

CARAS

www.caras.com.br

A estrela de *Terra e Paixão* celebra relevância de brilhar no horário nobre da Globo: "Sou uma mulher negra em um lugar de destaque que, até então, a gente não era colocado. E falo do gênero masculino também, por ser um corpo negro no lugar de protagonismo"

EXCLUSIVO

BARBARA REIS: "REPRESENTO UM BRASIL INTEIRO"

CLUBE DE REVISTAS



**ISABELLA SANTONI FORTALECE
PROCESSO DE AUTOAMOR NOS EUA**

AO LADO DA FAMÍLIA, BRUCE WILLIS LUTA PELA VIDA
GRANDE PRÊMIO DO CINEMA REÚNE ATORES NO RIO

**LONGE DA TV, ANDRÉ MARQUES
ABRÇA NOVA FILOSOFIA DE VIDA**



WORN BY THE GREATEST DRIVERS.
WORTH THE WILDEST CHASE.



THE TAG HEUER CARRERA

THE RACE NEVER STOPS



CLUBE DE REVISTAS

BOUTIQUES TAG HEUER

CIDADE JARDIM SÃO PAULO (11) 3198-9458

VILLAGE MALL RIO DE JANEIRO (21) 3252-2846

SHOPS JARDINS SÃO PAULO (11) 3198-8267

Saúde e beleza em prol
do equilíbrio pleno



Estar em harmonia com o corpo e com a mente é um reflexo das nossas atitudes ao longo da vida. Nesta obra, Cintia Rios nos dá um manual completo para a 'cirurgia espiritual', a fim de despertar a consciência, amor e autoestima do seu leitor.

À venda nas melhores livrarias.

 **PERFIL**



*“Seja qual for o certo,
mesmo para com esses que cremos serem deuses,
não sejamos inteiros numa fé
talvez sem causa.”**

* **Fernando Pessoa** (1888-1935) foi um poeta, filósofo, dramaturgo, ensaísta, tradutor, publicitário, astrólogo, inventor, empresário, correspondente comercial, crítico literário e comentarista político português.



APRENDIZADO

ATRIZ FESTEJA ÊXITOS NO



CLUBE DE REVISTAS

por Daniel Palomares

Ela ainda nem completou 30 anos, mas já acumula um currículo com números e feitos impressionantes. Isabella Santoni (28) já estrelou novelas, filmes e, agora, pode ser vista nas séries *DOM*, da Prime Video, e *A Divisão*, do Globoplay, dois sucessos das plataformas de streaming. Em meio ao período fértil no âmbito

“É preciso muita disciplina para fazer os sonhos saírem do campo das ideias.”

profissional, nos últimos tempos, a atriz também passou por transformações importantes na vida pessoal. Além do fim do namoro de cinco anos com o surfista Caio Vaz (29), ela fez uma viagem imersiva pela Califórnia, nos Estados Unidos, para se aprofundar em técnicas de atuação. Tudo, claro, alterou sua rotina. E, em papo exclusivo com *CARAS*, Isabella avalia os próximos passos.



E GARRA DE ISABELLA SANTONI

STREAMING E LAPIDA TÉCNICAS DE ATUAÇÃO EM L.A.



Pelas ruas da cidade de Los Angeles, nos EUA, Isabella Santi exalta as lições que ganhou no exterior. Mudanças lhe deram maturidade.



**“O mais especial
foi conseguir
fazer cenas em
outro idioma.”**

Para ela, as plataformas de streaming abrem novas portas para os artistas. A jovem também abraça as ações ambientais e faz limpeza das praias em parceria com uma ONG.

– Você é jovem, mas já acumulou muita experiência. Como foi assumir tantas responsabilidades com tão pouca idade?

– Sempre fui muito responsável, desde criança. Acho que por ter sido criada por mãe solteira, numa infância com algumas privações e por ser de uma família mais humilde, fui ensinada a dar valor e cuidar muito bem do pouco que eu tinha. Ou eu fazia por mim e mudava minha realidade ou me acomodava e não realizaria sonhos. Comecei a trabalhar com 15 anos e, desde então, não parei. A responsabilidade veio junto com a vontade de realizar, é preciso estar comprometido e ter disciplina para sonhos saírem do campo das ideias.

– DOM é um sucesso em todos os lugares. Como você avalia essas oportunidades cada

vez maiores no streaming?

– O streaming transformou o mercado do audiovisual para melhor, aumentando as oportunidades de trabalho e trazendo mais espaço para contar boas histórias. Sinto que é um momento incrível para todos nós. Além de DOM ter sido um marco na minha vida,

foi também um marco no audiovisual brasileiro. Nosso diretor, Breno Silveira, falava isso e concordo totalmente. Fomos a primeira produção original Prime Video no Brasil, um projeto que estive em mais de 240 países, dublado em mais de 30 idiomas! Sou feliz por ter contado essa história e ter dado vida a Viviane, personagem que me virou do avesso.

– Tem saudade da TV aberta? O que te faria voltar às novelas?

– O exercício de gravar novelas

**“O exercício
de gravar novelas
é diário e eu adoro
essa intensidade.”**



Fã dos esportes, Isabella fala sobre a necessidade de se discutir os padrões de beleza e não cair em armadilhas. Livrar-se de pressões é urgente!



é diário e eu adoro essa intensidade, é uma oportunidade incrível de exercer meu ofício. Eu voltaria para dar vida a uma personagem que me instigasse de alguma forma, a mulheres que me conectem de alguma forma e que me façam pulsar para falar sobre o tema que envolve a trajetória delas.

— Você passou um tempo fora do Brasil estudando. Como define toda essa experiência?

— Foi maravilhoso, estava nos meus planos já há algum tempo. O mais especial foi conseguir fazer cenas em outro idioma e me sentir segura em relação a isso. Eu estudei uma técnica que venho aprimorando no Brasil já há algum tempo, O Método, que tem vários precursores. Um deles foi o Lee Strasberg, da escola onde estudei. O mais importante dessa experiência é perceber

que nós sempre podemos aprender mais um pouco.

— Qual a importância do surfe e do esporte na sua vida?

— Desde criança, eu pratico esporte. Estar em movimento é uma necessidade na minha vida. Sinto que o esporte me ensinou muito sobre disciplina, responsabilidade,

consciência corporal, senso de coletividade... Já o surfe chegou um pouco mais tarde, quando eu tinha 22 anos. É um esporte que me ensina muito

sobre entrega. A necessidade de você estar presente e fluindo com a natureza.

— Como você lida com as pressões estéticas e os padrões de beleza impostos às mulheres? Como combate esse processo?

— A melhor forma de combater é conversando sobre o assunto com outras mulheres, sinto que eu

“Devemos reconhecer nosso corpo como um templo, cada parte dele é única.”



CLUBE DE
REVISTAS



Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!

Atriz iniciou carreira aos 15 anos e o trabalho lhe rendeu maturidade para conseguir realizar seus sonhos. Solteira, ela vive fase de descobertas.



Willow St

1300 E

CLUBE DE REVISÃO

me fortaleço quando faço isso. Todas nós passamos por essas pressões, todas temos partes que não amamos muito e gostaríamos de mudar, porém acredito que expondo as nossas vulnerabilidades nos fortalecemos no processo de autoamor e deixamos algumas neuras de lado. É preciso reconhecer o nosso corpo como o nosso templo, afinal, é o veículo em que viemos viver essa experiência terrena, é preciso compreender cada parte dele como única. Acredito na beleza das imperfeições, das assimetrias.

— Sustentabilidade e preservação também são lutas muito importantes para você. Como faz sua parte nesse sentido?

— Eu sou embaixadora do Canal Novo Mundo, iniciativa da ONG EcoCria, fundada pela Thaiane Maciel, minha amiga desde a época que éramos modelos. Atuamos fazendo mutirões de limpeza de praias todos os meses. Já reciclamos mais de 140 toneladas de resíduos, promovemos ações educacionais em escolas, além de cursos

de formação voltados para ciências do mar. Me sinto preenchida pela natureza e o mar acabou se tornando um símbolo dessa relação.

— Você teve um longo relacionamento. Agora, como está essa fase solteira?

— Já tinha descoberto o valor da minha própria companhia, mesmo namorando. Acredito que a pandemia foi a grande responsável por me

fazer redescobrir essa própria companhia. Foi uma fase importante nesse processo de autoconhecimento e autocuidado.

“Já tinha descoberto o valor da minha própria companhia, mesmo namorando.”

— O que sonha para o futuro, tanto na vida profissional quanto na pessoal?

— Estou focada em me aprofundar nas técnicas de atuação. Quero ter a experiência de estudar e atuar em outros idiomas, como o inglês e o espanhol. Eu espero continuar tendo as oportunidades que tenho, podendo trabalhar e viajar com o que eu amo. E, principalmente, podendo dar vida a personagens cada vez mais desafiadoras e intensas.

Voe pela Argentina

Buenos Aires

a partir de

R\$ 1.411

De São Paulo via Buenos Aires:

Mendoza

a partir de

R\$ 1.654

Bariloche

a partir de

R\$ 1.871

Directo de São Paulo a:

Salta

a partir de

R\$ 1.758

Consulte sempre aerolineas.com



**Aerolíneas
Argentinas**



CAMILA MORGADO: TEATRO EM SP, PROTAGONISMO APÓS HIATO

Após uma pausa de 11 anos, a atriz **Camila Morgado** (48) voltou aos palcos da capital paulista para protagonizar *A Falecida*, clássico de **Nelson Rodrigues** (1912-1980). "O que me motiva é o amor pelo trabalho, tentar desenvolver uma linha, um arco dramático, uma reflexão", já declarou Camila, que divide cena com a atriz **Stella Freitas** (69). Na plateia, artistas como **Vera Zimmermann** (59) eram só elogios ao espetáculo.

VOLTA À ROTINA PAPAÍ AL PACINO

Passados dois meses do nascimento de seu filho caçula, o ator **Al Pacino** (83) voltou às atividades. Em Nova York, ele participou da gravação do novo clipe do rapper **Bad Bunny** (29). "Eu não me canso!", falou o astro.



ELENCO SE UNE EM NOITE DE HUMOR NO RIO, ESTREIA DO FILME VAI TER TROCO

Nova aposta dos cinemas brasileiros, a comédia *Vai Ter Troco* reuniu o elenco em cinema do Rio para conferir, em primeira mão, o resultado final da produção. "O filme foi feito na desconstrução de cada um. Todo mundo foi obrigado a

sair da sua zona de conforto", disse **Nany People** (58), que estrea a produção junto de nomes como **Giovanna Grigio** (25), **Evelyn Castro** (42), **Marcos Veras** (43), **Mia Mello** (42), **Nicholas Torres** (23) e outros. "É muito bom lançar

filme no cinema. Essa experiência coletiva de assistir e vibrar junto com outras pessoas. Por meio do riso, nosso filme joga luz numa questão muito brasileira. Patrões e empregados", apontou Veras, de férias da TV após o término da trama global *Vai na Fé*.



TOUR DA ALEGRIA CARLINHOS BROWN

Radiante com a notícia de que terá seu 1º camarote para convidados no carnaval de Salvador, em 2024, **Carlinhos Brown** (60) segue com agenda de shows pelo País. “Carnaval é a minha paixão!”, falou ele.



VENUS WILLIAMS CELEBRA AMIZADES FEITAS NO TÊNIS EM NOVA YORK, ELA DESTACA E PRESTIGIA TALENTOS DO ESPORTE

Irmã mais velha de **Serena Williams** (41), a bela **Venus Williams** (43), que também é tenista, participou do Citi Taste of Tennis, evento voltado ao mundo esportivo, na cidade de Nova York. Na ocasião, ela celebrou o encontro

com o ex-tenista **John McEnroe** (64). “Definitivamente, a satisfação de hoje é por todo o trabalho necessário para estar aqui”, disse ela, que ainda conversou com os jogadores **Noah Rubin** (27) e **Sachia Vickery** (28), feras das quadras.



FLÁVIO SILVINO PASSEIO AO AR LIVRE

Obelo dia de sol no Rio de Janeiro levou o ator **Flávio Silvino** (52) para um passeio pela orla da Praia de Copacabana ao lado de seu cuidador. Conhecido por atuar em novelas como **Vamp**,

de 1991, e **Laços de Família**, de 2000, ele mantém rotina de cuidados após sofrer acidente de carro que o deixou com sequelas permanentes, em 1993. Na época, o ator ficou três meses em coma.



Rei visita regimento
e é recebido por autoridades

CHARLES III DECLARA AMOR À ESCÓCIA REI PASSA FÉRIAS EM BALMORAL E CONVOCA REUNIÃO COM O CLÃ



Charles saúda súditos

FOTOS: GETTY IMAGES

Tradição é um conceito do qual os Windsor não abrem mão. Assim como a mãe, Elizabeth II (1926-2022), o rei Charles III (74) parece ter destino certo nas férias de verão: o Castelo de Balmoral, na Escócia. “Minha mãe sentia, como eu, a maior admiração pelo povo escocês, por suas magníficas conquistas e seu espírito indomável”, apontou o soberano, que também trabalha na temporada de descanso! Ele visitou a Companhia Balaklava de Regimento Real da Escócia e foi recepcionado por uma multidão de súditos. “As pessoas aqui são sempre muito calorosas! Brinco que só não consigo entender muito bem o

sotaque delas após algumas horas bebendo!”, disse o rei, a bordo de um kilt, traje típico do país.

Na passagem pela Escócia, o rei ainda deve convocar uma reunião com o primogênito, William (41), e a sua Kate Middleton (41). A ideia é reunir o casal para definir os próximos passos da monarquia inglesa. “Algo tão curioso quanto a monarquia não sobreviverá se você levar em conta as atitudes das pessoas. Afinal, se as pessoas não quiserem, não terão”, destacou o soberano. Na pauta da reunião, o príncipe Harry (38) segue sendo um tabu. Segundo fontes, a família não pretende uma reaproximação. ●

“Minha mãe sentia, assim como eu, a maior admiração pelo povo escocês.”

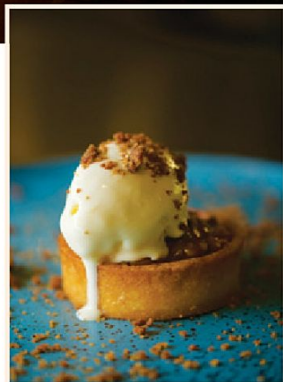
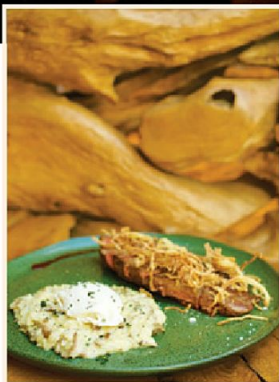


UNA

CLUBE DE REVISTAS

Quarta das 18h às 23h
Quinta, sexta e sábado das 18h às 0h
Domingo das 12h às 17h

Três andares de elegância e um menu assinado pela chef **Paula Labaki**. Este é o lugar onde a gastronomia e a vista panorâmica se encontram.



Rua Professor Lourival Gomes Machado, 273 | Santana | São Paulo
Reservas: 11 9965 91506 | @unarooftopbar

Em Los Angeles, nos EUA, Bruce é ladeado por Tallulah, Emma, Scout, Demi e Rumer. O beisebol sempre foi uma de suas paixões.



**BRUCE WILLIS LUTA
A ROTINA DE AMOR NA QUAL O**

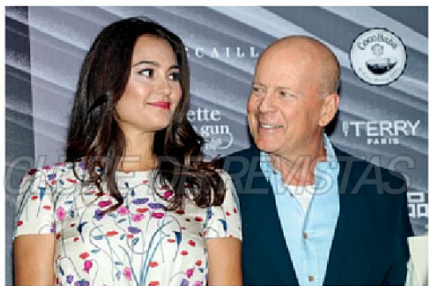


PELA VIDA AO LADO DA FAMÍLIA
ASTRO MERGULHOU APÓS A DOENÇA DEGENERATIVA



Acima, uma das últimas aparições públicas do ator. Astro é casado há 14 anos com Emma. Com as filhas Scout, Tallulah e Rumer, frutos da relação com a atriz Demi Moore.

“Começou como uma espécie de indiferença vaga.” (Tallulah)



FOTOS: GETTY IMAGES

Idolo das telonas, Bruce Willis (68) tem travado uma verdadeira batalha pela vida. Afastado dos holofotes desde 2022, quando foi diagnosticado com afasia e, posteriormente, com demência frontotemporal, ele conta com o apoio da família para seguir em frente. Com perda progressiva das funções cognitivas e alterações de comportamento, como a agressividade excessiva, a doença não tem cura e progride com o tempo. “Não estou bem, mas preciso dar meu melhor por mim mesma e por minha família. Se não nos cuidarmos, não podemos cuidar de quem amamos”, desabafou a mulher dele, a modelo **Emma Heming** (45). Segundo familiares próximos, Bruce já não reconhece a própria mãe, está com movimentos lentos e já não consegue estabelecer diálogos. “Temos menos amigos agora. Eles se afastam, porque é uma doença difícil”, falou Emma, mãe das gêmeas **Mabel** e **Evelyn** (9).

A família tem sido apoio fundamental na luta de Bruce. Acostumado a cruzar red carpets, hoje ele se refugia em casa sob cuidados médicos.



Em sua luta, o astro também conta com o apoio irrestrito da ex-mulher, Demi Moore (60), e das filhas Rumer (35), Scout (32) e Tallulah (29). “Este é um momento realmente desafiador para nossa família e somos muito gratos por seu amor, compaixão e apoio contínuos.

“Temos menos amigos agora. Eles se afastam, porque é difícil.” (Emma)

Estamos passando por isso como uma unidade familiar forte”, apontou a estrela, que frequentemente é vista ao lado do ex. “Eu sabia que algo estava errado há muito tempo. Começei com uma espécie de indiferença vaga, que a família atribuiu à perda auditiva gerada pelo trabalho em Hollywood. Mais tarde, essa falta de resposta aumentou e, às vezes,

eu levava para o lado pessoal. Só depois entendi”, lamentou Tallulah.

A doença possui um diagnóstico difícil, pois seus primeiros sintomas são sutis e podem ser confundidos com depressão e ansiedade. Segundo os especialistas, a expectativa de vida do paciente gira em torno de uma década após a descoberta da doença. “Estou me sentindo emocionalmente cansada e um pouco sobrecarregada. Ainda assim maravilhada por tanto amor que as pessoas têm pelo meu pai”, falou Scout, ciente que o melhor tratamento para o pai é o amor.

Com mais de 40 anos de carreira, Bruce se consagrou como um dos mais bem pagos astros de Hollywood e seu último trabalho nas telonas foi em 2021, no longa Meia-Noite em Switchgrass. “Sou um cara normal, mas que teve uma vida incrível. Acordo todos os dias muito feliz e grato por tudo que conquistei nessa trajetória”, costumava dizer ele, em suas entrevistas. ●

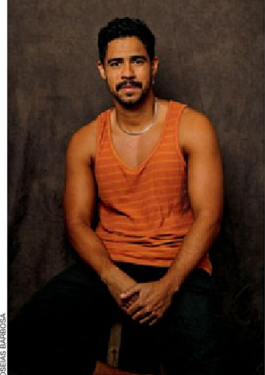


FLÁVIA REIS EM CENA ELA BRILHA EM SÃO PAULO

Há dez anos em cartaz com o espetáculo *Neurótica*, a atriz e comediantes **Flávia Reis** (48) passará temporada se apresentando nos palcos paulistanos. Na peça, criada em parceria com **Henrique Tavares** e dirigida por **Márcio Trigo** (62), a artista se divide entre 11 mulheres, colocando uma lente de aumento nas figuras ditas neuróticas que reconhecemos no dia a dia. *"Faço esse espetáculo há tantos anos e o público pede sempre para eu voltar! Esse é um sinal de que a comédia que eu faço é provocadora e está vivíssima. É bom rir do quanto somos ridículos tentando controlar a vida! O público fica mais leve ao ver os problemas de outro ponto de vista"*, diz a artista, dando show em cena.



DANIEL CHACCO



OSÉAS BARBOSA

ARTE DE VINICIUS PATRICIO NOVA TEMPORADA DE IMPUROS

Sucesso da Star+, a série *Impuros* chega à sua quarta temporada cheia de novidades. Intérprete do pastor Juninho, o ator **Vinicius Patricio** (34) recorda como foram as filmagens. *"Nós gravamos essa última temporada em março de 2022, seguindo todos os protocolos de segurança por conta da pandemia de covid-19. Foi um grande desafio"*, contou o artista.



BRUNO L. J. FERREIRA/GETTY IMAGES

THAKSIN SHINAWATRA O RETORNO À TAILÂNDIA

Ex-primeiro-ministro da Tailândia, o político **Thaksin Shinawatra** (74) retornou ao país após 15 anos de exílio. O tailandês cumprimentou centenas de apoiadores que o esperavam no aeroporto internacional Don Mueang, em Bangkok e, logo em seguida, foi levado pela polícia até a Suprema Corte. Thaksin foi detido na prisão, onde deve cumprir pena de até oito anos por três condenações à revelia, vinculadas à sua gestão do país, ao abuso de poder e à sua antiga empresa, conglomerado Shin Corp.



CLUBE DE REVISTAS

Centro de Reabilitação



FOTOS: LEO FRANCO/IMAGENS

VIRGÍNIA VISITA A AACD A EMBAIXADORA DO TELETÓN

Uma das maiores influenciadoras do Brasil, **Virgínia Fonseca** (24) acaba de ganhar mais um título: o de embaixadora da AACD e do Teletón, maratona televisiva do SBT em prol da entidade. *"Não consigo descrever a emoção que estou sentindo. Me tornei alguém que pode fazer a diferença na vida de milhares de pessoas, que as pessoas confiem em mim, nessa missão, e garanto que irei doar 100% de mim!", disse ela, em visita à AACD, em SP.*

A GREVE EM HOLLYWOOD JESSE EISENBERG ABRAÇA A CAUSA

A greve dos trabalhadores da indústria do entretenimento de Hollywood continua. Profissionais fizeram uma manifestação na frente às sedes da Amazon e da HBO, na cidade de Nova York, exigindo melhores condições de trabalho. Entre eles, estava o ator **Jesse Eisenberg** (39). *"Não podemos deixar as coisas como estão", falou ele. Os sindicatos dos atores de Hollywood e dos roteiristas dos EUA buscam melhorias salariais, redefinição do pagamento de compensações residuais e debates sobre a Inteligência Artificial na indústria.*



JOSÉ FERNANDES/GETTY IMAGES



RODRIGO ALACAO/IMAGENS

NOVO VISUAL DE SHERON LOOK CASUAL NO AEROPORTO

De férias após o fim da global *Vai na Fé*, a atriz **Sheron Menezes** (39) desapareceu do visual da sua personagem, a protagonista da trama, Sol. Sorriente, a artista desembarcou no Aeroporto Santos Dumont, no Rio de Janeiro, desfilando beleza e novas madeixas. Sem o megahair e com os fios naturais, ela continua linda.



Camila Damíão



Leticia Spiller



Drica Moraes

ÍCONES DA SÉTIMA ARTE SE CONSAGRAM
22ª EDIÇÃO DO GRANDE PRÊMIO DO CINEMA BRASILEIRO EXALTA TALENTOS



Dira Paes



Monique Alfradique



Tais Araujo

EM LÁUREA E REÚNE ESTRELAS

*Solenidade tem ares
de Hollywood com
direito a red carpet
e desfile de looks
luxuosos e elegantes.*



Dira Paes, Pratinha
e Elisa Lucinda



O diretor Gabriel Martins celebra conquistas de *Marte Um* junto ao elenco



Dira Paes recebe o prêmio de Melhor Atriz por *Pureza*

Vitoriosos na 22ª edição do evento, atores e diretores exibem as estatuetas conquistadas. Claudia Abreu, Renata Almeida e Silvío Guindane são comandantes da noite.

“Muita emoção. A democracia voltou!”
(Elisa Lucinda)



Claudia Abreu, Renata Almeida Magalhães e Silvío Guindane

Uma das premiações mais aguardadas do ano, o Grande Prêmio do Cinema Brasileiro reuniu estrelas em noite de gala na Cidade das Artes, no Rio. Promovida pela Academia Brasileira de Cinema, a 22ª edição da cerimônia homenageou o cineasta paraibano Vladimir Carvalho (88), que se tornou referência e inspiração para novas gerações de documentaristas.

“Feliz, honrada e ainda emocionada com este prêmio.”
(Dira Paes)

Já o grande vencedor da noite foi o filme *Marte Um*, dirigido por Gabriel Martins (35). O longa-metragem, que conta com uma inusitada participação especial do ex-jogador argentino Juan Pablo Sorín (47) no elenco, levou para casa oito estatuetas, incluindo melhor filme, direção, roteiro, ator e ator coadjuvante. “Completo um ano que entrou em cartaz no cinema, agora, levando oito prêmios!



Lucas Cetraro, Agnes Brichta, Adriana Esteves e Vladimir Brichta, Felipe Ricca e Flávia Mekler



Clelia Bessa, Bárbara Paz e Rosane Svartman

“Me sinto muito honrada! Estar aqui é incrível.”
(Adriana)

O red carpet da noite de premiação, no Rio de Janeiro, é cenário de encontros entre amigos e familiares. Os laureados celebram seus títulos com festa e união.

É muita emoção”, disse Gabriel.

Longe da TV desde *Pantanal*, a atriz Dira Paes (54) foi eleita Melhor Atriz por sua atuação em *Pureza*. “Feliz, honrada e ainda emocionada. Eu sou louca por cinema, mas eu sou muito mais louca pelo cinema brasileiro. Dedico o prêmio a essa energia maravilhosa do cinema”, declarou ela, que recebeu o prêmio das mãos da atriz Claudia

**“Oito prêmios!
É motivo de muita
emoção e alegria.”**
(Gabriel Martins)

Abreu (52). Já o prêmio de Melhor Atriz Coadjuvante ficou com Adriana Esteves (53), por seu trabalho impecável em *Medida Provisória*. Na ocasião, a estrela foi aplaudida pelo marido, o ator Vladimir Brichta (53), além do filho, Felipe Ricca (23), com sua namorada, Flávia Mekler, e a enteada, Agnes Brichta (26), que também estava acompanhada de seu namorado, Lucas Cetraro. ●



Elenco de *Manhás de Setembro* celebra o prêmio de Melhor Série



A lipoaspiração nas pernas não é estética, é tratamento do lipedema

O lipedema é o acúmulo de gordura nos braços, coxas e pernas e seus principais diagnósticos são a insuficiência venosa, o linfedema e a obesidade. A lipoaspiração é uma das opções para o tratamento da doença, usando aparelhos vibratórios que ajudam a soltar as fibras. Além disso, há como tratamento a dermolipectomia, o LASER e a radiofrequência, que promovem a lipólise.

O chamado lipedema se caracteriza pelo acúmulo de gordura nos braços, coxas e pernas. Além da gordura, é comum o aparecimento de equimose (roxinhos que surgem devido ao extravasamento de sangue dos vasos sanguíneos da pele que se rompem), sensibilidade, dor ao toque, sensação de peso e cansaço nas pernas, fadiga e comprometimento da mobilidade. Os principais diagnósticos diferenciais no lipedema são a insuficiência venosa, linfedema e obesidade.

O tratamento convencional envolve, principalmente, mudança de estilo de vida com alimentação equilibrada e rica em nutrientes, atividade física sem impacto, que pode ajudar no controle do peso e reduzir o acúmulo de gordura nas pernas e em outras áreas afetadas, fisioterapia, drenagem, além do uso de meia de compressão.

Somente depois de tentar o tratamento clínico e, de preferência apresentando alguma melhora, mesmo que parcial, pode ser indicada a lipoaspiração para o tratamento do lipedema. É muito importante que o cirurgião plástico respeite os limites de gordura a serem retirados durante a cirurgia, que devem ser entre 5% e 7% do peso corporal do paciente.

A lipoaspiração é um procedimento antigo e minimamente invasivo para a retirada mecânica da gordura superficial do corpo. No lipedema, a lipoaspiração é realizada com a técnica tumescente, ou seja, injeta-se muito soro fisiológico com adrenalina e anestésico.

Esse líquido ajuda a desprender melhor a gordura além de causar uma vasoconstrição, sangrando menos e trazendo mais proteção à cirurgia.

Na lipoaspiração existem diversos aparelhos que auxiliam o procedimento. No lipedema utilizamos aparelhos vibratórios conhecidos como vibrolipo. A vibrolipoaspiração ajuda a potencializar os movimentos da lipoaspiração.

Esses aparelhos ajudam a soltar as fibras e não necessita de uma movimentação mais ampla como na lipoaspiração clássica, o que facilita algumas posições do cirurgião na abordagem da perna, quando é mais difícil encontrar uma posição adequada para que o profissional possa trabalhar.

O tratamento cirúrgico para lipedema não se limita à lipoaspiração. Pacientes com a doença já em estado mais avançado possuem muito excesso de pele e podem precisar de uma dermolipectomia, que é a ressecção de pele e de gordura. Nesse tipo de procedimento, a pele é ressecada em blocos com a gordura. Nas coxas, a cirurgia é chamada de cruroplastia e, no braço, de braquioplastia.

Em situações em que há pouca pele na região interna da coxa, insuficiente para uma dermolipectomia, é possível recorrer também a algumas tecnologias e equipamentos que ajudam a melhorar a flacidez residual da pele. Dentre as opções que nós temos disponíveis, destacam-se o tradicional LASER e a radiofrequência, que, além de promoverem a lipólise (ou seja, a destruição da gordura), também ajudam a

estimar a produção de colágeno.

Porém, por se tratar de uma doença inflamatória, todas essas opções devem ser avaliadas e utilizadas com muita parcimônia, pois o mecanismo de estímulo de colágeno envolve um trauma local, com destruição de tecido e um processo inflamatório local, que podem causar efeitos indesejados, além de piorar os sintomas do lipedema. Converse com o seu médico para definirem juntos um caminho seguro para o tratamento.

* Fernando Amato (CRM/SP 133826) é cirurgião plástico formado pela Unifesp, além de membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBC).



INSTAGRAM

Quer saber mais sobre o dia a dia dos famosos? Veja em noss Instagram!



Somos Dreamliners. Optamos pelo bem-estar.

Temos a frota de longa distância mais moderna, composta integralmente pelo Boeing 787 Dreamliner, um dos aviões mais avançados e sustentáveis do mundo.

Janelas maiores,
que permitem a entrada de até
60% mais de luz natural

20% menos
consumo de combustível e
emissões

Até
40 minutos menos
na duração do voo



Mais silencioso,
com menos 60%
de impacto acústico

Melhor pressurização da cabine:
Maior sensação de descanso e
menos jetlag

aireuropa.com

æ AirEuropa 
You decide

No Vaticano, Francisco chega para a Audiência Geral. Fiéis com cartazes em homenagem ao Papa, que escreve a segunda parte da *Laudato Si*.



Após passar por períodos de incertezas na saúde, o papa Francisco (86) parece estar com as energias renovadas. No Vaticano, o pontífice presidiu a Audiência Geral e, em sua fala, anunciou que está escrevendo a segunda parte da *Laudato Si*, uma encíclica redigida por ele, em 2015, na qual descreve os cuidados com o meio ambiente e com as pessoas, além de criticar o consumismo. “Estou fazendo para atualizar problemas atuais. Deve-se lembrar que o fundamento da dignidade da pessoa humana reside em sua origem transcendente, que, conseqüentemente, proíbe qualquer

“As injustiças acontecem mais rápido do que a capacidade de enfrentar desafios.”

violação da mesma; e essa transcendência exige que, em toda atividade humana, a pessoa seja colocada no centro e não fique à mercê das modas e dos poderes do momento”, disse o líder católico, que chegou à audiência usando bengala.

Após Francisco realizar a audiência, ele já começou a preparar as malas para a sua próxima viagem internacional: a Mongólia. “Parece que as injustiças planetárias, as guerras, as crises climáticas e migratórias correm mais rapidamente do que a capacidade e, muitas vezes, a vontade de enfrentar os desafios, que são globais”, disse ele, que já visitou mais de 40 países em seu pontificado. ●

**AS VIAGENS DE FRANCISCO
COM A SAÚDE EM DIA, PAPA VAI À MONGÓLIA**





DAY SPA

Buddha Spa

Escolha a experiência que mais combina com você. Acesse o site e selecione um dos nossos seis formatos de day spa. Receba o voucher em seu e-mail ou envie para a pessoa presenteada. Agende em uma das mais de 80 unidades Buddha Spa no Brasil. Day spas individuais e para casais. Conheça também as opções Prime.

Buddha Spa. Um Oásis na sua rotina.



ACESSE O QR CODE E
CONHEÇA NOSSOS SERVIÇOS



BUDDHA SPA

CHLOE E HALLE BAILEY IRMÃS IMPRIMEM ESTILO

Depois de protagonizar o live action de *A Pequena Sereia*, a atriz **Halle Bailey** (23) acaba de dar um novo passo, desta vez, como empreendedora. Junto com a irmã, a também atriz **Chloe Bailey** (25), ela lançou a primeira coleção de roupas monocromáticas em parceria com uma marca popular de peças femininas. "*Pensamos em peças e cores que refletem aquilo que gostamos de usar em nosso dia a dia. O resultado ficou incrível*", declarou Halle, que decidiu reverter parte dos lucros em benefício de uma organização social que visa à saúde mental de crianças e jovens negros.



GETTY IMAGES



NATHALIA E PEDRO SÉRIE DE COMÉDIA

Acompanhada do eleito, **Pedro Curvello** (39), a atriz **Nathalia Dill** (37) prestigiou a pré-estreia da série *Vizinhos*, comédia da Netflix. "*O elenco está incrível*", destacou ela.

FOTOS: CAROLINE GEMUNDOS

CARLO PORTO E LIAH TRÊS ANOS DE MARIA LIZ

Pais da fofa **Maria Liz**, o ator **Carlo Porto** (41) e a cantora **Liah Soares** (43) reuniram os amigos e a família, no Rio de Janeiro, para celebrar os três anos da pequena. "*Não faltou alegria e amor*", ressaltou Liah, que recebeu a cantora **Elba Ramalho** (72) e **Carlinhos de Jesus** (70) como convidados. Na ocasião, ela também lançou *Planeta Dodói*, faixa do projeto *Planeta Liz*, que conta com participação de **Xuxa** (60).



FOTOS: CAROLINE GEMUNDOS



ANNETTE BENING COMANDA NOITE BENEFICENTE EM L.A., O 10º ANIVERSÁRIO DO FUNDO DE IMPACTO SOCIAL

Uma das mais importantes fundações beneficentes de Los Angeles, o Fundo de Impacto Social, comemorou dez anos de atuação. Presidente do Conselho de Entretenimento, a

atriz **Annette Bening** (65) demonstrou seu apoio. Além dela, outros convidados como **Richard Ayoub**, **Keith McNutt** e **Ashlee Marie Preston** (39) participaram da noite nobre.



NIINA SECRETS: MODA ESSÊNCIA DE FASHIONISTA

Com mais de 3,5 milhões de seguidores na rede social, a digital influencer **Niina Secrets** (29) dita tendência por onde passa. Estrela da nova campanha de uma marca de acessórios, ela falou sobre sua relação com a moda. "Gosto de explorar as possibilidades. Cada dia trabalho, crio um estilo meu, um estilo próprio", disse.

MUSICAL FAZ ODE AOS CLÁSSICOS ESPETÁCULO ENCANTA PÚBLICO PAULISTANO

Ilêdito no Brasil, *Disney Princesa, o Espetáculo* estreou na capital paulista em noite de encanto e magia. No palco, **Laura Castro** (20), **Pamela Rossini** (29), **Julie** (35) e **Aline Serra** (29) relembram

mais de 20 produções como *A Pequena Sereia*, *Mulan* e *Frozen* e integram um verdadeiro show com projeções de filmes, luzes e efeitos especiais. Na plateia, crianças e adultos embarcaram na produção de sonhos.





Victoria com Olle Burell,
Karin Gardes e Ania Andersch

SUSTENTABILIDADE DA PRINCESA VICTORIA A HERDEIRA DO TRONO SUECO APOIA PRÊMIO COM OLHAR AMBIENTAL



Ayse Pelin recebe
diploma da princesa

Primera na linha de sucessão ao trono sueco, a princesa Victoria (45) sempre teve o meio ambiente como uma de suas principais pautas. Prova disso é sua já tradicional presença na cerimônia de premiação do Instituto Internacional da Água, na capital do país, a cidade de Estocolmo. A láurea é uma iniciativa global que destaca jovens que desenvolveram projetos escolares voltados à preservação do meio ambiente, a sustentabilidade e, claro, a água. “É um prêmio científico internacional destinado a jovens entre 15 e 20 anos. Jovens de mais de 40 países participaram dessa

competição”, detalhou a princesa, que é patrona da premiação, ao lado de Olle Burell (48), Karin Gardes e Ania Andersch.

Entre os vencedores da noite, destaque para a jovem Ayse Pelin, da Turquia, que recebeu da princesa o Diploma de Excelência por seu estudo sobre como os microplásticos podem ser capturados com nanosorventes magnéticos. “Os jovens são o caminho para construir um futuro melhor e mais sustentável. Saber que vocês estão conscientes sobre a importância da preservação ambiental é um alívio para a humanidade”, falou Victoria. ●

“Os jovens são o caminho para construir um futuro melhor e mais sustentável. Saber que vocês estão conscientes sobre a importância da preservação ambiental é um alívio para a humanidade.”



PELE cuidada

Principal patrocinadora da Casa de Inverno Raia, marca levou experimentações de produtos, reuniu influenciadoras parceiras e deu dicas de skincare em espaço dedicado à beleza

No mês de julho, Cetaphil, marca número 1 em recomendação pelos dermatologistas¹ e que faz parte do portfólio da Galderma, empresa especializada em cuidados com a pele, promoveu experiências imersivas sobre *skincare* durante o inverno. O evento, que ocorreu no Parque Capivari, uma das principais atrações turísticas de Campos do Jordão, reuniu especialistas e influenciadores, como a Sabrina Dibynis, e apresentou as principais tendências de *skincare* da marca.

Alguns dos *best-sellers* de Cetaphil, como as loções e cremes hidratantes, puderam ser experimentados pelos visitantes. "Com essa ação, nosso objetivo foi reforçar a eficiência das fórmulas de Cetaphil, que possuem uma combinação potente de ingredientes que combatem os 5 sinais da pele sensível: aspereza, desconforto, repuxamento, ressecamento e

barreira cutânea enfraquecida² — ainda mais comuns durante o inverno", afirma Claudia Paz, Gerente de Estratégia Digital & DTC da Galderma.

A dermatologista Daniela Pimentel (CRM 0112165-SP), que estava no local a convite da marca para palestrar, afirma que não apenas nessa época, mas durante todo o ano é importante ter atenção com a hidratação. "O ressecamento, se não for combatido, pode trazer complicações à saúde da pele. Por isso, estabelecer uma rotina de *skincare* com higienização adequada e hidratação efetiva com produtos

contendo ativos específicos, tais como niacinamida, pantenol e glicerina, é indispensável", explica.

O público também pôde conhecer a linha Healthy Renew, lançada recentemente por Cetaphil.



potente de ingredientes, como peptídeos purificados, oryza sativa e extrato de edelweiss.

Além das dicas de dermocosméticos, o ácido hialurônico in-

jetável Restylane[®] Skinboosters[™] também se destaca como uma opção de hidratação da pele de dentro para fora³, além de amenizar linhas finas⁴ e cicatrizes de acne⁵.

"Os *skinboosters* são um tipo de gel de ácido hialurônico que formam reservatórios de ácido hialurônico na pele, potencializando sua hidratação. A substância, que pode ser aplicada no rosto e diversas áreas do corpo, também age além da hidratação, podendo amenizar cicatrizes de acne e linhas finas, e proporcionar aquele efeito glow que toda pele saudável tem", afirma a Dra. Daniela.

Vale ressaltar que é necessário consultar um profissional de saúde para avaliar cada caso e indicar o melhor tipo de tratamento. Restylane[®] Skinboosters[™] é um produto utilizado em procedimentos estéticos injetáveis, que deve ser aplicado por um profissional de saúde habilitado à prática.

¹Pesquisa realizada com 200 dermatologistas © Inception | Dezembro de 2022. ²93% dos profissionais entrevistados recomendam Cetaphil para hidratação corporal © Inception | Dezembro de 2022. Ref. 9 em cada 10 Dermatologistas recomendam Cetaphil. Schagen, SK. Topical Peptide Treatments with Effective Anti-Aging Results Cosmetics 2017, 4, 16; doi:10.3390/cosmetics4020016. ³Nikolis A and Enright KM. Evaluating the role of small particle hyaluronic acid fillers using micro-droplet technique in the face, neck and hands: a retrospective chart review. Clin Cosmet Invest Dermatol.2018;11:467-475. ⁴Strecker M et al. Stabilized hyaluronic acid-based gel on non-animal origin for skin rejuvenation: face, hand and décolletage. J Drugs Dermatol. 2013; 12(9):990-4. ⁵Dierickx C, Larsson MK, Blomster S. Effectiveness and Safety of Acne Scar Treatment With Nonanimal Stabilized Hyaluronic Acid Gel. Dermatol Surg 2018;44(Suppl 1):S10-S18.



MINAS GERAIS É PALCO DE INCENTIVO

TIME DE FAMOSOS SE REÚNE EM NOITE DE CELEBRAÇÃO NO Suntuoso



Alessandra Mattar



Carol Trentini



Leandra Leal

À CULTURA INSTITUTO INHOTIM

Considerado um dos maiores museus a céu aberto do mundo, o espaço recebe segunda edição do Anoitecer.



Nilma Quariguasi
e Rômulo Estrela



Pedro Neves, Marcel Diogo,
Rodrigo Mitre e Luana Vitra

“Uma noite de arte e também de muito amor.”
(Thaila Ayala)

Personalidades das artes plásticas, da música e da dramaturgia se reúnem para prestigiar a segunda edição do Anoitecer Inhotim, cerimônia para

captação de recursos. Fundador do museu, Bernardo Paz recebe homenagem e discurso em agradecimento aos presentes e apoiadores.



Lucas Pessôa, Bernardo Paz
e Paula Azevedo

Considerado um dos maiores museus a céu aberto do mundo, o Instituto Inhotim, em Brumadinho, Minas Gerais, recebeu um time de estrelas na segunda edição do Anoitecer Inhotim, evento realizado em parceria com uma grife internacional, cujo objetivo é levantar fundos para a manutenção do museu. “Aqui tem um parque botânico maravilhoso, com plantas do mundo inteiro, com a

“Temos arte de primeira qualidade do mundo todo.”
(Bernardo Paz)

maior coleção de palmeiras do mundo. Além disso, temos arte de primeira qualidade do mundo inteiro”, frisou o fundador do espaço, Bernardo Paz (73), um dos homenageados da noite. Na ocasião, ele lembrou que os primeiros patrocinadores que chegaram ao instituto não acreditavam no que estava sendo construído. “Minha vida é o dia a dia disso aqui”, celebrou ele.

Entre os presentes, entusiastas



Bruna Kehrvald, Priscila Borgonovi,
Ana Eliza Setubal, Daniele Noce e Natalia Vasconcelos

das artes como Thaila Ayala (37), Leandra Leal (40), Rômulo Estrela (39) e Tiago Iorc (37) se encantaram com as belezas do local. “Uma noite de arte e muito amor”, comentou Thaila, acompanhada de seu Renato Goês (36). “Uma momento para guardar na memória e no coração”, destacou a top Carol Trentini (36), que assim como todos os convidados desfilou estilo e sofisticação.

“Momentos assim alimentam a alma, os amores e fortalecem os laços.” (Rômulo)

Aos pés do Tamboril — árvore símbolo do Inhotim — os convidados puderam prestigiar um jantar promovido pelo chef Cantídio Lanna, que trouxe uma releitura contemporânea dos tradicionais sabores mineiros. Para completar a experiência, a noite ainda foi embalada pela apresentação de Tony Gordon (58), vencedor do *The Voice Brasil* 2019, e seu vibrante repertório de blues, soul e jazz. ●



Tiago Iorc e sua
Duda Rodrigues



Ronaldo Fraga
e Flavia Moretzsohn

Estilo e elegância dão o toque fashionista à noite. O local, reverenciado por amantes das artes e da cultura contemporânea, é referência mundial e traz experiências únicas.

“Uma maravilha de lugar. Inhotim nos faz bem.”
(Paola Carosella)

ESTILO

SPORT BILD AWARDS



Julia Josten



Lisa Loch, na cerimônia de entrega do Sport Bild Awards, em Hamburgo, na Alemanha



Marcus Höfl e Maria Höfl Riesch



Christina Rann



Sylvia Walker



Anna Lewandowska



Greta Lierhaus e Monica Lierhaus



Doreen Dittrich e Stefan Kretzschmar



Ina Menzer



Monika Sozanska



Sebastian Ogier
e Andrea Kaiser



Anna Kraft



Emilia Bartoeck



Esther Sedlaczek



Nicola Yvonne Jorde
e Felix Magath



Ute Hascher Brückner
e Gerd Hascher



Denise Schindler



Magdalena Brzeska

por **Fernanda Chaves**

Os ventos sopram a favor de **Barbara Reis** (33). Talento e dedicada, a atriz dá vida à sua primeira protagonista em novelas — e logo no horário nobre — e tem aproveitado o momento com força e gratidão. Estrela da global *Terra e Paixão*, ela segue com a agenda cheia por conta das gravações, mas reservou a manhã de um domingo para fotografar para a *CARAS* na Casa Julieta de Serpa, no Rio de Janeiro. “O fo-

“Represento muitas pessoas por ser um corpo negro no lugar de protagonismo.”

*guete foi lançado e eu tenho que pegar na cauda dele, porque o sucesso é muito efêmero, ele vem e se você não pega na cauda dele, você perde. Então, agarro todas as oportunidades que posso e não faço corpo mole”, afirma a artista que, em breve, estará no ar em dose dupla na TV Globo, com a estreia de *Todas as Flores*. Além disso, Barbara está na trama central de *O Negociador*,*



AS CONQUISTAS
PROTAGONISTA DE TERRA E

A full-page photograph of actress Barbara Reis. She is standing on a balcony with an ornate black metal railing. She is wearing a shimmering, deep purple, sleeveless dress with a draped neckline and a high slit on the left side. Her hair is styled in a voluminous, dark, curly updo. She is looking directly at the camera with a slight smile. The background features a large, arched stained-glass window with warm, golden light. To the right, a small, glowing lamp is visible on a stand. The overall atmosphere is elegant and classic.

Na Casa Julieta Serpa, no Rio, Barbara celebra sua primeira protagonista em novela e reflete sobre representatividade. Atriz rompe com estéticas.

CLUBE DE REVISTAS

DA TALENTOSA BARBARA REIS
PAIXÃO, ELA ROMPE PADRÕES E EXALTA AS ORIGENS



CLUBE DE REVISTAS

**“Sou fluida,
sou uma pessoa
que abraça as
oportunidades.”**

FOTOS: PIERRE-GABRIEL; STYLING: SAMANTHA SZCZEP; BELEZA: TITO TIGRA; VESTUÁRIO: ANDRÉ RO; AGÊNCIAS: CHENETOS, GAMA, ALFA, LA SEDIA, VOZ, MANON, ROMARIA JORD, EDUARDO DINIZ, COTTE E ALMA, VITRON

série da Prime Video. Enfim, 2023 é o ano dela! “Esse momento está incrível, mas sempre pode melhorar”, destaca ela, otimista com a fase.

– Você não acreditou quando foi chamada para fazer um teste para ser a protagonista...

– É que eu estava vivendo um momento tão bom em *Todas as Flores*. Acreditava que não poderia ter algo melhor. E ninguém espera que, do nada, o telefone vai tocar para você fazer um teste para ser protagonista de uma novela das 9 do Walcyr Carrasco. Fiquei com uma sensação de ‘será que eu tenho capacidade?’. A gente sempre acaba duvidando, por mais que você conheça a sua jornada, saiba tudo o que atravessou para conseguir alcançar esse status de um protagonismo dentro da maior emissora de TV do País.

– Sente que chegou ‘lá’?

– Eu encaro a profissão como uma grande guerra e cada trabalho que faço é uma batalha, é uma barreira que atravesso para continuar ultrapassando as fases dessa

A atriz gosta do retorno do público. "O artista é feito não só do próprio trabalho, mas também do público e como você lida com ele", afirma.



guerra para poder vencer. E vencer é estar sempre em movimento, sempre trabalhando. Não é chegar a um lugar, é chegar a esse lugar e permanecer lá.

– Você tem emplacado bons personagens, mas protagonista é protagonista. Qual é a importância de ocupar esse posto?

“Acredito que quem é feliz não fica gritando, por aí, né? Eu sou do time do calada vence.”

– A importância é pelo o que eu represento, pelo fato de eu ser essa mulher negra no lugar de destaque que, até então, a gente não era colocado. Eu represento muitas pessoas, um Brasil inteiro, não só o gênero feminino, mas o masculino também, por ser um corpo negro no lugar de protagonismo.

– Você não se via na TV?

– Eu não me via. Falando em

geração, a minha referência de mulher de sucesso no audiovisual era a Taís Araújo. Então, é importante que ocupem não só comigo, mas que a gente continue tendo essa colocação de pessoas negras nesses lugares de destaque, porque acredito que a gente só constrói a imagem de um ideal possível quando a gente forma essa imagem diariamente na casa das pessoas, de você ver que é um lugar digno de a gente ocupar. Esse movimento é importante para que, no futuro, a gente nem precise mais falar sobre isso, que realmente seja natural você ver uma mulher negra como protagonista.

– É sobre representatividade...

– E eu fico feliz porque fujo também do padrão da estética física que era colocada na TV, de só mulheres magras. Então, acredito que venho com um pacote, uma mulher com coxa grossa, com quadril largo, com celulite, não tendo essa luta, essa cobrança por uma estética. Acredito que todas as mulheres são de verdade,



Noiva do ator Raphael Najan, a atriz não está com tempo de planejar o casamento. Seu foco no momento é a Aline de Terra e Paixão.



CLUBE DE REVISTAS

mas acho que também rompe muito com esse padrão que hoje deixa muitas pessoas doentes, querendo perseguir um ideal estético que não existe.

— O que mudou na sua vida depois que virou protagonista?

— Agora saio na rua e não passo mais despercebida, todo mundo sabe quem sou, pede foto, mas é gostoso sentir o calor do público. Só que não tenho tanto tempo para sentir isso, tem sido de casa para a Globo e da Globo para a minha casa.

— Noticiaram que você tinha se mudado do Méier, que estava renegando suas raízes...

— É porque acredito que sou uma artista que não polemiza, não estou nos tabloides. Tenho o meu relacionamento, a minha vida pessoal muito restrita, porque acredito que quem é feliz não fica gritando por aí. Sou do time do calada vence. Eu dou valor a quem sempre esteve comigo e acredito que as pessoas adoram comparar situações com outras

que não têm nada a ver. Agora, percebendo essa exposição, querem falar da gente. Então, ficam buscando coisas para que, de alguma forma, polemizem isso e mudem totalmente as coisas. Eu me mudei, sim, mas não saí da zona norte, continuo lá porque zona norte sou eu. E eu não sou fechada a mudanças, eu nunca

disse que não sairia de onde vim. Sou fluida, uma pessoa que abraça oportunidades quaisquer que elas sejam, mas sigo na zona norte.

“Me mudei, sim, mas não saí da zona norte, continuo lá porque a zona norte sou eu.”

— Você não se deslumbrou...

— Minha família sempre foi estruturada e me deu esse lugar de pé no chão, de não esquecer que tudo foi conquistado com esforço e trabalho. Meu sonho é viver do meu trabalho e, se de alguma forma eu desprestiar o meu meio de trabalho deixando isso subir à cabeça, sei que vai me prejudicar. Gosto de tratar as pessoas da forma como gostaria de ser tratada. Deixar o sucesso subir à cabeça não dialoga com a pessoa que sou. ●



CLUBE DE REVISTAS

*“Eu sou uma
mulher com coxa
grossa, quadril
largo e celulite.”*

CARAS

ENCONTRO DE SAÚDE AÇÃO BENEFICENTE EM SP

Um time de profissionais da saúde se reuniu com notórias incentivadoras no hotel Rosewood, em São Paulo, para almoço com o objetivo de organizar todos os preparativos do próximo World Thrombosis Day, o Dia Mundial da Trombose, que contará com jantar beneficente promovido pela Sociedade Brasileira de Trombose e Hemostasia, a SBTH, em novembro. Entre as presentes, estavam **Joyce Annichino** e **Ariane Macedo**, presidente e vice-presidente da SBTH, e a designer de joias **Gabriela Cambui**, eleita do doutor **Cyrillo Cavalheiro Filho**, presidente de honra da SBTH. O encontro foi marcado por boas conversas e resoluções para o grande evento.



SILVANA CARVALHO



AGÊNCIAS

LUCIANA MELLO NO RIO A CANTORA APARECE SOLTEIRA

Bastante discreta em relação à vida pessoal, a cantora **Luciana Mello** (44) fez a primeira aparição pública após o fim do casamento de 14 anos com o fotógrafo **Ike Levy** (47). Celebrando seus 35 anos na música, Luciana manteve a agenda de shows e não tem comentado sobre a separação, que foi oficialmente anunciada por Ike nas redes sociais.

INTELE
9 440270

KINEPOLIS

INTELE
9 440270

INTELE
9 440270

INTELE
9 440270



GETTY IMAGES

PREMIÈRE EM MADRI FAMOSAS EM NOSTALGIA

Agora adolescentes, as tartarugas mais famosas do mundo estão de volta aos cinemas na animação **As Tartarugas Ninja: Caos Mutante**. A pré-estreia aconteceu em Madri, na Espanha, e reuniu famosas como a cantora **Samantha Gilabert** (29) e a influenciadora e modelo **Marta Riesco** (35), que se divertiram com os personagens no red carpet do evento. "Faz parte da minha infância", falou Marta.

PALCO DE HONRA A GRANDE FERNANDA

Grande dama da dramaturgia brasileira, a atriz **Fernanda Montenegro** (93) apresentou o monólogo *Nelson Rodrigues por Ele Mesmo*, no Parque Madureira, Rio de Janeiro. O evento marcou os 10 anos do teatro que leva o nome de **Fernando Torres** (1927-2008), com quem a atriz foi casada por 60 anos.



GETTY IMAGES



MAHISHA DELLINGER A EXCELÊNCIA NEGRA EM FOCO

Fundadora da Curis, marca de produtos voltados para a beleza negra, a empresária e apresentadora **Mahisha Dellinger** (50) organizou um desfile para exaltar as tendências de estilo, anunciando desde *laces* naturais até os visuais mais irreverentes. Toda a renda do evento fashion foi revertida para instituições beneficentes. "*Meu objetivo é deixar um legado para minha família e filhos. Nós, negros, também podemos muito e temos que mostrar todo potencial que temos dentro de nós mesmos*", declarou Mahisha.

CLUBE DE REVISTAS

Teatro J. Safta

grandes artistas, grandes espetáculos!

COMPRE SEU INGRESSO: teatrojsafta.com.br

Angela Dippe na comédia DA PUBERDADE A MENOPAUSA ATÉ 31/08 QUI. 21H30	CLÁUDIA MAURO e ÉDIO NUNES VIDA PASSOU POR AQUI 01 a 09/09 SEX. e SÁB. 21H	JOYCE CANOJO e CHICO BUARQUE CHICO BUARQUE 02 a 24/09 SÁB. e DOM. 18H	UMA NOITE NA ÓPERA CONCERTO COM ORQUESTRA E CANTORES. ARIAS E DUETOS DE ÓPERAS DE MOZART, DONIZETTI, PUCINI E MUCHO MAIS... 07/09 QUI. 21H	22 e 23/09 SEX. e SÁB. 21H
EDUARDO BUENO em BRASIL: PECADO CAPITAL 29/09 a 01/10 SEX./SÁB. 21H e DOM. 19H	THE FEVERS DO VINIL AO DIGITAL 06/10 SEX. 21H	THIAGO SOARES em ÚLTIMO ATO 07 e 08/10 SÁB. 21H e DOM. 19H	VERÔNICA SABINO CHICO BUARQUE "Eu faço samba e amor" 14/10 SÁB. 21H	CLUBE DE MANTUROS BOB 15/10 DOM. 16H
Sergio Mallandro QUEM TÁ DESPREZADO, GRITAAA! 18/11 SÁB. 21H				

Curadoria Artística
MAURICIO & EDUARDO MACHADO
FIGUEIREDO

Administração e Gestão
manhas&manias
projetos culturais
manhasmanias.com.br





semente e legado

Autora de *Ser-Para Ter - 12 Passos Para Uma Vida Plena*, fala sobre herança através da transformação pessoal

Deixar um legado é algo que muitas pessoas buscam. Para a comunicadora **Aline Dalcin**, é vital que nossas ações e contribuições tenham um impacto real no outro. “A construção de um legado genuíno requer mais do que apenas realizações tangíveis, exige uma profunda conexão com o nosso eu interior e uma jornada de autoconhecimento. Compreender nossas motivações internas, fraquezas e paixões, é o início para construir algo que vá além de nossa própria existência”, afirma.

Para a autora do livro *Ser para Ter - 12 Passos Para Uma Vida Plena*, sua obra serve de guia para conquistar essa meta. “Ele desvenda as etapas, não como uma busca incessante por bens materiais, mas como uma exploração par-

ticular que molda a relação com o mundo exterior. Cada um dos passos é uma pedra fundamental nesse processo. Desde a prática da gratidão até relacionamentos significativos, cada aspecto é moldado pelo autoconhecimento. Quando nos conhecemos de verdade, podemos cultivar conexões autênticas e tomar decisões que ecoam por gerações”, revela.

Segundo Aline, essa herança é responsável por influenciar o curso da história. “Convido você a pavimentar o caminho para um legado que ressoa muito além da nossa existência física. Ao abraçar as lições desse livro, não apenas moldamos nosso destino, mas deixamos uma trilha para aqueles que nos sucedem”, diz. “Dedico este livro para o meu maior legado: minhas filhas, **Isabelle Dalcin** e **Nicolle Dalcin**”, completa.



MARIA CLÁUDIA TONIELO

DO ENGENHO PARA A LIDERANÇA NO AGRO



Cláudia Maria Toniello é a força feminina à frente de usinas no interior paulista. Da área administrativa aos trabalhos pesados, como pilotar um trator: nada é uma barreira para ela.

CARAS & COUNTRY

Ela nasceu e cresceu em meio ao universo do agronegócio. “Acho que posso ser considerada um exemplar perfeito de uma menina do engenho”, define Cláudia Maria Toniello (55), única mulher à frente da diretoria do Grupo Toniello, que concentra esforços em usinas de etanol, açúcar e outros segmentos na região de Ribeirão Preto, no interior de

“Eu posso ser considerada um exemplar de uma menina do engenho.”

SP. “Vivia o dia a dia da destilaria, vendo meus pais, tios e avós trabalharem”, lembra ela.

Conquistar seu espaço, porém, não foi tarefa fácil. “A cultura italiana é patriarcal, o machismo impera, há divergência de pensamentos, mas isso já está no fim”, celebra Cláudia, que encabeça movimentos para incentivar a força feminina no agro. “Minha missão é elevar o protagonismo feminino, que vem ajudando nossas indústrias a serem reconhecidas”, diz ela, que não fica apenas na parte administrativa! “Até trator eu piloto!”, avisa ela, sempre pronta para os desafios. ●

Os melhores shows
pra você vibrar com a gente

VIBRA SÃO PAULO

20 AGO

**MINI BEAT
POWER ROCKERS**



25 AGO

CALUM SCOTT
BRIDGES WORLD TOUR 2023



26 E 27 AGO

**GATO
GALACTICO**



01 SET

ZEZÉ DI CAMARGO
RÚSTICO



16 SET

MANEVA
TOUR ESPECIAL - 18 ANOS



06 OUT

ROCK SESSION



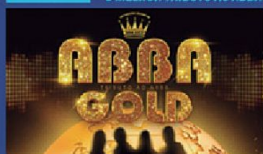
07 E 08 OUT

JOTA QUEST
TURNE JOTA25



21 OUT

ABBA GOLD
O MELHOR TRIBUTO AO ABBA



28 OUT

FÁBIO JR



10 NOV

**HALLOWEEN
DA PABLO VITTAR**



17 NOV

**OS PARALAMAS
DO SUCESSO E IRA!**



08 E 09 DEZ

DJAVAN
FORMATO MESA OU PISTA



guia
SÃO PAULO

guia
SÃO PAULO

guia
SÃO PAULO

PROGRAMAÇÃO COMPLETA
em vibrasapaulo.com e nos
canais oficiais @vibrasapaulo

INGRESSOS EM

uhu.com



Garanta sua vaga
de estacionamento
previamente!

**Troque seus pontos
por ingressos**

**PETROBRAS
premmia**

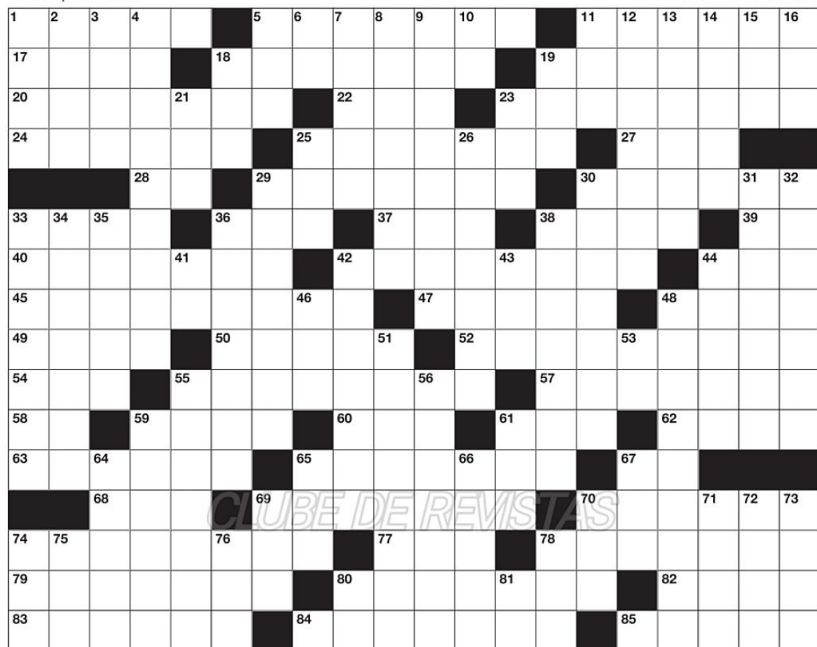
Baixe o App Premmia



Av. Nações Unidas 17955
Vila Almeida - São Paulo/SP
Estacionamento no local

ADMINISTRADA POR

OPUS
ENTERTAINMENT



HORIZONTAIS

1. Antiga calculadora manual. **5.** 007 *Contra o Homem com a ...* de Quro, filme americano. **11.** Moluscos produtores de pérolas. **17.** Papai (...), figura do Natal. **18.** Canoaagem. **19.** Dispendioso. **20.** Qualidade dos heróis. **22.** (...) Barroso, compositor mineiro. **23.** Função da lanterna. **24.** Paulo Henrique (...), apresenta o Domingo Espetacular. **25.** Que não é pública. **27.** Sufixo de londrina. **28.** Abreviatura de idade Média. **29.** Chapéu de malaios. **30.** Muito velha. **33.** Rédea, em inglês. **36.** Silaba de sôror. **37.** Cultiva a terra. **38.** Interpreta no Teatro. **39.** Iniciais do ator baiano Lázaro Ramos. **40.** Emaranhar. **42.** Farmácia. **44.** O número 104, em algarismos romanos. **45.** Tipo de veludo. **47.** Adicionar. **48.** Sem umidade. **49.** Canção, em inglês. **50.** Entidade de contos de fadas. **52.** Muito quente. **54.** Holiday on (...), espetáculo sobre o gelo. **55.** Os frutos como o limão. **57.** Time de futebol em que Zico jogou na Itália. **58.** Siga em frente. **59.** Marquês (...), escritor francês. **60.** Em + as. **61.** A sétima letra grega. **62.** Os (...) Porquinhos, conto infantil. **63.** Enfrente. **65.** Espançada. **67.** Terceira nota musical. **68.** Abreviatura de Europa. **69.** Molho de saladas. **70.** Nota de dinheiro. **74.** Sadio. **77.** Brado de cocheiros. **78.** Ser um sucesso, na gíria. **79.** Prender o navio ao cais. **80.** Tranquilo. **82.** Cubo

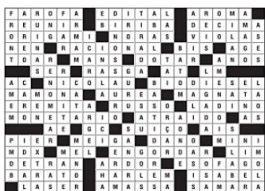
de jogos. **83.** Designação literária do Amazonas. **84.** Proteína que forma as fibras musculares. **85.** São dois em 100.

VERTICAIS

1. Garupa de animal. **2.** Rápida alta da Bolsa de Valores. **3.** Ar, em aeronave. **4.** Instrumento musical de sopro. **5.** Silaba de pampa. **6.** Se, em inglês. **7.** Sobre nome do baterista dos Beatles. **8.** Tremar de frio. **9.** Os usos, por seu regime alimentar. **10.** Iniciais do sanfoneiro nordestino Luiz Gonzaga. **11.** Sigla das Nações Unidas. **12.** Parcialmente vestida. **13.** Dobro de quinze. **14.** Cora (...), jornalista brasileira. **15.** Apêndice de insetos. **16.** Forma reduzida de senhor. **18.** O sono com atividade onírica. **19.** Brincadeira da torcida na arquibancada. **21.** Aguardente de cereais. **23.** Início da viagem. **25.** Paroiso na dança. **26.** Sua capital é Maceió. **29.** Utilidade do urucum. **30.** Ousada. **31.** Açúcar cristalino e incolor. **32.** Vegetais do pomar. **33.** O elemento como o sódio. **34.** Cismar. **35.** (...) Ravache, atriz brasileira. **36.** Chiado. **38.** Fécula de biscoitos. **41.** Lady (...), princesa britânica. **42.** Controlar. **43.** Sigla de Associação Mundial de Boxe. **44.** Não resistir. **46.** (...) de cotovelo; despeito por amor. **48.** Sua (...), o papa Francisco. **51.** Romance do escritor tcheco Franz Kafka. **53.** Sim, em espanhol. **55.** Roleta de ônibus. **56.** Minissérie de 2001 com o ator paulista Fábio Assunção. **59.** Cumprimento. **61.**

Significa plantação, em vinhedo. **64.** Forma reduzida de neurologista. **65.** Abreviatura de palavra. **66.** (...) de Almeida, sambista brasileira. **67.** Mar, em francês. **69.** Ser proprietário. **70.** Silaba de cromo. **71.** Utilizar. **72.** Face de objeto. **73.** Armações de pandeiros. **74.** Abreviatura de Sua Alteza Real. **75.** Gavota, em tupi. **76.** Medida equivalente a um watt. **78.** Sufixo de feijoadas. **80.** Constante matemática de valor 3,1416. **81.** Dentro, em inglês.

SOLUÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR





FAÇA COQUETEL E POTENCIALIZE SUA MEMÓRIA!



Mais de 100 páginas com os melhores jogos e desafios.

Aproveite!

Nas bancas e livrarias!

 **COQUETEL**

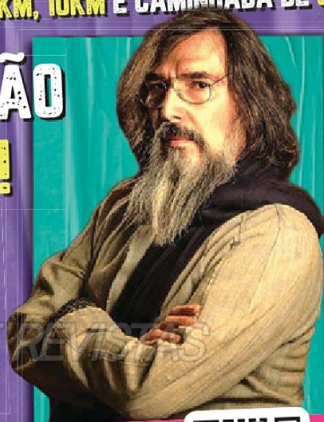
revistascoquetel.com.br

RollingStone Music&Run

09/12 PARQUE VILLA-LOBOS | SÃO PAULO
CORRIDA DE 5KM, 10KM E CAMINHADA DE 3KM

NOVA ATRAÇÃO
CONFIRMADA!

LOBÃO
& **VANISHING
VOLCANOES**



INSCREVA-SE



**CORRIDA
SHOWS
OPEN BAR
DE CERVEJA**

ALCEU
Valença

**ABERTURA
WARRIORS
(CLASSIC ROCK)**



Apoio



PARQUE
VILLA-LOBOS



INSTITUTO
SPRING



SÃO PAULO

GOVERNO DO ESTADO
Secretaria de
Bela Arte, Cultura,
Esporte e Turismo



@_ROLLINGSTONEMUSICANDRUN
ROLLINGSTONEMUSICANDRUN
MUSICANDRUN.COM.BR

REUNIÃO DE ELENCO LEITURA DE BELEZA FATAL

As vésperas de estreiar *Beleza Fatal*, a primeira novela da HBO Max, o elenco se reuniu no Rio de Janeiro para a leitura de roteiro da produção. Por lá, os atores Breno Ferreira, Kiara Felipe (27), Manu Morelli (22), Santiago Acosta (30), Júlia Stockler (35), Murilo Rosa (53), Camila Pitanga (46), Herson Capri (71), Augusto Madeira (53), Marcelo Serrado (56), Vanessa Giacomini (40), Caio Blat (43), Giovanna Antonelli (47), além de Romani (29) marcaram presença em clima de festa.



FELIPE MELQUIADES FAZ 11 NO RIO, FESTA COM OS AMIGOS

Torcedor do Flamengo, Felipe Melquiades colocou o uniforme, reuniu os amigos e comemorou a chegada dos 11 anos, no Rio de Janeiro, com muita festa. "Teve amigos, familiares, futebol e pizza. Não estava sol, mas isso foi mais que ótimo", falou o ator mirim, entre risos. "Eu também arranquei um dente de leite", completou ele, que interpreta Cristian em *Terra e Paixão*, trama global das 9. Entre os presentes, estavam os atores mirins Davi Queiroz (10), que está no ar em *Amor Perfeito*, também da Globo, além de Matheus Assis (8), que divide cena com o aniversariante. "Armei minha festa! Joguei futebol com os amigos que fiz quando cheguei aqui no Rio e fiquei muito feliz que eles foram", celebrou.

RISHI SUNAK: DIA DE ARTE INCENTIVO À EDUCAÇÃO INFANTIL

Primero-ministro britânico, Rishi Sunak (43) tem apresentado diversas iniciativas para incentivar e valorizar a educação infantil. Em visita oficial a uma escola em North Yorkshire, Inglaterra, ele apresentou seu planejamento para expandir as demandas do setor educativo até 2025 e ainda aproveitou para interagir com alunos da instituição. "Aprendo com as crianças!", disse ele, que se divertiu com os pequenos ao lado da secretária da Educação, Gillian Keegan (55).



DIVA SUSAN SARANDON TEMPORADA DE FÉRIAS EM NY

Com os fios mais curtos e um ar de leveza, a atriz **Susan Sarandon** (76) colhe frutos de seu último trabalho e aproveita os dias de férias em Nova York, nos Estados Unidos. Com visual casual, ela foi vista pelo bairro de East Village. Atualmente, ela celebra a estreia e o sucesso do longa *Besouro Azul*, no qual vive a vilã Victoria Kord. "A personagem é aquela que está alimentando uma farsa para obter riquezas, sob o pretexto de tornar o mundo seguro para a democracia. Isso me pegou", contou a atriz, que divide a cena com **Bruna Marquese** (28).



**CLEO VALORIZA A DIVERSIDADE DE CORPOS
POR MEIO DA MODA, ELA HONRA ESSÊNCIA FEMININA**

Icone de beleza e estilo, **Cleo** (40) ressaltou as curvas ao assinar a nova coleção de roupas de uma varejista global. Focada em estilo e autenticidade, a linha traz 60 peças, entre blusas, vestidos, saias, macacões e conjuntos. *"Sempre vi a moda como uma forma de contar*

histórias e expressar quem eu sou”, contou Cleo, que valoriza a versatilidade na hora de eleger as suas produções. “Quando as pessoas encontram roupas que as fazem se sentir confortáveis e confiantes, estamos celebrando a diversidade”, completou.



TOKIO MARINE
HALL

PRA ONDE VOCÊ RESOLVER IR,
A MÚSICA TE LEVA

OS MAIS
AMADOS
DE SP

TOKIOMARINEHALL.COM.BR



Da Magrinha
100% INTEGRAL

Azul

Midia Partner:



ESTANPLAZA



CRISTÁLIA
Sempre um passo à frente.

Realizações:
grupo Tom



CIENTES
TOM MACK
FEM BENEFICIOS
EXCLUSIVOS



Ninguém planeja fracassar, fracassa quem não planeja!

Nosso propósito é blindar o patrimônio dos nossos atletas e construir uma estrutura sólida para suas famílias. Nosso grupo existe para mudar a estatística do futebol, para que esses atletas com uma renda tão alta, não tenham o padrão de vida impactado após o final da carreira. Sou grata a Deus por mais de 450 atletas e suas famílias que nos foram confiadas. Não olhamos para o jogador de futebol como a maioria olha, apenas visando o lucro, mas sim como profissionais que precisam desse olhar humanizado. Por isso temos obtido um crescimento exponencial, porque somos isentos e livres de conflito de interesse.

Sandra Ganzert - Especialista em Gestão de Risco e CEO do Grupo WePlan

+90%

**dos atletas do futebol profissional,
quebram financeiramente em até 5
anos após encerrar a carreira.**

Um planejamento estruturado, com uma visão
ampliada de futuro, nos blinda e nos faz crescer!
E o sucesso é consequência!

+450 ATLETAS

PROTEGIDOS COM A WEPLAN



2 LENDA DO FUTEBOL

CLUBE DE REVISTAS

Junte-se a nós e alcance novos patamares

Vinicius Goes

Já fui alvo de várias propostas ruins, e fiz péssimos negócios que me levaram a perder muito dinheiro. Hoje com a WePlan me sinto seguro, e não faço nada sem consultar a empresa. Isso me traz muita segurança pra tomar minhas decisões. Sou grato pela parceria com a Sandra Ganzert, essa mulher visionária CEO do Grupo WePlan

AS BOL

em sua carreira



CLUBE DE REVISTAS
Gustavo Silva

A WePlan me dá todo suporte e segurança que preciso para jogar tranquilo, sabendo que meu patrimônio e minha família estão protegidos. Eles me acompanham desde o início da minha carreira, e já são meus amigos. Sou grato por todo esse tempo de caminhada.



@grupoweplan

www.grupoweplan.com.br

CARAS

MOMENTOS



INVICTO, VÔLEI BRASILEIRO SE TORNA CAMPEÃO ANTECIPADO A SELEÇÃO FEMININA HONRA O SUL-AMERICANO E FOCA NAS OLIMPIADAS

Mesmo após conquistar o título sul-americano por antecipação, a Seleção Brasileira Feminina de Vôlei manteve o alto nível de desempenho e fechou sua passagem no torneio com chave de ouro, vencendo a Colômbia por 3 sets a 0, em jogo realizado no Recife. A vitória garantiu ainda o título invicto, sem perder sequer um set na competição. Comandadas pelo técnico **Zé Roberto** (69), as jogadoras encerraram o campeonato

com honra e, depois do 23º título, seguem focadas para a grande disputa do torneio pré-olímpico, em setembro, que vale vaga para os Jogos de Paris 2024. "Foi uma vitória importante, a equipe ganhou jogando bem e com muita energia positiva. Estou feliz com esse título, mas nós ainda temos muitos jogos importantes. Que energia boa, gente!", frisou a central **Thaís Dahér** (36), um dos maiores destaques do sul-americano e veterana do Brasil.



por **Fernanda Chaves**

Após quase 30 anos de trabalho na TV Globo, onde atuou como apresentador e ator, **André Marques** (43) vive uma nova fase, na qual é responsável por tudo o que produz. Apaixonado por viagens e culinária, o niteroiense uniu o útil ao agradável no *Contando Histórias com André Marques*, seu canal no YouTube. Por lá, além de viajar com um carro com cozinha móvel, recebe ami-

“Estou feliz pra caramba, me sentindo com 20 anos, mas com minha cabeça de 43.”

gos em casa para bater papo e preparar pratos. Feliz com o que tem feito, ele conta como tem sido a vida após o fim do contrato com a emissora, a qual ele é muito grato, mas avisa que não pensa em voltar para a TV e que ser pai, no momento, não está nos seus planos.

— Após anos dentro de um estúdio, agora você não para, está cada hora em um lugar...

— Sempre gostei muito de viajar e cozinhar. Trabalhei anos na melhor empresa de TV, na TV Globo, e tenho a maior gratidão, mas



ANDRÉ MARQUES
APÓS ANOS DE TV GLOBO,

A man with short dark hair, smiling broadly, is wearing a bright yellow short-sleeved button-down shirt. He is holding a light-colored ceramic plate with both hands, presenting a dish of food that includes two white, round items (possibly dumplings or eggs) garnished with green herbs. The background is a kitchen with various items like pots and a blender visible. A yellow text box is in the top right corner.

Em sua casa, no Rio de Janeiro, ele se dedica ao seu novo programa culinário no YouTube, o *Contados Histórias* com André Marques.

CRIBE DE REVISTAS

ABRAÇA SUA FILOSOFIA DE VIDA
APRESENTADOR SE REINVENTA DIANTE DA INTERNET



“Minha gratidão aos meus quase 30 anos na TV Globo é imensa.”

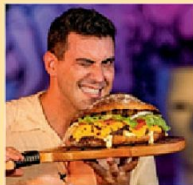
Com o desejo se rodar o País, André montou um carro equipado com uma cozinha móvel. Um dos locais escolhidos foi a Serra da Canastra, em

Minas Gerais. “Quería gravar um programa de gastronomia e viagem”. Dedicado, ele cuida de todos os processos de seu canal na internet.



CLIQUE DE REVISTAS

GASTRONOMIA: UMA DAS MAIORES MANIFESTAÇÕES DE AMOR E AFETO DO ARTISTA



Por gostar de cozinhar, o artista sempre compartilhou nas redes sociais os pratos que preparava e com o canal do YouTube isso ficou mais profissional. Dono de uma butique de carnes no Rio de Janeiro, onde, às vezes, ataca de cozinheiro, ele não pensa em buscar uma formação em gastronomia. “Se um dia eu sentir a necessidade de fazer, faço, mas estudo bastante na internet, ligo para os meus amigos chefs, pergunto as coisas. Estou indo assim e está sendo prazeroso”.



queria realizar meus sonhos. Eu sempre fiz coisas que amei na vida, algumas nem tanto, mas faz parte do processo, a gente não consegue sempre trabalhar 100% com o que a gente gosta, faz parte da vida de todo mundo. Mas resolvi dar um tempo e me dedicar às minhas paixões. Estou indo degavar, do meu jeito, mas estou feliz pra caramba.

— **Era um sonho engavetado?**

— Eu já cozinhava em casa, já tinha uma butique de carnes, mas quando fiz o *Super Chef*, lá no *Mais Você*, que eu até ganhei, me despertou um tesão maior. Eu tinha esse projeto, tanto que, quando comecei a fazer o carro, era porque queria fazer o programa com uma cozinha móvel, para cozinhar em lugares de difícil acesso. Eu ainda estava na Globo quando comecei a montar o carro. Não era uma coisa engavetada, era um sonho que apareceu. Por conta do trabalho estava na caixinha, mas não tinha sido esquecido. Eu sabia que um dia iria fazer.

— **Nos programas gravados em sua casa, você recebe amigos...**

— Só chamo gente que eu realmente tenho intimidade. Já apresentaram o cara mais famoso, para eu chamá-lo porque vai dar

O niteroiense viaja por vários dias para gravar conteúdo e cozinhar. No momento, ele não pensa em retomar a carreira na televisão.



engajamento, mas estou cagando para isso. Eu chamo meus amigos, pessoas de que gosto, que já comeram minha comida. Se não tivesse gravando, estaria tudo do mesmo jeito, só o cenário que não estaria tão bonito, o cabelo bagunçado, mas é do jeito que eu sou, não tenho pré-produção, maquiagem.

— **Pensa em voltar para a TV?**

— Não penso em voltar, não. A gente não pode dizer nunca, né?

“Para voltar para TV teria que ser fazendo algo relacionado ao que gosto.”

Mas, para voltar para TV teria que ser algo relacionado ao que eu gosto. Ou gastronomia, ou viagem ou cachorro. Voltar para fazer um programa que não tem nada a ver com o que penso, com as minhas filosofias. Já até fui convidado, logo assim que saí da Globo, para outra emissora, para fazer um programa que era parecido com o que eu já fazia. Eu agradei, mas, por ora, tirei um ano meio que sabático para pensar em tudo que eu

queria fazer, viajei, curti. Se você me ver em uma emissora, seja ela aberta ou fechada, vai ser fazendo uma coisa que acho legal relacionada às coisas de que gosto, só para estar na TV trabalhando não.

— **Esse período foi importante porque, desde sua estreia na TV, você não parou mais.**

— Eu sou meio agitado, ansioso, não consigo ficar parado. Daí, fui fazendo as coisas como queria, estudando, comprando equipamento, montando do meu jeito. Sou eu que edito meus vídeos, que produzo, que faço a minha programação. Não tem escritório para tomar conta do meu Instagram, para responder, curtir os comentários, fazer as postagens. Eu que faço, eu gosto e estou curtindo essa fase.

— **Como foi sair da TV Globo?**

— Trabalhei muito anos, juntei um dinheirinho, porque fui pessoa física, então, quase 30 anos, tinha um Fundo de Garantia para receber. O difícil, na verdade, é a mudança comportamental da sua vida. Você acorda e não tem mais a produção te ligando para dizer que horas você grava, não vai ter que ir para lá. É igual terminar de um casamento, você está acostumado. Tanto que, no texto que fiz de

CLUBE DE REVISTAS



Fazendo mistério sobre a vida amorosa, ele diz estar com o coração ótimo. De volta às pickups, o DJ toca em Ibiza ainda esse mês.



GLOBO DE REVISTAS



despedida, falei que a gente se separava no papel, mas que continuávamos grandes amigos. A gente pode ficar de vez em quando, se pegar ou não. Fiz essa alusão como se fosse um relacionamento, porque é uma vida mesmo. Lá me tornei um profissional dedicado, mudei de profissão, de ator virei apresentador, aprendi coisas como homem, então tem uma participação muito importante na minha vida. A minha gratidão aos meus quase 30 anos na TV Globo é imensa.

— Você tem um grande amor por seus cães, seria um ótimo pai. Pensa em ter filhos?

— Ouço isso de muita gente e eu também me analiso pelo jeito que sou com meus cachorros, imagino se eu tivesse um filho, né? Já pensei, mas acho que são fases. Quando era novo, tinha uns 16 anos, falava que queria ser pai para poder sair com meu filho aos 30. Depois, aos 20, falei não quero agora. Aos 30, pensei que não queria ter filhos. E não é um não

para a vida, mas se papai do céu perguntar, falar que meu prazo é hoje, vou responder que não quero. Eu adoro criança, tenho dois afilhados que são meus xodós, mas dentro do meu estilo de vida, das coisas que tenho programadas pra minha vida, para meu trabalho, hoje, eu diria não. Mas a gente não pode falar de amanhã, né?

— Como descreve sua fase?

— Eu acho que ninguém é 100% feliz, você tem momentos de felicidade e outros que, mesmo sendo feliz, tem suas dores, seus medos, suas tristezas.

“Já pensei em ter filhos, mas acho que são fases. Hoje não penso nisso.”

zas. Quando tudo isso aconteceu, que fiz essa mudança radical, você pensa que vai demorar séculos para voltar a se entender. Também tive essa dúvida, mas pensei que tenho meu pezinho de meia, tenho onde cair morto, saúde e amigos, que foram importantes nessa transição. Vi que foi uma coisa muito importante para mim. Hoje, estou feliz pra caramba, me sentindo com 20 anos, mas com a minha cabeça de 43.



Aldenice Barbosa, Luciana Rocha,
Ursula Canto e Thiana Maria



Elis Rossignol Torres, Luciana Rocha,
Lana Marques e Camila Quintanilha



Paula Souza, Erlande Lutz, Marcia Helena
de Oliveira e Henrique Turcato de Paula



Leticia Colmán, Fabiana Falcão, Lana Marques,
Renata França, Ailane Brito e Lili Bueno



Paloma Barbosa, Ana Paula Braga, Renata
França, Flávia F. Foschiera e Valéria Alves



Priscila Rezende, Maira Dedda,
Solange Vitoriano e Camila Quintanilha



Raissa Jelecky, Daniela
Mendonça e Ester Serrador



Glenda Vieira Braz, Bruna Braz, Renata
França, Selma Soares e Rosi Rodrigues



Verônica Moura, Denise
Neves e Ilika de Lima



Suziane Maia, Nathalia de Paula,
Rafaela Melo e Jaqueline Quintanilha



Bruna Dionisi, Luciana Thomé, Renata França,
Sarah Liborio, Valéria Mota e Ana Beatriz Moraes

PUBLICITARIO

Conferência Pupilas Renata França

Pupilas de Renata França se reúnem para homenageá-la em noite de gala

No emblemático Copacabana Palace – que está comemorando seu centenário em 2023 –, no Rio de Janeiro, aconteceu no dia 15 de agosto a **Conferência das Pupilas Renata França**, um momento histórico para 40 mulheres que homenagearam sua mentora. Esse evento foi idealizado por Elis Rossignol Torres, Luciana Rocha, Lana Marques e Camila Quintanilha, com muito carinho, pensando em todos os detalhes para proporcionar um encontro memorável. *“Quando damos as mãos, nos tornamos poderosas.”* (Pupilas Renata França)

CARAS



FOTOGRAFIA: JEFFREY M. HARRIS

TOTIA, MALU E HAMILTON ESTREIA VIP NO RIO DE JANEIRO

A espera acabou! No Rio de Janeiro, personalidades aplaudiram a estreia do espetáculo musical *O Jovem Frankenstein*, estrelado por nomes como **Totia Meireles** (64) e **Malu Rodrigues** (29). “É uma espécie de sátira dos filmes de terror”, falou Totia, ladeada por **Luiz Miranda** (53)

e **Marcella Rica** (31). A plateia ainda contou com presença de **Bruna Marquinez** (28), que se divertiu com **Hamilton Dias**, artista que interpreta o monstro. “Que peça divertida de fazer! *Equipe linda!*”, disse Hamilton. O espetáculo conta com versão original de **Charles Möeller** (56) e **Claudio Botelho** (58).

HILARY DUFF: MÚSICA E TV EM L.A., ELA FALA SOBRE CARREIRA

No elenco da série de TV americana *How I Met Your Father*, **Hilary Duff** (35) aproveitou dia de folga para ir às compras, em Los Angeles. Eternizada por protagonizar a série *Lizzie McGuire*, da Disney Channel, ela chegou a dizer que gostaria de se distanciar do papel. “Eu era adolescente e tinha muito em meus ombros. Eu precisava ser minha própria pessoa”, desabafou ela, que apostou na música para se desvincular da personagem. Ela lançou cinco álbuns ao longo da carreira e quer fazer novas investidas. “Quero voltar ao estúdio e gravar!”, avisou ela.



FOTOGRAFIA: JEFFREY M. HARRIS



FOTOGRAFIA: JEFFREY M. HARRIS

SABRINA E SILVIA RITMO DO CARNAVAL

O carnaval é só ano que vem, mas os preparativos para a maior festa popular do mundo já estão a todo vapor! Em SP, **José Victor Oliva** (69) – à frente de badalado camarote da Marquês de Sapucaí, no Rio – armou jantar para apresentar os seus planos. Por lá, **Silvia Braz** (43) e **Sabrina Sato** (42) souberam das novidades em primeira mão!

O ASTRO LOUIS KOO PROJETO COM ABELHAS

Famoso por atuar na longa *Detective Investigation Files IV*, o ator **Louis Koo Tin-Lo** (52) se tornou uma das maiores referências do cinema de Hong Kong e, apesar da fama, nunca deixou de olhar para suas origens. Engajado em projetos de preservação das abelhas, ele participou de uma ação em escola de Hong Kong. "Fiquei mais consciente de que as abelhas são uma parte indispensável da cadeia alimentar, mantendo de forma silenciosa o equilíbrio ecológico e assumindo a tarefa mundial de proteger o meio ambiente", destacou ele, que fez a alegria dos alunos. "Eles serão nosso futuro!", completou ele.

VOCOS/VA GETTY IMAGES



SOM DE THIAGUINHO EM NATAL, ELE EMBALA FÁS

Sinônimo de diversão, boa música e muito samba, o projeto **Tardezinha**, do cantor **Thiaguinho** (40), mais uma vez reuniu fãs do gênero para uma apresentação de tirar o fôlego. Desta vez, a cidade de Natal, no Rio Grande do Norte, foi o palco da edição. "Imagens que descrevem meus sentimentos ontem em Natal. A minha alma ainda está na Arena das Dunas! Se isso é um sonho, não me acordem, por favor!", exaltou o artista, que segue cruzando o País com a maior roda de pagode do Brasil! "O objetivo sempre foi fazer meu som e, graças a Deus, tenho conseguido fazer isso nos últimos 20 anos. De lá para cá, continuo o mesmo garoto sonhador, com a diferença de que hoje eu tenho muito mais a agradecer. E o sentimento agora é este: gratidão", definiu Thiaguinho, eleito do modelo e influencer **Carol Peixinho** (38).



FUNDADOR DA EDIÇÃO ORIGINAL:

Jorge Fonteviechia
CARAS é editada na Argentina,
Brasil, Portugal e Uruguai

PRESIDENTE

Luis Fernando Maluf
Vice-Presidente
Wardi Awada

DIRETORES CORPORATIVOS

Editorial: Pablo de la Fuente
Comercial: Márcio Maffei
Finanças e Controle: Filipe Medeiros

Marketing e Circulação: Luciano Romano
Diretor de Publicidade: Willian Hagepian
Internet: Tomás Rocha Sampaio
Conteúdo digital: Ademir Correa



(Lançada em 1993)

Editor-Chefe: Fabricio Pellegrini / Subeditora:
Tamara Gaspar (SP); Redação: **Mariana Silva** (Revisão):
Hellen Ribeiro; Editor de Arte: **Pedro Mazzuchelli**.
Fotografia: **Tainara Amaral**; Prepress: **Emerson**
Capa: Publicidade: **Conceição Augusto**,
Wagner Santos; Opac: **Meire Mariano**
e **Vanila Almeida**; Tecnologia: **Victor Fontes** e
Ricardo Jota; Colaboraram nesta edição:
Daniel Palomares e **Fernanda Chaves**
(Reportagem); **Alana Sala** (Design);
Samanta Ribeiro Brassoli (Foto).

REDAÇÃO E CORRESPONDÊNCIA

SÃO PAULO: Av. Euzébio Mattoso, 1375, 5º andar, Pinheiros, CEP 05423-980, SP, Brasil; Publicidade: Tel. 219-2104/2122

CARAS (ISSN 0104-396X) é uma publicação semanal de Prens. Brasil. Edições anteriores: Solte-se ao São João! pelo preço da última edição em bancas, mais despesa de remessa, sujeito a disponibilidade de estoque. Distribuída na Grande São Paulo pela **Brancaene Distribuidora**. No Grande Rio pelo **Apache Logística** e para os demais estados do Brasil, pela **Editora Publicações CARAS** não admite publicidade redacional.

A **CARAS** informa que não realiza cobrança telefônica de créditos pendentes e não aplica qualquer tipo de multa em virtude de cancelamento de assinatura. Todos os nossos boletins são emitidos através do banco Santander em nome da Perfil Brasil. Em caso de dúvida, ligue para nós.

PARA ASSINAR OU RESOLVER OS ASSUNTOS RELATIVOS

A SUA ASSINATURA, ACESSO: www.suasubscricao.com.br

SÃO PAULO: (11) 2052-9479 - Rio de Janeiro: (21) 4263-6889

Belo Horizonte: (31) 4263-8556

Segunda a sexta-feira das 9h às 18h

Para direitos de reprodução dos textos e imagens de **CARAS**, email para: licenciamateriais@caras.com.br

NOTA DO EDITOR: Ninguém está autorizado a, em nome da revista **CARAS**, propor a realização de eventos, viagens e/ou qualquer tipo de promoção. Recomendamos confirmar todo contato em nossos escritórios.

NOTA DO EDITOR: A **CARAS** agradece a todos aqueles bem-intencionados que fazem chegar presentes e convites pessoais a seus funcionários, mas informa que, pela nova política da casa, os presentes serão direcionados à pessoas carentes e os convites não poderão ser aceitos: neste caso, todas as propostas de viagens devem ser de caráter profissional e direcionadas à Superintendência da revista para tomada de decisão. A revista **CARAS** não está autorizada a fornecer endereços, números de telefones nem quaisquer outras informações pessoais dos foneiros.

EDITOR RESPONSÁVEL
Wardi Awada

IMPRESSÃO NA BRUNNENHA GRÁFICA E EDITORA
Rua Francisco Cordeiro, 228
São Paulo - SP, CEP: 0524-030





BELEZA

PODER DA ESSÊNCIA

Visagismo imprime sua personalidade!

Nada de seguir tendências ou o que está bombando no momento. E se na hora de pensar no visual o foco for 100% você, no seu estilo, suas características e nos seus próprios objetivos? Para isso, existe o visagismo, técnica centenária que transforma totalmente a imagem de anônimas e das famosas. “O visagismo é a arte de criar uma imagem pessoal e exclusiva. Quando uma pessoa busca o visagismo, ela não está preocupada se vão gostar da sua imagem. Ela está preocupada com o que ela quer passar com sua imagem”, explica o especialista em visagismo **Ezequiel Blanc**, que já trabalhou na mudança de visual de diversas atrizes da Globo. No caso de **Ana Paula Arosio** (48), por exemplo, para dar vida a Clara, no filme *A Floresta Que Se Move* (2015), a ideia era referenciar Lady Macbeth, de **Shakespeare** (1564-1616). “Fiz uma franja que deixava a testa exposta e mechas avermelhadas, expressando toda aquela personalidade de uma mente calculista e fria”, conta Blanc. Já o look curtinho de **Carolina Dieckmann** (44) em *Vai na Fé*, da Globo, imprime um estilo sofisticado, tudo a ver com a Lumiar da novela. O corte de **Débora Nascimento** (38), com franja diagonal para o lado, deixa seu rosto triangular valorizando queixo e pescoço, enquanto os cachos iluminados e com mais volume nas laterais valorizam maxilar e queixo da gravidíssima **Jeniffer Nascimento** (29). Os looks mais volumosos de **Giovanna Antonelli** (47) e **Grazi Massafera** (41), por sua vez, trazem um estilo *good vibes* para a primeira e garantem sensualidade para a segunda. Já **Angelina Jolie** (48) ganhou glamour. “No visagismo, podemos expressar a personalidade e valorizar o estilo e a beleza de cada pessoa. Para criar o corte e a cor do cabelo, o profissional analisa o formato do rosto, linhas de expressão e a tonalidade da pele. O estilo de vida, profissão e personalidade são observados para um look perfeito”, conclui o expert, sobre a técnica que tem conquistado cada vez mais adeptas.

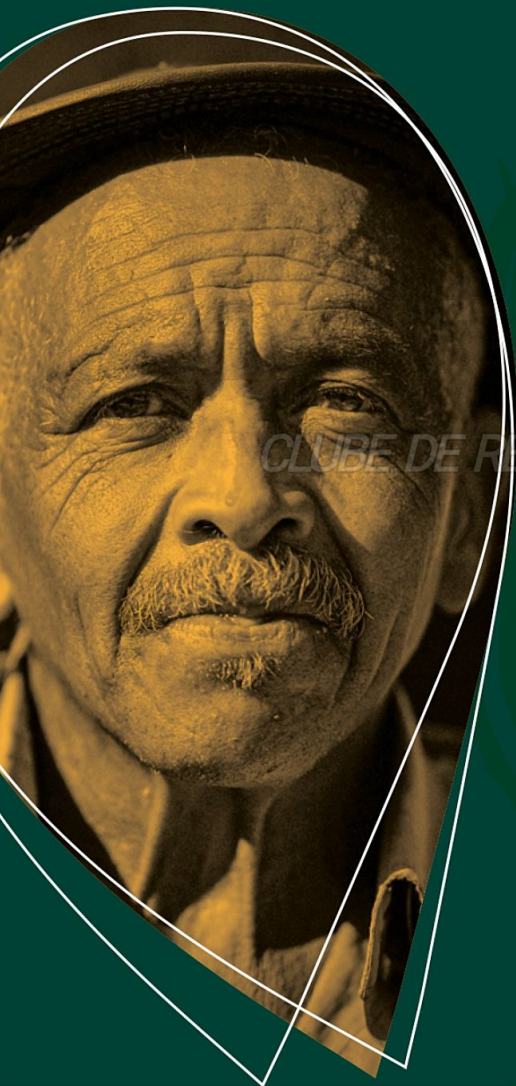
por **Daniel Palomares**



O visagismo consiste em analisar todas as características do rosto de cada pessoa, além de seu estilo pessoal e de vida para definir qual o melhor look para construir a imagem que se deseja passar. A atriz Débora Nascimento, com seu curto, transmite pura sofisticação. Jeniffer Nascimento e Grazi Massafera apostam na técnica. Angelina Jolie ganhou fios longos e mechas vermelhas. Já a musa nacional Carolina Dieckmann investiu no curto. Giovanna Antonelli: good vibes.



LEVE ÁGUA E ESPERANÇA PARA QUEM MAIS PRECISA



CAS

CONECTANDO AMOR NO SERTÃO

Ajude-nos a construir

100 CISTERNAS

em Mata Grande, no
sertão do Alagoas,

**E IMPACTE A VIDA DE
17 MIL PESSOAS!**

PARA AJUDAR, ACESSE

visaomundial.org.br/sertao

Ou aponte a
câmera do seu
celular para o
QR code ao lado



UMA CAMPANHA DE



Visão Mundial



Produzido nas colinas pedregosas próximas da cidade do Porto, na foz do Rio Douro, em Portugal, a adição de aguardente de uva ao vinho do Porto, no início da fermentação das frutas, interrompe o processo precocemente. A prática faz sobressair o açúcar da fruta e confere à bebida elevado teor alcoólico; daí a menção 'vinho generoso' que lhe atribuem, recebida por todas as bebidas com fermentação interrompida pela adição do aguardente — é o caso do Madeira de Carcavelos, Moscatel de Setúbal e do Moscatel do Douro, por exemplo. Centenas são as variedades de vinho do Porto. Eles dividem-se em dois grupos básicos: brancos ou secos; e doces, que podem ser de cor castanha ou tintos. De acordo com o modo de conservação e a qualidade das safras, há três tipos principais: *vintage*, *ruby* e *tawny*. Os mais preciosos, *vintage*, ficam pouco tempo em grandes tonéis — cerca de dois anos — antes do engarrafamento. Suas uvas vêm de safras excepcionais. Os *ruby*, armazenados em grandes contêineres de aço ou madeira, amadurecem por três anos, no máximo. E os *tawny*: mais apreciados do que os *ruby*, são preparados com vinhos de variáveis graus de maturação. O seu aroma, que lembra frutos secos e madeira, acentua-se à medida que envelhece. Dentro da categoria há uma diversificação: *tawny* com indicação de idade, que amadurece por 10, 20, 30 ou 40 anos, em tonel de carvalho. E *tawny* com data de colheita — vinho de uma só colheita, envelhecido por sete anos no mínimo, com registro do ano e do seu engarrafamento no rótulo. Por ser um produto caro e de características marcantes, o vinho do Porto é utilizado para engrandecer pratos feitos com bacalhau e aves de caça como o perdiz e o faisão. Mas ele enobrecer qualquer carne.

Receitas, produção e food style: Maria Luíza Ferrarini e Maria Clara Ferrarini (assistente de produção).
Pesquisa de texto e informações nutricionais: Neide Rigo, nutricionista.



SAÚDE

É bom para

O sistema cardiovascular, devido aos antioxidantes polifenólicos das uvas, mas em pequenas doses e principalmente em pratos quentes, quando parte do álcool evapora.

É ruim para

Pessoas que precisam emagrecer: contém elevado teor de álcool, carboidratos e calorias; em excesso prejudica o coração, o fígado, o cérebro e pode causar enxaqueca.

COMO SE ESCOLHE

Compra-se o vinho do Porto tipo *tawny* em adegas ou nos supermercados. Se não encontrá-lo, substitua-o pelo tipo *ruby*. É claro que os tipo *vintage* também podem ser utilizados em culinária, porém eles são muito mais caros e costumam ser servidos em pequenas doses, geralmente, após as refeições. Observe se o vinho está exposto em local fresco, seco, ao abrigo da luz e, preferencialmente, na posição horizontal. Verifique também o local de origem. Além disso, deve apresentar o selo do Instituto do Vinho do Porto, órgão que é responsável pela qualidade, certificação e fiscalização da Denominação de Origem "Porto".

COMO SE PREPARA

Por ser doce e fortificado, o Porto dura mais. Deixe-o vedado em local fresco, sem umidade, longe da luz. Use o *tawny* para dar maior sabor ao zabaione e às caldas. Uma dose sobre a salada de fruta dá um toque especial. Utilize para marinar aves, apenas com louro, sal e pimenta-do-reino. Junte-o à sopa de cebolas: verta-o sobre a fatia de pão italiano antes de levá-la ao forno com queijo para gratinar. Bacalhau ao Porto: intercale postas de bacalhau, fatias de batata e de cebola, azeitonas pretas e azeite de oliva; regue com *tawny*, cubra e asse. Adicione-o a pudim de pão, bolos e sobremesas com nozes e pedacinhos.

FICHA TÉCNICA

100 ml de vinho do Porto contém:
Calorias - 153
Proteínas - 0,2 g
Carboidratos - 11,8 g
Alcool - 15,3 g
Vit. B1 - 0,018 mg
Folacina - 0,399 mg

Cálcio - 7,98 mg
Cobre - 0,045 mg
Ferro - 0,239 mg
Magnésio - 8,96 mg
Fósforo - 8,96 mg
Potássio - 91,3 mg
Sódio - 8,96 mg
Zinco - 0,07 mg

MINHA RECEITA



Olívia Saqui (chef da Quinta do Olivado)

Faço o Bife ao Vinho do Porto. Eu tempero 500 g de bife (pode ser alcatra ou contrafilé) com sal e pimenta-do-reino. Douro em uma frigideira com um fio de azeite, dos dois lados, até eles dourarem e reservo. Na mesma frigideira, coloco 1 col. (sopa) de manteiga e 1 col. (sopa) de farinha de trigo. Mexo bem e como 1 xic. (chá) de creme de leite, ½ xic. (chá) de mostarda e 4 folhas de louro. Deixo o molho espessar e acrescento 200 ml de vinho do Porto, 2 col. (sopa) de mel, 150 g de parmesão e os bifés. Finalizo com tomate-cereja, azeite e cebolinha.



COELHO EM MOLHO DE CHAMPIGNONS ROSA

Doure cebola picada e alho no azeite. Coloque o coelho na panela e junte água aos poucos, até corar. Ponha 2 col. (c) do sal, pimenta. Quando o coelho ficar cozido e o molho, grosso, adicione 1 col. (s) do vinho do Porto e a mostarda. Ferva por 2 min. Reserve. Em outra panela, refogue a cebola à juliana na manteiga. Mexa até ficar transparente. Acrescente os *champignons*, mexa por 6 min. Junte o sal e o Porto restantes. Dê forma com a ajuda de aro de aço inoxidável.

Para 4 porções: 1 e ½ xíc. de cebola picada, 1 e ½ de cebola à juliana (tiras finas e compridas), 2 alhos picados, ½ col. (s) de azeite, 1 coelho cortado nas juntas, 5 xíc. de

água, 3 col. (c) de sal, 1 (c) de pimenta-do-reino moída, 3 (s) de vinho do Porto, 2 (c) de mostarda de Dijon, 2 (c) de manteiga, 300 g de *champignons* rosa, fatiados. Enfeite com tomilho.

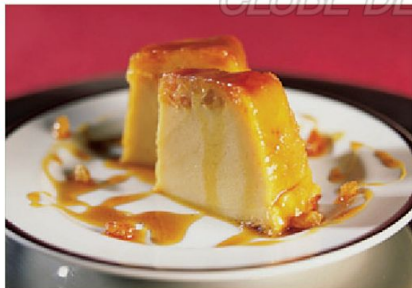


VINHO COM ESPECIARIAS E CASCAS CÍTRICAS

Ferva por 2 minutos a água com um pedaço pequeno de gengibre, mais dois pedaços de casca de laranja e dois também de limão. Adicione a noz-moscada, o cravo, a canela. Coe. Acrescente o suco de laranja, o de limão, o açúcar e o vinho do Porto. Leve novamente ao fogo, mas apenas aqueça bem, sem deixar ferver. Jogue água fervente nos copos, para aquecê-los, e derame dentro o quantão quantíssimo.

Para 4 porções: ½ litro de água fria, 1 pedaço pequeno de gengibre, 2 pedaços de casca de laranja, 2 pedaços da casca de limão, de 5 cm cada, 1 pitada de noz-moscada, 3

cravos, 1 pau de canela, 1 xícara de suco de laranja coado, 3 colheres (sopa) de suco de limão coado, 4 colheres (sopa) de açúcar, 3 e ½ xícaras de Porto.



PUDIM DE PÃO CARAMELADO

Ferva 1 xícara de leite com o cravo e a canela, mexendo por 3 minutos. Peneire. Junte ao leite restante. Coloque dentro o pão picado e deixe por 2 horas. Depois, misture bem o pão com o leite para não restarem pedaços. Adicione metade do açúcar, manteiga, passas e Porto. Bata as claras em neve, junte devagar as gemas, batendo; incorpore à massa. Prepare ½ xícara de calda caramelada com o açúcar restante e a água. Unte com ela uma forma com buraco no centro. Coloque a massa e asse a 170 °C por 1 hora.

Para 4 porções: ½ litro de leite, 3 cravos, 1 canela em pau, 5 pãezinhos franceses, dormidos, sem casca e picados, 2 xíc. de açúcar,

1 col. (sopa) de manteiga, 100 g de uvas-passas sem sementes, 2 col. (sopa) de vinho do Porto, 2 claras e 6 gemas e 1 xíc. de água.



LAGOSTA COZIDA NO CALDO

Lave bem as lagostas. Retire as cabeças e deixe as caudas. *Fumet*: quebre as cabeças dentro de uma panela grossa e taste-as. Junte água, 1 xíc. do Porto, louro, pimenta, tomate, cenoura, aipo, alho-poró, tomilho, cebolas. Ferva por 40 min, escorra no *chinois*. No *fumet* coloque sal, colorau e as caudas da lagosta. Cozinhe-as por cerca de 5 min, retire-as e reserve. Ferva o *fumet* até engrossar. Junte o Porto restante. É o molho. Sirva as lagostas com arroz e molho.

Para 4 porções: 4 lagostas médias, 1 e ½ litro de água, 1 e ½ xíc. de vinho do Porto, 2 fol. de louro, 4 grãos de pimenta-do-reino quebrados, tomates sem pele e pic.,

1 xíc. de cenoura, 1 de aipo, 1 de alho-poró, tudo picado, 1 galho de tomilho para decorar, 2 cebolas pequenas cortadas em 4, ½ col. (s) de colorau, 3 (c) de sal, arroz feito normalmente.



CADA PEDRA É ÚNICA
E CADA JOIA É EXCLUSIVA.

"CONECTE-SE COM A BELEZA
DAS GEMAS PRECIOSAS"

@ZUCAJOIAS
11 95663-1441


ZUCA JOIAS



VICTOR HUGO