

Revista Digital

# Cenários

[www.cenariominas.com.br](http://www.cenariominas.com.br)



# 2025 Carnaval

AGENDA DE SHOWS  
INTERNACIONAIS QUE ESTÃO  
CONFIRMADOS PARA  
2025 NO BRASIL

BIENAL DO LIVRO  
SE ESPALHA PELO  
PAÍS EM 2025

O QUE VOCÊ PRECISA  
SABER ANTES DE COMPRAR  
UM BOM VINHO



# CENÁRIOS | EDIÇÃO 70 | JANEIRO/FEVEREIRO 2025

## DIRETOR-GERAL

Geraldo Félix de Almeida Júnior

## Editores Colaboradores

Luiz Borja  
Renato Simão

## Revisão

Geraldo Félix de Almeida Júnior  
Luiz Borja

## Mídias

Luiz Borja

## Cobertura Rio de Janeiro

Luciana Moraes  
Mônica Figueira

## Colunistas

Aline Maciel - MG  
Ana Meireles - MG  
Arthur Braga - PA  
Claudia Toniazzi - SC  
Cida Cândido - SP  
Glaucia Carraro - SP  
Kica de Castro - SP  
Kitnet - PA  
Maria Pericás - RJ  
Priscila Silvestre - SP  
Priscila Mendis - MG  
Robhson Abreu - MG  
Sérgio Steiner - BA  
Simone Assunção - MG

## Colaborador e Coordenador Político

Helberth S. Neves

## Capa

Luiz Borja

## REDAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO

Av. Prof. Cândido de Holanda, 70/405  
São Bento | BH | MG | Cep: 30.350-340

Instagram: @cenariominas  
Facebook: @cenariominas  
LinkedIn: Portal Cenário Minas  
Youtube: Cenário Minas

Telefone: +55 (31) 99126-5236  
+55 (31) 99219-6202

E-mail.: cenarionegocios@gmail.com  
www.cenariominas.com.br

Os textos publicados não refletem necessariamente a opinião da CENÁRIOS

A CENÁRIOS é um meio de convergência de ideias e está aberta para receber as mais diversas vertentes. As opiniões contidas nesta publicação são de exclusiva responsabilidade de seus autores. A CENÁRIOS, também não se responsabiliza pelo uso de suas informações no portal e revista. As fotos das matérias são enviadas por assessorias e ou divulgação, sempre com o crédito informado.



CENÁRIO

[cenariominas.com.br](http://cenariominas.com.br)

# COM PUBLICIDADE RESPONSÁVEL NÃO SE BRINCA.

Nas plataformas digitais, o que é publicidade por influenciador para o Conselho de Autorregulamentação Publicitária (Conar)?



Apoio:

Revista Digital  
**Cenários**

# índice

- 05 • Direitos dos pacientes com Transtorno do Espectro de Autismo
- 06 • Tratamentos estéticos
- 07 • O mito sobre os tipos de pele
- 08 • Cinco dicas fundamentais para se vestir bem sem precisar investir
- 09 • Mercado Imobiliário
- 18 • Coco bambu
- 26 • Mitos do café
- 30 • Vinho do tejo



# OS DIREITOS DOS PACIENTES COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DE AUTISMO E OS PLANOS DE SAÚDE.

A Política Nacional de Proteção dos direitos da pessoa com Transtorno do Espectro de autista, trouxe não somente conceitos, mas, trouxe um alívio, para as pessoas com TEA. Embora as causas do TEA ainda não foram devidamente esclarecidas, mas, pesquisadores já encontrou estudos em predisposição genética e o meio ambiente.

Assim, dentre os direitos assegurados pela Política Nacional de Proteção dos direitos da pessoa com TEA, consta o direito de extensão da cobertura de plano de saúde, conforme Resolução Normativa nº465/2021. Ou seja desde atendimentos de urgência emergência, ambulatorial e hospitalar, consultas e exames patológicos, até tratamento específicos para o paciente com TEA, como cobertura de tratamento multidisciplinar, com fonoaudiólogo, psicopedagoga, psicóloga, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta, método de Análise Aplicada do Comportamento-ABA e neurologista a depender do grau do TEA.

Portanto, caso algum de plano de saúde negue cobertura a algum tratamento, ou limite sessões de terapia, tal fato é considerado abusivo, pelo nosso ordenamento brasileiro, uma vez que não cabe as operadoras avaliar a necessidade da realização do tratamento.



Referências:

**Lei dos planos de saúde (lei 9656/98):**

[www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9656compilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9656compilado.htm)

**Código de defesa do consumidor:**

[www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8078compilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8078compilado.htm)

**Lei 12.764/2012- Institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista**

[www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm)

**Fonte**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScSRbjoc2VA1jfC7ZdFVcdQglSxpvfUoFl8oWBgCVp-OjaQ/viewform>



# TRATAMENTOS ESTÉTICOS: QUAIS POSSUEM COBERTURA OBRIGATÓRIA DOS PLANOS DE SAÚDE

Quem dera se todos os procedimentos de saúde, pudessem ser cobertos pelas operadoras de planos de saúde. O artigo 10 da lei 9.656/98, em síntese procedimentos de emagrecimento ou tratamento de rejuvenescimento, por exemplo. É importante que os beneficiários e consumidores saibam que nem todos os procedimentos de saúde, de fato possuem cobertura obrigatória pelas operadoras de plano de saúde, são os procedimentos meramente estéticos.

Todavia, existe alguns procedimentos que, inicialmente poderiam ser meramente estéticos, mas é crucial para o tratamento de algum problema de saúde, como o paciente diagnosticado com a obesidade mórbida, e de acordo como o laudo médico, no qual descreve o risco, necessita de realização de cirurgia bariátrica com urgência. Neste caso a operadora de planos de saúde é obrigada a cobrir o procedimento cirúrgico.



Outro caso que aparenta ser meramente estético, mas , não é, consiste no caso de paciente que, devido as suas mamas serem muito grandes, estavam causando dores nos ombros e costas, o médico especialista constatou a necessidade da cirurgia de redução de mama, também detalhando no pedido, o risco e dores que a paciente estava se submetendo a meses.

Estes pacientes acima exemplificados, caso os seus pedidos de cobertura pelas operadoras de planos de saúde sejam negados, poderão procurar o Poder Judiciário, para obter a autorização.

Dessa forma, é muito importante conscientizar os consumidores, a fim de se evitar judicializações desnecessárias, quais procedimentos são meramente estéticos e quais não são.



# O MITO SOBRE OS TIPOS DE PELE

“Você sabe qual é o seu tipo de pele?”

**A minha pele é mista.”**

Quem nunca ouviu uma pergunta assim e uma resposta dessas?

A verdade é que as pessoas acreditam existir 4 tipos de pele apenas: seca, normal, mista e oleosa. Sendo que muitas pessoas se reconhecem na pele mista. O fato é que existem 16 tipos de pele e todas as peles são mistas. E vou te explicar melhor.

Primeiro você precisa entender que o rosto humano é rico em detalhes e complexo em suas estruturas. Você pode perceber algumas coisas ao observar ou ao tocar. Perceba como a textura da pele ao redor dos olhos é mais fina e delicada se comparada com as maçãs do rosto. Perceba como a famosa zona “T” (região que corresponde a parte central do rosto, testa, nariz e queixo) costuma ser mais oleosa que as bochechas. Já percebeu que independente da pessoa julgar sua pele oleosa ou normal os lábios ressecam e até racham e sangram algumas vezes ou nos períodos mais frios do ano?

Essas diferenças de estruturas ocorrem por causa da quantidade de poros que cada uma dessas regiões possuem. E quanto mais poros uma região possui mais espessa será a textura da pele e também maior será a tendência de produzir mais ceramidas, deixando a região mais oleosa. Com isso você pode concluir que toda pele é mista, porque todas as peles terão esse padrão de diferentes espessuras por regiões.

Quando falamos de oleosidade podemos encontrar a variação oleosa e não oleosa (seca). Mas essa não é a única variável. A pele pode estar hidratada ou desidratada. Algumas pessoas acreditam que pele oleosa é sinônimo de pele hidratada. Esse é outro mito. Para simplificar sebo é gordura e hidratação é água. Uma pele oleosa pode estar desidratada se não receber a devida hidratação, contudo é necessário entender que certos hidratantes de fato deixam a pele mais oleosa. Para saber como hidratar corretamente sua pele me chame nas redes sociais para receber a correta orientação. A pele hidratada é mais resistente e não sensível ao passo que uma pele desidratada é mais sensível e reativa, geralmente tem mais reações alérgicas, irritativas, fica vermelha com mais facilidade, pode apresentar descamação, entre outras disfunções.



Até aqui podemos concluir que a pele pode ser: seca sensível, seca não sensível, oleosa sensível e oleosa não sensível. Eis que temos aqui 4 tipos de variações.

Outra variável da pele é a pigmentação. Não vou falar profundamente dos fototipos de pele, apenas que fototipo está ligado às tonalidades de cores da pele. Simplificando temos as peles que são mais pigmentadas e mais reativas, que mancham com mais facilidade, chamaremos de pigmentadas e as que não pigmentam com facilidade, não pigmentadas.

Olha o que acontece agora com as variações de pele:seca sensível pigmentada, seca sensível não pigmentada, seca não sensível e pigmentada, seca não sensível e não pigmentada, oleosa sensível pigmentada, oleosa sensível e não pigmentada, oleosa não sensível e pigmentada e oleosa não sensível e não pigmentada. Até aqui 8 variações.

E a última variação o estado da firmeza da pele. Ela está firme ou flácida? Uma pele flácida vai apresentar mais linhas de expressão ou até rugas mais profundas. Vai depender do grau de flacidez. Em outra oportunidade falarei sobre esse tema. Vamos ver como ficamos agora:

- *seca sensível pigmentada flácida*
- *seca sensível pigmentada firme*
- *seca sensível não pigmentada flácida*
- *seca sensível não pigmentada firme*
- *seca não sensível pigmentada flácida*
- *seca não sensível pigmentada firme*
- *seca não sensível não pigmentada flácida*
- *seca não sensível não pigmentada firme*
- *oleosa sensível pigmentada flácida*
- *oleosa sensível pigmentada firme*
- *oleosa sensível não pigmentada flácida*
- *oleosa sensível não pigmentada firme*
- *oleosa não sensível pigmentada flácida*
- *oleosa não sensível pigmentada firme*
- *oleosa não sensível não pigmentada flácida*
- *oleosa não sensível não pigmentada firme*

Eita... deu um nó aí também? Kkk

Como falei, o rosto é rico em detalhes e ainda nem falamos dos detalhes das estruturas presentes na pele. Mas isso é assunto para outra conversa. Para saber como cuidar bem da sua pele atendendo as necessidades específicas dela e dentro da tua rotina entre em contato comigo pelo Instagram e ganhe um atendimento personalizado. Até breve.



# CINCO DICAS FUNDAMENTAIS PARA SE VESTIR BEM SEM PRECISAR INVESTIR MUITO RECURSO FINANCEIRO

Cinco dicas fundamentais para se vestir bem sem precisar investir muito recurso financeiro.

Para quem acha que se vestir bem é sinônimo de ter sempre roupas novas e investir muito dinheiro, está na hora de mudar esse pensamento.

Se vestir bem não precisa ser sinônimo de gastar uma fortuna em roupas. Com as dicas certas, é **possível montar looks incríveis sem precisar abrir mão da qualidade, conforto ou do estilo.**

Afinal, quem não gosta de estar elegante, com a imagem pessoal impecável e ainda investir apenas o necessário? Se você quer se vestir melhor, confira essas dicas da Andrea Furco que estão no blog Passaporte Fashionista:

## 1. Apostar em peças básicas:

**Essas peças são a base de um guarda-roupa versátil** e econômico. Investir em camisetas, calças jeans, camisas, calça alfaiataria e vestidos simples é uma ótima maneira de montar looks despojados e elegantes sem precisar gastar muito.

Mas, apesar de serem peças básicas, é importante observar as cores delas. Se quer um guarda-roupa mais clássico, fique com as cores neutras, para aumentar as combinações possíveis.

## 2. Comprar em brechós e saldos:

Muitas pessoas têm preconceitos com roupas de segunda mão, compradas em brechós. Mas, basta saber escolher bons estabelecimentos que é possível garimpar ótimas peças para compor o seu guarda-roupa.

Assim como os brechós, os saldos e liquidações também são excelentes opções para comprar peças novas, com valores menores. **Uma boa dica é comprar peças clássicas e atemporais, que não saem de moda e podem ser usadas por várias estações.**



## 3. Acessórios que fazem a diferença:

Todos sabemos que um look básico pode ser transformado com o uso de acessórios. Dependendo do que se usa, é possível criar uma imagem mais elegante, ou mais criativa, por exemplo.

Mas, a grande vantagem aqui é que de forma geral, os acessórios podem ser mais econômicos do que as roupas. E isso nos permite investir neles, para criar produções diferentes, utilizando as mesmas peças de roupa.

## 4. Escolher peças de qualidade:

Investir em peças de qualidade pode parecer mais caro a princípio, mas a longo prazo é uma economia. **Peças bem feitas e com materiais duráveis tem melhor custo benefício.**

Isso significa que você não precisará substituí-las com tanta frequência, o que contribui também com o conceito de moda sustentável. Além disso, peças de qualidade têm um caimento melhor e podem deixar o look mais elegante.

## 5. Ser criativo:

Por fim, e não menos importante, não tenha medo de ser criativo na hora de se vestir. Experimente novas combinações, ouse nas cores e estampas.

Mas, lembre-se sempre de ser fiel ao seu estilo e imagem pessoal. **Vestir-se bem não precisa ser caro, basta ter um pouco de criatividade e saber escolher as peças mais adequadas para as suas características físicas.**

"Meu **investimento** em vestuário e pensando em conforto, qualidade e elegância". Ariete Angotti - modelo com nanismo - make de André Lima

"Não penso em tendência de moda, penso no meu estilo" - Giovanni Venturini - ator





# COMO ASSEGURAR SEU CAPITAL SEM DEPENDER DE FATORES GOVERNAMENTAIS



Pensar no futuro financeiro é mais do que necessário. É essencial para garantir segurança e qualidade de vida. Contar apenas com sistemas governamentais de previdência pode ser perigoso. Com mudanças constantes nas regras e a crescente insegurança nesses modelos, buscar alternativas confiáveis para proteger o patrimônio é uma decisão inteligente.

O mercado imobiliário, especificamente no litoral norte de Santa Catarina, é uma das melhores formas de assegurar seu capital. Regiões como Balneário Camboriú, Itapema, Porto Belo e Praia Brava se destacam por seu altíssimo potencial de valorização. A Praia Brava, em particular, tem ganhado destaque como um local exclusivo, com infraestrutura moderna e cercado por belezas naturais, atraindo tanto turistas quanto investidores de alto padrão.

Adquirir um imóvel nessas localidades não só protege seu dinheiro contra a inflação, mas também permite gerar uma renda lucrativa. Seja com aluguéis anuais ou por temporada, um imóvel bem localizado pode ser uma fonte de renda excelente, ajudando você a construir uma aposentadoria livre de preocupações.

Enquanto os sistemas previdenciários enfrentam instabilidades, investir no mercado imobiliário oferece segurança, valorização e estabilidade financeira. O tempo tem mostrado que imóveis nessas regiões têm mostrado uma valorização contínua, protegendo seu poder de compra e aumentando seu patrimônio.

Investir no litoral norte de SC, especialmente em áreas como a Itapema, não é apenas uma estratégia financeira, é uma garantia que sua aposentadoria seja segura e com qualidade de vida.



# O PRIMEIRO ENERGÉTICO SABOR CHAMPANHE DO MUNDO



Consolidando a Baly como **referência em inovação** no mercado brasileiro de bebidas, lançamos o primeiro energético sabor champanhe, uma opção leve e refrescante, que veio para atender quem deseja celebrar sem consumir álcool. O Baly Champanhe nasceu do desejo em **celebrar as conquistas**, inclusive, a conquista de nos tornarmos a maior marca brasileira de energéticos, ao lado de nossos clientes.

# CULINÁRIA FUNCIONAL PARA SAÚDE MENTAL: COMO OS ALIMENTOS PODEM MELHORAR O HUMOR

O que você coloca no prato pode influenciar não só sua saúde física, mas também seu bem-estar mental. Como chef de culinária funcional, meu propósito é ajudar você a fazer conexões verdadeiras com alimentos saudáveis, promovendo mais saúde e bem-estar na sua rotina. A culinária funcional vai além de nutrir o corpo; ela ajuda a equilibrar emoções, melhorar o foco e aumentar a sensação de bem-estar. A conexão entre o que comemos e nossa saúde mental está mais presente do que imaginamos.

Nosso cérebro depende de nutrientes para funcionar bem. Alimentos ricos em vitaminas, minerais e gorduras saudáveis são essenciais para a produção de neurotransmissores, como serotonina e dopamina, que afetam diretamente o humor. Uma alimentação balanceada pode reduzir estresse, melhorar o sono e até prevenir depressão e ansiedade. Por outro lado, dietas ricas em açúcar e alimentos processados podem agravar sentimentos de cansaço e irritação.

Aqui estão alguns dos melhores alimentos para melhorar o humor:  
**Frutas Vermelhas:** Morangos, amoras e mirtilos são antioxidantes potentes que protegem as células cerebrais e ajudam a aumentar a produção de dopamina, neurotransmissor ligado ao prazer.

**Nozes e Sementes:** Castanhas e sementes de chia são ricas em ômega-3 e magnésio, que promovem tranquilidade e relaxamento.

**Cacau:** Presente no chocolate amargo, o cacau puro é um estimulante natural de serotonina, que regula o humor.

**Grãos Integrais:** Alimentos como quinoa e aveia liberam glicose lentamente no sangue, garantindo energia constante e prevenindo picos de ansiedade.

**Folhas Verdes:** Espinafre e couve são ricos em vitaminas do complexo B, que ajudam a combater sintomas de depressão e melhorar o humor.



**Peixes Gordurosos:** Salmão e sardinha são ricos em ômega-3, que fortalece as conexões cerebrais e combate a inflamação, reduzindo sintomas de ansiedade e depressão.

A relação entre alimentação e saúde mental é clara. Incorporar alimentos funcionais ao seu dia a dia pode melhorar tanto seu bem-estar físico quanto emocional. Cuidar da mente começa pelo que colocamos no prato!

Débora Barbosa Chef Culinária Funcional  
@revolucaodasgostosas



31 99643.5291 

comercial@i5marketing.com.br



GESTÃO INTELIGENTE EM

# Marketing por Geolocalização

Saiba como iremos ajudar a sua empresa a alcançar resultados reais de **posicionamento** e **localização**.

Bem como aumento nos **leads** e nas **vendas**.

Atinja os clientes certos, no momento e na hora certa.



fale conosco



Av. João Pinheiro, 274  
1º andar | Lourdes | BH/MG

www.i5marketing.com.br

Fone: 31 2533-1470

# CASES DE SUCESSO

O objetivo principal da i5 Marketing é que você tenha uma marca forte, bem posicionada nos sites de busca e que seja capaz de impactar, positivamente, sua audiência.

**Conheça alguns, dos vários, cases de sucesso que conquistamos.**



Melhoramos as avaliações, tempo de resposta e, conseqüentemente, o seu posicionamento orgânico no Google com, apenas, 6 meses.



Sua avaliação era nota 2,3. Após 5 meses de contrato, conseguimos melhorar as avaliações e o tempo de resposta, passando a receber até mesmo pedidos de orçamento.



Com um ano de contrato já figurava na primeira página do Google, de forma orgânica, com as suas principais palavras-chave

**Faça como eles e atinja os clientes certos, no momento e na hora certa!**

GESTÃO INTELIGENTE EM

## Marketing por Geolocalização



NOSSA EMPRESA É NOTA

Google **5,0**  
Reviews ★★★★★  
de um total de 5,0

nas avaliações dos nossos clientes!



fale conosco



Av. João Pinheiro, 274  
1º andar | Lourdes | BH/MG

[www.i5marketing.com.br](http://www.i5marketing.com.br)

Fone: 31 2533-1470

# UMA ANÁLISE PROFUNDA DE DANDADAN: O ENCONTRO ENTRE O SOBRENATURAL, ROMANCE E COMÉDIA



Dandadan, criado por Yukinobu Tatsu, se destaca no universo dos mangás e animes por sua habilidade única de combinar elementos aparentemente desconexos: o sobrenatural, o romance adolescente e a comédia escrachada. Esta mistura resulta em uma narrativa vibrante e imprevisível, que conquista tanto os fãs casuais quanto os leitores mais exigentes.

## Desenvolvimento dos Protagonistas: Momo e Okarun

Os personagens principais, Momo Ayase e Ken Takakura (apelidado de Okarun), são o coração pulsante da trama. Momo, uma jovem forte e decidida, acredita em fantasmas, mas não em alienígenas. Já Okarun é seu oposto: um garoto tímido, mas incrivelmente leal, que acredita em alienígenas, mas não em fantasmas. A dinâmica entre eles é tanto cômica quanto emocionalmente envolvente. A medida que enfrentam ameaças sobrenaturais juntos, os dois personagens evoluem individualmente e como dupla. Momo descobre vulnerabilidades ocultas sob sua fachada confiante, enquanto Okarun cresce em coragem e autoestima. A relação entre eles não é apenas sobre romance; é sobre confiança, apoio e aceitação.



**Os Temas Centrais: Sobrenatural, Amizade e Romance** Em sua essência, Dandadan explora a intersecção entre o mundo material e o imaterial. Fantasmas, alienígenas e outras entidades servem como metáforas para os desafios internos que os personagens enfrentam. A juventude, com suas incertezas e descobertas, é retratada com uma sensibilidade surpreendente.

**O romance entre Momo e Okarun não segue um caminho clichê.**

Ele se desenvolve organicamente, com momentos de ternura sutil entre batalhas frenéticas. A amizade também ocupa um espaço central na narrativa, mostrando como laços autênticos são construídos em meio ao caos. **Simbolismos na Narrativa** As criaturas sobrenaturais que surgem em Dandadan frequentemente representam medos e traumas pessoais. Os confrontos com esses seres servem como uma forma metafórica de enfrentar os próprios demônios internos. Além disso, a insistência em acreditar no "impossível" é um tema recorrente: seja acreditar no sobrenatural, no amor ou em si mesmo.

## A Combinação de Gêneros: Humor, Ação e Drama

O ritmo de Dandadan é frenético, alternando rapidamente entre cenas de ação eletrizantes, momentos de humor absurdamente hilários e emoções genuinamente tocantes. Yukinobu Tatsu domina a arte de criar momentos visualmente impactantes, com painéis dinâmicos e expressivos que capturam tanto o pavor quanto a comédia com precisão cirúrgica. **Conclusão** Dandadan é mais do que apenas um mangá ou anime divertido – é uma obra que aborda temas universais com sinceridade, enquanto mantém o entretenimento em seu máximo potencial. A relação entre Momo e Okarun, os desafios sobrenaturais e a mistura perfeita de gêneros tornam esta história inesquecível. Para quem busca algo fora do comum, Dandadan é uma experiência obrigatória.



# BRUNO CARDOSO VOLTA À TELA DA REDE MAIS FAMÍLIA

Ex-participante da edição de A Grande Conquista retorna ao canal 36.1 em São Paulo com uma nova missão

Para a felicidade dos fãs de plantão, o ator, cantor e apresentador Bruno Cardoso deve voltar à emissora da zona norte de São Paulo. Após sua badalada participação no reality show Grande Conquista da concorrente Record TV, Bruno retorna à casa que o lançou como apresentador do vespertino Sempre Melhor.

O programa, que é apresentado por Bárbara Amorim e Kelly Lima, também teve Bruno como integrante do elenco por um bom tempo. Com seu carisma, beleza e energia, sempre elevou a audiência com talento e simplicidade!

A direção da Rede Mais Família reservou uma nova missão para Bruno, gravar reportagens especiais, e é claro que fazer externas é um dos pontos fortes do artista. Além de ser um repórter de mão cheia, Cardoso também tem uma veia artística no universo da música e recentemente publicou uma novidade em sua página no Instagram. Trata-se do lançamento da primeira música de trabalho "Larguei Voltei" que promete ser um novo hit na ponta da língua do público.



A direção da Rede Mais Família reservou uma nova missão para Bruno, gravar reportagens especiais, e é claro que fazer externas é um dos pontos fortes do artista. Além de ser um repórter de mão cheia, Cardoso também tem uma veia artística no universo da música e recentemente publicou uma novidade em sua página no Instagram. Trata-se do lançamento da primeira música de trabalho "Larguei Voltei" que promete ser um novo hit na ponta da língua do público.

Ele convida os seguidores para que façam a pré-save por meio do link que se encontra na bio de sua página, e pede a "tropinha" - como costuma chamar o público - para compartilhar com amigos e familiares. Recentemente Bruno também esteve turstando na terra do tio Sam, em companhia da namorada, a cantora sertaneja, Brunna Bernardy. O casal segue colecionando fãs por onde passa e nas redes sociais Bruno já possui quase oitenta mil seguidores.

Fato é que a carreira de Bruno deu aquela guinada e ele retornará à Rede Mais Família com uma bagagem profissional ainda maior e aquela energia boa que encanta os telespectadores.

Para acompanhar o artista, basta sintonizar a emissora no canal 36.1 em São Paulo, 5.1 no Rio de Janeiro e demais praças. Também é possível assistir à programação no site da emissora, [redemaisfamilia.com.br](http://redemaisfamilia.com.br) e por meio do App Mais Família Play, disponível para Android e IOS.

O programa Sempre Melhor é exibido de segunda a sexta ao vivo das 15h às 18 horas, e então agora é só esperar e torcer para ver Bruno Cardoso, brilhando novamente na TV do Bem



# BIENAL DO LIVRO SE ESPALHA PELO PAÍS EM 2025

Filas de crianças descendo dos ônibus. Jovens percorrendo cuidadosamente os corredores. Adultos em passos curtos e olhares atentos ao redor. São as Bienais do Livro que acontecem por todo País, momento em que esses detalhes ganham ainda mais cor e vida. Mas, afinal, o que um evento dessa magnitude – com foco no livro, na leitura e na literatura – deixa para cada Estado?

“Ele transforma a vida da gente”, arrisca Ana Silva, 16. Estudante na Escola Estadual de Educação Profissional Flávio Gomes Grangeiro, é a primeira vez dela na festa das letras. Fã de romance e aventura, estava perdida entre tantos títulos quando começamos a conversar. “Não sei explicar o que estou sentindo, é uma mistura de sensações. Há pouco tempo comecei a me aproximar da leitura, e estar aqui está sendo bem importante”.

As Bienais não dá acesso apenas a livros, mas amplia as fontes de cultura. É legado, portanto, de incentivo, de continuidade. Não dá para deixar passar algo tão belo e com potencial de mudar as coisas. Algumas Capitais irão realizar em 2025 grande Bienais e vale a pena conferir. “A leitura revoluciona a maneira como pensamos, sentimos e interagimos com o mundo.

Não é à toa que o incentivo ao livro e à leitura é um dos pilares do trabalho das nossas entidades. O ato de ler confere autonomia aos indivíduos e impulsiona a transformação para uma sociedade mais crítica, disse Ivo Dall’Acqua Júnior, presidente em exercício da Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo do Estado de São Paulo (FecomercioSP).

## Rio de Janeiro

Depois de uma histórica edição de 40 anos, com recordes de vendas de livros e mais de 600 mil pessoas no ano passado, a Bienal do Livro Rio – maior festival de cultura, literatura e entretenimento do país – anuncia suas datas para 2025. No ano que vem, o evento ocorrerá entre os dias 13 e 22 de junho de 2025 e será a principal atração do calendário do Rio Capital Mundial do Livro, título formalizado à cidade do Rio de Janeiro pela UNESCO e pelo Comitê Consultivo da Capital Mundial do Livro.

Esta é a primeira vez que uma cidade de língua portuguesa é nomeada Capital Mundial do Livro. Um dos principais diferenciais do Rio de Janeiro para esta conquista é a realização da Bienal do Livro Rio, que foi declarada pela Prefeitura do Rio Patrimônio Cultural de Natureza Imaterial da cidade.



O título de Capital Mundial do Livro valerá de 23 de abril de 2025 a 23 de abril de 2026 – não por acaso esta é data em que se comemora o Dia Mundial do Livro. Para ser coroado, o Rio de Janeiro teve que apresentar projetos via sua secretaria municipal de Cultura em que comprovava a importância do seu patrimônio literário e apresentar uma visão claramente definida com um plano de ação para promover suas iniciativas literárias, a sustentabilidade do mercado editorial e o estímulo à leitura entre os jovens, aproveitando as novas tecnologias e o ambiente digital.

“A Bienal do Livro Rio está constantemente atenta às transformações culturais e aos novos formatos da expressão literária. Sempre partimos do livro como o protagonista e fio condutor dessa relação com o leitor. Entendemos também que desempenhamos um papel fundamental como catalisadores da potência que é o universo literário. Isso, claro, foi um dos principais argumentos para que o município pudesse conquistar esse título inédito”, afirma Dante Cid, presidente do Sindicato Nacional dos Editores de Livros (SNEL). “No próximo ano, teremos um festival ainda mais especial, em meio a tantas comemorações, aproveitando o feriado de Corpus Christi para receber visitantes de fora do Rio”.





# BIENAL DO LIVRO SE ESPALHA PELO PAÍS EM 2025

## Curitiba

A 1ª Bienal Internacional do Livro do Paraná promete ser um marco no cenário cultural de Curitiba” diz Lis Alves, responsável pela curadoria. O local contará com as Oficinas do Salão Profissional do Livro, cursos e seminários temáticos.

“Este evento irá integrar culturas, inovação, arte, literatura e mercado, trazendo para Curitiba novas realidades e discutindo comportamentos e novas formas de leitura na era da educação interativa e da tecnologia”, explica a profissional. Ao mesmo tempo, junto à Bienal, também acontecerá o I Salão Internacional Profissional do Livro, da Leitura, Literatura e das Bibliotecas. Dessa forma, o espaço reunirá profissionais da produção e comercialização de livros, como editores, bibliotecários, representantes de direitos autorais, livreiros, agentes e autores.

O evento será em formato híbrido, reunindo líderes internacionais da indústria e formadores de opinião durante três dias para discutir novos desafios e analisar tendências. Da mesma forma, a Bienalzinha de Curitiba estará no local, sendo direcionada ao público infanto-juvenil. Inspirada no clássico “Alice no País das Maravilhas” de Lewis Carroll, a iniciativa criará um espaço exclusivo para atender aos pequenos leitores e suas famílias.



## Belo Horizonte

A Bienal Mineira do Livro de 2025, será a sétima edição da Bienal, prevista para acontecer em Belo Horizonte no primeiro semestre de 2025. De acordo com a Câmara Mineira do Livro e a HPL Eventos, responsáveis pela organização do evento na capital, o principal motivo para o adiamento é a falta de patrocínio. “O adiamento se faz necessário em função de fatores que impactam diretamente a organização e a qualidade do evento, entre eles, a indefinição quanto à liberação dos recursos do patrocinador máster, prevista agora para o final de novembro de 2024”, informa o comunicado.

Além dos empecilhos financeiros, a proximidade da realização da Bienal, que ainda não tinha confirmado o dia nem o local do evento, influenciou na decisão da alteração da data. “Entendemos a necessidade de oferecer mais tempo para que os visitantes, expositores e parceiros possam se preparar adequadamente, adquirindo estandes e organizando suas participações”, esclarece em nota.

A última Bienal mineira bateu recordes de visitantes ao registrar um público de mais de 700 mil visitantes. A 7ª Bienal Mineira do Livro trará uma nova programação robusta e diversificada para BH.

## Fortaleza

Um ano antes da Bienal do Livro – a próxima deve ocorrer apenas em 2025 – festas literárias têm se disseminado pelo Ceará em clima de esquentar. O objetivo é dar destaque a produções feitas pelos próprios cearenses no campo da leitura e da escrita. Nesse sentido, a Feira Literária de Aracati, Sobral e Icó (Flasi) é um dos principais exemplos.

As festas literárias, segundo a Secult, buscam criar uma rede de ações voltadas para o campo do livro, leitura e literatura, com foco nas produções da atualidade e que se fazem pertinentes para o debate sobre produção da área.

## São Paulo

O maior evento cultural da América Latina, a Bienal Internacional do Livro de São Paulo, vai além! A 28ª edição será um evento memorável, com pessoas de todas as idades que poderão se reunir, explorar uma vasta gama de livros, participar de discussões fascinantes e interagir com seus autores favoritos. Marque a data em seu calendário e prepare-se para uma experiência literária emocionante que enriquecerá sua paixão pela leitura. A 27ª edição da Bienal do Livro em 2024, reuniu mais de 3 milhões de livros, 500 selos editoriais, 683 autores nacionais e 33 internacionais.



# COCO BAMBU CELEBROU 6 ANOS DE SUCESSO EM BH

**Com um cardápio diversificado, o restaurante oferece uma experiência sofisticada e acessível, em uma operação reconhecida pela qualidade, consistência e excelência.**

O Coco Bambu celebra seis anos de sucesso em Belo Horizonte, consolidado como uma das marcas de gastronomia mais conhecidas pelo público local por sua cozinha especializada em frutos do mar e o compromisso com a excelência no atendimento e na experiência dos clientes. Com cinco unidades em diferentes regiões da grande BH, a empresa emprega diretamente mais de 600 funcionários, e tem um público médio superior a 80 mil pessoas ao mês, sendo cerca de 26% somente na unidade do Anchieta. "Quando trouxemos o Coco Bambu para Minas, em 2018, nossa expectativa era grande, mas foi muito superada pela acolhida do belo-horizontino. Nos empenhamos em oferecer uma experiência de excelência, que corresponda às grandes expectativas. E é recompensador caminhar pelo salão e ver tantos sorrisos pelas mesas", comemora o sócio local do Coco Bambu, Elias Bacha.

A primeira unidade mineira foi inaugurada no bairro Anchieta, com uma estrutura para 700 lugares, em uma arquitetura elegante e confortável que permite uma modulação de ambientes para receber até 5 eventos privados simultâneos, com tranquilidade e exclusividade. Com o sucesso, em 2020, foi inaugurado o Coco Bambu no BH Shopping, seguido pela unidade no Shopping Del Rey, no ano seguinte. A expansão continuou em 2022, com uma casa no Minas Shopping e outra no Itaipu Power Shopping, em Contagem. No Brasil, o Grupo Coco Bambu tem 80 unidades espalhadas por todas as regiões. Todas com o mesmo critério de conforto e sofisticação nos ambientes, além do rigoroso padrão de qualidade nas receitas, insumos e serviço.

Manter uma estrutura do tamanho do Coco Bambu com a nossa consistência e excelência requer um aprimoramento constante de todos os processos. Também temos um cuidado especial com a capacitação e desenvolvimento dos nossos profissionais, para criar um clima de colaboração e bem-estar que reflete na qualidade do atendimento", ressalta o empresário. O cardápio dos restaurantes também é revisitado periodicamente pela chef executiva do grupo, Daniela Barreira, para sempre trazer novidades e melhor aproveitar a sazonalidade dos ingredientes.

O menu é bastante diverso e com preço justo. Sua maior especialidade são os frutos do mar, mas também há boas opções para todos os paladares entre peixes, carnes nobres, aves, massas e vegetarianos. O Camarão Coco Bambu é um dos pratos mais pedidos, e traz camarões empanados recheados com catupiry e servidos sobre um arroz cremoso de camarão gratinado e com batata palha. Outro destaque é a Rede de Pescador, que reúne lagosta, camarão, mexilhões, peixe e lula grelhados, em um aromático arroz de açafraão. Para quem prefere carne, a Picanha Black Angus Coco Bambu é uma boa pedida. Preparada com cortes de grande qualidade, a carne é servida ao ponto e acompanha vinagrete, chimichurri, farofa, mandioca e arroz biro biro.



# COCO BAMBU CELEBROU 6 ANOS DE SUCESSO EM BH



"O Coco Bambu nasceu em Fortaleza e, quando chegamos a BH, quisemos acrescentar algo ao cardápio que refletisse a essência e a cultura dos mineiros. Assim foi criada a Cachaça Coco Bambu que é produzida em Minas, em parceria com a Cachaçaria Vale Verde, com uma receita exclusiva. O produto fez tanto sucesso que agora já está presente em todas as unidades do grupo, de Manaus a Porto Alegre", conta Elias Bacha. A Cachaça Coco Bambu é matéria prima para as icônicas Caipis do cardápio de coquetéis, além de disponível em dose ou para quem quiser comprar uma garrafa.

## VASTO RESTAURANTE

Em novembro de 2023, o Grupo Coco Bambu inaugurou em Belo Horizonte sua segunda bandeira: o Vasto Restaurante. A casa se inspira nos cosmopolitas restaurantes nova-iorquinos para oferecer um ambiente mais elegante e exclusivo. O cardápio é diversificado, com pratos de carnes com cortes de raças britânicas, saladas incrementadas, entradinhas para compartilhar, opções de sushis especiais, além de frutos do mar e sofisticados coquetéis. O espaço comporta até 150 pessoas, e tem outro destaque em um bar estilo americano, com charmosas banquetas no balcão.

## BRINQUEDOTECA COCO BAMBU

O espaço oferece uma ampla variedade de atrações para os pequenos, como videogames de última geração Playstation 5 e Xbox, simuladores de corrida e AirGame; outros brinquedos mais lúdicos que estimulam a criatividade, uma área de basquete e piscina de bolinhas com escorregador e pula-pula. Com funcionamento diário das 11h30 às 21h30, a brinquedoteca do Coco Bambu está disponível nas unidades de Belo Horizonte, com a cobrança de uma taxa de uso (sob consulta nas unidades). O espaço também é acessível a crianças que têm necessidades especiais, com a possibilidade de acompanhamento de um responsável.

"Estamos preparados para receber as famílias não só no dia das crianças, mas em todos os dias da semana, para proporcionar momentos inesquecíveis para os pais e muita diversão para os seus filhos", finaliza Elias Bacha.

## COCO BAMBU - 6 ANOS EM BELO HORIZONTE

Anchieta - Rua Francisco Deslandes 900, Shopping Anchieta Garden

**BH Shopping** - BR-356, 3049 - Rooftop, Bairro Belvedere Del Rey - Av. Pres. Carlos Luz, 2001, Loja 1100B, Bairro Caiçaras

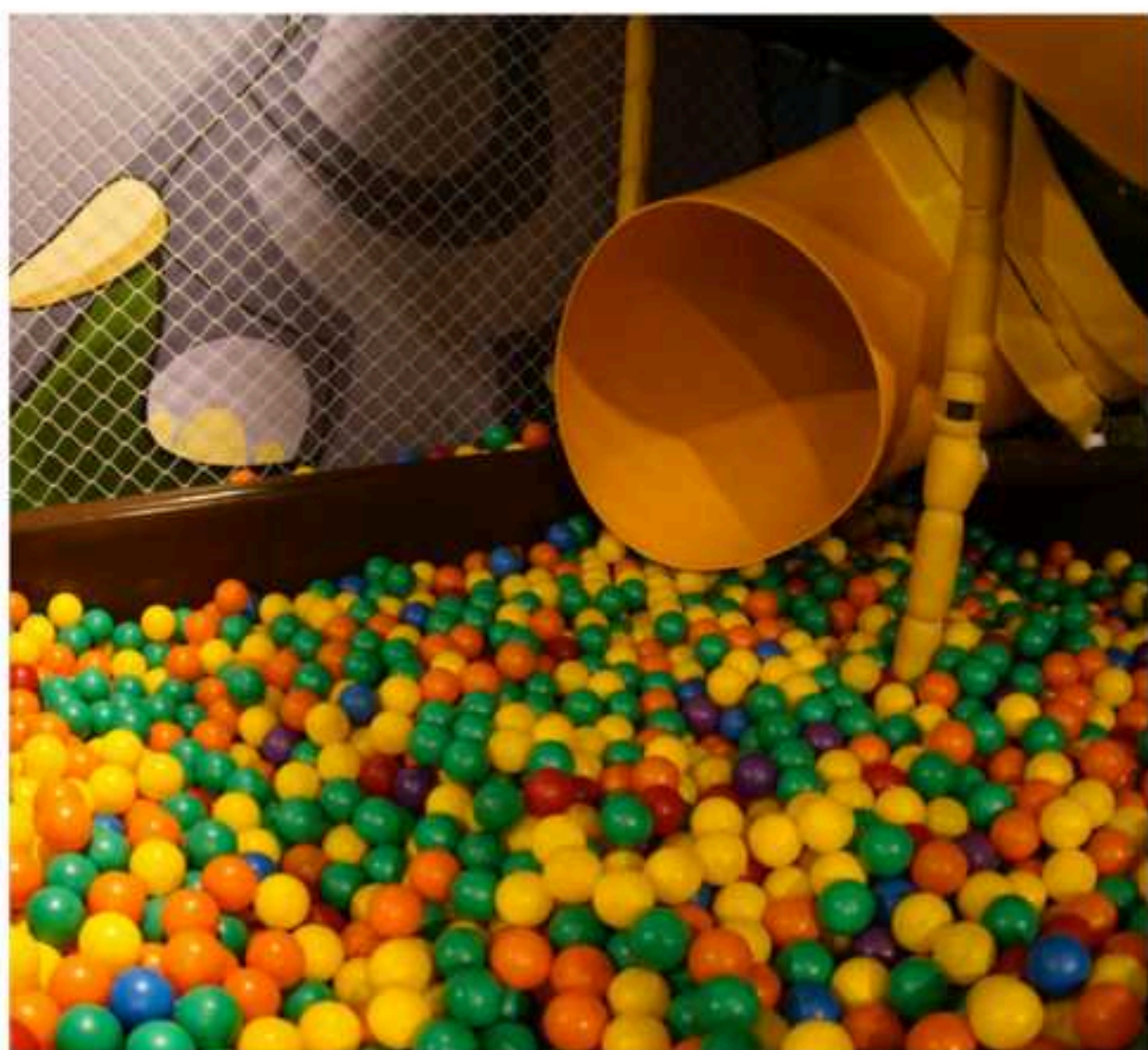
**Minas Shopping** - Av. Cristiano Machado, 4000, Loja OP001, Bairro União

**Itaú Power Shopping** - Av. General David Sarnoff, 5160, Bairro Cidade Industrial - Contagem

Vasto: Rua Francisco Deslandes 900, Shopping Anchieta Garden

Reservas: <https://cocobambu.com/>

Instagram: @cocobambuhoficial



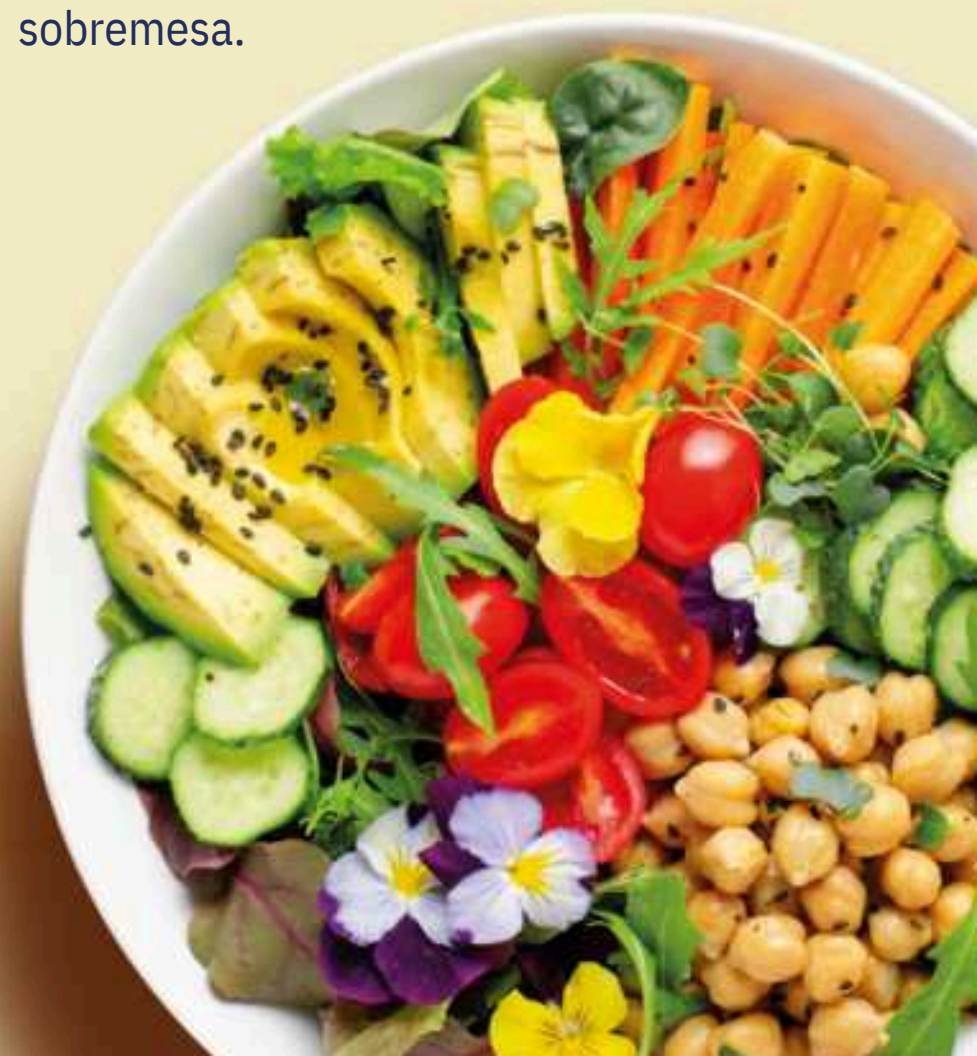
SINÔNIMO DE SABOR DESDE 1905

A líder  
em vinagres  
**CHEGOU EM**  
Minas Gerais!

“ É bão demais  
da conta estar  
um cadin mais  
perto.



- ♥ Da saladinha do almoço  
ao jantar em família,  
Do pão de queijo
- ♥ àquele doce de  
sobremesa.



# CARNAVAL



CENÁRIO

# Kids

**Domingo 02/03/25 | 11h**  
**Praça República do Líbano**  
**São Bento**  
**Apresentação do grupo de**  
**samba Entre Amigos kids**

**Bloquinhos, oficinas e muita família**



**BELO**  
**HORIZONTE**  
SUPERDEPARTAMENTO

**Belotur**



**PREFEITURA**  
**BELO HORIZONTE**

# CARNAVAL DE BELO HORIZONTE DE 2025 TERÁ MAIS DE 560 BLOCOS DE RUA

# Carnaval 2025

De acordo com a Belotur, a previsão é que 624 cortejos aconteçam nas nove regionais da capital.

O Carnaval de 2025 em Belo Horizonte terá mais blocos de rua que os registrados em 2024. O período oficial será entre os dias 15 de fevereiro e 9 de março. A folia teve um aumento de 7% nos desfiles previstos para o ano que vem e 176 novos blocos de rua se inscreveram para se apresentar pela primeira vez.

O número de cortejos pode mudar até o período oficial do evento, já que em média, há desistência de 20% dos desfiles pré-cadastrados, com base em análises dos anos anteriores.

As reuniões individuais com os blocos de rua para o fechamento de trajetos e outros detalhes operacionais, já se iniciaram com a Belotur. Além disso, em 2025, a expectativa é que a folia atraia cerca de 6 milhões de visitantes e movimente R\$ 1 bilhão na economia local.

Segundo a Belotur, os dados obtidos durante o cadastramento são essenciais para o planejamento da festa em colaboração com outros órgãos públicos.

Ainda de acordo com a Belotur, essas informações permitem antecipar necessidades relacionadas a desvios de trânsito, serviços de limpeza, instalação de banheiros químicos e segurança.

Com o carnaval se aproximando, a cidade se prepara para receber uma verdadeira multidão de foliões, mantendo sua posição de destaque como um dos destinos mais procurados durante o período de Carnaval no Brasil.



## Carnaval da Liberdade 2025

A fim de reforçar o Carnaval como política pública de estado, o Governo de Minas, por meio da Secretaria de Estado de Cultura e Turismo (Secult), anunciou, nesta quarta-feira (14/8), no Palácio da Liberdade, iniciativas para o Carnaval da Liberdade 2025.

Entre as principais novidades está o lançamento de um edital inédito para o pré-Carnaval, no valor de R\$ 4 milhões, destinado a ações de formação, como cursos e oficinas para qualificar ainda mais a folia mineira. O projeto é realizado em parceria com a Cemig, Companhia de Desenvolvimento de Minas Gerais (Codemge), Câmara de Dirigentes Lojistas de Belo Horizonte (CDL-BH) e o Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae).

"Estamos fazendo um investimento inédito para o Carnaval de Belo Horizonte e de Minas Gerais. Pela primeira vez, teremos recursos destinados especialmente para a preparação do evento. Isso dá previsibilidade, segurança e eleva o nível de profissionalização do Carnaval como um todo. Significa que os blocos e as atrações carnavalescas vão poder investir em cursos, oficinas, atividades culturais e ensaios", destacou a secretária adjunta de Estado de Comunicação Social, Bárbara Botega.

"Desta maneira, nosso Carnaval segue crescendo em beleza e atrativos para o público e os profissionais envolvidos em toda essa indústria que funciona muito além dos cinco dias do evento, são melhor reconhecidos e valorizados", avalia



# CARNAVAL DE BELO HORIZONTE DE 2025

## TERÁ MAIS DE 560 BLOCOS DE RUA

### CARNAVAL PARA AS CRIANÇAS

Criança também quer pular Carnaval, sim, senhor! Alguns blocos fazem a festa dos pequenos nas ruas de Belo Horizonte.

A programação oficial do Carnaval de Belo Horizonte também conta com blocos pensados para garantir a segurança e diversão das crianças e das famílias. Nos cortejos infantis previstos para a folia de 2025, é possível dançar ao som de samba e marchinhas, conhecer mais sobre a sustentabilidade e pular ao lado dos super-heróis dos filmes e desenhos animados.



Confira, abaixo, os melhores blocos infantis da cidade.

#### Cenário Kids

Com o objetivo de reunir famílias e proporcionar integração entre crianças, o bloco Cenário Kids surge ocupando as ruas de Belo Horizonte trazendo muitas oficinas, brincadeiras circenses, apresentações culturais e um desfile de moda infantil. O Cenário Kids 2025 será no dia 02 de março, domingo, às 11h no Bairro São Bento.

#### Unidos Da Estrela Da Morte

O Unidos da Estrela da morte irá tocar marchinhas próprias, paródias de Star Wars, e muita músicas de filmes, desenhos e seriados. Os cosplays estão liberados!



#### Buritis De Guimarães Rosa

O Bloco tem uma temática ambiental pela preservação das nascentes dos rio. Junto a outras causas sociais, vários integrantes de outros blocos se uniram para fazer uma farra com um cunho mais social para a família.

#### Todo Mundo Cabe no Mundo

Participação de todos e todas e inclusão social é a missão do bloco Todo Mundo Cabe no Mundo! Com bateira livre, quem quiser pode participar sem definição de integrantes ou de instrumentos. A agremiação acolhe pessoas com deficiência e a ideia é que todo cidadão se sinta convidado a participar da festa como folião!

#### Bloquim duBem

Reunindo muita música e brincadeiras, o Bloquim duBem é um dos blocos infantis que proporcionam a animação dos pequenos foliões. O bloco conta com um cortejo de tambores afro com o Bloco Oficina Tamboletê, além de circo, contação de história, bailinho, shows e muitas opções gostosas para a alimentação.

#### Bloco dos Super-Heróis

O Bloco dos Super Heróis é voltado para o Carnaval infantil de Belo Horizonte! Vale se fantasiar e virar seu personagem preferido no desfile de rua.

#### Bloco do Jiló

O desfile do Bloco do Jiló é familiar, para toda a comunidade da região e vizinhos e conta com muita diversão, folia e alegria para todos.





1. Já se perguntou por que seu site **não aparece no topo das pesquisas?**

2. Está perdendo clientes por **falta de visibilidade online?**

**As respostas estão aqui:**

A **CAIXA PRETA** foi...

**decodificada!**



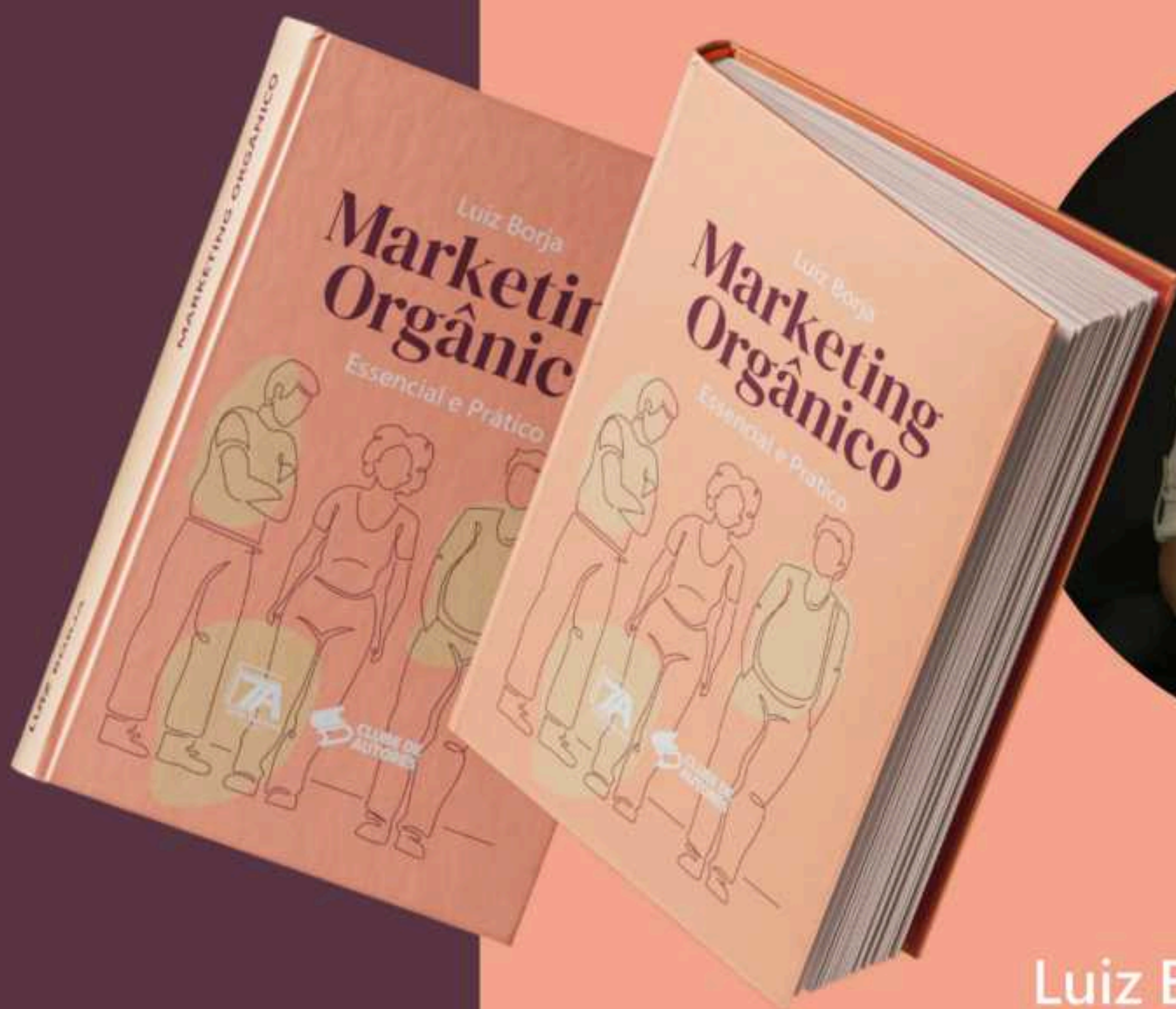
Abra e descubra como posicionar a sua empresa no topo das pesquisas!



Sou **Helton Sforzin**, formado e apaixonado por Marketing. Mercadólogo, escritor, palestrante, consultor e autor do E-book **Gestão Inteligente no Google Maps para Profissionais da Saúde**. Top Voice do LinkedIn nos temas: **Content Marketing e Search Engine Marketing**. Em 2018, Fundei a i5 Mkt onde sou o atual CEO.



Em um mundo de estratégias digitais aceleradas, onde o engajamento orgânico parece desafiador, Luiz Borja nos traz Marketing Orgânico Essencial e Prático, um guia completo que explora o poder de conectar-se genuinamente com o público. Com uma vasta experiência como designer e proprietário das agências i5 Mkt e Mitty Comunicação, Luiz revela como é possível construir marcas autênticas e duradouras sem a necessidade de campanhas pagas constantes.



Luiz Borja

# Marketing Orgânico

Essencial e Prático



# MITOS SOBRE CAFÉ E VINHO EM QUE TALVEZ VOCÊ AINDA ACREDITE

Muitas vezes somos bombardeados com informações sobre alimentos e substâncias que supostamente são benéficas por seus efeitos protetores; sobre a saúde e suas virtudes nutricionais. Mas os conselhos dietéticos e as avaliações que ouvimos sobre alguns alimentos parecem estar mudando o tempo todo. Duas das substâncias alimentares mais estudadas por seus efeitos na saúde humana são o café e o vinho tinto. E sobre eles já ouvimos que podem ter impactos tanto; prejudiciais como benéficos em nosso corpo. O que dizem os estudos científicos mais recentes sobre essas bebidas? Consultamos dois cientistas que pesquisam o efeito do café e do vinho tinto na saúde humana.

## CAFÉ E MORTALIDADE

Aquela xícara de café pela manhã que faz parte de nossa rotina diária pode estar relacionada ao prolongamento das nossas vidas. Ou pelo menos essa é a conclusão de um estudo publicado em julho no periódico científico *Annals of Internal Medicine*, que acompanhou quase 200 mil pessoas por 10 anos.

Os pesquisadores descobriram que aqueles que bebiam de 1,5 a 3,5 xícaras de café por dia — mesmo com uma colher de chá de açúcar — tinham até 30% menos chances de morrer durante a década do estudo do que aqueles que não bebiam café. Para quem tomava café sem açúcar, o risco de morrer era entre 16 e 21% menor. E aqueles que tiveram o menor risco de morte durante o período do estudo foram os que bebiam três xícaras de café por dia.

Não é o primeiro estudo a encontrar um risco reduzido de morte entre as pessoas que tomam café. Em 2018, outro estudo que acompanhou mais de 500 mil pessoas por 10 anos também encontrou uma redução de 16% no risco de morte prematura. E vários estudos encontraram essa redução mesmo entre aqueles que bebiam café descafeinado, sugerindo que o benefício pode vir de alguns dos milhares de compostos que o café contém.

Muitas pessoas, no entanto, continuam a pensar que o café é prejudicial e que devemos limitar o consumo desta substância. Erramos sobre o café? Há algum tempo, nossa perspectiva sobre o efeito do café na saúde mudou radicalmente, diz Esther López-García, professora de medicina preventiva e saúde pública da Universidade Autônoma de Madri à BBC Mundo, o serviço de notícias em espanhol da BBC.



López-García participou de vários estudos sobre os efeitos do café no desenvolvimento de doenças cardiovasculares e incapacidades. A partir de 2003, começaram a ser realizados estudos em grandes populações, nas quais o consumo de café era medido regularmente durante anos e se via como isso afetava o risco de morte prematura, doenças cardiovasculares ou diabetes tipo 2, explica ela.

Constatou-se que ajustando fatores que também afetam a saúde, como o uso de tabaco e álcool, o consumo regular de café não tem efeitos prejudiciais. Foi até mesmo considerado benéfico na prevenção do desenvolvimento de diabetes tipo 2 e acidente vascular cerebral, acrescenta. Viu-se também que os efeitos nocivos da cafeína não se mantêm nos consumidores regulares, que desenvolvem tolerância a esta substância, e neles, os efeitos benéficos de outros componentes do café têm maior impacto na saúde, afirma a especialista.

Nos numerosos estudos que foram feitos sobre o café surgiram evidências sobre seus supostos efeitos protetores contra a doença de Parkinson, e também foi dito que protege contra a deterioração cognitiva em geral, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e alguns tipos de câncer. Mas a professora López-García enfatiza que a evidência mais sólida é para o diabetes tipo 2. Para o restante das doenças, ainda não está claro. Sabe-se que não é prejudicial para doenças cardiovasculares e tampouco para câncer de mama. E acredita-se que a cafeína reduz o risco de doenças neurodegenerativas, mas os resultados ainda não são claros.

O café contém mais de mil compostos químicos, e muitos deles estão sendo amplamente investigados. Ele contém, por exemplo, uma enorme quantidade de antioxidantes, que outras pesquisas mostraram que podem prevenir ou retardar o dano celular. A professora López-García explica que os efeitos benéficos do café se devem fundamentalmente a um desses antioxidantes: o ácido clorogênico.

É um antioxidante que tem muitos efeitos benéficos no metabolismo da glicose. Contém também outras substâncias, como o magnésio, que é um mineral com inúmeros efeitos à saúde, diz.

Talvez parte da má imagem que o café teve no passado seja porque, em algumas pessoas, a cafeína pode causar ansiedade ou insônia. É por isso que a especialista da Universidade Autônoma de Madrid salienta que, em pessoas saudáveis, o consumo habitual de 3 a 5 xícaras de café pode ser benéfico.



# MITOS SOBRE CAFÉ E VINHO EM QUE TALVEZ VOCÊ AINDA ACREDITE

“Hoje o consumo de café, sem açúcar, é recomendado como bebida saudável em muitos guias alimentares. Mas ela acrescenta que todas as pessoas com problemas de saúde que possam ser agravados pelo consumo de café (insônia, ansiedade, hipertensão não controlada, refluxo gastroesofágico ou arritmias cardíacas) devem receber aconselhamento individualizado sobre o consumo desta bebida”.

## VINHO E SEUS ‘EFEITOS PROTETORES’

O vinho tinto tem sido frequentemente apresentado como a face saudável do álcool. Vários estudos nas últimas décadas levaram-nos a acreditar que um copo de vinho ocasional está associado a uma melhor saúde cardiovascular devido aos seus efeitos protetores sobre o coração. Por exemplo, um estudo publicado em 2019 na revista científica *Molecules* sugere que o vinho tinto, devido à grande variedade de compostos polifenólicos que contém, está associado a um risco menor de doença cardíaca coronária. Mas em janeiro deste ano a Federação Mundial do Coração (WHF, na sigla em inglês) publicou uma revisão de pesquisa mostrando que o álcool definitivamente não é bom para a saúde cardiovascular.

Nas últimas décadas, a prevalência de doenças cardiovasculares (DCV) quase dobrou, observa o relatório da WHF, e o álcool desempenhou um papel enorme na incidência de muitas delas. A organização observa que há mais de 30 anos tem havido uma mensagem difundida promovendo o mito de que o álcool prolonga a vida, principalmente reduzindo o risco de doença cardíaca coronária. Mas o relatório acrescenta que o risco devido ao consumo de álcool é aumentado para a maioria das doenças cardiovasculares e para muitas outras doenças.



Então o vinho tinto é bom ou ruim? Perguntamos isso a Miguel Marcos Martín, pesquisador do Instituto de Pesquisas Biomédicas de Salamanca e professor da Universidade de Salamanca (Espanha), que participou de vários estudos sobre os efeitos do álcool na saúde. É verdade que existem estudos que relacionam o consumo de álcool a possíveis benefícios para a saúde, com resultados controversos e inconclusivos, mas não podemos esquecer que muitos outros estudos mostram claramente que é uma substância com muitos efeitos nocivos, mesmo em doses baixas, explica. Por todas essas razões, neste momento o consumo de qualquer quantidade de álcool ou tipo de bebida não pode ser recomendado por motivos de saúde. Martín afirma que a mensagem de que o vinho tinto tem efeitos protetores para o coração é um conselho que, em primeiro lugar, não está claramente baseado em evidências científicas

porque não foi provado conclusivamente que assim seja. Por outro lado, mesmo sendo verdade que o vinho tem efeito protetor contra algumas doenças, não podemos esquecer os efeitos colaterais que produz. As bebidas alcoólicas causam dependência, cirrose hepática, pancreatite, etc. O argumento para os supostos efeitos protetores do vinho na saúde cardiovascular é baseado no resveratrol, que faz parte de um grupo de compostos chamados polifenóis.

Acredita-se que eles atuem como antioxidantes, protegendo o corpo contra danos celulares que podem aumentar o risco de doenças como câncer e doenças cardiovasculares. Mas, como explica o médico do Hospital Universitário de Salamanca, seriam necessárias quantidades muito maiores desse composto do que as encontradas em algumas doses de vinho para obter esses efeitos na saúde. O potencial efeito positivo do vinho é atribuído tanto à própria molécula de etanol quanto ao resveratrol e outras substâncias antioxidantes contidas no vinho, diz o especialista. Não está comprovado, no entanto, que a administração dessas substâncias separadamente tenha um efeito positivo na saúde a longo prazo, por isso é ainda menos claro que sua ingestão, nas pequenas quantidades contidas no vinho, possa ser benéfica para a saúde, acrescenta.

Muitas pessoas tendem a pensar que o álcool causa mais danos à saúde quando consumido em excesso. Mas, na realidade, mesmo o consumo moderado, como uma taça de vinho todos os dias, pode gerar impacto negativo no corpo. O consumo de álcool em pequenas doses (por exemplo, um copo de vinho ou uma cerveja) está associado a um pequeno aumento do risco de desenvolver tumores (por exemplo, tumores de cabeça e pescoço, mama ou cólon), assim como fibrilação atrial (uma arritmia muito comum), diz Martín. Felizmente, consumir pequenas quantidades também está associado a poucos riscos, mas tudo se soma. O principal, diz o especialista, é não acreditar que beber vinho faz bem à saúde. Neste momento, as evidências científicas nos permitem afirmar que o melhor para sua saúde é consumir o mínimo de álcool possível.



# O QUE VOCÊ PRECISA SABER ANTES DE COMPRAR UM BOM VINHO



Vinhos são sucesso garantido quando o assunto é receber pessoas para uma confraternização em casa. Contudo, são milhares de tipos e escolher o ideal pode ser uma tarefa difícil, principalmente nesta época de festas de fim de ano. Afinal, quem não quer servir o que há de melhor para os convidados?

Então, nada melhor do que estar ciente de todas as características importantes de cada tipo para tomar a decisão mais acertada para cada ocasião. Por isso, convidamos a sommelière e empreendedora Ana Clara Carvalho para, além de dicas para harmonizar com seus pratos favoritos, contar curiosidades e atributos dos vinhos.

## A fama de Portugal

Portugal é um país muito rico em diversidade vinícola, tem muitas uvas autóctones (nativas do país) e terroirs com diferentes microclimas, resultando em vinhos de diferentes personalidades. “Um ponto que os vinhos do país tem em comum é a elegância, dificilmente encontramos portugueses enjoativos e mal feitos, a grande maioria agrada”, esclarece a sommelière.

## Tintos x Brancos

Para começar, é importante entender a diferença entre vinho branco português e vinho tinto português, que vai muito além da cor. “A fermentação dos vinhos brancos ocorre apenas com o suco da uva, sem a presença da casca. Isso permite que os vinhos brancos mantenham sua cor clara. Já os vinhos tintos são produzidos com a casca das uvas, que confere sua coloração e mais complexidade de sabor”, explica Ana Clara. “Os vinhos tintos tendem a ser mais ricos em taninos, que são substâncias provenientes das cascas, sementes e caules das uvas tintas, e podem produzir vinhos com sabores mais complexos e intensos. Os vinhos brancos têm baixo teor de taninos ou nenhum e geralmente têm sabores e aromas mais leves e frutados.”

E há também a exceção, como os vinhos rosés, que são produzidos a partir de uvas tintas, mas têm contato limitado com a casca, o que resulta em uma cor mais clara. De acordo com a especialista, “a escolha da uva e do processo de vinificação desempenham um papel fundamental na determinação das características dos vinhos, seja branco ou tinto”.

## Leves ou encorpados?

A diferença entre um vinho leve e um encorpado está relacionada às características de sabor, textura e sensação na boca. “O vinho leve é caracterizado por um corpo mais fluido, o que significa que ele tem uma sensação mais delicada na boca, menos tanino e teor alcoólico mais baixo, contribuindo para uma sensação mais suave e menos intensa. Eles frequentemente apresentam uma acidez mais nítida, que proporciona vivacidade. A coloração também muda, seja tinto ou branco, tende a ser mais clara e translúcida”, afirma Ana.

“Já o vinho encorpado tem um corpo mais substancial, resultando em uma sensação mais densa e intensa na boca. Geralmente, vinhos encorpados têm um teor alcoólico mais alto, o que contribui para a sensação de calor e peso. Seus taninos são mais pronunciados, o que contribui para uma sensação de adstringência e estrutura na boca”, acrescenta a sommelière. Os encorpados ainda são projetados para o envelhecimento em barris de carvalho e na garrafa, o que garante uma maior complexidade e profundidade com o tempo.



# O QUE VOCÊ PRECISA SABER ANTES DE COMPRAR UM BOM VINHO



## Hora de harmonizar!

A ideia principal quando o assunto é harmonizar o vinho com a comida é realçar e valorizar a combinação dos sabores, de modo que eles se complementem. Algumas diretrizes gerais para harmonizar vinhos brancos e tintos com diferentes tipos de pratos, de acordo com a sommelière:

**Frutos do Mar:** Vinhos brancos, especialmente os mais leves e cítricos, harmonizam bem com frutos do mar, como camarões, vieiras e peixes brancos, realçando os sabores frescos.

**Saladas:** brancos frescos e leves são ótimos para saladas, especialmente aquelas com molhos à base de cítricos ou vinagre. **Aves:** frango, peru e pratos de aves com molhos mais leves combinam bem com vinhos brancos, especialmente Chardonnay ou Sauvignon Blanc mais encorpados. **Queijos:** queijos de cabra, queijos frescos e queijos de pasta mole harmonizam bem com vinhos brancos amanteigados. **Comida Asiática:** pratos asiáticos, como sushi, cozinha tailandesa e pratos levemente temperados, podem ser acentuados com vinhos brancos leves e aromáticos, como Riesling ou Gewürztraminer. **Carnes vermelhas:** tintos mais encorpados, como Cabernet Sauvignon e Merlot, são ótimas escolhas para carnes vermelhas grelhadas ou assadas. **Massas com molhos robustos:** tintos são ideais para massas com molhos à base de tomate, carne ou cogumelos. **Queijos curados:** tintos combinam bem com queijos envelhecidos, como Parmigiano-Reggiano, Cheddar e Gouda. **Churrasco:** churrascos e carnes defumadas são frequentemente acompanhados por vinhos tintos robustos, como Syrah, Tannat ou Malbec.

## Dica extra

O fim de ano no Brasil é acompanhado de um clima tipicamente quente do verão tropical. Por isso, a dica é investir em vinhos leves e frescos. “Casal Garcia é um vinho da região do Vinho Verde, são vinhos leves, frescos com acidez pulsante que os tornam refrescantes e perfeitos para o calor brasileiro”, aponta Ana Clara.

## Onde encontrar os melhores vinhos?

Agora que você já está bem informado sobre qual vinho escolher para acertar em cheio em cada ocasião, saiba que os brasilienses não precisam perder tempo procurando o lugar certo para encontrar uma grande variedade de vinhos, o Sam's Club reúne o que há de melhor para degustar com família e amigos. Com mais de 400 rótulos de todo o mundo, ele também conta com mais de 20 opções só de títulos portugueses de alta qualidade com um preço acessível.



# VINHO DO TEJO PROMOVERAM EVENTOS PELO BRASIL

O jornalista Marcelo Copello é o novo embaixador dos vinhos do Tejo e comandará Master Classes em várias capitais brasileiras.

A Caravana do Tejo, uma iniciativa da Comissão Vitivinícola Regional dos Vinhos do Tejo, está de volta ao Brasil. Celebrando este ano 11 anos a caravana conta com um novo embaixador, o renomado jornalista especializado em vinhos Marcelo Copello.

O evento itinerante está passando por seis capitais brasileiras: Rio de Janeiro, São Paulo, Belo Horizonte, Campinas, Brasília e Goiânia, ao longo deste ano. Em cada cidade Copello comandará Master Classes abertas ao público amante dos vinhos

Copello, que esteve na região no início deste ano, visitou 13 produtores, avaliou mais de 150 vinhos e selecionou os melhores para os eventos no Brasil. As vinícolas participantes da caravana serão:

**Adega Coop Almeirim**  
**Adega do Cartaxo**  
**Casa Cadaval**  
**Enoport**  
**Falua**  
**Fiuza**  
**ODE Winery**  
**Quinta da Alorna**  
**Quinta da Badula**  
**Quinta da Lapa**  
**Quinta da Ribeirinha**  
**Quinta do Casal Branco**  
**Quinta do Casal Monteiro**



## GUIA WINETEJO

Ainda como parte da promoção do Tejo no Brasil, teremos o lançamento do Guia Marcelo Copello – Os Melhores Vinhos do Tejo. A publicação digital trará um panorama completo da região com sua história, produção, terroir, castas, mapas, enoturismo, gastronomia, além dos mais de 150 vinhos descritos e avaliados com o selo MC, com a eleição dos melhores em cada categoria.

## Região dos Vinhos do Tejo

A Região Vitivinícola do Tejo está localizada no centro de Portugal, a cerca de uma hora de carro de Lisboa. A região tem cerca de 12.500 hectares são de vinhedos. Em litros, são vinificados cerca de 61 milhões de litros (uma produção que vem crescendo ano a ano), tendo sido certificados 30 milhões de litros em 2023.



A Comissão Vitivinícola Regional dos Vinhos do Tejo tem sido uma das entidades que mais tem apostado na educação vínica dos brasileiros. Seus vinhos são cada vez mais uma revelação na qualidade, produzindo alguns dos mais reconhecidos vinhos de Portugal e do mundo, premiadíssimos em todos os mercados. A CVRTEJO foi pioneira em projetos educativos com vinho tendo já realizado formação técnica sobre os vinhos da região a milhares de brasileiros.

## Sobre Marcelo Copello

Um dos maiores especialistas em vinho do Brasil, com mais de 30 anos de carreira. Eleito "o mais influente jornalista de vinhos do Brasil" pela revista Meininger's Wine Business International. Publisher da Revista BACO Wine Report, curador do Rio Wine and Food Festival. Colunista de Veja São Paulo, Veja Rio e rádio CBN. Embaixador do Le Cordon Bleu. Autor de 7 livros premiados em 3 idiomas, jurado em dezenas de concursos internacionais.

## Comissão Vitivinícola Regional do Tejo

Rua de Coruche 85, 2080-094 Almeirim | NIF 508 379 679  
T+351 243 309 403 M+351 966 205 783  
p.mateiro@cvrtejo.pt  
www.cvrtejo.pt



# VOCÊ SABIA QUE ASSIM COMO OS HUMANOS, CÃES E GATOS TAMBÉM PODEM DOAR SANGUE?

Doar sangue é um gesto de amor e solidariedade. Com isso em mente, abraçamos essa importante causa para que nossos melhores amigos. A transfusão de sangue é uma alternativa que pode aumentar as chances de recuperação de muitos pets em situações de emergência, como após acidentes, cirurgias, doenças ou condições que afetam a produção de células sanguíneas.

Os bancos de sangue veterinários hoje em dia enfrentam desafios para atender a todos os pacientes devido à falta de pets doadores. Por isso, queremos fornecer a você, que tem um animal de estimação, informações sobre essa causa nobre e como seu cão ou gato pode se tornar um "salva-vidas" para outros animais.

Para que um cão ou gato possa ser um doador de sangue, alguns critérios devem ser atendidos:

- O animal deve estar saudável, sem doenças transmissíveis.
- Cães e gatos entre 1 e 8 anos normalmente são considerados ideais para doação.
- Os cães devem pesar mais de 25 kg e gatos, pelo menos 4 kg.
- As vacinas devem estar em dia com as vacinas e os pets não podem ter recebido transfusões anteriores e não tomar medicamentos.
- Deverá ser feito alguns exames para detectar doenças infecciosas e determinar o tipo sanguíneo.

A doação de sangue é um procedimento seguro e rápido, realizado por veterinários experientes. O processo inclui:

- 1. Avaliação:** O veterinário realiza um exame físico e coleta informações sobre a saúde do animal.
- 2. Coleta:** O sangue é coletado de uma veia, geralmente na região do pescoço ou da pata, utilizando técnicas estéreis.
- 3. Recuperação:** Após a doação, o animal é monitorado e pode receber petiscos ou um lanche leve para ajudar na recuperação.



Além de salvar vidas, a doação de sangue pode trazer benefícios para o próprio animal doador, como:

- O processo inclui avaliação clínica e exames de sangue, que ajudam a identificar possíveis problemas de saúde.
- Os doadores geralmente recebem cuidados e monitoramento veterinário regulares.

Se você tem um cão ou gato que atende aos requisitos, considere participar do programa de doação de sangue em clínicas veterinárias ou hospitais especializados. Converse com seu veterinário e saiba como contribuir para essa causa nobre.

Converse comigo através de dicas e sugestões pelo email [meuamigosherpa@gmail.com](mailto:meuamigosherpa@gmail.com) ou no instagram e facebook @meuamigosherpa. Até a próxima amigos e tchau



# SALÃO DO AUTOMÓVEL VOLTA EM 2025

## *Anfavea oficializa o retorno do evento e promete uma feira aos moldes da famosa feira de tecnologia de Las Vegas*

A novela sobre o Salão do Automóvel de São Paulo chegou a um final feliz. Ou de, ao menos, um início. A Anfavea, associação que reúne as montadoras, formalizou a volta do evento em 2025 em um formato tipo "CES brasileira". A oficialização da volta do Salão do Automóvel em 2025 foi feita em reunião da Anfavea e de CEOs das fabricantes associadas com o presidente Luiz Inácio Lula da Silva, o vice Geraldo Alckmin e os ministros Fernando Haddad, Rui Costa e Luiz Marinho, em Brasília (DF).

Lula, inclusive, defendeu publicamente e mais de uma vez o retorno do autoshow. Depois de muitas idas e vindas, e de especulações, o desejo agora virou realidade.

O salão está confirmado para entre os dias 22 de novembro e 1º de dezembro de 2025 no Pavilhão de Exposições do Anhembi, em São Paulo. O retorno da exposição também era um desejo do presidente da Anfavea, Marcio de Lima Leite, em seu último ano de mandato. Segundo a associação, o Salão do Automóvel de 2025 vai beber na fonte da CES Las Vegas, a maior feira de tecnologia do mundo. Como também se inspirar nos modelos de renovados outros auto shows internacionais, como Pequim, Detroit e Munique (ex-Frankfurt).

Neste novo modelo, o Salão do Automóvel de 2025 vai seguir a cartilha da "experimentação". O foco promete ser nas novas tecnologias de propulsão, assim como em produtos, test-drives, sistemas de conectividade e serviços.



### ***Evento será moderno e centrado em tecnologia***

De acordo com a ANFAVEA, o modelo da exposição deve seguir os padrões da CES Las Vegas e dos reconfigurados Salões de Pequim, Munique e Detroit.

O foco do evento passa a ser total nos produtos, na experiência com test-drives, nos serviços aos clientes, e sobretudo nas novas tecnologias de propulsão ambientalmente amigáveis, de segurança e de conectividade entre carro e motorista, além da conexão entre veículos e o seu entorno.

O novo Salão do Automóvel, como sempre foi desde a primeira edição, em 1960, será um evento plural, com a presença de fabricantes tradicionais, novos entrantes, importadores e de empresas que representam o que há de mais avançado em tecnologias automotivas.

### ***Os Salões do Automóvel estão voltando pelo mundo***

Até então considerados praticamente extintos, as principais mostras automotivas pelo mundo estão retornando com força. Motor1.com Brasil esteve nos últimos anos nos principais eventos mundiais, como o Tokyo Motor Show - Japão, Salão de Munique - Alemanha, Salão de Paris - França, Salão de Pequim - China e CES - Estados Unidos e podemos afirmar que existe grande interesse de público e de empresas que querem mostrar produtos modernos e atualizados.

Na próxima semana, Motor1.com Brasil também estará presente no Salão de Paris, o qual já cresceu consideravelmente em marcas participantes em relação à última edição. No Brasil, a principal queixa do governo era o esforço em conceder subsídios ao setor, principalmente focando em soluções de descarbonização com a tecnologia pioneira nacional do flex - e híbrido flex sem a possibilidade de mostrar os nossos avanços em um evento de classe mundial. Outro ponto importante é a escolha do Pavilhão do Anhembi, tradicional palco do evento. O seu retorno se dará após uma completa reconstrução do local, modernizado e climatizado.







TOUROS | RN



ECO RESORT DO CABO | PE



Vila Galé

HOTÉIS

PARA OS SEUS SONHOS, OS MELHORES  
*destinos.*

PARA VOCÊ, A MAIOR REDE DE  
RESORTS ALL INCLUSIVE DO BRASIL.



MARÉS | BA



RESERVE JÁ!



ECO RESORT DE ANGRA | RJ

# ARRAIAL DO CABO: VIAJE E CONHEÇA



Arraial do Cabo, na Região dos Lagos do Rio de Janeiro, é um dos mais espetaculares destinos do Brasil. Com acesso fácil, preços baixos, dias ensolarados e praias deslumbrantes, Arraial é uma excelente pedida para quem deseja curtir um bom descanso. O mar transparente e incrivelmente azul dá a Arraial do Cabo a fama de “Caribe Brasileiro”, fama estampada na placa oficial de boas-vindas à cidade. O “alerta” prepara o coração dos turistas para o inevitável susto ao avistar a primeira das praias de Arraial do Cabo, ainda à beira da estrada. Depois de passar o susto, aproveite para percorrer paraísos como as Prainhas do Pontal do Atalaia, a Praia do Farol e a Praia do Forno. Temos certeza que você também irá se apaixonar por Arraial do Cabo!

Arraial do Cabo atrai pelas lindas praias e cenários dignos de muitos cliques! E as praias de Arraial do Cabo são especiais por uma razão muito particular. Na região, acontece o fenômeno da ressurgência, que traz para a superfície águas profundas, límpidas e ricas em vida marinha. A fartura de alimento transforma Arraial do Cabo em um dos melhores pontos de mergulho do país. É perfeito para o mergulho de cilindro e também para quem quer se divertir com a prática de snorkeling. O mar de Arraial do Cabo recebe espécies marinhas fantásticas, como golfinhos, orcas e baleias. Um espetáculo capaz de emocionar!

Para curtir o mar de Arraial do Cabo intensamente, visitar lindas praias e ainda ter a oportunidade de ver grandes animais marinhos, não deixe de fazer um passeio de barco em Arraial do Cabo, certamente uma das melhores atrações para quem está na cidade.

Vale dizer a lindíssima Praia do Farol acessível apenas de barco; e a Praia do Forno, com acesso de barco ou por trilha, onde há um mirante lindo com vista para o mar.

Lugares como as Prainhas do Pontal do Atalaia, com a famosa escadaria de madeira; a Praia Brava, escondidinha do grande público e muito especial; e ainda a Praia do Pontal, primeira praia de Arraial do Cabo e continuação da faixa que segue desde a cidade de Cabo Frio.

E por último a Praia Grande com faixa de areia imensa e um lindo pôr do sol para fechar uma tarde de passeio maravilhosa em Arraial do Cabo. À noite, relaxe nos bares e restaurantes da cidade, com direito ainda a uma boa noite de sono nas pousadas de Arraial do Cabo!



# ARRAIAL DO CABO: VIAJE E CONHEÇA



## Passeios

Apesar de geladas, as águas de tons turquesa são surpreendentes e super convidativas para um mergulho. Além disso, o local é ótimo para fazer aquele clique de dar inveja no Instagram! Portanto, deixe memória livre no seu celular, porque você vai colecionar fotos maravilhosas dessa viagem!

Entre os passeios mais recomendados em Arraial estão os que combinam visitas às praias com tours de barco. Uma variedade de passeios como Buggy, Quadriciclo, UTV, Jet Sky, Wakeboard, Passeio de Barco, Mergulho e Paramotor. Em Arraial do Cabo, mergulhe em um mundo de belezas naturais com nossos passeios exclusivos.



Imagine-se explorando praias deslumbrantes e águas cristalinas em um passeio de buggy, quadriciclo ou jet ski. Ou quem sabe desfrutar da emoção de voar sobre as vistas incríveis da região em um paramotor, proporcionam uma perspectiva única das paisagens paradisíacas de Arraial do Cabo

## Ponta da Alcaira (Arubinha), Arraial do Cabo

Localizada entre os bairros de Figueira e Monte Alto, especificamente nas margens da Lagoa de Araruama, a Ponta da Alcaira, também conhecida como Arubinha vêm ganhando popularidade em Arraial do Cabo.

E não é para menos, já que a região conta com cenários comparados ao Caminho de Moises em Maragogi e até as paisagens das Ilhas Maldivas. E a razão para isso é muito simples, já que na maré baixa é possível aproveitar, ao mesmo tempo, as águas tranquilas da Lagoa Araruama e o mar de Arraial do Cabo. Tudo isso dividido apenas por uma faixa de areia.

Mas, apesar da beleza, existem motivos para esse pedacinho da Região dos Lagos ser pouco visitado. E o principal deles é o acesso até o local. Pensando nisso, hoje vou falar um pouquinho sobre esse pedacinho do Brasil. Então, vem comigo!



01. Passeio de barco até a Praia do Farol
02. Visitar as Prainhas do Pontal do Atalaia
03. Conhecer a Gruta do Amor
04. Passar o dia na Praia do Forno
05. Fazer um mergulho de cilindro
06. Estender a canga na Praia Grande
07. Conhecer Arubinha
08. Assistir ao pôr do sol no Pontal do Atalaia
09. Fazer snorkel na Praia da Graçainha
10. Fazer a trilha até o Mirante da Cabocla
11. Fazer a trilha pela Praia do Forno
12. Fazer a trilha pela Praia Grande e Janela do Paraíso



# ARRAIAL DO CABO: VIAJE E CONHEÇA



Localizada entre os bairros de Figueira e Monte Alto, especificamente nas margens da Lagoa de Araruama, a Ponta da Alcaira, também conhecida como Arubinha vêm ganhando popularidade em Arraial do Cabo.

E não é para menos, já que a região conta com cenários comparados ao Caminho de Moises em Maragogi e até as paisagens das Ilhas Maldivas. E a razão para isso é muito simples, já que na maré baixa é possível aproveitar, ao mesmo tempo, as águas tranquilas da Lagoa Araruama e o mar de Arraial do Cabo. Tudo isso dividido apenas por uma faixa de areia.

Mas, apesar da beleza, existem motivos para esse pedacinho da Região dos Lagos ser pouco visitado. E o principal deles é o acesso até o local. Pensando nisso, hoje vou falar um pouquinho sobre esse pedacinho do Brasil. Então, vem comigo!



## Condomínio

O Condomínio Residencial Apart Hotel Golden Lake está estrategicamente localizado para quem deseja explorar as belezas naturais de Arraial do Cabo e Cabo Frio. Situado a 2.9 km de Praia Da Figueira. Estamos a apenas 17 minutos de carro do centro de Arraial do Cabo e 15 minutos das principais atrações e praias dessas duas cidades, facilitando o acesso às praias mais famosas e cenários deslumbrantes. Além disso, estamos a 20 minutos de carro da Ponta da Alcaira, uma praia exuberante na lagoa, conhecida por sua faixa de areia única e tranquilidade.

Para os viajantes que chegam pelo ar, o condomínio fica a apenas 6 minutos de carro do Aeroporto de Cabo Frio, tornando o acesso rápido e conveniente. Se você está vindo de Búzios ou optar por conhecer também essa cidade, a viagem é de aproximadamente 55 minutos, e do Rio de Janeiro, são cerca de 2 horas e meia de carro.

O Condomínio localizado no bairro Monte Alto, em Arraial do Cabo, um local que combina tranquilidade e conveniência. A apenas 5 minutos de carro, você encontra mercados, farmácias e outras facilidades essenciais. Ao lado do condomínio, há um posto de gasolina que também oferece café da manhã e produtos de mercado para emergências. A apenas 700 metros do condomínio, você pode acessar uma praia tranquila e de beleza única, através de uma pequena trilha pela restinga. Em frente ao condomínio com uma caminhada de 20 minutos.

O condomínio possui estrutura completa de praia, com duas lindas piscinas (adultos e infantil), sauna, academia, academia ao ar livre, campo de futebol de areia, campo de vôlei de areia, parque infantil, sala de cinema, sala de vídeo game, sala de jogos (ping-pong, pebolim, sinuca e carterado) e espaço kids. Restaurante na piscina, churrasqueira, espaço pizza e lavanderia no sistema pay-per-use e segurança, 24 horas. Os hóspedes são identificados quando chegam, recebem a pulseirinha.



# ARRAIAL DO CABO: VIAJE E CONHEÇA

## Acesso do hóspede

Dentro do condomínio, é uma praia particular na lagoa, que o hóspede tem o redário, que o hóspede pode deitar, ver o pôr do sol, tem música ao vivo na piscina, e nessas datas festivas tem eventos, com música ao vivo e shows. Sempre tem atividades nas datas festivas: Natal, Réveillon, Carnaval, Páscoa, Dia das Crianças. No condomínio temos sauna, um restaurante e um bar à beira da piscina que funciona todos os dias. A Academia também pode ser utilizadas mediante reserva com administração. O Salão de Jogos (mesa de carteadado, sinuca, pebolim, ping-pong, cinema e brinquedoteca), e o parquinho das crianças que também podem ser usados. A churrasqueira e o espaço pizza também podem ser usados mediante reserva e pagamento de taxa na administração.

## Estacionamento

O condomínio oferece estacionamento incluso, garantindo comodidade e segurança para os hóspedes que optam por vir de carro.



## Apartamento

O Apartamento é localizado em um Apart Hotel às margens da lagoa e a 300 metros da praia. Todo mobiliado, são dois quartos com a cozinha americana. Na sala, é um apartamento garden, tem um pequeno jardim, é no térreo, tem ar-condicionado, nos quartos, televisões, na sala, nos quartos, um dos quartos é suíte, banheiro amplo, dois banheiros, sendo um suíte, banheiros amplos, boxe amplos.

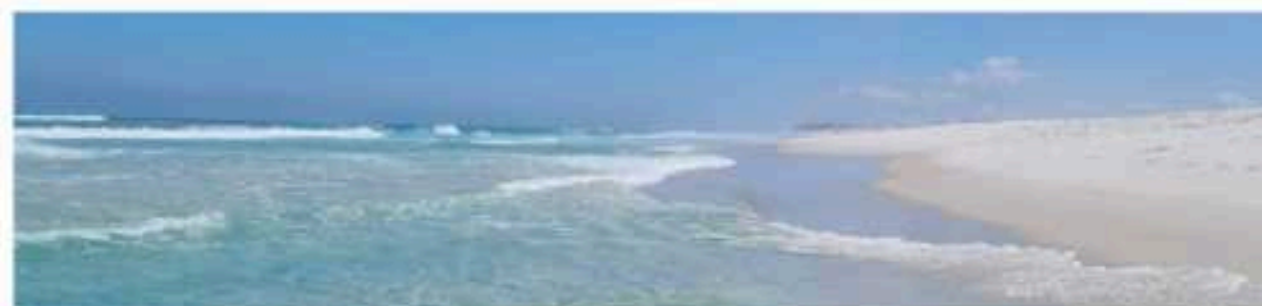
Nas acomodações do apartamento comporta até seis pessoas confortavelmente, em cada quarto tem uma cama de casal e uma cama de solteiro, se precisar tem a cama auxiliar. O apartamento é todo montado. Temos todos utensílios de cozinha necessários para a preparação de alimentos: (louças, panelas, talheres, copos), e eu forneço roupa de cama e roupa de banho, toalhas, para o conforto dos hóspedes. Na sala TV e internet wi-fi no apartamento. A cozinha é privativa e nela temos geladeira, fogão, coifa e micro-ondas. Na varanda temos mesa e cadeiras e uma vista incrível para o hóspede interagir com a natureza e a trilha que leva a praia que fica em frente ao condomínio.



## Opcional

Para conforto dos turistas a proprietária pode oferecer passeios ao hóspede com toda a comodidade do condomínio exclusivo. O passeio para o local Ponta de Alcaira, pode sair de dentro do condomínio. O outro passeio a proprietária indica a agência, para fazê-los como passeio de barcos, passeio de quadriciclo, passeio de bugre e passeio. Pagamento à parte, e pode pagar no local.

Informações diretamente com a proprietária: @aluguelarraial\_katia e Tel.: (21) 97092-0220



# AYMORE ENCERROU AS COMEMORAÇÕES DO CENTENÁRIO DA MARCA COM APRESENTAÇÃO DOS LANÇAMENTOS DO ANO

A Aymoré, marca que já é patrimônio de Minas Gerais, encerrou as celebrações do seu centenário deste ano, marcando presença em um dos maiores eventos supermercadistas do país, a Superminas Food Show 2024, que aconteceu entre os dias 22 e 24 de outubro na Expominas, em Belo Horizonte (MG). O público conferiu todos os lançamentos que foram anunciados ao longo deste ano em novas categorias e no segmento de biscoitos, que ganhou reforços recebendo as últimas tendências do mercado em comemoração aos 100 anos da marca.

O estande contou com degustações exclusivas dos cookies Aymoré e apresentação dos lançamentos, que somam dez no total, entre biscoitos, geleias e doce de leite. Além disso, o espaço teve ilustrações que remetem à história centenária de Aymoré e levou os visitantes a reviverem suas memórias afetivas com a marca.

“Queremos destacar e demonstrar o tanto que Aymoré representa para o povo mineiro. Preparamos lançamentos que são a cara de Minas, aliando nossa tradição às novas demandas do consumidor. O objetivo é manter nossa qualidade atrelada à inovação e conquistar cada vez mais este território, gerando conexões genuínas e memórias que transcendam dentro das famílias”, destacou Matias Torterolo, gerente de marketing de biscoitos da Arcor do Brasil.



## LANÇAMENTOS QUE MARCAM O CENTENÁRIO:

### Linha de Biscoitos:

Um dos grandes destaques do ano foi lançamento do Aymoré Biscuit Sensações, biscoito com recheio de chocolate e coberto com chocolate ao leite, um produto indulgente que surpreende os paladares mais sofisticados, além de ser uma experiência única que não existe no mercado brasileiro.

Outra novidade que terá seu lugar marcado na Superminas é o Aymoré Ouro Crock, biscoito doce com açúcar caramelizado por cima e formato característico. Uma opção que já é sucesso no café da tarde mineiro.

A linha de cookies da marca foi a primeira a ser lançada em 2024 e com três sabores que agradam a todos os gostos, sem deixar de surpreender: baunilha com gotas sabor chocolate (também encontrado em formato lanche, de 20g), chocolate com gotas sabor chocolate e a grande inovação na linha e exclusiva do mercado de biscoitos no Brasil, o sabor Red Velvet com gotas sabor chocolate branco, sabor apreciado pelo público jovem e tendência de mercado.

### Novas categorias:

Sempre em busca de atender os desejos do consumidor, Aymoré ultrapassa fronteiras e expande suas categorias de atuação apresentando sua linha Aymoré Geleias nos sabores morango, amora e goiabada, com 57% de fruta na composição e o Aymoré Doce de Leite, com sabor marcante produzido diretamente em fazendas mineiras.



# AYMORE ENCERROU AS COMEMORAÇÕES DO CENTENÁRIO DA MARCA COM APRESENTAÇÃO DOS LANÇAMENTOS DO ANO

## AGENDA CULTURAL E COLLABS TAMBÉM MARCARAM AS COMEMORAÇÕES

Para retribuir o carinho com o povo mineiro, a marca Aymoré, contribuiu ao longo do ano, por meio da lei de incentivo fiscal, com quatro iniciativas de patrocínio a ações culturais que impactaram mais de 300 mil pessoas. Em janeiro, a marca esteve presente na 27ª Mostra de Cinema de Tiradentes. Aymoré deu nome ao Cine Teatro, que foi palco da exibição dos mais de 150 filmes apresentados na mostra. Além disso, promoveu diversas ativações envolvendo todos que passaram pelo local, como as oficinas de recreação infantil e a disponibilização gratuita de um totem e uma cabine de fotos para que os participantes pudessem levar para casa uma lembrança afetiva da Mostra.

Durante todo este ano, Aymoré contribuiu com a manutenção de um dos principais museus a céu aberto, o Instituto Inhotim, localizado em Brumadinho (MG). Ouro Preto também recebeu a marca durante o 19º Cine Ouro Preto. E, em setembro, Aymoré deu novamente nome a uma sala de cinema com a participação da Cine Mostra BH, que aconteceu em local exclusivo ao ar livre, na praça da cidade.

Outras iniciativas criadas para a comemoração do centenário foram as collabs: a primeira com o do Clube do Queijo Ouro Canastra Q'jaria. Uma parceria que reforçou ainda mais o DNA mineiro da marca e levou muito sabor para as famílias. Os assinantes do clube receberam produtos Aymoré que harmonizam com os outros itens do kit. Por fim, a collab do "Triângulo Mineiro" uniu Aymoré com a loja virtual de camisetas e acessórios mineira Uma Penca, e o ilustrador mineiro Rodrigo Ferreira para levar estampas exclusivas e divertidas a camisetas, bottons, ecobags, posters e canecas. Os produtos podem ser adquiridos pelo link: [umapenca.com/aymore/](http://umapenca.com/aymore/).



## AYMORE: SINÔNIMO DE TRADIÇÃO NOS LARES MINEIROS

No mercado desde 1924, Aymoré é líder absoluta no segmento de biscoitos em Minas Gerais. A marca é considerada patrimônio mineiro e faz parte da história do estado. Sinônimo de qualidade e tradição, conquistou o prêmio TOP OF MIND da Revista Mercado Comum por mais de 20 vezes na categoria Excelência no segmento de alimentos na região de Minas Gerais.

Para estar sempre próxima do consumidor, estreitando e fortalecendo o vínculo com os mineiros, Aymoré conta com um portfólio de mais de 30 opções de sabores e formatos que atendem os gostos de toda família, com opções doces e salgados. Perfeitos para acompanhar todas as refeições do dia, do café da manhã até a sobremesa.

A produção dos biscoitos Aymoré atinge números representativos, com mais de 12 milhões de pacotes por mês, que são produzidos em duas fábricas da Arcor, uma em Contagem (MG) e outra em Campinas (SP) com funcionamento 24h.



# CENÁRIO MINAS: OS PRINCIPAIS PROJETOS DO VEÍCULO PARA 2025

O grupo Cenário Comunicação apresentou seu planejamento para 2025 reunindo parceiros, clientes, profissionais de comunicação e agências em um evento realizado no Rooftop do Hotel Life Residence. No próximo ano, alguns dos projetos já consolidados em 2024 retornarão, como é o caso do Carnaval Cenário Kids e o Natal Raízes Mineiras 2025.



Além desse, a Cenário apresentou dois novos projetos que chegarão logo no primeiro semestre: A "Cenário Rio", um braço da Cenário Minas no Rio de Janeiro, é um projeto editorial dedicado a cobrir eventos, acontecimentos e notícias, voltada para os moradores, trabalhadores e empreendedores. Uma plataforma editorial de conteúdo, serviços e eventos locais, alinhada com o que há de mais moderno em comunicação com foco nessa linda região do Rio de Janeiro.

“Somos um canal de comunicação que promove soluções para uma comunidade conectada. E, juntos, somos mais fortes, inteligentes e produtivos na busca por uma cidade mais humana. E por uma qualidade de vida melhor. Muito além de uma revista digital de bairro — com conteúdo totalmente online, útil, informativo e relevante—, o Cenário Rio tem como objetivo, também, associar lazer & trabalho e aproximar os leitores às empresas e aos profissionais mais conceituados da região”, afirma Luciana Moraes, a frente deste projeto.



O suplemento Revista "Cenário Rural", na cobertura dos eventos do campo em Belo Horizonte, reunirá numa única publicação todos os principais temas ligados a atividade agrícola e pecuária. As melhores reportagens: notícias sobre agronegócio, agricultura, pecuária, exposições, do mundo do campo. A Cenário Rural é mais um produto do grupo Cenário Comunicação e terá como principais agentes: Ana Paula de Souza Castilho e Helberth Neves.

O maior projeto da Cenário é o "Raízes Mineiras", com o foco em promover e valorizar as riquezas de Minas Gerais. O projeto vem com a possibilidade de atender a todas as necessidades do público, que vem em busca de fazer circular a economia da cidade. O circuito de compras visa atender os feirantes da Feira Hippie, juntamente com os espaços ociosos do Edifício Maleta e outras edificações no centro de BH, com a missão de revitalizar a região central, oferecendo melhores condições de trabalho aos comerciantes com mais segurança e conforto aos clientes vindos de diversas regiões do Brasil.



Pensando nisso, junto com a REMO MARKETING ESTRATÉGICO (@remomarkt), a criação do Circuito de Compras e do Passaporte Turístico, será um marco em 2025. Trata-se de um livreto gratuito, exatamente como um passaporte de viagens, que serve para dar descontos ou brindes em lugares visitados em Belo Horizonte. Em cada opção de lazer, o visitante recebe um carimbo do programa e um benefício, que pode ser desconto ou até mesmo brindes. Funciona como um passaporte de viagem e um mapa, apontando os principais restaurantes, pousadas, bares, roteiros e atrações turísticas para viver experiências únicas na cidade. À frente Pedro Lanna Badaró. Esse projeto vem para reafirmar o nosso propósito de reverberar vozes e contribuir positivamente com a expansão de um mercado em ascensão e com muitos profissionais alinhados ao nosso negócio. Estamos muito felizes em embarcar com a REMO, um player muito importante neste setor, para esse novo desafio Da Cenário”, afirmou Geraldo Félix, diretor do grupo Cenário Comunicação.





# PRECISA DIVULGAR SUA MARCA?

Vamos ajudá-lo a destacar o que  
há de melhor na sua marca



# THE TOWN: GRANDES ATRAÇÕES NO FESTIVAL EM 2025



O The Town, festival que chega a sua segunda edição em São Paulo em 2025. O festival acontecerá nos dias 6, 7, 12, 13 e 14 de setembro do ano que vem, novamente no Autódromo de Interlagos.

Na próxima edição, a Cidade da Música promete proporcionar uma atmosfera "emocionante", que deve ocupar os 360 mil metros quadrados do Autódromo de Interlagos. Em 2025, o mapa do espaço terá mudanças com relação a 2023. Os palcos The One, Factory e São Paulo Square – alvos de reclamação do público, que teve dificuldades para entrar e sair dos shows e ouviu o áudio vazando de um palco para o outro –, ganharão novas localizações.

A organização também anunciou que o The Town ganhará novos palcos, experiências e atrações que serão divulgados em breve. Já estão confirmados para a edição do ano que vem os brinquedos radicais como a Roda Gigante, Tirolesa, Megadrop e Montanha Russa.



## Nova localização dos palcos no Autódromo

Programado para receber quatro shows por dia de grandes artistas nacionais e internacionais, o palco Skyline mantém o mesmo lugar que ficou na última edição. Já o The One, ganha uma nova localização: estará no lugar em que em 2023 ficava o Megadrop, em frente onde era o The Town Club Lounge, e passa a contar com um amplo anfiteatro natural. O palco São Paulo Square ficará no local onde estava o The One em 2023. O Factory, por sua vez, passa a ocupar o espaço que era da São Paulo Square e ganha uma área mais ampla para o público.

Muda também a localização da Market Square, que contou com a assinatura do renomado chef Alex Atala na edição de 2023: ficará localizada próxima ao espaço que antes pertencia ao Factory.

## ATRAÇÕES

O festival de música The Town, que acontece no Autódromo de Interlagos, em São Paulo, anunciou mais atrações para sua edição de 2025: Green Day, Sex Pistols, Iggy Pop e Pitty.



O evento, idealizado pelo empresário Roberto Medina, dono do Rock In Rio e, atualmente, produtor do Lollapalooza, está marcado para setembro do ano que vem.

No dia 7 de setembro, data em que o festival celebrará o punk rock, Green Day e Sex Pistols serão os headliners no palco principal, o Skyline. Iggy Pop e Pitty se apresentarão no palco The One. Os ingressos para o evento ainda não começaram a ser vendidos. A primeira venda está marcada para 13 de fevereiro e será exclusiva para clientes do The Town Club.



# AGENDA DE SHOWS INTERNACIONAIS QUE ESTÃO CONFIRMADOS PARA 2025 NO BRASIL

Se você adora música ao vivo e está sempre de olho nos shows internacionais que acontecem no Brasil, 2025 promete ser um ano cheio de atrações incríveis. Diversos artistas já confirmaram presença em grandes festivais e apresentações solo pelo país, com estilos musicais para todos os gostos. De grandes nomes do pop a bandas de rock, há uma agenda rica e variada para os fãs de música. Continue lendo para descobrir quais shows já estão confirmados e comece a se planejar para curtir esses momentos inesquecíveis.

## Lollapalooza Brasil 2025 anunciou um festival cheio de estrelas

Um dos maiores festivais de música do mundo, o Lollapalooza, volta ao Brasil em 2025 com um line-up de tirar o fôlego. O evento será realizado entre os dias 28 e 30 de março no Autódromo de Interlagos, em São Paulo. Este ano, o festival traz uma mistura de artistas consagrados e novas promessas da música internacional. Entre os nomes confirmados, destacam-se grandes estrelas como Olivia Rodrigo, que conquistou o mundo com seus hits emocionantes, e Shawn Mendes, conhecido por suas baladas românticas e apresentações energéticas. Outro destaque é Justin Timberlake, que retorna ao Brasil com seu carisma e uma carreira cheia de sucessos. Para os fãs de rock, a presença de Alanis Morissette é um prato cheio; a cantora promete trazer seus clássicos que marcaram gerações.

Além desses, o Lollapalooza contará com apresentações de diversos artistas que estão despontando na cena musical, como Tate McRae, Girl In Red e Fontaines D.C. Para quem curte música eletrônica, o festival também traz nomes como Zedd, Charlotte de Witte e San Holo, garantindo uma programação diversificada que vai agradar todos os gostos. Artistas como Dua Lipa e Eminem têm negociações em andamento para apresentações solo, com altas expectativas. Avril Lavigne também está sendo cotada para participar de um festival com temática emo, possivelmente em conjunto com outras bandas do gênero. Entre os nomes do pop e rap, Halsey, Charli XCX, Chappell Roan, Troye Sivan, Tyler, The Creator e Childish Gambino estão em negociação para integrar o line-up de festivais no início do ano. As negociações para esses artistas já avançaram, e suas presenças no Brasil parecem cada vez mais prováveis, especialmente considerando o sucesso recente de seus trabalhos. Para completar, há rumores de que Green Day e Olivia Rodrigo também estão em discussões para uma turnê pela América Latina, com o Brasil como uma das paradas principais. Lembrando que ainda não há confirmações concretas divulgadas pelos organizadores dos eventos.



## Come to BH! The Offspring

Os fãs da banda The Offspring já podem se preparar. Belo Horizonte será uma das cidades que vai receber o show da banda californiana. A capital mineira entrou na rota da turnê que a banda vai fazer no ano que vem. A banda abre a excursão pelo Brasil justamente em BH, no dia 5 de março, no Belfly Hall. Ela será acompanhada da banda Amyl And The Sniffers. A venda de ingressos começa segunda-feira, dia 7 de outubro, a partir de meio-dia, no site da Eventim Brasil.

## Shakira

A diva pop colombiana Shakira fará duas apresentações no Brasil em fevereiro. Uma no Rio de Janeiro, no Estádio Nilton Santos, no dia 11, e outra em São Paulo, no Estádio Morumbi, no dia 13.

## Left to Die

Quem também confirmou uma turnê pela América do Sul no começo deste mês foi o quarteto de metal Left to Die, que desembarca no Brasil em janeiro. Eles farão sete shows e entre as cidades, vão passar por Belo Horizonte, no dia 10 de janeiro. Os ingressos estão disponíveis no Clube do Ingresso.

## Tindersticks

A banda inglesa virá ao Brasil pela primeira vez para um show único em São Paulo, em 16 de abril de 2025. O grupo dos anos 1990 se apresentará no Auditório Simón Bolívar, no Memorial da América Latina, com capacidade para mil pessoas. Os ingressos já estão a venda online na Zig Tickets e custam de R\$ 180 a R\$ 330.



# AGENDA DE SHOWS INTERNACIONAIS QUE ESTÃO CONFIRMADOS PARA 2025 NO BRASIL



## Mudhoney

11 anos após sua última vinda ao Brasil, a banda grunge Mudhoney confirmou uma nova passagem pelo país, com quatro datas de shows. Por enquanto, ainda não há mais informações, mas as datas, locais e valores de ingressos devem ser revelados em breve.

## Sting

O cantor britânico Sting, ex-vocalista da banda The Police, trará sua nova turnê STING 3.0 para três cidades brasileiras. Ele se apresentará em 14 de fevereiro no Rio de Janeiro, na Farmasi Arena; em 16 de fevereiro em São Paulo, no Parque Ibirapuera; e em 18 de fevereiro em Curitiba, na Pedreira Paulo Leminski. Os ingressos já estão disponíveis pela Ticketmaster.

## Garbage

A banda de rock estadunidense Garbage tocou no The Town no ano passado, mas já anunciou sua volta ao Brasil no próximo ano. Eles chegarão em março e passarão pelo Rio de Janeiro (21 de março), São Paulo (22 de março) e Curitiba (23 de março), com a participação do grupo L7. Os ingressos estão à venda pelo Clube do Ingresso.

## Incubus

Por fim, na lista de shows internacionais para 2025, o Incubus — destaque da edição de 2024 do Rock in Rio —, tem shows marcados em Curitiba e São Paulo em 8 e 10 de abril, respectivamente. A primeira apresentação será na Live Curitiba, enquanto a segunda é no Espaço Unimed. Os ingressos custam a partir de R\$ 200 e estão disponíveis para compra pela Tickets For Fun.

## Simply Red

Poucas bandas desfrutam do sucesso e da longevidade do Simply Red. Em 2025, o grupo inglês formado em 1985 completa 40 anos de uma trajetória que é uma das mais bem-sucedidas da história da música mundial. A turnê Simply Red – 40th Anniversary Tour 2025 chega ao Brasil para duas apresentações. O primeiro show vai acontecer no Rio de Janeiro, no Rio Arena, no dia 12 de março de 2025. Em seguida, no dia 15 de março de 2025, São Paulo recebe o grupo para uma apresentação no Allianz Parque. Saiba mais aqui.

## Tarja e Marko Hietala

O grande encontro de estrelas do metal sinfônico voltará ao Brasil em 2025. Os astros Tarja e Marko Hietala confirmaram a Living the Dream Together Tour pelo país no próximo ano, com quatro datas. Em São Paulo, o show acontece, dia 24 de maio no Tokio Marine Hall. Saiba mais aqui.

## U2 pode vir ao Brasil em 2025?

Após o show da Madonna na Praia de Copacabana, outros artistas podem estar vindo para o Brasil para eventos de graça. Recentemente, o prefeito do Rio de Janeiro, Eduardo Paes, prometeu trazer a banda irlandesa U2 para um show caso vença as eleições. A única vez que a banda se apresentou no país foi em janeiro de 1998, em Jacarepaguá (RJ).



# Quadrinhos

ENTREVISTA DE ARTHUR BRAGA COM COLETIVO KITNET – REPRESENTANTE: MANDY MODESTO

## 1. Amanda você é uma artista e professora de Belém, quer falar um pouco sobre você? Como começou o seu trabalho com quadrinhos?

Sou Mestre em História, Crítica e Educação em Artes pela UFPA. Licenciada em Artes Visuais. E atuo desde 2018 como professora de Artes no município de Ananindeua – PA. Além disso, atuo também como ilustradora e quadrinista, desde 2018. Comecei a produzir quadrinhos por causa de um Laboratório de Quadrinhos realizado na Casa das Artes em 2017, participei da HQ A menina que vem de Itaiara, desde então venho atuando em diversos coletivos: Coletivo Açai Pesado, Coletivo MARPARÁ de Mulheres Artistas do Pará; Coletivo Ilustra Pretice; e atualmente fundei meu próprio Coletivo de Quadrinhos Independentes, o Coletivo Kitnet.



@mandy\_modesto\_

## 2. Você já deu cursos, certo? Como você acha que o quadrinho pode ajudar na educação e desenvolvimento do discente?

Tive a oportunidade de ministrar cursos de ilustração e quadrinhos. Estive pela Fundação Curro Velho, pela Usina da Paz na Cabanagem, na Biblioteca do Centur pela Fundação Cultural do Pará e também, graças ao Coletivo Kitnet, recentemente pude ir para Icoaraci ministrar uma Oficina de Quadrinhos apoiada pelo Coletivo Escambo Literário. Acredito sim que os quadrinhos são fundamentais na educação e desenvolvimento dos discentes. Os quadrinhos podem expressar nossas visões e sentimentos. Podem ser simples, complexos ou os dois. São muitas as possibilidades de aprendizado na produção de quadrinhos, há uma diversidade de temas, não precisam se prender a realidade, podem tomar caminhos poéticos para extravasar as emoções, podem denunciar temas políticos, podem ser educativos... Depende muito de quem irá produzir as histórias, mas com certeza é um caminho de muita aprendizagem.

## 3. Como funciona o Coletivo Kitnet?

O Coletivo Kitnet funciona de forma independente e colaborativa. Eu recebia meus amigos no Kitnet pra assistir filme, jogar RPG ou simplesmente conversar. Virou um espaço de acolhida e com o tempo surgiu a ideia de transformar nosso grupo em um coletivo. Atualmente somos 8 participantes. Na produção das histórias transitamos entre a produção dos roteiros, das imagens ou os dois. Escolhemos o tema e produzimos as revistas nas reuniões do Kitnet. Os valores de produção e os lucros são distribuídos entre os participantes das edições, e estamos visando parcerias para a venda das revistas, já conseguimos o Solar do Leitor como colaborador. Participamos de eventos e damos oficinas quando somos convidados. No geral, nos divertimos bastante durante o processo criativo.

## 4. Como o quadrinho se insere no mercado e o que ele tem a oferecer para marcas e empresas?

O quadrinho tem muitas possibilidades e permite uma comunicação rápida. Pode contar histórias de forma interessante, pode tornar informações mais acessíveis, pode ensinar coisas de forma mais lúdica e é visualmente estimulante. Para as empresas e marcas, as informações de mídia precisam criar conexão com o público, e os quadrinhos conseguem atingir esse interesse de forma mais eficaz. Nossa visão como artistas não é somente publicitária, nós somos preocupados com a maneira como contamos as histórias e como isso impacta as/os leitoras/es, e muitas vezes, é essa expressão mais orgânica da humanidade que falta em muitos materiais produzidos em empresas e marcas. Temos muitas perspectivas a oferecer com os quadrinhos.



# Quadrinhos

Merenda

2016 --



## 5. Você é autora do personagem Caroço, o urubu, como surgiram essas tiras?

O Urubu Caroço foi o meu primeiro personagem. Ele foi criado numa oficina de quadrinhos, ministrada por Gaby Bichara na Fundação Curro Velho. E o detalhe é que eu nem estava inscrita na oficina, eu só ia até lá para entregar o almoço de um namorado que estava estudando lá o dia todo. O Bichara me via lá todos os dias e acabou me chamando para fazer a oficina. O urubu Caroço apareceu pela primeira vez no Açaí Pesado - Volume I. Atualmente ele é um personagem expressivo de pautas mais políticas e temas que deixam ele mal-humorado. É um personagem recorrente no Coletivo Kitnet e em breve deverá ser a estrela de seu próprio quadrinho solo.

## Concepção e trajetória de Caroço --- 2024

Além do Caroço, o Kitnet produz tirinhas sobre os próprios membros do coletivo, sobre personagens que aparecem nas revistas e também expressa nossas visões sobre temas atuais.



## 6. Obrigado pela conversa, onde podemos acompanhar o trabalho de vocês?

Eu agradeço demais o convite para essa conversa, por enquanto somos um coletivo caçula no meio dos quadrinhos de Belém e é muito bom ter essa oportunidade de mostrar nossas ações e histórias. E pra quem quiser saber mais, nós produzimos principalmente pelo instagram @kitnet\_\_ e pela página do Kitnet no Facebook. É possível encontrar nossas publicações disponíveis para venda e há também a opção gratuita, é possível acompanhar nossas tirinhas online. Todo apoio é bem-vindo e a divulgação é fundamental para nosso grupo. E também podemos ajudar em propostas sobre quadrinhos ou ações educativas, basta mandar uma mensagem ou enviar um e-mail o [kitnet.hq@gmail.com](mailto:kitnet.hq@gmail.com). Espero que apreciem, amamos ler os comentários sobre as histórias.



# Quadrinhos

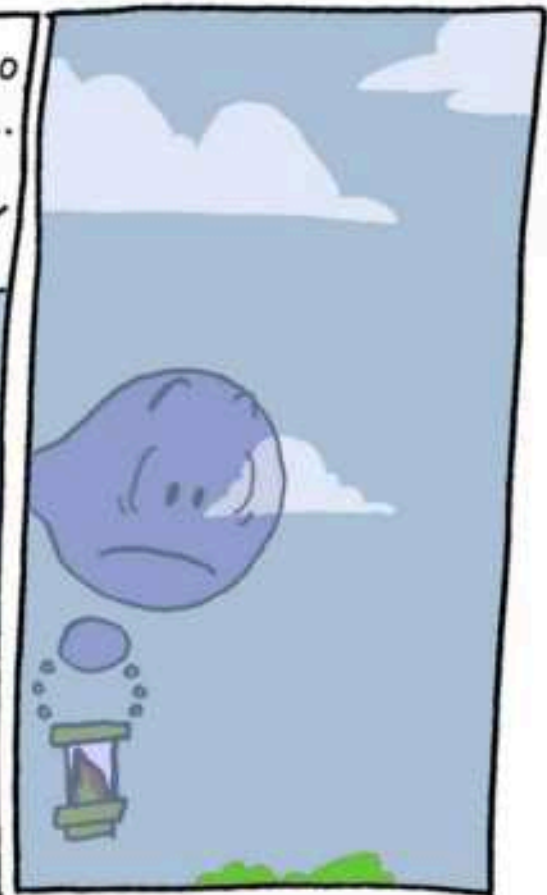
TIRAS DO BEYBINHO

tirasdobeybinho



ARTHUR BRAGA.

OS GATOS ENXERGAM 🐱 🐼



# Quadrinhos



TIRAS DO BEYBINHO • AINDA Bem QUE EU NÃO Sou VOCÊ

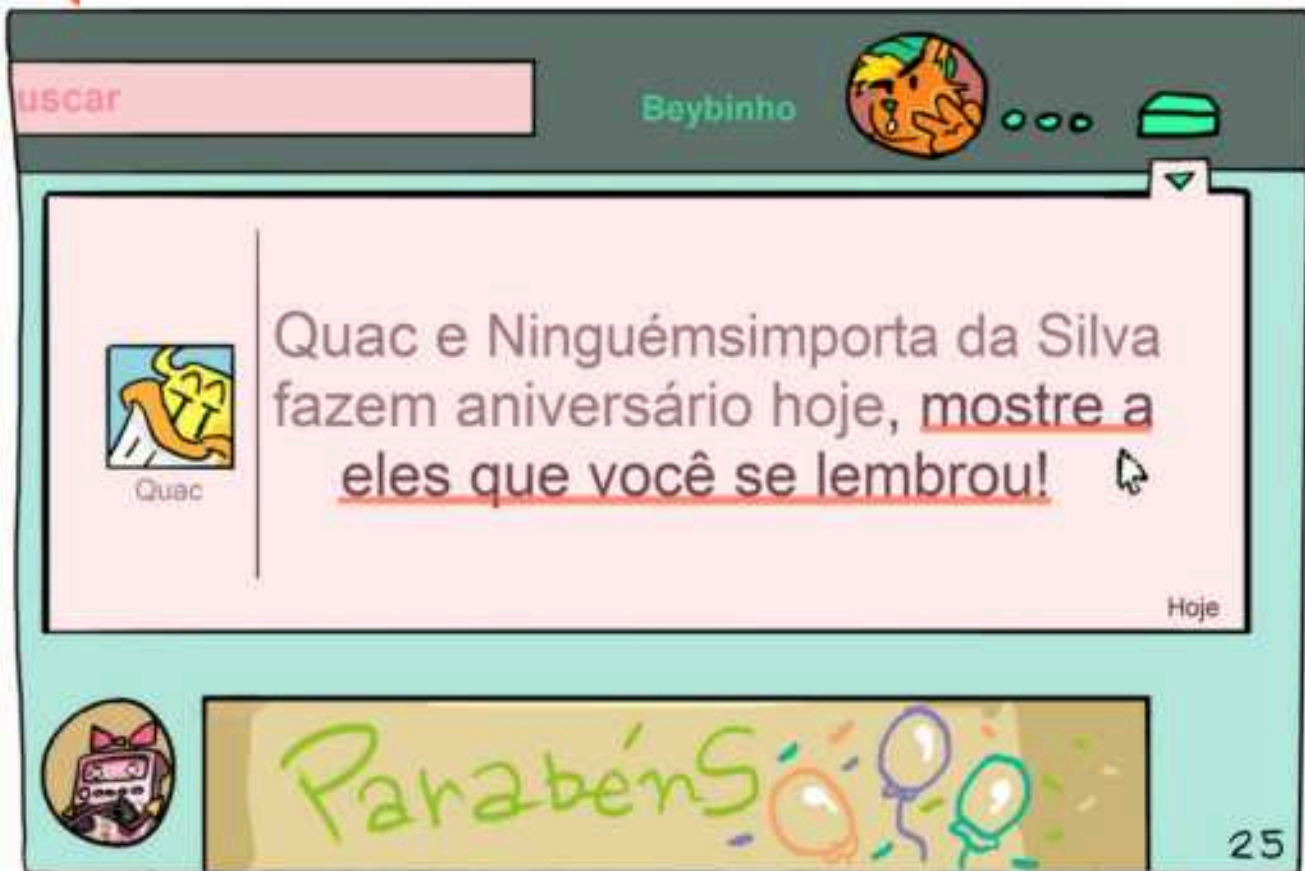
Instagram: [tirasdobeybinho](https://www.instagram.com/tirasdobeybinho)







## 1 QUEM...?



OU SERIAM VOZES DA MINHA CABEÇA?



## BIJU, A PREFEITA

Ana Paula B. Delgado + Arthur



CENÁRIO

CENÁRIO

CENARIOMINAS.COM.BR

CENÁRIO

@CENARIOMINAS

CENÁRIO

@CENARIOMINAS

CENÁRIO

CENARIOMINAS.COM.BR

CENÁRIO

@CENARIOMINAS

CENÁRIO

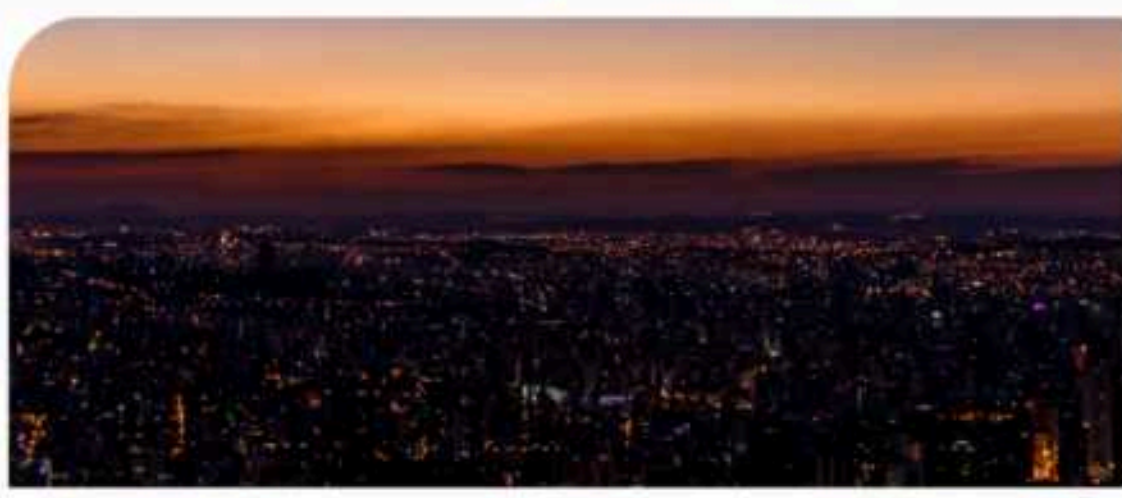
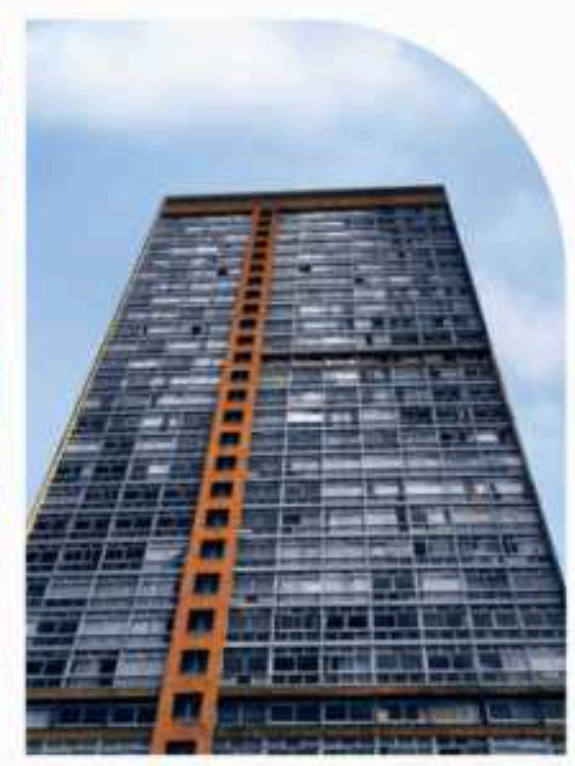


CENARIOMINAS.COM.BR

CENÁRIO

CENARIOMINAS.COM.BR

CENÁRIO



CENÁRIO

@CENARIOMINAS

CENÁRIO

CENARIOMINAS.COM.BR

@CENARIOMINAS

CENÁRIO

CENARIOMINAS.COM.BR

CENÁRIO

@CENARIOMINAS

CENÁRIO