

## Parque Estadual da Cantareira realiza 25ª Caminhada Noturna neste sábado (22)

O Parque Estadual da Cantareira realiza neste sábado (22), a 25ª edição da Caminhada Noturna, atividade que combina lazer, ecoturismo e educação ambiental. A caminhada começa às 17h45 e as trilhas não contam com iluminação artificial, com o objetivo de proporcionar uma aventura com total interação com a natureza.

O percurso da trilha da Pedra Grande totaliza sete quilômetros entre ida e volta, com nível de dificuldade moderado, guiado por biólogos do espaço. Durante a caminhada, os participantes têm a oportunidade de aprender sobre a biodiversidade local, incluindo a fauna e flora que formam o Parque da Cantareira. Ao chegar à Pedra Grande, a 1.010 metros de altitude, o visitante encontra uma vista panorâmica da



Foto: Divulgação

Caminhada Noturna até a Pedra Grande proporciona vista única da cidade de São Paulo

cidade de São Paulo. Para garantir que a aventura seja segura e agradável, a Urbia recomenda que os participantes utilizem roupas apropriadas ao clima, levem água suficiente para se manterem hidratados, usem calçados fechados e adequados para trilhas, utilizem protetor solar, mesmo em dias nublados e protejam a cabeça e o rosto com bonés ou chapéus.

### Serviço:

#### Caminhada Noturna

Data: 22 de fevereiro  
Horário: a partir das 17h45  
Local: ponto de encontro Centro de Visitantes do Parque Horto Florestal  
Endereço: Rua do Horto, 931 - Horto Florestal  
Valor: a partir de R\$ 75  
Ingressos: UrbiaPass

## Restaurante combina gastronomia e parque de diversões

Uma novidade na Zona Norte reúne gastronomia e diversão. Trata-se do recém-inaugurado Afrika Park & Restaurant, no Trimais Shopping, no Tucuruvi. Em sua área de 700 m², combina um restaurante e um parque de diversões, que tem como tema o continente e seus animais.

O cardápio inclui uma ampla variedade de hambúrgueres que combinam sabor e qualidade. O Trimais Places fica na Av. Nova Cantareira, 2.200, Tucuruvi e o restaurante fica no Piso 1. O shopping fica aberto de segunda a sábado das 10 às 22 horas aos domingos e feriados das 14 às 20 horas.



Foto: Divulgação

Restaurante temático reúne gastronomia e diversão na Zona Norte



## Guloseimas para Você



Quem não gosta de pudim? Receita queridinha dos paulistanos o pudim de leite é uma ótima opção para a sobremesa aos domingos. Anota aí!

### Pudim de Leite Condensado

**Ingredientes:** 1 lata de leite condensado, 1 lata de leite (use a lata de leite condensado como medida), 3 ovos, 1 xícara de açúcar (para a calda), ½ xícara de água.

#### Modo de preparo:

**Prepare a calda:** Em uma panela, derreta o açúcar em fogo baixo até formar um caramelo dourado. Adicione a água cuidadosamente e misture até dissolver o caramelo. Despeje em uma forma de pudim.



Foto: Divulgação/ Freepik

**Prepare o pudim:** No liquidificador, bata o leite condensado, o leite e os ovos por 3 minutos. Despeje a mistura na forma caramelizada e cubra com papel-alumínio. Asse em banho-maria no forno preaquecido a 180°C por cerca de 1 hora e 30 minutos ou até firmar. Espere esfriar,

leve à geladeira por pelo menos 4 horas e desenforme antes de servir.

**Rendimento:** 12 pessoas.

\*Quer sua receita publicada neste espaço? Mande sua guloseimas com foto para [pauta@gazetazn.com.br](mailto:pauta@gazetazn.com.br).

# HORÓSCOPO

Por Naiá Giannocaró



Naiá Giannocaró  
Terapeuta Integrativa/Consteladora  
Atendimentos e Cursos  
Instagram: @naia.terapeuta  
WhatsApp: 011 96515-0414

De 21/2  
a 27/2



**Áries - 21 de março a 20 de abril**

Concentre-se em novos projetos pessoais.



**Touro - 21 de abril a 20 de maio**

Cuide da saúde mental e emocional.



**Gêmeos - 21 de maio a 20 de junho**

Oportunidades para expandir contatos.



**Câncer - 21 de junho a 20 de julho**

Organize sua vida pessoal e profissional.



**Leão - 21 de julho a 22 de agosto**

Foque na criatividade e diversão.



**Virgem - 23 de agosto a 22 de setembro**

Melhore sua organização e eficiência.



**Libra - 23 de setembro a 22 de outubro**

Relacionamentos e harmonia social em alta.



**Escorpião - 23 de outubro a 21 de novembro**

Foco em finanças e metas de longo prazo.



**Sagitário - 22 de novembro a 21 de dezembro**

Busque aprendizado e novas ideias.



**Capricórnio - 22 de dezembro a 21 de janeiro**

Refleta sobre a vida e seus objetivos.



**Aquário - 22 de janeiro a 19 de fevereiro**

Oportunidades no trabalho e mudanças.



**Peixes - 20 de fevereiro a 20 de março**

Conecte-se com sua espiritualidade e saúde.

## A Quaresma

É um período de 40 dias no calendário cristão, que começa na Quarta-feira de Cinzas e vai até a Páscoa. É um tempo de reflexão, penitência, oração e jejum, em preparação para a celebração da ressurreição de Jesus Cristo.

Simboliza os 40 dias que Jesus passou no deserto, jejuando e enfrentando tentações. Durante esse período, os cristãos buscam fortalecer sua fé e melhorar sua espiritualidade.

*Tenham uma abençoada semana!*



## COLECIONADOR

Um app para quem coleciona QUALQUER COISA!

Informações



Loja Google



Loja Apple



Saiba mais em

<https://pratic.com.br/colecionador>