

revista

EXCLUSIVE

#133

REVISTAEXCLUSIVE.COM.BR



Foto: Andrade Fotografia

CRISTIANO BUENO

*Conheça a história do diretor comercial
do Grupo WHS e Recupera-C*



**BOM MESMO É
LEVAR A VIDA LEVE...**

COM QUALIDADE E MUITA VARIEDADE.

Vem pro



@epasupermercados

WWW.EPA.COM.BR

INSPIRAÇÃO

Cristiano Bueno é diretor comercial do Grupo WHS e Recupera-C, e se consolida como um dos maiores nomes do mercado de consultoria tributária. O empresário é uma figura respeitada e admirada no mundo dos negócios no Brasil, sendo reconhecido não apenas por seu sucesso profissional, mas também por sua dedicação à comunidade.

Sua história é uma fonte constante de inspiração, repleta de desafios superados e conquistas celebradas. E é exatamente ela que estampamos nesta edição. Vale a pena conferir, em nossas próximas páginas!

JADER KALID
SÓCIO-DIRETOR

DIRETOR-GERAL

Jader Kalid

EDITORA-CHEFE

Leticia Pimentel

COLUNISTAS

Adriana Caram, Alysso Resende, Amaralina Las Casas, Bárbara Bracarense, Bruno Carneiro, Bruno Sander, Carla Oliveira, Carlos Lindenberg, CasteloCabraia Arquitetura, Cristiano Bueno, Daniela e Renata Barra, David Braga, Fábio Campos, Gabriel Trillo, Germano Gomes Vieira, Jussara Naves, Leo Montesanto, Leonardo Martins, Leonardo Neves, Licia Arantes, Louise Amaral, Luan Silveira, Luciana Leite, Luís Cláudio Chaves, Luiz Gustavo Soares, Marcela Mattos, Marcelo Soares, Nathalia Caiáffa, Norma Sena, Patrícia Alvarenga, Rachel Capucio, Ricardo Guimarães, Rô Aguiar, Rodrigo Lopes, Sílvia Salvador, Simone Demolinari, Stephanie Carvalho, Téo Mascarenhas e Thayane Oliveira

DIRETOR DE ARTE

Leandro Godinho

REPÓRTER E SOCIAL MEDIA

Gabrielle de Andrade

ASSISTENTE DE REDAÇÃO

Thauany Andrade

FOTÓGRAFOS

Léo Andrade (Andrade Fotografia) e Ton Nettos

DIRETORA COMERCIAL

Aline Matos

PRODUTORA EXCLUSIVE

Thiago Kalid, diretor de negócios multiplataforma

Tiragem: 25 mil exemplares | **Periodicidade:** mensal

Gráfica: Koloro Indústria Gráfica

Distribuição: Clube MotoBoy, Correios e logística interna.

Escritório Exclusive – Ed. Atlanta

Alameda Oscar Niemeyer, 1.033, portaria 3, sala 516

Vila da Serra/Nova Lima | CEP: 34.006-065

Diretoria: jader@revistaexclusive.com.br

Produtora Exclusive: thiago@revistaexclusive.com.br

Comercial: aline@revistaexclusive.com.br

Marketing: marketing@revistaexclusive.com.br

Administrativo: financeiro@revistaexclusive.com.br

Redação: leticia@revistaexclusive.com.br

Assinatura: geral@revistaexclusive.com.br

facebook.com/revistaexclusive 

[@revistaexclusive](https://instagram.com/revistaexclusive) 

Edições on-line em www.revistaexclusive.com.br ou via aplicativo Revista Exclusive, disponível para Android e iOS.

25.286.398/0001-03

Inscrição municipal: 29652344

Produtora Exclusive Eireli

Acesse o nosso site:





ADRIANA CARAM



ALYSSON RESENDE



AMARALINA LAS CASAS



BÁRBARA BRACARENSE



BRUNO CARNEIRO



BRUNO SANDER



CARLA OLIVEIRA



CARLOS LINDENBERG



CASTELLOCAMBRAIA ARQUITETURA



CRISTIANO BUENO



DANIELA E RENATA BARRA



DAVID BRAGA



FÁBIO CAMPOS



GABRIEL TRILLO



GERMANO GOMES VIEIRA



JUSSARA NAVES



LEO MONTESANTO



LEONARDO MARTINS



LEONARDO NEVES



LÍCIA ARANTES



LOUISE AMARAL



LUAN SILVEIRA



LUCIANA LEITTE



LUÍS CLÁUDIO CHAVES



LUIZ GUSTAVO SOARES



MARCELA MATTOS



MARCELO SOARES



MARIANA SALDANHA



NATHALIA CAIAFFA



NORMA SENA



PATRICIA ALVARENGA



RACHEL CAPUCIO



RICARDO GUIMARÃES



RÔ AGUIAR



RODRIGO LOPES



SILVIA SALVADOR



SIMONE DEMOLINARI



STEPHANIE CARVALHO



TÉO MASCARENHAS



THAYANE OLIVEIRA

x // SUMÁRIO



22
CAPA

TECNOLOGIA

58

MERCADO

76

EVENTOS

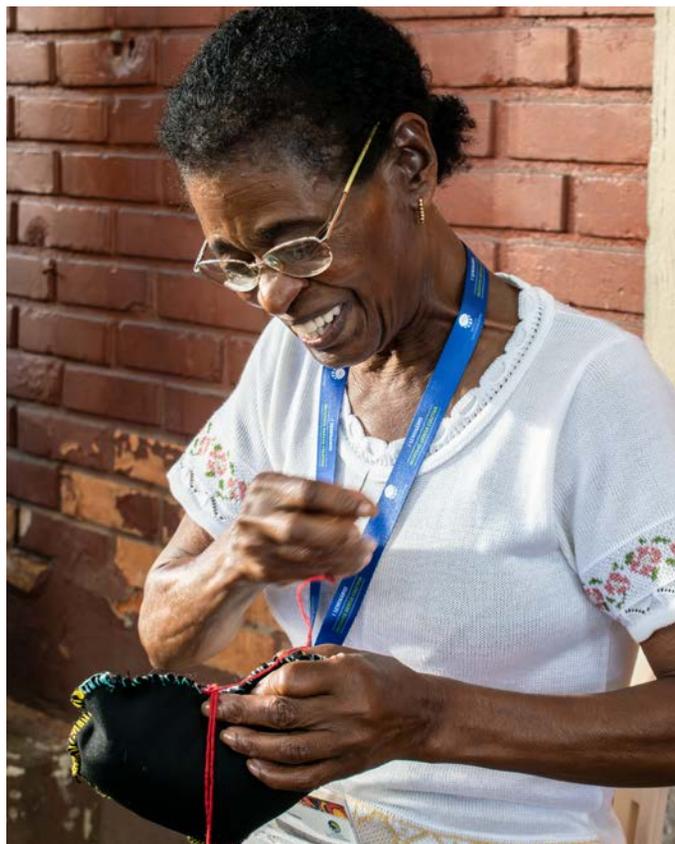
86

16 ARQUITETURA



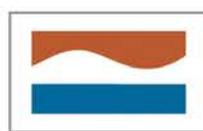
18 LAZER 32 SOCIAL

36 MINAS





Lotes a partir de 1000 m²



TERRA

P E N

Encontre seu


SEQUÓIA
LOTEAMENTOS

Rua Benedito Fernandes de Oliveira, 15
Jd. Boa Vista · São João da Boa Vista - SP



Condições especiais

amare

Í N S U L A

feito de viver

VENDAS:



D-FILIPPO
netimóveis

Tel: (31) 98881-5931

E-mail: terramare@netimoveis.com

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

www.descubraterramare.com.br



ARROZ DE PATO CASA RIUGA

Ingredientes

- 2 xícaras de arroz branco
- 2 sobrecoxas de pato (usamos o pato inteiro, mas sugerimos fazer a receita com sobrecoxa)
(Obs: o magret curamos)
- Azeite
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher (de chá) de manteiga
- Agrião a gosto
- 1 cebola pérola tostada

Para a caldo do pato

- 2 sobrecoxas
- 1/2 cebola
- 1/2 cenoura
- 40g de portobello
- 10g de extrato de tomate
- 2 dentes de alho
- Bouquet garni (pimenta-do-reino, louro, tomilho e alecrim)
- Água



Modo de preparo

Pique grosseiramente a cebola, a cenoura e os cogumelos. Regue uma panela com azeite, deixe esquentar e toste a pele das sobrecoxas até ficarem bem douradas. Reserve. Aproveitando o fundinho da panela, refogue os legumes até começarem a amolecer. Adicione o extrato de tomate e refogue. Volte as sobrecoxas para a panela e cubra com água. Deixe cozinhar em fogo baixo até que a carne comece a desmanchar. Quando estiver pronto, separe a carne e o caldo.

O arroz

Toste as cebolas pérolas cortadas pela metade. Desfie o pato. Cozinhe o arroz no caldo do pato na proporção de 1 de arroz para 2 de caldo (2 xícaras de arroz para 4 de caldo) e reserve. Em uma frigideira quente e regada a azeite, doure o pato desfiado. Adicione o arroz e mais um pouco de caldo, para chegar no ponto. Para finalizar, adicione uma colher de manteiga, agrião fresco, tempere a gosto com sal e pimenta. Prontinho!



SA BOR

AUTÊNTICO
com muito
mais queijo




Delimassa[®]
PÃO DE QUEIJO
Verdadeiras Delícias



**ACESSE E
SAIBA MAIS**

www.delimassaalimentos.com.br

ARQUITETA DA SUA PRÓPRIA HISTÓRIA

A vida é uma série de desafios e oportunidades; e a determinação é a chave para transformar sonhos em realidade. A arquiteta Vanessa Villa (41) que o diga! Vanessa demonstrou desde cedo que tem garra e coragem como sobrenomes. Mesmo que para muitos desistir seja sempre a opção mais fácil, ela aprendeu que lutar pelo que se deseja é o único caminho para alcançar grandes realizações.

Em 2008, Vanessa enfrentou sua primeira grande batalha: conseguir uma vaga no curso técnico em Segurança do Trabalho no Senac, em Belo Horizonte. Motivada, ela chegou à fila de inscrição às 5 da manhã e esperou pacientemente o dia todo. Quando as vagas se esgotaram antes de chegar a sua vez, a tristeza tomou conta. Mas a sorte estava ao seu lado. “Uma das coordenadoras do curso falou que a diretoria do Senac abriu mais uma turma. Foi assim que consegui entrar. Ufa! À época, o curso era de dois anos. Fiz esses dois anos superempolgada, pois conheci a área por meio do escritório de perícia trabalhista que eu trabalhava como secretária, o que contribuiu bastante para a facilidade do meu desempenho no curso”, relembra-se.

Após a formatura, Villa foi contratada por um escritório de engenharia que fazia reformas prediais e, durante oito anos, trabalhou como técnica em segurança do trabalho em obras de uma grande montadora de veículos em Betim. Essa atuação, aliás, foi uma experiência fundamental para seu crescimento na construção civil. “A construção civil está presente na sociedade desde os primórdios. Atualmente, a área se destaca por permitir diversas possibilidades e está em constante difusão e expansão. É importante ressaltar que a construção civil se pauta como um ofício coletivo e que exige o trabalho conjunto de diversos profissionais”, explica Vanessa.

Sempre em busca de aperfeiçoamento, Vanessa participou de inúmeros cursos, palestras e treinamentos. Decidida a continuar na construção civil, fez vestibular para Engenharia Civil. Quando a faculdade não conseguiu preencher as turmas para o curso, ela viu uma nova porta se abrir: Arquitetura. “Cursei Arquitetura no período noturno, porque queria estagiar desde o início do curso; e assim foi feito. Passei pela PBH, por construtoras pequenas e grandes, e pelo Instituto Estadual do Patrimônio Histórico e Ar-



tístico (Iepha-MG). Até que fui contratada pela construtora que trabalho atualmente”, conta orgulhosa.

Com 12 anos de experiência no mercado, Vanessa **combina arte e técnica para criar espaços que atendem às necessidades e gostos dos clientes**. “Na construtora, realizo projetos de detalhamento, acompanhamento nas modificações de projetos dos clientes, elaboração de memorial descritivo, levantamento de área, especificação de materiais, controle de contratos, acompanhamento de cronograma, gastos e vistorias nas obras e nas unidades residenciais”, explica a arquiteta, que completa: “É muito gratificante ver o nosso trabalho tomando forma real. É lindo quando você vê um terreno vazio e, em três anos, tem uma edificação com moradores. É aí que conseguimos ver que tudo que fazemos é importante e tem significado para as pessoas”.

A arquiteta, que acredita que a capacitação contínua é essencial para se destacar na área, ressaltando a importância da adoção de novas tecnologias e do cuidado com a sustentabilidade, revela seus planos para o futuro: “Pretendo continuar meu desenvolvimento profissional, ter meu próprio escritório e conhecer um pouco mais da arquitetura de outros lugares”.

 @vanessavillaarq

VOCÊ melhor

SAÚDE | BELEZA | BEM-ESTAR E+
COM GUI MOREIRA

OS GRANDES
ESPECIALISTAS
PASSAM
POR AQUI!



SÁBADO 8:45
SÃO PAULO



SÁBADO 9:10
SÃO PAULO



DOMINGO 10:00
SANTA CATARINA



DOMINGO 8:15
MINAS GERAIS



SÁBADO 9:45
PARANÁ

@guimoreira.tv

UM CÉU DE PRATA (E DE SUCESSO!)

Fundada em 2016, a Céu de Prata é um e-commerce brasileiro referência no comércio de joias on-line. Por trás dela, aliás, está a CEO Yara Machado, que plantou uma pequena semente em seu início e hoje colhe frutos inimagináveis. Atualmente, a marca trabalha com diversas categorias de produtos em todo



o território nacional, com **parcerias de peso com grandes revendedoras pela internet e presente em marketplaces como Amazon, Giuiliana Flores, Mercado Livre e Shein.**

Ao longo de sua trajetória, o objetivo da Céu de Prata sempre foi o de realçar a beleza singular de cada mulher. No escritório, no bairro da Liberdade, em São Paulo, a equipe é composta por 32 colaboradores, sendo 90% mulheres. E a mulherada também é maioria quando o assunto é a clientela fiel. “As mulheres predominam entre os nossos clientes, representando 87% dos compradores”, aponta Yara Machado, que ainda complementa: “Já na distribuição por faixa etária, a maior parte do público está concentrada entre 25 e 34 anos, totalizando 37% das compras. Em seguida, os consumidores mais jovens, com idades que variam de 18 a 24 anos, representam 35% do total. Por fim, a faixa etária de 35 a 44 anos foi responsável por 22% das nossas compras. Esses são dados do primeiro quadrimestre deste ano, que foi um sucesso para a gente”.

E bota sucesso nisso! A Céu de Prata fechou o primeiro quadrimestre de 2024 com resultados expressivos. Foram 60 mil joias vendidas, totalizando 14 mil envios, com uma média de três a quatro produtos por pedido. Neste começo de ano, a companhia também conquistou mais de 10 mil novos clientes de diferentes cidades do Brasil.

Os números refletem o ritmo de crescimento da empresa, que, no ano passado, alcançou a marca de **170 mil itens enviados, mais de 100 mil novos consumidores e 40 mil compradores.** O Sudeste foi o grande destaque de vendas no país, começando por São Paulo, onde está localizada a sede da empresa – no estado, foram registrados 57% dos envios. Logo após está Minas Gerais, com cerca de 8%; e, por último, o Rio de Janeiro, com 6%. Os outros 29% dos envios estão distribuídos nas demais regiões brasileiras.

“Estamos muito satisfeitos com os resultados que obtivemos até o momento. Estamos ansiosos para continuar expandindo a presença da nossa marca, alcançando novos públicos e ampliando nossa base de clientes”, comemora Yara, que ainda pontua: “Mas vale destacar: focamos, sim, na estratégia de ampliação geográfica, mas jamais deixamos o atendimento humanizado de lado”.

 @ceudepratas

www.ceudeprata.com.br



ACESSE E
ACOMPANHE
TODAS AS
NOVIDADES.

18

NOVO VILA.

Um complexo de saúde,
integrado a um cancer
center com o padrão de
excelência dos melhores
centros de referência
mundiais.

- Pronto atendimento 24h
com diversas especialidades
- Corpo clínico de referência
- Centro avançado de Terapia Celular
- Medicina Diagnóstica de última
geração
- Serviço Especializado em Saúde
da Mulher
- Tratamento completo do paciente
onco-hematológico

HOSPITAL |  VILA DA SERRA | 

Diretor Técnico: Dr. Flávio Amaro
Oliveira Bitar Silva | CRM-MG 43246





Apartamento Yora,
Sion, Belo Horizonte

Henrique Queiroga

CONSTRUINDO ESPAÇOS REPLETOS DE SIGNIFICADOS

Não é fácil reconhecer quando alguma de nossas escolhas não nos levará à felicidade e realização que esperávamos. Contudo, ter essa percepção é um grande divisor de águas. Para a arquiteta e design de interiores Ana Carolina Claro, esse *insight* foi o ponto de partida para uma transformação completa em sua carreira.

Formada em História e fascinada pelos grandes eventos globais, Carol inicialmente imaginou que seu futuro estaria nas pesquisas e estudos históricos. No entanto, a realidade do curso e a necessidade de se mudar para outro país para aprofundar seus estudos começaram a frustrá-la. “Sempre me fascinaram as histórias das grandes Guerras Mundiais. Entrei com a utopia de estudar a fundo isso, mas percebi que teria que me mudar do Brasil

para isso e acabei me frustrando... Eu não queria estudar temas locais naquele momento, apesar de toda a riqueza histórica e importância. Na verdade, entrei no curso pensando ser algo, mas, durante a graduação, percebi que o rumo do curso ia para lados opostos ao meu desejo e fui buscando outras opções”, conta.

Foi durante essa fase de questionamento que ela descobriu um profundo interesse pelo design. Ao morar em Barcelona (Espanha), conviver com a rica arquitetura da cidade e participar de projetos de decoração para amigos e familiares, Carolina percebeu que tinha um talento natural para **criar ambientes harmoniosos e funcionais**. Em 2011, convicta de que esse seria o caminho a seguir, começou a cursar Design de Interiores.

“A estética do design sempre me fascinou. O momento em que eu iniciei a graduação marcou o início do que viria a se tornar minha grande paixão”, revela. Já inserida no mercado, ela resolveu aprofundar ainda mais seus conhecimentos e entrou no curso de Arquitetura. “Esta especialização permitiu expandir meu repertório de projetos para incluir não apenas interiores, mas também construções residenciais”, explica.

Hoje, seu escritório está estrategicamente localizado no bairro Vila da Serra, próximo à região onde a maioria de seus clientes reside, mas sua atuação se estende a outras regiões, cidades do interior e até mesmo a outros estados, por meio dos projetos on-line ou presenciais. “O diferencial do meu trabalho é gostar de **deixar a casa elegante, porém funcional e prática**. Olho muito para o que vai ser legal para a rotina do cliente. Não basta ser somente bonito, **é preciso fazer sentido**”, diz Carol orgulhosa.

E sobre seu trabalho, a maternidade trouxe uma nova dimensão a este. Recentemente, Ana se tornou mãe; e isso despertou nela um interesse especial por projetos de quartos infantis. “Essa experiência pessoal me proporcionou uma percepção prática, permitindo-me sugerir itens que são não apenas agradáveis esteticamente, mas também funcionais”, compartilha.

Com isso, a arquiteta ampliou sua atuação com a Paleta Arquitetura – **uma extensão de seu escritório dedicada exclusivamente a quartos de bebês, crianças e adolescentes**. “Nosso objetivo é criar espaços alegres, funcionais e personalizados, sempre atentos aos detalhes e às possíveis adaptações conforme a criança cresce”, detalha Ana, que finaliza: “Apesar desta nova empreitada, os nossos projetos residenciais e comerciais continuam, cada um carregando o nosso DNA, projetos funcionais e belos”.

Andrade Fotografia



Henrique Queiroga



Henrique Queiroga



@carolinaclarodesign
@paleta.arqinfantil



PRAZER, CASA BELLONI!

Referência no Circuito Cultural Praça da Liberdade, espaço oferece gastronomia, arte e arquitetura ímpares

No coração de Belo Horizonte, onde o passado se encontra com o presente, está a Casa Belloni. Este espaço encantador é o resultado de uma parceria única entre duas mulheres inspiradoras: Bárbara Belloni, advogada apaixonada pela sua cidade; e Íris Perigolo, talentosa designer de interiores. Bárbara e Íris se complementam perfeitamente, unindo suas habilidades e paixões para criar algo verdadeiramente especial.

A história da Casa Belloni começou em 2022, quando Bárbara procurou Íris para organizar seu casamento. “Esse encontro não apenas consagrou meu casamento como também selou uma amizade e também deu origem a um sonho compartilhado: abrir um espaço em Belo Horizonte que celebrasse a gastronomia, a cultura, os eventos, a arte e, é claro, o café”, conta Bárbara.

Localizada na emblemática Avenida João Pinheiro, próxima

à Praça da Liberdade e à histórica Igreja Nossa Senhora da Boa Viagem, a Casa Belloni ocupa um imóvel que remonta a 1940 e é **tombado pelo Patrimônio Histórico Municipal**. “Este espaço foi cuidadosamente restaurado, preservando suas características originais”, ressalta Íris.

Desde sua inauguração, a Casa Belloni se tornou um ponto de referência no Circuito Cultural Praça da Liberdade. A cada visita, os clientes são convidados a mergulhar em uma experiência única, em que a arte, a gastronomia e a arquitetura se encontram em perfeita harmonia. “A Casa sempre **abriga uma galeria de arte**, em que já tivemos artistas renomados expondo suas obras, como Ricardo Carvão Levy, e atualmente se encontra na Casa Belloni, em uma amostra de arquitetura, Sérgio Stark”, explica Bárbara.

Um dos pontos altos da Casa Belloni é seu charmoso bistrô, aberto de segunda a sexta-feira, das 10h às 20h. Com um cardápio que combina **sabores tradicionais e inovações culinárias**, o bistrô é o local perfeito para desfrutar de um almoço relaxante, um lanche saboroso ou um café reconfortante. “A Casa possui ainda um lindo jardim, do renomado paisagista Wanderlan Pitangui, que se transformou em um espaço tão confortável que o chamamos de ‘Oásis’. Uma verdadeira surpresa no Centro de Belo Horizonte”, salienta Íris.

Desde maio de 2024, a Casa Belloni conta com ainda mais novidades para seus clientes. Com a parceria da Coffee Look, de Renato Falci, o café servido no espaço será elevado a um novo patamar de excelência, proporcionando uma experiência ainda mais memorável. No entanto, o verdadeiro diferencial da Casa vai além de sua oferta gastronômica e cultural. “É a atmosfera acolhedora e familiar, que faz com que os clientes se sintam em casa desde o primeiro momento. Como responsável pela decoração detalhada da Casa, incorporei elementos de memória afetiva em cada canto do espaço, desde os objetos de decoração até o cardápio elaborado com carinho, remetendo à comida afetiva que nos faz sentir abraçados e acolhidos”, comenta Íris.

Grande parte do acervo da Casa Belloni vem de objetos de família. Você provavelmente desfrutará de um delicioso café em uma xícara que pertenceu à bisavó de Bárbara, dona Ruth Belloni. Não à toa, a Casa foi apelidada carinhosamente pelos clientes de **“a casa que abraça”**.



**Bárbara Belloni e Íris Perigolo,
a dupla à frente da Casa Belloni**

Desse modo, a Casa Belloni não é apenas um espaço comercial, e sim um lar longe de casa, em que cada visita é uma jornada de redescoberta e cada encontro é uma celebração da vida e da cultura belo-horizontina. “É o lugar ideal também para realizar eventos até 130 pessoas, sejam eles comemorativos, como *miniweddings*, batizados, aniversários e comemoração de casamento civil; sejam eles corporativos, como palestras, reuniões e lançamentos de livros, oferecendo o serviço completo de bufê, decoração e gerenciamento do evento”, destaca Bárbara, que ainda finaliza: “Venham fazer parte desta história na Casa Belloni, em que cada detalhe é cuidadosamente pensado para encantar e acolher vocês”.

 @casabelloni_

REFERÊNCIAS NA MODA MINEIRA

O Clube Tô Rica foi criado para fomentar o networking e negócios das participantes. Somos muito orgulhosas da comunidade que criamos, um ambiente onde todas se ajudam e, de fato, importam-se umas com as outras. Nem nós imaginávamos conhecer tantas mulheres incríveis e competentes.

Nessa perspectiva, estar bem vestida, com a imagem compatível e alinhada com a qualidade de nossos produtos e serviços, é essencial no mundo dos negócios. E o Tô Rica tem o melhor time quando o assunto é moda! Antenadíssimas no ramo, estas quatro mulheres sempre trazem o que há de tendência no mercado, sem se esquecerem da moda clássica e atemporal. *Bora* conhecê-las?

VANESSA CALAES, proprietária da Lavane, é formada em Administração de Empresas e atuou no mundo corporativo por 15 anos. Quando sua filha mais velha nasceu, Vanessa sentiu a necessidade de um novo propósito em sua vida, e assim surgiu a **Lavane** (@lavanemoda). Aconchegante e com um espaço mais intimista, a loja de roupas femininas é localizada na Região Centro-Sul de BH, no bairro Anchieta. Possui um ambiente acolhedor, atendimento individualizado e com hora marcada, trazendo uma experiência única para cada cliente. As escolhas da Lavane são guiadas por qualidade e caimento. Vanessa investe em peças sofisticadas, elegantes; e oferece uma curadoria multimarca impecável.

INARA MELO é graduada em Moda e especializada em consultoria de imagem e *fashion business*, bem como possui ampla experiência atuando em diferentes áreas de negócios do setor. Atualmente, é a idealizadora da marca **Aranilita** (@aranilita). A Aranilita é uma marca de calçados que se destaca por oferecer uma seleção de produtos que seguem as últimas novidades e tendências do mercado da moda. Com a sua experiência e olhar diferenciado, Inara assegura que seus clientes tenham acesso aos designs mais atuais, conforme as referências e pesquisas de moda. Seu e-commerce oferece uma variedade de botas, sandálias, sapatilhas e calçados atemporais, adequados tanto para uso diário quanto para ocasiões especiais. A marca é reconhecida pelo seu compromisso com a experiência do cliente e atendimento personalizado. Se você procura calçados modernos, com valores competitivos e sem abrir mão do conforto, a Aranilita é a sua escolha ideal.



Camila Bessa, Luísa Santiago, Inara Melo e Vanessa Calaes

LUÍSA SANTIAGO E CAMILA BESSA criaram a **LookBe** (@lookbeloja) há 10 anos, um ateliê-boutique especializado em vestidos de festa sob medida e para locação. Em um ambiente luxuoso e acolhedor, elas transformam os vestidos em uma verdadeira obra de arte. O diferencial da LookBe é ouvir a cliente e fazer exatamente o que ela precisa para uma ocasião especial. O ateliê-boutique já atendeu mais de 5 mil mulheres ao longo desses anos; e, em 2018, elas expandiram a marca para São Paulo. Desde então, a LookBe tem sido um verdadeiro sucesso! Em junho deste ano, aliás, a dupla criou o Clube das Formandas, uma comunidade com benefícios e dicas imperdíveis para quem está prestes a se graduar. “Não importa a ocasião, o ateliê está pronto para ajudar você, seja formanda, madrinha ou mãe de noivo(a)”, ressaltam as sócias.

DANIELA E RENATA BARRA

Daniela e Renata Barra são duas irmãs que, após anos em profissões tradicionais, medicina e engenharia civil, decidiram mudar o rumo de suas vidas e empreender no ramo de semijoias. Apaixonaram-se por essa nova vida e descobriram, no networking, o melhor e mais rápido caminho para atingir o sucesso, criando assim o Grupo Tô Rica.



@toricanapratica

COMECE O FIM DE
SEMANA COM UM
GOSTINHO ESPECIAL:

Brunch

NO EST! EMPORIO

*Aos sábados
e domingos,
das 9 às 13h*



EST! EST!! EST!!!
— EMPORIO ITALIANO —

RUA BERNARDO GUIMARÃES, 82, BH/MG



TRAJETÓRIA DE SUCESSO NO MERCADO TRIBUTÁRIO

*Conheça Cristiano Bueno, diretor comercial
do Grupo WHS e Recupera-C*



MUNICIPAL
HORIZONTE



Cristiano Bueno é diretor comercial do Grupo WHS e Recupera-C, e se consolida como um dos maiores nomes do mercado de consultoria tributária. O empresário é uma figura respeitada e admirada no mundo dos negócios no Brasil, sendo reconhecido não apenas por seu sucesso profissional, mas também por sua dedicação à comunidade. Sua história é uma fonte constante de inspiração, repleta de desafios superados e conquistas celebradas.

Nascido e criado em São Paulo, Cristiano cresceu em meio à agitação cultural e econômica da maior cidade do país. Desde cedo, ele demonstrou um espírito empreendedor, sempre buscando novas oportunidades e se desafiando a alcançar seus objetivos. Com mais de 35 anos de experiência profissional e aos 48 anos de idade, sua jornada é um exemplo vivo de perseverança e determinação.

Apesar de sua sólida trajetória no setor alimentício, há nove anos, decidiu se mudar para Belo Horizonte em busca de novos desafios. Foi lá que ele encontrou sua vocação na consultoria comercial, dando os primeiros passos rumo a esse futuro promissor. Seis anos atrás, motivado pelo incentivo de um amigo e pelo desejo de se reinventar, decidiu explorar o campo tributário, uma decisão que mudaria sua vida para sempre.

Uma empresa referência

O ponto de virada em sua carreira veio com a fundação da Recupera-C, uma empresa que se tornaria referência no

mercado de consultoria tributária. **O convite para uma parceria com uma grande empresa paulista foi o estímulo necessário para lançar seu próprio empreendimento.** Assim, unindo forças com a WHS Consultoria, surgiu o Grupo WHS e Recupera-C, uma aliança que não só fortaleceu sua posição no mercado, mas também contribuiu significativamente para a recuperação de impostos pagos indevidamente por milhares de empresários em todo o país.

Hoje, o Grupo WHS e Recupera-C é liderado por Willem Pelosi como CEO, juntamente com os sócios Reinaldo Meireles e Cristiano Bueno. A empresa atende uma ampla gama de clientes, incluindo mais de 8 mil empreendimentos, entre eles mais de 3,5 mil supermercados em todo o Brasil. No entanto, o sucesso empresarial de Cristiano é apenas uma parte de sua história. **Seu compromisso com a responsabilidade social e o bem-estar da comunidade é igualmente importante.**

O Grupo WHS e Recupera-C é uma referência no setor de recuperação tributária, desempenhando um papel crucial no apoio ao setor supermercadista. Juntos, já recuperamos mais de R\$ 1,6 bilhão, evidenciando nosso compromisso e competência. Nossa equipe é altamente qualificada e focada no sucesso dos nossos clientes, oferecendo suporte completo e aplicando nosso conhecimento especializado diretamente na sua empresa. Escolher o Grupo WHS e Recupera-C é optar por um parceiro comprometido com o seu sucesso e com a maximização dos seus direitos tributários. Venha conosco e

transforme desafios fiscais em oportunidades de crescimento!

À medida que o Grupo WHS e Recupera-C continua a expandir seus serviços por todo o território nacional, Cristiano e sua equipe permanecem firmes em sua **missão de oferecer suporte e assistência aos empresários, promovendo o crescimento econômico e o desenvolvimento social**. Sua visão única, que coloca o bem-estar das pessoas no centro de todas as atividades, é um farol de esperança em um mundo empresarial muitas vezes dominado pela busca implacável pelo lucro.

Além disso, o grupo agora ostenta certificações de destaque, consolidando-se como referência máxima em ética e competência no cenário tributário brasileiro. A obtenção do Selo Movimento pela Ética no Tributário da ABETRI e da Certificação de Qualidade em Elaboração de Laudos Tributários são testemunhos do compromisso do grupo com práticas transparentes, éticas e de alta qualidade, em todos os aspectos de suas operações.

Em seu depoimento realizado no Imersão RT+, um evento que tem como objetivo reunir os melhores tributaristas do mercado, Cristiano destacou seus 34 anos de experiência na área comercial e sua competência em liderar equipes de vendas em todo o país. Ele enfatiza que a incursão no setor tributário, há quase cinco anos, foi uma mudança de vida. **"Eu percebi que era ali que eu deveria estar"**, comenta, destacando sua paixão e dedicação ao seu campo de atuação.

Vivências que transformam

Em reconhecimento aos seus serviços prestados à comunidade de Belo Horizonte, Cristiano foi agraciado com o título de Cidadão Honorário, em uma cerimônia realizada em 27 de fevereiro de 2024. Esse gesto simbólico destacou não apenas sua importância como empresário, mas também sua **dedicação ao desenvolvimento local e ao apoio aos mais necessitados**.

Além de seu envolvimento nos negócios, Cristiano dedica parte de seu tempo e recursos à filantropia. Como voluntário no Cape (Casa de Acolhimento Padre Eustáquio), ele oferece apoio e conforto a crianças e adolescentes em tratamento de câncer e outras doenças. Sua participação ativa na Corrente do Bem é outro reflexo de seu compromisso com o serviço comunitário, ajudando instituições como creches, asilos e hospitais públicos a atender às necessidades daqueles que mais precisam.



"Eu quero estar próximo dos tubarões. Tubarão nada com tubarão."

Bate-bola com o Cris

REVISTA EXCLUSIVE: Qual foi o dia mais feliz da sua vida?

CRISTIANO BUENO: No dia 20 de janeiro, tive a felicidade de casar com Renata Pereira Costa. Esse momento foi um marco na minha vida, repleto de emoções e significado. O nosso casamento não foi apenas a celebração do nosso amor, mas também o início de uma nova fase repleta de sonhos compartilhados e objetivos comuns. Renata é uma parceira incrível, cujo apoio e compreensão têm sido fundamentais na minha jornada pessoal e profissional. Nosso casamento foi um dia inesquecível, cercado de amigos e familiares, todos unidos para celebrar essa união que é baseada no respeito, na cumplicidade e no amor.

RE: Conte-nos sobre a sua base.

CB: Apesar da distância de São Paulo, mantenho-me sempre presente e conectado com a minha família. A relação com minha mãe, filhos e sobrinhos é algo que valorizo profundamente. Ser uma pessoa de família é uma parte essencial do meu ser e faço questão de manter esses laços fortes e vivos. Minha mãe é uma figura central na minha vida, sempre me apoiando e guiando com sua sabedoria. Meus filhos são minha fonte de alegria e inspiração, e cada momento passado com eles é precioso. Eles me lembram diariamente da importância do amor, da paciência e do compromisso. Além disso, meus sobrinhos são como filhos para mim e tenho um imenso prazer em participar ativamente de suas vidas, oferecendo orientação e carinho. Manter essa proximidade familiar é um desafio quando se está longe, mas acredito que a distância física nunca deve ser uma

“Ser uma pessoa de família é uma parte essencial do meu ser.”





barreira para o amor e o cuidado. Faço questão de estar presente nos momentos importantes, seja por meio de visitas, ligações ou videochamadas. As festas de fim de ano, aniversários e outras ocasiões especiais são sempre momentos de reencontro e celebração, reforçando nossos laços e criando memórias inesquecíveis. A família, para mim, é o alicerce de tudo. É onde encontro apoio incondicional, amor genuíno e a força necessária para enfrentar qualquer desafio. Mesmo com a distância, o laço que nos une é forte e indestrutível; e sou grato por cada membro da minha família que contribui para essa rede de amor e apoio que me sustenta.

RE: Quem te inspira no mercado brasileiro?

CB: Tenho me inspirado em líderes que têm deixado marcas profundas em suas áreas de atuação. Entre esses nomes, destaco: Flávio Augusto, empresário visionário, escritor e fundador da empresa Wise Up; Joel Jota, treinador de alta performance e referência em liderança no mercado; e Caio Carneiro, empreendedor de sucesso, escritor e estrategista em faturamento e marketing, cujas estratégias têm impulsionado inúmeros negócios. Já no mundo tributário, a inspiração vem de nomes como Frederico Amaral, CEO do E-Auditoria; Elcio Ghioto, sócio em escritório de advocacia e idealizador do Projeto Educação Tributária Prática; Janaina Ghioto, sócia-fundadora da Ghioto Educação e Negócios; Gustavo Ribeiro, CEO da Tributo Devido, cuja liderança tem sido crucial para a evolução das práticas tributárias e muito mais. A jornada de estar próximo desses gigantes do mercado brasileiro não só me motiva, mas também me

“A jornada de estar próximo desses gigantes do mercado brasileiro não só me motiva, mas também me direciona a sempre buscar a excelência e o crescimento contínuo.”

direciona a sempre buscar a excelência e o crescimento contínuo, tanto no âmbito profissional quanto pessoal.

RE: Com o seu sucesso profissional, você deve ter realizado muitos sonhos. Conte-nos algum deles.

CB: Em abril, tive a honra de conhecer uma das pessoas que mais admiro no mundo, o Dr. Nelson Wilians, sócio-fundador do maior escritório de advocacia do Brasil. Sua presença é notável não apenas por sua habilidade profissional incrível, mas também por sua essência como pessoa, membro de uma família e ser humano de grande caráter. Admiro-o por tudo isso e o considero um espelho da minha própria jornada.

Sempre tive o sonho de conhecê-lo e, ao testemunhar a materialização desse sonho, sinto uma gratidão indescritível e uma alegria que transborda em lágrimas de felicidade. É com profunda gratidão que o considero um exemplo inspirador em minha vida.

Primeiro as pessoas, depois os negócios

Em resumo, essa jornada é muito mais do que uma história de sucesso nos negócios. É uma história de empatia, generosidade e compromisso com o bem comum. Sua trajetória ecoará, inspirando outros a seguirem seus passos e fazerem a diferença em suas comunidades, mostrando que o verdadeiro sucesso vai além dos números e das conquistas materiais. O resultado desse sucesso sempre será baseado em seu lema:

#primeiroaspessoasdepoisosenegócios.

O DONAS DO JOGO VEM AÍ!

Reality estreia em 7 de setembro, no SBT, e trará para a disputa empreendedoras de sucesso em segmentos variados

Empreender é uma jornada difícil; e o fazer sendo mulher, caros leitores, pode ser mais difícil ainda. Isso porque, num mundo onde o patriarcado dá a maioria das cartas, as mulheres que conseguiram e se mantêm empreendendo carregam histórias de superação inimagináveis – e, claro, inspiradoras. E foi com uma mulher desse porte que conversamos nesta edição. Sâmya Cabral, além de empreendedora de sucesso, é ainda o nome à frente do *Donas do Jogo*, reality show que estreia em breve no SBT, que tem como foco promover o empreendedorismo feminino e o turismo. E para sabermos tudo sobre esta novidade, batemos um papo com Sâmya, que você confere agora!



REVISTA EXCLUSIVE: Quem é Sâmya Cabral?

SÂMYA CABRAL: Sou empresária, proprietária da franquia de esmalterias Clube do Alicate Esmalteria, presente nos estados da Bahia, Tocantins e Ceará. Sou ainda apresentadora âncora no reality *Donas do Jogo*, pelo SBT TV Norte. Sou CEO da SC Franchising, que administra o *Donas do Jogo*, hoje presente nos estados de Minas Gerais, Tocantins e Mato Grosso.

RE: O que é o *Donas do Jogo*?

SC: O reality *Donas do Jogo* é um programa de televisão focado em promover o empreendedorismo feminino e o turismo. No

programa, um grupo de mulheres bem-sucedidas em suas carreiras empresariais são reunidas em confinamento por sete dias. Durante esse período, elas trocam conhecimentos e experiências empresariais, e serão desafiadas em suas habilidades de tomada de decisão. O objetivo é que essas interações e desafios evidenciem suas competências. No final, a vencedora do reality recebe um prêmio de R\$ 50 mil, que será investido na empresa dela, ajudando a impulsionar ainda mais seu negócio.

RE: Como surgiu a ideia de criar um reality com mulheres empreendedoras?

SC: A partir de vivências em um programa de televisão. Além disso, faço parte de grupos e associações que trabalham pelo fortalecimento e crescimento profissional de mulheres.

RE: Ideia pronta, era hora de executar. Como foram os passos para a elaboração do programa? É realmente um grande fei-

“O reality *Donas do Jogo* é um programa de televisão focado em promover o empreendedorismo feminino e o turismo.”

to já ter a primeira edição sendo transmitida no SBT, uma das principais TVs abertas do Brasil.

SC: Foi rápido e desafiador, pois tínhamos apenas três meses para uma produção desse tamanho. Houve um convite de uma emissora que ficou sabendo da ideia desse programa e, no cronograma

que tínhamos, nos sobraram três meses apenas. Foram muitas mãos trabalhando. E é muito importante reforçar: toda a equipe que foi se juntando foi acreditando na força e potencial do projeto. Aí virou uma corrente, cada um dando o seu melhor, com eficiência.

RE: Conte-nos sobre as participantes. Como foi a escolha delas?

SC: A escolha das participantes para o reality *Donas do Jogo* se iniciou com a abertura de inscrições, em que as interessadas se candidataram ao programa. Em seguida, realizamos entrevistas e conversas detalhadas para avaliar cada candidata. Levamos em



consideração aspectos como a personalidade das inscrites e o nicho de atuação de seus negócios. É importante que as participantes sejam empresárias com, pelo menos, um ano de CNPJ. E escolhemos nichos de mercado diferentes.

RE: E as mentoras?

SC: Analisamos o roteiro e convidamos profissionais da área que possam contribuir.

RE: O lugar que recebeu toda equipe Donos do Jogo é lindo! Conte-nos sobre ele.

SC: Em Minas Gerais, foi sensacional! Gravamos no Hotel Fazenda Paciência, localizado em Santana do Montes/MG, que é um paraíso que retrata história e cultura.

RE: Qual o objetivo principal do Donos do Jogo?

SC: O reality *Donas do Jogo* tem como missão destacar a influência e a força das mulheres no ambiente corporativo, bem como amplificar o impacto do empreendedorismo feminino na economia e na sociedade. O programa visa inspirar e empoderar novas líderes empresariais, mostrando que as mulheres são protagonistas essenciais, capazes de criar, inovar e gerir empresas com sucesso e competência.

RE: Quando o reality estreia no SBT?

SC: 7 de setembro de 2024.

RE: Ao fim de todo projeto, quais os planos para o futuro?

SC: Vamos gravar a Temporada Jalapão, em outubro. E estamos já agendando a temporada em Mato Grosso, com mulheres do agro; e em Lisboa, com portuguesas e brasileiras residentes lá.

RE: Por fim, pode soltar algum spoiler exclusivo para a gente?

SC: Garanto que a Temporada Minas Gerais teve muito conhecimento, tretas, diversão e competição acirrada. Vai surpreender!

“Gravamos no Hotel Fazenda Paciência, localizado em Santana do Montes/MG, que é um paraíso que retrata história e cultura.”

“A Temporada Minas Gerais teve muito conhecimento, tretas, diversão e competição acirrada.”





NOVA SAFRA

CAFÉS CAMPEÕES

VERDEMAR



SAFRA 2023

OS MELHORES CAFÉS DE MINAS CHEGARAM NO VERDEMAR. GARANTA LOGO O SEU!



11 VENCEDORES



3 REGIÕES PRODUTORAS



3 OPÇÕES DE MÓAGEM

 **verdemar**
SUPERMERCADO & PADARIA

Sempre o seu melhor



EDUCAÇÃO FINANCEIRA E EMPREENDEDORISMO PARA MULHERES NA TERCEIRA IDADE

O Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) Morro das Pedras, localizado em Belo Horizonte, foi palco do quarto encontro da segunda turma do Projeto Educação Financeira e Empreendedorismo Feminino na Terceira Idade, realizado pelo Instituto Defesa Coletiva. Nessa etapa, mulheres com mais de 60 anos participam de atividades que visam fortalecer suas habilidades em empreendedorismo e gestão financeira. Sob a orientação da instrutora Juçara Costa, aprenderam como fazer bordados em uma oficina prática.

Em palestra ministrada por Adriana Fileto, coordenadora de educação financeira do Instituto, as idosas tiveram a oportunidade de aprimorar conhecimentos sobre educação financeira e gestão de recursos. A apresentação abordou temas cruciais para a autonomia financeira das mulheres, como planejamento financeiro, investimentos e prevenção contra fraudes bancárias.

O Projeto Educação Financeira e Empreendedorismo Feminino na Terceira Idade é uma iniciativa do Instituto Defesa Coletiva e executado com o apoio do Fundo Municipal dos Idosos, por meio do Conselho Municipal do Idoso e da Prefeitura

de Belo Horizonte. O objetivo principal é **capacitar mulheres idosas, oferecer ferramentas e conhecimentos necessários para que elas possam empreender e administrar o dinheiro de forma independente**, garantindo segurança financeira na terceira idade.

Para a presidente do Comitê Técnico do Instituto Defesa Coletiva, Lillian Salgado, é preciso realizar trabalhos educativos e preventivos com as pessoas vulneráveis. "Hoje, um dos projetos mais importantes do Instituto é o Crédito Consciente para Idosos. A iniciativa percorre o país com palestras educativas, alertando sobre as várias armadilhas e golpes", destaca.

Superação: empreendedorismo e esporte aos 71 anos

Maria Auxiliadora Lourenço, de 71 anos, é uma mulher que transborda vitalidade e experiência, uma verdadeira inspiração de superação na terceira idade. Com um sorriso radiante, compartilhou sua jornada no mundo das corridas e dos negócios. "Comecei a correr com 59 anos", exclamou orgulhosamente.

Desde então, conquistei 80 medalhas, provando que nunca é tarde para se aventurar em novas paixões e alcançar nossos objetivos. Entre as realizações, destaque para as participações na São Silvestre e na Volta Internacional da Pampulha.

Quando se trata de questões financeiras, Maria busca conhecimento para não cair em armadilhas. Durante a palestra realizada pelo Instituto Defesa Coletiva no CRAS Morro das Pedras, compartilhou experiências e aprendizados sobre o uso responsável do cartão de crédito. "Nunca mais pagar o mínimo, mas pagar o total da fatura, pois, no próximo mês, os juros são grandes", aconselhou.

Para a atleta e empreendedora, a palestra "é uma orientação incrível, necessária a todas as mulheres na terceira idade que precisam de ajuda no planejamento financeiro". E ensina: "O esclarecimento é fundamental para evitar armadilhas e planejar a vida". Além de dividir o tempo entre as corridas e o artesanato, Maria cria vasos de flores em bambu e faz pinturas em tecido para complementar a renda familiar. "O artesanato é algo que faço há anos. Além de ajudar financeiramente, também proporciona momentos relaxantes."

Empreender sem dívidas

Ermita Cardoso Pereira, de 57 anos, é moradora do bairro Nova Granada na capital mineira e disse que os ensinamentos do Instituto são extremamente benéficos, já que **esclarecem dúvidas sobre empréstimos e mostra que não é possível viver acumulando dívidas**. Além disso, Ermita enfatizou a relevância do projeto para sua vida, mencionando a diversidade de atividades oferecidas e que estimulam a criatividade. Ela própria se beneficia do artesanato, produzindo peças como almofadas, toalhas e bermudas para ampliar a renda familiar.



A chave para o sucesso é não endividar

Durante a palestra sobre empreendedorismo e finanças, Leny Soares Leal destacou a importância de aprender sobre vendas e ganhar dinheiro. "Quando se tem dinheiro é melhor evitar o endividamento. Se tenho dinheiro para comprar, eu compro. Se eu não tenho, não compro. Assim não tenho dívidas", afirmou.

Para Leny, o ponto alto da capacitação é a explicação sobre os gastos excessivos, especialmente em cartões de crédito. Ao falar sobre seu empreendimento, Leny revelou que começou a vender almofadas e camisas personalizadas há quatro anos, após enfrentar desafios pessoais, incluindo uma cirurgia mal-sucedida no olho. Apesar das dificuldades, encontrou no empreendedorismo uma fonte de lucro e terapia. "Mesmo com as minhas limitações de saúde, enxergando apenas com um olho, o trabalho e o artesanato são formas de evitar a depressão e ocupar a mente", concluiu.





SEMEANDO SONHOS NOS MARES DE MINAS

Vinícola Mil Vidas cultiva uvas, homenageia inconfidente e fomenta enoturismo no estado

“Mil vidas eu tivesse, mil vidas eu daria pela libertação da minha pátria.” Se tem uma passagem que todo mineiro que se preze conhece – e se orgulha – é essa. Teriam sido elas as últimas palavras do herói nacional Tiradentes, ícone da Inconfidência Mineira. E foi para homenagear esse importante personagem da história que os empresários Wander Oliveira e Berenice Figueiredo batizaram de Vinícola Mil Vidas a mais recente novidade do Campo das Vertentes mineiro: um vinhedo na zona rural

do município de Ritópolis, cidade natal do inconfidente. Unindo enoturismo ao charme das cidades históricas de seu entorno, o projeto precursor recém-inaugurado está localizado a menos de 3 horas de Belo Horizonte e a 45 minutos de Tiradentes.

O **conjunto composto por vinhedo e restaurante** convida à vivência que compreende a verdadeira “experiência Mil Vidas”: a degustação de vinhos finos de qualidade, originados a partir das uvas ali cultivadas, e uma gastronomia de excelência com inspiração nas cozinhas francesa e mineira, tudo em um ambiente relaxante em meio à paisagem de videiras e serras da região.

Resultando em três rótulos exclusivos – os vinhos Mil Vidas Syrah Tinto, Syrah Rosé e Sauvignon Blanc, da safra 2023 –, o mar de montanhas que dá vida ao cenário da vinícola emoldura também o restaurante do projeto, que foi buscar inspiração na **cozinha francesa** da badalada Silvana Vatel à essência de seu menu. Responsável por assinar o cardápio do espaço, a chef foi além das delícias clássicas de um verdadeiro bistrô com sotaque parisiense; propôs mineiridade aos pratos, trazendo releituras com utilização de produtos minei-

ros, em total sinergia com a região em que está sediada, sua cultura, produtos, bioma e seus habitantes.

O projeto – que há pouco mais de quatro meses ganhou vida, além de seus três rótulos, gastronomia e produtos personalizados – pretende oferecer ainda **uma visita guiada ao vinhedo**, onde o visitante receberá informações sobre o plantio, cultivo e colheita, e os principais cuidados necessários para se produzir vinhos finos de qualidade, finalizando com degustação harmonizada dos vinhos da casa. Outra novidade será a possibilidade de realizar um piquenique junto às videiras, em que o visitante receberá uma cesta repleta de delícias e uma garrafa de vinho de sua escolha, acompanhada de pães, queijos, frios e geleias. Atualmente, o restaurante abre às sextas, sábados, domingos e feriados, bem como no período de férias, das 11h às 18h.



 @vinicolamilvidas



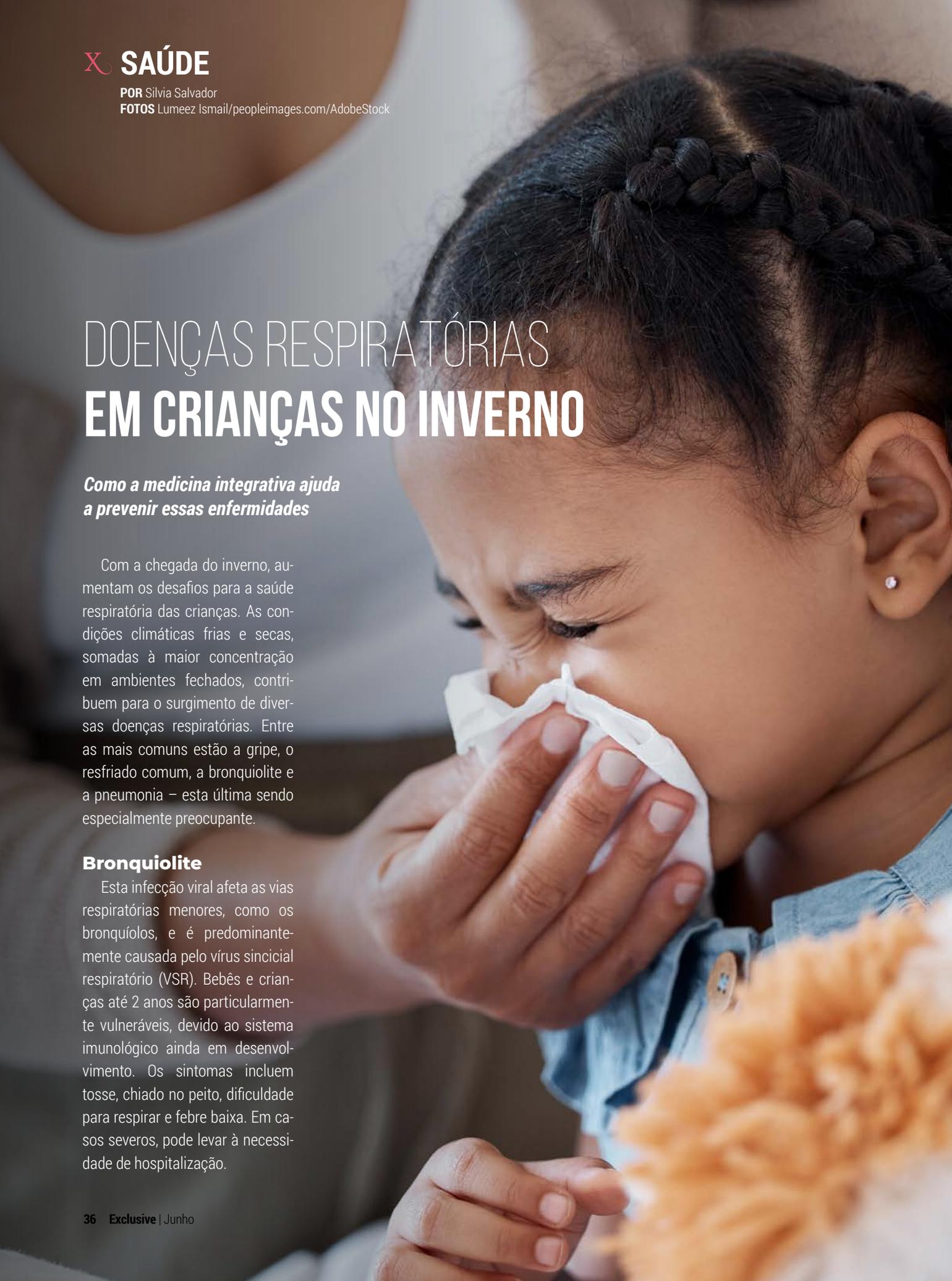
DOENÇAS RESPIRATÓRIAS EM CRIANÇAS NO INVERNO

Como a medicina integrativa ajuda a prevenir essas enfermidades

Com a chegada do inverno, aumentam os desafios para a saúde respiratória das crianças. As condições climáticas frias e secas, somadas à maior concentração em ambientes fechados, contribuem para o surgimento de diversas doenças respiratórias. Entre as mais comuns estão a gripe, o resfriado comum, a bronquiolite e a pneumonia – esta última sendo especialmente preocupante.

Bronquiolite

Esta infecção viral afeta as vias respiratórias menores, como os bronquíolos, e é predominantemente causada pelo vírus sincicial respiratório (VSR). Bebês e crianças até 2 anos são particularmente vulneráveis, devido ao sistema imunológico ainda em desenvolvimento. Os sintomas incluem tosse, chiado no peito, dificuldade para respirar e febre baixa. Em casos severos, pode levar à necessidade de hospitalização.



Gripe e resfriado

Ambas são causadas por vírus, sendo a gripe muitas vezes mais intensa e com potencial para complicações sérias, como a pneumonia. Os sintomas incluem febre, dor de garganta, coriza, tosse e mal-estar geral. Crianças menores de 5 anos estão entre os grupos de maior risco, assim como aquelas com condições médicas crônicas.

Pneumonia

Esta infecção nos pulmões pode ser causada por vírus, bactérias ou fungos. Em crianças, é frequentemente precedida por uma infecção respiratória viral, como gripe ou resfriado. Os sintomas incluem febre alta, tosse persistente, dificuldade para respirar, dor no peito e, em bebês, podem se apresentar com sintomas menos específicos, como falta de apetite e irritabilidade.

Medicina integrativa

Tida como uma medicina nova na perspectiva ocidental, **a medicina integrativa é uma abordagem que combina práticas da medicina convencional com terapias complementares e alternativas**, focando no paciente como um todo: mente, corpo e espírito. Seu fundamento reside na promoção da saúde e no tratamento das doenças por meio da integração de métodos cientificamente embasados, como medicamentos e procedimentos médicos tradicionais, com terapias complementares como acupuntura, nutrição funcional, yoga, entre outras. O objetivo é personalizar o cuidado de saúde, melhorar a qualidade de vida e fortalecer os mecanismos naturais de cura do indivíduo, sempre baseado em evidências e com uma abordagem multidisciplinar que valoriza a participação ativa do paciente no seu próprio processo de cura.

Além das medidas convencionais de prevenção, a medicina integrativa propõe um enfoque holístico na saúde das crianças, considerando não apenas o tratamento das doenças, mas também o fortalecimento do sistema imunológico e o bem-estar geral. Estratégias incluem:

1. Nutrição balanceada

Uma dieta rica em frutas, vegetais e alimentos integrais fornece nutrientes essenciais que apoiam a função imunológica. Suplementos como vitamina C e D podem ser recomendados sob orientação médica.

2. Fitoterapia

O uso de ervas e plantas medicinais pode complementar o tratamento convencional, fortalecendo as defesas naturais do organismo.

3. Terapias respiratórias

Técnicas como aromaterapia e fisioterapia respiratória podem ajudar a melhorar a função pulmonar e aliviar sintomas como a tosse e a congestão nasal.

4. Mindfulness e redução de estresse

Ensinar técnicas de relaxamento e mindfulness às crianças pode ajudar a reduzir o estresse, fortalecendo assim o sistema imunológico.

5. Acupuntura

Em alguns casos, a acupuntura pediátrica pode ser considerada para fortalecer o sistema imunológico e promover o equilíbrio geral do corpo.

Integrar abordagens da medicina integrativa com os cuidados médicos convencionais pode proporcionar benefícios significativos na prevenção e no tratamento das doenças respiratórias em crianças durante o inverno. É fundamental consultar profissionais de saúde qualificados para orientação personalizada e garantir que todas as medidas adotadas sejam seguras e eficazes. Com um cuidado integrativo e abrangente, podemos melhorar não apenas a resistência das crianças às doenças, mas também promover seu desenvolvimento saudável e bem-estar geral.

SILVIA SALVADOR

É mestre em Administração e sócia-diretora da Saúde no Lar. Especialista em gestão de relacionamentos.

 @saudenolarmg



ESCOLA DE MODA DENISE AGUIAR

Tendo a família como seu principal DNA de sustentação, escola de moda mineira é referência no país

“Muito bem vindo(a)! Você está em casa!” A saudação de boas-vindas da grande maioria das casas brasileiras é inerente aos corredores da Escola de Moda Denise Aguiar, localizada em Belo Horizonte. Por lá, a paixão é o propósito de negócio que exala pelo DNA da empresa, com respaldo firmado na essência de uma família a qual respira moda. Inclusive, “acolhimento” é um adjetivo que abraça cada aluno que escolhe a tradição da escola, que faz parte da rotina da capital dos mineiros há mais de 40 anos.

Tal tempo veio como um sopro de movimento e fez da escola uma das mais modernas do segmento. Denise Aguiar é reconhecida no mercado por formar profissionais que aliam criati-



Denise Aguiar

vidade ao conhecimento técnico. E tudo isso foi potencializado com a inserção da filha Fernanda à escola. E, nós, da Insânia e da Exclusive, em busca de entender melhor o momento da empresa, conversamos com a Fê, que nos mostrou como o conhecimento realmente “vem de berço” e que moda na família é riqueza hereditária.

STEPHANIE CARVALHO: Como é se manter no mercado por quase quatro décadas?

FERNANDA AGUIAR: Quando a Denise Aguiar [mãe de Fernanda] começou a escola, há quatro décadas, ela sempre imaginou que o espaço se tornaria um dos mais renomados do mercado de moda do Brasil. Isso porque as pessoas que se formavam em Design de Moda com a Denise queriam mais formações. Para se manter no mercado por tantos anos, eu acredito na nossa essência familiar. Nossa fundadora, a Denise, nunca abriu mão do DNA acolhedor. Aqui, cada aluno se sente em casa. É isso que nos diferencia: o cuidado e a atenção que damos a cada aluno. O atendimento e acolhimento da Escola Denise Aguiar não existem em nenhuma outra; e são os próprios alunos que falam. Recebemos pessoas de vários lugares, inclusive de São Paulo, que se deslocam para estudar com a gente e ter esse acolhimento. Nas formações intensivas, recebemos um público enorme que não mora em BH. Constantemente temos, em sala, alunos do Rio de Janeiro, Pará, Goiás, Goiânia, Mato Grosso, Bahia e outros estados. Também recebemos alunos de outros países.

SC: Tradição é uma palavra que resume muito bem a Escola de Moda Denise Aguiar. Como é manter esse respeito no mercado?

FA: Ao longo dos anos, aprendemos muitas lições valiosas. Mas acredito que o nosso maior segredo para manter o respeito no mercado é não perder a essência familiar, isso inclui toda a nossa equipe. Há 40 anos, a Denise sonhou e tornou este sonho possível graças à visão de futuro e também ao grande poder de resiliência. Assim, ela conseguiu atravessar as barreiras que surgiram pelo caminho (ora no ensino, ora na economia, ora na política). Mesmo com a chegada das faculdades de moda, o nome da nossa escola é sempre lembrado e supervalorizado por alunos, ex-alunos, empresários e confeccionistas. E com a minha chegada, houve ampliação da escola, incluindo mais opções de cursos e liderando uma equipe de marketing e comercial. Além disso, estamos sempre buscando nos

atualizar e nos adaptar às novas tendências da moda, mas sem perder nossa identidade e valores. Temos uma equipe altamente qualificada e que atua diariamente no mercado da moda. Isso nos ajuda a oferecer cursos de alta qualidade e que estejam alinhados com as demandas do mercado, mantendo esse respeito e essa tradição. Também temos inúmeras parcerias com grandes marcas, e isso sempre eleva o nosso nome a outro patamar.

SC: Qual o sentimento em formar um profissional da área?

FA: Para mim e para toda a equipe da nossa escola, cada aluno que passa por aqui é como um novo sonho a ser construído.

“Nossa fundadora, a Denise Aguiar, nunca abriu mão do DNA acolhedor.”



Denise e alunos

Nós acreditamos em cada um deles como se fosse o nosso próprio sonho. Por isso, nos dedicamos incansavelmente para ajudar cada um a alcançar seus objetivos e se tornarem grandes profissionais. Ver aqueles que passaram por nossas salas de aula se tornarem estilistas, designers, consultoras de imagem e tantas outras profissões na área é uma imensa satisfação e orgulho para nós. Saber que fizemos parte dessa jornada de crescimento e desenvolvimento é uma sensação indescritível.

SC: Como surgiu a proposta da escola?

FA: Tudo surgiu com o curso de Design de Moda, ministrado pela minha mãe, Denise Aguiar, que também é minha sócia aqui na empresa. A paixão por moda e a vontade de compartilhar conhecimento nos levaram a criar nosso próprio espaço de ensino para ajudar outros apaixonados pelo universo fashion. Hoje, tenho também meus irmãos (Caio e Amanda) trabalhando na escola. Ao longo dos anos, percebemos a alta demanda por profissionais capacitados no mercado e decidimos expandir nossa grade de cursos, incluindo também o empreendedorismo na moda. Afinal, não basta apenas saber criar peças incríveis, é preciso saber gerir um negócio de moda de forma eficiente. Recentemente, tivemos uma grande conquista, que é o reconhecimento do MEC em nossos cursos, por meio da Unifatec [Centro Universitário de Tecnologia de Curitiba], trazendo mais credibilidade

“Temos uma equipe altamente qualificada e que atua diariamente no mercado da moda. Isso nos ajuda a oferecer cursos de alta qualidade e que estejam alinhados com as demandas do mercado.”



Fernanda Aguiar

ainda para quem estuda aqui.

SC: Quais os principais diferenciais do trabalho de vocês? O que leva as empresas a procurarem a escola?

FA: Primeiramente, temos uma equipe de professores altamente

capacitados e atuantes no mercado de moda, trazendo para as aulas uma visão prática e atualizada sobre as tendências e técnicas do mercado. Além disso, nosso foco principal é ajudar pessoas que desejam fazer uma transição de carreira para a área da moda. Somos especialistas nisso. Sabemos que essa mudança pode ser desafiadora e é por isso que oferecemos um acolhimento especial a cada aluno que passa por aqui. Queremos que nossos alunos se sintam seguros e apoiados em todas as etapas desse processo. Por fim, temos uma forte rede de networking formada por profissionais renomados e ex-alunos

bem-sucedidos, que podem abrir portas e oportunidades no mercado de trabalho para os nossos alunos.

SC: Como é despertar a visão da moda de uma pessoa? Qual o sentimento que fica?

FA: Bom, posso dizer que é algo realmente gratificante e inspirador. Quando nossos alunos chegam à nossa escola, muitas vezes, eles já têm um interesse em moda, mas ainda não têm uma visão clara ou definida do que querem fazer nesse mer-



Por dentro da escola

Fundadoras: Denise, Fernanda, Amanda e Caio Aguiar.

Professoras do curso de Design de Moda:

Denise Aguiar e Roberta Rezende.

Professoras do curso de Consultoria de Imagem:

Aline Viana, Paula Adjuto e Alexia Quero.

Professora do curso de Estamparia Digital:

Amanda Aguiar.

Professora do curso de Produção de Moda e Styling:

Paula Adjuto.

Professora do curso de Fashion Business:

Samantha Malheiros.

Professora e mentora para criação de marcas de roupas e estudos sobre tecidos: Denise Aguiar.

Gerência-Geral: Lilian Hostalácio.

Cursos disponíveis em formato intensivo de uma semana: Consultoria de Imagem, Produção de Moda e Styling, Fashion Business e Estamparia Digital.

Cursos completos em formatos tradicionais: Design de Moda, Consultoria de Imagem e Fashion Business (on-line e presencial).

“Cada aluno que passa por aqui é como um novo sonho a ser construído.”

cado. E é aí que entra o nosso papel de despertar essa visão. Tudo começa no atendimento da equipe comercial, que é preparada para auxiliar cada aluno na escolha do curso ideal, de acordo com cada objetivo. Nossas formações são projetadas para estimular a criatividade e o pensamento crítico dos alunos, incentivando-os a explorar novas ideias e abordagens na moda. Por meio de aulas práticas e teóricas, exposição a tendências e conceitos atuais, e mentoria de profissionais renomados do setor, ajudamos nossos alunos a encontrarem sua voz e estilo na moda. E o sentimento que fica após essa jornada é indescritível.

SC: Como é a dinâmica de cada curso?

FA: Buscamos oferecer formações de alta qualidade para quem deseja aprimorar seus conhecimentos em diversas áreas. Nossos cursos são profissionalizantes, completos, com curta duração e conteúdo aprofundado, trazendo o que há de mais atual e relevante para o mercado de trabalho. Oferecemos duas opções de formação presencial: as completas intensivas, com duração de uma semana, que são ideais para quem busca uma imersão total no assunto estudado; e também temos formações mais longas, mas que duram de três até, no máximo, cinco meses. Ambas as opções são ministradas por profissionais experientes e qualificados, que colocam em prática uma metodologia dinâmica e inovadora, tornando o aprendizado ainda mais eficiente e prazeroso. As formações via internet ocorrem em formato on-line/ao vivo, garantindo ao aluno uma experiência com interação.

STEPHANIE CARVALHO

CEO da Insânia, marca mineira de sucesso nacional, Stephanie Carvalho é engenheira civil, designer de moda e mentora em treinamentos empresariais. Como empreendedora de sucesso (sobretudo, no e-commerce), aqui na **Exclusive**, Stephanie discorrerá sobre moda, empreendedorismo, tecnologia, marketing e muito mais.



 @stephanieinsânia | @insaniamoda

CUIDADOS COM A PELE E OS CABELOS NO INVERNO

Não deixe que o frio da estação mais elegante do ano acabe com sua beleza



Triocean/AdobeStock

No inverno, a temperatura mais fria e a baixa umidade do ar acabam por comprometer a hidratação da pele e dos cabelos. Existe um manto lipídico que forma uma barreira protetora sobre a pele e os fios de cabelos, o qual pode ser ainda mais danificado com hábitos errados, como banho quente e uso de buchas de banho. Nesta época do ano, temos que dobrar os cuidados com a hidratação, para evitar algumas doenças comuns: dermatite seborréica (caspa, queda de cabelos), eczema (irritação ou alergia) e dermatite atópica (falha na barreira da pele). Seguem algumas dicas práticas:

- Por mais difícil que possa parecer, evite banho quente. Esse hábito pode danificar ainda mais sua pele e cabelos. O brilho dos cabelos depende muito da camada de lipídios na superfície dos fios.
- Esponjas de banho e buchas devem ser usados somente ocasionalmente no frio.
- Escolha sabonetes com PH mais próximo do PH da pele (mais ácido). Existem os *syndets* (ou substitutos de sabonetes) que são ainda mais leves.
- Óleos de banho são ótimos. Unem limpeza e hidratação em um mesmo momento. Sugiro seu uso para aqueles que detestam loções e cremes hidratantes.
- Aplique seu creme/loção hidratante logo após o banho, com a pele ainda úmida. Dessa maneira, a absorção dos ativos se torna ainda maior; e assim você evita aquela sensação de excesso de produtos na pele. Se você tem dermatite atópica ou outra doença inflamatória da pele,

reaplique o hidratante mais vezes.

- Qual a ordem certa? Óleo primeiro (durante ou após o banho), e o hidratante deve ser usado depois.
- Na hora de comprar o hidratante certo, verifique qual seu tipo de pele. E quem tem a pele oleosa pode, sim, usar hidratante. Porém, opte por produtos mais fluidos e sem óleo (*oil free*). Existem diferentes opções para rosto e para o corpo.
- Minha dica de ativos inteligentes: ceramidas (substâncias presentes na superfície da pele e dos cabelos, portanto, vale a pena a sua reposição), niacinamida (hidrata, acalma e auxilia na flora da pele), uréia (amacia a pele e atrai água, no entanto, pode causar sensibilidade e irritação se houver lesões na pele).
- Os shampoos anticaspa devem ser usados mais frequentemente. A caspa costuma voltar nesta época do ano, seja pela própria característica da doença, seja pelo banho quente.
- Use máscaras e ampolas de hidratação/nutrição capilar. Lembre-se de que seus cabelos também desidratam. Indico o uso deles de uma a duas vezes por semana.
- O filtro solar não deve ser deixado de lado, ainda mais no Brasil. A quantidade de irradiação UVB é menor, mas cuidado com a UVA, que causa manchas, envelhece e contribui para o câncer de pele.
- Hidratação labial com produtos simples fazem a diferença, na maior parte dos casos.
- Hidratação de extremidades: mãos e pés. Menos glândulas sebáceas nessas áreas, o que predispõe a mais ressecamento.
- Dieta: reforce a quantidade de água ingerida. A hidratação começa de dentro. Alimentos ricos em vitaminas C (laranja, morango, goiaba e abacaxi) e E (castanhas, nozes) têm função antioxidante e ajudam a reforçar a barreira protetora da pele.
- Vitamina D: pode ser necessária a suplementação oral com cápsulas contendo vitamina D. A menor exposição à irradiação UVB ocasiona mais casos de deficiência dessa vitamina no inverno.

Por fim, aproveite a época para colocar em dia os tratamentos domiciliares com ácidos que devem ser evitados a maior parte do ano. Sempre indico ácidos e clareadores de potência moderada, pois, mesmo no frio, temos alguns dias mais ensolarados. Prefiro o ácido glicólico, pelo perfil de segurança. Aproveite o momento para colocar em dia os procedimentos de consultório: depilação a laser, lasers fracionados e peelings químicos. A recuperação nos dias mais frios é mais segura.



Prostock-studio/AdobeStock

MARCELA MATTOS

Dermatologista especializada pela Sociedade Brasileira de Dermatologia. Possui *fellowship* em Tricologia, pela Universidade de Miami; e em Cosmiatria e Laser, pela Universidade de Harvard.



 @marcelamattosimoes



X DUAS RODAS

POR Téo Mascarenhas
FOTOS Ducati/Divulgação

MONSTER

SENN



DUCATI MONSTER SENNA:

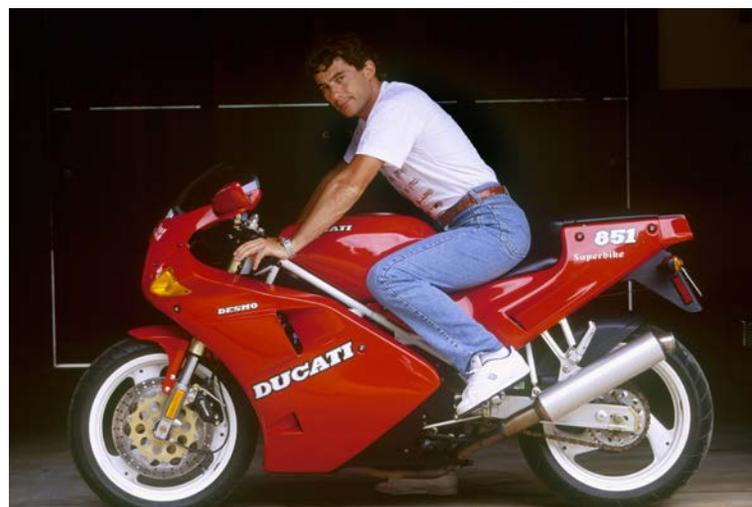
HOMENAGEM AO ETERNO CAMPEÃO

Ducati presta homenagem ao piloto Ayrton Senna, com o modelo Monster Senna, pintado com as cores de seu capacete amarelo, em uma tiragem de 341 unidades

A italiana Ducati homenageará o piloto brasileiro de Fórmula 1, Ayrton Senna, com uma edição especial do modelo Monster 937, desenvolvido por seu centro de estilo, com as cores de seu icônico capacete amarelo. Serão apenas 341 unidades numeradas. O número 3 representa os três títulos do piloto; e o número 41, as vitórias na carreira. A apresentação da Ducati Monster Senna foi no autódromo de Ímola (Enzo e Dino Ferrari) no dia 16 de maio, exatamente a pista em que Senna sofreu o acidente fatal, há 30 anos.

A escolha do modelo Monster lembra a ligação da marca e Senna, **um dos primeiros proprietários do modelo Monster 900**, para seus deslocamentos em Mônaco. A história entre o piloto e a marca começou em 1990, quando ganhou do então dono da Ducati e admirador, Claudio Castiglioni, um modelo 851 SP.

Depois disso, a Ducati e Senna desenvolveram o modelo supersportivo 916 Senna em março de 1994, com pintura em tons de



cinza escolhida pessoalmente pelo piloto. O projeto ficou paralizado depois do acidente em 1º de maio de 1994, até ser reiniciado em série de 300 unidades entre 1997 e 1998, esgotada rapidamente. Em 2014, houve outra "fornada", desta vez com a Ducati Panigale 1199, com apenas 161 unidades em referência ao número de GPs disputados por Senna na F1. O modelo também foi vendido no Brasil.



Monster Senna

O modelo comemorativo tem motor Testastretta 11° de dois cilindros, quatro válvulas; e fornece 111 cv e 9,5 kg de torque. O quadro tem inspiração nos modelos superesportivos, as suspensões Ohlins são totalmente ajustáveis e possui rodas forjadas, freios Brembo e muita eletrônica. O escape é o Termignoni em fibra de carbono; e o banco, especial. O painel tem uma animação própria cada vez que é acionado.

O visual tem uma placa com a numeração do modelo, além de um certificado de originalidade. A pintura tem ainda detalhes azuis e verdes, como no capacete; e as pinças de freio têm detalhes amarelos. Com o emprego de fibra de carbono dos para-lamas e outras peças, o peso de 175kg a seco é 4kg menor do que a Monster de série. A moto tem ainda a inscrição (em inglês) **"A competição está no meu sangue"**.

Outros detalhes do modelo são: amortecedor de direção, balanço e pedaleiras em alumínio, protetor de motor, iluminação totalmente em LED, painel em TFT de 4,3 polegadas, três modos de condução, oito níveis de controle de tração, controle de largada em três níveis, ABS de curvas de três níveis, sistema *quick shift* de duas direções e disco dianteiro com 320mm de diâmetro. O modelo também desembarcará no Brasil.



TÉO MASCARENHAS

Apaixonado pelo universo motociclístico, Téo Mascarenhas já atuou em veículos de comunicação impressos e on-line. Na **Exclusive**, testa as novidades do mercado e dá sua impressão sobre as motos mais modernas e potentes que encontramos por aqui.



O SEGREDO DAS SOBRANCELHAS

Como as sobrancelhas moldam sua beleza e autoconfiança

As sobrancelhas não são apenas uma característica facial; elas são essenciais para a estética, equilíbrio, proteção ocular e autoconfiança. Entenda, caro leitor, como as sobrancelhas impactam sua beleza e bem-estar, e como a sua perda pode influenciar negativamente na autoestima. As sobrancelhas são o verdadeiro cartão de visita do rosto. Elas moldam os traços faciais, destacam os olhos e contribuem para a harmonia geral da face. Um formato bem cuidado pode realçar a beleza natural, enquanto falhas ou a ausência de pelos podem desviar a atenção dos seus melhores traços.

Além de sua função estética, **as sobrancelhas desempenham um papel vital na proteção dos olhos**. Elas ajudam a desviar suor, poeira e outros detritos, mantendo a visão clara e protegida. Esse papel protetor é muitas vezes subestimado, mas essencial para o bem-estar diário. Nossas sobrancelhas são fundamentais para a comunicação não verbal. Elas ajudam a transmitir emoções como surpresa, alegria e preocupação de maneira silenciosa, mas poderosa. Além disso, a diversidade das sobrancelhas reflete a beleza única de cada pessoa, variando amplamente entre diferentes grupos étnicos e indivíduos.

Perder pelos das sobrancelhas pode ser devastador para a autoestima. Fatores genéticos, condições médicas, tratamentos agressivos ou simplesmente o processo de envelhecimento podem causar essa perda, fazendo com que uma pessoa se sinta menos confiante e satisfeita com sua aparência. Isso pode impactar negativamente a qualidade de vida e os relacionamentos pessoais. Felizmente, a tecnologia moderna oferece soluções inovadoras para a perda de sobrancelhas. O **transplante capilar para sobrancelhas**, que eu e minha colega Dra. Sthaell Siman trazemos para Belo Horizonte, é uma dessas soluções. **A Dra. Sthaell Siman é cirurgiã plástica e especialista renomada na técnica**, e nossa equipe está dedicada a oferecer um tratamento de excelência.

Este procedimento envolve a extração de folículos pilosos de uma área doadora do próprio paciente, geralmente da parte posterior do couro cabeludo, e sua implantação na região das sobrancelhas. Essa técnica permite a **restauração duradoura das sobrancelhas**, oferecendo uma solução para falhas, cicatrizes ou, simplesmente, para melhorar sua aparência. A precisão do processo garante que os pelos transplantados cresçam na direção e densidade desejadas, proporcionando um **resultado definitivo e natural**.

As sobrancelhas são mais do que apenas um elemento estético;



Com a minha parceira no procedimento de transplante capilar para sobrancelhas, Dra. Sthaell Siman



elas são fundamentais para a proteção ocular, expressividade e autoconfiança. A perda de pelos nessa região pode afetar profundamente a autoestima e a qualidade de vida de uma pessoa. Felizmente, procedimentos como o transplante capilar para sobrancelhas, que eu e a Dra. Sthaell Siman realizamos, oferecem soluções eficazes para restaurar a simetria e a beleza do rosto, promovendo bem-estar e autoconfiança. Venha conhecer esta **técnica inovadora** e descubra como podemos transformar sua autoestima!

DR. RODRIGO LOPES

Cirurgião plástico com título de especialista pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP). Lopes concluiu residências médicas em Cirurgia Geral e do Trauma, pela Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais; e Cirurgia Plástica, pelo Hospital da Baleia. Além disso, possui *fellowship* em Medicina Estética Avançada. Nesta coluna, discorre sobre os assuntos mais relevantes no universo da cirurgia plástica. CRM-MG: 36044. RQE: 16340.



@drrodrigolopes | www.clinicarodrigolopes.com.br

Aumente a produtividade da sua equipe com um café da manhã *de qualidade!*

Imagine começar o dia com um café da manhã completo e balanceado, repleto de nutrientes essenciais para o seu corpo.

Apresentamos a você o café da manhã fornecido pela Tia Lia Lanches, uma opção que vai transformar as manhãs dos seus colaboradores.

Entre em contato e
faça um orçamento!

 **(31) 99953-0145**

Invista no bem-estar dos seus colaboradores e colha os benefícios de uma equipe mais motivada, produtiva e saudável.





COMO MEDIR NOSSA MATURIDADE EMOCIONAL?

Quanto maior nosso autoconhecimento, maior a nossa maturidade emocional. Isso porque conseguimos tomar consciência das nossas emoções, limitações, forças e fragilidades; e, a partir daí, desenvolver mecanismos para superá-las. É por meio do autoconhecimento que conseguimos desvendar nossas defesas, medos, bloqueios e, principalmente, **o autoengano – aquela mentira que fazemos para embalar de ato nobre aquilo que, no fundo, é fraqueza.**

Um bom exemplo são as pessoas “boazinhas”, que não medem esforços para ajudar o outro. Por trás desse “bom coração”, geralmente, existe uma pessoa com enorme dificuldade em falar “não” e, por isso, torna-se ao longo da vida tão generoso. Essas e outras situações comprometem o nível do nosso autoconhecimento e, para sabermos um pouco sobre como anda a nossa maturidade, podemos refletir sob o viés de alguns comportamentos.

Pessoas com boa maturidade emocional apresentam boa tolerância à frustração e à contrariedade. Em vez de se revoltarem, lidam com serenidade o sentimento de impotência que deriva dos desejos e expectativas não realizados. Já quem sente muita raiva pode ter um bom termômetro: quanto mais raiva um indivíduo sente, menos tolerante à frustração ele é. Devido ao teor acusativo, a raiva também demonstra uma tendência à vitimização – tem sempre um vilão para descarregarmos a culpa.

Pessoas agressivas apresentam alto grau de imaturidade, simplesmente por não conseguirem conter a própria emoção. Uma frase dita por Freud é: “Um sinal de maturidade é quando conseguimos trocar a raiva por tristeza”. Outro medidor de maturidade é a boa formação moral de uma pessoa. Isso significa ela ser capaz de cumprir combinados; não justificar os erros; frear os impulsos que podem prejudicar, ferir ou magoar pessoas do seu convívio; manter a ética mesmo quando não está sendo observado; não lesar o outro para ser beneficiado.

Pessoas maduras, quando sabem que não darão conta de cumprir o que prometeram, tratam logo meios de comunicar isso

ao outro. Outro comportamento revelador da maturidade tem a ver com o controle dos impulsos. Isso inclui desde controlar a agressividade até as compulsões (álcool, drogas, alimentos e vícios em geral). **Dominar aquilo que te domina é um grande sinal de maturidade e amor próprio.**

Não poderia deixar de incluir como medidor de maturidade a estabilidade humoral. Pessoas imaturas são muito vulneráveis às emoções e mudam de humor de acordo com os acontecimentos: se tudo vai bem, ela está amável; se algo a desagrada, por menor que seja, “fecha a cara e emburra”. Essa oscilação é muito parecida com o comportamento da criança que, por não ter controle do que sente, é suscetível às influências externas. Adultos imaturos são como crianças fazendo birra.

Os que almejam a maturidade de uma forma honesta precisam desenvolver a capacidade de aprender com os erros em vez de rescindir neles, comprometerem-se com a evolução, privando-se da zona de conforto em prol de um bem maior. Amadurecer é um processo fruto de auto-observação, autocrítica, desejo de evoluir e amor próprio, em que o grande ganho é a serenidade do bem-estar emocional. Um desfrute para poucos!

SIMONE DEMOLINARI

Psicoterapeuta com formação em Psicanálise Clínica e Mestrado com linha de pesquisa em Anomalia Comportamental pelo ISCTE/Lisboa e Fundação Getúlio Vargas (FGV). Além de atuação clínica em consultório, é palestrante, escritora e radialista na 98 FM, desde 2010.



Instagram: @simonedemolinari | WhatsApp: (31) 99076-4441
simone_demolinari@hotmail.com

CONTRATE JOVENS TALENTOS

PARA A SUA EMPRESA

Conheça as vantagens de contratar
Estagiários e Aprendizes
pelo CIEE/MG

Leia o QR Code e marque
uma visita com um de
nossos consultores



ERA DO LÍTIO

*Sustentabilidade e transição
energética em foco*

Por séculos, a humanidade se sustentou pela utilização de combustíveis fósseis, com o óleo de baleia desempenhando um papel crucial na iluminação durante o século XVIII, o carvão se tornando o pilar da Revolução Industrial no século XIX e o petróleo emergindo como a principal fonte de energia no século XX, catalisando o desenvolvimento econômico global. Atualmente, no Antropoceno, uma era geológica caracterizada pela significativa influência humana no clima e nos ecossistemas da Terra, a crise climática, com seus impactos cada vez mais evidentes, tem pressionado a sociedade global a buscar alternativas energéticas sustentáveis. Ainda que subsistam dúvidas sobre a exclusividade dos efeitos humanos sobre as alterações climáticas que se observam, indubitavelmente **a ação humana é a causa.**

Eis que surge uma alternativa para a humanidade, em que a exploração de minerais críticos, especialmente o lítio, apresenta-se como uma das principais opções à utilização de combustíveis fósseis, reconhecidos como os maiores responsáveis pelo aquecimento global. O lítio é fundamental na fabricação de baterias para veículos elétricos e sistemas de armazenamento de energia, e tem cada vez mais se revelado essencial para reduzir nossa dependência dos combustíveis fósseis e, conseqüentemente, diminuir as emissões de gases de efeito estufa.

Ainda nos primeiros passos das pesquisas minerais e da descoberta de novas jazidas, havia especulações de que o lítio não passaria de uma tendência temporária. Entretanto, com o decorrer do tempo, verificou-se que a demanda global por lítio se tornou o centro de uma intensa disputa comercial e geopolítica entre países como Chile, Argentina, Austrália e China, que atualmente lideram a produção desse mineral. A importância estratégica do lítio é tão grande que, recentemente, grandes montadoras americanas e europeias, como Ford e General Motors, investiram diretamente na mineração de lítio para garantir o fornecimento de lítio de minas em regiões como Chile, Argentina, Quebec e Nevada; e, com isso, buscam **sustentar a produção de veículos elétricos, essenciais para se manterem competitivas no mercado global.**

Sem o lítio, a fabricação de baterias para caminhonetes elétricas, SUVs e sedãs elétricos, que estão em crescente demanda, seria inviável. O CEO da General Motors, Sham Kunjur, tem afirmado em suas entrevistas que a falta de um fornecimento confiável de lítio e outros materiais de bateria obriga as montadoras a se envolverem diretamente na cadeia de suprimentos, um movimento estratégico para assegurar a produção contínua e evitar paralisações nas linhas de montagem.

No Brasil, particularmente no Vale do Jequitinhonha, em Minas Gerais, as maiores reservas nacionais de lítio têm despertado um significativo interesse internacional. Recentemente, o governo de Minas Gerais, com apoio do Ministério de Minas e Energia (MME) e do setor produtivo e da Nasdaq, lançaram a iniciativa Vale do Lítio, para atrair investimentos na criação de um polo de exploração e industrialização do mineral na região. Grandes empresas, como a Sigma Lithium, estão listadas na Nasdaq e vêm desenvolvendo projetos significativos, posicionando Minas Gerais como um futuro hub global de produção de lítio. E isso não para por aí. O Governo de Minas Gerais também segue ativamente engajado em programas que abordam o tema, visando fortalecer a presença mineira. Um exemplo disso é o Brazil Lithium Summit, encontro internacional que ocorre em Belo Horizonte no mês de junho, com patrocínio máster da Latin Resourcer, outro grande player com projeto no município de Salinas/MG. O Estado de Minas Gerais vem atuando como endossador, com o objetivo de **atrair mais investidores para o setor de mineração sustentável**, promovendo networking e debates enriquecedores. Esse fato atraiu o interesse de várias empresas, tanto nacionais quanto multinacionais, que estão investindo significativamente na exploração mineral e pesquisa em busca de jazidas.

O entendimento do complexo sistema jurídico brasileiro e do nosso ambiente de negócios do Brasil se torna mais facilitado com o primoroso trabalho que a Fiemg vem desenvolvendo nas pessoas de seu presidente Flávio Roscoe e do setor da mineração, com o engajamento de Luis Fernando Coura e Luís Marcio Viana. A Fiemg tem buscado construir um ecossistema transparente de normas, visando trazer previsibilidade para os investidores estrangeiros. Por isso mesmo, nos últimos quatro anos, tem havido uma intensa corrida por licenciamentos de projetos de minerais críticos em Minas Gerais, refletindo a crescente demanda mundial em resposta à necessidade urgente de aumentar a oferta de lítio e outros minerais críticos, corroborado pelo cenário mundial e reforçado pela atuação e incentivo estatal. Um ponto importante é que tem sido observado que projetos que não incorporam uma vertente socioambiental sustentável enfrentam dificuldades para atrair financiamentos internacionais, reforçando a necessidade de uma abordagem sustentável, como a eliminação de barragens e o reúso da água no beneficiamento.

Diante desse cenário, a mineração de lítio no Brasil, especialmente em Minas Gerais, não se configura apenas como uma resposta à demanda energética global, mas como um exemplo de inovação e sustentabilidade. A liderança em projetos que conciliam eficiência econômica e responsabilidade ambiental pode posicionar o Brasil como referência internacional na extração e beneficiamento de minerais críticos. Assim, a transformação socioambiental promovida pela exploração de lítio não só fortalece a economia local e global, mas também pavimenta o caminho para um futuro em que o desenvolvimento sustentável é a norma, e não a exceção.

Com as iniciativas governamentais e paraestatais e a crescente atração de investimentos internacionais, Minas Gerais está preparada para se destacar no cenário global, demonstrando que o Brasil tem a capacidade e a visão para liderar a transição energética de maneira responsável e inovadora.

GERMANO GOMES VIEIRA

É advogado especializado em meio ambiente e sustentabilidade. Pós-graduado em Educação Ambiental e mestre em Avaliação de Impactos Ambientais. Atuou como secretário de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável de Minas Gerais.



CARTA ABERTA A VOCÊ QUE VAI REFORMAR POR CONTA PRÓPRIA

Querido leitor,

Eu sei que você já sabe exatamente o que quer. Sei que você acha que consegue fazer a obra toda sozinho e que, em vários momentos, acha que não precisaria de um profissional para a sua reforma.

Mas sabemos que essa suposta economia nos prega peças e que, no final, acabamos por nos arrepender de um alinhamento mais estratégico. Você vai se arrepender quando ver que aquela inspiração que você viu no Pinterest e parece perfeita para a sua casa não tem a mesma proporção dos ambientes. Vai se arrepender também quando aquele sofá ficar maior do que você imaginava, deixando sua sala apertada e pouco aconchegante.

Isso sem falar dos **arrepentimentos de quando você resolveu gerir uma obra**: alinhar um cronograma entre os fornecedores, solucionar dúvidas e – o mais comum de todos – ter que parar o seu dia para comprar aquele material que ficou faltando. Ah! Enquanto isso, você tem que cobrar mais de uma vez aquele orçamento que te prometeram há uma semana e ainda não enviaram.

Talvez você também se lembre desta carta quando precisar atravessar o corredor no escuro, porque o interruptor ficou do lado errado, ou quando precisar puxar uma extensão para conseguir trabalhar na sua varanda, porque se esqueceu de considerar um ponto de energia no local. Talvez se arrependa quando a obra começar a atrasar e o pintor culpar o marceneiro que culpa o pedreiro que culpa o fornecedor.

Você sabe a diferença entre porcelanato retificado, século e alisar? Nenhum deles tem a mesma função, mas, se você não souber responder, provavelmente será mais

uma dor de cabeça no futuro.

A função do arquiteto vai muito além do design e engloba o auxílio com fornecedores, conferência de erros nos trabalhos executados e escolhas de materiais, além de um respaldo em relação às medidas de mobiliário e ergonomia. É comum ouvirmos pessoas dizendo que “não precisam de um arquiteto, pois sabem exatamente do que precisam”. E muitas das vezes recebemos ligações com pedidos de socorro no meio da obra, o que gera um atraso e retrabalho para o cliente.

Acredito que já te demos motivos suficientes para não executar uma obra sozinho, não é mesmo? Por isso não ignore esta carta. Você vai se surpreender de como um alinhamento estratégico com um profissional da arquitetura para sua obra ou reforma acaba por **economizar tempo e dinheiro** e, acima de tudo, valoriza o seu ambiente.

CASTELLOCAMBRAIA ARQUITETURA

O escritório de arquitetura CastelloCabraia é composto pelas sócias Marcela Castellões e Gabriela Cambraia, formadas em Arquitetura e Urbanismo pela Universidade Fumec/MG e com experiência no mercado há cerca de 15 anos. Com sinergia inigualável, estão à frente do escritório e acreditam que podem mudar vidas por meio de seus projetos e experiências. Com uma arquitetura atemporal e versátil, compreendem e surpreendem as necessidades dos clientes com um olhar dedicado a cada detalhe.



 @castellocabraia.arquitetura

LIQUIDA TUDO% minascasa

Tudo para a sua casa
em um só lugar, com
até 50% de desconto.

Tudo de
bom!

40%



30%

ATÉ
50%
DESCONTO

ATÉ 18 DE AGOSTO



MAXIBRACELETES

A tendência que domina o inverno

Com a chegada do inverno, uma nova tendência de moda se destaca nas passarelas e nas ruas: os maxibraceletes. Essas peças grandes e ousadas não apenas adicionam um toque de elegância e sofisticação aos looks, mas também trazem uma sensação de poder e estilo para quem os usa. Originando-se das passarelas internacionais, os maxibraceletes rapidamente se tornaram um *must have* no guarda-roupa de fashionistas e celebridades.

Os maxibraceletes surgiram como uma evolução natural da tendência de acessórios *statement*, que tem ganhado força nas últimas temporadas. **Designers renomados como Gucci, Chanel e Balenciaga trouxeram essas peças volumosas e elaboradas para suas coleções de inverno**, destacando-as como elementos centrais de suas propostas estilísticas.

Os maxibraceletes deste inverno são caracterizados por uma diversidade impressionante de materiais e designs. Desde metais preciosos (como ouro e prata) até materiais mais acessíveis (como acrílico e resina), há uma variedade de opções para todos os gostos e orçamentos. Muitos braceletes apresentam detalhes intrincados, como pedras preciosas, cristais e até elementos de couro, conferindo um toque luxuoso e exclusivo.

Os designs variam de formas geométricas a estilos mais orgânicos e fluidos. Os braceletes com motivos naturais, como folhas e flores, estão particularmente em alta, assim como os modelos minimalistas e futuristas. A tendência também abrange peças com acabamentos texturizados e misturas de materiais, proporcionando **um visual dinâmico e multifacetado**.

A chave para incorporar os maxibraceletes ao seu guarda-roupa de inverno é equilibrar a ousadia da peça com o restante do look. Aqui estão algumas dicas:

1. Simplicidade é a chave: combine maxibraceletes com roupas de cortes simples e linhas limpas. Um vestido pre-

to básico ou um suéter de gola alta são escolhas ideais para destacar a peça.

2. *Mix and match*: não tenha medo de misturar diferentes estilos de braceletes em um braço para um visual mais eclético. Apenas se certifique de que as peças tenham um elemento em comum, como a cor ou o material.
3. Equilíbrio: se optar por maxibraceletes volumosos, mantenha outros acessórios, como brincos e colares, mais discretos para evitar um visual sobrecarregado.
4. Ocasões especiais: use maxibraceletes em eventos formais, para adicionar um toque de glamour. Eles podem transformar um vestido de festa simples em uma produção de destaque.

Outro aspecto importante da tendência dos maxibraceletes é a crescente atenção à sustentabilidade. Muitos designers estão optando por materiais reciclados e processos de produção éticos. Marcas como Stella McCartney e Reformation estão na vanguarda dessa mudança, oferecendo opções de maxibraceletes que são não apenas estilosas, mas também *eco friendly*.

Os maxibraceletes são, sem dúvida, a tendência de destaque deste inverno. Com sua capacidade de transformar qualquer look e a variedade de estilos e materiais disponíveis, eles oferecem uma maneira emocionante de experimentar a moda.

Sejam usados como peças de destaque em um look minimalista ou como parte de um mix mais eclético, os maxibraceletes são a escolha perfeita para quem deseja adicionar um toque de ousadia e sofisticação ao seu estilo de inverno.



RACHEL CAPUCIO

É advogada com foco em fashion law e empreendedorismo na moda, além de escritora, redatora e curadora de arte. Assina as colunas *No Mundo da Moda*, *Horizonte Gerais* e *Horizonte dos Inconfidentes*, no jornal Espaço Horizonte. Produziu vários conteúdos para os sites Destrinchando (Portal Uai), YOO Mag (Portal Uai) e Guia In BH. Atualmente, é colunista das mídias: revistas *Conexão Moda*, *Mercado Comum*, *Salto* e *Official Chic*; e do jornal *MG Turismo*.



Instagram: @rachelcapucio



tete beleza
capilar



Terapia capilar
um cuidado que transforma.



Nossos cabelos
contam histórias.

E mais:

- SPA dos pés
- Manutenção de unhas em gel
- Cortes
- Pé e mão
- Manutenção de cabelos
- Makeup

Rua Zito Soares, 33 - Mangabeiras / Belo Horizonte

REVOLUÇÃO NA INDÚSTRIA DO ENTRETENIMENTO

Alô Produção lança o primeiro aplicativo global para conectar profissionais da cultura

Em um mundo cada vez mais digital, onde a conexão e a colaboração são essenciais para o sucesso, nasce o Alô Produção. Lançado oficialmente em junho, este aplicativo promete revolucionar a indústria do entretenimento e da cultura, **tornando-se o primeiro no mundo a oferecer uma plataforma centralizada para produtores, artistas, empresas e fornecedores do setor cultural**. Este é um marco histórico que transformará a forma como projetos culturais são criados, gerenciados e executados.

Uma plataforma inovadora para um setor em evolução

A missão do Alô Produção é clara: **conectar e fortalecer a comunidade de profissionais da cultura**. Este ecossistema dinâmico foi projetado para simplificar a produção de eventos, filmes, teatros, exposições e muito mais. Com uma interface intuitiva e recursos poderosos, o aplicativo facilita a busca por talentos, empresas e recursos essenciais, proporcionando um ambiente colaborativo sem precedentes.

"Nosso objetivo é criar **uma ponte entre os profissionais da cultura**, oferecendo uma plataforma que não apenas simplifique o processo de produção, mas também abra novas possibilidades de colaboração e inovação," afirma Luciana Leitte, a empreendedora de Belo Horizonte por trás do projeto e líder do Grupo LL Comunica.



Funcionalidades que transformam

O Alô Produção não é apenas mais uma plataforma; ele traz funcionalidades que transformam a maneira como os profissionais da cultura interagem e trabalham:

- **BANCO DE DADOS EXTENSO E ACESSÍVEL:** desde artistas talentosos a fornecedores especializados, todos estão a um clique de distância. O acesso gratuito ao banco de dados garante que qualquer profissional possa encontrar e se conectar com os recursos de que precisa.
- **CADASTRO DE EVENTOS E LOCAÇÃO DE ESPAÇOS:** promova seus eventos e encontre os locais ideais para suas produções audiovisuais e publicitárias, tudo dentro de um único aplicativo.
- **VAGAS DE EMPREGO E OPORTUNIDADES DE TRABALHO:** navegue por oportunidades exclusivas, que vão desde trabalhos freelancers até posições CLT, e encontre o emprego perfeito para suas habilidades.

A versão premium: um mundo de benefícios exclusivos

Para aqueles que desejam ainda mais, o Alô Produção oferece uma versão premium, que eleva a experiência a outro nível. Com planos mensal, semestral e anual, os benefícios incluem:

- **DESTAQUE DE PERFIL:** aumente sua visibilidade e seja visto pelos principais produtores e diretores.
- **VAGAS EXCLUSIVAS:** acesso a oportunidades que não estão disponíveis para usuários gratuitos.
- **CLUBE DE BENEFÍCIOS E SUPORTE PRIORITÁRIO:** descontos exclusivos, prêmios, brindes e suporte via e-mail e WhatsApp, para resolver suas dúvidas rapidamente.
- **CONSULTORIA GRATUITA COM LUCIANA LEITTE:** um bônus exclusivo para assinantes anuais, oferecendo *insights* valiosos de uma das maiores especialistas do setor.

Impacto global e visão de futuro

A visão do Alô Produção é ambiciosa: tornar-se a principal plataforma global de **networking e recrutamento para profissionais da indústria cultural**. Com um compromisso inabalável com a inovação, a colaboração, a diversidade e a integridade, o Alô Produção está posicionado para impulsionar o crescimento do setor cultural em todo o mundo.

Apoio e expansão

Desde seu lançamento, o Alô Produção já atraiu a atenção de grandes nomes do setor e está estabelecendo parcerias estratégicas para expandir sua oferta de serviços. "Estamos apenas começando", afirma Luciana Leitte. "Nossa meta é continuar crescendo e adaptando a plataforma para atender às necessidades em constante evolução dos profissionais da cultura."

Junte-se à revolução

O Alô Produção não é apenas uma plataforma; é **uma revolução na maneira como o mundo cultural opera**. Convidamos todos os profissionais do setor a se juntar a nós nessa jornada transformadora. Seja você um produtor, artista ou fornecedor, o Alô Produção está aqui para facilitar sua jornada, promover suas habilidades e conectar você com as melhores oportunidades do setor cultural.

Fique conectado!

Para não perder nenhuma novidade, siga o Alô Produção no Instagram: [@aloproducao.app](https://www.instagram.com/aloproducao.app). Cadastre-se agora e faça parte dessa revolução!



TRINTA ANOS DE UM (GRANDE) LEGADO

Sucesso há três décadas, Semáphoro Uniformes conta o segredo de seu principal pilar: a família

Respeito é uma palavra que permeia a empresa Semáphoro Uniformes, que nasceu em 1994 a partir da ousadia do jovem Luciano Pereira e de seus pais, Aloísio Rodrigues e Dalva Pereira. Os patriarcas, ao lado do filho, tinham um pequeno armário em Belo Horizonte e escolheram o desafio de empreender com dedicação e profissionalismo, transformando ao longo de 30 anos um pequeno comércio de rua em **uma grande indústria de uniformes profissionais**.

A escolha fez da empresa **uma das líderes do mercado nacional**, que em julho deste ano completou 30 anos em grande estilo, com uma megafesta julina para seus mais de 200 colaboradores, fornecedores e amigos. A empresa passou por grandes transformações ao longo de todos esses anos e, segundo Luciano Pereira (presidente-fundador), os desafios não foram

poucos. Contudo, ele ressalta que **sempre contou com o apoio de seus pais** para suportar todos os desafios e incertezas que o mercado oferece. Para o presidente da Semáphoro, seus pais são o alicerce que ele precisa para direcionar a empresa com segurança e sabedoria. “Sem eles eu não teria conseguido alcançar o sucesso e a liderança que temos no mercado”, reconhece Luciano.

O empresário conta ainda que a ideia de transformar o comércio de armário em uma confecção de uniformes partiu de seu pai, que percebeu que seu comércio não estava indo bem. Desse modo, Aloísio propôs à sua esposa (Dalva) para costurar e ao filho Luciano para silcar algumas camisas. Luciano, de forma proativa, decidiu levar as camisas ao seu trabalho, a fim de vendê-las na Cooperativa de Transportes de Belo Horizonte

(Cooperau). E foi assim que surgiu o primeiro pedido de uniformes da empresa familiar. Daí em diante, a Semáphoro Uniformes vem conquistando e ganhando a cada dia mais espaço no mercado e segue em constante ascensão.

DNA Familiar

A empresa é marcada pelo DNA familiar – um grande orgulho para Luciano! Sua mãe Dalva é responsável pela produção; seu pai Aloísio, pela expedição; sua irmã Alessandra, administrativa; e sua esposa Luciana, pelo marketing. Já seu filho, Caio Phelipe, é seu braço direito. “Ele é meu maior orgulho e a certeza de que **o legado familiar se perpetuará**. Caio levará a empresa a patamares ainda muito maiores e com a promessa de um breve futuro de suas operações internacionais”, comemora.

Ao fim, o presidente da Semáphoro Uniformes ressalta: “Nosso 30 anos foram desafiadores. Por isso, é preciso comemorar cada vitória como única. Chegar até aqui não foi fácil, e continuar é um desafio ainda maior. Nossa meta é **investir ainda mais pesado em nosso parque fabril, trazendo um maquinário moderno e com grandes inovações tecnológicas**, visando aumentar a produtividade, trazendo ainda mais qualidade para nossos processos de produção”.

Luciano ainda deixa claro que priorizar o funcionário é algo essencial dentro da empresa. Desde sua criação, a Semáphoro Uniformes acredita que o colaborador é a alma de uma empresa de sucesso.



CONFIRA UM POUCO DE COMO FOI A COMEMORAÇÃO DOS 30 ANOS DA SEMÁPHORO UNIFORMES!

Fotos: Andrade Fotografia e @dsclickphotos





Uma viagem elegante

Muito mais do que uma coleção, a Agiare convida você a explorar o mundo com um novo olhar, por meio da coleção Embarque. A mulher Agiare é vestida com a confiança de que está sempre pronta para qualquer jornada que a vida lhe apresente. A marca entrega peças que atendem à mulher multifacetada, que está sempre em movimento entre compromissos e lazer, mas não abre mão do conforto, da elegância e da qualidade. A versatilidade da coleção permite que cada peça seja um universo de possibilidades, resultando em variadas combinações que atendem às demandas que surgem ao longo do dia. "Embarque" nesse mood contemporâneo e cheio de inspirações!













FICHA TÉCNICA

FOTOS: Marina Araújo (@californianina).

CABELO E MAQUIAGEM: Thiago Fonseca (@thiagofonseca).

STYLING: Pedro Birra (@pedrobirra).

MODELOS: Bruna Guimarães (@brunaguimaraes.bg), Larissa Rocha (@lalaarocha) e Luiza Martins (@luiza_martinsst – proprietária da marca).

@agiare.brand | www.agiare.com.br



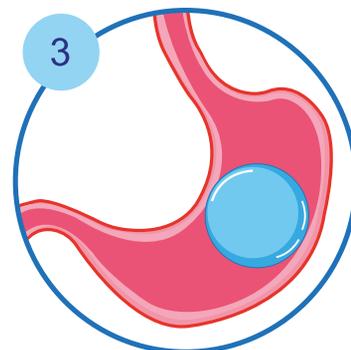
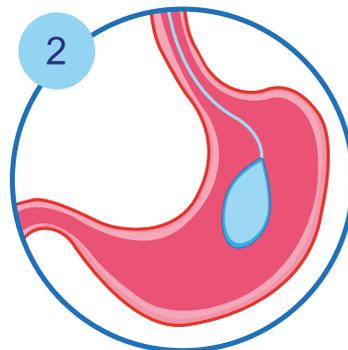
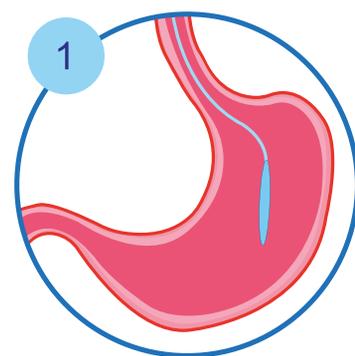
OS PASSOS RUMO À AUTOESTIMA

Balão intragástrico auxilia pessoas na luta contra a obesidade, devolve a autoestima e dá disposição para os desafios

“Hoje tenho muito ânimo, disposição e autoestima. Eu sei que não quero aquela Virgínia de oito meses atrás, de forma alguma. Hoje eu sei o que posso comer e como devo comer.” Foi assim que a nova Virgínia chegou ao meu consultório após o tratamento com balão intragástrico, que a ajudou a perder mais de 15kg e a encontrar a autoestima.



A evolução da paciente Virgínia Serqueira



Entre risos, ela me contou que estava “se achando” e que tudo havia mudado na sua vida após o tratamento. **A grande verdade é que ela passou por uma profunda mudança de hábito e conseguiu vencer a obesidade com o procedimento sem cortes, que proporciona uma reviravolta real de vida.**

No consultório, recebo, diariamente, pessoas que escolhem viver a mudança de vida; e o balão é um instrumento necessário para que o paciente possa se sentir seguro e confiante numa nova trajetória de perda de peso. Conseguimos ajudar o paciente a ressignificar seu comportamento com a alimentação a partir da colocação da prótese, ou seja, o balão intragástrico. Após essa colocação, caberá à nossa equipe multidisciplinar **apoiar esse paciente por meio do acolhimento e norteando-o de forma mais agradável e assertiva.**

Nessa jornada, cada membro da nossa equipe se torna parte fundamental junto ao paciente. Temos **atendimento 24 horas** por dia disponível para atendimento de dúvidas sobre o tratamento e equipe multidisciplinar disponível para ajudar na mudança de mentalidade de cada paciente. Nossa equipe de nutrição, por exemplo, é essencial em todo o processo e proporciona segurança em todos os momentos. Essa segurança, inclusive, é fundamental para a nova jornada do paciente.



Neste quadro, contamos histórias emocionantes, como a da Virginia

É enxergar a jornada de Virginia traz aquela sensação boa de “dever cumprido”. Mostra que, por mais que haja percalços durante a trajetória de eliminação de peso, o resultado é a vitória em conjunto da relação médico-paciente. Ela, por exemplo, sempre acenou à equipe multidisciplinar no intuito de poder esclarecer dúvidas relativamente simples ou mesmo diante de eventuais desconfortos. Virginia se mostrou aberta às orientações e esclarecimentos recebidos. Por isso, **cada novo degrau galgado no tratamento é motivo de celebração por parte do paciente e de toda nossa equipe.**

Importante frisar que realizamos o procedimento em bloco cirúrgico com anestesista e equipe altamente treinada. Conto com um setor exclusivo de acompanhamento, para que meus pacientes tenham todo o suporte durante todo o uso do balão intragástrico, no intuito de mitigar intercorrências e garantir que o paciente tenha total conforto no tratamento.

Hospital Dia Sander Medical Center

Quer conhecer mais sobre os tratamentos para perda de peso? Emagreça com saúde e obtenha o auxílio de uma equipe médica completa, experiente e especializada. Entre em contato com o Sander Medical Center, tire dúvidas e marque sua avaliação!

Telefones: (31) 3588-1155 | (31) 3261-4515

WhatsApp: (31) 97225-5055 | (31) 98010-5000

Endereço: Avenida Bernardo Monteiro, 1.265 – Funcionários | Belo Horizonte/MG.

@drbrunosander

www.sandermedicalcenter.com.br

BRUNO SANDER

Doutor (Ph.D) e mestre (Ms.C) pela UFMG. Médico cirurgião-geral, conhecido como o “Papa do Emagrecimento”. Endoscopista, gastroenterologista e diretor do Hospital Dia Sander Medical Center, em Belo Horizonte. CRM-MG: 41490 / RQE: 14270 – 32354 – 41292.



LINE UP HARMONY

O novo conceito de estética

Nesta edição discorrerei sobre o Line Up Harmony, que trouxe a união entre harmonização facial, visagismo, saúde bucal e, principalmente, a resolução das queixas de todos os meus pacientes. Estou realizando sonhos fazendo não apenas procedimentos, mas também implantando um novo conceito de rejuvenescimento, saudável e completo.

Após uma longa análise sobre a vida, a saúde psicossocial e os sonhos dos meus pacientes, criei o melhor plano de rejuvenescimento. “Não me cuidei a vida toda” é o que mais escuto, mas é possível começar – e começar com o pé direito.

Trago para os meus pacientes fortalecimento e clareamento de áreas do rosto, além do tão sonhado preenchimento (depois de análises), tratamento dentário por completo, atendimento humanizado e **um novo sentido para a vida de cada um**. Percebi que no mercado faltava o verdadeiro visagismo, um carinho a mais com a história de cada um que passa por nossos consultórios. Sonhos estão sendo destruídos, por isso precisamos resgatar a essência do realmente “cuidar”.

Eu decidi ouvir meus pacientes. Decidi trazer para eles a certeza de que vão sair com um novo olhar para a saúde facial e bucal – para além da beleza, do ego. Assim, tornamos o famoso “supérfluo” um grande bem necessário.



DR^a AMARALINA LAS CASAS

Especialista em harmonização orofacial, ortodontia e ortopedia funcional dos maxilares. Membro da Câmara Técnica de Ortodontia-CRO/MG.



Instagram @dralinalascasas

PELE, UNHAS & CABELO

sandáreis

UM LANÇAMENTO BEM VIVER

**Suplemento alimentar
que turбина a sua
beleza de dentro para
fora**

As Gomas de COLÁGENO Verisol possuem uma combinação poderosa de colágeno, silício, biotina e uma série de vitaminas e minerais essenciais, que retardam o envelhecimento e dão ao seu corpo o que ele precisa para brilhar em saúde.



 31 99905-6121

 @pharmaciabemviver

 www.pharmaciabemviver.com.br

MANUFATURA

Em qual estágio se encontra a indústria de manufatura no Brasil?

E como prometido em nosso último texto, nesta edição discorrerei sobre a manufatura no Brasil. Já vimos que nós, mulheres, temos papel fundamental na indústria, mas agora entenderemos como esse setor se posiciona em nosso país. Início por explicar o que seria a manufatura. Antigamente, o artesanato era considerado uma atividade manufatureira. Hoje, esse conceito é mais aplicado à área industrial, porque é lá que temos, em grande escala, a matéria-prima transformada em produtos; por este motivo que “atualizamos” a palavra manufatura, hoje **sinônimo de transformação**.

O objetivo da manufatura nada mais é do que a transformação de matérias-primas em um único produto; e foi isso que permitiu classificar como manufatureiras diversas indústrias ligadas à produção de bens. No entanto, não é apenas criar um item, é preciso atender às necessidades e expectativas dos clientes, além de garantir a sustentabilidade econômica da empresa. Portanto, a manufatura **busca a qualidade dos produtos**, ao mesmo tempo em que tenta a redução dos custos, o aumento da produtividade e a inovação contínua dos processos produtivos.

Mas em qual estágio se encontra a indústria de manufatura no Brasil? Por transformar insumos em mercadorias acaba-

das, o setor industrial se apresenta como uma atividade **fundamental para a criação de empregos**, aumento da produtividade e crescimento econômico.

No contexto da Revolução Industrial, a manufatura sofreu um grande impacto, uma vez que foi nesse período que ocorreu uma transformação significativa nos processos de produção. A chegada de novas tecnologias e máquinas permitiu a produção em grande escala. As inovações viabilizaram produzir em menor tempo e a preços mais baixos. Entre os séculos XVIII e XX, ocorreu o desenvolvimento da segunda e terceira Revoluções Industriais, aperfeiçoamento das máquinas e o surgimento de metodologias como o Fordismo, para acelerar e reorganizar os processos. E não podemos nos esquecer do famoso Lean Manufacturing, destaque do século XX.

Muito se tem escrito e falado a respeito de Manufatura Avançada, Indústria 4.0, Fábrica Inteligente, Internet das Coisas, entre outras terminologias. Mas, enfim, são todos caminhos que permitirão às indústrias **obterem soluções que levarão a ter aumentos de produtividade, excelência na qualidade e reduções de custos com base nos constantes avanços tecnológicos** que vem ocorrendo nos últimos anos.

“Que façamos da Indústria 4.0 e da Sociedade 5.0 a principal engrenagem para tornar este planeta um lugar melhor para todas as gerações”.

**Professor Adilo Nogueira Souza Filho,
mestre em Processos Industriais**

Em um sentido amplo, a **manufatura herdeira** do século XX consiste na fabricação e montagem de produtos via processos lineares. Na **manufatura avançada**, os novos materiais deixariam de ser somente insumos e passam a ser parte integrante dos processos de fabricação, diferindo apenas do tipo de integração, de acordo com o que será produzido.

As inovações tecnológicas que modelam a indústria avançada atualmente têm na sua base novos processos digitais, altamente integrados e intensivos em automação. Em torno desse tripé, diferentes tecnologias com origens e funções diversas interagem e se agregam em grupos que podem ser classificados de acordo com suas relações funcionais.

Nos países avançados, estas novas ferramentas tecnológicas já contribuíram para reordenar segmentos inteiros da economia, promovendo o reposicionamento das empresas que mais investem em inovação e são mais intensivas em conhecimento. Por suas características, as mudanças incidem fortemente sobre os mecanismos industriais, com desdobramentos para o conjunto da economia, sem respeitar qualquer linearidade. O novo ciclo industrial que está nascendo tem por base sistemas digitais complexos que, ao se integrarem em rede e automatizarem processos, aproximam objetos físicos e virtuais e dão forma a uma produção industrial ainda mais flexível e customizada.

No Brasil, o debate sobre a indústria do futuro, além de se voltar para a elevação da produtividade da indústria, procura identificar **oportunidades para a transformação estrutural da nossa economia**, atingida conjuntamente pela crise econômica, mas duplamente exposta pelos avanços que começam a se tornar realidade em outros países, seja pela baixa capacidade de inovar tecnologicamente, seja por sua dependência das *commodities*.

Apesar das dificuldades atuais – que ainda são frutos da crise econômica e política que drena as forças do país – é fundamental não perder de vista que a diversificação do siste-

ma nacional de inovação exigirá a alocação de recursos para viabilizar a parceria com a iniciativa privada e impulsionar a transição da manufatura brasileira para um patamar mais elevado. Para o Brasil, a diferença entre ser competitivo e permanecer no atraso depende da capacidade de aproveitar as oportunidades abertas pelo ciclo atual.

Aguarde a próxima edição, em que exemplificarei, na prática, uma transformação no setor industrial. Trarei uma entrevista exclusiva com uma indústria modelo do setor alimentício de Minas Gerais. Conheceremos a história, os desafios da dependência das *commodities* e, principalmente, o impacto do conceito “Indústria 4.0” para uma crescente assertiva.



LOUISE AMARAL

É arquiteta urbanista, especialista em Gestão de Negócios pela FDC, CEO da Delimassa Alimentos, co-founder do Grupo DLM e gestora de outras quatro empresas no ramo de alimentos. Para a Exclusive, entrega conteúdos voltados ao empreendedorismo e *insights* estratégicos para leitores do mercado B2B.



 @louiseamaraloficial

X MERCADO

POR Jussara Naves,
com colaboração de Ícaro Ambrósio

MOST

O mercado imobiliário está em alta. Diante desse cenário, surge o MostQI Generative. A plataforma organiza as informações de forma estruturada em seções e promete revolucionar o mercado imobiliário no país. Com a ferramenta desenvolvida pela empresa mineira Most Specialist Technologies, o mercado imobiliário pode ganhar celeridade na etapa de levantamento dos documentos obrigatórios à conclusão do negócio. Basicamente, o que o sistema realiza é a leitura e a compreensão do contexto presente no documento e a extração somente daquilo que é necessário.



Maria Cristina Diez, engenheira de softwares e diretora comercial da Most

BIOCOR INSTITUTO



Edson Paiva, ortopedista do Biocor/Rede D'Or

O hospital Biocor/Rede D'Or deu mais um passo importante na modernização e aprimoramento de seus serviços, ao habilitar seu setor de cirurgia do quadril para a realização de artroplastia total do quadril, com assistência robótica. O médico Edson Barreto Paiva, ortopedista e cirurgião de quadril com vasta experiência, participou recentemente de um treinamento intensivo em Montreal, Canadá, onde recebeu certificação para operar com o robô Rosa Hip, da renomada empresa Zimmer. Essa certificação coloca o hospital Biocor/Rede D'Or na vanguarda da tecnologia médica, oferecendo aos pacientes um procedimento cirúrgico ainda mais preciso e seguro. A cirurgia robótica assistida permite um planejamento cirúrgico personalizado e uma execução de precisão otimizada. Além disso, o Rosa Hip proporciona ao cirurgião maior controle durante a operação, buscando reduzir o risco de complicações e melhorar os resultados pós-operatórios.

YARA TUPYNAMBÁ

A artista plástica Yara Tupynambá recebeu familiares, amigos, convidados e autoridades na abertura da sua exposição no Palácio da Liberdade, que fica aberta à visitação pública até o próximo dia 25 de agosto. Os discursos das autoridades se iniciaram com o presidente da Fundação Clóvis Salgado, Sérgio Rodrigues Reis, seguido do presidente do Instituto e Memorial Yara Tupynambá, Geraldo Porfírio da Silva, e do secretário de Cultura e Turismo de MG, Leônidas Oliveira; finalizando com a grande amiga Maria Elvira Ferreira Sales. Yara estava nitidamente feliz e emocionada, interagindo e agradecendo pelas homenagens prestadas – em especial a homenagem proferida pelo vice-presidente do Instituto e Memorial Yara Tupynambá, David Faria, de quem Yara foi professora e, ao mesmo tempo, aluna. Ela emocionou todos os presentes, quando respondeu nitidamente a cada uma de suas perguntas.

BP CONSÓRCIO E CRUZEIRO ESPORTE CLUBE

A BP Consórcio é a nova patrocinadora do Cruzeiro. Presente no momento de reconstrução do clube, por meio da marca Bem Protege, a BP Consórcio retoma o patrocínio, inaugurado na temporada 2020. Na camisa estrelada, a marca ficará estampada nas omoplatas. O novo vínculo será válido até agosto de 2025. O sócio da BP Consórcio, Gustavo Lima, acredita que a BP Consórcio chegou para fazer história na trajetória do Cruzeiro e que a parceria representa mais do que um patrocínio – é o encontro de dois gigantes. “Nosso intuito é construir laços indestrutíveis, baseados na confiança e no compromisso de alcançar feitos incríveis juntos. E, assim, garantir vantagens e realizações extraordinárias para a apaixonada Nação Azul”, afirma Gustavo.

STOCK CAR EM BH

O pódio cercado de fãs gritando os nomes dos pilotos e fazendo coro por seu herói favorito foi o retrato final da estreia da Stock Car Pro Series em Belo Horizonte, registrando um marco na história do automobilismo brasileiro e também da capital mineira. Entre 15 e 18 de agosto, o entorno e a Esplanada do Mineirão receberam 70 mil pessoas, sendo 45 mil somente no domingo, dia da corrida principal da sétima etapa da temporada 2024. O BH Stock Festival impressionou pela ampla participação e acolhimento do público mineiro, e também pelas várias atrações oferecidas aos fãs, incluindo um grande festival gastronômico e shows musicais, como da banda Tianastácia e o "titã" Nando Reis.

Promovido pelos empresários Sérgio Sette Câmara e Emanuel Júnior, o evento reuniu diversas atrações para os fãs. Como a capital mineira não possui autódromo, para grande parte dos presentes foi a primeira chance de assistir *in loco* a uma corrida da Stock Car. Ao longo de todo o fim de semana, o público circulou pela Esplanada, que se tornou uma grande praça de entretenimento, com dezenas de estandes – além de atrações como a roda gigante, exposição de carros históricos da Stock Car *fan zone*, praça de alimentação, espaço kids, pista de skate e simuladores, em um variado leque de opções para divertir e entreter toda a família.

Além das pistas

O BH Stock Festival entrou para a história da capital mineira ao trazer para a cidade uma etapa da principal categoria do automobilismo brasileiro. Isso motivou outro fator importante para a população local, desta vez mais dirigido ao impacto econômico provocado pela vinda da Stock Car ao entorno do Mineirão. Foram gerados mais de 4 mil empregos, diretos e indiretos, além da movimentação de todos os setores da economia, especialmente da rede turística.

Sobretudo, marcas reconhecidas estiveram presentes, apoiando e incentivando o evento; e, também, realizando ações publicitárias ou promocionais. Um exemplo foi o Socila, a maior rede de franquias de salões de beleza da América Latina, que, inclusive,

hoje, dispõe de 500 unidades espalhadas pelo mundo todo. A marca disponibilizou, nos camarotes Leste e Oeste, um espaço para os participantes poderem revigorar. Foram oferecidos serviços de babylliss, prancha, escova, acabamento para sobrancelha, penteados, maquiagem, serviços rápidos, massagem no couro cabeludo e outros procedimentos rápidos para mulheres.



O pódio da categoria principal



O prefeito Fuad Noman entre os empresários organizadores do evento, Emanuel Júnior e Sérgio Sette Câmara



Um pitstop

JUSSARA NAVES

Pós-graduada em ESPM e B.I Internacional, é empresária nas áreas de comunicação e educação, e tem bom acesso ao mercado. Por aqui, apresenta as principais novidades empresariais do estado.

Instagram: @jussaranaves | @navescoelho.comunicacao



CÃES DE TRABALHO, DE ASSISTÊNCIA EMOCIONAL E DE TERAPIA

Os cães são seres com habilidades incríveis. Alguns desses talentosos seres ganharam o nome de “cães de trabalho”, “cães de assistência médica” e “cães-terapeutas”, porque foram treinados para **ajudar os humanos em diferentes situações do dia a dia** e também para realizarem tarefas específicas.

Cães de trabalho não são considerados pets. Eles têm uma função e uma rotina diferentes. Esses animais podem, por exemplo, ajudar os bombeiros em buscas nas matas, para encontrar pessoas desaparecidas; ajudar policiais a encontrarem drogas ilícitas em aeroportos, rodoviárias; e até ajudar pessoas em situações de emergência ou em risco iminente. Eles também podem atuar como cães-guia, um dos cães de trabalhos mais comuns que conhecemos, ajudando pessoas com deficiência visual, facilitando o dia a dia delas.

Assim como existe o cão-guia, existe também o cão ouvinte, que auxilia a pessoa surda a identificar quando a campainha ou alarme tocam, por exemplo. Algumas raças específicas foram desenvolvidas para um determinado serviço. Exemplos: **border collie (cães pastores de campo), pastor alemão (cão policial), labrador (cão-guia), beagle (cão farejador)**, entre outros.

Nós sabemos que esses supercães possuem um faro muito apurado e são capazes de identificar cheiros a distâncias que a gente nem imagina. É claro que, para se tornarem aptos, eles passam longos anos treinando, desenvolvendo e praticando a habilidade para a qual serão ordenados. Um cão policial, por exemplo, pode levar até dois anos de treino para se formar completamente.

Animais de Assistência Emocional (Esan) são seres que transmitem conforto e ajudam a tranquilizar pessoas com doenças psiquiátricas, como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e autismo. E não são somente os cães. Fazem parte gatos, coelhos e até tartarugas.

E hoje nós temos também o “cão de alerta médico”, que é um animal de assistência. Para diabéticos, por exemplo, esse cão pode atuar como um grande aliado, “alertando”, de certa forma, o seu tutor das possíveis oscilações dos níveis de glicemia no sangue. Esse cachorro também pode identificar previamente o início de uma crise ou convulsão em uma pessoa. Tamaña habilidade nos leva a pensar que essa capacidade possa ser muito mais sensível do que técnica.



Existem também os “cães terapeutas”, que são aqueles animais destinados a trabalhos voltados a terapias. Eles podem atuar em hospitais, asilos, creches ou em trabalhos sociais. **Esses bichinhos já ajudaram milhares de pessoas a se sentirem mais felizes, de bem com a vida e a terem uma qualidade de vida melhor.** São cães altamente sociáveis e amigáveis. Exemplos de raças mais comuns que atuam como terapeutas: labrador e golden retriever.

Por fim, temos os cães de apoio emocional. Aqui eles atuam como anjos protetores. São cães que – tanto quanto os outros mencionados acima – são devidamente treinados e preparados para lidarem habilidosamente com o que fazem. São indicados às pessoas que sofrem algum transtorno emotivo; e as auxiliam, transmitindo tranquilidade, conforto e estimulando o bem-estar.

Viu só como os cães podem ser fundamentais na vida de muitas pessoas? E o mais bonito disso tudo é que, hoje, com o avanço da ciência e da tecnologia, é possível pensar e desenvolver políticas públicas capazes de ampliar o **enorme potencial que os cães têm e que podem beneficiar muito a sociedade.** Além de hoje pertencerem à família multiespécie, os cães também nos servem de guardiões, protetores e fiéis ajudantes.

LEONARDO MARTINS

É comportamentalista e educador de cães. Idealizador e CEO do Vivenda Pet Care, uma creche e hotel para cães em Belo Horizonte/MG, com vasta experiência técnica no manejo, adestramento e bem-estar de cães, também na gestão de *daycare* e pet hotel.



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



SECRETÁRIA VIRTUAL

Ofereça uma experiência de atendimento diferenciada e personalizada aos seus clientes através de profissionais qualificados e da **Metodologia MP** da Centre, que alia processos padronizados, scripts personalizados e soluções em atendimento.

- **Gestão de Agenda:** Marcação e organização de consultas, confirmações, reagendamentos, pós-consulta e esclarecimento de eventuais dúvidas.
- **Atendimento ao Cliente:** Interação com os clientes através de mensagens personalizadas e humanizadas via WhatsApp.
- **Suporte Administrativo:** Controle dos atendimentos e envio de relatório de acompanhamento.

Por que contratar a Secretaria Virtual Centre?

- **Redução de custos**, não há necessidade de espaço físico adicional no escritório.
- **Substituição temporária** de profissionais em períodos de férias ou afastamento.
- **Redução de despesas operacionais**, como equipamentos, energia elétrica, material de escritório, dentre outros recursos.
- Profissionais **especializados e capacitados** para o serviço.
- Atendimento **personalizado** e com rapidez.
- Mais **liberdade** e tempo para você.

Entre em contato conosco para mais informações!

☎ (31) 99317-7718 ou (31) 99672-2028

📱 [centre.treinamentosecretarias](https://www.instagram.com/centre.treinamentosecretarias)





CUIDADO COM A SÍNDROME DO IMPOSTOR

Você já experimentou a sensação de ser uma fraude ou de se sentir incompetente, mesmo tendo entregado resultados satisfatórios no ambiente de trabalho? Esse é um sentimento pelo qual muitos passaram, acreditando não serem suficientemente competentes para desempenhar seus papéis. Trata-se de uma experiência que transcende o contexto profissional e alcança o pessoal. Tal fenômeno é conhecido como "Síndrome do Impostor", uma condição psicológica na qual o indivíduo não reconhece ou não aceita suas próprias conquistas. Ele se subestima e atribui seu sucesso à sorte, temendo constantemente ser exposto como uma fraude. Aqueles que sofrem dessa síndrome se submetem a uma autocobrança excessiva, o que acarreta consequências adversas em suas vidas.

Curioso, não é mesmo? No entanto, essa experiência se tornou cada vez mais comum. Você sabia que a ex-primeira-dama dos Estados Unidos, Michelle Obama, já se sentiu assim? Apesar de frequentar uma instituição de ensino de elite, seu orientador vocacional duvidou de suas capacidades. Em uma entrevista concedida a uma editora de alcance global, ela revelou ter carregado esse estigma por anos, constantemente questionando a si mesma.

Após uma análise aprofundada, a psicóloga Gail Matthews, da Universidade Dominicana da Califórnia, identificou que **a Síndrome do Impostor afeta em média 70% dos profissionais bem-sucedidos, especialmente mulheres**. As vítimas dessa síndrome são incapazes de atribuir seu sucesso à sua própria inteligência, competência ou habilidade pessoal, mesmo diante de

todas as suas realizações. Vivemos em uma sociedade que exige excelência em todas as esferas da vida – escola, família, trabalho – e, para lidar com essa pressão excessiva, muitos acabam comparando suas conquistas às de terceiros, o que pode levar à frustração, já que cada um possui sua própria trajetória de vida.

A Síndrome do Impostor, muitas vezes, está associada ao perfeccionismo. Aqueles que a experimentam acreditam que todas as tarefas que assumem precisam ser executadas de maneira impecável. É importante ressaltar que os perfeccionistas tendem a procrastinar suas atividades devido ao alto nível de exigência que impõem a si mesmos. Geralmente são *workaholics*, trabalhando excessivamente, e sendo obsessivos com detalhes, dedicando a eles mais tempo e esforço que o necessário, o que pode resultar na perda de objetividade. É fundamental estar atento a esse comportamento, lembrando-se de que, muitas vezes, "feito é melhor do que perfeito".

Impacto na carreira

A má notícia é que a Síndrome do Impostor pode ser altamente prejudicial à carreira. Isso ocorre quando um profissional se recusa a assumir projetos, temendo não ter competência para executá-los, resultando em uma autossabotagem que impede seu próprio crescimento por conta de uma autocritica excessiva. A Síndrome do Impostor **costuma aparecer também em momentos de transição e de novos desafios**. Não se sentindo preparadas, as pessoas podem buscar a performance em exc-

so, o que pode acarretar inclusive no Burnout ou na Síndrome do Esgotamento Profissional – distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante que demandam muita competitividade ou responsabilidade.

A boa notícia é que ninguém é perfeito e, portanto, não possui conhecimento completo em todas as áreas. Todos, sem exceção, começaram do zero em algum momento; e é natural não possuírem expertise em todos os assuntos. Além disso, com dedicação e disposição, **tanto habilidades técnicas quanto comportamentais podem ser adquiridas ao longo do tempo**. É viável buscar capacitações técnicas adicionais ou, até mesmo, contar com a orientação de um mentor, que pode oferecer assistência em diversas questões.

Não se sabote

Sabe quando consciente ou inconscientemente criamos obstáculos e empecilhos na realização de tarefas ou na busca de nossos objetivos? Pois bem, isso é chamado de autossabotagem e é mais comum do que se imagina. Não é um comportamento intencional, muitas vezes ocorrendo de forma repetitiva e prejudicando tanto o âmbito profissional quanto o pessoal. **Os comportamentos de autossabotagem mais frequentes incluem procrastinação, automedicação, consumo excessivo de álcool e alimentação compulsiva.**

É prudente que você reflita por que você está adiando ou evitando determinadas situações. Após compreender o que está dificultando suas ações, é possível desafiar essas crenças e medos subconscientes. O autoconhecimento é fundamental. Aliás, reconhecer os padrões que se repetem em sua vida pode ser o primeiro passo para superar a autossabotagem. Você costuma se atrasar? Sabota sua dieta ou a frequência na academia? Identifique as ações que prejudicam seu progresso, seja no ambiente de trabalho ou na vida pessoal.

Quer experimentar um exercício? Ao identificar um comportamento de autossabotagem, questione-se: o que ganho agindo assim? O que perco se parar de agir assim? O que acontece se não tiver mais essa desculpa para não alcançar sucesso? As respostas podem surpreendê-lo. A pessoa que se autossabota deve confrontar a si mesma, pois é superando obstáculos que encontramos nossa verdadeira força interior.

Como se livrar da Síndrome do Impostor?

Não há uma fórmula mágica. Cada caso precisa ser estudado profundamente. Mas, ao identificar posturas da Síndrome do Im-

postor, sugiro que **busque orientação** de um mentor que possa oferecer suporte técnico para aumentar sua segurança ao lidar com determinadas demandas.

Ninguém melhor do que você para se conhecer e identificar seus pontos positivos e o que ainda precisa melhorar. Quando você se conhece de maneira profunda, consegue direcionar seus caminhos; e isso pode ser conquistado por meio de um processo qualificado de *coaching* ou psicoterapia, para entender seus pontos fortes e desenvolver seus talentos.

Ferramentas avaliativas, também conhecidas como *assessments*, podem ser aplicadas para que você possa conhecer suas principais competências e habilidades – as tão faladas *soft skills*. Dessa forma, você terá clareza de quem é e não ficará refém dos comentários alheios.

Não se permita acreditar que suas conquistas são apenas uma questão de sorte. Reconheça que, sem seu talento e esforço, nada que realizou seria possível. Também **não se cobre demasiadamente**. Avance passo a passo, celebre suas pequenas vitórias e faça, quando cabível, os ajustes necessários.

O que importa é sermos felizes

A busca pela felicidade e leveza nunca foi tão urgente. Quem disse que para ser feliz você precisa ser gerente, diretor ou presidente? Busque estar onde seus olhos possam brilhar e onde você possa ser desafiado. Seja melhor a cada dia e procure impactar vidas, afinal, isso sim é legado.

Em tempos em que a grande maioria das pessoas opinam sobre nossas escolhas e decisões, definindo o que é certo ou errado, é importante nos blindarmos e nos conhecermos para não nos colocarmos no papel de impostor. E já que ninguém é perfeito, que possamos nos lembrar sempre disso, trazendo, dessa forma, mais leveza à vida.

DAVID BRAGA

É CEO, *board advisor* e *headhunter* da Prime Talent Executive Search, empresa de busca e seleção de executivos, presente em 30 países pela Agilium Group. É também conselheiro de administração pela Fundação Dom Cabral (FDC) e professor pela mesma instituição. Autor do livro *Contratado ou Demitido – Só Depende de Você* e atua, ainda, como conselheiro da ONG ChildFund Brasil, da ACMinas e da Associação Brasileira de Recursos Humanos de Minas Gerais (ABRH-MG).

 @davidbraga | @prime.talent



OS DIREITOS TRABALHISTAS DA COMUNIDADE LGBTQIAPN+

O uso do nome social para pessoas transgêneros, transexuais e travestis no ambiente de trabalho

Segundo o Código Civil, toda pessoa tem direito a um nome. É por meio do nome que um indivíduo se apresenta e se representa perante a sociedade, influenciando a forma como se vê e é visto. Ele é, portanto, um direito à personalidade essencial para dignidade e integridade da pessoa humana.

Para as pessoas transgênero, transexuais e travestis, o direito ao nome se desmembra no direito ao nome social, que é a forma pela qual o indivíduo prefere ser chamado, correspondente a sua identidade de gênero. **Identidade de gênero, por sua vez, envolve a percepção de gênero que cada pessoa tem, podendo ou não estar vinculada ao sexo biológico.** Trata-se, portanto, da maneira pela qual um indivíduo deseja se expressar dentro de um gênero (pela aparência, vestimenta, comportamentos etc.). Ou seja, **o nome social é essencial para garantir a identidade de gênero de pessoas transgênero, transexuais e travestis, sendo parte fundamental de uma vida digna.**

Nesse sentido, não há dúvidas de que, em todos os espaços ou contextos em que pessoas trans estejam inseridas, seu nome social deverá ser respeitado. Contudo, em que pese o dever ora mencionado, ante a ausência de disposição legal expressa sobre o tema, surgem muitas dúvidas acerca da possibilidade de utilização do nome social no ambiente do trabalho. Além disso, em muitos casos, ele é desrespeitado ou é impedido de

ser utilizado, o que faz com que as pessoas transgênero, travestis e transexuais busquem seus direitos na Justiça do Trabalho.

Acerca do tema, apesar de não haver expressamente um dispositivo legal que garanta a utilização do nome social no trabalho, existem diversos instrumentos internacionais e nacionais, bem como disposições legais, decisões e orientações correlatas à **proteção do direito ao nome**, mais especificamente do nome social. Dentre os instrumentos internacionais temos, primeiramente, os **Princípios Yogyakarta**, condensados em um documento que elenca inúmeras diretrizes da aplicação dos direitos humanos no que se refere à identidade de gênero e à orientação sexual, inclusive o Direito ao Trabalho. Ato contínuo, a Corte Interamericana de Direitos Humanos, no Parecer Consultivo nº 24/17, manifestou-se com relação aos direitos das pessoas LGBTQIAPN+, bem como ao direito à identidade de gênero e ao nome. Esses são apenas alguns dos exemplos de normas internacionais que asseguram os direitos dessa comunidade.

No âmbito nacional, o uso do nome social está intrinsecamente atrelado à dignidade da pessoa humana, à proibição da discriminação, à igualdade e diversos outros direitos da personalidade, como a integridade física, moral e psíquica. Além disso, o Supremo Tribunal Federal (STF) já reconheceu a possibilidade de alteração de nome e de gênero no registro civil, mesmo

sem a cirurgia de redesignação (ADI 475). Além disso, nessa mesma Corte, está sendo discutida a possibilidade de alguém **ser tratado socialmente pelo sexo com o qual se identifica** (RE 845.779 – Tema 778).

Na seara trabalhista, por sua vez, a luta contra a discriminação no ambiente do trabalho é algo que tem bastante relevância. Nesse sentido, a Lei nº 9.029/1995 proíbe a adoção de práticas discriminatórias e limitativas para o acesso da relação de trabalho ou para sua prevalência, em razão de sexo, origem, raça, cor, estado civil, situação familiar, deficiência, reabilitação profissional, idade, entre outros. Logo, da interpretação da referida lei, é possível afirmar que a discriminação em razão da identidade de gênero também é vedada.

Outrossim, não são incomuns na Justiça do Trabalho ações que versam sobre a utilização do nome social no ambiente de trabalho. Recentemente, inclusive, o Tribunal Superior do Trabalho (TST) condenou uma empresa a indenizar uma empregada transgênero que foi proibida de utilizar o banheiro feminino e teve seu direito ao uso do nome social obstado. Na decisão são mencionadas diversas questões relevantes no que diz respeito à necessidade de se assegurar o direito ao nome social para pessoas transgênero, transexuais e travestis no ambiente de trabalho.

Além disso, o Ministério Público do Trabalho (MPT) emitiu uma

nota técnica (02/2020) com a finalidade de orientar a atuação dos membros da referida instituição na atuação para defesa dos direitos da população LGBTQIAPN+. No documento, consta como orientação para que os membros do MPT recomendem aos empregadores e sindicatos a utilização do nome social das pessoas transgêneros, travestis e transexuais no ambiente de trabalho nas mais diversas formas (crachás, e-mails, cadastros, eventos etc.).

Logo, embora não exista uma disposição legal expressa e específica acerca do direito de pessoas transgênero, transexuais e travestis no ambiente do trabalho, verifica-se que o ordenamento jurídico brasileiro, pela interpretação e observância de instrumentos internacionais, direitos fundamentais e a legislação pátria vigente, já vem consolidando o entendimento de que **o nome social de pessoas trans deve ser observado em todos os âmbitos da vida, inclusive no trabalho**. Trata-se, portanto, de assegurar a dignidade, a igualdade e a integridade das pessoas pertencentes a essa comunidade, de forma com que elas sejam tratadas e percebidas no gênero pelo qual elas se identificam.

Dessa forma, é plenamente possível a utilização do nome social no ambiente do trabalho, de forma a promover a dignidade e assegurar a expressão da identidade de gênero dos empregados trans, bem como evitar práticas discriminatórias que ensejem em ações trabalhistas. Por isso, tanto empregadores como empregados devem se atentar para essa questão, de forma a observar e **respeitar o direito à utilização do nome social**, pois trata-se de tema extremamente sensível, que diz respeito a algo emocional e simbólico da identidade de alguém.

Reprodução Instagram @pepita



Mulher trans, atriz, cantora e apresentadora, Priscila Nogueira, a Pepita, é um dos nomes da luta pelo fim da transfobia no Brasil; ela é mãe de Lucca, de 2 anos

BRUNA SOARES

Advogada no escritório Araújo Soares e Cruz Advogados Associados e mestranda em Direito nas Relações Econômicas e Sociais, pela Faculdade Milton Campos.



MARCELO SOARES

Advogado, sócio-fundador da Araújo Soares & Cruz Advogados Associados, professor universitário e para concursos públicos. Palestrante, pós-graduado em Direito do Trabalho e Direito Civil pela PUC Minas.



 @marcelo.soares.advogado | @araujosoaresecruz



POR QUE ESCOLHER NOVOS ÓCULOS PODE SE TORNAR UMA MISSÃO IMPOSSÍVEL?

Por que tantas pessoas sofrem no momento que vão ao oftalmologista e descobrem que terão que fazer novos óculos? Tenho certeza de que essa sensação acontece muito pela nossa cultura de termos somente um par de óculos. Os óculos são itens de moda, sim, mas temos que pensar também como um **item fundamental para a saúde de nossos olhos**, principalmente os óculos de grau.

Em se tratando de moda, é muito engraçado a gente pensar na pequena ou quase nenhuma variedade de opções de óculos que temos. Quem aí já parou para pensar que, quando estamos conversando com outra pessoa, estamos olhando para os olhos dessa pessoa? E quando essa pessoa é usuária de óculos, o que vemos na nossa frente é sempre a mesma coisa, os mesmos óculos? A pessoa troca de roupa para ficar com um visual diferente ou para estar trajando algo que seja mais adequado na ocasião; e os óculos, serão os mesmos?

As mulheres – que normalmente usam mais acessórios do que os homens – trocam de roupa, mudam o tipo de bolsa, o tipo de penteado, a maquiagem, as joias e, para finalizar o look, colocam os mesmos óculos. Será que isso está certo? Claro que

temos que levar em consideração os custos de se ter uma boa variedade de óculos. Nos meus 25 anos de ramo óptico, sempre mostrei para meus clientes que **a variedade de óculos também é importante no dia a dia, não só por causa da moda, mas também nos casos de pessoas que possuem uma dependência muito alta da correção do grau**, que, em uma fatalidade, pode ver seus “amuletos oculares” se quebrarem. Sempre oriento e explico a importância de se ter mais de um par de óculos com o grau atualizado, para usar em uma eventual emergência.

A moda nos permite desfilarmos com roupas e acessórios cada vez mais confortáveis e bonitos. E com os óculos, tanto de sol quanto de grau, isso também acontece. A cada dia surge um material inovador, uma cor nova e ou um design diferente.

Quando vamos para a piscina, usamos chinelo; quando corremos, tênis; para ir a uma festa, sapato social; e os óculos também devem seguir essa mesma lógica, atualizando-se de acordo com o tipo de uso e de ocasião. **Existe uma grande variedade de óculos exatamente para atender às diversas demandas de uso.**

Por exemplo, os óculos esportivos de grau da Nike, além de carregarem um DNA já conhecido da marca, possuem tecnolo-

gias que auxiliam os atletas profissionais e amadores no uso durante a prática esportiva. Alguns possuem em suas hastes um componente chamado borracha hidrofílica, que, com o aumento da temperatura corporal, ela melhora a aderência dos óculos no rosto do usuário. Outras armações possuem esse tipo de borracha no apoio nasal, e alguns têm pequenas entradas de ar para reduzir o embaçamento das lentes. A **Nike** é referência no desenvolvimento de novas tecnologias para seus produtos.

Alguns eventos mais formais requerem uma vestimenta mais sóbria, o que traduz no uso de óculos e acessórios mais elegantes e com **uma pegada mais sofisticada**. Quando vamos a algum baile social, por exemplo, um par de óculos feitos de acetato em cores clássicas combinam perfeitamente. É como se fosse o “prezinho básico” de uma sexta-feira à noite.

Entre as grandes marcas que disponibilizam lindas opções, estão as grifes **Furla e MaxMara**, ambas muito conhecidas no meio da moda feminina. Essas duas coleções italianas possuem fortes raízes nos grandes desfiles de moda mundo afora – a Furla, com suas bolsas imponentes e elegantes; e a MaxMara, com suas roupas lindas e sofisticadas. Ambas levam para as coleções de óculos características das suas peças produzidas nas linhas de vestuário. Os óculos recebem itens correlacionados, por exemplo, com as fivelas das bolsas da Furla ou uma cor que está em alta na coleção da MaxMara. Essa característica de manter a identidade da marca é fundamental para o entendimento do público do poder e do DNA das grifes.

Outro aspecto muito importante que temos que levar em consideração na escolha dos novos óculos é referente a qual imagem queremos ou devemos passar para quem está nos vendo. Essa pergunta nem sempre é fácil de ser respondida, pois muitas pessoas não conseguem entender a importância do visual em determinados momentos. Pensem em uma arquiteta, por exemplo, que está lhe apresentando um projeto supermoderno, vibrante, com formas inovadoras e cores vibrantes; e, quando olhamos para seu rosto, ela está usando um óculos de metal grafite fino, sem vida. Agora, imagine se ela lhe apresentar o mesmo projeto usando uns

óculos da marca OTRO, coloridos, com forma arrojada. Será que a percepção do projeto será a mesma, ou você irá, de uma maneira mais fácil, comprar as ideias apresentadas?

Transmitir emoções também são funções dos óculos que muitas pessoas não sabem. Quem tem vários modelos pode brincar e se expor de maneiras diferentes. Tem dias que estamos mais introspectivos, sem vontade de se expor muito para outras pessoas; nesses dias, o uso de óculos bem discretos e

neutros é super-recomendado. Pois, com eles, chamaremos pouca ou nenhuma atenção por onde passamos. Mas, quando estamos irradiando alegria e entusiasmo, devemos usar os óculos mais coloridos que tivermos, ou mesmo os que têm o design mais diferente, pois queremos interagir com outras pessoas – e os óculos podem ser o início de um ótimo bate-papo.

Enfim, a escolha dos novos óculos deve ser feita de maneira bem tranquila, a fim de acertar o modelo que estamos procurando. Nas óticas, a ajuda de um bom profissional vai te orientar e te ajudar nessa tarefa. O que sempre digo é que **o desejo e o conforto do cliente devem ser sempre respeitados**, assim como a indicação técnica do seu consultor óptico, que estudou muito para te auxiliar na escolha dos óculos. Lembrem-se de que a principal função dos óculos de grau é a correção da sua visão, e com saúde devemos tomar cuidado.



LUIZ GUSTAVO SOARES

Formado em Administração de Empresas pela PUC Minas e formado em Saúde Visual pela Fatec-MG. CEO da Ótica Multivisão, especialista em atendimento infantil e criador do projeto Visão e Educação.



 @otica_multivisao

3º NETWORK – CONTATOS GERAM CONTRATOS

Mais uma noite de muito networking e conexões poderosas. Assim foi a terceira edição do Network – Contatos Geram Contratos, que prova mais uma vez que veio para ficar! Idealizado pela engenheira civil Fernanda Thees, da Thees Engenharia, o evento atualmente conta com 900 participantes no grupo e aderência contínua. O encontro reuniu empresários do ramo da construção civil, arquitetos e engenheiros, bem como trouxe patrocinadores como Paraíso das Bombas e Decor Colors - Buritit.





ARRAIÁ DO PIC

Um dos eventos mais concorridos de BH é, sem dúvida, o Arraia do PIC. A cada edição, a Diretoria realiza uma das maiores festas juninas de BH. E este ano não foi diferente. Beleza, organização, qualidade e animação são alguns dos ingredientes que fazem esta festa grandiosa, digna de compor o rol das superproduções. O DJ Eduardo AUM abriu e fechou a noite com um repertório eclético e animado. Na sequência, João Neto & Frederico esquentaram a pista para a segunda dupla da noite se apresentar, Marcos & Belutti. Cerca de mil profissionais, entre funcionários e terceirizados, trabalharam durante todo evento. O sistema all inclusive, mais uma vez, foi superelogiado.





PIRES FORTINI ADVOGADOS ABRE NOVA SEDE

As renomadas sócias do Pires Fortini Advogados – Cristiana Fortini e Maria Fernanda Pires – abriram as portas da linda e nova sede do escritório, no bairro Cidade Jardim, em BH, para o lançamento de quatro livros. *Comentários à Lei de Licitações e Contratos Administrativos* é assinado por Cristiana Fortini, Rafael Sérgio Lima de Oliveira e Tatiana Camarão. *Processo Administrativo – Comentários à Lei 9.789/1999* é redigido em coautoria com Cristiana Fortini, Maria Fernanda Pires, Tatiana Camarão e Caio Mário Lana Cavalcanti. A obra *Direito Administrativo entre Tradição e Transformação*, dedicada a Cristiana Fortini, foi apresentada por Mariah Brochado e Onofre Alves Batista Júnior. O advogado da equipe de Direito Público do escritório, Caio Mário Lana Cavalcanti, lançou a publicação *Temas Polêmicos do Direito Público*. O prestígio das consagradas advogadas ficou evidenciado com a presença de mais de 350 pessoas. Entre elas, personalidades das áreas política, jurídica, acadêmica, empresarial e de entidades públicas.





PATRÍCIA LEIVA É A NOVA LÍDER À FRENTE DO LIDE MINAS GERAIS

O Hotel Fasano recebeu o evento de lançamento do novo ciclo do Lide em Minas Gerais (@lideminasgeraisbh), agora sob a liderança de Patrícia Leiva (@patricialeivaoficial). A empresária e investidora na economia verde aceitou a nomeação feita por João Doria, que esteve presente para detalhar suas expectativas para esta nova fase do Lide no estado. Doria destacou a importância de Minas Gerais para o Brasil e o mundo, ressaltando que um trabalho bem-sucedido no estado pode abrir oportunidades de negócios e investimentos, incluindo internacionais, já que o Lide inaugurou sua última unidade internacional na China. O almoço contou com a presença de 80 empresários e personalidades públicas e privadas, incluindo o secretário de Desenvolvimento Econômico do Estado, Fernando Passalio, que reforçou a parceria do governo com o Lide.





LANÇAMENTO DA COLEÇÃO SABORES, DA HAVA

Momentos incríveis deixam um sabor de quero mais! E para marcar o lançamento da coleção Sabores, a HAVA contou com um menu-degustação na A Casa da Agnes (@acasadaagnes), desenvolvido especialmente para representar cada sabor contido nos recém-lançados drops da grife mineira. Estavam presentes, além da equipe HAVA (sob a liderança da CEO Carol Matos), influencers e membros do HAVA Clube, programa de vantagens para parceiras.





ENCONTRO TÔ RICA

E nesta edição apresentamos mais um encontro do grupo de networking Tô Rica. O jantar foi realizado no restaurante Uluru Vila da Serra, que fechou a casa para receber o evento. Em um ambiente leve e descontraído, mais de 40 empresárias assistiram à palestra de Nat Gaia, que deu uma aula sobre “Como inserir novos hábitos e atingir a alta performance”. Os encontros ocorrem mensalmente, sempre em algum restaurante da Zona Sul de BH e com palestras relevantes para as empreendedoras mineiras.



EPIC
FITNESS

SPiVi[®]

PLATAFORMA DE TREINO IMERSIVA COM TECNOLOGIA DE MONITORAMENTO DE INTENSIDADE E GAMIFICAÇÃO.

CENÁRIOS INTERATIVOS 3D PARA UMA EXPERIÊNCIA MOTIVADORA E METODOLOGIA DE TREINAMENTO QUE POTENCIALIZA O RESULTADO.

EPIC
FITNESS

epicfitness.com.br

R. dos Aimorés, 2152 - Lourdes

 @epicfitnessbh

 (31) 3568 4271

 (31) 3568-5976

FASHION HAPPY HOUR

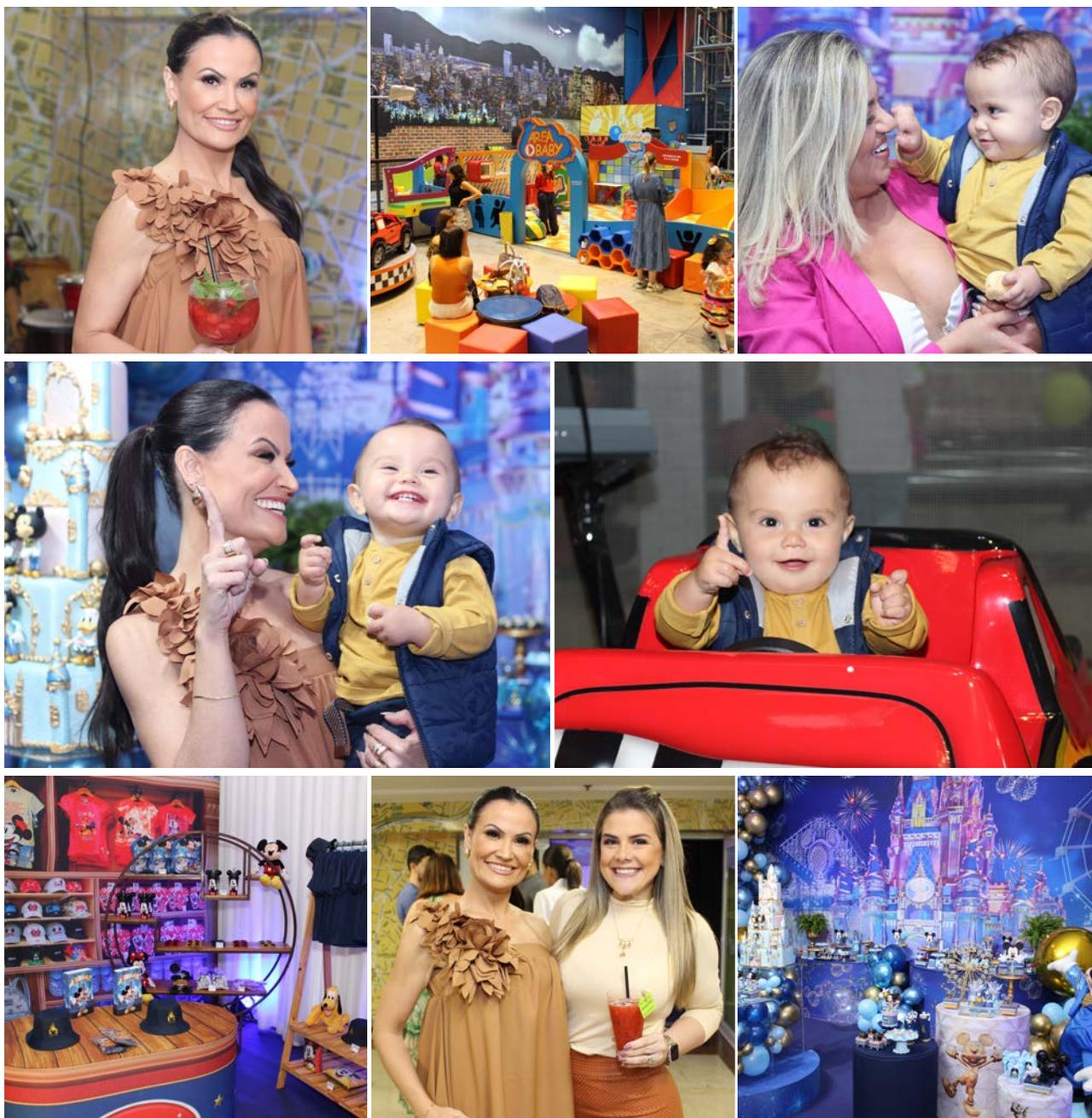
O Fashion Happy Hour teve recentemente sua segunda edição. O evento agitou a cidade de Belo Horizonte e encantou os amantes da moda. Foram três palestras oferecidas, ministradas por nomes de destaque no cenário fashion: Amanda Coelho, Samantha Malheiros e Uira Freitas. O Fashion Happy Hour foi organizado por Fernanda Aguiar, Bianca Pucci e Amanda Burgarelli, e contou com o apoio de grandes empresas do ramo, como a Escola de Moda Denise Aguiar, Criarci, Interflow, Terra Têxtil e Beco Acessórios. Todos os presentes puderam participar de experiências exclusivas, além de expandir seus conhecimentos sobre moda e networking. O evento é uma oportunidade única para se atualizar, trocar ideias e se conectar com profissionais do ramo. Saiba mais em: @fashionhappyhour.





ANIVERSÁRIO 1 ANO LUCCA FREITAS

Lucca Freitas Amaral, filho mais novo dos empresários Roberto Pasqual e Louise Amaral, comemorou seu primeiro ano em grande estilo. A festa encantadora – que ocorreu no bufê infantil Luminis Urban Play – fez com que os convidados entendessem o verdadeiro sentido da magia da Disney. Com apresentação de malabaristas, presença vip da turma do Mickey, música de alta qualidade, mágico, drinques exclusivos e o projeto cinematográfico de vídeos interativos, a festa surpreendeu os convidados. Mas o melhor ficou para o final! Após cantar os “parabéns”, foi entregue uma experiência mágica aos convidados infantis, que foram presenteados com carteiras e dólares personalizados, e ainda vivenciaram um dia de compras em uma Disney Store completa.





LANÇAMENTO DA VISIONAIRE INTERNACIONAL MANAGEMENT

O booker e fotógrafo Adriano Carvalhais lançou a Visionaire Internacional Management (@visionairemgt) em uma festa especial no Complexo CentoeQuatro. A agência de modelos é focada no mercado internacional e prepara profissionais brasileiros para oportunidades no exterior, além de representar perfis internacionais no Brasil. Seu destaque reside na abordagem personalizada para o desenvolvimento dos talentos, incluindo a preparação cultural e linguística para contratos em outras cidades, como Paris. Atualmente, a Visionaire estabeleceu parcerias em diversos países, abrangendo os Estados Unidos, Argentina, Chile, Peru, França, Itália, Portugal e Espanha.



A solução musical ideal
para agregar qualidade
ao seu evento.

DJ **LUCAS**
CAMARANO



📞 31 98741-8884

📷 djlucascamarano_

✉️ lucascamarano@gmail.com

INSTITUTO NIC COMEMORA 30 ANOS COM NOVA SEDE EM BH

O Núcleo de Integração das Ciências (Instituto NIC) completou 30 anos de atividade com a inauguração de sua nova sede no bairro Mangabeiras, em BH. A ONG desenvolve um trabalho pioneiro no Brasil, promovendo uma rede internacional de pensadores, especialistas e instituições de diferentes ramos da ciência, com a proposta de desenvolver soluções rápidas para os desafios dos tempos atuais rumo à transformação social e territorial. A iniciativa atua em todo o Brasil, sendo representante exclusivo no país do Gandhi Worldwide Education Institute (GWEI) e Ahimsa Peace Institute, organizações oficiais que promovem o legado do pensador indiano, com projetos globais de erradicação da pobreza e promoção da paz; e também da Gaiasoft, instituição britânica que desenvolve modelos de inovação e softwares que capacitam governos e empresas a trabalharem de forma mais colaborativa em direção a mudanças positivas, significativas e duradouras. Saiba mais no site institutonic.org/.



TEM GENTE QUE ACHA QUE
GRÁFICA É TUDO IGUAL.
É PORQUE NUNCA CONTRATOU
UMA **INDÚSTRIA GRÁFICA.**



**90 ANOS DE
EXPERIÊNCIA.**



**106 PRÊMIOS
CONQUISTADOS.**



**2.600M² DE PARQUE
GRÁFICO.**



**OS MAIS MODERNOS
EQUIPAMENTOS.**

Soluções de impressão e acabamento que a sua empresa merece:

Livros | Revistas | Jornais | Convites | Caixas | Embalagens | Pastas | Catálogos
Sacolas | Agendas | Kits Promocionais | Copos, Potes e Vasilhas de Papel



KOLORO
INDÚSTRIA GRÁFICA

sem limites!

Antes de imprimir, faça um orçamento com a Koloro.



31 99924 6290



orcamento@koloro.com.br



koloro.com.br

Siga a Rota Jaguara no Instagram!



 @rotajaguara

Descubra os encantos da região de Itabirito, Rio Acima, Ouro Preto e Santa Bárbara. Trilhas, cachoeiras, culinária local e muito mais!

Viva essa experiência única.



Rota Turística
Jaguara

Itabirito - Ouro Preto - Rio Acima
Santa Bárbara - Minas Gerais - Brasil



Escaneie o QRCode para seguir o perfil da Rota Jaguara nas redes sociais.