

Saiba como ter uma casa harmônica e confortável

Segundo especialista, se conectar com a casa e/ou o ambiente de trabalho é crucial para que seja encontrado aquilo que precisa de transformação, que incomoda seus habitantes

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Ambientes poluídos, desorganizados, mal cuidados ou com iluminação inadequada podem provocar uma série de transtornos. No entanto, estes, na maioria das vezes, são imperceptíveis. Mas, a longo prazo, desenvolvem ansiedade, falta de foco, irritabilidade e confusão mental. Segundo a designer de interiores Hamanda Siqueira, é como um gatilho cerebral. "Muitas vezes, se não estivermos bem em algum aspecto, mental ou físico, e ainda vivermos num ambiente desfavorável, tudo começa a vir à tona", comentou ela. "É uma troca na verdade. Nossa casa, por exemplo, é nosso refúgio, passamos mu-



Casa. Projeto da Studio BeOk!, de autoria do arquiteto Leandro Moraes

to tempo de nossas vidas ali. E, assim como nosso ambiente de trabalho, é um local onde devemos estarmos bem, revigorar nossas energias. Se nos encontramos em um ambiente que não favorece nosso bem estar, muito provavelmente nosso emocional também estará prejudicado", continuou. Ou seja, se nossa casa está



Fotos: Hamanda Siqueira/Divulgação

bem cuidada, se transmite boas energias, naturalmente também nos sentiremos bem e teremos mais tempo para cuidar da saúde mental e física, além de termos mais momentos de lazer.

MUDANÇA DE ARES.

Mas afinal, como tornar a casa um ambiente agradável?

Segundo a especialista, a primeira coisa é observar, olhar para a casa e/ou ambiente de trabalho e sentir, se conectar com aquele ambiente e perceber o que incomoda.

"Algumas vezes, soluções simples como um vaso de flores, um folhagem, uma mudança na disposição do layout de mobiliários ou iluminação são suficientes para trazer mais conforto e bem estar, mudando completamente a disposição física e emocional de todos", ressaltou Hamanda.

"Acústica, temperatura, ventilação são fatores que, se pensados e bem trabalhados, contribuem diretamente para o bem estar. O ideal é trabalhar o todo e, após um entendimento detalhado do perfil dos habitantes, contribuir com técnicas que podem abranger desde um revestimento de paredes até um difusor que trarão maior fluidez e revitalização de todo o entorno", completou. ■

4
Imóveis

São José dos Campos

Alugam-se

Apartamentos

MONTE CASTELO - 02 dorms, suíte, sala c/ sacada., 2 vagas Lazer compl, próx. a Havan - R\$ 900,00 +cond. ☎(12) 3302-0024/ 97600-4867 CRECI 47.122

ALUGO LINDO APTO! 3 dorms, ste, sala c/ sancada, coz. planej. wc blindex, repleto arms. Lazer comp, 1vg. Mte Castelo. R\$ 1.000 +480 Cond. / Part. 11 94063.9181

Imóveis Comerciais

ADHEMAR DE BARROS, casa 200 m² AC/9 salas, 10 vgs estaciona mento. ☎(12) 3302-0024/(12) 97600-4867CRECI 47.122

Vendem-se

Apartamentos

A 5 MIN. DO CENTRO R\$ 210Mil, ao lado da coop Rui Barbosa 5 min. do centro 2 dor. arm embs. piso frio, sla, coz, quadra, play 48m² Ac. fgts ☎98257-9000

AO LADO POLIEDRO 2 dor -m/2gars Lindo apto mobiliado, sala, coz.plan, 2 dorms, andar alto, elevador, 02 gars perto Poliedro, Anglo e Shopping.R\$269mil Qtodo ☎(12) 99133-0747

ENTRAR E MORAR! Próx. Pq. Cidade 02 dorms/ste - Planej 2 gars Belo apto sla 02 ambs, sac, coz planej a-meric, 02 dorms/01ste, arms embs, andar alto, 02 gars cobertas, lazer c/ piscina, 67m² \$310mil☎99133-074

URGENTE MOTIVO saúde V. Ema 263m² Espe tacular apto 04 dors/02 sts, rico em armarios embutidos de 1ª linha, escrit, sala 05 ambientes, lareira, sacada 180º d vi são.\$950mil(12)99133-0747

VENDE-SE APTO - 3 dorms, próx. Rod. Nova SJC. R\$ 49.000,00 transf. de dívida, aceita veiculo. Tel: 11 97272.9581/ 11 96179.1824

VILA EMA 4 DORMS/02 STES 190m² sla 04 ambs, rico em arms. embs, 02 gars,hobby-box, piscina, churrasq, qdra, lindo apto.R \$720mil ☎(12)98257-9000

Casas

VENDO CASA JD. DAS INDÚSTRIAS Gemina-da, sobrado, 3 dorms, suíte, garagem p/ 2 carros, ar cond. nos quartos, armários embutidos em 2 quartos e na cozinha, piso ex-terno trocado agora, nada a fazer, na Rua Heitor de Andrade R\$ 405.000,00 dir. proprietário, aceite carros até R\$ 200 mil / F: 019 99664-1427 (zap) Não aceite corretor!

VENDO CASA no Bos- que dos Eucaliptos. Próximo a Avenida Salinas, perto de supermercados, farmácias e fácil acesso ao centro. São 3 dormitórios, área de serviço no andar inferior, quintal grande, garagem grande, lote inteiro. De R\$ 320.000 por R\$ 297.000. Tel: 12 98165-7337 Kleber

COND.AQUARIUS-4 sts-600m²- baixe o valor p/ vender Capa d revista 4 sts,proj Fischer,mármore importado, pisc.,sauna e churrasq R\$ consulte-me(12)99133-0747

URBANOVA Alto Padrão, living ampliado, 3 suítes, 1 master. 300 m²/5 vgs, pisci na.R\$ 1.100.000,00 ou aluga R\$ 4.500,00.(12) 3302-0024/ ☎(12) 97600-4867 CRECI 47.122

VENDE-SE JD. PAULISTA (próx a creche e escola) 3 dorm. sala, coz.,garagem c/ portão autm/+ edícula de 4 comod. próx. ponto de ôni bus R\$255 Mil 98841-1607.

Chácaras, sítios e Fazendas

CHÁCARA PARAIBUNA 2.000m², casa, pomar, boa topografia, próx. asfalto, escritura, ocasião ☎(12) 99799-6210. fotos acesse parahybanaimoveis.com.br,

FAZENDINHA 35ha, casa sede, casa colono, lagos, pastagem, margem asfalto, bom local, ocasião ☎(12) 99799-6210.

Imóveis Comerciais

JD.AUGUSTA SOBR. Coml 320m² Excel. p/ locação, sobrado coml, p/ confecção, escola, laboratório, igre ja etc. R\$750MIL Ac. 70% em imóveis.(12)98257-9000

Terrenos

COND. ESPELHO D'AGUA Vendo abaixo do vir, 1.100 m², Lindo otima topografia e localização. Agua, luz e tele fone subterrâneo. Ruas em granito rosa R\$145Mil qtido. ☎(12)98257-900

CONDOMINIO RECANTO SANTA BARBARA- Rodovia dos Tamoios,km 22,5. Terreno:1270m² de esquina, Ótima topografia.Exc.Valor. R\$ 200mil.(12)99127-0060.

ESTORIL 450 m² R\$450 Mil/ Espelho D'Agua 1396m² R\$ 180Mil, Colinas Paraiba 1097m² R\$ 230 Mil/Tbté Jd. do lago 363m² R\$ 170 Mil ☎(12) 99712-6643 Whats

RESID. SANTA PAULA 273,64 M²- ultimo lote financto.dir.c/constr.,entr. R\$ 14.010,37 saldo em até 180 meses(12)99642-0505/ 9912 27151/ 3931-0924 cr.64963.

SANTA JULIA - Excelente lote de 345,50m² p/ apenas R\$ 400,00 o m². Pequena en trada e o restante até 180x. 3931-0924/ (12)99122-7151 99642-0505 Cr.64963.

TERRENO - RESERVA ESPECIAL Bosque dos Eucaliptos, área de 312,5 m², excelente local , plano, murado , R\$ 450mil (12) 99127-0060 Creci: 11.601

VILA IRACEMA (Putim) R: Itambacuri, 1000m² (20x 50) doc. ok plano ótimo p/ prédio, galpão, igreja, R\$ 400 Mil(tenho outros na região) (12) 99703-6979 Zap

Jacareí

Vendem-se

Casas

Vendem-se

Casas

Vendem-se

Apartamentos

CASA -V.Branca Jacareí,3D, 1st,3wc,banh.,Jacusi,8 jatos, arms.emb., disp.,à.gourmet completo,pisc.,gar.cob.2car. Doc ok,localiz. privilegiada, R\$427.000,ac.proposta. (12) 988170742 /(12)982386947.

Alugo Ponto Comercial



Estrada de Monteiro Lobato, nº 6.841- na beira da pista, Bairro Costinha

Áreas c/ 160m² - 320m² - 640m² - 1.000m². Valor do m² - R\$ 5,00.

Tel: (12) 99156.7501

Litoral

Alugam-se

Casas

Vendem-se

Casas

Vendem-se

Apartamentos

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Alugam-se

Chácaras, sítios e Fazendas

JAMBEIRO 60MIL M² - Sede mobiliada, infra estrut p/ haras, 5 baias, pátio, dep. de feno, exc. p/ pousada, muita água,px Rod. Tamoios R\$ 900mil (12) 99127-0060

Vendem-se

Casas

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

Vendem-se

VENDE-SE SÍTIOS
De 30.000 m na Estância Primavera, bairro do Cedro - Cunha/SP
Estamos a 30 km de Guaratinguetá e 15 km de Cunha
Financiado pelo proprietário
12 3119.6196