

WelcômePlanet

TURISMO

Vitória e BH:
conheça e
divirta-se

ROTEIRO

Baladas
do circuito
Vitória-Minas

ESPECIAL

FRANÇA NO BRASIL

Apaixone-se
pela França!

GASTRONOMIA

Uma viagem
pelo cardápio
francês

MÚSICA

Cláudio Bocca
em destaque

ENTREVISTA

Bate-papo com
Oscar Filho,
do CQC

NOVIDADE

Circuito: saiba
o que está
rolando por aí

WANESSA

Ela mudou. E ficou ainda melhor!



CHEGOU O CITY. A MEDIDA EXATA ENTRE VOCÊ E O SEU DESEJO.

Ar-condicionado digital - Motor 1.5 i-VTEC FLEX - Computador de bordo multifunções no painel - Farol de neblina - Freios ABS com EBD
Câmbio automático com 5 velocidades - Rádio Cd MP3 com entrada USB e conexão P2 - Rodas de liga leve aro 16 - Painel "Black-Out"





COMPLETO DE TUDO,
MAIS BARATO E É UM HONDA.



SHORI.COM.BR



HONDA

Shori

Mais que uma concessionária.

Vitória 27 3357-1700 Vila Velha 27 3320-5100
Linhares 27 3372-7500

Novo
sonora



O Sonora ficou ainda melhor. São mais de um milhão de músicas para você ouvir em máxima qualidade e de graça.

Telefônica



Ouçá, personalize
e compartilhe mais de
1 milhão de músicas.
Grátis.

E mais: 150 estilos, incluindo últimos lançamentos. Você pode montar
playlists com suas músicas preferidas e compartilhar tudo com os amigos.

Cadastre-se agora mesmo, www.terra.com.br/sonora e aproveite.

Sonora. Música como você sempre quis.



terra

Uma delícia não tem



Sanduíches dos restaurantes

- Rua João da Cruz, 326 - Praia do Canto
- Shopping Vitória
- Shopping Praia da Costa
- Em breve, na rua Henrique Moscoso - Praia da Costa

que
tamanho.



Presunto

SUBWAY® valem por uma refeição.

SUBWAY
gostoso e saudável.™

Caro leitor,

É com muito prazer que escrevemos mais uma vez para vocês. É hora de contar um pouco sobre o que você vai encontrar nas próximas páginas. Posso adiantar que, além das seções que vocês já conhecem, o destaque fica por conta das boas novidades desta edição.

A começar pela capa. Quando pensamos na Wanessa achamos a ideia perfeita, afinal a cantora está no mesmo clima da WelcomePlanet, ou seja, cheia de boas novas! Em entrevista para a jornalista Geise Frigini, a artista fala sobre seu novo nome artístico, novo visual, nova face, novos projetos, sua maturidade e, claro, sobre seu novo CD. Conta também o porquê da repaginada geral na sua carreira.

Temos um especial sobre o intercâmbio na terrinha. Empresários capixabas declaram sua paixão pelo mercado mineiro e os mineiros sua fascinação pelo mercado capixaba. Preparamos ainda um roteiro especial para ambos conhecerem o que há de melhor em entretenimento dos dois lados dos trilhos.

Na sequência, homenagem ao ano da França no Brasil. Você fará conosco um passeio pela moda e pela gastronomia francesa. Conhecerá as belezas e encantos do interior desse fantástico país, no diário de bordo da apresentadora Viviane Anselmé, e ainda poderá conferir uma matéria especial da jornalista Camila Fregona, com depoimentos de personalidades apaixonadas pela França, como Ivan Aguilar e a atriz Maria Fernanda Cândido.

Quer mais? Uma entrevista superdescontraída com o humorista Oscar Filho, do programa CQC – Custe o Que Custar, da BAND. E, para finalizar, criamos a seção “Circuito” com notícias leves e descontraídas sobre tudo que está acontecendo de melhor, numa seleção de acontecimentos dos últimos dois meses para você! A WelcomePlanet também traz as melhores inaugurações, aniversariantes do mês, as gatas de Cacá Lima, empresários de destaque, e muito mais...

Entre e fique à vontade!



Hugo Rodrigues
Diretor Geral

Elayne Borel
Direção e
Supervisão Geral

p.16



EM REVISTA “Golpe” de Honduras



Ano da França no Brasil

p.42



Humorismo de primeira! Entrevista com Oscar Filho, repórter do CQC. p.56

p.20



TECNOLOGIA A revolução começa agora



Capa: Wanessa
Foto: Henrique Gendre

Diretor Geral WelcomePlanet
Hugo Rodrigues
diretor@welcomeplanet.com.br

Direção e Supervisão Geral
Elayne Borel
elayne@welcomeplanet.com.br

Jornalista Responsável
Ilda Castro – MTb – 203/80
Mile4 Assessoria de Comunicação

Departamento Comercial
Alexandre Tessinari
(27) 3350 2222
comercial@welcomeplanet.com.br

Departamento Comercial BH
Alex Sales
comercial@welcomeplanet.com.br

Colunistas Colaboradores
Rafael Braz
Marcelo Pereira
Gilberto Sudré
Elayne Borel
Ilda Castro
Vinicius Kfuri
Edu Louzada
Rossine Macedo

Jornalistas colaboradores
Geise Frigini
Camila Fregona
Fabrícia Borges
Rosane Freitas
Mariza Cavalcante

Fotógrafa WelcomePlanet - ES
Yolanda Capovilla

Fotógrafo WelcomePlanet - BH
Rodrigo Bethonico

Fotógrafos colaboradores
Octavio Bastos
Pepê

Editoração Eletrônica
BIOS

Impressão
Gráfica Jap

Agradecimentos
Beth Caetano, Rose Frizzera,
Adriana Jenner, Matheus Roedel
(BH) e Cross Mídia

Tiragem
5.000 exemplares

Circulação
Bahia, Espírito Santo, Minas Gerais, Rio de Janeiro e São Paulo

Onde Encontrar a revista WelcomePlanet
XYZ Tabacaria e Revistaria (Shop.Vitória e Praia da Costa),
academias de Ginástica, Salões de Beleza e Clínicas Médicas
(Praia do Canto, Mata da Praia, Jardim da Penha, Jardim
Camburi, Enseada do Suá, Praia da Costa, Praia de Itapoã)

WELCOMEPLANET
A revista WelcomePlanet é um produto do Grupo
WelcomeCard. O conteúdo das matérias é de
responsabilidade de seus autores. Distribuição Gratuita

www.welcomeplanet.com.br
contato@welcomeplanet.com.br
Tel.: (27) 3350 2222



p.32

SAÚDE
Sem medo
de dentista



p.36

ESPORTE
Correr faz
bem a saúde



p.38

Chega de
moleza!



p.40

Em forma
para o
verão!



p.58



MODA
Estilo: o seu!!
p.28

Wanessa

p.24



Quem lê...



Acompanho a WelcomePlanet desde a primeira edição. Fico feliz com o crescimento da revista no Espírito Santo e também nos demais estados onde circula. As matérias estão sempre em sintonia com os acontecimentos do dia a dia. Por gostar muito de curtir a noite capixaba, estou sempre ligada na agenda de eventos e nas novidades do mercado - restaurantes, barzinhos e casas de shows. Mas o que não deixo de ler mesmo é a coluna de moda: é sempre bom estar antenada com as últimas novidades.

Bruna Hott – Produtora e Assessora de Imprensa

A WelcomePlanet é a minha cara. Acompanho a revista há muitos anos e sempre me surpreendo com suas capas, cada vez melhores. Destaque especial para as informações que recebo a cada edição. Parabênzinhos os diretores e a toda equipe da revista e da TV, que criaram um veículo com propostas inovadoras e conseguiram, principalmente, alcançar significativo número de leitores. O mercado publicitário tem na WelcomePlanet uma excelente oportunidade para divulgar seus clientes. Tenho muito carinho pela revista e me orgulho de ser parceiro dela.

Evandro Leal - Mix Mídia Soluções Integradas de Mídia



YOLANDA CAPOVILLA

Tive a oportunidade de ler diversos exemplares da edição da WelcomePlanet, do Espírito Santo, e observar que a publicação traz um layout bastante diferente e moderno. Muito bom!

Marcelo Groppo – Superintendente Gribel Pactual (Brasil Brokers - BH)



RODRIGO BETHONICO

Sempre arrumo um tempinho para curtir as páginas da revista WelcomePlanet. E, no final das contas, adoro tudo que é publicado, principalmente as páginas dos eventos que acontecem. Nós, que trabalhamos com eventos, temos que ficar por dentro de tudo que rola e a revista é de grande ajuda porque nos informa sobre as programações e as baladas mais tops da cidade. É por isso que faço questão de ser parceira da publicação em todos os eventos que faço, seja pela ótima qualidade seja pelo prestígio.

Andrea Moraes – Produtora de eventos, produtora musical



YOLANDA CAPOVILLA

A revista WelcomePlanet agregou grande valor à mídia de expressão capixaba. Esse veículo precioso, além de interagir com a sociedade e uma parcela atuante da cadeia produtiva, acabou por romper barreiras e hoje também atua em outros estados. Esse sim é o verdadeiro papel da imprensa. Fazer a máquina social gerar empregos e divisas para nosso Estado. Parabéns!

Mauro Quintão – diretor Geral da M. Quintão Business e Network e da e Cronos Distribuidora Ltda.



É um prazer verificar a evolução da revista WelcomePlanet. Quem a acompanhou desde o primeiro número pode perceber que a revista melhorou tanto em conteúdo como na aparência. Parabéns ao Hugo e à equipe por essa conquista!

Octávio Bastos Fotógrafo e empresário





*Sinta-se a vontade.
No Hostess você é mais do que
um hóspede, você é o nosso
convidado especial.*

*O Hostess Hotel é ideal para
você passar bons momentos
em frente ao mar da Praia da Costa.
Agende o seu horário e venha
entrar em forma com
o Teddy Studio Fitness,
o novo parceiro do Hostess Hotel.*



Adquira agora o seu
Cartão Hostess Hotel/Welcome Card.
Acesse:
www.hostesshotel.com.br
e receba muitas vantagens.



Reservas:
(27) 2123 4100
Toll Free: 0800 39 30 11



Novas parcerias

O cartão WelcomeCard está sempre fazendo novas parcerias. Foi o que aconteceu agora com a **CrepeMania**, **Charger**, **Jungle Juice**, **Academia Praia Fit**, **Spírito Jazz**, **Rock Burguer**, **Belisco**, **Colin Tatoo** e **Restaurante Oliva**. Nessa edição, destaque para a São Firmino Botequim onde, até a meia-noite, os clientes WelcomeCard têm 40% de desconto no valor do ingresso ou podem optar apenas pelo pagamento da consumação mínima reduzida.

E mais: fazendo o cartão modelo São Firmino, o cliente ainda ganha um convite VIP, que dá direito à entrada sem fila, sem ingresso e ainda levar uma acompanhante do sexo feminino nas mesmas condições.

Veja este e outros benefícios em nosso site: www.welcomecard.com.br



Verão 2010

Como acontece todos os anos, a WelcomeCard está preparando um verão cheio de eventos com superfacilidades. Fiquem atentos à programação em nosso site www.welcomecard.com.br.

WelcomeCard em BH

A expansão do Grupo WelcomeCard para BH está cada vez mais solidificada. Novas parcerias estão surgindo e estamos conquistando cada vez mais credibilidade com nossos vizinhos. Nessa publicação, você vai conhecer alguns lugares da capital mineira onde o cartão WelcomeCard já está sendo aceito e saber um pouco mais do que rola na noite mineira.

Ginásio Álvares Cabral sob nova direção



Ruy Duarte, Scandar Nemer e Léo Castro

O parceiro Scandar Nemer não para. Além de comandar o Grupo GSN, detentor da The One Vitória, The One Cachoeiro, Soul Vibes e Anima, ele agora está no comando da D3 Produções, junto dos sócios Léo Castro e Rui Duarte. Vale lembrar que, pelos próximos seis anos, o grupo estará no comando das operações da Arena Vitória Ginásio Álvares Cabral. Certamente vem boas novas por aí!

Novo comando no WelcomeTV

Muito entretenimento e informação estão movimentando o programa WelcomeTV!, agora sob o comando da jornalista **Lu Lima**. Além disso, o programa está conquistando cada vez mais novos espaços. A atração está atingindo mais regiões do Espírito Santo, como Linhares, Colatina, Cachoeiro, São Mateus e Guarapari, além dos principais bairros da Grande Vitória, através da Net, RCA e TV Sudeste. Você pode participar do programa enviando sugestões de pauta para tv@welcometv.com.br e também conferir as matérias já exibidas no nosso portal www.welcometv.com.br. ★

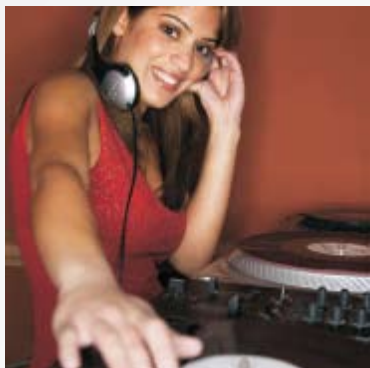


Horários do programa:

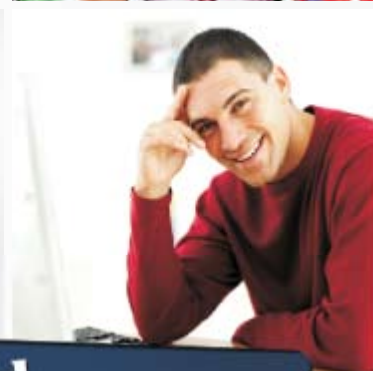
GTV (14 da Net)	domingo às 20 horas, segunda às 23h30 e terça às 23 horas
Tv Capital (96 da RCA)	terça às 19 horas, quarta às 22h30 e sexta às 19h30

* Você também pode assistir às principais matérias em nosso site: www.welcometv.com.br

Descontos, cortesias, benefícios e tratamento diferenciado!



Até **50**
dias para pagar
suas compras



*Faça já o seu
e facilite suas
compras.*



Com o cartão de vantagens WelcomeCard, você conta com descontos e vantagens em: **festas, eventos, shows, boates, academias, bares, restaurantes, sorveterias, cursos, lojas, lanchonetes, locadoras, médicos, dentistas, farmácias e muito mais...** Consulte todos os locais onde você tem descontos no site.

WelcomeCard

www.welcomecard.com.br

Tel: (27)3350-2222





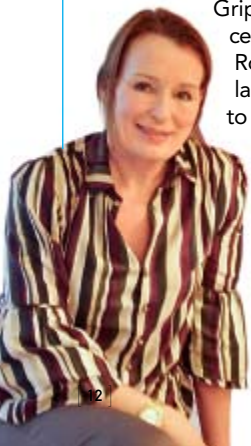
Sessão social do musical "A Bela e a Fera" contemplou alunos da GV

Um grupo de 4.000 alunos da rede pública, de 06 a 11 anos, prestigiou o espetáculo musical "A Bela e a Fera", no dia 2 de outubro, em uma sessão exclusiva oferecida pelo Governo do Estado através da parceria da Secult com o Instituto Sincades, patrocinador do evento. Os espectadores foram selecionados pelas Secretarias de Educação dos municípios da Grande Vitória (Vitória, Vila Velha, Cariacica e Serra). Além deles, a sessão especial contemplou 300 portadores de necessidades especiais. São cadeirantes e alunos das APAE's e Sociedades Pestalozzi da região metropolitana. Muitas dessas crianças tiveram a oportunidade de assistir, pela primeira vez, a um espetáculo tão grandioso e com tantos efeitos tecnológicos. É que o musical contou com efeitos especiais em 3D, técnicas de ilusionismo e 40 personagens em cena. Ao todo, são cinco cenários giratórios, 180 figurinos e 10 toneladas de equipamentos.



Time de peso na terceira mostra Quarto pela Arte Assinada

Sandra Demoner já escalou o time de profissionais na área de decoração e arquitetura que participará da terceira edição da Mostra Quartos da Arte Assinada. Nomes como Sérgio Paulo Rabello, José Daher, Berriel, Angela Sandri, Giovanni Chisté, Silvana Gripp, Gabriela D'orto, Marcela Martins, Mariana Varejão, Rosana Rampazzo e Marcela Varejão entrarão no seleto grupo que assina os nove ambientes do evento. A mostra, além de revelar as últimas tendências em decoração de interiores, apontará soluções práticas para quem quer decorar o quarto com estilo e bom gosto.



Capixabas levam troféu transitório da Taça Cidade de Vitória

Os velejadores Michel Weber e Rodrigo Stephan de Almeida foram os campeões da classe Snipe, na 55ª Taça Cidade de Vitória e levaram para casa o troféu transitório que circula entre os vencedores desse a primeira edição da regata, em 1948. Em tempo, grandes nomes do iatismo capixaba já estiveram de posse deste troféu, como Roberto Ruschi, Bibi Juetz e o Morris Brown. Boa!



A diretoria do late no evento que marcou os 63 anos do Clube

Sincades registra alta inédita no número de associados

No último ano, o Sincades (Sindicato do Comércio Atacadista e Distribuidor do Espírito Santo) viu seu número de associados mais que dobrar. De 110 empresas registradas no ano passado, o sindicato conta hoje com 250 associados. Em média, a instituição contabilizou um aumento de 10 novas empresas por mês. Desse total, 50% são de fora do Estado e vieram instalar seus centros de distribuição aqui, atraídos pela nossa localização privilegiada. Em tempo, os setores que mais têm procurado o Espírito Santo são os de autopeças, alimentos e medicamentos.

Proeng assina mais um contrato com a Caixa Econômica Federal

Lamberto Palombini, diretor da Proeng Construtora e Incorporadora, comemora o contrato de financiamento de produção firmado com a Caixa, em agosto. No contrato, o recurso será utilizado para a construção do Edifício Notting Hill que tem um custo de obra de 6.2 milhões, situado em Jardim Camburi.



Cláudia Leite fará show no ES

Está confirmado para o dia 28 de novembro o show de Cláudia Leite, no Pavilhão de Carapina. O nome do evento será Seven, porque sete é o número de sorte da cantora. Segundo o promotor da festa, Beto Câmara Gomes, o show terá o mesmo formato do Extravasa 2008, com camarote no centro e o trio rodando em volta.



Patati Patatá e O Mágico de Oz para a criançada

A BCG Eventos deixou a semana das crianças ainda mais especial. A empresa trouxe no dia 10 de outubro dois shows em um: os palhaços Patati e Patatá e a peça O Mágico de Oz. Foram marcadas duas sessões - uma às 10 horas e outra às 16 horas, no Ginásio do Álvares Cabral, com mais de duas horas de duração. A apresentação começou com a famosa dupla de palhaços Patati e Patatá, que mostrou suas canções educativas, histórias divertidas e interagiram com os presentes, que puderam subir no palco para participar das brincadeiras. Após um intervalo de 20 minutos foi a vez do famoso musical O Mágico de Oz, que já se apresentou nas maiores casas de show de São Paulo. ★

O mais novo lazer para a criançada

Horário de Funcionamento:

Terça a Quinta 13h às 22h

Sexta 13h às 00h

Sábado 9h às 00h

Domingo 13 às 22h



Área baby, Sala dos Pais, Autorama,
Lanchonete, Arvorismo, Kid Play,
Bungee Trampolim, Tombo Legal,
Espaço para Aniversários e
Muito Mais Diversões!

www.vilakids.com

Rua Prof. Telmo de Souza Torres, 613
Praia da Costa - Vila Velha
3329-7072



A Revista WelcomePlanet levanta uma bola da maior relevância para a economia capixaba nesta edição. A importância dos portos e das atividades decorrentes dele para o desenvolvimento do Espírito Santo, um Estado que tem boa parte de sua força pautada pelo comércio exterior. Todos sabemos que no mundo

globalizado, quem não tem portos eficientes e ágeis perde competitividade. Operação sem burocracia veloz, reduz custos e todos ganham nessa cadeia. É isso que nos apresenta em detalhes a seguir o diretor executivo do Centro de Comércio de Café de Vitória, Napoleão Gonçalves Penna Filho. Vale a pena conferir.

Papo Sériô

Observando as diversas matérias publicadas em relação às atividades portuárias e seus diversos problemas, muitas vezes deixamos de notar a existência de entidades que estão permanentemente em busca de soluções para esses problemas. Podemos citar, além dos sindicatos ligados a essas atividades, a Associação dos Terminais Portuários, Retroportuários e dos Usuários dos Portos do Estado do ES – ATRES, a Associação das Empresas Permissórias de Regime Aduaneiro do Estado do ES – APRA, o Centro Brasileiro dos Exportadores de Rochas Ornamentais – CENTROROCHAS, o Centro do Comércio de Café de Vitória – CCCV e o Movimento ES em Ação.

Tais entidades vêm desenvolvendo, em parceria ou isoladamente, projetos que buscam solucionar, junto à Autoridade Portuária e demais Órgãos Federais ligados às atividades aduaneiras, os problemas que mais afligem o comércio exterior do Estado do ES.

Citados em alguns fóruns, a dragagem do canal de acesso aos portos de Vitória e Vila Velha e o acesso terrestre aos cais de Capuaba, em Vila Velha, são os maiores entraves à melhoria de sua eficiência. Ações governamentais vêm sendo desenvolvidas para dar encaminhamento, no setor público, de soluções práticas para esses problemas; a já vista reunião recente realizada na entrada do cais de Capuaba, que contou com a presença do diretor presidente da Codesa, Angelo Baptista, o prefeito de Vila Velha, Neucimar Fraga, o superintendente do Departamento Nacional de Infra-Estrutura de Transportes -

DNIT, Élio Baía, dentre outros representantes do município e da CODESA.

Citando uma das ações que estão sendo desenvolvidas pelo setor privado através de entidades de classe, mencionamos o Projeto Regulação de Sequenciamento, Programação e Controle de Acesso de Veículos de Cargas ao Porto de Vitória, no Cais de Capuaba em Vila Velha. Esse projeto está sendo desenvolvido pela empresa DBTRANS, por solicitação da ATRES, que tem como objetivo principal projetar e implantar a infra-estrutura e a adoção sistemática de sequenciamento e programação de acesso de forma a otimizar o acesso ao porto, para gerenciar as filas e melhorar os fluxos dos movimentos, de forma a racionalizar e maximizar a infra-estrutura de movimentação de veículos de carga, servindo como ferramenta de apoio para essas operações, sem discriminação.

Complementando com a instalação de uma “central de gerenciamento de cargas” integrada à operação dos terminais que fará com que os caminhoneiros deixem de se deslocar para as proximidades da entrada do Porto, no intuito de conseguir carregamentos para seus veículos.

Confiantes no sucesso de parcerias público-privadas na solução dos diversos entraves inerentes ao complexo portuário do Estado, as entidades anteriormente citadas estão apostando na competência do setor público para a concretização definitiva no desenvolvimento do comércio exterior do Espírito Santo. ★

Napoleão Gonçalves Penna Filho

Diretor Geral da Compor Assessoria e Negócios

Secretário executivo da Atres

Secretário executivo do CCCV

Membro do Conselho de Comércio Exterior do Movimento ES em Ação





COMPOR
Assessoria & Negócios

PENSE EM SOLUÇÃO, PENSE COMPOR

SERVIÇOS

- Soluções para o segmento Sindicato;
- Soluções para o segmento Café;
- Soluções de Gerenciamento;
- Soluções de Marketing;
- Soluções Institucionais;
- e outros serviços.

CLIENTES E PARCEIROS

- ATRES — Associação dos Terminais Portuários, Retroportuários e Usuários dos Portos do Estado do ES;
- CCCV — Centro de Comércio de Café Vitória;
- SINDIROCHAS — Sindicato das Indústrias de Rochas Ornamentais, Cal e Calcários do Estado do ES;
- Gráfica JEP;
- Banestes;
- Arcelor Mittal, entre outros.

Endereço: Av Nossa Senhora dos Navegantes, 675, sala 104
Ed. Palácio do Café – Enseada do Suá – Vitória – ES

(27) 3235-2146

www.comporassessoria.com.br



"Golpe" de Honduras Governo brasileiro herói?

Curioso, ou no mínimo engraçado, assistir ao comportamento do Brasil nesse episódio de Honduras. Quem se lembra do Presidente Lula em campanha anos atrás? Sem terno e dizendo coisas cabulosas sobre os americanos e seu comportamento de super-herói do mundo. Fica estranho acompanhar o protecionismo e a intromissão do Governo Brasileiro neste caso. Por que nós estamos no meio disso tudo? Por sermos o maior país da América do Sul? Ou uma das grandes potências em desenvolvimento no mundo? Não estaríamos seguindo os mesmos passos orgulhosos e arrogantes dos nossos amigos americanos? E talvez nos intrometendo em problemas de águas dos outros, que deveriam ser vistos pelos Grupos Internacionais? Se olharmos o resultado desse comportamento para os países de primeiro mundo, fica claro que a rejeição institucional criada foi imensa, e é fácil ver alguém torcer o nariz para o "povo americano".

Sobre o problema em Honduras, fiz uma pesquisa extensa para poder reportar aqui na coluna. Não existiu nenhum tipo de golpe de estado em Honduras. A constituição hondurenha prevê em um de seus artigos, que, se o Presidente da República fizer qualquer tentativa de consulta pública ou pleitear a mudança da lei do país para manter-se no poder

ou reeleger-se, este deve perder o mandato imediatamente e, nesse caso, o Presidente da Câmara deve assumir o Governo para coordenar novas eleições democráticas. Foi exatamente o que aconteceu em Honduras. O Presidente Manuel Zelaya resolveu seguir o exemplo de seus amigos "ditadores democratas", como Hugo Chavez e Álvaro Uribe, que modificaram a lei para perpetuarem no poder, e convocou uma consulta pública para tal. Imediatamente, como manda a constituição, ele foi retirado do cargo. Concordo que houve, sim, uma utilização de força excessiva ao obrigar Zelaya a sair do país imediatamente, sem direito nem de pegar pertences pessoais, porém, a lei foi seguida nesse caso, na sua parte mais importante.

É fácil para nosso Governo, como paladino da anti-ditadura, fazer o Brasil aparecer como super-herói da América do Sul. Difícil é entender que, mesmo um presidente eleito democraticamente, tem que deixar o cargo forçado pelo exército, que nada mais está fazendo do que cumprindo o que manda a constituição do país. ★

Vinicius Kfuri é jornalista e empresário
www.publicine.com.br
www.shoppingnortesul.com.br

"O cidadão que tenha desempenhado a titularidade do Poder Executivo não poderá ser presidente ou indicado. Quem transgredir essa disposição ou propuser a sua reforma, assim como aqueles que o apoiarem direta ou indiretamente, perderão imediatamente seus respectivos cargos e ficarão inabilitados por dez anos para o exercício de qualquer função pública"

Retirado da Constituição de Honduras e traduzido para o português.

Antídoto

Cosméticos

www.antidotocosmeticos.com.br

Viva a Vida.

Viva a Natureza

Há 10 anos a Antídoto oferece uma ampla linha de produtos naturais à base de extratos de frutas e flores, promovendo saúde e beleza. O frescor e o aroma dos produtos da Antídoto agem sobre a pele e os cabelos estimulando a sensação de prazer e bem-estar, aliviando as tensões e estresse do dia-a-dia e valorizando a naturalidade de sua beleza.

Linhas especializadas em banho com foco em Aromaterapia

Conheça nossos produtos

Hidratantes - Sais de banho - Águas refrescantes - Sabonetes - Óleos corporais - Maquiagens - Velas aromáticas e muito mais

Lojas

• Vitória

Av. José Maria Vivacqua Santos,
Jd. Camburi
Shopping Norte Sul, 2º piso
(27) 3317-4085

• Duas Lojas em Vila Velha

Av. Champagnat, Praia da Costa
(27) 3252-3107

Rua Fortaleza, esquina com a Rua Belo Horizonte
Itapoã
(27) 3340-0571



Cantos na Maré

Festival Internacional da Lusofonia

>> Em 2008 fui convidado pelo governo da Galícia, através da Nordesia Producciones, para participar de um festival chamado Cantos na Maré, que aconteceria na cidade de Pontevedra, Espanha, em dezembro daquele ano. Confesso que a princípio, por mais que lesse o convite e a proposta, não conseguia entender ao certo o que significava o evento. Os motivos de minha desconfiança eram dois e bem simples:

Primeiro: como poderia a Espanha querer promover um encontro Lusófono?

Segundo: Por que eu? O que estes caras queriam comigo, se nem simpatizantes da língua sou (ou era...)?

Bom, como uma semana na Galícia (com tudo pago) não mata ninguém e minha curiosidade absurda à flor da pele, lá fui eu...

Quando lá cheguei, para minha surpresa, o mesmo convite tinha sido enviado a mais outros 20 produtores/agitadores culturais espalhados pelo mundo e a toda a cadeia criativa da Galícia, além de instituições e veículos de comunicação ligados ao mundo Lusófono, com os simples objetivos de promover a aproximação de

culturas e fomentar a criação e o intercâmbio entre os artistas, traçando um mapa comum entre os territórios da lusofonia através da música, dos ritmos e dos sons que compartilham raízes e origens comuns. Ou seja, envolver os que de uma forma ou de outra contribuem para a criação/difusão da música no idioma português em um processo de convivência, sem agendas rígidas, sem rodadas de negócio, sem compra e venda, apenas trocas de experiências.

Ao mesmo tempo em que estes produtores e agentes de cultura passavam por este "Processo Hoffman Cultural", um grande show era preparado por artistas vindo dos oito países, além da Galícia (onde se fala o Galego, a língua mãe do Português). Ao final do espetáculo, cinco dias após nossa chegada, tivemos a festa de despedida, onde acordos tinham sido fechados, festivais criados, parcerias firmadas, muitas lágrimas (e acreditem, não eram só as minhas...) e um desejo: levar este festival para todos os países envolvidos.

Nem um ano se passou e venho aqui, com muita felicidade, anunciar que graças à parceria com o artista Cacau Bra-

sil e a Toca Brasil, produtora do Ceará, realizamos em Fortaleza, entre os dias 23 e 29 de setembro de 2009, a primeira edição do Festival Cantos na Maré Brasil, dentro do "V Encontro Internacional e Negócios da Língua Portuguesa".

Para este espetáculo, onde Cacau Brasil foi o anfitrião, recebemos como convidados os maiores artistas dos países Lusófonos, como segue abaixo:

- Naná Vasconcelos (Brasil)
- Uxia (Galícia)
- Tito Paris (Cabo Verde)
- Raquel Tavares (Portugal)
- Timbila Muzimba (Moçambique)
- Paulo Flores (Angola)
- Manecas Costa (Guiné Bissau)
- Toncecas (São Tomé e Príncipe)
- José Amaral (Timor Leste)

Para 2010, São Paulo e Vitória, também farão parte do circuito Brasil do Festival, além de já estar sendo estudada a realização do evento também em Lisboa e Cabo Verde.

Para conhecer melhor o festival e os artistas da etapa Brasileira entrem em www.cantosnamarebrasil.org ★

UM NOTEBOOK É A AUTONOMIA QUE VOCÊ MERECE.



Cód. 18.622
ACER INTEL 1.66 GHz
1GB MEMÓRIA | TELA 10" | WEBCAM

HD 160 GB

R\$ 1.179,00 à vista
ou 12X de R\$ 117,90 (Total a prazo: R\$ 1.414,80)

Cód. 18.590
INTEL CORE 2 DUO 2.0GHz
2GB MEMÓRIA | TELA 14" | WIRELESS
HD 160GB | GRAV. DVD | WEBCAM

2GB MEMÓRIA

R\$ 1.599,00 à vista
ou 12X de R\$ 159,90 (Total a prazo: R\$ 1.918,80)

WEBCAM Cód. 18.611
NOTEBOOK LG X110 ATOM L1000
1GB MEMÓRIA | HD 160GB | WEBCAM
TELA 10,1" | BRANCO OU PRETO

HD 160 GB

R\$ 1.299,00 à vista
ou 12X de R\$ 129,90
(Total a prazo: R\$ 1.558,80)

WEBCAM Cód. 18.601
NOTEBOOK MSI INTEL 1.86GHz
2GB DE MEMÓRIA | HD 160GB
WEBCAM | GRAVADOR DE DVD
TELA 14"

HD 160 GB

R\$ 1.599,00 à vista
ou 12X de R\$ 159,90
(Total a prazo: R\$ 1.918,80)

WEBCAM Cód. 18.587
NOTEBOOK HP CORE 2 DUO 2.1GHz
4GB DE MEMÓRIA | HD 320GB
WEBCAM | GRAVADOR DE DVD
TELA 14,1"

4GB MEMÓRIA

R\$ 2.899,00 à vista
ou 12X de R\$ 289,90
(Total a prazo: R\$ 3.478,80)

Cód. 28.202
PROJETOR MULTIMÍDIA EPSON S6
2.200 LUMENS | 800X600

2.200 LUMENS

R\$ 1.799,00 à vista
ou 12X de R\$ 179,90
(Total a prazo: R\$ 2.158,80)

Cód. 34.655
MP7 QUADRI DUAL CAM 2.0MP
TV | DUAL CHIP
MEMORY CARD 2GB

TV

R\$ 349,00 à vista
ou 12X de R\$ 34,90
(Total a prazo: R\$ 418,80)

Cód. 06.657
PEN DRIVE KINGSTON 16GB USB 2.0

16GB

R\$ 129,00 à vista
ou 12X de R\$ 12,90
(Total a prazo: R\$ 154,80)

LOJAS DE NORTE A SUL DO ESTADO.

VITÓRIA
JARDIM DA PENHA
(27) 2125-6767
J. PENHA CARTUCHOS
(27) 2125-6768
SHOPPING VITÓRIA
(27) 3345-2776 / 2075
GAMER - HI TECH
(27) 3345-2302

PRAIA DO CANTO
(27) 3314-5073
PONTA DE ESTOQUE
(27) 3328-4576
VILA VELHA
(27) 3311-4779
SERRA
(27) 3398-6767

CARIACICA
(27) 3216-8827
3216-8452
COLATINA
(27) 3721-5225
CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM
(28) 3511-2077

GUARAPARI
(27) 3362-2721
LINHARES
(27) 3371-3508
SÃO MATEUS
(27) 3763-1498
ARACRUZ
(27) 3256-1753

NOVAS LOJAS NA BAHIA.

EUNÁPOLIS
(73) 3261.5041
ILHÉUS
(73) 3231.7233
ITABUNA
(73) 3613.2415
TEIXEIRA DE FREITAS
(73) 3291.8088

Vendas em 10x sem juros apenas nos cartões Mastercard e Credcard, Visa e demais cartões em 6X. Taxa de juros de 2,99% a.m. e 42,41% a.a. Fotos ilustrativas. Promoção válida até dia 15/10/2009 para compra de qualquer computador ou notebook, ou enquanto durar o estoque.

Parcela com CDC Visa Electron em até 48X **VISA** Banco do Brasil

Hi Tech
Computadores

SAC (27) 2125-6767



A revolução começa agora

gilberto@sudre.com.br
<http://vidadigital.blog.br>

Apesar de ilegal, o download de músicas e vídeos através da Internet é uma prática cada vez mais comum. Parte desta popularização se deu por culpa das próprias gravadoras e estúdios de cinema. O motivo foi não terem entendido que o modelo de negócio que a indústria fonográfica e cinematográfica estavam baseadas, simplesmente acabou.

Para se ter uma ideia do problema, uma pergunta: quem está disposto a adquirir um CD ou DVD por valores relativamente altos quando só se está interessado em uma ou duas de suas músicas?

Ao contrário das gravadoras, que simplesmente não deram a mínima importância ao mercado, a Apple sempre esteve de ouvidos e olhos bem abertos para as novas tendências. A fabricante do Mac aproveitou a oportunidade e criou o iTunes, uma loja para venda de músicas que ia contra tudo que tínhamos até aquele momento. A possibilidade de comprar somente as músicas que você deseja e já no formato digital imediatamente caiu na preferência do público. Isto explica o sucesso alcançado com muitos milhões

de músicas vendidas. Parabéns para a turma da maçã!

Agora parece que o mercado começa a mudar de preferência novamente e tem gente que já embarcou na novidade.

O que você acha de, ao invés de ter que comprar as suas músicas preferidas separadamente, pagar um valor fixo por mês e poder baixar e ouvi-las de forma ilimitada? Pois é isto que oferece o Comes With Music ou CWM, um novo serviço da Nokia que permite ouvir qualquer música de seu acervo (com mais de 3 milhões de títulos) a um preço fixo.

Você deve estar pensando: mas isto deve ser caro. Pois para ter acesso a este serviço por um ano basta comprar um aparelho da Nokia (no Brasil o único aparelho habilitado ao CWM é o Nokia 5800, mas outros estão na fila de lançamento). Infelizmente não existe a opção de adquirir este serviço para funcionar em outros aparelhos.

E quando acabar o ano de downloads ili-

mitados será preciso pagar a renovação da assinatura? Nada disto, basta apenas comprar outro aparelho da Nokia que tenha este serviço habilitado.

Realmente um serviço inovador e uma excelente forma de desencorajar os piratas.

Todos estes serviços podem ser comparados aos restaurantes. Inicialmente tínhamos o "à la carte", depois vieram os "self-service", onde você paga o que consome, e agora há os restaurantes que funcionam no estilo do "all you can eat" ou, em português, "tudo que você conseguir comer" por um preço fixo.

E aí? Você vai embarcar nesta nova revolução? Ela está pronta para te oferecer tudo que você queira ouvir e a um preço fixo. ★

Gilberto Sudré





O novo DVD

Os fãs de cinema já podem curtir no computador seus filmes em alta definição. O novo tocador Blu-ray LG BD370 exibe filmes na qualidade Full HD (high definition - 1080p). O equipamento é compatível com os sistemas operacionais Windows e Linux e também reproduz DVDs e CDs convencionais.

Onde encontrar: Agis / <http://www.agis.com.br>

Impressão sem fio

Quem precisa de uma impressora, um scanner, um fax e uma copiadora vai ficar muito bem atendido com a Multifuncional HP Photosmart Premium. Este equipamento imprime em preto e branco e cor e gera fotos coloridas em apenas 25 seg. O diferencial está na possibilidade de conexão com o computador através de redes sem fio no padrão Bluetooth e Wifi 802.11g

Onde encontrar: Agis / <http://www.agis.com.br>



Para compartilhar a conexão 3G

A Internet através da rede de celular 3G já é um serviço bem comum. Normalmente este tipo de acesso é utilizado apenas por um computador. Com o roteador 3G-6200Wg da Edimax é possível compartilhar o acesso 3G entre vários micros. Este modelo ainda pode se conectar a um modem ADSL ou Cabo e servir como alternativa ao acesso Internet principal.

Onde encontrar: Agis / <http://www.coletex.com.br>

Rede sem fio em alta velocidade

Até hoje os equipamentos de rede sem fio alcançavam velocidades de até 54Mbps. Com a nova tecnologia 802.11n esta velocidade foi multiplicada por seis alcançando até 300Mbps. O roteador wireless TL-WR941ND da TP-Link já suporta este padrão e pode ser utilizado para compartilhar acessos à Internet em banda-larga (ADSL ou cabo).

Onde encontrar: Agis / <http://www.unicoba.com.br>



Melhore a recepção da TV digital

A Philips acaba de lançar uma série de antenas internas e externas especialmente desenvolvidas para a recepção de sinais da TV Digital. As antenas são de fácil instalação e design compacto. O objetivo destas antenas é amplificar o sinal de recepção em frequências VHF/UHF.

Onde encontrar: Agis
<http://www.agis.com.br>





Corretor de Seguros, mais do que um vendedor de apólices

Ao contrário do que muita gente pensa, o corretor de seguros não é um simples vendedor de apólices, tampouco um intermediário, cuja missão termina com a venda. É um profissional com características únicas, um especialista nos produtos com os quais trabalha.

Diferentemente da corretagem financeira ou da intermediação imobiliária, que extinguem no momento em que a venda se concretiza, o trabalho do corretor prossegue por toda a vigência da apólice. Afinal, é depois da venda do seguro e da aceitação do risco por parte da seguradora que os sinistros cobertos ocorrem.

Defender os interesses dos segurados não é tarefa fácil. Ao contrário, é complexa e exige conhecimento técnico e comercial da operação. O

professor, advogado e conhecedor do tema, João Marcos Martins, afirma que “a intermediação, em qualquer tipo de negócio geralmente é vista como fator de encarecimento do produto ou do serviço a ser prestado”. Em geral, não se tem o exato entendimento do papel de quem faz a intermediação.

Também registra que “no contrato de seguro, pela própria natureza do negócio, a intermediação é fundamental”. O contrato é extremamente complexo, necessitando o comprador do seguro de esclarecimentos sobre sua natureza e adequação às suas necessidades, tarefa que exige conhecimento das nuances do mercado, do negócio, de certa perícia.

O professor também afirma que “o seguro não é um produto que a pes-

soa adquire tendo a mesma sensação que se tem ao adquirir um bem tangível”. O seguro demanda esforço para a explicação dos custos, deveres e obrigações, vantagens e desvantagens que terá o futuro segurado. Como, em geral, ninguém se anima a adquirir um produto relacionado a um evento que lhe traga tristeza ou perda financeira, a necessidade de intermediação do corretor de seguros é fundamental para o bom andamento do negócio seguro. ★



FatorGarantia
CORRETORA DE SEGUROS

Serviço: Fator Garantia Corretora de Seguro
Endereço: Rua Aleixo Netto, 322, Sala 403
Ed. Light Tower – Santa Lúcia – Vitória- ES
Tel: (27)3235-9963

Na Sala, Na Varanda ou na Sala de Jantar

Liberte sua TV em todas as direções

Mais de 15
modelos de
Suporte
para diversos
ambientes



Projetores
Monitores
LCD/Plasma de
todos os tamanhos



www.redetronic.com.br

Redetronic
(27) 3200-3839
Av. Adalberto Simão Nader,
09 - Bairro República

Redetronic Vila Velha
(27) 3200-4580
Rua Antônio Ataíde,
677 Lj. 08/09 Centro - Vila Velha

Redetronic Plus
(27) 3315-1000
Av. Fernando Ferrari,
em frente a UFES





Ela começou a carreira sendo taxada apenas como filha do Zezé Di Camargo. De lá para cá, Wanessa Camargo conquistou brilho próprio, fruto de muito trabalho, dedicação e amor à música. O resultado disso são os milhares de fãs, em centenas de fãs-clubes, espalhados por todo o Brasil, e que conhecem tudo sobre a carreira e a vida da artista, nos mínimos detalhes.

Em 2009, Wanessa inicia uma nova fase da sua vida profissional, e aposta num pop menos romântico e um pouco mais apimentado, mais dançante. A novidade pode ser sentida no novo álbum, "Meu momento", na mudança do visual, menos menina e mais mulher e nas parcerias musicais que a cantora fez para o disco. Uma delas foi com um dos mais renomados rappers americanos, o Ja Rule, que

gravou a música de trabalho, "Fly", junto com Wanessa.

Outra participação na gravação do disco foi da diva da música pop no Brasil, Rita Lee. Para Wanessa, a presença ao gravar a música "Coisas da Vida" foi muito emocionante, já que a cantora é um de seus ídolos e a canção é uma das que ela mais escutava no período que morou no exterior.

A produção ficou a cargo de Deeplick, produtor responsável por grandes sucessos como "Mina do Condomínio", do Seu Jorge e "Boa Sorte", de Vanessa da Mata. Já a masterização ficou a cargo do estúdio que fez os álbuns "God girl gone bad", da Rihanna e "Hard Candy", da Madonna, o Sterling Sound em Nova Iorque. Além disso, no álbum, ela passa



Uma nova Wanessa

Por: Geise Frigini
Fotos: Henrique Gendre

Wanessa apresenta seu novo álbum, "Meu momento", que une o pop a um ritmo dançante e contagiante. O trabalho contou com a participação do rapper americano Ja Rule, que é referência internacional, na música "Fly"

a assinar somente como Wanessa, sem o sobrenome, já que essa é a maneira como todos a conhecem.

Os capixabas puderam ver as mudanças de pertinho, no dia 26 setembro, em Vila Velha. Ela esteve na Prainha e apresentou o novo show num rodeio beneficente. O rei do sertanejo, Sérgio Reis, também marcou presença no evento, com uma mega apresentação.

A nova fase já foi aprovada tanto pelos fãs quanto pelo maridão, Marcus Buaiz, que assina a direção artística do álbum. Quando o assunto é o casamento, ela não se contém e afirma, com todas as letras, que Marcus é o amor de sua vida. Contradizendo o famoso ditado, para Wanessa, a sorte veio no amor e na vida profissional também!

WelcomePlanet – O que tem de novo no CD Meu momento? Quais as surpresas que os fãs podem esperar?

Wanessa – Tem uma cantora cantando o que gosta e acredita muito. Considero o melhor disco da minha vida! Fizemos o disco no estúdio em casa, entre amigos e com tempo. Tenho a honra de contar com a participação da minha ídola, Rita Lee, do Alexandre do Natiruts, que, para mim, tem uma das vozes mais lindas da nossa geração, e o Ja Rule que é um dos maiores rappers do mundo.

Quais os cantores e músicas que te influenciaram neste novo trabalho?

Amo ouvir música. Ouço desde os clássicos da Madonna e Michael Jackson, até os mais novos como Shakira, Lady Gaga, Amy Winehouse, Rihanna e Justin.

E o estilo de música mais pop, ficou no passado?

Desde que lancei a minha carreira fiz música pop, é o meu estilo. No início, mais romântica. Hoje, mais dançante.

Por que decidiu assinar o último disco somente com o primeiro nome?

Porque esse é o meu nome e é assim que todos me chamam, sem estereótipos ou julgamentos. Meu nome é Wanessa Godoi Camargo Buaiz e vai continuar sendo, independente de como eu assine meus discos.

Como foi gravar uma música e o clipe com o Ja Rule?

Foi um dos momentos mais marcantes de toda a minha carreira. O cara é fera, com uma

Discografia

O primeiro CD de Wanessa, Wanessa Camargo, foi lançado no ano 2000. Mais dois discos, com o mesmo nome, saíram em 2001 e 2002. Em 2004, ela lançou o CD e o DVD Transparente ao Vivo. Em 2005, lançou seu quinto CD, W, mesclando tendências e estilos, da música latina romântica ao ballad rock, dance hall e o recente reggaeton.

Em 2006, conquistou mais credibilidade e respeito no meio musical, devido ao grande sucesso da canção "Não Resisto a Nós Dois", tema da telenovela Bang Bang. Ema gosto de 2007, Wanessa lançou o seu sexto CD, 'Total'. O CD é uma mistura de ritmos, do forró e do country. Wanessa já vendeu mais de um milhão e meio de cópias de CD's pelo Brasil e conquistou prêmios, como o de cantora revelação no Prêmio Multishow de Música Brasileira, em 2001.

voz e talento indescritíveis. A música que gravamos, "Fly", é exatamente o que vivo neste momento.

E o visual novo, por que decidiu mudar tanto e como foi a recepção dos fãs?

Quando acabamos de gravar o disco, senti que queria mudar. Enxergava que meu visual estava incompatível com a música e o disco que tinha feito. Convidei o Luis Fiod, que é considerado um dos maiores e melhores do mundo em direção artística, e mudamos. Confesso que estou muito feliz com o resultado.

Como se sentiu ao ouvir do DJ Technician, um dos maiores produtores da black music mundial, que você é a maior cantora do Brasil, durante a apresentação única do DJ no Brasil?

Fiquei sem palavras. Estava no Club Royal, que é do Marcus, admirando o set do Technician, quando de repente ele tocou "Fly" e disse que a música estava tocando nos Estados Unidos e que admirava muito meu trabalho. O cara já produziu JAY Z e Justin. Me senti honradíssima!

Desde abril, você estreou no Twitter. Como pretende usar no espaço?

O Twitter está sendo uma ferramenta muito importante para o meu trabalho, um lugar onde posso ter um

contato direto com meus fãs. Acredito muito na internet, lancei meu clipe primeiro no YouTube antes mesmo da TV. Além disso, escolheram minha próxima música de trabalho pelo Twitter. O melhor é que nesse canal, as respostas são imediatas.

O que você mais gosta de fazer quando está longe do palco?

Amo ficar em casa com meu marido e adoro quando podemos viajar para conhecer lugares novos.

Qual o maior sonho da Wanessa?

Sou uma sonhadora eterna, mas confesso que este trabalho tem sido a realização de um sonho, pois batalhei muito por ele.

Qual o maior desafio que você já teve que enfrentar?

Você já ouviu a minha música "Fly", do disco "Meu Momento"? Tem uma parte que diz que "o preconceito é o maior defeito".

Qual a melhor lembrança que tem da infância?

Que independentemente da condição financeira da minha família, sempre fomos unidos e, principalmente, muito felizes.

O que significa para você, a sua família?

Eles são meu centro, minha base para tudo. Eu e o Marcus damos muito valor aos nossos momentos juntos e por isso somos tão unidos.

Como você lida com a fama? Já teve algum fã que passou dos limites?

Sou muito feliz por fazer o que amo, que é cantar. Amo meus fãs e, sempre que posso, atendo a todos. Para mim, isso não é obrigação, mas um enorme prazer.

E o casamento, como vai depois de dois anos juntos com o Marcus Buaz?

Sou uma mulher muito feliz, pois casei com o homem que amo, respeito e admiro. Confesso que não imaginava encontrar um homem assim, mas, com todas as letras, encontrei o meu grande amor.

Como é a parceria profissional com o Marcus? Dá para confundir a relação pessoal com a profissional?

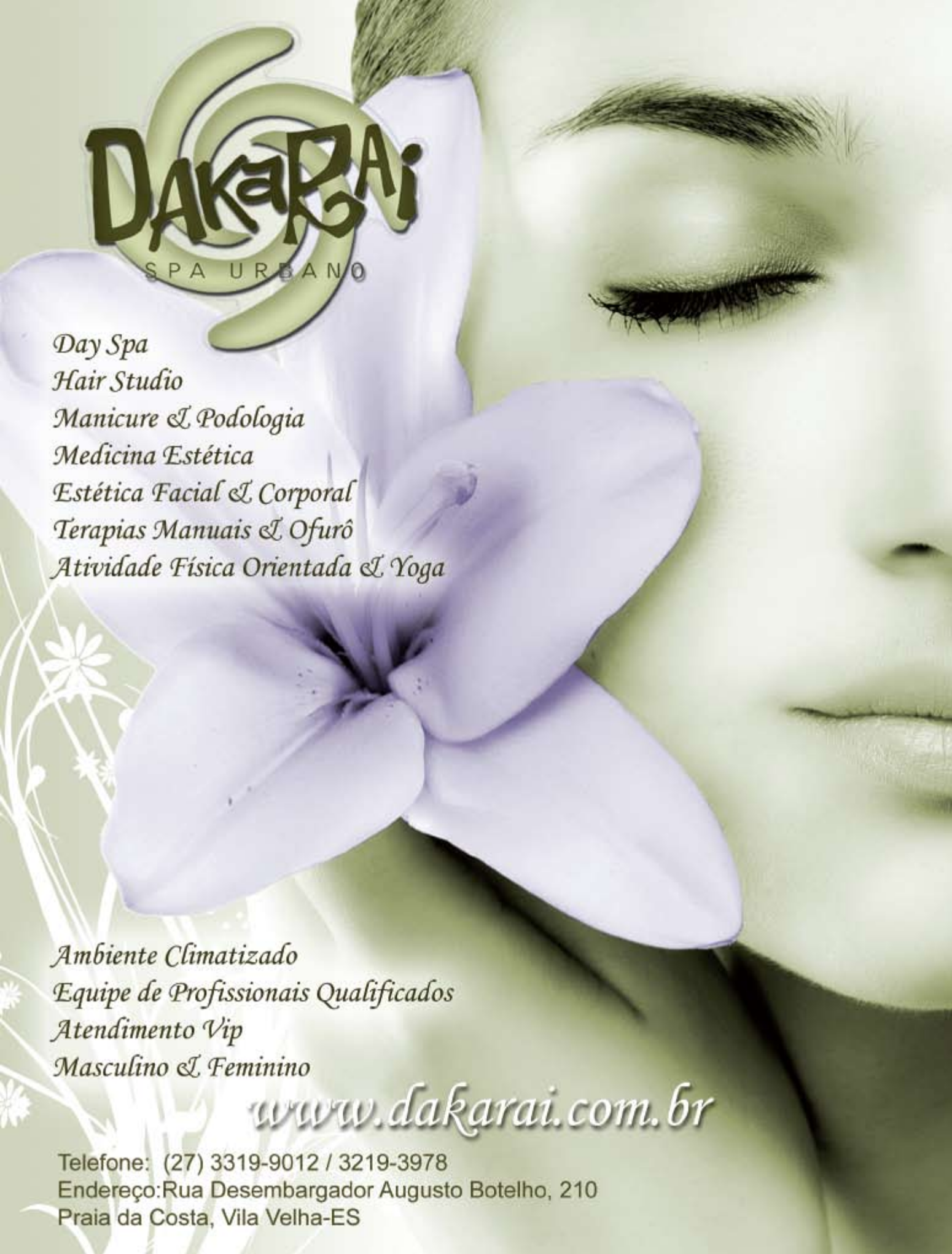
Eu não consigo separar a vida profissional da pessoal. Antes mesmo de trabalharmos juntos já falávamos de trabalho, pois sempre quis saber a opinião dele. O Marcus, para mim, é um dos maiores empresários de entretenimento do Brasil e hoje tenho a honra de contar com sua sabedoria no meu trabalho. Neste disco ele assina toda a direção artística.

Qual a sua relação com a cidade de Vitória?

Vitória tem uma importância enorme em minha vida, afinal é a cidade do meu amor. Quando faço shows em Vitória, me sinto super bem recebida. Considero um dos lugares mais bonitos do Brasil. ★

"Amo meus fãs e, sempre que posso, atendo a todos. Para mim, isso não é obrigação, mas um enorme prazer"





DAKARAI

SPA URBANO

Day Spa

Hair Studio

Manicure & Podologia

Medicina Estética

Estética Facial & Corporal

Terapias Manuais & Ofurô

Atividade Física Orientada & Yoga

Ambiente Climatizado

Equipe de Profissionais Qualificados

Atendimento Vip

Masculino & Feminino

www.dakarai.com.br

Telefone: (27) 3319-9012 / 3219-3978

Endereço: Rua Desembargador Augusto Botelho, 210

Praia da Costa, Vila Velha-ES



Estilo: o seu!!

Elayne Borel [elayne@welcomeplanet.com.br]
Fotos: Divulgação

“Jeans nosso de cada dia”

Modelo boyfriend cai no gosto - e no corpo - das mulheres brasileiras

Não é novidade, mas o jeans perdeu mesmo a identidade, não? Brincadeira! Criado lá pelos idos de 1850, no Oeste americano, ele chega ao Verão 2010, no Brasil, com versões superdiferentes. Mas um modelo vem caindo - não tão justinho, mas soltinho - no gosto das brasileiras. Batizado de boyfriend, o novo estilo é usar um jeans mais largo, confortável, como se o tivesse tirado do armário de seu namorado ou marido. O estilo já se tornou mania entre celebridades americanas como a atriz Katie Holmes, Victória Beckham, Sara Jessicar Parker, entre outras. No Brasil, a moda está ganhando força. Entre as grifes badaladas, o destaque vai para a **Colcci**, que traz em sua coleção a calça boyfriend no jeans detonado com barra dobrada e em tons lavados.

Dica: combine a peça com algum acessório bacana, uma bela sandália e certamente você roubará a cena por onde passar!



DIVULGAÇÃO



Inspiração de fora

A L'Occitane apresenta a Nuit de Mai, uma eau de toilette floral amadeirada, que vai agradar em “cheiro” às mulheres. Para criar a fragrância, a L'Occitane foi até Pays de Forcalquier, vila localizada no meio do caminho entre os Alpes e o Mediterrâneo. A região também inspirou a linha Rosas 4 Reines, com eau de toilette, creme e leite corporal, entre outros. A versão do Nuit de Mai de bolsa, com 10 ml, já é sucesso entre as fãs da marca.

Fique sabendo

A empresária de moda, **Thiciane Tibério**, inaugurou recentemente a loja Riviera que reúne um mix de marcas conceituadas, como: Maria Bonita Extra, Leeloo, Cantão, Redley e Pedro Motta em nova loja, na Aleixo Neto. Vale a pena uma visita!!



O personal make-up and hair **stylist Gilbert** tem muito a comemorar! Escolhido como maquiador oficial do Il Vitória Moda Show, foi só elogios entre os badalados profissionais da moda de fora do Estado, que vieram prestigiar o evento. Parabéns!!!

Triton de volta

Os fashionistas já podem comemorar: a marca de roupa Triton está de volta às terras capixabas. A nova coleção Primavera-Verão, que tem como inspiração o “Jardim das Delícias”, traz o luxo, o ouro e a beleza da África. As formas das peças vão das mais simples, como os mini-vestidos, às mais variadas, como as roupas assimétricas e sarueis. Para os meninos, tecidos exclusivos, trabalhados com fios tintos de algodão, poliâmida e nylon. Toda coleção poderá ser encontrada com exclusividade na loja Spazzio, na Mata da Praia, e Drink n'Dress, na Praia do Canto. Corra!! ★



ERRATA

Na edição passada da WelcomePlanet trocamos as bolas: a foto da matéria da Boticário deveria conter o produto desta marca, e não da L'Occitane como foi publicado. Falha nossa!



colcci

Delícias sob medida

Por: Camila Fregona
Fotos: Yolanda Capovilla

Chocolates personalizados são excelentes opções para presente

Se ganhar uma caixa de bombons já é uma deliciosa surpresa, imagine ser presenteado com chocolates personalizados? Além do sabor, o fato de ter uma imagem, formato ou recheio exclusivo é garantia de sucesso.

Seja para datas especiais, como aniversários e casamentos ou eventos corporativos como festas de empresas, esta é uma excelente dica de presente. E para você aproveitar essa oportunidade não é necessário fazer grandes pedidos: as empresas que oferecem o serviço também fabricam peças personalizadas em pequenas quantidades.

No mercado capixaba, a Le Chocolatier é um exemplo. Com 24 anos de existência, a grife de chocolates finos, além de oferecer mais de 100 opções de produtos, agora também proporciona aos clientes a possibilidade de customizar seu pedido. Basta escolher o recheio, a cobertura, o formato e personalizar o seu chocolate.

Os pedidos podem ser feitos direto na fábrica ou na loja mais próxima e, na com-

pra acima de 100 unidades, os preços são ainda mais especiais. O prazo de entrega é outro diferencial: além dos produtos de catálogo que estão disponíveis para pronta entrega, os chocolates personalizados são entregues entre 20 e 30 dias – um prazo muito curto quando se considera todo o trabalho para aplicar logomarcas de empresas ou detalhes de casamentos e aniversários em peças tão delicadas.

Para fabricar este tipo de produto, o investimento em tecnologia é fundamental. “Compramos um novo túnel, além de dosadores, centrífugas de ovos, máquinas de embalagens de tabletes e bombons sortidos. O principal objetivo de todos os investimentos é garantir que a qualidade dos nossos produtos seja a melhor possível”, destaca a executiva da Le Chocolatier Dalva Maria Frinhani.

Com todas as opções e facilidades que o mercado oferece, basta você abusar da criatividade e montar um presente delicioso e personalizado para ocasiões especiais. ★



Dalva Maria Frinhani
responsável pelo sucesso
da Le Chocolatier



Le Chocolatier
Deliciosamente feito para você.

Fábrica Le Chocolatier

Rua Professora Anízia Correa Rocha, nº 123,
Consolação, Vitória - ES - (27) 3325-3255
fabrica@lechocolatier.com.br

Roupa Bonita

APRESENTA COLEÇÃO PRIMAVERA VERÃO 2010

JarivelaDesign



www.exatta.net

exattabg@hotmail.com | (27) 3732-1237

Shopping Norte Sul 120A - 1º piso - Jardim Camburi - Vitória-ES (27)3337 6488



Sem medo de dentista

Confira algumas dicas para manter em dia a sua saúde bucal

Por: Geise Frigini
Fotos: Divulgação

➤ Já reparou na maneira como você escova os dentes? E qual a frequência com que você usa o fio dental? Muitas vezes deixada em segundo plano, a saúde bucal é uma das barreiras para evitar diversas doenças. Por isso, alguns cuidados são fundamentais para manter em dia a saúde da boca, evitar complicações e mal-estar, como o mau hálito. O resultado será, no mínimo, um sorriso de dar inveja.

Para o dentista Leonardo Guarçoni, a escovação correta é o primeiro passo para se ter uma boca e um sorriso saudável. "A escova de dente deve ser trocada quando as cerdas estiverem alteradas, o que acontece, mais ou menos, a cada quatro meses. A maneira como a escovação é feita também é fundamental para o processo. O movimento deve ser sempre de maneira circular sobre as gengivas e os dentes. Nunca contra a gengiva, pois poderá provocar deformações e alterações como retrações, perdas ósseas e desgastes nos dentes", garante.

Antes de escovar os dentes, deve-se usar o fio dental, que limpa os locais aonde a escova não chega, três vezes ao dia. Segundo o especialista, o fio dental é importante para evitar gengivites e bolsas periodontais. Ele avisa, ainda, que o uso deve ser feito de forma suave contra as faces dos dentes.

O flúor é o terceiro item a constar na lista de quem cuida bem da boca. Ele ajuda a proteger os dentes ao formar uma camada que deixa a superfície do esmalte mais resistente. A substância já está presente na água potável, nos cremes dentais e nos antissépticos que, para os adultos, é suficiente. Para as crianças, o cuidado deve ser maior. "Com os pequenos, além da pasta com flúor diariamente, usa-se até os 16 anos flúor tópico, em geral a cada três meses. O selante com flúor também é usado em alguns casos. É bom lembrar que o uso excessivo do flúor poderá provocar alterações no esmalte e

até problemas sistêmicos", recomenda Dr. Leonardo.

Além desses cuidados a serem tomados em casa, a visita regular ao dentista também é importante. Para os adultos, o prazo recomendado é de seis em seis meses para se prevenir contra doenças periodontais. As crianças devem se consultar a cada três meses, para revisões preventivas contra a cárie e uso de flúor gel.

Para quem usa aparelho nos dentes, Leonardo Guarçoni recomenda cuidados especiais. "É importante que pessoas em tratamento ortodôntico façam profilaxias e exames bucais de rotina de quatro em quatro meses. Quanto mais limpos os dentes, menor a chance de desenvolver cáries e doenças nas gengivas por acúmulo de placa e tártaro", garante. ★

SERVIÇO:

Rua: Henrique Laranja, 230
Sala 02- Centro – Vila Velha
Tel: (27)3319-0754



Dr. Leonardo Guarçoni
Clínico Geral, Especialista em Endodontia,
com atualização em Diagnóstico Bucal



Como anda a saúde de sua empresa?

Medicina do Trabalho
Segurança do Trabalho

www.medlider.com.br

Rua Chopin, 35
B. Vermelho Vitória/ES CEP: 29057-580

27.3324.6419



CENTRAL DE ATENDIMENTO

(27) 3026-3900

*Somos especializados em cobertura de eventos,
atendimentos de urgência e emergência,
remoções de pacientes, locações de
ambulâncias básicas e UTI's.*

Central de Atendimento informatizada;

Profissionais Qualificados

Unidades Modernas e Equipadas com:

Monitorização cardíaca com placas multifunções.

Ventilador-mecânico;

Kit de Oxigênio com cânulas, máscaras e tubos;

Oxímetro de pulso e aspirador;

Kit para pequenas cirurgias;

Kit obstétrico e para queimados;

Bolsas para material de vias aéreas, acesso venoso;

Imobilizadores de coluna e membros;

Kit completo de medicações;

Bombas de infusão.



WWW.BASEEMERGENCIAS.COM.BR

Sertanejo em alta

Por: Geise Frigini
Fotos: Yolanda Capovilla

Anderson Barbieri, proprietário da Adega Coração Sertanejo, conta sobre o início da casa noturna e sobre a tendência sertaneja

Antes classificada apenas como preferência musical de cowboys, a música sertaneja tomou conta do cenário nacional e hoje é apreciada por várias tribos diferentes. Desde as burguesinhas até os peões, o country é ritmo garantido nas principais boates e casas noturnas e já ganhou até espaços exclusivos. No estado, uma das referências para quem curte um bom sertanejo é a Adega Coração Sertanejo, em Vitória.

O proprietário da Adega, Anderson Barbieri confirma que o sertanejo já caiu no gosto dos jovens. "Desde 2005, quando inaugurei a Adega, pude acompanhar o grande salto que os capixabas deram pelo interesse na música sertaneja. Antes o que era motivo de desconfiança por muitos, hoje é vivido intensamente por jovens universitários de qualquer classe social. Hoje existem grandes sucessos de destaque nacional como Jorge & Mateus, João Bosco & Vinícius, além dos já consagrados Vitor & Leo e Cezar Menotti & Fabiano. Já no cenário Local acredito muito no talento da dupla Rian & Richard e no sucesso que a dupla Higino & Gabriel está fazendo. A dupla Higino e Gabriel irá gravar seu primeiro DVD na Adega".

“ Com a chegada da Adega em Vitória, as chamadas boates eletrônicas, até então unânimes no mercado, passaram a abrir um espaço por semana para a música sertaneja ”

A idéia de investir numa casa country veio exatamente da percepção de que nascia um novo público. "Na década de 90 inauguramos em São Paulo nossa primeira casa sertaneja. Com o nome de "Adega Brasil", o ritmo totalmente sertanejo foi um verdadeiro sucesso para os moradores do ABC Paulista. Quando cheguei a Vitória, em 2005, percebi que o capixaba não tinha opção dentro de Vitória para curtir o sertanejo. Foi aí que resolvi investir e acreditar que a Adega seria um grande sucesso aqui", diz.

Anderson ainda revela que a chegada da onda sertaneja no estado mudou até as já consagradas boates com programação totalmente dedicada à música eletrônica e variações. "Com a chegada da Adega Coração Sertanejo em Vitória e seu sucesso, as chamadas boates eletrônicas, até então unânimes no mercado, passaram a adequar sua programação e abrir um espaço por semana para a música sertaneja".

Hoje, a Adega possui capacidade para 800 pessoas e uma equipe formada e preparada para um atendimento descontraído, um cardápio vasto e recheado com porções e tira-gostos deliciosos. A casa está estruturada com mesas em formato de barris e uma decoração rústica, que lembra o ambiente sertanejo e suas raízes. "O grande diferencial é não tocar outros ritmos de música, pois o verdadeiro cowboy e apaixonado pela música sertaneja não aprovaria", garante Anderson.

A Adega também já se está cumprindo a nova lei anti-fumo. "Dentro da casa, nos adaptamos para cumprir a Lei Anti-fumo. Preparamos um ambiente adequado e dentro dos padrões exigidos para um bom funcionamento da casa. Também estamos analisando a possibilidade de abrimos outra filial da "Adega" no estado. Provavelmente em Linhares", conta Anderson. ★



RESGATE

TREINAMENTOS

A Serviço da Vida!

WWW.RESGATE.COM.BR

(27) 3289-1973 Msn/E-Mail: atendimento@resgate.com.br

Correr faz

Por: Ilda Castro
Fotos: Yolanda Capovilla

Correr está na moda entre os capixabas. Que bom!

Afinal, este é um dos esportes mais completos e que promove mais benefícios para o corpo humano. E mais, não requer equipamentos ou roupas especiais e pode ser praticado ao ar livre. Certamente, é por isso que, a cada dia, mais pessoas buscam na corrida ajuda para melhorar o fôlego ou manter a boa forma física.

Bruno Pechinho, 31 anos, empresário, é um desses corredores que ama o esporte por causa dos benefícios que promove, sem a necessidade de uma infraestrutura maior para a sua prática. "Eu adoro correr. Tanto que já participo de todas as provas de rua que acontecem no Espírito Santo. É um esporte ótimo para a saúde, que pode ser praticado em qualquer lugar, a qualquer hora. Sou tão apaixonado que já estou envolvido com a organização de eventos da área", diz ele.

Já para Rosane Merçon, 43, correr também está associado a vencer um grande desafio. Mãe de duas adolescentes, a empresária começou a praticar o esporte há 10 anos e isso foi essencial para ajudá-la a largar um vício antigo: o cigarro. "A corrida para mim é um momento de descontração, em que eu estou em contato com o ar livre. É a hora em que trabalho meu bem es-

tar físico, mas também mental", afirma Rosane destacando, ainda, que suas filhas estão no mesmo caminho e também priorizam o esporte.

Na mesma proporção que o esporte ganha adeptos, cresce o número de provas de ruas realizadas na cidade. Na Grande Vitória acontece pelo menos uma competição com bom nível de organização por mês. Todas reunindo um significativo número de atletas.

A mais famosa delas, sem dúvida alguma, é a Dez Milhas Garoto, realizada pela Chocolates Garoto e que neste mês de agosto chegou a sua 20ª edição reunindo quatro mil atletas, entre eles alguns da elite nacional como o campeão Franck Caldeira, e distribuindo R\$ 60 mil em prêmios.

Mas a Garoto não é a única empresa a promover corridas de rua. O Banes-tes realizou uma prova com 10 km de percurso, que aconteceu no dia 18 de outubro. Focada essencialmente no corredor anônimo a corrida celebrou um ano de sucesso do cartão Banes-card, completado no último mês de junho, e também o aniversário de 72 anos do Banco, comemorado no dia 15 de outubro.

Vale lembrar, entretanto, que embora um esporte fácil e de baixo custo, sua prática não deve ser iniciada sem uma avaliação médica, afinal fazer qualquer exercício físico sem os cuidados necessários pode causar de lesões musculares à morte súbita.

O cardiologista Luiz Fernando Machado Barbosa, do Hospital Meridional, diz que o capixaba não tem o hábito de procurar um especialista para uma avaliação médica antes de começar a praticar um esporte e isso pode ser muito perigoso. Embora a atividade física seja

Correr é simples e faz bem. Veja porque:

- Não exige equipamentos especiais.
- Deixa as pernas torneadas e fortes.
- Garante disposição para o dia a dia.
- Dá para praticar em qualquer lugar.
- Aumenta o fôlego.
- Faz perder peso.
- Previne doenças.
- Melhora a autoestima.

Rosane Merçon,
43 anos, empresária

bem a saúde

indicada para pessoas de qualquer sexo ou idade, quando praticada de maneira imprópria pode trazer mais problemas do que benefícios.

"Exercícios executados de forma inadequada podem causar desde estiramentos e lesões musculares até complicações na coluna ou cardiovasculares, e devem sempre ser previamente avaliados", afirma ele.

Fuja das lesões

1. Escolha um tênis com solado próprio para absorver impactos.
2. Realize alongamento antes e depois da ginástica. Isso deixará a articulação mais flexível e menos propensa a sofrer uma contusão.
3. Não tente ir além do seu limite. Músculos cansados aumentam o risco de machucar os joelhos.
4. Antes de começar a correr por conta própria, procure um especialista.
5. Ao primeiro sinal de dor, pare o exercício.
6. Pratique atividade física regularmente para manter os músculos fortes.
7. Se suas pernas forem tortas ou arqueadas, consulte um ortopedista. Ao malhar, as chances de você vir a ter problemas são maiores.
8. Não aumente a carga no treino sem a orientação de um professor. Muito peso sobrecarrega as articulações. ★



Bruno Pechinho, 31 anos, empresário



DR. RENATO HARCKBART
CARVALHO

CIRURGIA PLÁSTICA - ESTÉTICA - REPARADORA

(CRM 4584)

Prótese de Mama e Glúteo

Cirurgia de Abdomen

Cirurgia da Pálpebra

Cirurgia de Orelha

Lipoescultura

Pálpebras

Cirurgia de Nariz

Preenchimento de rugas

Botox

Mesoterapia

Carboxiterapia

Mancha na pele

Mamoplastia

Intradermoterapia

(Gordura localizada e Estrias)

Luz intensa pulsada

Laser de CO2 fracionado

(para rejuvenecimento

e cicatrizes de acne)

Laser para Depilação

Dr. Renato Harckbart Carvalho

Cirurgia Plástica - Medicina e Estética

Clinica Activa

Laranjeiras - Serra (27) 3338 3809

Estética Vera Baldotto

Itapoã - Vila Velha (27) 3349 7999



Chega de moleza: conheça a novidade que vai mexer com você!

Por: Fabrícia Borges
Fotos: Yolanda Capovilla

Pilates solo trabalha respiração, postura e, claro, o corpo.

Que atividade física é fundamental, ninguém discute. Ainda mais com o verão se aproximando. Mas, dependendo do tipo de exercício, bate aquela preguiçinha... Aí, o jeito é buscar uma opção que mais se encaixe no seu gosto e atenda às suas necessidades para manter o corpo e a saúde em dia.

Uma aula diferente pode ser uma boa alternativa para aqueles que vivem dando desculpas e adiando a matrícula na academia para a próxima semana (que nunca chega!). Na academia Mata da Praia, a nova modalidade que vem dando o que falar é o Pilates solo. A aula é baseada nos princípios do Pilates e do treinamento funcional, realizada no solo com auxílio da bola e do espaguete.

Com duração de uma hora, a aula da professora Luana Leocadio prioriza exercícios de respiração, equilíbrio e fortalecimento mus-

cular. "Exploro elementos da aptidão física voltados para a saúde como flexibilidade, força, resistência muscular localizada e a composição corporal", diz.

A execução dos exercícios depende da força do próprio corpo. Então nada de moleza! Feito no solo e em cima da bola, o esforço é ainda maior, pois a atividade exige que o aluno vença a instabilidade da bola, acrescentando também a parte lúdica ao exercício.

Segundo a professora, apesar de ainda não ter mensurado o gasto calórico das aulas, a atividade é tão desgastante quanto uma sequência de musculação. "O exercício trabalha o equilíbrio, o tônus muscular, o alinhamento postural, a respiração, dentre outros elementos, e deixa o corpo delineado sem exagero de massa muscular", fala.

Respiração! Para Luana esse é o diferencial dessa aula. "Eu oriento o aluno a respirar durante os exercícios, no alinhamento corporal que envolve a postura adequada, priorizo exercícios de mobilidade dos segmentos da coluna vertebral. Meu trabalho vai além da sala de aula, pois espero que os alunos levem para o dia a dia o que aprendem aqui", diz.

Curiosidades

Os princípios do Pilates solo foram desenvolvidos pelo alemão Joseph Pilates, nascido em 1880. Por sofrer de asma, febre reumática e raquitismo, empenhou-se em estudar exercícios como yoga, luta romana, luta grega e fisiculturismo, tornando-se um especialista em cultura física. Ao longo dos anos sistematizou um método de exercícios terapêuticos que conseguisse atuar no fortalecimento global, flexibilidade, estabilidade dinâmica e consciência corporal.

Durante a Primeira Guerra Mundial, Pilates foi preso como inimigo e levado ao campo de concentração. Lá, ele se tornou enfermeiro e treinou seus companheiros com os seus exercícios, o que não os deixou adoecer. Após a guerra, em 1926, mudou-se para os Estados Unidos onde montou seu primeiro studio denominando a técnica de "Contrologia". ★

SERVIÇO:



Av. Demerval Lírio, 466
Mata da Praia – Vitória
Tel: (27) 3325-6492

Horário de funcionamento: 2ª a 6ª das 6h às 24h/sábados das 16h às 20h

www.academiamatadapraia.com.br





**VENHA CONHECER NOSSO NOVO CARDÁPIO
NOVOS PRATOS**

PREÇOS DO TAMANHO DO SEU BOLSO





Ainda dá tempo de ficar em forma para o verão!

Por: Geise Frigini
Fotos: Yolanda Capovilla

Dicas para quem quer chegar à estação mais esperada do ano com um corpo de dar inveja

A estação mais quente está chegando, e ainda tem como correr atrás do tempo perdido, e cuidar do corpo para o verão. Os grandes vilões, a celulite e a gordurinha localizada, já estão na mira da mulherada. Uma boa ideia, para uma boa forma é entender como eles aparecem e evitar.

A celulite está presente em cerca de 90% das mulheres. E aparece devido à soma de vários fatores, como herança genética, sedentarismo, problemas circulatórios, cigarro, álcool, estresse e desequilíbrio hormonal.

A esteticista Vera Baldotto conta que a medicina estética possui um arsenal eficiente de tratamentos. Dentre eles a drenagem linfática, a carboxiterapia, a endermologia vibratória e por sucção. As áreas mais propensas são as que têm mais gordura, como o bumbum, os culotes e partes internas das coxas.

A dica, segundo Vera, é praticar exercícios físicos aliados a alimentação saudável. “Beber bastante água, dar preferência a alimentos ricos em fibras, reduzir o consumo de sal, pois aumenta a retenção de líquidos, e evitar saltos altos, que dificultam a circulação” revela.

Já a gordura localizada é resultado da quantidade de calorias excessivas. A gordura e o carboidrato consumidos a mais vão direto para os quadris, abdômen e coxas das mulheres, e abdomens masculinos. Outras causas são distúrbios hormonais e postura incorreta, além do sedentarismo.

A prevenção é praticar atividades físicas e manter uma alimentação equilibrada – a orientação de um nutricionista faz milagres nesse caso. Há também as opções de tratamentos estéticos como: massagem modeladora, termoterapia, bambuterapia drenagem linfática, entre outras opções de tratamento.

Conheça algumas opções de tratamentos médicos e estéticos

- **Carboxiterapia:** É uma técnica não-cirúrgica, na qual o gás carbônico é injetado no tecido subcutâneo, tendo como resultado a melhora na circulação e oxigenação dos tecidos, que combate a celulite, a gordura localizada e a flacidez.
- **Mesoterapia:** Micro-injeções da substância na derme e no tecido subcutâneo, onde a gordura se deposita, e estimula a ação de enzimas que degradam lipídeos. Nas células gordurosas, essa ação facilita a liberação da gordura.
- **Drenagem Linfática:** Massagem suave com movimentos lentos e rítmicos que ajudam a eliminar líquidos retidos e toxinas. Melhora a circulação sanguínea e linfática, auxilia no combate à celulite e à gordura localizada.
- **Endermologia vibratória:** Indicada para o tratamento de celulite e gordura localizada, atua através de movimentos circulares, vibratórios e de micro-percussão, sem causar dor ou traumas. Seus aplicadores possibilitam várias técnicas de massagem, atuando nos tecidos mais profundos e promovendo aumento da circulação.
- **Bambuterapia:** a técnica da massagem feita com bambus é originada da França. A massagem é feita com bambus de diferentes tamanhos e, além de relaxar e despertar a energia, ainda promovem drenagem linfática, a tonificação e a modelagem dos tecidos. ★

Vera Baldotto:
Esteticista há 15
anos e graduanda
em Estética e
Cosmetologia

Vera Baldotto Centro de Estética

Endereço: Rua Brasília, nº15 - Itapoã – Vila Velha - Tel: (27) 3349-7999

CUIDAMOS DA SUA SAÚDE PARA VOCÊ SER MAIS FELIZ

O importante é ser feliz.



**CONHEÇA NOSSOS PLANOS E PROMOÇÕES.
VENHA FAZER UMA AULA GRÁTIS.**



Ative o Wi-Fi em sua rede e internet
disponível gratuitamente
para todos os membros.

Ambientes climatizados, ampla sala de musculação, avaliação física com fisioterapeuta.



Rua Brasília 7B, Itapõa . Vila Velha - Tel.: 27 . 3062 . 0410 - www.praiafit.com.br



O charme francês invade o Brasil

Por: Camila Fregona
Fotos: Divulgação

Quem nunca sonhou em conhecer este país europeu sinônimo de cultura, charme e bom gosto? A França, que inspira romantismo e elegância, é destaque esse ano em todo o Brasil.

Há mais de duas décadas, os franceses dedicam cada ano para homenagear um país. Em 2005, a cultura brasileira foi apresentada em grande estilo aos franceses. Em 2009, é a vez da Cidade Luz inspirar nosso território. De 21 de abril a 15 de novembro, o Ano da França no Brasil traz a todas as regiões brasileiras elementos que marcam a cultura francesa.

Arte, moda, perfumes e culinária. Seja o requinte e romantismo de Paris ou os atrativos da zona rural do país, como a produção de mais de 350 tipos de queijos e diversos rótulos de vinhos, ninguém resiste ao charme francês.

No Ano da França no Brasil, exposições, apresentações musicais, concursos, seminários e exibições de filmes se espalham por todo país.

Ao todo, cerca de 700 projetos foram cancelados. Os temas são os mais diversos e vão do jazz, cinema e artes visuais até eventos da área médica ou urbanísticos.

O Museu de Artes do Espírito Santo recebe, entre os dias 11 de agosto e 16 de outubro, a exposição Triunfos do Carnaval, que reúne aproximadamente 50 obras dos séculos XVI a XX sobre a história do carnaval europeu.

Ainda em outubro, entre os dias 17 e 31, o Ateliê de Urbanismo Internacional Vitória-Dunkerque reúne, em Vitória, 20 experts em urbanismo de diversos países para desenvolver estudos de arquitetura e engenharia a fim de melhorar a mobilidade urbana da capital capixaba.

Mas quem quer conhecer um pouquinho mais sobre a França não pre-

cisa ficar preocupado com o término dessa comemoração. Os franceses radicados por aqui fazem questão de manter e difundir a cultura de seu país de origem. A Estação agroecológica Domaine Île-de-France, em Pedra Azul, é uma delas.

O Club de France, na Praia do Canto, é outro exemplo: um espaço de 800 m² onde os capixabas vão encontrar um pedacinho da França em terras capixabas. O Club traz lojas, SPA, bistrô, estética, um café com arquitetura baseada no famoso Café de la Paix, de Paris, além do Espaço Cultural Edith Piaf.

Confira na próxima página depoimentos exclusivos de apaixonados pelos encantos franceses.

Intercâmbio cultural e comercial

Além de promover trocas culturais entre França e Brasil, essas homenagens ampliam as oportunidades de intercâmbio entre os dois países. Após o Ano do Brasil na França, em 2005, registrou-se aumento de três vezes no volume de negócios entre os dois países, o que correspondeu a cerca de US\$ 450 milhões de produtos brasileiros importados pela França nesse ano. Registrou-se também um aumento de 27% no movimento de turistas franceses no Brasil e um crescimento de 20% nas matrículas nos cursos de português na França.



Arco do Triunfo



FOTO: YOLANDA CAPOVILLA



"Falar da França é um assunto longo e prazeroso e neste país o assunto que mais me agrada são os vinhos, não por coincidência a área em que atuo. Com certeza, a França é o país mais rico e com maior diversidade

de 'Terriors' do mundo. Enófilos de todas as partes do planeta ficam encantados com as inúmeras opções. Bordeaux, Bourgogne, Champagne, Loire, Cognac, Languedoc são alguns exemplos, mas precisaríamos de muitas páginas para falar um mínimo dos pequenos produtores de vinhos da França".

Péricles Gomes – diretor comercial da Casa do Porto

"A França, além de ser um país maravilhoso geograficamente falando, deixou marcas históricas e seu povo aprendeu a lidar com as adversidades. O que é encantador é o senso de patriotismo e preservação da cultura e das tradições. O culto à beleza e à cultura está maravilhosamente expresso nas artes. Os movimentos sociais transformaram épocas e influenciaram os dias atuais."

Jorge Marcel Fernandes
Sócio-proprietário do Club de France

FOTO: YOLANDA CAPOVILLA



"Eu tenho uma relação estreita com a França. Antes mesmo de conhecer o meu marido – o Petrit, eu já falava francês. Sempre gostei muito dos textos, da filosofia e de toda produção cultural francesa. O teatro francês, por exemplo, é maravilhoso! Enfim, a França é um país incrível, de uma cultura imensa, e o fato de ter me casado com um francês veio estreitar ainda mais esses laços".

Maria Fernanda Cândido – atriz

"O que mais me atrai na França são dois importantes aspectos por trás de tudo que vemos: qualidade e cultura. Seja na moda, arte ou beleza, sempre vemos um toque muito especial de cultura e de qualidade, fazendo com que a França seja uma das maiores referências nestes assuntos. Somente um povo culto consegue se expressar tão bem no mundo de arte, moda e beleza. A cultura trazida de gerações antigas faz com que tudo isto seja feito com muita qualidade. Acho que os franceses ainda são os melhores no mundo nestes aspectos e nos dão um grande exemplo acima de tudo, sobre cultura vivida".

José Teixeira – diretor da Espírito Santo Business Center

"Paris é modernidade pura a favor do homem: vitrines das melhores lojas do mundo, charmosos bistrôs, culinária magnífica e saborosos vinhos. Já no interior do país podemos constatar um dos melhores modos de viver do mundo, com qualidade de vida, modernidade, consciência ecológica e senso de respeito aos outros de forma inigualável, com violência 'zero' no trânsito e nas estradas. Na França, é fácil perceber que a vida é bela!".

Ivan Aguilar – estilista

FOTO: PEPÉ



FOTO: OCTAVIO BASTOS



"Como a moda desde sempre tem grande importância em minha vida, Paris e os estilistas Paul Poiret, Gabrielle Coco Chanel, Yves Saint Laurent, Christian Dior,

Pierre Cardin são eterna fonte de inspiração para mim. A multimarcas de moda parisiense Colette e a jovem estilista Isabel Marrant também me inspiram, assim como o Hotel Ritz, o movimento artístico Impressionismo e as cores e paisagens do pintor Claude Monet. O perfeccionismo do feito à mão e sob medida da Alta Costura (marca registrada e exclusiva de seletas grifes francesas) me encanta e me faz acreditar que o mundo pode ser melhor".

Beth Caetano – jornalista, consultora de comunicação, marketing e moda ★





França: elegância e luxo até no interior

Texto e fotos: Viviane Anselmé

➤ Falar do interior da França é muito fácil, afinal de contas, é tudo fantástico, mágico, incrível. Bom, que é lindo de viver vocês já devem imaginar e eu tive a oportunidade de conhecer lugares especiais entre Bordeaux e Vale do Loire. São cidades com castelos, muitos castelos e, inclusive, fiquei hospedada em um deles do século XXII, por quatro noites. Eu e minha equipe visitamos os grandes Châteaux da região, degustamos os melhores vinhos do mundo, tomamos champanhe, fomos recebidos em jantares sofisticados. Ah, comemos muito pato. Foie gras, Magret, Confit... Tudo delicioso. E ainda comemos muitas trufas negras, que é o luxo do luxo.

Destaco um lugar impressionante chamado Saint Emilion que é um antigo forte medieval e uma cidade pequena e romântica,

com três mil habitantes, mas que recebe três milhões de turistas por ano. Muitas celebridades internacionais passaram sua lua de mel lá. É lindo e é realmente medieval. A sensação é de que, a qualquer momento, um cavaleiro com uma armadura de aço vai aparecer na esquina. Lá fui ainda numa caverna onde as mulheres e crianças se protegiam enquanto os homens estavam na guerra. É de tirar o fôlego.

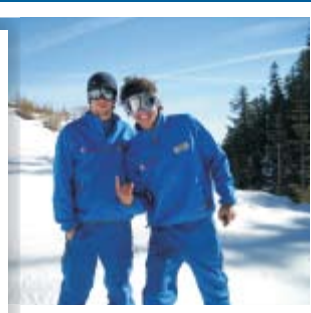
Bom, também aproveitamos a noite de Bordeaux. Fomos a um delicioso restaurante e depois para a balada, é claro. O rock lá acontece num lugar fantástico chamado Azuli. Uma sala de castelo, com um DJ tocando House Music e um monte de franceses dançando em cima do balcão de um bar. Já imaginou? Pois é, lá é assim... Os príncipes soltam a franga mesmo.

Agora deixo minhas dicas:

- Levem casacos pesados até mesmo no outono. O interior é muito frio;
- Tomem muito vinho. O mais simples é fantástico. Mas, lá também tem lei seca, ok?
- Vá ao centro de Bordeaux fazer compras. Lá tem a Galeria Lafayette e você compra uma Diesel por 150 euros.
- Comam todas as sobremesas do cardápio, principalmente as de morango;
- Cuidado com os queijos. Uns são ótimos, outros argh... Aqueles verdinhos são bem fortes. Mas, eles acham importante para uma boa digestão e é desleigante negar.
- E o melhor de tudo: volte para Paris de trem bala, o TGV. Gente, não dá pra explicar o que é andar de trem bala! E olha, vá de 1ª classe. A diferença é pouca no valor e o conforto é muito maior. Inesquecível!! ★



Estude no Exterior e aprenda de verdade



Cursos de Idiomas - Study & Work - High School - WORK EXPERIENCE USA® - Summer Camp - Trainee USA - Job Program França e muito mais!

O mais completo suporte em todas as etapas do seu intercâmbio, parcerias com as melhores escolas de idiomas do mundo e atendimento personalizado.



A IE Intercâmbio facilitou para você realizar seu sonho. Com o Intercâmbio Fácil você tem juros reduzidos e pode parcelar seu intercâmbio em até 24 vezes. Aproveite!

IE Vitória - 3038 3900

www.ieintercambio.com.br

IE Barra da Tijuca (RJ)
IE Belo Horizonte (MG)
IE Fortaleza (CE)

IE Ipanema (RJ)
IE Juiz de Fora (MG)
IE Niterói (RJ)

IE Recife (PE)
IE Salvador (BA)
IE São Paulo (SP)



Gastronomia embarca no Ano da França no Brasil

Por: Geise Frigini
Fotos: Yolanda Capovilla

Fique por dentro das comemorações e aprenda a preparar um delicioso prato francês

Os franceses estão mostrando o que têm de melhor este ano por aqui. É que 2009 é o Ano da França no Brasil, um evento que tem como objetivo apresentar aos brasileiros um pouco das tradições e costumes que são marcas registradas daquele país. Por isso, a WelcomePlanet traz páginas especiais sobre o assunto, com depoimentos de personalidades apaixonadas pela França,

além de um diário de bordo com várias dicas de turismo no país europeu.

E, a gastronomia, uma das características mais expressivas de uma nação, não poderia ficar de fora dessa grande festa. Que tal entrar no clima e aprender a preparar um carrê de cordeiro com risoto de damasco e champagne, que é um delicioso prato francês? A Revista WelcomePlanet convidou o chef Assis Teixeira, do Restaurante Domus Itália, para apresentar aos nossos leitores o passo-a-passo desse prato maravilhoso.

Mãos à obra e bom apetite!

Carrê de cordeiro com risoto de damasco e champagne

INGREDIENTES

300g de Carrê de Cordeiro
2 colheres de chá de Geléia de Amora
Molho:
1 ramo de Alecrim
1 Taça de Vinho Branco Seco
½ colher de sobremesa de alho picado
1 colher de sobremesa de cebola picada
Sal a gosto

MOLHO

MODO DE PREPARO

Em um processador e/ou liquidificador bata todos os ingredientes, exceto o ramo de alecrim.

Após atingir homogeneidade do molho, despeje sobre o carrê e deixe repousar em uma travessa de um dia para o outro na geladeira.

No dia seguinte, em uma chapa quente, disponha os carrês em cada face até ficar crocante. Depois separe cada costela e disponha a parte interna que está mal passada sobre a chapa.
Retire para servir juntamente com o Risoto.

RISOTO

INGREDIENTES

150 gramas de arroz arbório
2 colheres de manteiga
½ colher de sobremesa de alho picado
1 colher de sobremesa de cebola picada
4 botões de damasco seco picado
1 taça de Champagne ou Prosecco Brut
5 folhas de hortelã
60 gramas de parmesão Gran Formaggio ralado
200 ml de caldo de carne

MODO DE PREPARO

Em uma panela de ferro aquecida, dilua a manteiga acrescentando o alho picado e logo depois a cebola picada. Após refogados, acrescentar o arroz arbório por um minuto e acrescentar o champagne e, por mais um minuto, acrescentar o caldo de carne, sempre mexendo o arroz. Acrescente os botões de damasco picados, continue mexendo, acrescente as folhas picadas de hortelã. Tão logo seja observado que o arroz atingiu a textura ideal, acrescentar e mexer até a incorporação do parmesão.

Disponha em prato raso, acomode os carrês e ornamenta com folha de hortelã e geléia de amora.

Porção para uma pessoa ★



(27) 3329-3676 / 3299-5151 / 9992-5151

Moqueca Capixaba e curso de Gastronomia da Novo Milênio

duas tradicionais receitas de sucesso e sabor do Espírito Santo

A moqueca capixaba é um patrimônio cultural incontestável do Estado do Espírito Santo consolidado pela tradição das panelas e desfiadeiras da Grande Vitória. O curso de Gastronomia da Faculdade Novo Milênio é tradição com seus 6 anos de existência e 4 de certificação no MEC.

A Gastronomia da Novo Milênio é reconhecida nacionalmente como o melhor curso do Estado pela revista Prazeres da Mesa – a bíblia da gastronomia –, pelo jornal A Gazeta (ES) e A Tribuna (ES).

Sobretudo, nosso corpo docente é formado por mestres e chefs renomados como Juarez Campos, Bianca Calheiros, Júlio Lemos, Isaura Caliarí, Pamela Tello, Carolina Moraes, Lília Meireles, Maria Luiza Gireli, Franklin Pinheiro e Izabel Souza.

Em dois anos, nosso aluno já sai com diploma de nível superior e a certificação de ser um chef formado no melhor e mais tradicional curso de gastronomia do Espírito Santo.

(27) 3399 5555 | www.novomilenio.br



**FACULDADE
NOVO MILÊNIO**



Bianca Calheiros

Isaura Caliarí

Júlio Lemos

Pamela Tello

Juarez Campos



Design busca inspiração no estilo francês

Por: Beth Caetano
Fotos: Yolanda Capovilla

» Com o retorno da valorização do ser humano e da natureza, nada é mais atual do que o Art Nouveau e sua essência criativa. O designer de joias **Ricardo Vieira** é um apaixonado confesso pelo Art Nouveau, cujo movimento artístico inspira sua obra em joalheria. Peças sempre únicas, originais, feitas a mão caracterizam o design Ricardo Vieira, que busca na essência humana e na natureza a inspiração para suas joias.

Curiosidade

O movimento artístico **Art Nouveau** influenciou todo o mundo do design, arquitetura e artes plásticas. Surgiu no final do século 19 e sua capital mundial é Paris, cujo nome Art Nouveau ('arte nova' em português) era de uma loja de mobiliário do estilo. Em sua essência, o Art Nouveau valoriza o ser humano, a natureza, a arte e a originalidade da criação. As formas arredondadas, orgânicas, que reproduzem a fauna e a flora, a delicadeza dos traços dos desenhos e das esculturas do Art Nouveau foram cedendo espaço para as linhas retas na massificação da cultura industrializada. Mas, no século 21, o ser humano e a natureza retornam à moda, às artes plásticas, ao mobiliário e ao design do mercado de luxo. ★



Ricardo Vieira
design

Shopping Vitória
1º piso (27) 3335-1144

Shopping Vitória
2º piso (27) 3335-1235

Clube de France
(27) 3324-6339

Porque tudo na vida são cores

IDEAL



Imprimindo Cores e Emoções

www.graficajep.com.br

27 3198-1900

Consolação - Vitória - ES



Dois contra um império

Por: Marcelo Pereira

Foto: Rena Effendi/divulgação

O jornalista inglês Owen Matthews conhece, como poucos, a história recente da Rússia. Afinal, sua própria existência deve-se a ela. Filho de mãe russa e pai britânico, o autor remexe no baú de memórias dos pais para contar a saga da família e, de quebra, coloca o leitor a par do que significaram as transformações da então temida União Soviética na falida Rússia do final do século XX.

O leitor é levado à saga dos Bibikov por meio de uma narrativa mesclada entre memórias pessoais e apurado trabalho de reportagem e pesquisa. Mesmo assim, o estilo desenvolvido não deixa que o interesse pela história diminua. Ao contrário, ela ganha tempero ao mostrar como atingiu seus parentes por três gerações. O escritor faz um paralelo entre a Rússia dos seus pais e avós e a que ele encontrou ao ser correspondente estrangeiro a partir dos anos 90, marcando o fim da era socialista e abertura do país para o capitalismo.

A narrativa começa com o avô de Matthews. No verão de 1937, ele deu um beijo de adeus em suas duas filhas, desceu as escadas e nunca mais foi visto. Detido pela polícia secreta de Stalin, confessou crimes contra a revolução. Sua mulher, considerada inimiga do povo, foi enviada aos campos de trabalhos forçados na Sibéria. As meninas, Lyudmila e Lelina, sozinhas no mundo, tiveram que enfrentar o caos da Segunda Guerra Mundial (1939-1945).

Separadas num primeiro momento, elas se reencontram milagrosamente e crescem juntas. Lyudmila (futura mãe de Matthews), entusiasmada pela ideologia comunista, se destaca na Universidade de Moscou. Com oportunidade de conhecer muita gente, a moça

se apaixona por um homem. Mas, pela ótica do Partido Comunista, fez opção errada. Em pleno auge da Guerra Fria, o escolhido é um estrangeiro. Pior, um inglês, mundo ocidental, saído do bloco capitalista.

As certezas ideológicas de Mila começam a se desfazer em função dessa paixão. Marx, Lenin e o camarada Stalin já não fazem mais sua cabeça, se seu coração não estiver satisfeito ao lado do seu Mervyn Matthews, estudante de intercâmbio de língua e literatura russas. "Em curto espaço de tempo, eu o compreendi e me aproximei de você como se fosse sua sombra desde os seus primeiros passos neste mundo. Todas as barreiras vieram abaixo – políticas, geográficas, nacionais, sexuais. O mundo inteiro estava dividido em duas metades – uma, nós (você e eu), e a outra, os demais", registra ela numa carta em 1963.

As cartas trocadas dão um detalhe especial ao romance "A Herança de Stalin". A correspondência dos dois manteve a chama acesa e deu ânimo para suportarem todo tipo de impedimento para a paixão. Para começar, Mervyn foi impedido de casar com ela e expulso da União Soviética, ficando proibido de retornar ao país.

A partir de então, Mervyn e Mila travam uma incessante batalha, apelando aos meios diplomáticos para que a situação seja resolvida. Parece um roteiro de filme romântico épico, mas tudo isso realmente aconteceu.

[DICAS]

Um Babá em Minha Vida

Autora: Holly Peterson; Editora Record; 410 páginas; R\$ 49,90

Em seu romance de estreia, a americana Holly Peterson apresenta divertida sátira da alta sociedade de Nova York sobre dinheiro, casamento, homens e babás masculinos, nova tendência entre os ricos de Manhattan. Na trama, Jamie Whitfield mora no quarteirão mais valorizado da ilha. Ela tem quase tudo o que as outras mulheres da região têm: um apartamento grande e novo, empregados em tempo integral para cuidar dos três filhos, e um poderoso advogado em forma de marido. O que não tem é uma figura paterna para o filho de 9 anos, Dylan. Mas os ricos ainda não se depararam com um problema que não pudessem pagar alguém para resolver. Logo, ela resolve contratar um babá e daí começa toda a confusão.



O Clube do Filme

Autor: David Gilmour; Editora Intrínseca; 230 páginas; R\$ 24,90



Cansado de tentar de tudo para consertar o filho-problema de 15 anos, que coleciona notas vermelhas na escola, pai propõe um trato, no mínimo inusitado. Combina que o garoto poderia sair do colégio, desde que assistisse semanalmente a três filmes escolhidos por ele. Com essa aposta diferente na recuperação e na formação de um rapaz que está "perdido", a dupla forma o Clube do Filme. Semana a semana, lado a lado, pai e filho viam e discutiam o melhor (e o pior) do cinema.

32 – 32 anos, 32 homens, 32 tatuagens

Autora: Adriana Falcão; Editora Rocco; 144 páginas; R\$ 24

Promíscua sim, por que não? Em seu novo romance, Stella Florence apresenta uma mulher com sede de amar irrestrita e infinita. Na trama, a protagonista, de 32 anos, confessa sem pudores ter transado com 32 homens e feito uma tatuagem para cada um deles – não para homenageá-los, mas para extravasar sua fúria. Obrigatório para quem não suporta mais amar e, ainda assim, ama desesperadamente. ★



SERVIÇO:

A Herança de Stalin: Três Gerações de Amor e Guerra, de Owen Matthews. 368 páginas; R\$ 39,90 em média. Tradução: Max Altman. Editora Globo.



FOTO: RENA EFFENDI

QUEM SE PREPARA NO CEP SENTE-SE ASSIM...



CEP. BICAMPEÃO DO RECALL

CEP Centro de
Evolução
Profissional
PREPARATÓRIO PARA CONCURSOS

VITÓRIA (27) **3325.2015**
SEDE: R. CYRO LOPES PEREIRA, 810 J. PENHA.

VILA VELHA (27) **3349.0009**
AV. CHAMPAGNAT, 617 PRAIA DA COSTA

VISITE NOSSO SITE: WWW.CEPCONCURSOS.COM.BR



Um ensaio sobre a homofobia

Por: Rafael Braz
Fotos: Divulgação

A linha que separa o brilhantismo politicamente incorreto e o mau gosto extremo é bem tênue. Se em "Borat" o comediante Sacha Baron Cohen se situava ao lado do primeiro e revelava o conservadorismo e a xenofobia do americano médio, em "Brüno" ele atravessa a linha e ataca a homofobia e o culto à fama do mesmo povo.

Assim como o jornalista cazaque, Brüno também é um personagem originado no programa "Ali G Show", no qual Cohen personificava vários personagens e entrevistava personalidades britânicas no mesmo tom satírico dos filmes.

A trajetória do repórter de moda que pretende ser "o austríaco mais famoso desde Hitler" começa com ele caindo em desgraça em seu próprio país. Com as portas fechadas na Europa, ele resolve ir para os EUA e se tornar uma celebridade, custe o que custar.

E ele realmente tenta ficar famoso de qualquer maneira. Adota uma criança africana, tenta ser sequestrado, aparece em programas de auditório, contrata um agente, grava um piloto de um programa de entrevistas, enfim, qualquer coisa mesmo. Ele até tenta se "curar" de sua homosse-

xualidade, o que rende uma das melhores e mais pesadas cenas do filme.

O peso é justamente onde Cohen e o diretor Larry Charles parecem perder a mão. Enquanto algumas sequências são verdadeiras e brilhantes, outras são exageradas e não revelam nada que já não saibamos. Quando Brüno aparece entrevistando mães para que seus bebês participem de um ensaio fotográfico, chegando ao cúmulo de sugerir até mesmo uma possível lipoaspiração para um deles, o filme decola.

Em compensação, em uma exibição teste de seu programa piloto, os espectadores saem da sala e não aprovam o programa. Motivo? Ele é de extremo mau gosto, com uma uretra falante e um pênis balançando o tempo todo. Ora, não é necessário ser conservador ou homofóbico para se sentir incomodado com esse conteúdo.

O filme impressiona e agrada mais nos esquetes mais sutis, como na entrevista com um extremista islâmico, ou em toda a peregrinação para que Brüno se torne heterossexual. O problema é outra tênue limítrofe que cerca a obra: saber o que é

ou não combinado. Se em um momento o ator é perseguido nas ruas afegãs por usar trajes impróprios e recomenda que o líder islâmico raspe o bigode para parecer "menos muçulmano", em outro é quase impossível imaginar que Paula Abdul não tivesse ciência da produção ao se sentar em um mexicano e dizer que se importa com as pessoas de todo o mundo.

A transformação física e o talento do comediante impressionam. E mesmo que Cohen já seja um rosto conhecido, é aceitável que ele passe incógnito para a grande maioria das pessoas que aparecem em tela. Mesmo assim, por se tratar de um filme que pretende escancarar o conservadorismo e o culto às celebridades, o espectador não deveria perder tempo tentando descobrir o que é ou não roteirizado.

Além disso, enquanto Borat era um sujeito ingênuo e ignorante, mas adorável, Brüno é mesquinho e cruel, o que afasta o público do personagem. Nada disso, porém, impede que o filme seja desfrutado como uma boa comédia. Vale lembrar que as cópias que chegaram ao Brasil possuem alguns cortes nas cenas mais pesadas. ★

Excelência em
Impressão Digital

LOOK

Comunicação Visual

www.lookcomunicacaovisual.com.br

Banner

Placas

Lonas

Faixas

adésivos

Adesivagem
de frotas

Impressão
digital



3299-4270

criação: Leandro do vale

Rua Nove - 05 - Cocal - Vila Velha - ES - CEP: 29105-790

De braços abertos para o mundo

Por: Camila Fregona
Fotos: Carla Gonçalves
(www.carlagoncalves.com.br)

Talento, carisma e muitas novidades cercam a carreira do capixaba Cláudio Bocca



MPB, rock, pop, reggae, hits nacionais e internacionais. Com o repertório diversificado e repleto de sucessos, Cláudio Bocca contagia o público por onde passa. Músico, intérprete e compositor há mais de 20 anos, o capixaba trilhou desde cedo seu caminho pela arte.

"A coisa toda tomou forma quando a textura do violão tocou meu corpo, tinha 13 anos na época. Com a soma da intenção de expressar a minha arte e o amor pela música – fusão primária – minha mãe perdeu o instrumento para mim", descreve de forma lúdica.

Em casa, a trilha sonora era composta por nomes como Elis Regina, Gilberto Gil, Chico Buarque, Caetano Veloso, Jorge Ben Jor, Beatles e Rolling Stones. Pronto! Estava aceso o pavio.

O medo, as dúvidas, os "nãos" e "sins" são desafios que ainda persistem na carreira do artista, mas sempre serão superados, "assim como foram superados os conflitos da adolescência e as crises da minha eterna juventude", revela.

O indiscutível carisma e a paixão pela música se refletem na alegria e amplo sorriso que Bocca exibe nos palcos. Das próprias composições, "Calcanhar de Aquiles" é a que mais o motiva. A canção "Abra a porta" é outro destaque na opinião do artista.

Momentos de destaque não faltam nessas duas décadas. Além das muitas histórias que os barzinhos trazem, Bocca também já abriu shows de artistas como Los Hermanos, O Rappa, Detonautas, Leoni, Lauren Hill e Pitty. Também marcaram a carreira do artista momentos importantes como cantar o hino nacional na abertura dos jogos estudantis de escola capixaba, com transmissão ao vivo para toda América Latina, e

ter a voz em uma produção da TV Globo (Malhação, 2006), com a música "O que eu não disse", ao lado dos ex-companheiros da banda ZDS (Zero Dois Sete).

Bocca é um artista que está sempre em busca de novidades e, nesse campo, a Internet foi uma ferramenta que ele soube utilizar muito bem. Hoje, o Bocca está na rede! Seja em seu novo site (www.claudiobocca.com.br, lançado em maio deste ano), seja no seu blog, Orkut, Twitter, MySpace ou no YouTube.

Para os empresários capixabas, Bocca deixa seu recado: "a parte empresarial esqueceu de acompanhar o crescimento e desenvolvimento da música regional. Não entenderam que precisam manter as divisas um pouco mais centralizadas. Precisam acreditar mais nos valores do Estado, descobrir e principalmente cultivar o que nós somos", avalia.

Com uma média de quatro shows por semana, Cláudio Bocca prova que vale a pena acreditar e investir em nossos talentos. E, de braços abertos para a música, o público e o mundo, o artista parte agora para a carreira solo com o CD "Ao acaso" e planeja para breve o lançamento de seu primeiro DVD. ★

*"E eu cheguei, pode crer,
é minha vez e ninguém vai
me derrubar, não. Muito
tempo eu levei pra perceber
que a minha hora é agora,
camarada, e de cabeça
erguida minha fé me guia"*

Calcanhar de Aquiles

drink n' dress

15/ Ago - Lançamento Primavera / Verão



Moacir Avidos, 189/Lj 04, Sh. Plaza Praia
Praia do Canto . 27 32443289
drinkndress.wordpress.com

Coca-Cola  Clothing



LYDRA é marca registrada da LYDRA.

© The Coca-Cola Company. All rights reserved.

www.coca-cola.com.br

Humorismo de primeira!

Por: Geise Frigini
Fotos: Yolanda Capovilla

Oscar Filho, humorista e repórter do CQC, é uma das referências da nova geração da comédia no Brasil.



De ator para repórter de um programa que une humorismo ao jornalismo. Bem resumidamente, esse é o humorista Oscar Filho, que saiu de Atibaia, interior de São Paulo, e hoje é conhecido por todo o país. Oscar integra o quadro de repórteres do programa semanal CQC (Band) e também percorre todo o país com a apresentação do espetáculo "Putz Grill", uma comédia stand up. Nesse mesmo estilo "cara limpa", ele faz parte do "Clube da Comédia Stand Up", que há quatro anos tem garantido casa lotada nas apresentações em São Paulo e fora do Estado também.

Em sua passagem por Vitória para a apresentação de duas sessões de "Putz Grill",

Oscar contou à *WelcomePlanet* sobre como é fazer comédia stand up, virar repórter de TV e ter que lidar a todo o momento com o improviso. Vamos bater um papo com Oscar Filho?

WelcomePlanet – Qual o maior desafio da apresentação da comédia stand up?

Oscar Filho – Cerca de 70 a 80% de uma apresentação stand up são baseados no texto do humorista, por isso, as piadas precisam ser muito boas. O humorista tem que envolver o público para que ele possa rir das suas piadas, durante todo o espetáculo, do início até o final.

Quais as principais diferenças entre fazer uma matéria na TV e estar no palco?

No CQC (programa humorístico semanal), eu faço uma pergunta, que é baseada numa ideia, depois o entrevistado responde. Então, vem uma pré-edição da matéria, depois a edição, ou seja, acontece uma série de medidas até a mensagem chegar ao público. A mensagem passa antes por uma série de canais. No palco, não. O contato é direto, sou eu, Oscar, despidido de personagens e o público, frente a frente.

Já aconteceram imprevistos em alguma apresentação?

Vários, como acabar a luz do local, falhar o microfone. Em Cuiabá, tinha um cara bêbado, na plateia, que não parava de gritar e chamar a atenção de todos. Teve uma hora que não deu, e perguntei para ele o que havia de errado e se ele poderia parar de gritar para que eu continuasse o show.

Como você lida com a fama e com a exposição da sua imagem que veio com o CQC?

Depois que entrei no CQC parece que virei o cara mais bonito do mundo, virei praticamente um Brad Pitt, e na verdade, acho isso tudo muito engraçado. É só isso: engraçado. Não me vejo nesse papel... (risos)

De onde surgiu o apelido Pequeno Pônei?

O Tas (Marcelo Tas, apresentador do CQC) fez uma palestra com o Caco Galhardo (car-





"O humorista tem que envolver o público, durante todo o espetáculo, do início até o final"

Oscar Filho.

tunista brasileiro), na qual ele falou de um personagem dele, o Pequeno Pônei, que gosta, compra discos, fuma, é baixinho, meio invocado e é fofinho. Ao contrário do que as pessoas pensam, não é pelo tamanho, mas por esse personagem. E acho legal, porque cria uma identificação.

Muitos espectadores do seu show gravam trechos da apresentação e depois postam na internet em canais como o Youtube. Você acha que essa ação é um desrespeito ao direito de imagem ou que ajuda na divulgação do show?

Esses vídeos, normalmente são feitos com câmeras de celular ou máquinas não-profissionais e, por isso, tem uma baixa qualidade nas imagens, não mostrando, de fato, como é a apresentação no palco. A imagem é ruim e o áudio também. Mas, também acho que a intenção das pessoas é a melhor possível, de divulgar e mostrar para os amigos algo bacana que viu, de compartilhar a experiência. A intenção é louvável. O resultado, nem tanto.

Muitas peças e programas de humor têm ganhado destaque no contexto nacional nos últimos anos. Como vê o cenário do humorismo hoje, no Brasil?

É bacana ver vários grupos de humor surgindo e conquistando seu espaço, nas mais variadas formas. Há pouco

tempo, tinha bastante espaço o humor circense, no qual os comediantes vestem algum figurino e incorporam personagens. Hoje o cenário é outro. Existem espaços para outros tipos de trabalhos, como o stand up, que exige algo com menos produção artística, mas nem por isso é mais fácil de fazer. Nos Estados Unidos já é muito comum unir mágica ao humor. Aqui no Brasil, ainda não tem muita força. Mas é interessante ver como estão surgindo espaços.

Você fez algumas participações no espetáculo "Improvável", no qual alguns humoristas representam no palco, uma situação baseada em algo que a plateia sugere na hora. Como é lidar com o improviso?

É outro tipo de humor. Antes de entrarmos no palco, ensaiamos com algumas situações hipotéticas, para ficar ligado em dar uma resposta rápida. Mas, o que acontece no palco, é tudo improviso mesmo. Ficamos sabendo das situações e frases somente na hora do espetáculo. O segredo é estar ligado.

Como você vê a sua participação no Programa da Hebe, que tem uma plateia com perfil totalmente diferente da que você costuma se apresentar?

Existem duas edições dessa participação: a que foi ao ar, no Programa da

Hebe, e a feita pelo CQC, no True Story (minibiografia apresentada no programa de aniversário do CQC sobre cada um dos humoristas). Nesse segundo vídeo, os caras editaram a parte em que as pessoas riram das piadas, para ficar parecendo que foi ridículo... (risos). Mas, no Programa da Hebe, o público riu das piadas. Tudo bem, não muito, até porque a comédia stand up parece, não era muito o estilo deles. Na plateia, tinham várias senhoras, no sofá, o Sérgio Reis, o Latino,... eles deviam estar se perguntando o que eu estava fazendo ali... (risos). Foi uma experiência que hoje eu não repetiria. Se fosse para fazer uma participação num programa de TV, seria no Jô Soares, ou no Altas Horas, do Serginho Groisman, que têm o público parecido com o das apresentações stand up que faço.

Qual a piada perfeita?

Deixa eu pensar... Já sei: a piada perfeita é aquela que você tem certeza de que a pessoa vai rir. Melhor, a piada perfeita é quando o cara que escreve a piada, a lê e não consegue parar de rir. Daí vem outra pessoa, lê, e também não consegue parar de rir, e assim sucessivamente. (risos)

E quais os seus projetos para o futuro?

Cheguei em São Paulo, vindo de Atibaia, interior do Estado, em 2000, para tentar a carreira de ator. Nesse período, fiz humor, stand up com um grupo, stand up sozinho e também me tornei repórter de um programa que une o comico ao jornalismo. Foi tudo meio que sem pensar, sem planejar. Prefiro deixar as coisas fluírem assim, sem muitos projetos... (risos) ★

IB-TECH

SUA BALADA

COMEÇA AQUI...

DANCE - HOUSE

TRIBAL - TECHNO

TRANCE - PSY

UNIVERSITÁRIA

FM 104,7

3ª À 6ª

21 ÀS 24HS

DJs

QUADRINI

MARLON

SYBEL CALMON

SANDRO UK

www.universitariafm.com.br



Palácio Anchieta

FOTOS: CLAUDIO SALVALAIO



Terceira Ponte

Além dos trilhos

Por: Camila Fregona

Fotos: Claudio Salvalaio/Rodrigo Bethonico

Mineiros e capixabas têm muito mais em comum do que contam os livros de História.



Não são somente uma estrada de ferro, a disputa de terras ou mesmo a divisão do terceiro ponto mais alto do país que unem estes dois Estados. A relação entre Espírito Santo e Minas Gerais ultrapassou os limites do tempo e está presente no cotidiano de seus habitantes.

Não adianta negar: no roteiro de férias da maioria dos mineiros, o Espírito Santo está sempre presente e não só pela proximidade entre os dois Estados, mas também pela boa relação que foi estabelecida entre os vizinhos.

No verão, é comum perceber a presença de mineiros nas praias capixabas que, com sua simpatia, logo fazem muitos amigos. Alguns, inclusive, se apaixonam pelas terras espírito-santenses e acabam se instalando por aqui. No fim, todos convivem em harmonia e desfrutam das belas paisagens locais.

Muitos capixabas também foram atraídos pelos encantos mineiros.

E não apenas o tradicional e delicioso pão de queijo agrada aos visitantes: agitos de uma grande metrópole, infraestrutura e oportunidades profissionais são fatores que levam muitas pessoas a Belo Horizonte.

O fato é que o intercâmbio entre mineiros e capixabas existe e é muito forte. Mas, afinal, será que o capixaba conhece bem Minas Gerais ou é o mineiro que conhece melhor as terras do Espírito Santo? "Acho que o capixaba quase não conhece Minas e sim o contrário", afirma Frederico Leone, empresário mineiro que mora no Espírito Santo há cinco anos, mas conhece o Estado desde criança.

Mineiros por nascimento, capixabas de coração

O empresário mineiro Ronaldo Nacif, que há 10 anos trouxe empreendimentos do Grupo Happy News para o Espírito Santo, define bem esta relação: "O Espírito Santo sempre foi um dos lugares



"O mineiro briga para defender a moqueca capixaba quando ouve dizer que a verdadeira moqueca é a baiana".

Ronaldo Nacif – Vice-presidente do Grupo Happy News

preferidos por todos nós, mineiros, para passar as férias de verão. A receptividade do povo capixaba sempre foi um dos pontos altos no que tange a parte do turismo, junto à culinária. O mineiro briga para defender a moqueca capixaba quando ouve dizer que a verdadeira moqueca é a baiana".

Não só as praias e a culinária atraem os mineiros. Hoje há quem as-



Praça da Liberdade

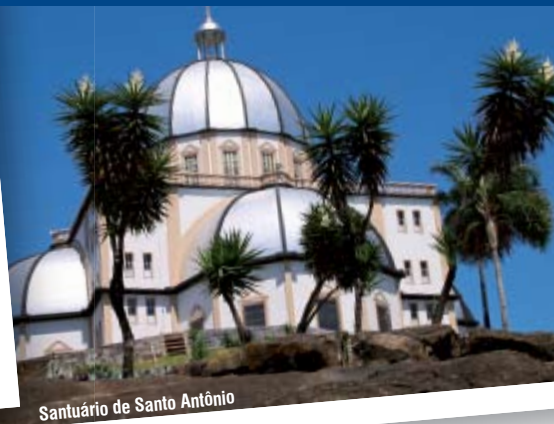
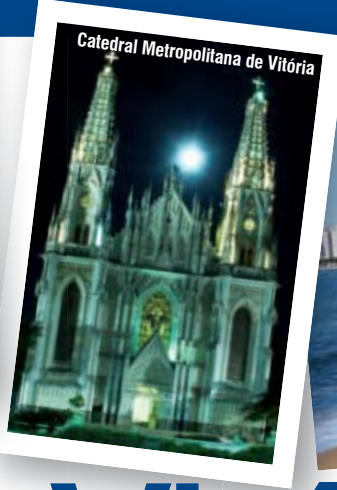
FOTOS: RODRIGO BETHONICO



Igreja da Pampulha

Lagoa da Pampulha e Minerão





Vitória-Minas

suma o coração dividido e more nos dois Estados, como Eduardo Ramalho, da Chilli Beans. "A economia capixaba é muito propícia para novos negócios e ideias inovadoras. A população é bastante hospitaleira com os mineiros que vêm não só desfrutar das belezas das cidades e do clima fantástico como também trazer produtos e serviços de qualidade", afirma o empresário mineiro.

Mas não são apenas os mineiros que não poupam elogios ao Espírito Santo. Há muitos capixabas que deixam a terra natal e partem para Minas em busca de novos horizontes. "Já conhecia Minas desde criança e foi amor à primeira vista. Os mineiros têm uma enorme facilidade de se relacionar com as pessoas, são muito hospitaleiros. A capital possui uma infraestrutura incrível. Em Minas, enxerguei maiores possibilidades de crescimento profissional

e por isso vim para BH", conta Alex Sales, que está na capital mineira há cinco meses.

Alex é o responsável pela divulgação do Grupo WelcomeCard



"Nossa proposta é levar aos poucos todos os produtos que temos estabelecidos no Espírito Santo – TV, revista, cartão de crédito, portal da internet e, principalmente, o cartão de vantagens"

Hugo Rodrigues – Diretor Geral do Grupo WelcomeCard

em Belo Horizonte. O novo projeto, do empresário Hugo Rodrigues, vai expandir os serviços da empresa capixaba inicialmente para BH. A ideia surgiu pelo fato do Grupo possuir muitos clientes mineiros, que são conquistados ao vir passar as férias no Espírito Santo.

E o público mineiro pode esperar muitas novidades com a chegada do Grupo WelcomeCard. "Nossa proposta é levar aos poucos todos os produtos que temos estabelecidos no Espírito Santo – TV, revista, cartão de crédito, portal da internet e, principalmente, o cartão de vantagens. Não posso divulgar muitas informações, porque estamos em processo de pesquisas, mas posso garantir que boas novidades estão por vir", garante Hugo Rodrigues, proprietário do Grupo WelcomeCard.

É fácil perceber que a relação entre mineiros e capixabas é

muito intensa. Mas será que turistas mineiros e capixabas conhecem bem as duas capitais? A revista WelcomePlanet traz uma seleção do que há de melhor em Vitória e Belo Horizonte e mostra por que vale a pena cruzar os 524 Km que separam as duas cidades. Confira!

Belo Horizonte

A capital de Minas Gerais é uma cidade interessante, cercada por montanhas e por um relevo quase único no Brasil. Para quem deseja vivenciar um pouco da cultura mineira, o Mercado Central é uma excelente opção, já que apresenta produtos de todo o Estado.

O conjunto arquitetônico da Pampulha, às margens da lagoa, também é parada obrigatória para os turistas. Lá estão a Igreja São Francisco de Assis,

Mercado Central



Mercado Central

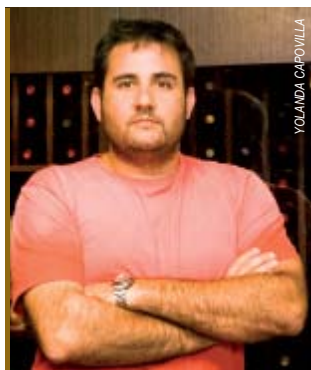


a Casa do Baile e o late Tênis Club, obras assinadas pelo gênio Oscar Niemeyer.

Se uma visita ao Mineirão é indispensável não só para os apaixonados por futebol, conhecer o Parque Ecológico da Pampulha, o Jardim Zoológico e o Jardim Botânico da cidade também são atrações imperdíveis.

Ainda na capital mineira, os turistas podem conferir a beleza da Praça da Liberdade, que abriga o Palácio do governo, de mesmo nome. E, para quem aprecia belas construções, BH oferece aos olhos, a arquitetura da Igreja São José, Igreja da Boa Viagem e Igreja Nossa Senhora de Lourdes.

O Parque Municipal Américo René Giannetti e Parque das Mangabeiras também merecem ser incluídos neste roteiro. Já a Feira de Arte e Artesanato da Afonso Pena (mais conhecida como "Feira Hippie de BH") não poderia ficar de fora. A feira é um ponto chave da visita à BH,



YOLANDA CARO VILLA

"Acho que o capixaba quase não conhece Minas e sim o contrário"

Frederico Leone – Proprietário da distribuidora Sudeste Bebidas e da pizzeria La Vittoria

Terceira Ponte



CLAUDIO SALVALAIO

local de encontro para moradores e turistas, que reúne todos os domingos mais de três mil expositores na Praça Afonso Pena.

Já a noite mineira é recheada de surpresas, que flutuam entre o tradicionalismo e uma vida noturna bastante movimentada. Os botecos de rua são famosos pelos excelentes tira-gostos. Há um em cada esquina! "Como mineiro não tem praia, acaba indo pro bar...", já diz o ditado popular.

Entre os destaques, estão o Alambique Cachaçaria (uma ótima opção para os que gostam da noite embalada pela música sertaneja) e a Swingers (casa noturna que atrai o público pelo entretenimento diferenciado). Nos bairros de Lourdes, Savassi e Luxemburgo também é fácil encontrar ótimos bares e restaurantes. E, para curtir as baladas mais animadas da cidade, as dicas são as casas noturnas Deputmadre, Na Sala, Label e Major Lock.

Vitória

A capital capixaba é muito conhecida pelas belas praias, excelentes bares e restaurantes.

Mas os atrativos da cidade vão muito além. Vitória é uma das capitais mais antigas do Brasil e, por isso, os conjuntos arquitetônicos da cidade estão entre os destaques. O Centro é repleto de casarios antigos e importantes construções como Palácio Anchieta, Catedral de Vitória, Convento de São Francisco, Igreja do Rosário, Igreja de São Gonçalo, Igreja e Convento do Carmo, Capela de Santa Luzia e Teatro Carlos Gomes.

Vários parques municipais oferecem aos turistas e à população capixaba espaços para lazer e descanso. Entre eles, destacam-se Parque Moscoso, Fonte Grande, Gruta da Onça, Pedra de Cebola, Horto de Maruípe e Pedra dos Olhos. O manguezal que cerca a cidade é outro ponto importante para quem não dispensa o contato com a natureza.

Marca registrada da capital, a moqueca capixaba dispensa apresentação. E para conhecer um pouco mais da tradição e culinária desse Estado a visita a dois lugares é indispensável: a Associação das Panelas de Goiabeiras (onde são feitas artesanalmente as panelas de barro que dão ainda



"Em Minas, enxerguei maiores possibilidades de crescimento profissional e por isso vim para BH".

Alex Sales – Empresário e Diretor do Grupo WelcomeCard em Belo Horizonte

mais brilho e sabor ao prato típico da cidade) e a Ilha das Caieiras (recanto das desfiladeiras de siri e o lugar ideal para saborear uma deliciosa moqueca).

A noite em Vitória é marcada por points no famoso Triângulo das Bermudas, na Praia do Canto, bairro nobre da capital. Lá se concentram restaurantes, bares e boates que atraem desde jovens estudantes até executivos. Destaques para o Bliss Bar, Casa Clube, Fuel Station, The One, Banzai, Charger, Jungle Juice e Galpão da Praia. Próximo ao Triângulo, o São Firmino Botequim é uma casa noturna que oferece ao público variadas opções musicais.

Já a Rua da Lama é reduto de universitários, músicos, jornalistas, cantores e artistas, mas por todos os bairros da cidade os moradores e turistas encontram diversas opções de bares e restaurantes para aproveitar e se divertir. ★



Mineirão e Mineirinho

RODRIGO BETHONICO

Depois do Escritório curta a noite em Casa!



UAIAS



Visite-nos pelo site
www.casaclub.com

Torne-se sócio da Casa, adquira o seu cartão: (27) 3227-7637
End.: Manoel Gonçalves Carneiro, Praia do Canto. Vitória - ES



Atendimento diferenciado, música ao vivo todos os dias e pratos especiais: tudo isso com uma decoração que inspira fortes emoções. Assim é o Fuel Station, bar temático que atrai amantes de veículos e esportes automotores não apenas pelo criativo ambiente, mas também pelos vários atrativos que a casa oferece.

No cardápio, o Fuel Sampler é o prato principal. Sucesso entre os clientes, mistura os quatro melhores petiscos da casa (Filé ao Gorgonzola, Buffalo Wings, Onion Peels e Baby Back Ribs, todos acompanhados com fritas e molho tártaro). Simplesmente imperdível!

Na programação, destaque para o happy hour. Às quartas, a transmissão de jogos incentiva até mesmo os não torcedores. A Quinta Sertaneja e a Sexta Pop são sucessos garantidos entre os diferentes públicos. Aos sábados, o sertanejo volta a reinar, ao som de Marcelo Ramazotti. E aos domingos, além da transmissão dos principais jogos de futebol e grupos de pagode ao vivo, você ainda pode aproveitar a promoção: na compra de dois choppes, o terceiro é por conta da casa.

Informações: (27) 3314-5434.

Rua Manoel Gonçalves Carneiro, nº 85 - Praia do Canto, Vitória - ES

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Terça-feira: Happy Hour e música ao vivo.
Quarta-feira: Happy Hour e transmissão de jogos.
Quinta-feira: Quinta Sertaneja.
Sexta-feira: Sexta Pop.
Sábado: Sábado Sertanejo, com Marcelo Ramazotti.
Domingo: Transmissão de jogos e, em seguida, animado pagode com promoção de chopp.

*Programação sujeita a alteração.



Fuel Sampler



Leonardo Castilho, Pedro Bonfim e Tuca Romano



Lorana Garcia e Luiz Fernando Pimentel



Brunela Bornel e Marcelo Fernandes

No consumo de 3 bebidas o cliente **Welcomecard** ganha uma porção de Onion Peels

Este benefício pode ser alterado. Confira atualização no site www.welcomeplanet.com.br ou no tel. (27) 3350-2222



Apresenta

Prepare-se...
para o evento
que vai tirar seu fôlego!
28/NOV - VITÓRIA



*Flavinha
Mendonça*

Acesse...
www.bcgeventos.com.br
e fique por dentro!

Em breve
outro grande
convidado!



Realização



THE ONE

NOVA PROGRAMAÇÃO



THE FUNK (TODA QUARTA)

NOITE DO THE ONE DIRECIONADA AO FUNK CARIOCA, AGORA TODAS ÀS QUARTAS-FEIRAS COM RESIDÊNCIA DO DJ MARLBORO.

SEXTA BLACK (TODA SEXTA)

A SEXTAS DO THE ONE SÃO DEDICADAS AO HIP HOP E BLACK MUSIC, TOCANDO OS MAIORES HITS DAS PISTAS MUNDIAIS.

SOUL VIBES CLUB (TODO SÁBADO)

AS MELHORES ATRAÇÕES DA MÚSICA ELETRÔNICA AGORA ESTÃO AOS SÁBADOS, TRAZENDO OS MELHORES DJS NACIONAIS E INTERNACIONAIS.



ABSOLUT
PEPPA



 SIGA-NOS NO **TWITTER**
twitter.com/theonevix
NOVIDADES EM PRIMEIRA MÃO!



FOTO: DIVULGAÇÃO

TURKZOO

Quem curte um ambiente descolado e refeições deliciosas a qualquer hora do dia pode ir direto ao TurkZoo. O espaço oferece pratos com receitas exclusivas, sempre com toques da culinária árabe.

No cardápio, o Combinado árabe (quibe cru, homus, coalhada seca, pão árabe, arroz com lentilha, quibes ou kaftas e charutinhos) é um dos destaques. Além dos petiscos, de terça a sábado, você pode se deliciar com o almoço TurkZoo – receitas especiais no buffet e pratos executivos com cardápio bastante variado.

O TurkZoo oferece ainda facilidades que o tornam uma ótima opção de lazer e entretenimento. Além da música ao vivo, conforto e excelente cardápio, o público conta com estacionamento gratuito e qualidade no atendimento.

Com capacidade para 300 pessoas, o espaço Turk também pode ser reservado para eventos fechados. Seja para festas de empresas, aniversários, casamentos ou formaturas, o TurkZoo possui um excelente espaço para a realização do seu evento.

Informações: (27) 3314-5106.
Rua Dr. João Carlos de Souza, nº 742
Santa Lúcia, Vitória - ES.



Lorena Merlo e Flávio Valli

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Quarta-feira: MPB TurkZoo.
Quinta-feira: Pop rock.
Sexta-feira: Show acústico.
Sábado: Pop rock.

**Programação sujeita a alteração.*



Combinado árabe



Mara Zanette, Lisia Farina e Filipe Abreu



Cristiane Soethe, Elisa Jardim e Licia Jardim



Lucas Encarnação e Andressa Morel

Cliente **WelcomeCard**, no almoço, ganha um suco ou refrigerante (350ml) e no bar, à noite, no primeiro pedido de bebida (exceto chopp ou cerveja) ganha dose dupla. Este benefício pode ser alterado. Confira atualização no site www.welcomeplanet.com.br ou no tel. (27) 3350-2222

www.blowup.com.br



TODAS AS SEXTAS - 23H

VEM Q TEM...

O BAILE MAIS ELITE DA CIDADE

TODOS OS SÁBADOS - 23H

ABS'OLUTAMENTE

Av. Champagnat, 620, Praia da costa, V.V.

Tel: (27) 3229-3000 - contato@blowup.com.br



Carne de sol com aipim

O sertanejo não é apenas uma moda passageira: o ritmo está em alta em todas as casas da Grande Vitória. Mas a turma do chapéu conhece o local certo para curtir a melhor balada sertaneja.

A Adega Coração Sertanejo reúne todos os elementos necessários para você se divertir: animação, gente bonita, ambiente tipicamente decorado, cardápio com as melhores bebidas e tira-gostos. A porção de carne de sol com aipim e os pastéis de queijo, carne, camarão e palmito, por exemplo, fazem bastante sucesso na casa.

E os adegueiros de plantão podem conferir excelentes novidades. Desde o dia 16 de setembro, a Adega conta com

área para fumantes. Um túnel dá acesso a um espaço ao ar livre, com mesas e cadeiras, local montado especialmente para este fim. Na programação, novidades também estão confirmadas: todas as sextas, a dupla Léo Jr e Rafael vai incendiar o público, que deve comparecer à Adega usando um típico chapéu.

Para conferir tudo isso, é necessário prestigiar o melhor clima sertanejo do Estado. Afinal, dos solteiros aos casados, dos desiludidos aos apaixonados, dos cowboys aos playboys, todos se encontram na Adega.

Informações: (27) 3315-1364.

Av. Leitão da Silva, Praia do Suá, Vitória - ES.



Roberta Benard e Bruno Tondoli



Deucilene Vida e Ruver Rodrigues



Karine Scopel e Lediane Viza



Fernando Martinelli e Tiago Hanke

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Quarta-feira: Rodrigo Balla.
Sexta-feira: Léo Jr e Rafael.
Sábado: Higino e Gabriel.

*Programação sujeita a alteração.

Clientes **WelcomeCard** pagam consumação mínima do dia.

Este benefício pode ser alterado. Confira atualização no site www.welcomeplanet.com.br ou no tel. (27) 3350-2222

***Vila Velha Agora Tem Qualidade
em Entretenimento.***



Ocean Side

Boate e Choperia



***Praia da Costa Vila Velha
Anexo ao Clube Libanês***

(27) 3399-9231



São Firmino

BOTEQUIM

champanheria & sushibar

Com um ambiente charmoso, decoração impecável e um cardápio de dar água na boca, o São Firmino Botequim é ponto de encontro dos baladeiros de plantão. Chopp gelado, petiscos, pizzas, sushi-bar, além de muita música, são as garantias do sucesso do empreendimento do Grupo Happy News, em Vitória.

Aberto a partir das 21h, os agitos se estendem até a madrugada. A programação é bastante variada e atrai um público exigente: às terças, a dupla Adriano e Anderson agitam a galera com o ritmo oficial da noite - o sertanejo. Nas quintas-feiras, o Castelo das Pedras - baile mais elitizado do Rio de Janeiro - chega em grande estilo com os MC's e DJ's que não vão deixar ninguém parado. Sexta-feira é um dia especial, já que o São Firmino ganha um toque feminino nas pick ups - a cada semana uma DJ está no comando. E para encerrar bem a semana, aos sábados, um mix de ritmos invade o São Firmino - sertanejo, pop, axé, pagode... tudo que rola e anima as festas das faculdades.

É fácil entender porque a casa está sempre lotada. No São Firmino, ninguém fica parado!



DJ Lara Brittes



Marcela Ramos, Carlinhos e Larissa Carneiro



Leandro Barcelos e Thais Dorea



Renata Orrico, Mariana Pavani e Barbara Colnago



Lorena Deangeli, Marcella Carneiro, Andre Lelis e Carolina Monteiro

Informações: (27) 3201-6600*.

*Segunda a sábado, de 13h às 19h.

Av. Nossa Senhora da Penha, nº 1297, Santa Lúcia, Vitória - ES.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Terça-feira: Terça Sertaneja.
Quinta-feira: Castelo das Pedras.
Sexta-feira: Play.
Sábado: Universidade São Firmino.

*Programação sujeita a alteração.

Clientes **WelcomeCard**, ao apresentarem o cartão na entrada da boate até a meia-noite, têm direito a consumação mínima ou **40%** de desconto no valor do ingresso. Estes benefícios poderão ser alterados. Confira atualização no site www.welcomeplanet.com.br ou no tel. (27) 3350-2222

Comer bem também é arte.



Localizado na Praia do Canto, o Restaurante Oliva oferece diariamente aos seus clientes um Buffet saudável e variado no almoço, com a utilização de produtos da mais alta qualidade em todos os seus pratos. Venha saborear também o nosso café da tarde, com delícias de tirar o fôlego.

Nosso jantar traz no menu opções de risotos, do tradicional ao exótico, acompanhados de uma competente carta de vinhos, sucos naturais, e ainda uma completa mesa de entradas. Nossos chefs são verdadeiros artistas da boa mesa e transformam qualquer ocasião em um momento especial.

Oliva Arte Al Dente!



*Rua Eugênio Netto, 369 - Loja 3 e 4 - Praia do Canto - Cep 29055-270 - Vitória - ES
olivarestaurante@hotmail.com - Tels.: (27) 3317-0610 / 3317-0612*



bliss bar

O Bliss Bar vem, há cinco anos, diversificando e inovando suas noites para agradar turistas e o público capixaba. Sucessos como o Conexão 021 (funk trazido todas as sextas-feiras para agitar o Triângulo) e o Clube da Lulu-zinha (espaço dedicado só para as mulheres, um dos destaques na programação de inverno da casa) comprovam o compromisso em garantir sempre novidades e diversão aos clientes.

Agora, para incrementar ainda mais as noites do Bliss, o Conexão 021 e o Sábado Sertanejo estão de volta! Na Chopperia, toda quarta-feira é dia de futebol e o público ainda se diverte com muita música ao vivo, sem cobrança de couvert. Já às quintas-feiras, a dose dupla de chopp é a grande atração.

Mas não é só a programação que traz muitas novidades. A Posta de Pescada Branca com molho de camarão e purê de batata é destaque no cardápio: uma pedida ideal para o verão que se aproxima.

Informações: (27) 3227-8282.
Rua Joaquim Lyrio, nº 800,
Praia do Canto, Vitória - ES.



Posta de Pescada Branca com molho de camarão



Julia Vago e João Luiz Braga Soares Filho



Cezar Mesquita



Camila Siqueira e Letícia Puig



Bruno Turin, Pedro Ivo Carvalho e Fernando Vargas

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Quarta-feira: Transmissão de jogos e música ao vivo, sem couvert.

Quinta-feira: Happy hour sem couvert e dose dupla de chopp a noite toda.

Sexta-feira: Conexão 021.

Sábado: Sábado Sertanejo.

Domingo: Pagode com o grupo "Amigos do seu Cletto".

*Programação sujeita a alteração.

Cientes **WelcomeCard**, ao apresentarem o cartão na entrada da boate, têm entrada preferencial e desconto de **50%*** no valor do couvert.

Este benefício pode ser alterado. Confira atualização no site www.welcomeplanet.com.br ou no tel. (27) 3350-2222

*Desconto válido até 1 hora da manhã, após esse horário desconto de 30%.

Nyx Bar

NYX é o nome da Deusa Grega da Noite, cujos encantos seguem a personalidade da divindade mítica – cheia de caprichos, beleza, sedução e poder. Situado numa das esquinas mais nobres de Belo Horizonte, em uma casa do início do século passado, o NYX vem preencher uma carência da cidade de bares requintados com uma proposta diferenciada de entretenimento voltado a um público exigente e sofisticado que busca uma noite com qualidade, porém divertida. Para tal, a casa tem vários ambientes: varanda, scotch bar, salão principal e segundo salão, além de dois jardins de inverno. A iluminação é outro ponto fundamental para o espaço: luminárias de design e um projeto inédito de decoração com luzes são responsáveis pelo clima único do bar. Tanto o projeto de decoração como o light-design inovador são concepções de Mariana Spínola, decoradora e light designer. A cozinha fica a cargo de Humberto Machado, formado no Ritz de Paris.

Informações: (31) 3261-1330.
Rua Cláudio Manoel, nº 695
Funcionários, Belo Horizonte - MG.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:
DJ toca música ambiente
do lounge ao house.



Fotos: Rodrigo Bethônico

Dela Noche

Em seis anos de sucesso, o Dela Noche sempre atrai pessoas bonitas e descontraídas, que se divertem em um ambiente sofisticado com boa música ambiente e DJ residente. Foi eleito pela revista Sexy como melhor bar de paquera de BH e três vezes indicado pela Veja para a mesma categoria. Ao conferir o sucesso do Dela Noche, não se esqueça de experimentar o filé à moda de Beijin, o crocante de camarão ao molho Ponzu, ou a tequila do inferno. Experimente ainda os deliciosos temakis e outros pratos da cozinha internacional.

Informações: (31) 3227-1072.
Rua Rio Verde, nº 253
Sion, Belo Horizonte - MG.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:
De quarta-feira a Sábado: DJ.

Fotos: Divulgação

Butiquim Santo Antônio



Informalidade e descontração são normas dessa casa. Com mesas de madeira, decoração bem-humorada e amplo ambiente, o Butiquim Santo Antônio é uma excelente opção na noite mineira. Há dois anos em Belo Horizonte, o butiquim se destaca pela sua programação: toda terça-feira é dia de se divertir com o Standy Up Comedy e, de quarta a sábado, a música ao vivo contagia o ambiente com muito samba, MPB e pop rock. No cardápio, as batatas Rostie (carne, frango ou napolitana) são a grande atração.

Informações: (31) 3297-3846.

Rua Leopoldina, nº 415

Santo Antônio, Belo Horizonte - MG

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Terça-feira: Standy Up Comedy.

De quarta-feira a Sábado: Música ao vivo.



Pizzeria Marília

Pizzeria Marília: um restaurante excelente para bem-estar por seu estilo despojado, seus ambientes confortáveis com um arraçado toque de mineiridade e sua deliciosa cozinha: referência gastronômica em Belo Horizonte. A carta de vinhos conta com mais de 70 rótulos nacionais e importados para o seu deleite. Além das pizzas de massa fina e sabores exóticos, feitas em forno a lenha, oferece antepastos exclusivos, saladas e massas. Não se esqueça de experimentar a Sacinata, o Superbo ou a Lasanha frita. Para agitar sua noite, DJs com diferentes estilos, às quartas e domingos no Lourdes e às quintas no Sion, que também oferece telão.

Informações: (31) 3275-2027 / 2551-4844.

Rua Marília de Dirceu, nº 189

Lourdes, Belo Horizonte - MG.

Rua Montes Claros, nº 526

Sion, Belo Horizonte - MG.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:
Quarta-feira: DJs.
Domingo: DJs.



Swingers

Independentemente do lugar, os empreendimentos do Grupo Happy News são sempre sinônimo de sucesso. Em BH, a Swingers agita as noites há 10 anos. O estilo irreverente, com brincadeiras como jogos de dados, amarelinha e dança das cadeiras atrai cada vez mais o público que procura diversão. Já as tradicionais comemorações de aniversário, quando clientes e funcionários se fantasiam para comemorar, são uma atração à parte.

Além de gente bonita e muita animação, o cardápio da casa é mais um atrativo para o público. Os destaques são as pizzas e temakis, mas há outras dezenas de deliciosas opções para você saborear e se divertir.

A programação variada é outro diferencial. A Quinta Show, por exemplo, é sucesso na casa: em outubro, o ritmo oficial é o sertanejo e as melhores bandas da cidade vão agitar a Swingers. Já em novembro, toda quinta-feira é dia de Festival de Verão e ao som de axé ninguém vai ficar parado. Nas sextas-feiras, o Tequila on Fire oferece capetinhas e rodadas de tequila, enquanto o DJ Ricardo Barros anima a pista. E aos sábados é a vez da Noite Swingers, com DJs tocando as melhores músicas da semana.

Informações: (31) 3293-6631*.

*Segunda a sábado, de 13h às 19h.
Av. Raja Gabáglia, nº 4811
Santa Lúcia, Belo Horizonte - MG.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:

Quinta-feira: Quinta Show.
Sexta-feira: Tequila on Fire.
Sábado: Noite Swingers.





Circuito BH

Em julho passado, mais precisamente no dia 18, aconteceu em Belo Horizonte a tour 2009 da conceituada CAFÉ DEL MAR IBIZA SUNSET PARTY. Após ter sido eleito, em 2008, como o melhor evento conceitual e de música eletrônica da cidade, os produtores surpreenderam ainda mais na edição deste ano.

O evento contou com a presença do dj do Café Del Mar de Ibiza, Hector Lopes, o live vocal da cantora inglesa Abigail Bailey, o dj Leandro Rallo e a performance do violinista junto ao dj Renato Pinheiro, encerrando a festa.

Produção impecável, visual incrível com o entardecer do sol à beira da Lagoa dos Ingleses, open bar de primeira, sorvetes Hagen Dazs, salão de beleza para o público feminino e muita gente bonita resumem um pouco da tour, que deve ganhar o Bis de melhor evento da cidade. São responsáveis por toda esta super festa: Tatiana Gontijo, Didio Mendes, Leo Stallone e Leo Sorriso.



1. Leo Stallone e Marianne Drumond; 2. DJ Leandro Rallo e Fernanda Dinelli 3. Rafael Haddad e Bárbara Helen; 4. Amanda Hallaq, Ângela Hallaq, Tatiana Amorim, Camilo Carneiro e Cristiane Resende; 5. Débora Almeida, Tatiane Almeida e Davi Osório.

Comemoração em alto estilo

Fotos: Yolanda Capovilla

>> A Rádio Mix 106.9 FM comemorou, no dia 7 de agosto, seu aniversário de dois anos em Vitória.

A festa rolou no Bliss Bar, na Praia do Canto, com a presença ilustre do Rapper Xis (Apresentador do Programa Hip Hop Mix), do DJ Will (produtor do programa), do produtor e DJ local da Mix, Tropeço.

Personalidades da música capixaba e empresários da noite também estiveram presentes na festa, em meio às 700 pessoas, entre ouvintes sorteados na promoção da rádio e o público fã da Mix.

Toda essa agitação teve cobertura exclusiva da equipe WelcomeTV e Mix TV.



1. DJ Will, DJ Leandro Neto, Rapper Xis e Cezar Mesquita; 2. Roberta Pereira, Juliana Tress e Lula; 3. Lu Lima; 4. Walter Barcelos, Hugo Simoni e David Carvalho; 5. Rafael Tononni e Aliane Meneguel; 6. Érica Mendes, Clara Silvestre e Barbara Zanetti; 7. Flávia Rodrigues e Vivian Forzza; 8. Equipe Rádio Mix Vitória.



Bem acompanhada

A lindíssima **Thaiza Malfitano**, que há dois anos e meio mora no Rio de Janeiro, comemorou seus 30 aninhos

no Restaurante Touro e Gallo, no Shopping Città América. Ela estava muito bem acompanhada do promotor **David Santiago** e dos atores **Alexandre Slaviero**, do seu maninho **Irân Malfitano** e de **Marcos Pasquim**. Quem pode, pode...



Evento concorrido

A **champanharia Flute**, de **Leonardo Tubino**, no burburinho gastronômico da Rua Elesbão Linhares nos arredores do Day By Day, teve inauguração concorrida. Muita gente foi prestigiar e virou fã da primeira casa dedicada ao champanhe. Na foto **Ticiana Dadalto**, **Glauco Ferrer**, **Aurê Aguiar** e **Leonardo Tubino**.

Casal perfeito!

Em clima de muito estilo e elegância, a fisioterapeuta **Albina Pereira** e o engenheiro **Estevão Puppim** se casaram em uma cerimônia requintada e superbadalada. A noiva estava impecável, numa produção by **Anderson Nascimento**, do Centro de Estética **Vera Baldotto**. Um luxo só!

EVANDRO BACON



ARNALDO PERUZO



Site Dakarai

O Spa Urbano **Dakarai**, de **Vanessa Villac**, **Nila Souza** e **Lourival Coelho**, na Praia da Costa, comemora nova fase. Acaba de lançar o seu site e já comprova, pelas muitas visitas que recebe, como os empresários são queridos pela sociedade. No foto, **Vanessa** comemora o sucesso.

Saúde com muito sabor

Gabriela Faiçal inaugurou, em agosto, na Praia do Canto, um espaço gastronômico de alimentos funcionais inéditos no Estado. A 'd'Bem com a sua natureza' traz uma tendência mundial em alimentação que é usar as combinações dos alimentos para o bem-estar e prevenir doenças. O cardápio foi elaborado pelo chef **Renato Caleffi**, especialista em gastronomia orgânica e funcional, além de proprietário do badalado **Lê Manjue Bistrô** em São Paulo.



Charme e simpatia

O galã global, **Cauã Raymond**, foi supersolícito e fofo com a imprensa local, durante o **Vitória Moda Show**. **Adriana Jenner** aproveitou e tietou.

Repaginada geral

O queridíssimo **Chef Assis Teixeira** não para. Recentemente ele deu uma repaginada no **Domus Itálica**. Entre as mudanças na fachada, iluminação e painéis com pratos de dar água na boca. Na parte interna, destaque para a iluminação diferenciada (uma para o horário de almoço e outra para o jantar). Mas a novidade mesmo está na sala Vip, que agora conta com tela de projeção para atender a eventos empresariais. Chique, né?? Vale a pena conferir!

O retorno do reggae capixaba

Cinco anos de molho. Esse foi o tempo máximo que os integrantes da banda **Macucos** conseguiram ficar distantes. Agora, de volta aos palcos com a formação original, o conjunto mais popular do reggae capixaba está com novos projetos. O público ainda é o mesmo, e acompanha vibrante nos shows os maiores sucessos que marcaram a carreira da banda.



HERLON CHAVES

Lu Lima, a nova apresentadora do Programa WelcomeTV, com Zezé Mota



Parabéns para Dany Casteluber
Aniversário: 28/10

Sucesso MBuaiz

A oitava edição do **Oi Vitória Pop** lotou a Arena Vitória e trouxe para o Espírito Santo um novo modelo de entretenimento, unindo artistas, gente bonita e muito música. Entre dos artistas que fizeram questão de prestigiar o evento estavam os atores **Jonathan Haagensen** e **Micael Borges** (ator protagonista de Malhação). Todos foram unânimes nos elogios a organização de mais um evento de **MBuaiz**. Fiquem ligados. Novidades vem por aí!



Micael Borges, Marcos Buaiz e Jonathan Haagensen

As belas de Caca Lima



Paula Gallo



Livia Azevedo



Isabel Reis

Fã de carteirinha

Quem frequenta o **Turk Zoo** sabe que lá é point de gente bonita e badalada. Prova disso é o cliente Anderson Varejão, fã do local e que, sempre que está de passagem por Vitória, faz questão de marcar presença. Na foto, **Thiago Carvalho**, **Anderson** e **Tamer Mousalem**.





O sorriso é a fonte da Vitória, assim como o amor pela vida, pela natureza e pelas pessoas que nós aprendemos a amar



A vida é uma criação de Deus e o amor é o maior presente que Ele colocou dentro de nós. Porque fora, Ele nos presenteou com uma natureza exuberante, cheia de seres que, assim como nós, precisam ser amados, sejam quais forem as diferenças. Por isso, temos que dar para poder receber, carinho, atenção, cuidado e amor. E tudo pode começar com um simples sorriso.

O Leão e o Jegue

O leão e o jegue eram os únicos sobreviventes de uma floresta castigada pelo desmatamento. Depois de várias semanas de convivência,

sem ninguém da mesma espécie e sem ter onde descarregar suas angústias, alegrias e tensões sexuais, eles decidem sorrir um para o outro e fazer um troca-troca.

O leão, por ser o rei da selva, resolve que ele vai primeiro e começa a passar uma pomada no bigulim.

O jegue estranha e pergunta:

– O que é isso?

– É Vaselina, para não doer o seu fiofó, responde o leão.

Meia hora depois é o jegue que está lubrificando sua enorme mangueira e o leão pergunta:

– O que é isso?

– É Vick-Vaporub, para não doer a sua garganta!



Pensando no Futuro

O garoto, no auge dos seus treze anos, entrou correndo no banheiro com uma revista debaixo do braço e ficou lá dentro por mais de uma hora. Sua mãe, que já estava irritada com a situação, bateu na porta e gritou:

– O que você está fazendo é muito feio! Bons meninos guardam isso para quando estiverem mais velhos!

Então ele ficou assustado, saiu do banheiro e prometeu à mãe que seguiria os seus conselhos.

Quase um mês depois, a mãe volta a falar sobre o assunto:

– Filho, você lembra do que conversamos naquele dia?

O garoto acenou com a cabeça.

– E então? Você está fazendo como lhe falei? Guardando essas coisas para quando estiver mais velho?

– Ah, claro mamãe! - respondeu ele, orgulhoso

– Até agora já guardei quase um litro!

Sem Calcinha

Certo dia, um padre de uma pequena cidadezinha vinha andando pela rua, quando olhou em cima de uma árvore e viu uma menina de aproximadamente 12 anos, de saia e sem calcinha. O padre imediatamente disse:

– Ó minha filha, não faça isso. É muito feio. Desça desta árvore e tome 10 reais. Vá comprar uma calcinha para você.

A menina então pegou os 10 reais e foi. Chegando em casa disse para a mãe:

– Mãe, eu estava em cima da árvore, aí o padre passou e me deu 10 reais pra eu comprar uma calcinha.

A mãe ouviu aquilo, meditou e, como estava na maior dureza, resolveu no outro dia subir na mesma árvore, também de saia e sem calcinha, e ficar à espera do padre. Então, como de costume, o padre passou novamente, olhou para cima e, vendo a cena, disse:

– Ó minha filha, não faça isso. É muito feio. Desça desta árvore e tome 1 real. Vá comprar um Prestobarba para você.

Mulher gosta é de dinheiro

Um coroa famoso na alta sociedade, com mais de sessenta anos e que só costuma andar com meninas jovens, foi dar uma entrevista para um programa de tv e a repórter pergunta:

– O senhor acha que as meninas com quem o senhor sai gostam de verdade do senhor?

– Minha filha, quando eu vou a um restaurante de luxo e peço o mais caro prato de LA-GOSTA, eu não fico perguntando para a LAGOSTA se ela gosta de mim, eu só a como com muito gosto!



Hoje é mais mulher com menos homem. Mas antes era sempre mais homem com "menas" mulher!



Sorria, a Piada tem Filosofia - Dá pra Falar Baixinho

O cara era baixinho, conheceu uma coroa que tava a perigo (com vontade de fazer amor) e vai com ela até um hotelzinho barato. O pior é que a dona era do tipo histérica e na hora do amor começa a berrar:

– Ai, ai, ai! Vem, vem, meu macho! Ai, ai, como é bom!

O baixinho fica morrendo de vergonha. O hotel inteiro está escutando a mulher gritar. Com jeitinho, então, ele pede pra ela:

– Dá pra tu falar baixinho?

E a coroa gritando:

– Ai, baixinho! Me arrebenta! Vem, baixinho!

FILOSOFIANDO:

Tem mulher que não tem isso, não. Gosta é de falar alto, mesmo que seja baixinho.



Onde você come bem e sorri.

Restaurante especializado em sorriso.

SÓ NO MR. PICUÍ RESTAURANTE E CACHAÇARIA VOCÊ ENCONTRA O
SABOR ESPECIAL DA COMIDA NORDESTINA E OS MELHORES
SHOWS DE HUMOR DO ESTADO.

QUARTAS-FEIRAS:
(1ª DO MÊS) BANDO DE CONGA
QUINZENALMENTE ÀS QUINTAS-FEIRAS:
CLã DA COMÉDIA
COMÉDIA A Lã CARTE



Tenho dos
Couro

TODA SEXTA E SÁBADO

RESSINI
MILANO



Reservas de mesa
3235 7711 - 9837 6092

Contato para shows
3314 6969 - 9837 6094

O mais novo
portal
de humor.



músicas piadas
vídeos cartoons
fotos shows
e muito mais

www.rededoriso.com.br



DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES E VITAMINAS



SHOPPING VITÓRIA . 27 3335 . 1601
SHOPPING PRAIA DA COSTA . 27 3320 . 6261



DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO
na América Latina



WWW.NUTRICENTER.COM.BR