime, Brazil had many demonstrations and marches with demands guided by the desire for change brought about by times of dictatorship. Among the appeals was the need to convene a free and sovereign Constituent Assembly, with the aim of adopting a new Constitution, which would mean changes in habits, customs and experiences. Another public clamor was the *Diretas Já* ("Direct Elections Now") movement.

With the election of Tancredo Neves in January 1985 for the Presidency of the Republic, made under the promise that this would be the last indirect election in the country, the Brazilian population began to believe that it would be realized. With the death of Neves few months later on April 21st (of the same year), Vice President José Sarney assumed the presidential post and enabled the promises to be fulfilled.

The draft of the new Constitution began in July 1985. The first version was delivered in September of the following year, and although it was not officially forwarded to Congress, it was published and served as the basis for many of the constituencies that officially debated the new Constitution through the National Constituent Assembly in February 1987.

Antonio Rodrigo Machado, president of the Anti-Corruption and Compliance Legislation Commission at the Federal District chapter of the Brazilian Bar Association, who works in the constitutional and criminal area, explained that the 1988 Constitution was a historic milestone with great gains for citizens. "The constitutional system, unlike the dictatorial period, ensures that all citizens who are accused undergo a legitimate process, with the possibility of defense. This establishment of rights for the accused is a great milestone," he said.

The five foundations of the Federative Republic of Brazil are Sovereignty, Citizenship, Dignity of the Human Person, and Social Values of Work and Free Enterprise. ■



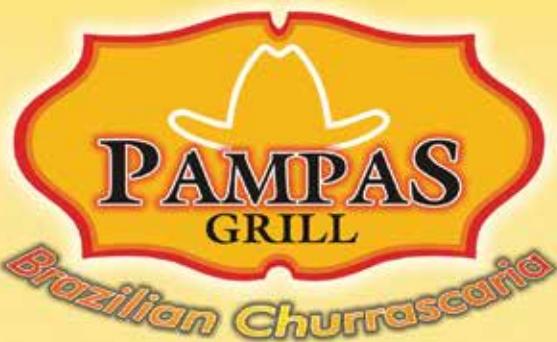
Andrea Orsi
BEAUTY LOUNGE

Proud Third Generation European Hair
Stylists Creating Beauty in Newport Beach

**HAIRCUTS | MAKE UP
HAIRSTYLES | NAILS**

2817 Villa Way, Newport Beach, CA 92663

(949)432.5568 | WWW.ANDREAORSIBEAUTYLOUNGE.COM



**"Pampas Grill
is one small step away
to experience
the best of Brazilian
style homemade food"**
Soul Brasil Magazine

**Live Music on Weekends
At Burbank Location!**



Traditional Brazilian Cuisine

Homemade Food and Churrasco By The Pound

L.A (Farmers Market)

6333 W 3rd Street #618
Los Angeles, CA 90036
Phone: (323) 931-1928

L.A/Culver City

3857 Overland Ave
Culver City, CA 90232
Phone: (310) 836-0080

L.A/Burbank

269 E. Plam Ave.
Burbank, CA 90232
Phone: (818) 840-8822

Visit our website: www.pampas-grill.com

Like us on + Follow us on



Aprenda Sobre a Física Quântica e a Ciência que Ensina Você a Ser o Arquiteto de seu Próprio Projeto “Vida”

* Participação do professor Wallace Lima

Era o início do século XX e os físicos buscavam solucionar questões cruciais que estavam na fronteira da ciência na época – quando um dos conflitos mais atenuantes da sociedade girava em torno da espiritualidade x ciência. O interesse predominante dos pesquisadores se concentrava na obtenção de um modelo definitivo para o átomo e na explicação dos fenômenos relacionados à natureza da luz. A incessante busca pelas respostas fez com que os primeiros 25 anos do século XX fossem marcados pelo nascimento de um dos maiores triunfos científicos de todos os tempos: a física quântica.

Tudo o que é maior do que um átomo está sujeito às leis da física e portanto, chamado de “física clássica”. Por exemplo, elas sofrem a atração da gravidade, as leis da inércia, ação e reação, e por aí vai. Mas quando se analisa tamanhos menores que um átomo, tudo muda e as regras da “física clássica” já não valem mais. Foi preciso então admitir que eram necessárias outras leis para lidar com essa realidade, e foi dai que surgiu uma física totalmente nova.

A expressão “física quântica” foi usada pela primeira vez em “Universe in Light of Modern Physics” (O

Universo à Luz da Física Moderna), de Max Planck, em 1931. A física quântica não é intuitiva, ou seja, isso significa dizer que muitas partes dela parecem não ser verdade.

No nosso dia-a-dia, parece que vivemos num planeta plano, o que você sabe que não é verdade; nosso mundo é uma esfera, e no espaço não existe direita e esquerda, cima ou baixo.

Por ser não intuitiva, ela foi considerada uma falsa teoria. O próprio Einstein (que foi um dos fundadores da física quântica) acreditava que a física quântica devia estar errada. Mas com o passar do tempo percebeu-se que ela explicava tão bem o resultado das experiências, que tinha de ser verdade. Einstein certa vez disse: “A imaginação é mais importante que a ciência, porque a ciência é limitada, enquanto a imaginação abrange o mundo inteiro”.

Pela física quântica quando imaginamos um objeto, já estamos o alterando. Levando esta questão para nosso viver diário, quando tomamos uma decisão ou fazemos uma escolha surgem duas realidades

paralelas. Para entender melhor isso, podemos fazer uma simples analogia: ao receber um convite para visitarmos um lugar surgem duas realidade paralelas, uma é se aceitarmos estaremos nesse lugar e outra ao recusarmos, não estaremos no lugar, então definimos nossa posição.

A física quântica é, assim, uma ciência de possibilidades. Tudo é energia. A física quântica, maior estudiosa das relações entre partículas atômicas, demonstra que cada estado dos corpos se dá de acordo com a velocidade da agitação dessas partes. Entendemos como formas de energia, além dos corpos, o som, a luz, o pensamento e a energia espiritual.

Sabendo que tudo é energia, inclusive nosso corpo, delimitamos então que somos manifestação de energia. Nós vibrarmos em certa velocidade: o corpo em uma, o pensamento em outra. E é nessa vibração do pensamento em alta velocidade que podemos influenciar pessoas e o mundo, atraindo exatamente o que estamos conectados, manifestando a energia e gerando realizações condizentes com tal emissão.



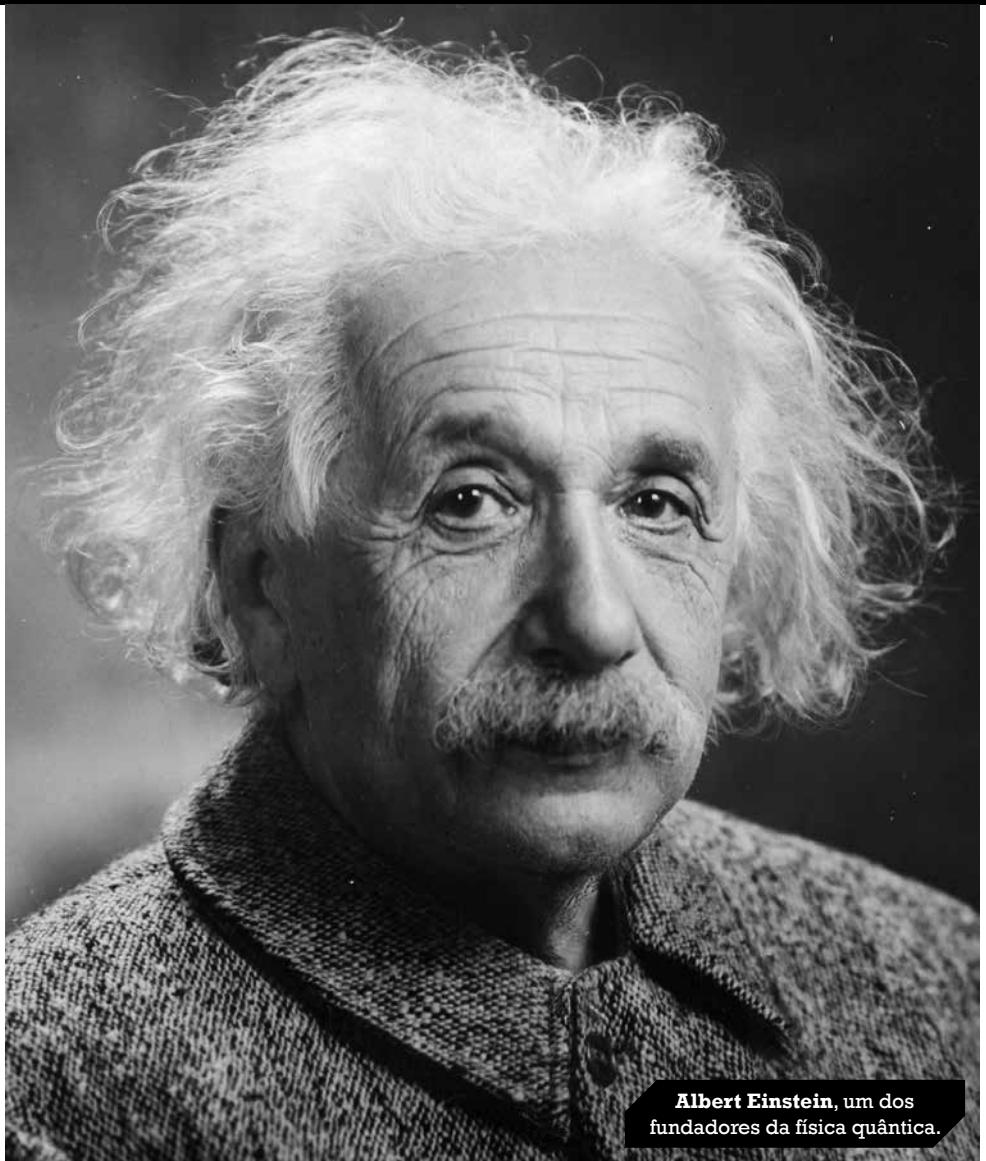
Tendo em vista essa vertente da física surgiu o coaching quântico, que tem como objetivo o alinhamento energético. Seria uma imersão para despertar o potencial evolutivo das pessoas. "Se trata de uma jornada para despertar o potencial infinito de se realizar e obter os melhores resultados na sua vida pessoal e profissional" nos diz o professor Wallace Lima, pesquisador e pioneiro da saúde quântica no Brasil.

Nesse tipo de coaching, são identificados os desalinhamentos que causam crises, problemas, bloqueios e doenças nas pessoas para que o desequilíbrio energético seja consertado. "Mudar o mindset, ou seja, a programação mental que determina quem somos, é o primeiro passo do coaching quântico. Algumas pessoas precisam aprender a encarar mudanças. Um novo olhar! Tipo, ao invés de se ver como um figurante, ser ver como o protagonista (do seu próprio filme)", nos diz o professor Wallace.

Autoconhecimento, empoderamento e transformação pessoal são os resultados que os coaches quânticos oferecem ao seu público por meio de ferramentas baseadas em física quântica. O professor complementa dizendo "Eu sempre digo em minhas palestras no Brasil e pelo mundo afora que as pessoas podem aprender, na prática, com exemplos e técnicas, como estabelecer uma ponte segura entre os conhecimentos científicos e espirituais para realizar uma viagem segura para dentro de si mesmo".

Com o suporte de uma ciência tão minuciosa, os resultados podem fluir de forma ainda mais poderosa. Você é o arquiteto da sua vida. Você é seu próprio escultor. ■

* O professor Wallace Lima, natural de Serra Talhada no interior de Pernambuco é autor de vários livros e é um dos mais conhecidos no coaching quântico da atualidade. Ele fez o seu primeiro evento sobre o tema em Recife em 2005. Ele esteve fazendo um "Tour USA" e passou por várias cidades americanas incluindo Los Angeles.



Albert Einstein, um dos fundadores da física quântica.



Professor Wallace Lima, pioneiro da saúde quântica no Brasil.



Vegan Pumpkin Cheesecake with Chocolate Sauce and Raspberry Coulee

By Chef Vivien Cunha
Photo: Ramsey Reagan

With this vegan pumpkin dessert you will always get compliments at the table. The colors are magnificent and the flavors combined are heavenly. As optional, in other occasions you can also use sweet potato instead of pumpkin. You can also substitute pure maple syrup if you don't find monk fruit syrup or brown sugar or coconut sugar for monk fruit sugar. This is a perfect dessert for fall, for Thanksgiving, but it is also great all year round, it is a frozen dessert, perfect for warm and cold nights! This dessert can be made in a spring form pan , pie pan or muffing pan.

PREP TIME:

30 min + 4-5 hours to freeze + cooking time:10 min

INGREDIENTS AND DIRECTION FOR CRUST:

2/3 cups of raw pecans
3/4 cup of almond butter
1 cup of unsweetened shredded coconut
Pinch of sea salt
2 tbs of monk fruit syrup
1 tbs of coconut oil for coating the muffin pan

Place pecan in a food processor until it begins to become a butter, then add all other ingredients and pulse until is well combined. Coat the muffin pan with the coconut oil then press the crust mixture firmly in the bottom .Cover with plastic wrap the place in the freezer. Wait at least 30 minutes to add the filling.

INGREDIENTS AND DIRECTION FOR FILLING:

2 cups of raw cashews, soaked in water for 2 hours
1 cup of pumpkin puree (1 can organic)
1/2 cup of monk fruit syrup
1/8 cup of white powdered monk fruit sugar
1/4 cup of coconut milk
1/4 cup melted coconut oil
2 tsp of cinnamon powder
2 tsp of vanilla extract

Drain cashews after 2 hours and place all ingredients a food processor and blend it well until all ingredients are well combined. Then add on top of the crust , bring it back to the freezer and leave it there until you are ready to serve.

INGREDIENTS FOR CHOCOLATE SAUCE:

1 cup of vegan semi sweet chocolate chips
3/4 cup of almond milk and add the chocolate chips, mix until is well combined and refrigerate.

INGREDIENTS FOR COULEE:

1 cup of raspberries
2 tbs of powdered monk fruit sugar
1 tbs of lemon juice
Blend all ingredients then strain with a colander. Refrigerate until ready to use.

INGREDIENTS FOR DECORATION:

1/2 cup of pumpkin seeds
1 tbs of coconut oil
1/2 tsp of cinnamon powder
pinch of sea salt
1/8 tsp of all spice
1 tbs of dark monk fruit sugar
Pre heat oven to 350 degrees and mix all



ingredients in a small bowl and bake it in a lined tray with parchment paper , bake it for 10 minutes.

TO ASSEMBLE:

carefully remove the cheesecakes from muffin tray and add chocolate sauce and raspberries coulee and add roasted pumpkin seeds on top.

* Vivien Cunha has worked as a chef for 15 years, she has worked as a caterer, at restaurants, as a cooking instructor , as a private chef for celebrities and was a participant at the TV Show "The Next Food Network Star" season 3 – vivfree13@yahoo.com





ONE FREE APPETIZER

WITH PURCHASE OF TWO ENTREE'S. NOT COMBINABLE WITH ANY OTHER OFFER. EXP. 6/1/18
MUST PRESENT THIS AD TO REDEEM.



20 PIER AVE., HERMOSA BEACH, CA. (310) 376-6855



Elassar Insurance Services

Os Espertos em Seguros de Carros!

Desde Apenas \$1 por Dia



Sem Carteira ou com Acidentes ou Multas?
Entre em Contato. Nós Podemos ti Ajudar!
Carteira de Motorista Internacional
SR-22 Imediato
Oferecemos Seguros Para: Carros e também Motos,
Casas e Negócios. E em breve, Seguro de Vida.

Estamos Para Servir a Comunidade Brasileira
Ligue Para uma Cotação: (310)237-1107
10826 Venice Blvd. #108 A, Culver City, CA 90232



Business Services **The Income Tax Specialist**

CONSULAR SERVICES

- Emissão e Renovação de Passaporte;
- *Issue and Renewal of Passport;*
- Legalização de Documentos;
- *Document Legalization;*
- Vistos;
- *Visa;*
- Procurações;
- *Power of Attorney;*
- Qualquer outro Serviço Consular;
- *Any other Consulate Service.*

FINANCIERO

- Imposto de Renda (USA e Brazil);
- *Income Tax (USA and Brazil);*
- Abertura de Empresa;
- *Opening a Business;*
- Bookkeeping e Payroll.

OUTROS SERVIÇOS

- Traduções Certificadas;
- *Certified Translations;*
- Transferência de Dinheiro para o Brasil;
- *Money Transfer to and from Brazil;*
- Homologação de Divórcio no Brasil;
- *Divorce Recording in Brazil;*
- Reconhecimento de Firma;
- *Notary Public Services.*

RC Business Services
8484 Wilshire Blvd., Suite 430, Beverly Hills, CA 90211
Tel: (323) 651-2185 – Fax: (323) 651-2730
www.rcbusiness.net



ALCANCE MAIS CLIENTES

Esteja presente em diferentes plataformas

- 1) Printing Issue
- 2) Digital Issue
- 3) Website
- 4) Social Media

Ligue sem compromisso:
(805)245-5615



Visão geral do ambiente espetacular no
Andrea Orsi Beauty Lounge

Uma Nova Opção Para um “Banho de Beleza” no Sul da Califórnia



Andrea Orsi (na direita) com a família
no cocktail de abertura do "Andrea Orsi Beauty Lounge"



Muita gente bonita esteve presente ao cocktail de abertura.



O recém-inaugurado Andrea Orsi Beauty Lounge em Newport Beach está pronto e esperando por você com uma taça de champagne e todas excelentes vibrações de um sofisticado lounge. Independente do serviço que você procura, Andrea Orsi e sua equipe cuidarão de você do início ao fim, aliás cuidar de você e de sua beleza é uma das coisas que os tornam únicos.

Antes de suas três décadas de experiência, Andrea já estava destinada a ser uma "Beauty Expert". Tanto a mãe, quanto a avó e avô eram cabeleireiros, o que inspirou a brasileira, filha de europeus, a seguir essa carreira.

"A indústria da beleza me escolheu!", diz Andrea Orsi.

Há quase 20 anos ela continua incorporando técnicas brasileiras e europeias em seu trabalho aqui nos EUA, sendo hoje reconhecida como uma influenciadora na indústria da beleza. Com quatro salões bem estabelecidos no Brasil, ela decidiu vir para os Estados Unidos anos atrás. "A Califórnia sempre foi um sonho para mim. Tornar meu sonho uma realidade, trazer meus anos de experiência profissional e abrir meu próprio salão no estado dourado era apenas uma questão de tempo", nos disse Andrea Orsi.

Mas ela queria algo especial, um salão com sensação de lounge. "Eu queria abrir um lugar onde nossos clientes pudessem relaxar, socializar, tomar uma taça de champanhe ou vinho." A inauguração do Andrea Orsi Beauty Lounge no mês de Setembro, provou para ela que seus esforços valeram a pena. "O amor que estou recebendo de meus clientes, amigos e familiares, junto com a oportunidade de ajudar e influenciar tantas pessoas, é muito gratificante" diz Andrea Orsi.

O salão oferece uma variedade de serviços, desde um simples corte de cabelos, tratamentos para cabelos, manicure, maquiagem, depilação, massagem, e cuidados com a pele. Você deve estar se questionando: e escova progressiva? Claro que sim! Alias é uma especialidade no Andrea Orsi Beauty Lounge. O salão usa apenas produtos de alta qualidade, além das melhores técnicas e cuidados na aplicação.

Ainda sobre a escova progressiva, no Andrea Orsi Beauty Lounge se usa uma linha de produtos exclusivo para cabelos loiros, que neutraliza os fios amarelos.

O salão, ou melhor, o "beauty lounge" também oferece depilação brasileira, com cera orgânica importada do Brasil, excelente para quem tem pele mais sensível, pois não irrita a pele já que a cera contém ingredientes naturais como o mel. Além da depilação brasileira, o salão oferece também o que se chama em inglês de "Moonshine Body Treatment", para aquelas mulheres que gostam de manter os pêlos do corpo, mas gostam de deixar os pêlos loirinhos. Esse serviço é feito junto com uma esfoliação corporal.

Se você está pensando (ou precisando) cuidar ou manter a sua beleza dos pés a cabeça, não deixe de fazer uma visita ao novo salão da Andrea Orsi. O ambiente e atendimento é simplesmente, espetacular. E existem preços exclusivos para comunidade brasileira! Confira!! O salão está localizado na 2817 Villa Way, Newport Beach, CA 92663 – www.andreaorsi beautylounge.com



Muita alegria!



A empresária Andrea Orsi com Renato Ackermann.



Muita descontração!



How Brazilians Cope with Stress

By Luciano Sztulman, MD

Despite what many might think, Brazilians have a long history of dealing with stress. Throughout the nation's history, challenges confronted the Brazilian people, requiring the development of effective methods of survival. With each conflict, the Brazilian people become progressively better in collaborating and developing solutions.

To a great degree, this is what forged their culture of collectivism and community. Even today, in an environment of modern industries, the latest technologies, advanced education, and increasing urbanization, widespread challenges exist, and they cause many to experience stress on a daily basis. But because Brazilians are accustomed to improving and surviving, people continue to flourish while preserving their health and beauty.

The most important strength of Brazilians in coping with stress involves their commitment to family. Similar to the benefits provided through emotional expression, having the ongoing social support of family and relatives meets critical needs when stress appears. Even after children become adults, they continue to stay close both physically and psychologically to their families. Most Brazilians continue to be a source of emotional and financial support for their children well into adulthood.

In countries such as the United States, the stress of being a caregiver for a parent or spouse is profound, resulting in marked increases in chronic diseases. But in Brazil, even as individuals routinely step in to

care for immediate and extended family members, perceived stress is minimal.

Imagine a younger like 17-21 years old boy or girl. In Brazil, with the support of his family, he or she feels completely secure, stable, and safe. Often, the feeling of stress develops when we no longer feel in control. This is particularly important for people living in individualistic societies. Because the individual is responsible for everything that happens, he or she must control everything in the environment.

It's no wonder stress is a problem for so many. But cultures like Brazil's, the emphasis is on the group, not the individual. The need to control everything is not the primary focus. Instead, responding to situations in a healthy manner takes precedent. Brazilians have learned over time that the support of families and friends provides the best response to stress because it reassures them everything will be alright.

When people feel more safe and secure, they become more comfortable in their environments. This prompts exploration, interaction, and openness. When people have adequate social support, they develop greater social competence and a sense of well-being. Ultimately, these things created communities of trust, sharing, cooperation, and collaboration.

In contrast, people lacking safety and security often perceive stress. If they also lack social support, the burden of that stress soon begins to place pressure upon them. If poorly handled by the individual,

secondary issues occur, which can include a host of physical and psychological problems as previously described. It's not hard to understand why Brazilians have one of the lowest rates of conflict-related stress in the world.

Brazilians have a common saying: "fique tranquilo", or "don't worry". Imagine you were trying to hail a taxi in Rio de Janeiro. Just as you run-up to the cab, it pulled away into traffic. In some cultures, it would be quite appropriate to curse, scream, or make an unfavorable gesture to the cabbie. But in Brazil, you are more likely to hear someone say, "fique tranquilo". Another taxi will be along shortly. In the meantime, relax, have a conversation with the person next to you, and enjoy the moment.

Effectively coping with stress involves managing our response to a situation. If we wish to be healthier, age slower, and enjoy life, we need not worry about the things we can't control. Stress is simply a perception. By understanding this and by reaching out to those who support us, we allow ourselves to feel more safe and secure. And this allows us not only greater peace but also greater youth and longevity. ■

* **Luciano Sztulman, MD** has dedicated his professional life of over thirty years to women's health and wellness. He is the author of the book "**Beauty Is Power: Dr. Luciano's Brazilian Beauty Secrets For Staying Young.**

CONTEMPORÂNEA

HIGH PERFORMANCE \$

COST BENEFIT \$

GOOD RETAIL PRICE \$

LIGHT SPECIAL FOR KIDS \$

A C SOM INDUSTRIA LTDA. - CONTEMPORÂNEA PERCUSSION
RUA ANA NERY, 1221 - SÃO PAULO - ZIP CODE: 01522-000 - BRAZIL
WWW.CONTEMPORANEAMUSICAL.COM.BR

THE MOST TRADITIONAL AND THE BIGGEST BRAZILIAN PERCUSSION COMPANY

HANDMADE PRODUCTS
MADE 100% WITH THE BRAZILIAN ENERGY

Music Promotion

WE CAN HELP YOU BOOST YOUR MUSIC THROUGH:

- ✓ You Tube ✓ Soundcloud

WE CAN HELP YOU WITH MEDIA EXPOSURE:

- ✓ College Radio Stations
- ✓ Music Sites and Blogs
- ✓ PR / Production and Distribution

WE CAN HELP YOU WITH YOUR MUSIC PROJECT:

- ✓ In Brazil ✓ In United States

More info: www.soulbrasil.com/music-promotion



Os Maiores Festivais de Música Eletrônica do Brasil e dos EUA

Por Laís Oliveira

Sem dúvida, os EUA se destaca como um dos maiores produtores de festivais de músicas do mundo. O famoso e frequentado por diversas celebridades anualmente, Coachella, na Califórnia; o South by Southwest, no Texas; o Sasquatch!, no estado de Washington; e o Bonnaroo, no Tennessee; são alguns dos mais importantes a nível mundial. Porém umas das tendências musicais que mais cresce, não só nos EUA, mas no Brasil e no mundo é a eletrônica ou EDM como muitos conhecem.

As opções, ambientes, estilos, e a vibração da multidão reservam algo especial para todos os gostos. Para os fãs de música eletrônica, diversificadas opções os aguardam, de celebrações de EDM em Las Vegas a festivais pela ensolarada Flórida. Confira alguns dos maiores eventos de música eletrônica dos EUA.

ELECTRIC DAISY CARNIVAL – Las Vegas. Ocorre no mês de maio e reúne uma estonteante variedade de atrações e jogos, artistas circenses e oito palcos de DJs, todos iluminados por pirotecnia, fogos de artifícios e tipos e mais tipos de cores de LED imagináveis. Criado originalmente em Los Angeles, o EDC é hoje um sucesso na Las Vegas Motor Speedway em maio – www.lasvegas.electricdaisycarnival.com

ELECTRIC ZOO – Nova York. Ocorre na primeira segunda-feira de setembro, no Labor Day. Celebrando todas as formas de música eletrônica, de breakbeat, passando

por trance até lixo britânico, seus quatro palcos principais acolhem alguns dos melhores e mais importantes DJs do mundo. Shows anteriores incluíram David Guetta, The Chemical Brothers, Cedric Gervais, Zedd e Armin van Buuren. Os setlists carregados são o que mantêm os clientes chegando, e eles deixam sua autoconsciência no continente: a dança é mais do que incentivada – www.electriczoo.com

ULTRA MUSIC FESTIVAL E WINTER MUSIC CONFERENCE – Miami. Ocorrem geralmente em março e são os mais importantes do estado da Flórida. Com duração de uma semana, o UMF é uma megafesta que atrai os maiores nomes da EDM. O festival já contou com as presenças de Afrojack, David Guetta, Avicii e Deep Dish. Nos vários palcos do pitoresco Bayfront Park (Parque Bayfront), DJs e músicos tocam ao vivo as canções favoritas da galera e novos lançamentos. O WMC é um dos maiores e mais antigos eventos anuais da indústria. Além de 400 eventos exclusivos e 1.900 DJs e artistas, o WMC proporciona aos profissionais desejosos de ingressar na indústria a oportunidade de absorver ideias por meio de seminários sobre promoções, performances e produções musicais – www.ultramusicfestival.com e www.wintermusicconference.com

CRSSD FESTIVAL – San Diego. Também geralmente rola em março. No Waterfront

Park, do outro lado da San Diego Bay (Baía de San Diego). Lá é possível dançar nas fontes borbulhantes do parque ao som de novos artistas e internacionais já consagrados, como Tchami, Bonobo, Charlotte De Witte, Empire of the Sun e Trippy Turtle. As apresentações acontecem nos diferentes ambientes de três palcos distintos: Oceanside, Palms e City Steps; por sua vez, a energia do sul da Califórnia, marcada por sua consciência com a saúde, é garantia de opções vegetarianas em termos de gastronomia. Super "cool"! www.crssdfest.com

MOVEMENT – Detroit. Ocorre no último final de semana de maio, durante o feriado do Memorial Day, no Hart Plaza, no centro de Detroit. O lugar é berço do som techno e recebe milhares de fãs de EDM e artistas talentosos de todo o mundo além de festas depois do evento (after-parties). Além de ser imperdível para os fãs de música eletrônica, há também uma interessante "Technology Area", que é uma oportunidade de testar na prática alguns dos mais modernos equipamentos e programas de software de música www.movement.us

No Brasil, a música eletrônica está se tornando cada vez mais aclamada e a tendência é que a cena cresça ainda mais com diversos festivais mundialmente conhecidos que estão prestes a desembarcar pelo país, entre eles o Tomorrowland e o Ultra Music Festival. Mas em se tratando de festivais que tiveram suas origens em



território brasileiro, há alguns que se destacam pela grandiosidade e número de visitantes anualmente.

UNIVERSO PARALELLO - Praia de Pratigi, Bahia. Maior festival de trance do Brasil no qual a proposta é ser um evento para praticar a mente aberta e o desapego: a Praia de Pratigi, onde ocorre, é distante das demais cidades e grande parte dos frequentadores acampa por ali mesmo. O festival conta com pistas de trance, techno e até algumas mais tranquilas, como samba e reggae. Além dos DJs, tem até um palco Paralello, com músicos brasileiros famosos (edições passadas incluíram Lenine e Gabriel O Pensador) - www.universoparalello.org/pt/bem-vindo

XXXPERIENCE FESTIVAL - Itu, São Paulo. 23 anos de resistência, pioneirismo, amor, liberdade, paz, respeito, união, tradição e tudo o que envolve a "mãe dos festivais brasileiros". O XXXperience é a céu aberto e existe desde 1996. Em 2019 celebrou (aconteceu no final de setembro) sua edição de número 150, um marco histórico para a música eletrônica nacional. Com cenografia inédita inspirada na cultura asiática, a atração contará com cinco palcos e mais de cinquenta atrações. Algumas atrações que já passaram por lá são: Breaking Beattz, Charlotte de Witte, D-Nox, Layton Giordani, Joy Corporation, Liu, SANTTI e outros diversos - www.xxxperience.com.br

KABALLAH FESTIVAL - Jurerê, Santa Catarina. Considerado um dos principais eventos do cenário eletrônico nacional, o Kaballah Festival é completo por palcos assinados pelos núcleos Tantša, com foco no techno experimental, e Michael Deep, de house e deep-house. Mais de 30 artistas se revezam nos quatro ambientes, somando cerca de 12 horas de música sem parar. Alguns

nomes que já passaram por lá: Ace Ventura, Aninha, Billy Kenny, Bruno Be, Captain Hook, Chemical Dogz (Chemical Surf + Dubdogz), Dashdot feat. Ashibah, Element e muito mais. - www.pt-br.facebook.com/Kaballah

TRIBALTECH - Curitiba, Paraná. Tradicional festival de cultura alternativa e de música eletrônica do Sul do Brasil, conta, geralmente, com mais de cinco palcos, dentre eles

TribalTech, TimeTech, SuperCool, Organic Beat, 3DTTRIP e 351, e uma pista secreta. No total são mais de 50 atrações musicais atraindo milhares de pessoas anualmente. Entre as atrações de peso que já passaram por lá estão Charlotte de Witte, Stephan Bodzin, Artbat, Marc Houle, Kolombo, Cassy, Gabe, Eli Iwasa, Rocksted, Murphy, BLANCAh, Fran Bortolossi, Barja, Ella Whatt e muito mais - www.tribaltech.com.br



DJ Armin Van Buuren



DJ Alok



Do We Plan Our Life Challenges Before Birth?

By Robert Schwartz

So often, when something "bad" happens to us, it appears to be purposeless suffering. But what if our most difficult experiences are actually rich with hidden purpose – purpose that we ourselves planned before we were born? Could it be that we choose our life's circumstances, relationships, and events?

In my research for my book *Courageous Souls: Do We Plan Our Life Challenges Before Birth?*, I found that the answer to this question is a definite yes. Working with four of the most gifted mediums and channels in the country, including one who is able to hear the conversations people had with their future parents, children, spouses, friends, and other loved ones, I've examined the pre-birth plans of dozens of individuals. These people planned such challenges as physical illness, having handicapped children, deafness, blindness, drug addiction, alcoholism, losing a loved one, and severe accidents.

Why do we plan to experience challenges? I found four primary reasons. First, challenges allow us to balance karma from past lives. For example, someone who was physically ill in a previous incarnation and the one who took care of that person may decide to switch roles. What makes this life blueprint so difficult is that once in body, neither soul will remember the plan.

Second, we plan challenges in order to heal. For example, Penelope, the deaf woman in the chapter on deafness and blindness, planned to be born completely deaf because in a past life she had heard the gunshots that killed her mother. In this lifetime, she sought to focus on self-healing and wanted to make sure that her healing would not be hindered by a similar trauma.

Third, we plan challenges to be of service to others. In the chapter on physical illness, I write about Jon, a homosexual man who planned to have AIDS so

that he could teach tolerance to humanity. Jon is not someone to be judged, but rather someone we may thank for having the raw courage to plan such a bold mission.

Lastly, life challenges allow us to know ourselves as love. By this I mean not simply that we are loving, although certainly that is true, but that we are quite literally made of the energy of love. In our nonphysical Home, we experience no contrast to ourselves and therefore cannot fully understand our nature as love. On Earth, in a realm of duality and stark contrast, we often encounter a lack of love. As we choose in the face of such experiences to give and receive love freely and unconditionally, we remember who we really are. ■

***Robert Schwartz is the author of *Courageous Souls: Do We Plan Our Life Challenges Before Birth?* To know more visit his website www.CourageousSouls.com. The book is also available on Amazon.**





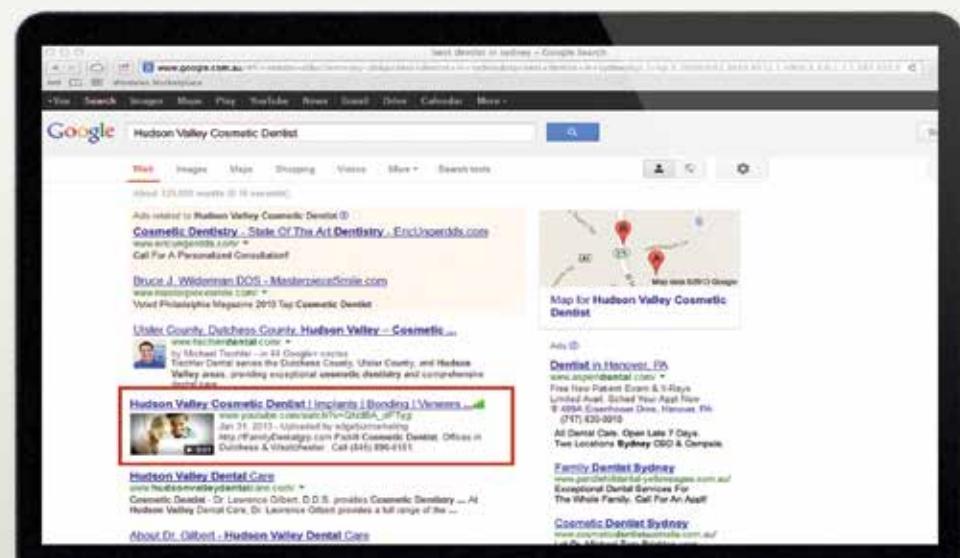
VIDEO PRODUCTION & MARKETING

Our Business is Promote Your Business



* Marketing * Multimedia * PR * Printing * Publishing

CAN YOUR CUSTOMERS FIND YOU ONLINE?



ORGANIC SEO.

Get your videos to the top of the search engines so prospective customers can find your business.

BRAND DEVELOPMENT.

Increase your brand awareness and develop a community of active customers with video.

SOCIAL MEDIA.

Increase customer engagement with video and turn your fans into a totally loyal customer base.

VIDEO MARKETING.

Custom solutions for video development, video marketing campaigns and local video search.

FALAMOS PORTUGUÊS

CALL US TODAY (805)245-5615

WWW.KISUCCESS.COM

HABLAMOS ESPANOL



6 Dicas Para Montar uma Playlist Perfeita



A música pode definir o momento, não importa a ocasião. Se você está tocando clássicos do jazz para dar ao seu jantar um ambiente sofisticado ou ouvindo as faixas de dance-pop mais recentes para motivação na esteira, a música é capaz de fornecer a trilha sonora para diferentes aspectos da vida das pessoas.

Atualmente as playlists são uma das melhores maneiras de organizar músicas, e não há limite para o número de playlists que você pode criar. É incrivelmente simples criar a lista de reprodução perfeita para atender às suas necessidades musicais. Aqui abaixo vão seis (6) dicas para te ajudar na hora de criar a sua playlist:

1) ADAPTE A PLAYLIST AO SEU PÚBLICO

Crie sua playlist baseada em para quem você vai tocá-la, como convidados em uma festa em casa ou churrasco em família, pode ajudá-lo a selecionar a vibração, a duração e o tema corretos. O objetivo deve ser sempre incluir músicas que a maioria de seus convidados irá gostar. Lembre-se de que se você estiver planejando tocar uma única playlist para certa ocasião, certifique-se de que ela seja longa o suficiente para durar até o final da festa. Uma boa dica é que ela tenha pelo menos 30-40 faixas.

2) TORNE A PLAYLIST ALGO PESSOAL

Diferentes gêneros e estilos de música estão disponíveis, suas músicas e playlists podem refletir quem você é e como se sente. Um serviço de streaming de música como o Spotify permite que os ouvintes criem playlists pessoais, além de ouvir playlists de conhecedores da musica, usando o aplicativo grátis.

Ao aproveitar esses recursos personalizados, certifique-se de identificar claramente suas listas com nomes diferenciados. Por exemplo, em vez de nomear uma lista "Summer 2020", escolha algo como "Favorite Poolside Beats 2020". Se precisar de ajuda, o serviço também pode ajudar a preencher a lista de reprodução em pelo menos 15 músicas, sugerindo faixas com base no título da sua playlist e nos seus gostos musicais. Crie sua própria playlist personalizada e encontre mais informações no Spotify.

3) SAIBA MISTURAR

Mantenha as pessoas interessadas com uma boa variedade de estilos musicais: lentos e rápidos, novos e clássicos. Não tenha medo de combinar gêneros ou décadas. Isso garante a você ouvintes de várias idades e origens. Em caso de dúvida, acrescente os clássicos do público e os sucessos mais ouvidos de hoje em dia.

4) ESTEJA SEMPRE RENOVANDO

Se você estiver criando uma playlist para a qual planeja voltar, como uma playlist de exercícios, lembre-se de atualizá-la sempre, para não ficar enjoativa. Alternar músicas de tempos em tempos pode tornar a experiência de audição mais agradável.

5) PROCURE COLABORADORES

Permitir que outras pessoas tenham acesso à sua playlist e criem suas próprias adições garante que os gostos musicais de todos sejam representados. Outra vantagem: é uma maneira divertida de descobrir novas músicas e artistas que seus amigos estão ouvindo.

6) ENCONTRE INSPIRAÇÕES

Se você está com pouco tempo ou apenas procurando novas ideias, confira outras playlists já existentes que um dia já foram selecionadas para alguma ocasião parecida. Por exemplo, no Spotify você pode encontrar opções como "Afternoon Acoustic" para relaxar ou "Songs to Sing in the Car" para uma longa viagem à praia com os amigos.

PARA FINALIZAR....

A música é ao mesmo tempo universal e pessoal, portanto, deixe suas playlists contarem uma história sobre você. Se você usar a lista para entreter, adicione um toque extra com faixas que atraiam um grupo mais amplo ou convidados específicos e, assim, você terá uma lista de reprodução vencedora para sua próxima festa. ■



GETTING MORE SALES WITHOUT SELLING YOUR SOUL!

We all need more sales and know we have to market our services or products, but we run into a few problems:

- * There doesn't seem to be enough time
- * We're not sure our marketing activities are very effective
- * It causes us stress for all the reasons above

**WE HAVE PUT TOGETHER A GREAT
4 PART E-COURSE THAT SHOWS
HOW TO**

Boost Your Marketing without
Boosting Your Stress



• Marketing • Publishing • Design • Printing

① TIME MANAGEMENT AND TIME BLOCKING –

becoming more efficient in all the activities you do in your business.

② BOOSTING YOUR MARKETING AND SALES WITH THE RIGHT ROUTINES AND HABITS –

imagine doing less work, but getting more sales.

③ FOCUSING ON WHAT REALLY MATTERS –

sometimes we get distracted in busy work. Here we will show you how to get focused on what works to grow your business without all the hard work.

④ TIPS AND TRICKS TO BOOST YOUR PRODUCTIVITY –

by now, we will help you get your productivity through the roof.

INCLUDING...

Printable 4 **Checklists** with a summary of what steps to take based on each of the instructional guides as well 4 **Worksheet** to help you stay on track while you work on growing your business.

1

Time Management & Time Blocking



KISUCCESS MARKETING

Boosting Your Marketing & Sales With the Right Routines and Habits



KISUCCESS MARKETING

2

3

Focusing on What Really Matters



KISUCCESS MARKETING

Tips and Tricks to Boost Your Marketing and Sales Productivity



KISUCCESS MARKETING

4

>>>

GET IT HERE: www.kisuccess.com



You're Off to Great Places! Today is Your Day!



Success Etc Inc

#poweryourself #life #family #job #business #artofliving #inspiration #soulbrasilmagazine

There are many definitions for the word "success", but there's one thing all the greats agree on: success only comes by persevering despite failure. We have set 25 quotes to inspire and make you succeed in the face of failures, setbacks, and barriers.

- 1) Try not to become a man of success but rather try to become a man of value – *Albert Einstein*
- 2) There is no elevator do success. You have to take the stairs – *Unknown*
- 3) Happiness is not something you postpone for the future; it is something you design for the present – *Unknown*
- 4) Discipline has within it the potential for creating future miracles – *Unknown*
- 5) You cannot change your decision overnight, but you can change your direction overnight – *Unknown*
- 6) Nobody ever wrote a plan to be broke, lazy or fat. Those things are what happen when you do not have a plan – *Larry Winget*
- 7) There is a powerful driving force inside every human being that, once unleashed, can make any vision, dream, or desire a reality –*Anthony Robbins*

- 8) Success usually comes to those who are too busy to be looking for it – *Henry David Thoreau*
- 9) Opportunities don't happen. You create them – *Chris Grosser*
- 10) Don't be afraid to give up the good to go for the great – *John D. Rockefeller*
- 11) Stop chasing the money and start chasing the passion – *Tony Hsieh*
- 12) All progress takes place outside the comfort zone – *Michael John Bobak*
- 13) Don't let the fear of losing be greater than the excitement of winning – *Robert Kiyosaki*
- 14) If you really look closely, most overnight successes took a long time – *Steve Jobs*
- 15) The way to get started is to quit talking and begin doing – *Walt Disney*
- 16) The successful warrior is the average man, with laser-like focus – *Bruce Lee*
- 17) There are no secrets to success. It is the result of preparation, hard work, and learning from failure – *Colin Powell*
- 18) If you really want to do something, you'll find a way. If you don't, you'll find an excuse – *Jim Rohn*
- 19) Success isn't just about what you accomplish in your life; it's about what you inspire others to do – *Unknown*
- 20) Fall seven times and stand up eight – *Japanese Proverb*
- 21) In order to succeed, we must first believe that we can – *Nikos Kazantzakis*
- 22) Many of life's failures are people who did not realize how close they were to success when they gave up – *Thomas Edison*
- 23) Don't be distracted by criticism. Remember: the only taste of success some people get is to take a bite out of you – *Zig Ziglar*
- 24) I never dreamed about success, I worked for it – *Estee Lauder*
- 25) There is a powerful driving force inside every human being that, once unleashed, can make any vision, dream, or desire a reality – *Anthony Robbins* ■





Ampla Variedade de Produtos Brasileiros!

- . Preços Imbatíveis e Ambiente Acolhedor
- . Frigorífico . Cerveja e Vinho
- . Padaria . Produtos Sul-Americanos

11742 Central Ave. Chino – CA 91710
(909) 628-8215



Latin American
Gourmet Grocery Store

Specialty Food & Catering
Two (2) Locations
For Better Serve You!

- * The Famous Empanada
- * Variety of Products
- * Fresh "Pao Frances"/French Rolls (Until 10am)
- * Meats including "Picanha" and "Carne Seca"
- * Full Deli and Star Sandwiches Like the Milanesa, Prosciutto Ham, Matambre and the Churrasco Steak.
- * All Favorites Desserts Like the Dulce de Leche Flan
- * Wine from South of the Border / Star Selection



www.continentalgourmetmarket.com

12921 South Prairie Ave.
Hawthorne, CA 90250
310-676-5444

25600 Narbonne Ave.
Lomita, CA 90717
310-530-3213



PRODUÇÃO DE VÍDEO
TRADUÇÕES

**NOSSO NEGÓCIO
É PROMOVER O SEU NEGÓCIO!**

PRODUÇÃO EDITORIAL

MARKETING ONLINE

ASSESSORIA DE IMPRENSA

GOOGLE

GUERRILLA MARKETING

FACEBOOK

MARKETING DE EVENTO

SOCIAL NETWORK

TWITTER

(805)245-5615

Ligue sem compromisso para mais informações

ou visite nosso website

www.kisuccess.com



Alimentação Orgânica: Mitos, Prós e Contras

Os alimentos orgânicos saíram das prateleiras de lojas seletivas para ficar disponíveis na maioria dos supermercados. O que transformou essa jornada? São os benefícios genuínos dos produtos orgânicos ou a política do supermercado para agradar aos mais variados públicos? Ou essa mudança surgiu da exigência dos consumidores?

Ou ainda, as pessoas, cada vez mais conscientes da saúde, em sua ânsia de encontrar uma alternativa mais saudável, supervalorizaram os benefícios dos alimentos orgânicos transformando este nicho do mercado? Neste artigo, vamos olhar o fenômeno de diferentes perspectivas.

O que é comida orgânica?

Para medir com precisão os méritos dos alimentos orgânicos, é importante entender o que a palavra "orgânico" significa. "Orgânico" é a palavra que é usada para descrever produtos que foram cultivados usando certas práticas agrícolas.

O padrão e as condições que devem ser cumpridas antes de comercializar um produto rotulado como orgânico são definidos por diferentes autoridades em todo o mundo. O Departamento de Agricultura dos EUA (USDA) tem um programa de certificação que exige que os produtos atendam a padrões rígidos antes que possam ser rotulados e comercializados como orgânicos.

Mas quais são os benefícios desses alimentos? A comida orgânica é melhor para a saúde?

Uma característica dos produtos orgânicos que é potencialmente importante para os consumidores é a proibição do uso de qualquer pesticida artificial. No entanto, o uso de pesticidas e fungicidas naturais é permitido (que?).

Algumas pessoas se revoltam quando se dão conta que a maçã "saudável" que comem frequentemente na verdade é quase um produto químico artificial que pode ser perigoso para a saúde. A partir dessa constatação, elas mudam de hábitos e passam a optar por maçãs orgânicas.

Agora surge a pergunta: a maçã orgânica está livre de resíduos de pesticidas? Além disso, os resíduos da maçã convencional são prejudiciais se estiverem abaixo dos limites máximos estabelecidos pelas autoridades reguladoras?

Mesmo que não seja, algumas pessoas ainda podem preferir o produto orgânico por causa do

equívoco de que algo "natural" é mais seguro. Isto não é necessariamente verdade, pois a ingestão de resíduos "naturais" de pesticidas também pode ter consequências negativas em nosso corpo.

Alguns dos pesticidas naturais também têm um impacto negativo maior sobre o meio ambiente do que sua versão artificial. Outro ponto que precisa ser levado em consideração é que um agricultor pode ter que usar vários pesticidas naturais diferentes para ter o mesmo efeito de um único pesticida artificial.

Diante desse fato, isso significa que a agricultura orgânica é uma farsa?

Não. A ideia básica por trás da agricultura orgânica é nova. No entanto, só porque um produto é rotulado como orgânico, não significa necessariamente que é melhor. Os benefícios dependerão do agricultor. Um fazendeiro pode ter tentado métodos alternativos eficazes para controlar pragas e o produto pode, na verdade, ser melhor em termos de resíduos prejudiciais.





O que os estudos mostraram?

Alguns estudos nos Estados Unidos demonstraram que os alimentos orgânicos, de fato, possuem menores resíduos de pesticidas. No entanto, os níveis de resíduos em produtos orgânicos e convencionais foram inferiores ao limite máximo permitido pelas autoridades. Contudo, os possíveis benefícios para a saúde ao se ingerir produtos com níveis ainda mais baixos de resíduos na produção orgânica são desconhecidos e não verificados.

E o perfil nutricional dos alimentos orgânicos?

Eles oferecem algum nutriente extra? Os estudos estão divididos sobre isso. Alguns mostraram que sim, outros não chegaram à mesma conclusão. No entanto, a diferença na maioria dos nutrientes em geral foi apenas ínfima. Portanto, mesmo se forem levemente mais nutritivos, o impacto positivo desses nutrientes presentes nos alimentos orgânicos será pequeno.

Outro equívoco que algumas pessoas cometem é pensar que os produtos orgânicos não contêm micróbios nocivos. Isso não é verdade. Os produtos cultivados organicamente têm a mesma porcentagem de contaminação que os produtos convencionais. De fato, alguns estudos mostraram que há um risco adicional de contaminação em produtos orgânicos. Portanto, não seja descuidado ao manusear produtos orgânicos. Use o mesmo cuidado que você usaria para o produto convencional.

OS PRÓS E CONTRAS SOBRE A ALIMENTAÇÃO ORGÂNICA

Os prós seriam:

- Muitos nutricionistas, um famoso, Ellie Krieger, da Food Network, recomendam produtos orgânicos.

- Muitas pessoas pertencem a cooperativas orgânicas especiais que são administradas por fazendeiros e empregam moradores locais ajudando a comunidade. Este tipo de negócio está se espalhando e ganhando popularidade.
- Cada vez mais, grandes supermercados estão começando a oferecer seções de produtos orgânicos em suas prateleiras.
- E, se você já mordeu alguma fruta ou legume não lavado/higienizado, já notou que o gosto amargo que vem à boca é diferente de quando o alimento é previamente lavado, ou seja, esses pesticidas fazem diferença no paladar.
- Muitos especialistas e consumidores estão convencidos de que o orgânico é simplesmente melhor para a saúde.

E os contras seriam:

- Considerando a questão por diferentes ângulos, a conclusão é que não há provas suficientes para afirmar com confiança que o orgânico é melhor que o comum.
- Também custa mais caro.
- Precisamos de melhores métodos de cultivo, mas a agricultura orgânica não é a solução ideal, e a agricultura convencional não é verdadeiramente tão ruim ou maléfica quanto é retratada.

Conclusão

Um método que tira o melhor dos dois mundos para maximizar o rendimento sem o uso de substâncias possivelmente perigosas, artificiais ou naturais, é o que é necessário para a população. No final das contas, o indivíduo deve escolher e seguir o que acredita ser certo para si e sua família. ■





Environmental Education and the True About Ecotourism

According to the World Tourism Organization, ecotourism is one of the business that have the most potential for development, and grows at the respectable rate of 7,5% a year, with an average of 600 million trips. Brazil's natural heritage has the qualities to qualify it as the great green attraction of the future. Over 60% of its territory is made up of virgin woodlands, fish filled rivers, and an unbeatable variety of fauna. The country has thousands of waterfalls, over a thousand caves, the biggest and last rainforest on earth, and the world's largest flood prone plain.

Ecotourism is the practice of leisure tourism, sporting or educational, in natural areas that uses sustainable way, the total natural, the "green thinking" and cultural patrimonies. Motivates its conservation (or preservation), promotes a conscious living experience and open the opportunity for guarantees the well-being of the involved populations. It is a travel business alternative and a lucrative activity capable of substituting agriculture and wood exploration, as the revenue will come with lodging, feeding, services and entrance to natural attractions. When a local community acquires conscience that tourism increases the level of employment and quality of life, it starts to preserve nature. The local economic activity increase is the best from to preserve nature in a short time.

In consequence, the places where ecotourism was well implanted, we can observe a decrease of the rhythm of nature aggression. In some cases, a part of the wild life has been recovered. Ecotourism are groups of different preferences such as esoteric, environmentalist, sports fun, observes and others. They look for integration with nature to break

limits, to live experiences and to enjoy themselves separately or in groups.

Even so, not all activity in nature can be considered ecologic tour. As example, the canoeing activity in Rivers should be eco-tourism if it motivates the local community to fight against pollution of the rivers and to converse nature. But, canoeing championships that agglomerate people in the margins of the rivers and on vegetation cannot be called ecotourism.

We will only know that a company or a tourism guide is in the "Real" when we observe the way in which they act and the manner in which their customers behave during the tourist activity. The eco Tour Business development must be conscious because it is in risk in local communities. The lack of information and correct orientation can bring consequences of the enterprise failure involved in

environmental preservation and the removal of the beginning ecotourism that could still collaborate for preservation.

When referring ecotourism agencies, we are collaborating for the preservation and the conservation of nature. Below you will find some tip that can make the difference.

THE "REAL" ECOTOURISM COMPANY:

- Works with small group
- Hires Local labor
- Promotes environmental education *Prohibits its customers from littering
- Guides their customers so they do not pull up plants;
- Prohibits its customers from killing or harming animals;
- Uses only authorizes trails opened for walks.



Portuguese Lessons

Having fun learning the language
and culture of Brazil

COASTAL SAGE

School of Botanical & cultural studies.

3685 Voltaire St. | San Diego
(619) 223-5229

Falamos Português.

El Mambi Super Market

"Visite-nos e veja o que você pode economizar!"



* Produtos Brasileiros

* Produtos Latinos e Espanhóis



* Vinhos Finos, Cerveja e Mais

* Moderna Frigorífico com Cortes a seu Gosto

* 8am-8pm de Segunda a Sábado

* 9am-6pm nos Domingos

328 E. Chavy Chase Dr

Glendale, CA 91205

(818)246-6016

 Our Customers Knows What We Offer...
And Recommend Us!



**ALEX MEAT MARKET**
CARNICERIA ARGENTINA

Diversos Produtos Brasileiros
e Latino Americanos

Frigorífico, Padaria e Mercado

Preços Super Competitivos!!!

 11740 Victory Blvd. N.Hollywood, CA
(818)762-9977 - (818)506-9772 



If Travel is your Passion... Brazil is your Destiny!

If Business is your Priority for Now... Brazil Should Be in your Planning!



GO TRAVEL PLEASE

Phone/Whatapp (323)428-1963

Travel to Brazil with Us!

Personal Travel & Tour Services by Magali Da Silva

www.soulbrasil.com/travel



7 Maneiras de Construir Relacionamentos Duradouros com Clientes

Por Lindenberg Junior

A maneira como um vendedor, empresa ou prestador de serviço e um cliente trabalham juntos e se comunicam pode criar relacionamentos duradouros e significativos que transformam esses clientes em fãs. Você pode efetivamente construir esse tipo de relação usando técnicas de marketing emocional. Confira nossas dicas de como estreitar e fidelizar a relação com um cliente.

1) MOSTRE A ELES QUE VOCÊ OS CONHECE

Quanto mais pesquisas você fizer sobre as necessidades e desejos do seu público-alvo, mais ele poderá dizer que está interessado em seus produtos ou serviços. Quando você mostra interesse neles, isso os torna interessados em seus negócios e em você. Quando você descobrir algo sobre seu público, informe-o por meio de seu conteúdo e ações.

2) TRATE-OS BEM

Muitas vezes, os empresários têm vendas e eventos feitos especialmente para conquistar novos clientes. Mas quanto aos clientes que você já tem? Mantê-los é muito mais importante do que conseguir novos e também dá menos trabalho. Então faça algo especial para sua base de clientes ou fãs que mostre que você se importa com eles. Dê a eles um desconto, um brinde especial ou qualquer outra coisa que os prenda de uma maneira efetiva.

3) SEJA TRANSPARENTE E HONESTO

Uma maneira de se apaixonar do seu público é sempre ser transparente e honesto. Se você cometer um erro, aceite-o e siga em frente. Se você mudar sua opinião sobre algo, não há problema em admitir. Faça isso e você irá agradar o seu público e ainda irá parecer muito mais confiável para eles.

4) COLOQUE AS PESSOAS ANTES DOS NÚMEROS

Quando você pratica ações que ajudam a promover seus negócios é importante manter sua moral e lembrar que as pessoas são mais importantes que números. Se você colocar as pessoas em primeiro lugar nos seus negócios, incluindo você mesmo, descobrirá que naturalmente melhora seus resultados. Quanto mais as pessoas confiam em você, mais elas negociam com você.

5) SEJA DIVERTIDO

Ninguém quer sentir como se estivesse se comunicando com um robô ou alguém que não é real. Seja engraçado e divertido nos momentos certos para que possa mostrar sua humanidade. Sua humanidade brilhará quando você adicionar um pouco de humor e diversão a postagens, emails e até páginas de vendas.

6) SEJA RESPONSIVO

Seus clientes querem ter uma resposta quando

tiverem um problema e esperam que ela seja rápida. Forneça várias maneiras diferentes para seu público entrar em contato com você. Explique ao seu público-alvo, em cada método, quanto tempo eles podem esperar por uma resposta. Em seguida, cumpra o que prometeu e preste um bom atendimento.

7) INTERAJA COM SEU PÚBLICO

Encontre maneiras de se envolver com seu público. Peça conselhos ou ideias sobre o novo produto ou serviço que você irá lançar. Eles podem ajudar a nomear, definir, e até quanto você deve cobrar por ele. Seu público também pode ser sua melhor fonte de marketing boca à boca.

Por último, é importante lembrar que, quando você cria um vínculo com o consumidor, ele permanece com você por anos - mesmo com aumentos de preços, testes, tribulações e muito mais. Você não pode errar ao construir bom relacionamento. ■





No Radar!

Acontece na Califórnia: Nova Série de Vídeos da Soul Brasil

Amanda Peter deu início ao projeto apresentando o episódio 1 no dia 12 de setembro



Por Laís Oliveira

Já está no ar o mais novo projeto da Soul Brasil, o "No Radar!" Com a nova série inaugurada na quinta-feira dia 12 de setembro, você pode conferir vários eventos legais que estão acontecendo na Califórnia durante o fim e começo da semana. .

Fique ligado! Toda quinta você pode encontrar um novo episodio em nossa página do facebook e instagram, em nosso canal do youtube e também em nosso site oficial www.soulbrasil.com. Além de dicas de eventos brasileiros você encontrará eventos não-brasileiros gratuitos, como festivais e eventos em geral sem restrição de idade e para toda a família.

As dicas vão de palestras e exposições a shows de música, dança e festivais, e foca mais no Sul da Califórnia entre Santa Barbara e San Diego com opções para todos os gostos e perfis de pessoa.

São três apresentadoras que se revezam semanalmente. No caso, Amanda Peter, Mariana Alencar e Sabrina Machado que mostram um pouco do melhor que a Califórnia tem a oferecer. Nossa foco é te dar opções de lazer em vídeos curtos e rápidos os quais você ainda pode compartilhar com quem gosta e repassar as dicas.

Para uma lista mais completa com horários, datas e links para tickets e muito mais, visite sempre o nosso calendário oficial de eventos nessa página: www.soulbrasil.com/calendar

Sabrina Machado apresentou o episódio 3 e fará o revezamento a cada três episódios.



WE CAN HELP YOU



Search Engine Optimization

We will optimise your site so that it will be discovered by the search engines and drive new customers to your site.

FALAMOS PORTUGUÊS



Social Media Marketing

Your customers all use Facebook, Twitter and Google+. You should too. We will do it all for you and give your business credibility and attract new, targeted customers.

HABLAMOS ESPANOL



Video Optimization

The search engines love videos and so do your customers. It is one of the most effective ways to attract new clients..



Local Search Optimization

Get a distinct advantage over your competitors by being listed and found in all of the local maps in the search engines



Video Production

We specialize in small businesses, in addition to realtors, lawyers and artists. We produce with quality and professionalism, within a budget of a few 100's and not 1000's.



Visit our Website and
Check Out our Services and Products

www.kisuccess.com