



WelcomePlace

Edição 38
ano 10

Saúde

Emagrecer começa pela
cabeça: Treine seu cérebro

Equipe integração: Saúde de forma global

Negócios

Coworking para
advogados com espaço
moderno em Vitória

Beleza

Tratamento permite
rejuvenescimento
facial sem cirurgia

Mulheres de Negócios

Comemora um ano
de conquistas



BELEZA E SOFISTICAÇÃO
PARA SUA CASA, TUDO
ISSO VOCÊ ENCONTRA
NA **MÓVEIS CONQUISTA**

MÓVEIS
Conquista
Você sonha, nós realizamos

VITÓRIA 27 3327-0428 | VILA VELHA 27 3329-3900 | www.moveisconquista.com.br



Nova fase!



A tecnologia encurtou distâncias, aproximou pessoas e mudou o nosso dia a dia. Em tempos de redes sociais, notícias e informações se espalham em minutos, em todos os cantos do planeta. E a cada instante surge uma novidade. A sensação é de estarmos sempre precisando de atualização, sempre buscando a melhor forma de nos conectar com os nossos clientes, parceiros e amigos.

Em todos os negócios, precisamos nos reinventar. E não foi diferente com a imprensa. Nós, que fazemos parte de um grupo de comunicação e relacionamento, acompanhamos isso de perto e também sentimos essa necessidade de constante transformação.

Hoje experimentamos uma nova fase. A Welcome Group recebe mais um produto: o portal Welcome Planet. Esse projeto é fruto de muita pesquisa e dedicação para que o nosso cliente e leitor tenha o melhor e mais completo conteúdo. Nele, teremos coberturas de eventos, artigos, notícias, colunas e outras informações. Trata-se de mais um canal de comunicação com o nosso público! Aproveitamos a novidade para ampliar a nossa atuação nas redes sociais, com conteúdo atualizado e mais interativo. Nesta edição, celebramos essas novidades com você!

E, por falar em comemoração, o grupo Mulheres de Negócios acaba de completar um ano de existência.

Em nossa reportagem especial, contamos um pouco da trajetória de união dessas 40 empresárias. Algumas delas compartilharam conosco depoimentos da transformação promovida em seus negócios durante esse período.

Na reportagem de capa, abordamos o projeto da Equipe Integração, composta por três profissionais de excelência: a estomatologista e cirurgiã bucomaxilofacial Thaiz Arrabal, o fisioterapeuta Francisco Brioschi e o personal trainer Diego Zanon. Juntos, eles oferecem um tratamento da saúde de forma global e completa.

A publicação traz ainda algumas matérias sobre saúde, como os nutracêuticos orais, as lentes de contato dentais, os benefícios da hipnose, a importância do equilíbrio psicológico para o emagrecimento, a lipoescultura gessada e o tratamento com o Ácido L-Polilático para o rejuvenescimento facial.

Na área de moda e beleza, você conhece as melhores técnicas para manter as unhas perfeitas por mais tempo e acompanha de perto a nova loja da designer de joias Ane Zorzanelli.

Todas essas reportagens e muitas outras você encontra em nosso portal. O endereço é:

www.welcomeplanet.com.br

Boa leitura e até a próxima edição!

Expediente

Matéria Especial: **Equipe Integração**
Thaiz Arrabal, Diego Zanon e Francisco Brioschi
Fotos: Studio Caffè
Produção: Studio Whagner Torezani
Thaiz Arrabal veste: Chris Trajano
joias: Ane Zorzanelli
Diego Zanon e Francisco Brioschi vestem: Reserva
Consultoria de Imagem: Chris Trajano

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

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

Jornalista Responsável
Assertiva Comunicação
Andressa Santesi – MTB-ES 2005/JF
Débora Herzog – MTB-ES 2450/JF

Departamento Comercial ES
escritorio@welcomecard.com.br
Tel: (27) 99852-3565

Editoração
Boomerang Inteligência

Fotógrafo WelcomePlanet
John Abe

Fotógrafo Colaborador
Camila Baptistin
Studio Caffè
Márcio Guimarães/All Live

Circulação
Espírito Santo

Agradecimentos:
RF Assessoria de Comunicação e Eventos
Criar Comunicação
Elo Comunicação

Onde Encontrar a revista WelcomePlanet
XYZ Presentes (Shop.Vitória e Praia da Costa);
Academias de Ginástica, Salões de Beleza,
Clínicas Médicas, Odontológicas e Boutiques
(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 da WelcomeGroup. O conteúdo das matérias é de responsabilidade de seus autores.
Distribuição Gratuita

Veja a revista também em nosso site:
www.welcomeplanet.com.br
contato@welcomeplanet.com.br
escritorio@welcomeplanet.com.br

 **/welcomeplanet**

“...tudo posso naquele que me fortalece”
(Filipenses 4.13)

QUEM LÊ...



"Dinâmica e atual! Poder ter em mãos um produto de tamanha qualidade e ainda por cima totalmente capixaba é empolgante para quem ama uma boa leitura! Sou jornalista, e prezo muito pela confiabilidade das notícias. A Welcome Planet é uma revista com credibilidade e a cada edição confirmo o quanto posso confiar nas informações publicadas! Da última edição destaco a matéria com a Cardio Sports, que foi capa da revista. Fiquei surpresa com a estrutura e a tecnologia disponíveis no centro esportivo".

Lorena Corona
Jornalista e Social Media



"Sempre acompanho as publicações da Welcome Planet. É uma revista que acompanho e se tornou leitura obrigatória pra mim. É uma publicação que sempre valoriza todos os segmentos e que vêm a somar dentro do mercado de arte, moda, saúde, serviços, entretenimento e de muitos outros. Fico feliz em acompanhar de perto cada edição e aproveito para agradecer o registro que tivemos para o projeto da OÁ Galeria na última publicação".

Thais Hilal
Galerista



"É muito bom ver as iniciativas e as realizações da população capixaba na revista Welcome Planet. É uma publicação muito bem escrita e que conta de forma simples e objetiva as histórias de empreendedorismo e as novidades do mercado. Tudo é feito de um jeito leve e descontraído, deixando os leitores bem informados sobre todos os assuntos, especialmente qualidade de vida, saúde e bem-estar. Quando quero ler algo leve e com conteúdo é na Welcome Planet que encontro tudo isso".

Tatiana Pradal
arquiteta



"A Welcome Planet é fonte de informação. Como nutricionista eu encontro muitas novidades da minha área. É uma publicação moderna e cheia de personalidade, que tem um posicionamento bem próximo do leitor, de forma realista e acessível. Por isso, sempre que possível, gosto de ficar por dentro dos acontecimentos do nosso Estado. Quero aproveitar e parabenizar a revista por mais uma edição. Tenho certeza que será um sucesso".

Juliana Parrini Machado
nutricionista



SUMÁRIO

12

Especial

Equipe integração: Saúde de forma global



8

Papo Sério

Cobrança judicial e extrajudicial

26

Especial

Inglês para as crianças

Negócios

Coworking para
advogados com
espaço moderno
em Vitória

10





10

Beleza

Tratamento permite rejuvenescimento facial sem cirurgia



Sabores WP

34

Você possui alguma alergia alimentar? Conheça uma fábrica para alérgico nenhum botar defeito!

37

Enjoy Fit Food: quando a dieta é saborosa e saudável!

Mulheres de Negócios

Comemora um ano de conquistas

28



09

Hipnose ajuda no tratamento da depressão, medos e angústias

24

Lipoescultura gessada é novidade no tratamento de celulite e gordura localizada

Saúde

26

Emagrecer começa pela cabeça: Treine seu cérebro



20

FitDance: fenômeno na internet conquista adeptos no Estado

40

Empresa capixaba oferece o que há de mais requintado na área de marcenaria

Educação

14





Cobran\u00e7a judicial e extrajudicial: entenda como funciona e qual \u00e9 a melhor op\u00e7\u00e3o!

Com o atual cen\u00e1rio econ\u00f4mico do pa\u00eds, muitas empresas passam por dificuldades devido \u00e0 inadimpl\u00eancia de clientes. Para que esses valores sejam recebidos, muitas recorrem \u00e0 cobran\u00e7a de uma forma extrajudicial, ou 'amig\u00e1vel' como \u00e9 mais conhecida,

ou a por meio de uma a\u00e7\u00e3o judicial. Mas afinal, qual a diferen\u00e7a entre a cobran\u00e7a judicial e extrajudicial?

De acordo com a advogada Patr\u00edcia Pertel Bromonschenkel Bueno, s\u00f3cia da Advocacia Rizzato e respons\u00e1vel pelo setor de cobran\u00e7a, h\u00e1 alguns fatores que as diferenciam. "A cobran\u00e7a extrajudicial pode ser feita por telefone, carta, e-mail ou torpedos, onde existe a tentativa de uma negocia\u00e7\u00e3o. \u00c9 uma abordagem amig\u00e1vel, onde s\u00e3o oferecidas oportunidades de quita\u00e7\u00e3o do d\u00e9bito com parcelamento ou pagamento integral. Essa op\u00e7\u00e3o tem duas grandes vantagens: n\u00e3o h\u00e1 custos judiciais e a recupera\u00e7\u00e3o do cr\u00e9dito \u00e9 finalizada em um tempo bem mais reduzido", explica.

Patr\u00edcia destaca que esse tipo de cobran\u00e7a faz com que o fluxo de caixa tenha um retorno mais r\u00e1pido para empresa, com menos despesas adicionais. Ela acrescenta ainda que na cobran\u00e7a extrajudicial, \u00e9 adequado formalizar acordo atrav\u00e9s

de termo de acordo e confiss\u00e3o e d\u00edvida, o que renova a d\u00edvida, e que em caso de descumprimento, poder\u00e1 ser ajuizada a\u00e7\u00e3o de execu\u00e7\u00e3o, que \u00e9 um meio jur\u00eddico mais \u00e1gil e eficaz.

J\u00e1 no caso da cobran\u00e7a judicial, como o pr\u00f3prio nome diz, a cobran\u00e7a \u00e9 realizada por interm\u00e9dio da justi\u00e7a.

"A a\u00e7\u00e3o judicial \u00e9 o \u00faltimo passo, mas em alguns casos ela \u00e9 necess\u00e1ria. Por interm\u00e9dio da Advocacia Rizzato \u00e9 feito o ajuizamento da a\u00e7\u00e3o de cobran\u00e7a ou execu\u00e7\u00e3o, dependendo do caso, acionando o Judici\u00e1rio para cobrar do devedor o pagamento da d\u00edvida. Mas o recomendado, para ambas as partes, \u00e9 sempre exaurir as tentativas de receber o cr\u00e9dito extrajudicialmente, atrav\u00e9s de uma a\u00e7\u00e3o amig\u00e1vel para resolver a situa\u00e7\u00e3o", diz a advogada.

Advocacia Rizzato

Rua Fausto Vincenzo Tandredi, 46
Enseada do Su\u00e1, Vit\u00f3ria-ES
Tel: 27 3235-8268
www.rizzato.adv.br





Fotos: divulgação

Hipnose ajuda no tratamento da depressão, medos e angústias

A hipnose utilizada no modelo terapêutico vai muito além dos programas de televisão com a chamada “hipnose de palco”. A hipnose

clínica, ainda pouco conhecida, traz muitos benefícios para a saúde, auxiliando e potencializando o trabalho de psicólogos, psiquiatras e outros profissionais.

para a evolução, promovendo espaços criativos de aprendizagem e descobertas, permitindo o suporte à saúde do cliente através da cura (heal) a partir de dentro”, explica.

A hipnose em destaque nos consultórios é a Ericksoniana, desenvolvida pelo psiquiatra Milton H. Erickson, considerado o pai da hipnose moderna. “Erickson defendia que a mente inconsciente é mais criativa e com maior capacidade de gerar soluções positivas para os conflitos e problemas”, afirma Patrícia Salomon, psicóloga e hipnoterapeuta.

Ela afirma ainda que a hipnose Ericksoniana está baseada em um profundo e sincero respeito pela individualidade do ser, procurando conhecer a linguagem de cada cliente, respeitando seus valores, crenças e padrões. “No inconsciente encontram-se todas as experiências e recursos do indivíduo e, quando é acessado através do transe hipnótico, estabelece ambiente facilitador, com suporte e espaço

O tratamento hipnoterápico está atrelado à necessidade de cada cliente e com seu consentimento. Patrícia explica também que o hipnoterapeuta facilita o cliente a vivenciar o transe hipnótico, mas não o força a ter as vivências.

A hipnose Ericksoniana é eficaz em tratamentos para dor, ansiedade, medos, angústias, depressão, desordens de hábitos e muitos outros problemas psicológicos e médicos. Auxilia no autodesenvolvimento, no controle das emoções e do estresse, na liberação de traumas, potencializa a comunicação, entre muitos outros benefícios.

Patrícia Soares Salomon

Psicóloga e Hipnoterapeuta Ericksoniana
Rua Alameda Mary Ubirajara, 40,
Ed Nacap, sala 308, Sta Lúcia, Vitória-ES
Tel: 27 98128-7052



Foto: John Abe



Foto: John Abe

Coworking para advogados atenderem clientes em espaço moderno em Vitória

O Coworking é, sem dúvida, uma revolução no trabalho de pequenas empresas, profissionais freelancers e autônomos. Amplamente utilizada em grandes países do mundo, só nos últimos anos essa modalidade surgiu no Brasil. Além de oferecer um espaço onde profissionais e empresas possam atuar com custos reduzidos, o coworking

conta com ambientes pensados especialmente para esse público, o que proporciona muito networking com pessoas de diversas áreas.

Percebendo a demanda de advogados por ambientes com essa proposta, a advogada e empresária Luana Oliveira Lara decidiu apostar no Advwork. A empresa oferece um espaço moderno e formal para os operadores do direito trabalharem e atenderem os seus clientes. “Para ampliar o trabalho oferecemos workshop jurídico e grupos de estudos, para proporcionar o debate entre os colegas de diversas áreas do direito”, destacou.

Localizado em uma região privilegiada de Vitória, o espaço oferece serviços como SECRETÁRIA, endereço comercial e FISCAL, água, energia, internet e telefone, além de alguns mimos como café e biscoitos. “O acesso aos sistemas essenciais para a execução do trabalho e o contato direto com profissionais de várias áreas do direito são grandes atrativos”, complementou a Dra. Lara.



Os planos de contratação oferecem as opções de uso integral ou apenas em um turno. Também existem pacotes para quem precisa apenas de endereço comercial e secretária, ou uso da sala de reuniões, por exemplo. Outra alternativa é contratar apenas os serviços avulsos, de forma pontual. “Nós oferecemos a solução para qualquer tipo de demanda dos advogados”, finalizou.

Advwork Coworking

Rua das Palmeiras, 685, sl. 412

Ed Contemporâneo Empresarial,
Sta Lúcia, Vitória-ES

Tel: 27 3019-7899

coworking@advwork.com.br

 [@advwork_vitoria](https://www.instagram.com/advwork_vitoria)





Fotos: divulgação

Lavanderia gera economia de até 40% no consumo de água

Economia e praticidade. Usar os serviços de uma lavanderia pode trazer muitas vantagens para quem tem um dia a dia corrido e que, ao mesmo, se preocupa com o meio ambiente e com a redução de custos.

A economia de água e, consequentemente, economia de dinheiro, é um dos maiores benefícios. Uma família de quatro pessoas que consome em média 5.400 litros de água por mês para lavar as roupas em casa gastaria 2.160 litros de água por mês se optasse por lavar as roupas em uma lavanderia, ou seja, uma economia de 3.240 litros mensais.

Outra vantagem é a redução na conta de energia elétrica e de outros custos, como produtos específicos para lavar as roupas. Segundo a empresária Gisely Zenóbio, as lavanderias possuem máquinas que sempre ficam cheias, lavando uma quantidade maior de roupas de uma vez, o que evita desperdícios. “Toda a energia necessária para movimentar a máquina na

lavanderia é bem utilizada, o que evita o desperdício de energia e também de água. Além disso, quem escolhe lavar suas roupas na lavanderia deixa de gastar com sabão em pó ou líquido”, explica.

Ainda segundo Gisely, a economia de tempo também é uma grande vantagem para quem usa os serviços de uma lavanderia. “Lavar as roupas na lavanderia é sinônimo de mais tempo para resolver outras coisas do dia a dia. Temos profissionais qualificados que irão lavar as peças obedecendo às normas e instruções presentes em cada etiqueta. Isso economiza tempo e aumenta a durabilidade das roupas”, afirma.

Outra vantagem é a higienização e secagem correta das roupas. De acordo com Gisely, o acúmulo de sujeiras gera a proliferação de bactérias e ácaros que provocam alergias à pele. “Quando as roupas passam por um processo de lavagem profissional, esse risco é minimizado ao máximo, cada tipo de tecido é lavado de uma maneira específica. Outra



coisa é sobre a secagem, já que pouco espaço para secar a roupa prejudica o tecido, pode gerar mofo e fazer mal à saúde de quem vai usar a peça”, finaliza.

Lavavix Lavanderia

Rua Neves Armond, 184

Praia do Suá, Vitória-ES

Tel.: 3029-6676

www.lavavix.com.br

  /Lavavixlavanderia



Confira 8 dicas para manter as contas da sua empresa em dia

Manter uma empresa não é fácil e em momentos de incertezas econômicas é importante que o empreendedor dê uma 'pausa' e organize cada processo gerencial de seu negócio.

À frente do Grupo Atta - Administração de Condomínios e Contabilidade Empresarial, as empresárias Lucilene Tenório e Lucineia Lima separaram oito dicas para quem quer organizar a empresa e preparar os negócios para um ano de muito sucesso.

Veja:

- Anote tudo! Coloque no papel todos os compromissos dos próximos meses. Mantenha suas

finanças pessoais em dia. Quem não sabe controlar as próprias contas terá dificuldade para administrar uma empresa.

- Nunca dê um passo maior que suas pernas. Não acumule mais dívidas que consegue pagar para alcançar um objetivo.
- Evite os empréstimos desnecessários. Eles podem ser excelentes aliados em um momento de expansão do negócio, mas só é uma boa prática se você tiver total controle das contas e avaliar que não irá comprometer o financeiro.
- Um dos maiores causadores do descontrole financeiro é a desorganização. É necessário que tenha total controle de tudo que entra e sai do caixa.
- É necessário assumir riscos para chegar ao sucesso, mas é preciso fazer isso com consciência, analisando todos os cenários possíveis para se precaver contra possíveis ameaças e dar

continuidade aos planos de sucesso para os próximos anos.

- É importante que os prazos de pagamento concedidos aos clientes sejam menores do que os recebidos de fornecedores. O prazo oferecido deve obedecer à regra de múltiplos de sete (7, 14, 21, etc.). Assim, excetuando-se os feriados, o vencimento sempre será em dia útil.
- Procure pagar as contas em dia e antecipe os pagamentos para receber descontos, desde que sejam vantajosos e isso não prejudique o caixa.
- Faça uma planilha que mostre todas as despesas fixas para que o gestor possa programar quais serão os gastos e as entradas.

Grupo Atta Gestão Condominial e Contabilidade Empresarial

Av. Coronel Pedro Maia de Carvalho, 330
Praia das Gaivotas, Vila Velha-ES
Tel.: 27 3329-1248

Email: contato@grupoatta.com.br

[f](https://www.facebook.com/grupoatta.es) [ig](https://www.instagram.com/grupoatta.es) /grupoatta.es



Fotos: divulgação

Quer lucrar com a sua empresa? Anote dicas poderosas!

Para que uma empresa se transforme em um negócio lucrativo e inovador é preciso ir além da paixão do empreendedor: muitas vezes o crescimento se baseia em pequenas ações sem custos muito altos e que podem trazer um resultado positivo.

Depois de um ano com a economia retraída e diminuição do consumo, alguns caminhos podem levar ao crescimento da sua empresa

em 2018. Porém, é preciso ter cautela nos investimentos.

Segundo a empresária e psicóloga empresarial Daniela Morais, uma dica é diversificar e ampliar os produtos da empresa. “Faça uma pesquisa dentro do negócio e verifique o que mais pode ser oferecido aos seus clientes e o que tem realmente a ver com a sua marca. É assim que você irá descobrir que tipo de mix de produtos seus clientes buscam e compam. Mas lembre-se de seguir uma lógica com os produtos já oferecidos”, explica.

“Estar presente na internet e nas redes sociais pode aumentar o volume de vendas. Ou, dependendo do tipo de negócio, é possível recorrer a distribuidores e treinar representantes comerciais da sua marca para atuar em outras cidades e regiões. Planeje e pesquise os melhores canais”, orienta.

Outra dica é criar estratégias para se aproximar ainda mais do cliente. “Para descobrir o que é preciso mudar na empresa, ouça seus clientes. Eles são as ótimas fontes de pesquisa. Invista em feedbacks simples, pessoalmente, por e-mail ou por telefone”, afirma.

Além disso, expandir os canais de venda da organização pode ser uma alternativa para aumentar os lucros. E quando se fala em crescimento do negócio, muitos empreendedores já pensam em abrir outras unidades.

A empresária Daniela Morais explica que expandir a empresa também requer muito planejamento. “É comum que o empresário procure oportunidades para levar a marca para outros pontos de venda, com abertura de novas lojas. Mas isso também significa mais investimento, uma equipe nova e treinada, e planejamento. É preciso ficar atento para não atropelar as coisas”, finaliza.

DM Desenvolvimento de Pessoas

Av. Nossa Senhora dos Navegantes, 755, Enseada do Suá, Vitória-ES

Tel: 27 3029-1317

/danielapsicologaempresarial



Fotos: Studio Caffé



Fotos: divulgação

Adaptação escolar: especialista dá dicas de como tornar esse momento mais leve para pais e filhos

Deixar o filho na escola pela primeira vez não costuma ser uma tarefa fácil, nem para os pais e nem para a criança. É um local diferente, com professores, com horários, colegas e atividades novas.

Mesmo que no começo o pequeno se assuste e tenha medo de ficar longe dos pais, é possível tornar esse momento mais leve. Segundo a responsável pela Creche e Pré-Escola Leão Marinho, Manisa Barros Leão Borges, o primeiro passo para a adaptação da criança é a escolha consciente da família. “Os pais precisam escolher uma

instituição de confiança. Vale visitar o local, pesquisar na internet, tirar todas as dúvidas”, explica.

Ainda de acordo com Manisa, a adaptação dos bebês é diferente da que acontece com as crianças maiores. “O processo de adaptação dos bebês deve ser cuidadoso. Uma dica para os pais é que eles levem um objeto que o bebê goste, que lembre uma pessoa que lhe proporcione segurança. Já para as crianças de 2 a 4 anos, a dificuldade de adaptação pode estar na sensação de abandono que

ocasionalmente elas sentem. Por isso, é importante que a adaptação com essas crianças comece semanas antes do início das aulas. Uma opção é que os pais levem o filho para conhecer a escola alguns dias antes, que fiquem um tempo no ambiente e apresentem os atrativos do espaço, como o parquinho, os brinquedos e os espaços coloridos”, sugere.

Mesmo com todo o cuidado dos pais e professores, as primeiras semanas de adaptação escolar podem deixar a criança mais sensível. “Todos



os sentimentos e emoções nesse período são importantes para o desenvolvimento da criança. Quando o choro aparecer, os pais podem reforçar que a escola é importante, que eles sabem que o filho está sofrendo, mas que têm certeza que ele vai superar. É preciso ter firmeza, sem esquecer-se do carinho e da paciência”, finaliza.

Leão Marinho

Rua Castelo Branco, 882

Praia da Costa, Vila Velha-ES

Tel: 27 27 3311-8211

[f /escolaleaomarinho](https://www.facebook.com/escolaleaomarinho)

[@leaomarinhoeducacional](https://www.instagram.com/leaomarinhoeducacional)

www.escolaleaomarinho.blogspot.com.br





Fotos: divulgação

Aprender inglês desde cedo estimula a memória e o raciocínio das crianças

Aprender outro idioma traz benefícios em qualquer idade, mas para as crianças isso é ainda mais evidente. Conhecer as expressões e palavras em inglês, por exemplo, é uma atividade que estimula o cérebro, desenvolve a criatividade, o raciocínio e a capacidade de concentração das crianças, entre outros pontos positivos.

E, quanto mais cedo começar a educação bilíngue, melhor. Desde o nascimento, a criança está apta para aprender idiomas, sendo capaz de dominar o mesmo número de palavras em português e inglês, por exemplo. Porém, entre dois e quatro anos de idade, temos o que chamamos de “janela” de desenvolvimento da oralidade, que é considerado o melhor momento para estudar um novo idioma.

Segundo a diretora pedagógica do The Kids Club, Sheila Bagatelli, o ensino do inglês faz com que as crianças se relacionem com o idioma de uma forma mais positiva. “As crianças enxergam o inglês como algo que é divertido de se

aprender e conhecer. Por isso, elas têm uma chance maior de aprender a pronúncia correta das palavras. Além disso, quando uma criança estuda inglês, ela estimula as suas funções cognitivas, como a fala, a memória e o raciocínio, o que, consequentemente, vai facilitar o aprendizado de outras disciplinas”, explica.

Ainda de acordo com Sheila, diferente dos adultos, que quando passam a estudar inglês já possuem o português concretizado em seus processos cognitivos, as crianças absorvem as palavras e os sons de uma forma natural. “As crianças estão apenas começando a aprendizagem. Por isso, elas conseguem aprender outro idioma sem os vícios de linguagem. Entre os 3 e 5 anos de idade, elas estão desenvolvendo a oralidade e a fonética das palavras, o que aumenta as chances de expressarem o novo idioma de uma forma mais similar à língua nativa”, afirma.

Outro ponto positivo do ensino do inglês na infância é que isso também contribui para a educação sociocultural da criança, expandindo



sua visão de mundo. “Além disso, o contato com outra língua traz vantagens para o futuro da criança, já que ela se tornará um profissional capacitado e fluente na língua estrangeira. Boa parte do mundo se comunica e se conecta pela língua inglesa e a criança só poderá fazer parte dessa conexão se tiver o domínio do inglês”, finaliza Sheila.

The Kids Club

Rua Cabo Aylson Simões, 395
Térreo, Vila Velha-ES
Tel: 27 3072-4399
www.avavix.com.br
f i /TheKidsClubVilaVelha



Sorriso das estrelas: busca por lentes de contatos dentais cresce no Brasil

Ter o sorriso das celebridades já não é mais um sonho impossível. Isso graças aos avanços da odontologia estética, com destaque para as lentes de contato dentais. A técnica

consiste na aplicação de facetas de porcelana ultrafinas que corrigem as imperfeições, melhoram a forma e a cor dos dentes, com o mínimo ou até nenhum desgaste, proporcionando um sorriso perfeito.

e ao rosto da pessoa. O tratamento de estética bucal tem um resultado rápido e natural, e por isso é um dos métodos mais procurados nos últimos anos”, afirma.

A técnica é indicada para pacientes com dentes fraturados, escurecidos, levemente desalinhados, dentes anteriores com defeitos no esmalte e superfície danificada por fraturas, fissuras (rachados) ou simplesmente por quem busca um sorriso mais harmonioso.

De acordo com Andressa, o procedimento para aplicação das lentes de contato dentais, desde que bem planejado, é eficaz e rápido. “Uma vez provadas e aprovadas, as lentes são aderidas aos dentes por meio de um processo de adesão química em que a porcelana se fixa ao dente de forma muito segura. Depois disso, a manutenção é feita normalmente no consultório, nas consultas de rotina, a cada seis meses”, finaliza.

Dra Andressa Hirle

Telefones: 27 3026-4641 / 99509-8297

[f](#) [i](#) /draandressahirle

Esse tipo de procedimento, sucesso entre famosos da TV e do cinema, mudou até os números da estética no Brasil. Segundo a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, o número de operações como implantação de próteses de silicone e lipoaspiração cresce 10% ao ano no Brasil. Já a busca pelas lentes de contato para os dentes registrou um aumento de 300% entre 2014 e 2015, de acordo com dados da Sociedade Brasileira de Odontologia e Estética (SBOE).

Em terras capixabas, a dentista referência em estética orofacial Andressa Hirle fez a aplicação das lentes de contato dentais em famosos como o ex-BBB Antônio Rafaski e o cantor Silva. Ela conta que a técnica, feita com o mínimo de desgaste nos dentes do paciente, é sempre fiel ao biotipo da pessoa. “As lentes de contato dentais proporcionam harmonia ao sorriso



Foto: Flávio Motta



Fotos: divulgação

Equipamento de diagnóstico permite tratamento dentário com mais eficiência e conforto

A tecnologia virou uma grande aliada da odontologia para acelerar os diagnósticos e inúmeros tratamentos da saúde bucal. São modernos equipamentos que evitam a perda de tempo e recursos, e proporcionam benefícios para os profissionais, que ganham em agilidade, e para os pacientes, que ganham em conforto.

Nesse cenário, a Odonto Scan, empresa de soluções no setor de diagnóstico odontológico, trouxe em primeira mão para o Espírito Santo o scanner intra-oral, um equipamento para atender a grande demanda dos dentistas quando o assunto é moldagem digital dos dentes.

O scanner intra-oral torna mais precisa e mais rápida a digitalização das arcadas dentárias, já que faz isso diretamente na boca do paciente. Além disso, ele reproduz digitalmente em 3D todos os detalhes da boca do paciente em substituição ao método tradicional com material de moldagem para posterior transferência ao gesso, evitando o desconforto do contato com material viscoso.

A empresária e especialista em Radiologia Odontológica Dra Márcia Gabriella Barros explica que o scanner permite a aquisição da imagem em um tempo reduzido e economiza recursos. “O uso desse equipamento é interessante

porque dispensa a manipulação de materiais e vazamento do gesso. Isso economiza tempo, melhora a experiência do paciente e aumenta a aceitação aos tratamentos”, afirma.

Por outro lado, o scanner intra-oral também pode ser usado como uma ferramenta completa de diagnóstico, tornando-se fundamental para realizar procedimentos, enviar arquivos para outros dispositivos digitais e realizar planejamentos dos tratamentos. Desta forma, ele atua nas moldagens, na execução de casos clínicos restauradores com diagnóstico prévio ou no pós-procedimento.

A agilidade e reprodução fiel estão presentes ainda no fluxo de trabalho: por ser um equipamento digital, a interação entre o consultório e o laboratório se torna ainda mais eficiente.

Odonto Scan

Tel: 27 3320-0700

www.odontoscan.com.br

[f](https://www.facebook.com/odontoscan) [i](https://www.instagram.com/odontoscan) /odontoscan





Foto: John Abe

Tratamento permite rejuvenescimento facial sem cirurgia

Uma das técnicas mais modernas quando o assunto é rejuvenescimento facial, o Ácido L-Polilático (Sculptra®) promove melhora da qualidade da pele, através do estímulo progressivo de colágeno. O tratamento propõe injetar a substância na pele que, ao se degradar, aumenta a produção de colágeno em até 45 vezes, melhorando a flacidez.



Segundo a médica Ana Carolina Guerra, o efeito é gradual, mas já pode ser percebido 15 dias após a primeira aplicação. “Geralmente indico de uma a três sessões de tratamento, dependendo da pele de cada paciente. Além da face, a técnica é indicada para outras regiões, como pescoço, colo, braços, abdômen, bumbum e coxas. Uma única aplicação aumenta a produção de colágeno por até 18 meses, com duração dos efeitos por até 25 meses”, destacou.

O resultado natural é um dos atrativos do Ácido L-Polilático. A melhora da textura da pele e da flacidez é progressiva, à medida que o organismo degrada a medicação.

“A pele não fica machucada. O estímulo é de dentro para fora. Sem dúvida, o Ácido L-Polilático é uma das melhores opções para o tratamento de rugas e flacidez”, acrescentou.



A indicação cabe inclusive para pacientes jovens, de forma preventiva. “Cada vez mais nós buscamos técnicas que podem adiar ou até evitar a intervenção cirúrgica. O Ácido L-Polilático é um tratamento que me conquista a cada paciente”, finalizou.

Dra Ana Carolina Guerra

Médica - CRM 9881

Rua Professor Almeida Cousin,
125, sl. 1208, Vitória-ES

Tel: 27 3026-2773 | 27 99791-0020

 @dra.carolguerra

FARMÁCIA ALQUIMIA MANIPULAÇÃO

Sempre pertinho de você

CENTRAL DE ATENDIMENTO



(27) 2121-1000 / 99225-0010

VITÓRIA - ES



Centro - Av. Jerônimo Monteiro, 377 (27) 2121-1000 / 99243-0058
Ens. do Suá - Av. Cloves Machado, 155 (27) 3029-0102 / 99227-0845
Jd. Camburi - R. Carlos R. Marangoni, 181 (27) 3135-8000 / 99721-9302
Jd. da Penha - Av. Hugo Viola, 1.001 (27) 3029-1420 / 99224-2529
Praia do Canto - R. Dr. Eurico de Aguiar, 290 (27) 3382-3922 / 99243-4520

VILA VELHA - ES



Itaparica - Rua Itaiabaia, 02, Lj 02 (27) 3075-3555 / 99931-5703
Glória - Av. Jerônimo Monteiro, 648 (27) 3239-1532 / 99311-1766
Itapoã - Rua Dr. Jair de Andrade, 321 (27) 3149-9869 / 99224-1352
Praia da Costa - Av. Champagnat, 583 (27) 3149-9866 / 99245-4859

CARIACICA - ES



Campo Grande - Av. Min. Eurico Salles, 575 (27) 3136-1033 / 99850-7400

SERRA - ES



Laranjeiras - Rua Estácio de Sá, 35 (27) 3138-8980 / 99757-7070

GUARAPARI - ES



Centro - Rua Getúlio Vargas, 161 (27) 3362-9092 / 99226-3738
Muquiçaba - Rua São Pedro, 13 (27) 3362-9092 / 99226-3738

CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - ES



Centro - Av. Antônio Penedo, 33 (28) 3511-6769 / 98100-5050

LINHARES - ES



Centro - Av. Presidente Vargas, 1220 (27) 3151-6160 / 99243-6160

CAMPOS DOS GOYTACAZES - RJ



Centro - Rua Treze de Maio, 262 (22) 2722-3152 / 99874-0510

TEIXEIRA DE FREITAS - BA



Centro - Praça dos Leões, 162 (73) 3291-1022 / 98118-9002

 www.farmaciaalquimia.com.br
 [farmaciaalquiamanipulacao](https://www.facebook.com/farmaciaalquiamanipulacao)
 [rede_farmacia_alquimia](https://www.instagram.com/rede_farmacia_alquimia)
 [rede_farmacia_alquimia](https://www.youtube.com/rede_farmacia_alquimia)





Esporte



Fotos: John Abe

FitDance: fenômeno na internet conquista adeptos no Estado

Com bilhões de visualizações no YouTube, a FitDance se transformou em um dos maiores sucessos entre as aulas de dança. A modalidade mistura diversos estilos musicais nacionais e internacionais.

Segundo Leo Cheroto, instrutor na academia Ponto Sports, os movimentos são de fácil assimilação e podem ser executados por

pessoas de todas as idades. “As aulas são dinâmicas e têm como objetivo principal fazer com que o aluno se divirta com a dança. As aulas são democráticas e temos programas específicos para o público kids e teen”, comentou.

Com turmas com média de 50 alunos, as aulas são grande sucesso por todo o país. Os movimentos são didáticos, e o aluno percebe sua evolução a cada aula.

“Nós acabamos nos transformando em uma grande comunidade, e os alunos viraram adeptos e verdadeiros fãs. A FitDance tem uma retenção de alunos 50% maior que uma aula coletiva tradicional”, destacou.



Alunos que se unem e se transformam em fãs

Para aumentar ainda mais o engajamento do público, a FitDance lança aulas temáticas, que promovem uma união entre instrutores e praticantes em várias cidades. A primeira edição, “FitDance Colors”, aconteceu este ano e contou com um verdadeiro espetáculo de dança, cores e diversão.

Agora a empresa lança o Aulão Torcida FitDance. “Eu acredito que esse engajamento seja um dos principais diferenciais da modalidade. É como se os alunos se sentissem realmente conectados através de um objetivo comum: o bem estar e a diversão por meio da dança”, revelou o instrutor.

O uso de músicas que são sucessos e estão “na boca da galera” é outro diferencial das aulas. “Não é preciso saber dançar para frequentar as aulas de FitDance. Isso deixa a aula mais leve e descontraída”, completou.

Como uma modalidade de dança, a FitDance promove bem estar e eleva a autoestima dos praticantes. Leo ainda destaca: “a dança é uma das melhores formas de expressão do corpo e é ideal para quem gosta de aulas dinâmicas e desafiadoras. É uma forma descontraída de se desligar dos problemas do dia a dia e se divertir”, destacou.





Fotos: Divulgação



“Temos muitos artistas parceiros, mas a Ivete é, sem dúvida, uma das maiores expoentes da música no Brasil. A disposição e a alegria que ela demonstrou com sete meses de gravidez é a maior prova dos benefícios que a dança pode proporcionar”, disse.

Vídeos com produção e mais de 2 bilhões de visualizações

Ao contrário do que muita gente pensa, a FitDance não começou na internet. O objetivo inicial era criar um programa de aulas, que pudesse ser difundido por instrutores em todo o país, de forma unificada. Mas rapidamente a modalidade chegou ao ambiente virtual e conquistou bilhões de visualizações no YouTube.

Hoje a FitDance tem parceria com os principais artistas do Brasil e do mundo, para criar as coreografias de suas músicas. “Estamos sempre lançando músicas novas que serão sucesso”, revelou o instrutor.

O sucesso é tanto que a cantora Ivete Sangalo participou de um dos vídeos da música “No Groove”, lançada por ela para o Carnaval 2018. Na ocasião, a artista apareceu com um barrigão à mostra, dançando a coreografia para a FitDance. “Temos muitos artistas parceiros, mas a Ivete é, sem

dúvida, uma das maiores expoentes da música no Brasil. A disposição e a alegria que ela demonstrou com sete meses de gravidez é a maior prova dos benefícios que a dança pode proporcionar”, disse.

Uma curiosidade sobre as aulas é que as coreografias são dinâmicas e algumas desafiadoras, e o professor não usa muito tempo para ensinar os alunos. “A aula precisa ser dinâmica e o aluno deve ser desafiado a melhorar a cada dia. Isso o mantém interessado do aluno em frequentar as aulas”, finalizou.

Ponto Sports

Av. Desemb. Augusto Botelho, 493

Praia da Costa, Vila Velha-ES

Tel: 27 3340-0264

Av. João Mendes, 07

Praia de Itaparica, Vila Velha-ES

Tel: 27 3208-8449

[f /pontosports](#)

[@pontosportsacademia](#)



Fotos: John Abe

Personal esclarece mitos e verdades sobre a prática da musculação

A musculação é um treinamento de força tão importante para a saúde quanto as caminhadas e outros tipos de atividades físicas. Mas essa prática ainda sofre preconceito, como o que afirma que a musculação não é segura.

Segundo o personal trainer Milton Alves Júnior, quando bem orientados, os exercícios com peso trazem

benefícios para todas as idades. “A musculação tonifica os músculos, auxilia na prevenção da osteoporose, aumenta a força, fortalece a coluna, entre outros benefícios. Porém, é importante fazer exames médicos e avaliações físicas antes de começar, e sempre procurar um profissional habilitado e qualificado para instruir da melhor forma possível, respeitando a individualidade e os objetivos de cada pessoa”, afirma.

O personal esclarece alguns mitos e verdades em relação à musculação:

1. Quem deseja emagrecer deve optar pelos exercícios aeróbios e não deve treinar musculação

Mentira. “O treinamento de força é um grande aliado no processo de emagrecimento. Com o aumento da massa magra, acontece um aumento do gasto calórico em repouso, o que ajuda no emagrecimento, além do exercício intenso causar um alto consumo de oxigênio pós-exercício (EPOC), o que faz queimar mais calorias por um período maior de tempo após o exercício”, explica.

2. É preciso comer uma fonte de carboidrato antes da musculação

Verdade. “O carboidrato é a principal fonte de energia do organismo. A dieta adequada é fundamental para obter o resultado desejado. Por isso é muito importante consultar um nutricionista”, comentou.

3- A musculação não é eficaz para pessoas com mais de 40 anos

Mentira. “Trabalhar os músculos a partir dos 40 anos é importante, pois é nessa fase que o corpo começa a perder massa muscular e óssea. Mesmo que a musculação não possa reverter esse quadro, é possível adiá-lo. Um bom treino para uma pessoa nessa faixa etária, principalmente com exercícios de força, pode aumentar e contribuir muito para a saúde e a qualidade de vida, possibilitando uma velhice sem muitas dificuldades e com mais autonomia”, finaliza.

Milton Jr - Personal Trainer

Tel: 27 99749-9008

@miltonjrpersonaltrainer





Foto: John Abe

Lipoescultura gessada é novidade no tratamento de celulite e gordura localizada

Em um Estado cheio de praias lindas e com clima de verão o ano inteiro, a preocupação com a boa forma é constante. A lipoescultura gessada busca a redução de medidas e celulite, queima de calorias e desintoxicação e ainda traz reequilíbrio ao corpo. Essa técnica já tem muitos adeptos no País e principalmente no Estado.

“O nome deixa as pessoas confusas, mas não tem gesso envolvido.

São produtos que desintoxicam e estimulam a circulação e pode queimar de 500 a 1000 calorias em cada sessão”, explicou a esteticista Vera Baldotto.

A técnica consiste em um protocolo de desintoxicação usando produtos ortomoleculares e fitoterápicos.

Para potencializar os resultados são acrescentados massagem modeladora, drenagem linfática, indermologia e outros aparelhos de acordo com avaliação do profissional habilitado. Em

“O tratamento é indicado, principalmente, para gordura localizada e celulite. Tem sido muito bem aceito e procurado porque é uma técnica não invasiva”, explicou Vera Baldotto.

alguns casos, a redução das medidas e celulite já pode ser vista na primeira sessão.

Muitas famosas aderiram à lipoescultura gessada como tratamento para manter a forma. Nas redes sociais, a cantora Carla Perez e a ex-pancat Thaís Bianca mostraram o antes e o depois do procedimento, e ficaram positivamente surpresas com o resultado.

“Temos diversos tratamentos no Centro de Estética Vera Baldotto para redução de medidas e celulite, mas a lipoescultura gessada está entre os mais pedidos. Os resultados dependem do organismo de cada pessoa. Quanto mais sessões a pessoa fizer, mais rápido e melhor é o resultado. Porém, como qualquer outro tratamento, para obter o efeito máximo, é necessário fazer atividades físicas regularmente e manter uma alimentação balanceada”, contou Vera Baldotto.

Centro de Estética Vera Baldotto

Rua Brasília, 15, Itapuã, Vila Velha-ES

Tel: 27 3349-7999 / 27 99942-6014

 /esteticaverabaldotto

 @esteticaverabaldotto





Fotos: John Abe

Quer unhas perfeitas por mais tempo? Conheça as melhores técnicas!

As unhas alongadas através de métodos que utilizam gel ou acrílico caíram no gosto das mulheres por permitirem que elas se mantenham por mais tempo com o esmalte, sem precisar retocar. Mas o que muita gente não sabe é que é possível aderir a essa técnica sem precisar passar pelo processo de alongamento.

“Muitas mulheres não gostam das unhas mais compridas e acham que o gel é o alongamento. Na verdade, existem muitos usos para o gel, e é possível manter as unhas do tamanho natural”, explicou a empresária do ramo Vanessa Krohling, da Unhas Design.

Entre as muitas possibilidades do uso do gel está a esmaltação. O processo funciona de forma semelhante à esmaltação tradicional, mas é utilizada uma cabine de LED para secar o produto. “O esmalte em gel garante unhas perfeitas por até duas semanas, sem que o esmalte descasque ou desbote. Isso ajuda inclusive no crescimento”, destacou.

Já no processo de blindagem de diamante, as unhas ganham uma cobertura com materiais específicos

em gel, mas a esmaltação pode ser através dos esmaltes tradicionais. “Essa é uma ótima alternativa para as mulheres que já têm unhas longas, mas que estão fracas ou quebradiças. A blindagem favorece o crescimento natural. Mesmo com a esmaltação tradicional, o esmalte dura mais tempo e fica perfeito por duas semanas, em média”, completou.

Os dois procedimentos só podem ser feitos em salões e por profissionais especializados. O mesmo vale para a remoção do produto, que precisa ser feita de forma correta para não prejudicar as unhas. “Hoje nós temos muitas técnicas que podem ser ajustadas de acordo com o objetivo da cliente. Com a correria do dia a dia, a facilidade de manter as unhas perfeitas sem precisar ir ao salão toda semana é algo incrível”, finalizou.

Unhas Design

Unhas sem hora marcada – especializada em unhas tradicionais, esfoliações, spa relaxante, unhas em gel, fibra, blindagem de diamante e esmaltação em gel
Shopping Vila Velha-ES
Tel: 27 3533-2281 | 99843-4445
 @unhasdesign.es





Emagrecer começa pela cabeça: treine seu cérebro e seja mais saudável!

Emagrecer não é um processo que acontece apenas fisicamente, com a ajuda de uma alimentação saudável e da prática de exercícios. Para se alcançar o peso ideal e acabar de vez com o “efeito sanfona” é preciso reeducar também a mente.

O termo “Pense Magro” não existe à toa. Ao longo dos anos, todos nós fomos programados a associar a comida aos momentos de lazer e prazer. “Nós fazemos ligações entre os alimentos e as emoções.

Uma boa dica para identificar isso é utilizar um diário alimentar, onde você anota tudo o que come e em que situações come. Assim dá para perceber claramente o que te leva a sabotar a dieta”, comentou a coach de emagrecimento Cibelly Camena.

A especialista acrescentou que ter equilíbrio emocional é o segredo para manter a boa forma.

“É importante programar o cérebro para trocar o ‘não posso comer isso’ pelo ‘não quero comer isso’. Depois de fazer boas escolhas, o corpo responde com vigor e bem estar. Aí a mente deixa de interpretar essa mudança como algo negativo e passa a associá-la a algo muito bom”, explicou.

A boa notícia é que depois de algum tempo tudo fica mais fácil. “Além da melhoria na qualidade de vida, as conquistas na redução de medidas e perda de peso acabam contribuindo para associar a dieta a algo positivo, a um novo estilo de vida, a uma mudança definitiva”, explicou Patrícia Oliveira, que também é coach de emagrecimento.

Pensar positivo e parar de enxergar a dieta e os exercícios como algo ruim é o caminho ideal a ser seguido no processo de emagrecimento. “O nosso inconsciente tenta sabotar o regime porque ele é sempre associado a coisas negativas. Faça o contrário: associe esse processo de emagrecimento a coisas realmente boas, como ganhar mais saúde e ter mais disposição. Isso fará toda a diferença”, finalizou.

Emagrecentro

Rua Inácio Higino, 360

Praia da Costa, Vila Velha-ES

Tel: 27 3329-3301

  /emagrecentrovilavelha





Fotos: John Abe



Grifes internacionais e o que há de mais sofisticado na perfumaria mundial



“O objetivo para o ano de 2018 é incrementar ainda mais o mix das lojas com várias grifes e lançamentos da elite da perfumaria mundial para repassar o que há de melhor e mais sofisticado aos nossos clientes”, disse.

Um bom perfume é a ‘marca’ registrada de quem gosta de ter estilo próprio. Além disso, as fragrâncias precisam ter características específicas.

Com os negócios crescendo a cada dia, o empresário Heriberto Barbosa Júnior, à frente da Fragrance Import, implementou um mix de perfumes nas lojas para deixar os clientes ainda mais satisfeitos.

A Fragrance Import tem um ponto exclusivo de credenciamento pela Lancôme na loja da Praia da Costa, em Vila Velha, que é uma verdadeira viagem ao mundo do sentido olfativo. “Temos o que há de mais inovador na área, abrangendo inclusive a cosmética mundial”, ressalta.

Especializada em perfumaria, maquiagem e cuidados pessoais, a Fragrance Import é uma boutique que conquistou o público da Grande Vitória em seus quatro anos de atuação. Nas unidades, os apaixonados por produtos de qualidade contam com mais de 80 grifes internacionais, entre

elas algumas exclusivas como Martine Micallef, Asgharali, Dior, Hermes e Balenciaga.



Fragrance Import
Shopping Praia da Costa e
Shopping Vila Velha-ES
Tel: 27 3389-2399
f i /fragranceimport



Equipe integração: tratamento da saúde de forma global

Cuidar da saúde de forma integrada, com diagnóstico preciso e tratamento completo, é um grande desafio para os profissionais da área. A especialização cada vez mais comum faz com que muitos pacientes precisem passar por vários especialistas para tratar um problema que pode ser até simples.

Com a proposta de mudar esse cenário, a equipe Integração apresenta uma nova forma de enxergar a saúde. Composto pela estomatologista e cirurgiã bucomaxilofacial Thaiz Arrabal, o fisioterapeuta Francisco Brioschi e o personal trainer Diego Zanon, o grupo busca oferecer uma visão global da saúde ao paciente.

“A saúde sempre foi tratada de forma isolada. Tecnicamente, durante a

minha formação, eu aprendi a ser uma boa cirurgiã. Mas nem sempre esses resultados eram ideais, apesar de todos os meus esforços. Por isso decidi somar o meu trabalho com o de dois profissionais de outras áreas, que me permitem oferecer algo unificado e global aos pacientes”, comentou Thaiz.

O fisioterapeuta Francisco Brioschi acredita que, com o trabalho da equipe Integração, o paciente realmente pode contar com um atendimento diferenciado.

Já para Diego Zanon, personal trainer que completa o time, a mudança de comportamento é fundamental para que o paciente consiga alcançar os objetivos desejados. “Além da avaliação das medidas tradicionais, buscamos entender como cada um lida com

“Nós ouvimos o paciente para entendê-lo da melhor forma possível. Essa compreensão de todos os fatores que podem atuar no problema dele permite um tratamento mais ajustado e eficiente”, destacou.

o nível de motivação e bem estar durante a atividade física, para que ela não seja interrompida e a pessoa consiga alcançar os resultados. Há uma avaliação de outros tópicos, como qualidade do sono e nível de controle do estresse, por exemplo”.

Fotos: Studio Caffè

Dra Thaiz Arrabal

estomatologista e cirurgiã bucomaxilofacial

Especialista em cirurgia bucomaxilofacial com ênfase em ortognática, Thaiz Arrabal é apaixonada por essa área da odontologia que se resume em dar forma à face, reposicionando dentes e maxilares, por meio da ortodontia e cirurgias corretivas. O procedimento é seguro, não deixa nenhuma cicatriz, e acontece todo por dentro da boca. A cirurgia conta com tecnologia avançada, o que permite planejar cada caso de forma individualizada

para harmonizar anomalias da face, gerando resultados estéticos incríveis, e melhorar a qualidade de vida, pois corrige simultaneamente a função mastigatória, articular (ATM) e respiratória, como problemas de ronco e apneia obstrutiva do sono.

Recentemente, Thaiz lançou o canal no Youtube “Dra Thaiz Arrabal”, onde compartilha informações sobre saúde, bem estar e beleza facial.



Francisco Brioschi

fisioterapeuta

Com o objetivo maior de proporcionar o alívio da dor dos pacientes, o fisioterapeuta Francisco Brioschi, especialista em ortopedia funcional com Mestrado em Educação Física, oferece um tratamento completo, que inclui procedimentos diferenciados, como agulhamento a seco, método maitland, método

mulligan, quiropraxia, entre outros. Sua linha de atuação busca devolver todas as capacidades de vida diária e de trabalho aos pacientes, de forma mais segura, eficiente e rápida. O tratamento envolve a compreensão do paciente sobre tudo o que influencia sua dor, além de um processo de autoconhecimento.

Diego Zanon

personal trainer

A busca por aliar técnicas físicas e psicológicas para obter melhores resultados faz toda a diferença no trabalho de Diego Zanon. Bacharel em Educação Física e especialista em Fisiologia do Exercício e Prescrição para casos especiais, ele entende que sua atividade requer uma busca constante pela mudança de comportamento para alcançar os objetivos desejados pelos alunos. Diego também tem formação em Análise de Perfil Comportamental Disc e Profissional Coach pela SLAC. Essas especializações garantiram o

título de Personal Trainer do Ano em 2013, oferecido pela Sociedade Brasileira de Personal Trainers.

O trabalho com foco nos resultados - com um plano de ação que inclui exercícios físicos, hábitos saudáveis e desenvolvimento pessoal - promove mudanças concretas e definitivas entre os alunos. Recentemente, Thaiz lançou o canal no Youtube “Dra Thaiz Arrabal”, onde compartilha informações sobre saúde, bem estar e beleza facial.

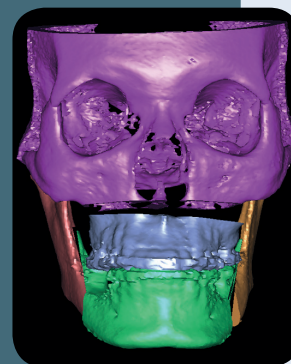
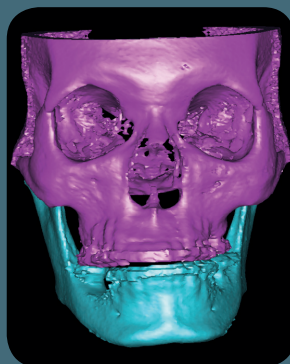
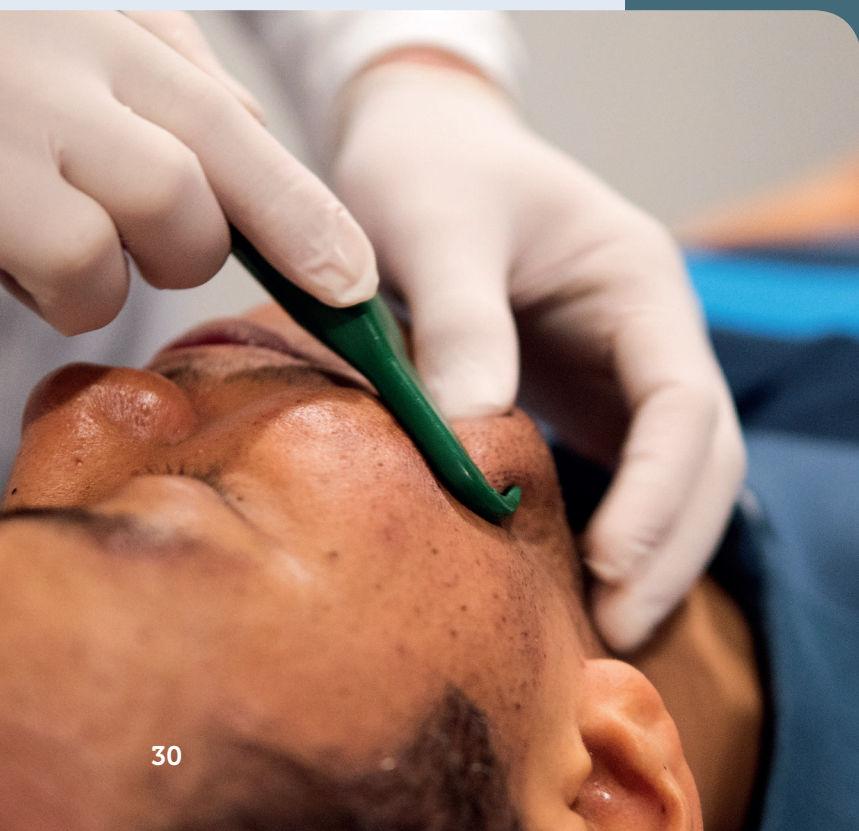




O paciente Fábio Sérgio Madureira procurou a equipe Integração com queixas da estética do sorriso e dificuldades para mastigar os alimentos. Ele apresentava uma deformidade dentária e esquelética na face, o que o deixava com queixo torto e mordida cruzada. Após passar pela cirurgia ortognática, ele conquistou um rosto mais harmônico e funcional. A recuperação com fisioterapia especializada foi fundamental para o resultado positivo e pela retomada rápida de todas as suas atividades sociais e profissionais.



“Para mim foi uma satisfação muito grande, um desejo realizado. Passar por todo esse tratamento foi uma conquista e agradeço à equipe por ter me proporcionado isso. Quando você está em boas mãos, dá para ficar tranquilo. E eu faço questão de falar sobre isso com as pessoas, até para fazer com que todos fiquem bem. Eu tinha inveja de quem possuía uma mordida correta, e hoje eu também tenho isso e adoro sorrir. Indico para todo mundo”.



Planejamento facial 3D

Todo planejamento é aprovado previamente pelo paciente.

Fiorella Gomes conquistou uma nova vida depois de conhecer a equipe Integração. Após passar muitos anos sofrendo com o efeito sanfona e com queixas de dores na cabeça, ela foi atendida e conquistou ótimos resultados. Além de fazer as pazes com o espelho, Fiorella adquiriu melhora postural, conforto e alívio das dores.

Depois



"Eu vivia de dieta e efeito sanfona. Passei por nutricionistas ótimas, mas minha cabeça não estava preparada para focar na reeducação alimentar. Não é questão de emagrecer pelos outros ou por algum objetivo específico. Nada disso. Tem que ser por você, pela sua saúde e qualidade de vida. Em outubro do ano passado, quando me dei conta do que estava acontecendo comigo, segui o conselho de uma amiga e procurei o treinamento físico. Sofria com péssima qualidade de alimentação e sono. O tratamento começou com o Diego Zanon, que treina não só o corpo, mas também a mente e promove mudança de hábitos. O tratamento com o Francisco e a Dra Thaiz Arrabal também colaborou muito com a melhora da minha dor cervical e facial".



DRA. THAIZ ARRABAL

Cirurgiã Bucomaxilofacial
Estomatologista

27 99766.5379

CRO-ES 3684



27 99312.0244

CREF 3013-G/ES



Francisco Brioschi
Fisioterapia Esportiva

27 99873.4560

CREFITO 167355-F



Fotos: Studio Caffè

Grupo Mulheres de Negócios comemora um ano com grandes conquistas

Um grupo que nasceu a partir de um desejo de conectar pessoas e hoje comemora um ano de muitas conquistas. O “Mulheres de Negócios” conta atualmente com 40 empresárias de vários ramos de atuação, que usam o networking para alavancar suas empresas e gerar oportunidades de novos negócios.

Elayne Borel, organizadora do grupo, conta que a ideia surgiu de uma inquietação profissional. “Eu recebia muitas ligações de pessoas que pediam contatos de fornecedores, dicas e informações. Então percebi que poderia ser interessante juntar todas essas pessoas para se conectarem. Como a minha relação com as mulheres é muito forte, reuni algumas delas para um

encontro no qual elas pudessem se conhecer e se conectar. A partir daí o grupo nasceu”, explicou.

Aos poucos, o “Mulheres de Negócios” tomou forma e ganhou uma formatação que busca oferecer soluções para as empresas de todas as participantes. Além dos encontros mensais, o grupo organiza workshops, palestras, ações sociais e eventos.

E o projeto não para por aí. A proposta é de estruturar o grupo para alcançar voos ainda maiores. “As possibilidades são infinitas. Minha missão é desbravar caminhos e trazer oportunidades de negócios para o grupo e para cada empresa participante, e não pouparei esforços para isso”, finalizou.



“A diversidade é sem dúvida a nossa maior riqueza. Temos um grupo que se ajuda mutuamente e contribui para o crescimento de todas, de forma individual e coletiva”, acrescentou Elayne.



“Nós já fizemos muitos negócios através do grupo, e não só de forma direta. É claro que existe um trabalho que pode ser feito por cada empresa e, através do grupo, todas têm a oportunidade de nos conhecer melhor. Também existem as indicações, que sempre acontecem. Mas o que nós achamos mais interessante são os negócios que são fechados de forma indireta. Nós já tivemos muitas oportunidades que surgiram porque fazemos parte do grupo ou conhecemos empresas através de outras participantes”

Débora Herzog e Andressa Santesi
Assertiva Comunicação Estratégica



“Estou muito honrada em fazer parte desse grupo e percebi que além de trocar experiências com mulheres incríveis, vou aprender muito!

Nossa vida é feita de muitos momentos, altos e baixos, e com o grupo nos damos as mãos, unimos força e impulsionamos umas as outras! Além de muito networking, negócios são criados, são formatados e isso movimenta nossas empresas!

Grandes parcerias são feitas e a gente gosta de ver o sucesso de cada uma! Somos 40 líderes de empresas dentro do grupo, e isso só dá certo porque temos uma líder nata no comando, que concilia e viabiliza as necessidades que surgem e faz esse grupo dar certo! Somos um bebê de um aninho, temos muito ainda pra crescer, e cresceremos! Ainda daremos muito o que falar!!!”

Mayka Schneider
Fatto Entretenimento, Vitrine Music Bar e Route's Burger



“Há um StudioCaffè Filmes antes e depois de fazer parte do grupo Mulheres de Negócios. Novas possibilidades surgiram e muitas portas foram abertas no segmento empresarial. Nossa demanda de trabalho, devido às indicações diretas e indiretas que acontecem dentro do grupo, aumentou exponencialmente. Com isso, hoje, temos um faturamento mensal algumas vezes maior que antes. O grupo propicia interações e conexões reais, além da troca de experiências que potencializam os negócios de todas as mulheres envolvidas. Sinto um enorme orgulho em fazer parte desse grupo formado por empresárias de sucesso, competentes e dispostas a fazer a diferença em nosso mercado”

Cacau Avelar
StudioCaffè Filmes



“Além de conhecer novas pessoas, acabamos falando do nosso negócio para um grande público, que não conhecia o nosso trabalho ou que não tinha tanto contato. Eu entrei no início e acompanhei esse crescimento. Apesar de não ter tanto tempo para me dedicar ao grupo, eu já colhi muitos frutos por fazer parte dele”

Luciana Guerra
Orquídea Café



“Estar presente desde a primeira reunião do ‘Mulheres de Negócios’ para mim é um privilégio. Acompanhar a ideia inicial de criação e hoje testemunhar o crescimento e amadurecimento como grupo é algo surpreendente. O encantamento das participantes vai muito além da variedade de segmentos que potencializa nosso alcance profissional. Está na mistura de beleza, ousadia, competência, habilidades, criatividade, coragem, determinação e muita ação! Parabéns, porque nós merecemos!”

Keila Motta
Endocrinologista



“O grupo fez parte de um momento muito especial na minha trajetória, quando realizei um sonho profissional. Sempre quis trabalhar no segmento de moda festa e foi através do Mulheres de Negócios que pude concretizar esse objetivo, depois de ter a oportunidade de conhecer a Paula Boulanger, que é uma referência nessa área aqui no Estado. Desde então muitas portas se abriram e eu sou muito grata por todas as conquistas que tive através do grupo”

Chris Trajano
Estilista



Festa com delícias da gastronomia e diversão garantida para a criançada

Espaço amplo, brinquedos modernos e buffet saboroso é tudo o que os pais buscam para comemorar as festas de aniversário dos pequenos. Afinal de contas, reunir a família e os amigos para celebrar a vida exige um momento muito especial.

Com uma área de 900 m², a Oficina de Festas conta com ambiente climatizado e confortável. O cerimonial surgiu em 1995, quando a empresária Patrícia Maia percebeu que faltavam locais que oferecessem diversão para as crianças e um bom espaço para os adultos. “Nós

temos muito carinho e cuidado com cada festa, com cada família. Isso faz toda a diferença”, explicou.

O cerimonial tem opções de pacotes completos para a festa, que são ideais para os pais que não têm tanto tempo para providenciar os detalhes do evento.

“Entendemos que uma boa festa precisa ter uma comida deliciosa, um espaço agradável e muitos brinquedos para os pequenos. As opções de pacotes que já incluem todos os serviços, como decoração e bolo, ajudam os pais durante os preparativos”, explicou a empresária Patrícia Maia.

O cardápio conta com verdadeiras delícias, que incluem opções assadas, finger foods, prato quente, mini-empratados, salgadinhos, bolo e bebidas. O festival de minis é uma atração à parte, com cachorro-



quente, hambúrguer, gelatina, pizza, açaí e churros. No menu infantil, delícias como algodão doce, docinhos, crepe, pipoca, batata frita, pão de queijo e picolé. Tudo para uma festa divertida e inesquecível!

Oficina de Festas

Rua Vinicius Torres, 300,
Praia da Costa, Vila Velha-ES
Tel: 27 3389-0099 | 98874-2419
cerimonialoficinadefestas
f /cerimonialoficinadefestas
i @oficinadefestasvv





Fotos: divulgação



Casa da Porta Amarela: hospedagem e locações com vista deslumbrante de Vitória

Um cantinho aconchegante e com vista deslumbrante da baía de Vitória. Como o nome já diz, a Casa da Porta Amarela é facilmente identificada na Ilha do Boi por sua porta amarela. Com um espaço incrível para hospedagem e locações, a área é uma oportunidade única de desfrutar

do conforto de uma casa que tem acesso ao mar e espaços exclusivos.

Proprietária da casa, Tereza Romero faz questão de cuidar de todos os detalhes para a estadia dos visitantes e hóspedes ser um momento inesquecível. “Eu sou arquiteta e apaixonada por essa casa. Como viajamos muito, tivemos a ideia de dividir esse espaço com outras pessoas”, destacou.

O espaço conta com píer, piscina com borda infinita para o mar, localização especial, área gourmet completa, spa para seis pessoas ao ar livre e bar molhado.

Além do projeto de hospedagem, no qual a casa é alugada para até dez pessoas, o espaço é disponibilizado para sessão de fotos, dia de noiva e noite de núpcias. “Temos muitas propostas de aluguel da casa. Todos os visitantes ficam encantados com as belezas naturais do nosso espaço e o conforto das nossas acomodações”, destacou ainda.



Casa da Porta Amarela

Rua Renato Nascimento Daher Carneiro,
350 - Ilha do Boi, Vitória-ES
Tel: 27 98117-2120

www.casadaportaamarela.com.br

[f /casaportaamarela](https://www.facebook.com/casaportaamarela)

[@casa_porta_amarela](https://www.instagram.com/casa_porta_amarela)





3534.4934

Rua Humberto Serrano, 415

loja Térreo, Itapoã, Vila Velha-ES

☎ 27 99630.4679

ESPAÇO DE BELEZA
WG WALLACE
GUIMARÃES



Fotos: divulgação

Você possui alguma alergia alimentar? Conheça uma fábrica para alérgico nenhum botar defeito!

Qualidade de vida, saúde e bem estar através de uma alimentação saudável para o dia a dia: esse é o principal objetivo da Tô Fit Alimentos Saudáveis.

A empresa, que tem um ano de mercado, produz snacks com misturas de sementes, oleaginosas, amendoim e frutas - ideais para quem precisa comer algo rápido e saudável em meio a uma rotina corrida -, além de pães e bolos sem glúten, sem leite, low carb, sem refinados, sem conservantes e aromatizantes, feitos com ingredientes frescos e orgânicos.

E, para manter o compromisso de oferecer ao público o que os alimentos estão naturalmente dispostos a entregar, a Tô Fit trabalha, diariamente, com o conceito de “responsabilidade alimentar”.

Segundo a empresária Ida Paula Gusmão de Oliveira, a fábrica onde são produzidos os snacks e os outros produtos passa por um

“Como nossos produtos são voltados para atender os celíacos e as pessoas alérgicas à proteína do leite da vaca, fazemos esse controle rigoroso na nossa cozinha. Não permitimos a entrada de nenhum alimento que contenha glúten ou lactose para que não haja o risco de contaminação”, explica.

rigoroso controle para evitar a entrada de alimentos que possam contaminar a matéria-prima.

Ainda seguindo o conceito de responsabilidade alimentar da empresa, os produtos da Tô Fit não levam espessantes e corantes em sua composição, o que preserva as características naturais de todos os ingredientes. O resultado são snacks, bolos e pães com excelente aroma, textura natural, cor exuberante e sabor especial. “Mais do que produzir alimentos saborosos, temos o compromisso de manter um rigoroso controle de qualidade, que garante a tranquilidade aos nossos clientes que possuem restrições alimentares”, completou.

TÔ FIT - Alimentos Saudáveis

contato@tofitsaudavel.com

www.tofitsaudavel.com

[@tofitsaudavel](https://www.instagram.com/tofitsaudavel)



Fotos: divulgação

Enjoy Fit Food: quando a dieta é saborosa e saudável!

Muito se fala em dieta low carb e os benefícios que essa redução da quantidade de carboidratos na alimentação pode trazer à saúde, como o emagrecimento saudável.

O método consiste em cortar ou reduzir ao máximo o consumo de alimentos como arroz, macarrão, pão e outros itens à base de farinha branca e açúcar refinado. Ao mesmo

tempo, a dieta prioriza o consumo dos carboidratos de baixo índice glicêmico, ou seja, aqueles que têm a glicose que é absorvida em uma velocidade mais lenta pelo organismo, evitando assim os picos de insulina e o acúmulo de gordura.

Mas engana-se quem pensa que aderir à dieta low carb significa deixar de lado o sabor dos alimentos. A Enjoy Fit Food propõe exatamente o contrário disso: uma alimentação saudável, prática e, acima de tudo, saborosa.

“São alimentos considerados promotores de saúde, que podem estar associados à diminuição dos riscos de algumas doenças. Alguns exemplos são a soja e seus derivados, cereais integrais, tomate, uva, couve-flor, brócolis, linhaça e hortaliças com talo”, afirma.

Segundo a chef e empresária Karla Cypreste, o conceito da empresa é um buffet fit que prioriza uma experiência única em sabor e saúde. “Trabalhamos com opções fit, como low carb e zero lactose, sempre feitas com ingredientes selecionados e frescos”, explica.

A empresa também trabalha com alimentos funcionais. A chef explica que, além das funções nutricionais básicas, esses alimentos produzem efeitos metabólicos e fisiológicos, além de muitos benefícios à saúde.

Entre as opções do cardápio da Enjoy Fit Food estão os doces, como o cookie low carb, a pipoca gourmet orgânica com calda de mascavo e a torta de limão. No cardápio salgado estão a quiche de alho poró low carb, o pão de queijo funcional e a espaguete de abobrinha e cenoura ao molho bolonhesa. A empresa também trabalha com sucos totalmente naturais, sem adição de corantes e açúcar, salada de frutas e outros finger foods saudáveis.

Enjoy Fit Food

Tel: 27 99870-1108

@enjoyfitfood_buffet





Fotos: John Abe

Empresa capixaba oferece o que há de mais requintado na área de marcenaria

Uma das atividades mais antigas do mundo se mostra fundamental nos dias atuais quando o assunto é decoração e design de ambientes. A marcenaria é capaz de transformar peças brutas em objetos e quando aplicada aos ambientes domésticos e comerciais pode proporcionar beleza, funcionalidade e soluções que se integram aos mais variados espaços e estilos.

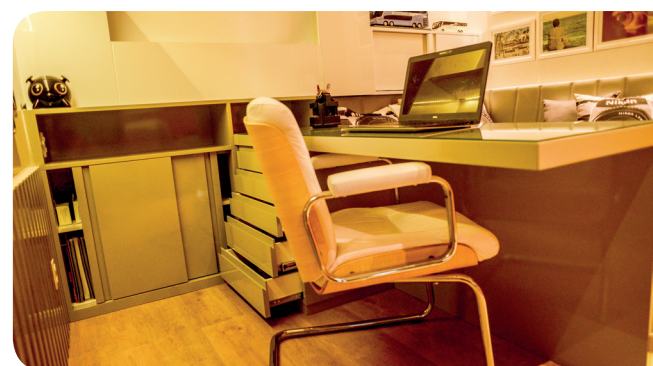


A Nicola Marcenaria & Design, atua no mercado desde 1998, e aposta em um trabalho criativo e inventivo, resgatando técnicas que maximizam o uso de materiais renováveis e o prolongamento da vida útil dos produtos.

A empresa tem o compromisso de produzir mobiliário com design e estilo para ambientes cuja necessidade de aproveitamento do espaço possa ser aliada à funcionalidade do móvel, com beleza e simplicidade.

As arquitetas Juliana Beltrão e Carol Gumieri entendem bem disso. Parceiras da empresa Nicola Marcenaria & Design, as sócias desenvolveram um projeto, em Vitória, de hall de entrada da área de lazer. Pensando em compor com os elementos já existentes no ambiente, a porta na cor azul royal que se contrapõem com os painéis neutros preto e branco, dá personalidade ao projeto.

Outra parceira da empresa é a arquiteta Livia Pschera. Ela planejou um quarto funcional para um jovem estudante de Publicidade e Propaganda. No ambiente optou por



um local moderno e aconchegante, para isso usou paleta de cores no tom de cinza e muita funcionalidade.

O trabalho de transformar madeira em um objeto útil ou decorativo é extremamente versátil e pode ser aplicado em todos os espaços, tanto em áreas internas quanto externas. “Por conta dos espaços cada vez menores, é fundamental o uso desse recurso. Principalmente para quem quer uma customização, pois encontra na marcenaria a possibilidade de um móvel ser feito sob medida”, ressalta Antônio Nicola.

Nicola Marcenaria & Design

Rua Álvaro Pedro Miranda, 08, Térreo
Campo Grande, Cariacica-ES
Tel: 27 3343-0750 / 99811-2545

[f /nicola.marcenaria](https://www.facebook.com/nicola.marcenaria)

[@antonio.nicola](https://www.instagram.com/antonio.nicola)

nicolamarcenaria.com.br



Fotos: divulgação

Do nome ao coração: Ane Zorzanelli se dedica às joias



"A designer que deu o próprio nome a marca de sua autoria, está em um espaço novo, recém-inaugurado na Praia do Canto"

Se o segredo para o sucesso é trabalhar com aquilo que se gosta, a designer de joias Ane Zorzanelli está no caminho certo. Ela acaba de se mudar do antigo ateliê, onde tudo começou, para uma loja de 140m². A mudança veio para facilitar o contato entre ela e as clientes.

Como boa anfitriã que é, Ane fez questão de ter um ambiente aconchegante onde pudesse sentar para conversar e tomar um café. Algo que lembrasse a sua casa. "O que é mais precioso no meu trabalho são os amigos que faço, por isso fiz questão de fazer um espaço para recebe-los", conta.

História

Apaixonada pelo que faz, ela iniciou a carreira desenhando peças para si, em 2011. E rapidamente conquistou a admiração das amigas, que se tornaram as suas primeiras clientes. Autodidata, ela gostava de acompanhar a produção das joias, e

quando viu, já estava envolvida nesse universo. Em 2013, recebeu um

convite para expor sua coleção especial no evento Casa Cor ES do mesmo ano. Desde então, ela percebeu que podia ser reconhecida pelo seu trabalho.

Coleção

Em média, quatro coleções são lançadas por ano, mas semanalmente chegam novidades na loja. Entre elas está a Resort, uma linha ilimitada e atemporal, que ganha novas peças ao decorrer do ano. A designer integra as matérias primas de acordo com as estações. Próximo ao verão, ela recorre às pérolas brancas, barroca, gemas como a turquesa e o coral.

Ane Zorzanelli

Rua Aleixo Netto, 980,
Ed. Picadilly, loja 1, Praia do Canto
Tel.: (27) 3090-5640
www.anezorzanelli.com.br
f /anezorzanelli



Faça você mesmo: três dicas para você não gastar muito com a festa!

Comemorar o aniversário, o noivado ou o casamento faz parte dos planos da maioria das pessoas. Mas na hora de colocar tudo na ponta do lápis, o orçamento pesa e os projetos não saem do papel.

Uma dica para quem não abre mão da festa, mas está com as contas apertadas é economizar com os

convites e a música, por exemplo. No caso do convite, a versão online está sendo cada vez mais usada. Já para a música, um amigo DJ ou uma boa playlist resolvem o problema em caso de comemorações de menor porte.

Outra opção é poupar na decoração, usando a tendência do “Faça você Mesmo”. Segundo a decoradora e empresária Beatriz Alvarenga, essa proposta está em alta, especialmente para as festas mais intimistas.

“Quem possui talento manual pode aproveitar o momento para produzir os próprios arranjos florais e lembranças, por exemplo. Mas uma boa dica é ir a uma loja de aluguel de objetos de decoração e alugar as peças”.

Em sua loja localizada em Vila Velha, a empresária inclusive sugere a melhor opção de montagem do espaço e o cliente



pode produzir fotos. “Faço uma composição de mesa e decoração que atenda aos objetivos do

cliente, utilizando as peças para aluguel. Aí basta o cliente reproduzir essa proposta no local da festa. Essa proposta é ideal para festas menores, em que o cliente quer apenas uma mesa ou algum artigos de decoração”, destacou.

Beatriz Alvarenga

Decoração e aluguel de peças para eventos

Tel: 27 99731-1434 | 27 99824-7788

 @beatrizalvarengaa

Foto: John Abe





@carmensteffens

CarmenSteffensOnline

Carmen Steffens

CALÇADOS, ROUPAS E ACESSÓRIOS

A loja toda em até **10x sem juros**, com parcela mínima de R\$ 99,90

SHOPPING VITÓRIA

ARUBA BUENOS AIRES CANCÚN CANNES MIAMI MONTERREY PUNTA DEL ESTE RIO DE JANEIRO SANTIAGO SÃO PAULO

560 LOJAS - 19 PAÍSES

Nó de Gravata!

Aconteceu no último dia 30 de julho, o coquetel de apresentação do novo cenário do Programa Nó de Gravata, comandado pelo jornalista **Gabriel Gomes**, na Rede TV! Idealizado pelas arquitetas **Natália e Letícia Costalonga**, o ambiente está montado na loja Conceito Sier, de Vitória. Foram cerca de 30 convidados, entre eles, patrocinadores e amigos, que conferiram de perto o espaço, que a partir de agora, é a nova cara do programa.



Gabriel Gomes



Anderson Andrade e Di Fassarella

Foto: Marcio Guimarães / All Live



Idade Nova

A Digital Influencer **Lícia Tovar** reuniu amigos e familiares na área vip do Vitrine Music Bar para comemorar nova idade. A animação ficou por contato do cantor Jackson Lima.

Noivas Club

A empresária **Tereza Romero** lança seu mais novo projeto e já está movimentando o mercado de matrimônios. É o Clube de Vantagens “Noivas Club”, que beneficia noivas e empresários do segmento de casamentos. Na foto, **Tereza** com **Hugo Rodrigues**, diretor geral da WelcomeGroup, empresa gerenciadora do projeto.



Tereza Romero e Hugo Rodrigues



2 anos de sucesso!

A empresária **Carla Moulin** comemorou dois anos de sucesso de sua loja de cosméticos, Paris 198. Localizada na Praia da Costa, a loja conta com um mix dos melhores produtos de beleza no mercado. Durante o coquetel foram apresentados, em forma de degustação, os sabonetes artesanais italianos Nesti Dante. A marca ainda realizou um pré-lançamento das novas fragrâncias que em breve estarão à venda. O buffet foi assinado por **Patrícia Maia** e a música ficou a cargo do DJ **Phill Fernandes**.



Foto: Camila Baptistin

SAVE THE DATE

Boa notícia para os amantes de gastronomia capixabas. A segunda edição de 2018 da ES Restaurant Week já tem data confirmada. O festival vai acontecer de 14 de setembro a 7 de outubro com o tema “Menus de Sucesso”. A proposta é que os chefs revisitem os cardápios mais bem sucedidos durante suas participações na ESRW, enquanto que os restaurantes estreantes possam trazer os pratos que mais fazem sucesso na casa.



30 anos Bargain

As empresárias e irmãs **Raquel e Vanuza Melo** comemoram os 30 anos da multimas de acessórios Bargain. A loja da Praia do Canto depois de passar por reforma, comandada por **Georgia Mendonça**, reabre com coquetel especial. Elas convidaram a designer capixaba radicada em São Paulo, **Raissa Saidler**, para criar uma estampa exclusiva com as cores da nova loja e ícones capixabas como o Convento da Penha e os colibris. O print será aplicado em lenços que serão expostos no dia do evento.

Foto: Marco Guimarães / All Live



Fabiana Fabris, Michele Trevisane e Angelo Piana
na inauguração da Le Chocolatier no novo aeroporto de Vitória

Josimara Damasceno
em noite
animada de
sertanejo no
Wood's.



Foto: Herlon Ribeiro



Felipe Loureiro em
visita à Tallin, na Estônia.



Thais Hilal e Maurício Parra
bate-papo sobre arte na OÁ Galeria.

Foto: Patrícia Sales

Villa Fiore abre loja na Praia do Canto

Depois de estreiar no Vitória Moda com desfile da coleção primavera-verão 2019 intitulada "Memórias", a grife capixaba de moda feminina Villa Fiore, das empresárias **Bebel Lobo** e **Natália Aliani**, resolve dar um novo passo nos negócios. As duas inauguraram recentemente loja nova na Praia do Canto. Desejamos muito sucesso!



O MELHOR LUGAR PARA
FESTA DE ANIVERSÁRIO
QUE VOCÊ RESPEITA!

Take Kids

☎ 27 3339 8768 (VILA VELHA)
27 3345 2760 (VITÓRIA)

f TAKE KIDS

✉ ATENDIMENTO@TAKEKIDS.COM.BR

CADA PACIENTE É

único



SOLUÇÕES CIRÚRGICAS E NÃO CIRÚRGICAS PARA A SUA FACE

- Cirurgia facial
- Ronco e apneia do sono
- Fisioterapia especializada
- Harmonização facial
- Queixo grande/curto
- Dor na face / ATM
- Estética avançada
- Implantes



☎ 27 3019.8339
☎ 27 99766.5379

📍 Rua Joaquim Lírio · 437
Praia do Canto · Vitória · ES
www.thaizarrabal.com.br

f i y /drathaizarrabal



DRA. THAIZ ARRABAL
Cirurgiã Bucomaxilofacial
Estomatologista
CRO-ES 3684