



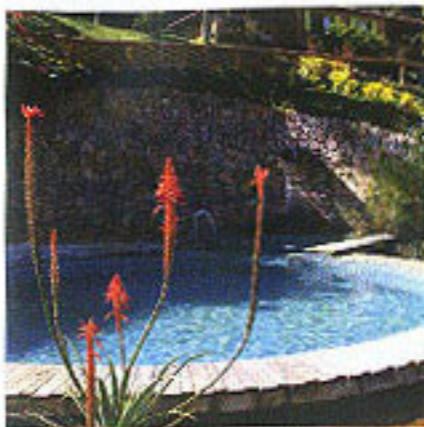
Rodeada pela Mata Atlântica, a pequena Lumiar é perfeita para quem quer relaxar. A natureza se encarrega de desacelerar os ânimos, os celulares dificilmente pegam, e o turista sente-se, felizmente, desplugado da vida urbana. A região, antigo reduto hippie, vem ganhando sofisticação com a abertura de novas hospedarias e assumindo sua vocação para o ecoturismo. Ali nasce o Rio Macaé e se formam várias cachoeiras, como a Indiana Jones, a Poço Verde e a Branca. Para quem gosta de aventurar-se, um dos programas prediletos em Lumiar, distrito de Nova Friburgo, é fazer trilhas e, em seguida, refrescar-se com os banhos nas quedas d'água. Também por ali, esportistas praticam rafting e canoagem. Mas quem quiser ficar longe dessas atividades, pode curtir a natureza com sossego, apreciando-a de uma rede, passeando nas ruazinhas de terra e desfrutando deste

gostinho de estar no interior. Único hotel da serra de Friburgo a constar na lista do "Círculo Elegante", catálogo que reúne alguns dos mais charmosos hotéis do Brasil, o Parador Lumiar vem desde sua abertura, há dois anos, tornando-se uma referência de hospedagem na região. Situado em um lindo vale, em uma área de aproximadamente 440 mil metros quadrados de mata atlântica, o hotel está hoje entre os mais encantadores da Serra Fluminense. Distante 159 quilômetros do Rio de Janeiro, ganhou novo impulso com a revitalização da estrada Parque Serra Mar (RJ 142), atraindo turistas de Macaé, agora a 95 quilômetros, e Búzios, a 110.

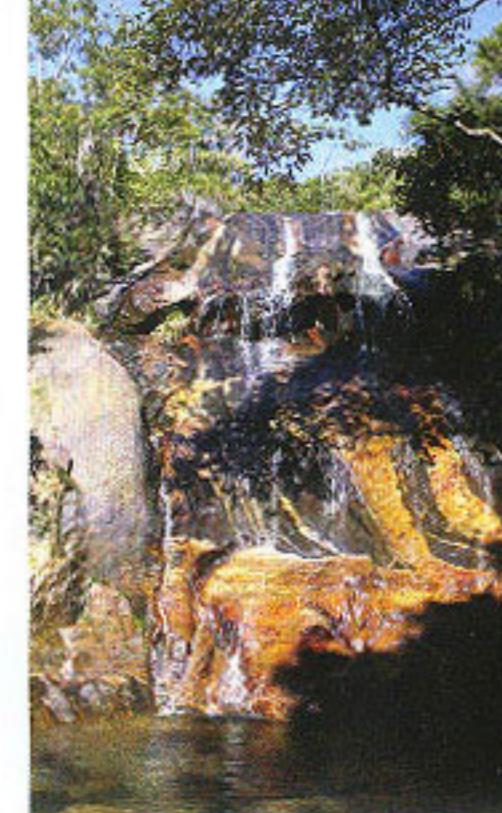
O Parador tem uma excelente estrutura para receber turistas de todas as idades. Dentro do próprio hotel, há cachoeiras, piscina natural, lago próprio para

Surrounded by Atlantic Forest, the small Lumiar is perfect for relaxation. Nature assumes the task of relaxing moods, cell phones hardly find service, and the tourist is happily unplugged from urban life. The region, former hippy stronghold, has received sophistication with the opening of new lodges and is assuming its vocation for ecotourism. It is the home to the source of Macaé River, with formation of several waterfalls such the Indiana Jones, Poço Verde and Branca. For those who love adventure, one of the favorite programs in Lumiar, district of Nova Friburgo, is to go hiking on trails and then cool-off under the waterfalls. In addition, one finds rafting and canoeing there. However, if you wish to stay away from such activities,

you can enjoy nature peacefully, appreciating it from a net, taking a walk through the little unbarrated streets and enjoying the experience of being in the countryside. The only hotel of the Friburgo mountain range on the "Elegant Circuit", a brochure that gathers some of the most charming Brazilian hotels, Parador Lumiar has since its inauguration two years ago, become a reference in hospitality in the region. Located in a beautiful valley, in an area of about 440 thousand square meters of Atlantic forest, the hotel is today among the most enchanting of the Fluminense mountain range. About 159 km from Rio de Janeiro, it received a new boost with the restoration of the Parque Serra Mar highway (RJ 142).



A piscina de águas naturais e as coloridas plantas do Parador Lumiar
The natural swimming pool and the colorful plants of Parador Lumiar



As refrescantes cachoeiras da região serrana
The refreshing waterfalls of the mountain ridge region

pesca, orquidário e um jardim de colorir os olhos, feito pela paisagista Jussara Cabral, que atua no Jardim Botânico do Rio de Janeiro. A hospedaria foi construída em total harmonia com a natureza e o casal de proprietários, Marielza e Marcelo Gonçalves, não esquece um só detalhe para "mimir" os hóspedes. Os treze chalés, todos de frente para o lago, possuem lareira, confortáveis camas king-size, DVD e três deles têm banheira de ofurô com vista para a serra. Entre os passeios oferecidos, há cavalgadas e o jeep-tour, para conhecer a região. A

gastronomia é outro investimento do Parador Lumiar. O restaurante, aberto a todos os clientes, mesmo os que não estejam hospedados, tem no comando das caçarolas o chef Isaias Neries, que foi braço direito da renomada Flávia Quaresma, no Rio, e hoje faz uma deliciosa cozinha com sabor da Serra. Aos sábados, o Parador serve uma feijoada feita no fogão à lenha. Neste momento, os companheiros devem agradecer que os celulares não pegam e entregar-se ao sabor de Lumiar que, de uma certa forma, está sendo redescoberto. ■

Z.M.A.

Onde ficar / Where to stay

► Estrada do Amargoso, s/n,
Boa Esperança, 5 Distrito,
Nova Friburgo
tel. (phone) (22) 2542-4777
e 2542-4774
www.paradorlumiar.com

Among the tours offered, there are horse back riding and jeep-tour activities to become acquainted with the region. Gastronomy is another investment of Parador Lumiar. The restaurant, open to all customers, including those not staying there, is run by chef Isaias Neries, who was the right-hand man of the renowned Flávia Quaresma in Rio, and who today cooks the delicious cuisine with the flavor of the mountain range region. On Saturdays, Parador serves a firewood-cooked feijoada. The table companions should be grateful that the cell phones do not work at that moment and surrender to the taste of the mountain ranges, which in a way is being rediscovered. ■