

9 a 11 de Janeiro de 2015

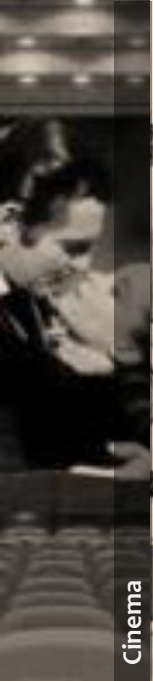
# Sugestões Mind Source para o fim-de-semana

Mind Source Life

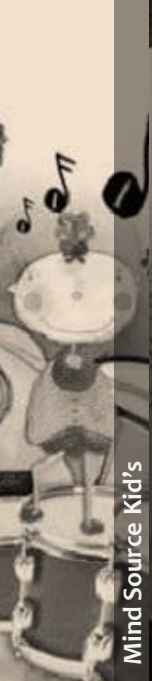




Música & Espectáculos



Cinema



Mind Source Kid's



Leitura



Shopping



Restaurantes



Escapadelas



Meteorologia



9 Janeiro

---

## ULRICH MITZLAFF + CARLOS SANTOS

---

Calçada de Dom Gastão, n° 12  
1900-194 Xabregas Lisboa

**Carlos Santos** e **Ulrich Mitzlaff** iniciam a sua colaboração musical no final dos anos 90, com o foco no conceito de música eletroacústica em contexto de improvisação. Carlos Santos toca eletrónica digital com metodologias expandidas. Ulrich Mitzlaff trabalha o seu instrumento acústico como uma fonte sonora global. O que aproxima os dois músicos é a expressividade da improvisação livre dentro de um contexto de técnicas eletroacústicas, no sentido da múltipla interação musical e do espaço acústico envolvente.

---

**ENTRADA** 5€

**LOCAL** EKA [palace]

**HORÁRIO** Sexta 22:00



Música & Espectáculos

Cinema

Mind Source Kid's

Leitura

Shopping

Restaurantes

Escapadelas

Meteorologia



# ADEUS À LINGUAGEM

Jean-Luc Godard



COM HÉLOÏSE GODET KAMEL ABDELLI RICHARD CHEVALLIER ZOÉ BRUNEAU JESSICA ERICKSON e CHRISTIAN GREGORI  
COM A PARTICIPAÇÃO DE CANAL+ e DO CENTRE NATIONAL DU CINÉMA ET DE L'IMAGE ANIMÉE  
FABRICE ARAGNO JEAN-PAUL BATTAGLIA



Estreia da Semana

## ADEUS À LINGUAGEM



Realizado por Jean-Luc Godard, com a participação  
de Héloïse Godet, Kamel Abdeli, Richard Chevallier.

"A ideia é simples: uma mulher casada e um homem solteiro encontram-se. Amam-se, discutem, separam-se. Um cão erra entre a cidade e o campo. As estações passam. O homem e a mulher encontram-se outra vez. O cão entre eles. O outro é um. Um é o outro. São três..." É com estas palavras que Jean-Luc Godard descreve "Adeus à Linguagem", um trabalho que consiste, acima de tudo, numa experiência visual.

Um filme dramático, sobre uma relação amorosa e os seus ciclos de encontros, paixões e conflitos, sob a forma de uma narrativa visual intrigante e experimental. Para a construir, Godard recorreu pela primeira vez à tecnologia 3D numa longa-metragem.

**TRAILER** [www.cinecartaz.publico.pt/Trailer/339916\\_adeus-a-linguagem](http://www.cinecartaz.publico.pt/Trailer/339916_adeus-a-linguagem)

WINDS OF SOURCE



Música & Espectáculos




Cinema



Mind Source Kid's




Leitura



Shopping



Restaurantes

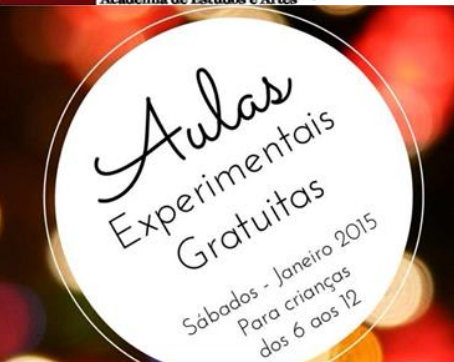


Escapadelas



Meteorologia





Para se inscrever, basta fazer "like" no perfil de Facebook da inStudy e enviar mensagem privada a informar qual a aula pretendida e contacto de email.

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| Aula Kids Yoga ou Yoga Pais&Filhos<br>10.Jan.15<br>11h15 - 12h15 | Aula Música Júnior<br>17.Jan.15<br>11h15 | Aula Costura Criativa<br>24.Jan.15<br>11h15 | Aula Espanhol Básico<br>31.Jan.15<br>11h15 |
|--|--|---|--|

Todos os Sábados de Janeiro

## AULAS EXPERIMENTAIS GRATUITAS NO INSTUDY

Praça projectada à Av. das Forças Armadas  
Edifício Epul – n.º 2, 1600-316 –Entrecampos . Lisboa

Durante o mês de Janeiro, todos os Sábados às 11h15 haverá na inStudy aulas gratuitas de diversas atividades para crianças dos 6 aos 12 anos.

Programa:

**Dia 10 de Janeiro** - Aula de Kids Yoga seguida de Yoga Pais&Filhos

**Dia 17 de Janeiro** - Aula de Música/Viola

**Dia 24 de Janeiro** - Aula de Costura Criativa

**Dia 31 de Janeiro** - Aula de Espanhol Básico

**INSCRIÇÕES** [geral@instudy.pt](mailto:geral@instudy.pt) ou mensagem privada [www.facebook.com/instudy LISBOA](https://www.facebook.com/instudy LISBOA)

**IDADE** 6-12 anos


**ENTRADA** Gratuita



Música & Espectáculos




Cinema



Mind Source Kid's




Leitura




Shopping



Restaurantes



Escapadelas



Meteorologia





# CHARLIE HEBDO

**LA REPRISE TRANQUILLE**

Préface de Bernard Maris

LES ÉCHAPPÉS

Les Echappes

## CHARLIE HEBDO LA REPRISE TRANQUILLE

Colectivo de Autores



A recuperação estaria lá, somos informados. Talvez, mas mais! De um ponto de vista económico, isso é um eufemismo, mas questiona guerras, nacionalismo e do fanatismo, a recuperação está realmente lá. Fora do país, o FIFA World Cup Rio Janeiro só desviou a atenção do conflito no Oriente Médio, os confrontos na Ucrânia, Iraque e acidentes de avião em série. Na França, após a municipal e terrível para a esquerda europeia, uma remodelação governamental vê a transformação do top cop da República Primeiro-Ministro. E mutação de Marine Le Pen na presidencial. A recuperação, você disse!

**PVP 26,59€** (Preço Wook.pt)

WINDSOURCES



Música & Espectáculos

Cinema

Mind Source Kid's

Leitura

Shopping

Restaurantes

Escapadelas

Meteorologia



## Handmade Wood Cases

# MOOP WOOD



**Estrada Nacional 116, Casal Mourão, Mafra . 2640-438 Mafra**

A Moop Wood nasceu em 2013, numa pequena oficina em Mafra. Tendo como base o forte desejo de trazer de volta a minúcia, o detalhe e, acima de tudo, a qualidade do trabalho do artesão, na Moop Wood procuramos tirar partido das ancestrais técnicas de marcenaria para dar resposta às novas exigências do design contemporâneo. Acreditamos na mão enquanto ferramenta precisa e delicada, que assegura a perfeição e confere a cada objeto uma personalidade, uma alma própria. Cada um é diferente no toque, no padrão, na textura, no cheiro e na temperatura. **Capas de madeira para Tablets e Apple Macbooks de fabrico 100% artesanal.**

**ENCOMENDAS** MOOP.WOOD@GMAIL.COM

+ INFO [www.facebook.com/pages/Moop-Wood-Handmade-Wood-Cases/736128499804473?sk=timeline](https://www.facebook.com/pages/Moop-Wood-Handmade-Wood-Cases/736128499804473?sk=timeline)



Música & Espectáculos

Cinema

Mind Source Kid's

Leitura

Shopping

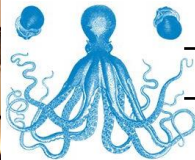
Restaurantes

Escapadelas

Meteorologia



antesrestaurantesrestaurantesrestaurantesrestaurantesrestaurantesrestaurantes



Bar & Restaurante de tapas

## A CEVICHERIA



Rua D. Pedro V, 129 Lisboa

É o último projecto de Kiko Martins, o chef do Talho em Lisboa. Espaço pequeno mas muito bem decorado, dedicado à cozinha peruana, com destaque para as ceviches e os quinotos (risottos de quinoa). O talento do chefe Kiko não só está bem visível na qualidade apresentada na comida como também no trabalho de equipa que faz com os seus colaboradores! O Ceviche de atum é de chorar por mais, nas sobremesas a "quinoa, goiabada e goiaba" é de nos levar ao céu!

**RESERVAS** 21 803 88 15

**HORÁRIO** Seg a Sáb 17h00 - 00h00

**+ INFO** [www.facebook.com/pages/A-Cevicheria/753258061396580?sk=timeline](https://www.facebook.com/pages/A-Cevicheria/753258061396580?sk=timeline)

MINISOURCE



Música & Espectáculos



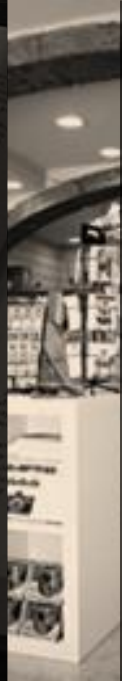
Cinema




Mind Source Kid's




Leitura



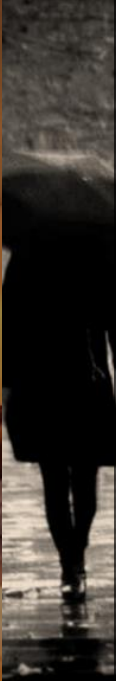
Shopping



Restaurantes



Escapadelas



Meteorologia





Escapadela Romântica

## AGUA HOTELS DOURO SCALA

Quinta do Paço do Cidadelhe 5040-000 Mesão Frio



Um hotel com uma paisagem deslumbrante sobre o rio Douro e com uma extensa propriedade coberta de vinhas. O Douro Scala situa-se em Cidadelhe, na margem direita do rio Douro. A unidade fica apenas a 80 km do Aeroporto Internacional do Porto e a 1,5 km da pitoresca Vila de Mesão Frio. O Douro Scala dispõe de uma extensa área de vinhas onde pode ter um contacto mais próximo com o mundo dos vinhos. Os mais desportistas poderão praticar no court de ténis. Possui diversos pontos culturais a curta distância como a Cidade da Régua e o museu do Douro. Se optar por usufruir de umas férias mais relaxantes, em contacto com a natureza, descubra algumas das mais bonitas zonas verdes e a beleza incomparável do Rio Douro a poucos minutos.

**RESERVAS** [reservas@lifecooler-travel.com](mailto:reservas@lifecooler-travel.com) ou 707 241 241

**+ INFO** [www.lifecooler-travel.com/entidade.aspx?idhotel=5549&datain=2015-04-01&dataout=2015-04-02](http://www.lifecooler-travel.com/entidade.aspx?idhotel=5549&datain=2015-04-01&dataout=2015-04-02)



Música & Espectáculos



Cinema



Mind Source Kid's




Leitura



Shopping



Restaurantes



Escapadelas















Meteorologia

Sexta-feira 09 Janeiro

Sábado 10 Janeiro

Domingo 11 Janeiro

|           | Sexta-feira 09 Janeiro   | Sábado 10 Janeiro  | Domingo 11 Janeiro   |
|-----------|--|--|--|
| Lisboa    |  <p>14°C<br/>5°C</p>  |  <p>15°C<br/>7°C</p>  |  <p>14°C<br/>6°C</p>  |
| Porto     |  <p>16°C<br/>5°C</p>  |  <p>17°C<br/>6°C</p>  |  <p>16°C<br/>6°C</p>  |
| Varsóvia  |  <p>4°C<br/>3°C</p>   |  <p>7°C<br/>2°C</p>   |  <p>3°C<br/>1°C</p>   |
| São Paulo |  <p>32°C<br/>22°C</p> |  <p>33°C<br/>22°C</p> |  <p>33°C<br/>22°C</p> |



# Vamos deixar os químicos de lado? Guia para Fazeres os teus Produtos de Limpeza

Vê como podes limpar tão eficazmente com apenas ingredientes naturais



## THE BASICS



### WHITE VINEGAR

IT'S SLIGHTLY ACIDIC NATURE MAKES IT EFFECTIVE AT DISSOLVING GREASE AND SOAP SCUM

### BAKING SODA

IT NOT ONLY DEODORISES, BUT IS ALSO A BRIGHTENING ABRASIVE



### LEMON JUICE

IT NOT ONLY KILLS BACTERIA AND MOLD BUT ALSO LEAVES A FRESH, NATURAL SCENT BEHIND



### ESSENTIAL OILS

(TEA TREE OIL, LAVENDER OIL, EUCALYPTUS OIL)

AS WELL AS ADDING A NATURAL FRAGRANCE, THEY ALSO HAVE ANTI-FUNGAL AND ANTI-BACTERIAL PROPERTIES



## FOR THE BATHROOM



### TOILET BOWL CLEANER

- INGREDIENTS
- 1 CUP VINEGAR
  - 1/2 CUP BAKING SODA

- METHOD
- MIX INGREDIENTS
  - LET IT SIT FOR 15 MINUTES
  - SCRUB AND FLUSH



### GROUT CLEANER

- INGREDIENTS
- 1 PART WATER
  - 1 PART BAKING SODA

- METHOD
- MIX INGREDIENTS TO MAKE A PASTE
  - USING A BRUSH, SCRUB THE MIXTURE INTO THE GROUT IN CIRCULAR MOTIONS
  - RINSE AND REPEAT AS NECESSARY



## FOR THE KITCHEN



### STOVETOP CLEANER

- INGREDIENTS
- 1 PART OLIVE OIL
  - 2 PARTS BAKING SODA

- METHOD
- STIR TO MAKE A PASTE
  - APPLY TO STOVETOP AND ALLOW TO SET OVERNIGHT FOR TOUGH STAINS
  - WIPE AWAY PASTE USING CITRUS-VINEGAR CLEANER (RECIPE BELOW)



### BURNT POTS & PANS

- INGREDIENTS
- 1 CUP BAKING SODA
  - WATER (2-3 INCHES WORTH IN PAN)

- METHOD
- ADD BAKING SODA AND WATER TO POT/PAN AND BRING TO THE BOIL FOR 15 MINUTES
  - SCRUB LIGHTLY TO CLEAN



## FOR THE LAUNDRY ROOM



### LAUNDRY DETERGENT

- INGREDIENTS
- 3 COCONUT OIL-BASED SOAP BARS, SHAVED
  - 6 CUPS SODA CRYSTALS
  - LEMON ESSENTIAL OIL

- METHOD
- THOROUGHLY STIR TOGETHER SHAVED SOAP AND CRYSTALS
  - ADD 2-3 TEASPOON PER LOAD, AND 5 DROPS OF LEMON ESSENTIAL OIL WITH EACH LOAD
  - SUITABLE FOR TOP LOADERS



### FABRIC SOFTENER

- INGREDIENTS
- 5 LITRES WHITE VINEGAR
  - 10-40 DROPS OF ESSENTIAL OILS

- METHOD
- COMBINE INGREDIENTS AND SHAKE WELL
  - FOR SMALL OR AVERAGE LOADS, ADD 1/2 CUP TO THE RINSE CYCLE



# Breaking News

Volume 34 nº 179

75¢

2 a 9 Janeiro 2015

MIND SOURCE NEWS



**NETWORKINGLIFE** *cozinha mediterrânica*

📅 16 JANEIRO 13:00 📍 FUN ROOM . MIND SOURCE

Confirmações até dia 13 de Janeiro junto do departamento de Marketing & Comunicação ([filipa.dantas@mindsources.pt](mailto:filipa.dantas@mindsources.pt))







Este fim-de-semana não fiques em casa!

*levanta voo  
com as nossas sugestões*