

REVISTA

HEME

2025



EMOÇÃO

HÁ MAIS DE **20 ANOS** CUIDANDO DA SAÚDE E DA BELEZA DE NOSSOS PACIENTES!



Cirurgia Plástica
Dermatologia

PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS:

- Harmonização Facial
- Botox sem dor
- Preenchimento com ácido hialurônico
- Bioplastia
- Peeling
- Fios de sustentação
- Microagulhamento

PROCEDIMENTOS FACIAIS:

- Blefaroplastia
- Lifting facial
- Lip Lifting
- Rinoplastia
- Otoplastia

PROCEDIMENTOS CORPORAIS:

- Próteses de silicone com anestesia local
- Lipoaspiração/Hidrovirolipo
- Mamoplastia
- Abdominoplastia

ESPECIALIZAÇÕES:

• **CIRURGIA PLÁSTICA:** UNIRIO - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro | Patrono: Dr. Ivo Pitanguy

• **CIRURGIA GERAL:** UNIRIO - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

• **DERMATOLOGIA:** Membro Titular da Sociedade Brasileira de Dermatologia

Av. Sete de Setembro, 317 salas 1502 a 1509 - Jardim Icarai - Niterói - RJ
(21) 2717-9998 | (21) 2717-9992 | **95904-5904** Estacionamento no local 24h
WWW.CLINICAEDUARDOCONSIDERA.COM.BR [clínicaeduardoconsidera](https://www.instagram.com/clinicaeduardoconsidera)

*Dr. Eduardo
Considera*

ARCO

DESIGN BY

pininfarina



Essencialidade e proporções perfeitas.
Arco é a celebração da confluência do design e da funcionalidade
nos espaços de vida contemporâneos.

FLORENSE



Orgulho EM SER O MAIOR POLO GASTRONÔMICO DE NITERÓI

ABBRACCIO

Balada mix
TETO

CABANA 

 COCO BAMBU

DELÍRIO
~Tropical~


jappa
da Quitanda

MADERO

MAMMA JAMMA
★ PIZZERIA RUSTICA ★

Noi


OUTBACK
STEAKHOUSE®


tutto
-NHOQUE-


Plaza
ORGULHO DE SER NITERÓI



Localizado na praia de São Francisco, o Família Paludo oferece um ambiente que une requinte, atendimento de excelência e um cardápio variado, com destaque para a exclusiva parrilla uruguaia, que proporciona um sabor único aos diversos cortes de carnes disponíveis.

 Av. Quintino Bocaiúva, 247 - São Francisco

 21 2715 3205

 www.familiapaludo.com.br

  @familiapaludo

FAMILIA PALUDO



Foto: Crid Carvalho

Sempre fui uma pessoa emocionada. Desde criança, me comovo com os sentimentos do outro, sou empático. O tema da revista deste ano é “Emoção” justamente por isso, para colocar para fora, através das diferentes personalidades que assumimos no dia a dia, tudo que arrepia a pele, que dá aquele frio na barriga.

Nesta edição, apresentamos viagens emocionantes, como a concretização do nosso sonho, conhecendo Fernando de Noronha, e de minha madrinha, de vivenciar o Natal de Gramado. Foi lindo!

Se emocionar é promover o autocuidado, elevando a autoestima. É fazer um tratamento de beleza para dar um up no visual, se equilibrar mental e fisicamente. É conhecer as histórias apresentadas pelos chefs na matéria de gastronomia, ou ver o sorriso de quem doa e quem recebe, quando contamos sobre a bem sucedida iniciativa do Bazar do Haroldo Enéas.

A emoção também chega no momento do “adeus”, abordado na crônica de Ana Cristina Barros Frões, sobre finitude. Mais uma vez, temos a participação da querida Estela Prestes, com uma coluna exclusiva sobre os eventos da sociedade da cidade, e uma novidade: minha amiga de infância, Helga Vianna, assumindo o comercial da revista. Só luxo!

Convidamos você a se emocionar conosco nas próximas páginas, deixando fluir os sentimentos sem freios. E que o mix de sensações dure além da leitura, focando em aproveitar os bons momentos da vida. Afinal de contas, mais importante que a viagem em si, são as emoções que vivemos durante o percurso.

Bjss,
HE e ME.



STAFF HE
PRODUÇÃO DE EVENTOS E CERIMONIAL

21 2612-0057 | 📞 21 98139-3232
www.haroldoeneas.com.br
he@haroldoeneas.com.br

NAOPATI

MADEIRAS E MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

O PONTO DE
PARTIDA PARA A
SUA CRIAÇÃO.



R. BENJAMIN CONSTANT, 311/313 - BARRETO, NITERÓI.

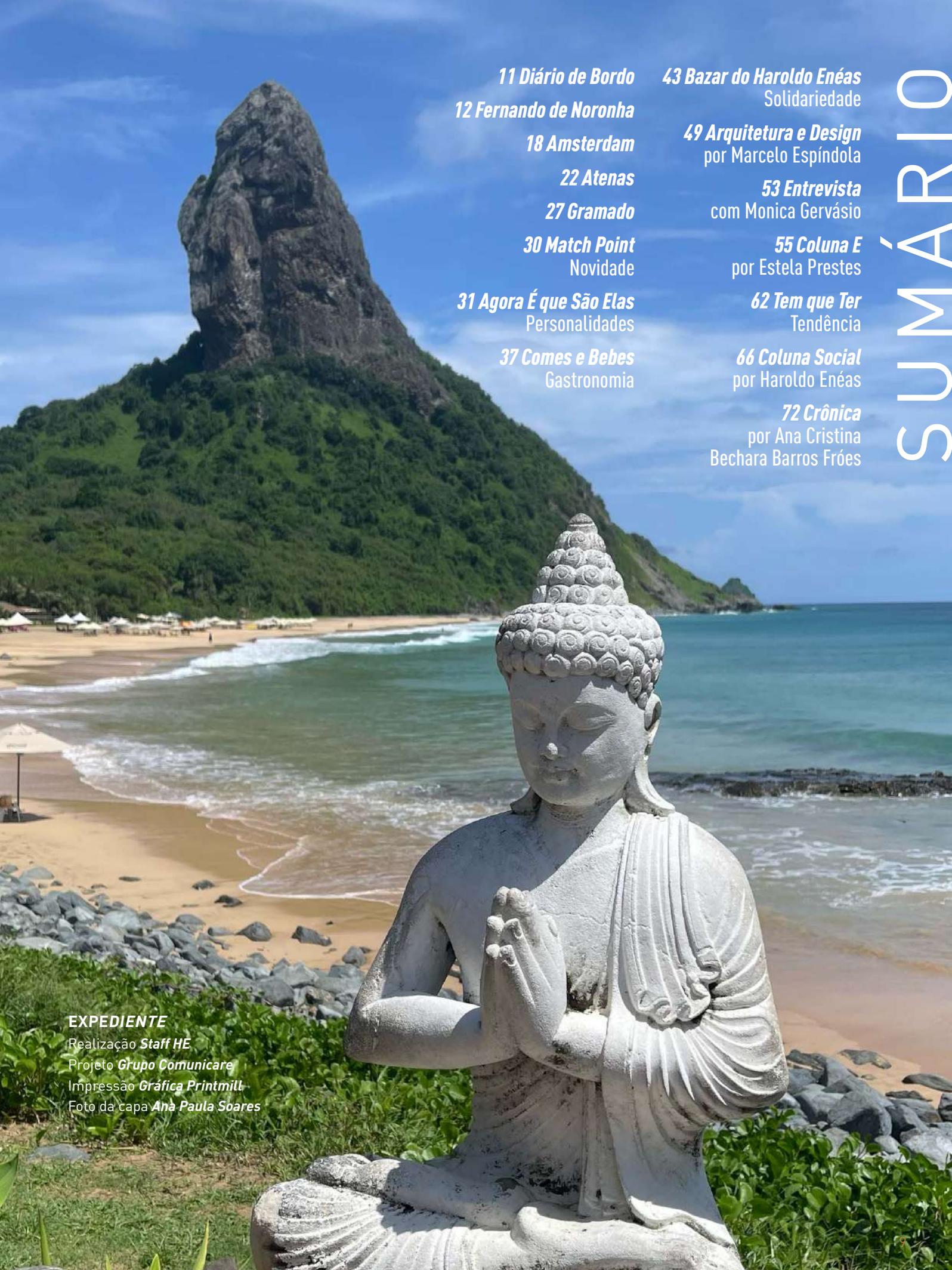
 @NAOPATILOJA

(21) 98557-7235 | (21) 2625-7235

- 11 Diário de Bordo**
- 12 Fernando de Noronha**
- 18 Amsterdam**
- 22 Atenas**
- 27 Gramado**
- 30 Match Point**
Novidade
- 31 Agora É que São Elas**
Personalidades
- 37 Comes e Bebes**
Gastronomia
- 43 Bazar do Haroldo Enéas**
Solidariedade
- 49 Arquitetura e Design**
por Marcelo Espíndola
- 53 Entrevista**
com Monica Gervásio
- 55 Coluna E**
por Estela Prestes
- 62 Tem que Ter**
Tendência
- 66 Coluna Social**
por Haroldo Enéas
- 72 Crônica**
por Ana Cristina
Bechara Barros Fróes

EXPEDIENTE

Realização **Staff HE**
Projeto **Grupo Comunicare**
Impressão **Gráfica Printmill**
Foto da capa **Ana Paula Soares**



K FITNESS

ACADEMIA



MATRICULE-SE
JÁ!

SURPREENDA-SE COM:

Musculação

Spinning

Master Local

Natação

Hidroginástica

Pilates

Lutas

Krav Magá

Quadra Poliesportiva



Coordenação Profa. Karla Braga

DIÁRIO DE BORDO





Foto: Cid Carvalho

Depois de muito adiar, finalmente, resolvemos conhecer o paraíso mais badalado do Brasil, e aproveitamos para comemorar o aniversário de Marcelo. Antes de ir, prepare-se: além dos custos com hotel e aéreo, é necessário pagar uma taxa diária de permanência em Fernando de Noronha em prol da preservação ambiental do local.



Pousada Zé Maria - @pousadazemarianoronha



Historicamente falando, Fernando de Noronha funcionou por muito tempo como presídio e, somente em 1988, foi incorporada à Pernambuco, quando houve uma convocação pública para promover a utilização dos espaços da ilha para fins comerciais.

Pensando na proposta de um lugar com história para contar, escolhemos a Pousada Zé Maria, um dos primeiros moradores do local, para nos hospedarmos. Voltado para o Morro do Pico, o espaço tem pegada rústica e chique e nosso bangalô era super bacana, bem no jeitinho “Noronha”. O festival gastronômico realizado no espaço, com um grande buffet e diversas opções de pratos, além de mesa de doces, também pesou na nossa decisão. Vale reservar antes, de acordo com a temporada da sua visita.

DICA QUENTE!

Pague a taxa online, antes da viagem, e não fique em filas.

ATENÇÃO: Caso o sistema não esteja funcionando ou não haja funcionário trabalhando no momento em que você chegar à ilha, reserve o valor correspondente aos dias que ficará para pagar no momento de ir embora. O pagamento precisa ser em PIX ou dinheiro e, se não for efetuado, o embarque não é autorizado.



Não deixe de conhecer o Bar do Meio, com shows todas as noites, sempre com estilos musicais diferentes. Você pode chegar para curtir o dia ou aproveitar o pôr do sol, imperdível, e ouvir um bom som. Com comida boa e alto astral, fica entre as Praias da Conceição e do Meio.



Foto: Alexandra Alcantara

Bar do Meio - @bardomeio_noronha

FICA A DICA

O Bar do Meio foi o espaço em que fomos mais bem atendidos. Todos os funcionários são incríveis, mas tivemos a sorte de conhecer a Alexandra Alcantara, muito simpática, prestativa e receptiva. Vale o reconhecimento!

Indicamos também o Forte de Nossa Senhora dos Remédios, com linda vista e bares e restaurantes em seu átrio. É o local de ponto de encontro da ilha aos domingos, quando há roda de samba e show de rock.

Forte de Nossa Senhora dos Remédios
@fortenoronha



Clássicos que não podem faltar, as Praias do Bode e da Cacimba do Padre são incríveis e oferecem a melhor vista para o Morro Dois Irmãos. São super bem frequentadas e próprias para o surfe. Já o Porto, dentro da Baía de Santo Antônio, é onde há o melhor local de mergulho para ver barcos naufragados e belezas no fundo do mar.

Tire um dia para conhecer o Parque Nacional Marinho de Fernando de Noronha: todo o caminho interno é feito através de decks suspensos, e você passa pelas Baías dos Golfinhos e do Sancho, onde há uma passagem com horários de subida e descida determinados de acordo com a maré.

Fique atento! As praias de Fernando de Noronha são lindas, mas é necessário ter atenção para aproveitá-las. No lado da ilha em que os banhos são liberados, há correntezas. Já as águas mais calmas, contam com visitas constantes de tubarões, por isso, não se deve entrar nelas.

E falando em tubarões, as ruínas da Fortaleza de Santo Antônio oferecem, além de uma bela vista, o Museu do Tubarão, com diversas espécies, lojinhas com produtos locais e espaços instagramáveis para fotos no clima local, como um trono com tridente e o rabo de uma sereia.

Parque Nacional Marinho de Fernando de Noronha **@icmbionoronha**

Museu do Tubarão - @museutubaroes





Para a noite, vale dar uma volta na Vila dos Remédios e degustar as delícias do restaurante da Cacimba.

Cacimba - @cacimbanoronha

ATENÇÃO!

Aconselhamos que, uma semana antes da viagem, você comece a tomar Complexo B, para afastar as muriçocas, que são brancas e famosas pela cor, diferente dos nossos mosquitos do Sudeste. Leve também repelente, protetor solar e prepare o bolso: a ilha fica a 545km do continente, por isso, tudo demora mais para chegar, o que se reflete nos valores dos produtos e serviços, que tendem a ser mais caros. Um clássico "prato feito" fica na faixa de R\$ 180,00.

Deslocamentos podem ser feitos de taxi ou com locação de carro, o que não indicamos, já que você pode se perder ou se envolver em acidentes, muito comuns por lá. Fora isso, sinta-se em segurança: o índice de criminalidade do paraíso é zero!





*Transformando sonhos em
experiências inesquecíveis.*

10X
Viagens

Surpreenda-se



12 anos

AMSTERDAM

REVISTA HEME • DIÁRIO DE BORDO



Começo este Diário de Bordo sobre Amsterdam, deixando claro que este é um destino que vale a pena conhecer com calma. Já tínhamos ido antes, mas estávamos muito cansados, após passear por diversos países. Dessa vez, fizemos o contrário e aproveitamos: ficamos no Park Plaza Victoria Amsterdam, muito bem localizado, próximo da Redlight District e da Dam Square, e em frente à estação de trem. Uma indicação dos parceiros da 10X Viagens, tem quartos grandes e confortáveis, além de um ótimo café da manhã.

Park Plaza Victoria Amsterdam – @parkplaza
10X Viagens – @10xviagens



Por estar ao lado da Redlight District, começamos nosso passeio pelo The Bulldog, um dos coffeeshops mais descolados e famosos da cidade. Conhecemos ainda o Royal Palace Amsterdam, espaço oficial da realeza holandesa, onde acontecem as cerimônias oficiais do país. De riqueza impressionante!

The Bulldog – @thebulldogamsterdam

Após esse passeio, almoçamos no Mall Bijenkorf, espaço que reúne as grifes mais famosas do mundo, com direito a volta pelo entorno. A área gourmet oferece uma variedade gastronômica incrível, com diversos tipos de culinárias. Tivemos a companhia da querida amiga Sumaia Snaterse, que mora na cidade há mais de 30 anos e sempre nos recebe bem, fazendo questão de nos levar a destinos incríveis, como o Voldepark, onde tomamos um vinho e passamos uma tarde super agradável.



Mall Bijenkorf – @debijenkorf
Royal Place – @paleisamsterdam



FIQUE ATENTO!

Quando visitar os museus da cidade, vale comprar os ingressos antes, pela internet, porque não há venda na hora. Há dois museus importantes que precisam estar no seu roteiro e ficam um do lado do outro: o Rijks Museum, grandioso, e o Van Gogh Museum, que é must go, por reunir as obras do famoso pintor, que é uma das figuras icônicas do país.



Rijks Museum – @rijksmuseum
Van Gogh Museum – @vangoghmuseum



De noite, fomos ao Lookout, complexo de entretenimento com lojas, restaurantes e espaços para se divertir. Para chegar ao local, é necessário pegar um barco e atravessar os canais. Comemos na The Butcher, hamburgueria maravilhosa, em que conhecemos um dos chefs, brasileiro e super receptivo.



DICA QUENTE! Visite o Jardim Begijnhof, uma espécie de jardim secreto no meio da cidade, que poucas pessoas conhecem. Mágico!



ATENÇÃO: Alugou uma bicicleta na cidade? Assegure-se de que ela está bem presa! Quando soltas, podem acabar sendo descartadas e várias são retiradas de dentro dos canais em limpezas periódicas.

FIQUE ATENTO!

Tenha cuidado com o ritmo em que você pedala. Na cidade, as pessoas aceleram, já que é um meio de locomoção da população, por isso, turistas se acidentam com frequência. Nossa sugestão é, se for pedalar, faça isso em parques, onde a velocidade pode ser de passeio, mais suave.

Lookout – @adamlookout
The Butcher – @thebutcher_official



Recomendamos ainda que você visite as cidades próximas à Amsterdam, Edam, Volendam, Marken e Zaanse Schans, com o serviço de *hop on hop off* de ônibus, em um bate e volta, saindo de manhã e retornando no final da tarde. A empresa Amsterdam Guias & Tours, também indicação da 10X Viagens, realiza os passeios com orientações em inglês e espanhol e é possível conhecer as origens da cultura holandesa, além de visitar moinhos e fábricas de tamancos e queijos. Uma delícia!





Berço da civilização, coincidência ou não com o tema desta revista, Atenas nos despertou grande emoção assim que chegamos! De cara, uma dica daquelas: não perca tempo com hotéis super caros e elaborados, mas sim os que apresentam boa localização. Seus dias serão para visitar espaços e atrações, por isso, priorize hospedagem próxima às locações. Nós, por exemplo, ficamos em um hotel de construção antiga, mas totalmente renovado e automatizado, com serviços eletrônicos, o Hellenic Vibes Smart Hotel, que valeu muito a pena.

Hellenic Vibes Smart Hotel – @hellenic_vibes_hotel



Escolha bem a época em que você vai. Caso opte pelo verão, como nós, prepare-se para um calor intenso. A Acrópole, que significa “cidade alta”, abre às 8h e fecha 12h para novos acessos, passando boa parte da tarde fechada e reabrindo quando o sol baixa, encerrando às 20h. Existem bebedouros espalhados por toda área em que se pode matar a sede, por isso, leve uma garrafinha para reabastecimento.

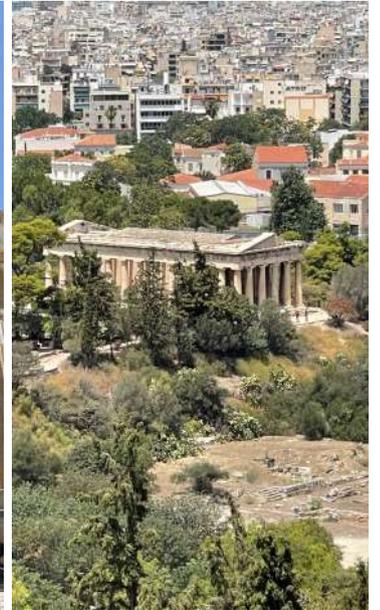


FIQUE ATENTO! Compre o ingresso antecipado para não perder tempo na fila.

DICA QUENTE! Além da água, não se esqueça do protetor labial para garantir a hidratação.

Na descida, não deixe de se refrescar na sorveteria Lartecono DaVinci Gelato, com um sorvete de pistache imperdível, e sabores que são a cara do verão, como limão e maracujá.

Lartecono DaVinci Gelato
@lartecono.davinci.official



O Anfiteatro, que pode ser visto da Acrópole, provoca arrepios quando pensamos em tudo que era realizado no espaço, como lutas e encenações. É possível ainda visitar templos importantes, como o de Atenas e Hefestos, outros menores, mas não menos importantes, além do fórum, da biblioteca e de outras construções em excelente estado de conservação.

Para fins de preservação, todos os sítios arqueológicos são gradeados e com cobrança de entrada. Preste atenção nos horários de visitação e qual a sua distância para a saída do local, que é feita por seguranças de cada sítio.





Ao final do dia, sente nos bares em frente à rua da Acrópole para beber um drink ao pôr do sol e aguarde as luzes se acenderem para um show à parte. Indicamos o restaurante Diodos Archaia Agoras, em Monastiraki, super badalado e com pratos fartíssimos de carnes ou frutos do mar, para 2 ou 3 pessoas comerem muito bem!

Diodos Archaia Agoras – @diodos_ancient_agora



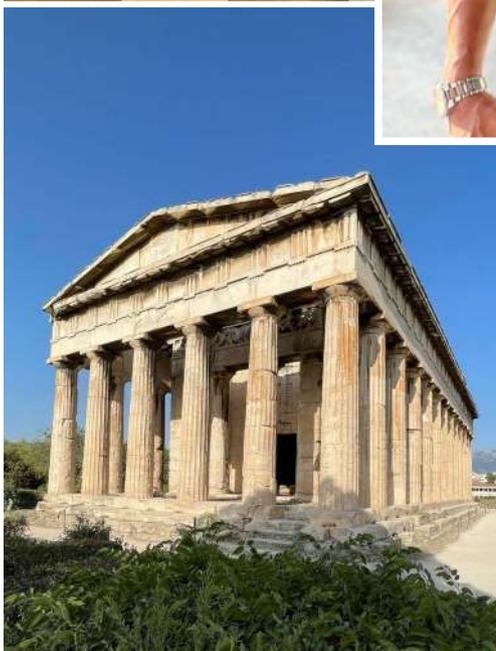
FICA A DICA!

Infelizmente, os atenienses não são os mais simpáticos e, muitas vezes, falam com os visitantes de maneira brusca. Tenha paciência!

Impressionante, o Museu da Acrópole traz um contraste imperdível! Totalmente moderno e abrigando obras de arte antigas, ainda oferece uma escavação subterrânea que foi descoberta e pode ser visitada.

Museu da Acrópole – @theacropolismuseum





ATENÇÃO! Devido ao grande número de turistas, há muitos batedores de carteira. Eu mesmo tive minha bolsa aberta e quase fiquei sem os documentos. Vale o cuidado!



Estando em Atenas, não perca a oportunidade de conhecer o Ágora, sítio arqueológico do centro da vida social, política e comercial antigamente. Vale também fazer programas clássicos, como ir a um restaurante típico, como o Arcadia, assistir à uma performance de quebra de pratos, como a que acontece na taverna Kalokerinos, na região de Plaka, a mais antiga da cidade, e ir a uma termas turca, como a Hamman Shahrazad Atenas, para experimentar uma sauna como era feita antes mesmo da Idade Média.



Arcadia – @arcadia_restaurant
Taverna Kalokerinos - Kekropos 10, Athina 105 58
Hamman Shahrazad Atenas – @hamman_shahrazad_athens

Balloon Cake

by clara Badini



Faça sua encomenda

☎ (21) 99855-2269

📷 @clarabadinigourmet



Impossível falar em emoção sem citar a viagem que tocou meu coração: realizar o sonho de minha madrinha, que era vivenciar o Natal de Gramado, que vem ficando, a cada ano, mais lindo. Demos sorte por termos pego um tempo agradável e com leve neblina, que conferiu um clima gostoso. O lugar é puro encantamento, com energia e alegria, além de muitas referências ao Natal.

Nos hospedamos no Hotel Resort Wish Serrano, em frente à famosa Rua Torta, próximo à uma feirinha típica, bem perto no buxixo. Com excelente atendimento, piscinas externas e indoor, além de restaurante com café da manhã riquíssimo. Vale muito a pena!



Hotel Resort Wish Serrano - @wisheserrano



Para quem nunca foi, recomendamos experimentar o famoso café colonial, por ser um clássico em variedade e fartura gastronômica. Recomendamos o Bela Vista Café Colonial, um dos mais disputados, mas vá com fome! Se já conhece, aproveite para experimentar outros locais, dentre as muitas opções.

Bela Vista Café Colonial
@belavistacafecolonialoficial



FICA A DICA!

Destaque especial para o restaurante tradicional italiano Cantina Pastascuitta, onde nos sentimos transportados para a Itália com o ambiente típico.

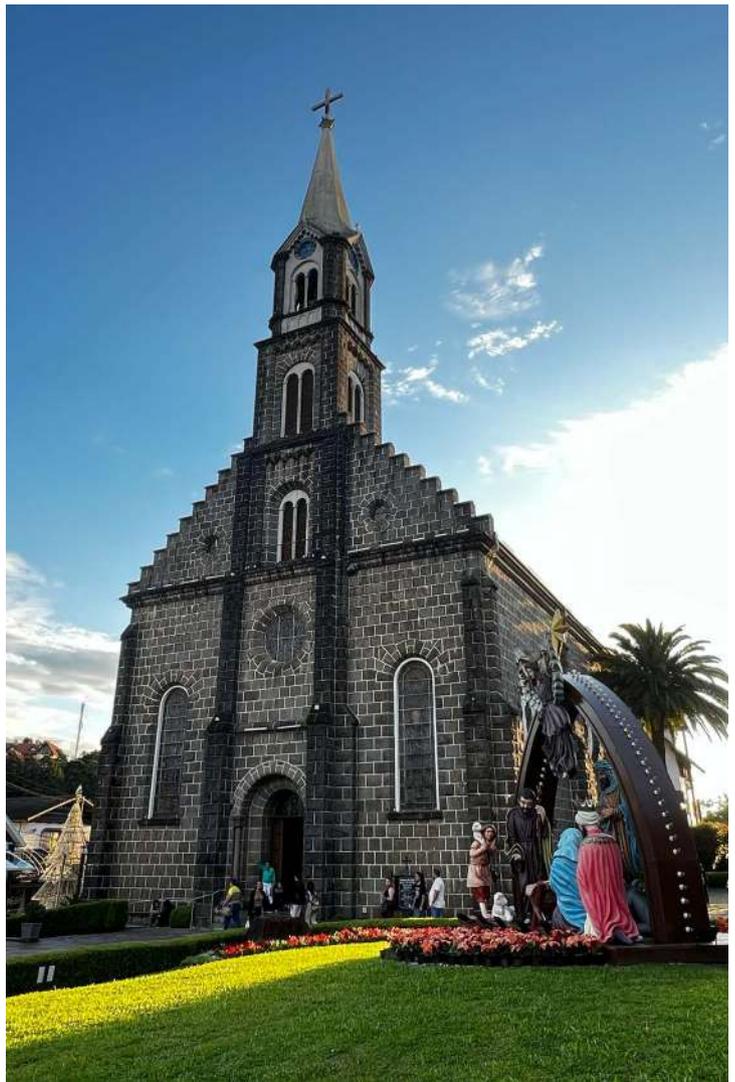
Cantina Pastascuitta - @cantinapastascuitta



ATENÇÃO: Negocie com seu hotel os ingressos dos espetáculos. Muitas vezes, eles saem mais baratos do que comprar diretamente nas bilheterias dos shows natalinos.



Aproveite as paradas natalinas nas ruas, que são gratuitas, e acontecem 3 vezes ao dia. Para as apresentações mais elaboradas, compre ingressos dos espetáculos que acontecem numa apoteose local. Ver os olhos das minhas tias brilhando durante os shows, foi maravilhoso e reconfortante. Essa foi a razão da viagem!



NECESSÁRIO: Fazer o bate e volta à Canela, visitar o Parque do Caracol e conhecer o restaurante mais badalado da região, o 1835, que serve carnes na brasa e tem uma vista deslumbrante. Fica dentro do Hotel & Residences Kempinski Lage de Pedra, um espaço de luxo e sofisticação.



IMPORTANTE: Precisa fazer reserva online com, no mínimo, 2 dias de antecedência. Com ambiente sofisticado e rústico, traz uma combinação de móveis em couro com peles, que conferem uma proposta mais confortável. Maravilhoso!



Parque do Caracol - @parquedocaracol
1835 - @dezoito35
Hotel & Residences Kempinski
Lage de Pedra - @kempinskilagedepedra

Novidade em Niterói para os fãs de esportes de raquete!



Da vontade de quatro amigos de jogar tênis, surge o Zeroquarenta, espaço voltado para este estilo de prática esportiva, localizado em Pendotiba. Muito além de uma quadra, após um estudo de projeto, o quarteto formado por Isidoro Sonsol, Ocy Lengruher, Antonio Machado e Rodrigo Pasini, entendeu que havia espaço para uma academia mais ampla, contemplando outras atividades.



Como resultado, o local tem duas quadras de tênis, uma de beach tênis e outra de pickleball, todas com bastante exclusividade, requinte e tranquilidade, com capacidade para realização de dois eventos simultâneos. Para os momentos de confraternização, haverá espaço gourmet com menu sazonal e periódico, além de carta de vinhos, área de descanso e lounge para famílias e atletas.



Com projetos de arquitetura, comunicação visual, lançamento e ações de marketing assinados pela agência aPublica, o foco é o público que tem prazer em jogar e reunir amigos. "Nossa expectativa em relação à adesão do público é enorme, não só pela localização do espaço, como também pela vocação esportiva da cidade e pela demanda reprimida em relação aos serviços de raquete. Já temos uma grande procura nas redes sociais e no local do empreendimento, com várias solicitações sobre aulas, inauguração, fatores que nos deixam animados e ansiosos para a abertura da Zeroquarenta", anuncia Machado.

MATCH POINT

AGORA é que são ELAS!

Foto: Renato Moreth



Niterói vive um momento com mulheres no protagonismo. Pela primeira vez em sua história, elegeu uma vice-prefeita, Isabel Swan, dá boas-vindas à primeira dama Fernanda Sixel e agradece a Christa Graef, que deixa o posto com sensação de dever cumprido.

Ao longo de sua vida, Isabel Swan foi uma mulher que desbravou espaços para que outras ocupassem na sequência. Primeira medalhista olímpica de vela do país, presidente da Comissão de Atletas Panamericanos, grupo com 41 países representados, e, a partir de 2025, primeira vice-prefeita de Niterói, formou-se em Comunicação na UFF e se especializou em Gestão de Projetos. Viajou por anos competindo pelo Brasil e viveu um último ano intenso, com as Olimpíadas de Paris e as eleições para a prefeitura da cidade, dando vazão às suas emoções, falando em carreatas, defendendo a maior participação de mulheres nas decisões da sociedade, com mais igualdade de gênero. “Cada um tem a sua Olimpíada. Agora, meu desafio é tocar outro barco, o da gestão pública, com comprometimento, escuta, estratégia e diagnóstico. Teremos uma Niterói com mais mulheres protagonistas, priorizando quem mais precisa”, garante.

Isabel Swan

Christa Graael

Após 12 anos participando ativamente da vida pública da cidade ao lado do marido Axel Graael, Christa Graael vive um momento de transição.

Ao assumir como primeira-dama em 2020, se adequou às novas demandas, trazendo sua experiência no Projeto Graael para a gestão pública, compartilhando com as organizações um pouco do que aprendeu no terceiro setor, onde permaneceu por 12 anos. Focando em iniciativas como Niterói Cidadã e Niterói Solidária, que, principalmente durante a pandemia, coletou doações para famílias necessitadas, atingiu a marca de quase 100 toneladas de alimentos recolhidos ao término de 4 anos, um trabalho divulgado com seriedade e transparência.

“O melhor ponto de trabalhar na gestão pública é poder melhorar a vida dos outros. Isso é encantador. Não é fácil, muitas vezes tentamos ajudar, mas nem sempre é possível concretizar, já que muitas iniciativas dependem da solidariedade das pessoas, das doações. Fizemos o melhor que pudemos, nem sempre tudo o que gostaríamos. Saio com a sensação de dever cumprido”, afirma.

Foto: Renato Moreth



Fernanda Sixel

Realizada em retornar à posição de primeira dama da cidade, Fernanda Sixel, há 30 anos servidora pública de Niterói, assumiu como missão destacar a importância da mulher e sua representatividade nos locais de governança. Para ela, é fundamental que estes espaços sejam ocupados com sensibilidade e firmeza, tocando pautas sociais, nas áreas de saúde e educação, além do enfrentamento às violências. Como prioridade, quer se dedicar a dois projetos: o "Niterói que Elas Querem", que vai alinhar a interface entre os órgãos do governo para contribuir para a igualdade de gênero, e o "Vida Nova no Morro", com requalificação das unidades habitacionais com arquitetura e design de interiores, oferecendo melhorias para as casas, garantindo assim, mais qualidade de vida para os niteroienses. "Hoje, o primeiro e segundo escalão do governo de Niterói têm 55% de lideranças femininas. Valorizamos a presença e as decisões de mulheres nas áreas de gestão em funções estratégicas. É o caminho para uma sociedade mais igualitária", assegura.

Foto: Ioanis Godoy







AS CLÁSSICAS PARECEM NOVAS. AS NOVAS PARECEM CLÁSSICAS.

DONNA TOSCANA, HÁ 11 ANOS
FAZENDO A MELHOR PIZZA DA CIDADE.

ACESSE NOSSAS REDES E VEJA O ENDEREÇO
DE CADA UNIDADE. FAÇA SEU PEDIDO ONLINE:
BAIXE NOSSO APP OU ACESSE NOSSO SITE.

JARDIM ICARAÍ: 3619.1211
PIRATININGA: 2619.1121
PENDOTIBA: 2616.2800
SÃO GONÇALO: 3583.2080

**DONNA
TOSCANA**
PIZZA · VINHO

DESDE 1997
MARIAS
— & —
AMELIAS
EVENTOS
GASTRONÔMICOS



(21) 2714-9876
97595-6550 | 97042-8335
www.mariaseamelias.com.br
contato@mariaseamelias.com.br
f mariaseameliasgastronomia
@mariaseameliasgastronomia

COMES E BEBES

Cozinhar é se emocionar constantemente. Entre memórias afetivas, como lembranças de pratos feitos por pessoas queridas ou um ingrediente que traz uma sensação especial, chefs e profissionais que atuam na gastronomia destacam os sentimentos despertados durante suas trajetórias diárias. Confira aqui o que toca o coração de cada um, sendo traduzido em muito sabor!

Foto: Renato Moreth



Silvia Paludo

Família Paludo

A cozinha é toda emoção, toda sentimento. Cada prato que você cria é traduzido pelo que está sentindo. Com os doces, por exemplo, se quem prepara não estiver bem, não acontece, não tem sabor. A gastronomia é feita de uma busca constante de referências, até mesmo as vindas do mundo da moda. Pesquisamos para chegar a pratos atuais, como os inéditos, que servimos nos jantares harmonizados temáticos, sempre com muitas novidades, na última quinta de cada mês.

@familiapaludo

Foto: Ioannis Godoy



Léo Moreira

Donna Toscana

A cozinha, para mim, é afeto. Compartilhar emoções e carinho através da comida, participar de momentos especiais em que as pessoas se reúnem, dar acolhimento. É também dividir um pouco da nossa cultura, como, por exemplo, com a pizza Banana Suprema, um de nossos carros chefe, que foi inspirada em sobremesas como pães, bolos e canelones de banana que minha avó aprendeu com sua mãe, vinda de Bergamo. Hoje, sinto que as pessoas não só dividem seus sentimentos conosco, mas nós também com elas.

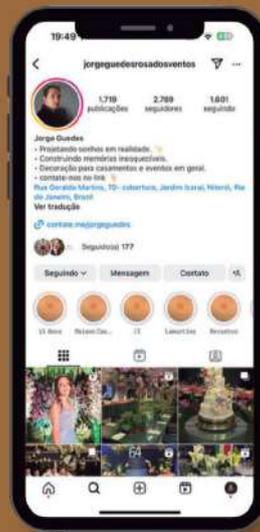
@donnatoscanarj



ROSA DOS VENTOS
Decoração de casamentos e eventos



“ Para nós, seu evento é muito especial. ”



Telefone:
(21) 98234-1250



Endereço:
Rua Geraldo Martins, 70 - Jardim Icarai, Niterói



Instagram
@jorgeguesdosrosadosventos

Daniel Ortiz

Parador Bistrô

As emoções são o motor e o combustível de qualquer expressão artística. Para mim, na cozinha não é diferente, desde a comida de mãe que desperta nostalgia, aconchego e amor, até os pratos de alta gastronomia que surpreendem, deleitam e criam memórias. No meu caso, pelo fato de viver em diferentes países, com diferentes culturas, é sempre um desafio despertar emoções em públicos diversos, o que torna incrível ver quando as pessoas gostaram e se surpreenderam com o resultado.

@paradorbistro



Foto: Renato Moreth



Eco Resort Hotel

Villa São Romão

WWW.VILLASAOROMAO.COM.BR

TEL: (21) 98167-0380

WHATSAPP: (22) 99602-0643



Foto: Ioanis Godoy

Clara Badini

Clara Badini
Arte Gourmet

Desde que comecei na confeitaria, senti que ela era uma fonte de inspiração em minha vida. Quando produzo os diversos bolos e doces que estão no meu cardápio, imagino o cliente recebendo, abrindo um sorriso e fazendo diferença em sua vida, sendo parte de um momento especial. Também nas aulas que acontecem no meu espaço, sinto que, em muitos momentos, recebo respostas que não imaginava, de como as pessoas se motivam aprendendo a criar algo novo, que traz alegria, como um doce. Para mim, um bolo nunca é só um bolo, mas sim a principal força que me motiva, o amor.

[@clarabadinigourmet](#)

Luiz Barros

Luiz Barros Vinhos

Para mim, a gastronomia pode ser comparada à arquitetura e à arte, por sua ligação visual a sabores e aromas criados pelos chefs, que nos trazem a sensação de prazer. Gosto de cozinhar e comer, e um belo prato que nos leva a viajar, assim como uma boa poesia.

Abrir vinhos e despertar aromas que contam histórias me encanta, como o branco Cuesta del Madero, importado pela ASA Gourmet, o tinto produzido no Chile pela Família Geisse, e o espumante Amadeu Brut, também produzido pela Família Geisse, mas no Brasil.

Como novidade, iniciamos a distribuição de seus produtos pela ASA Gourmet, uma importadora e distribuidora de vinhos no Rio de Janeiro com quase 20 anos de atuação, para levar a mais consumidores um espumante de alta qualidade.

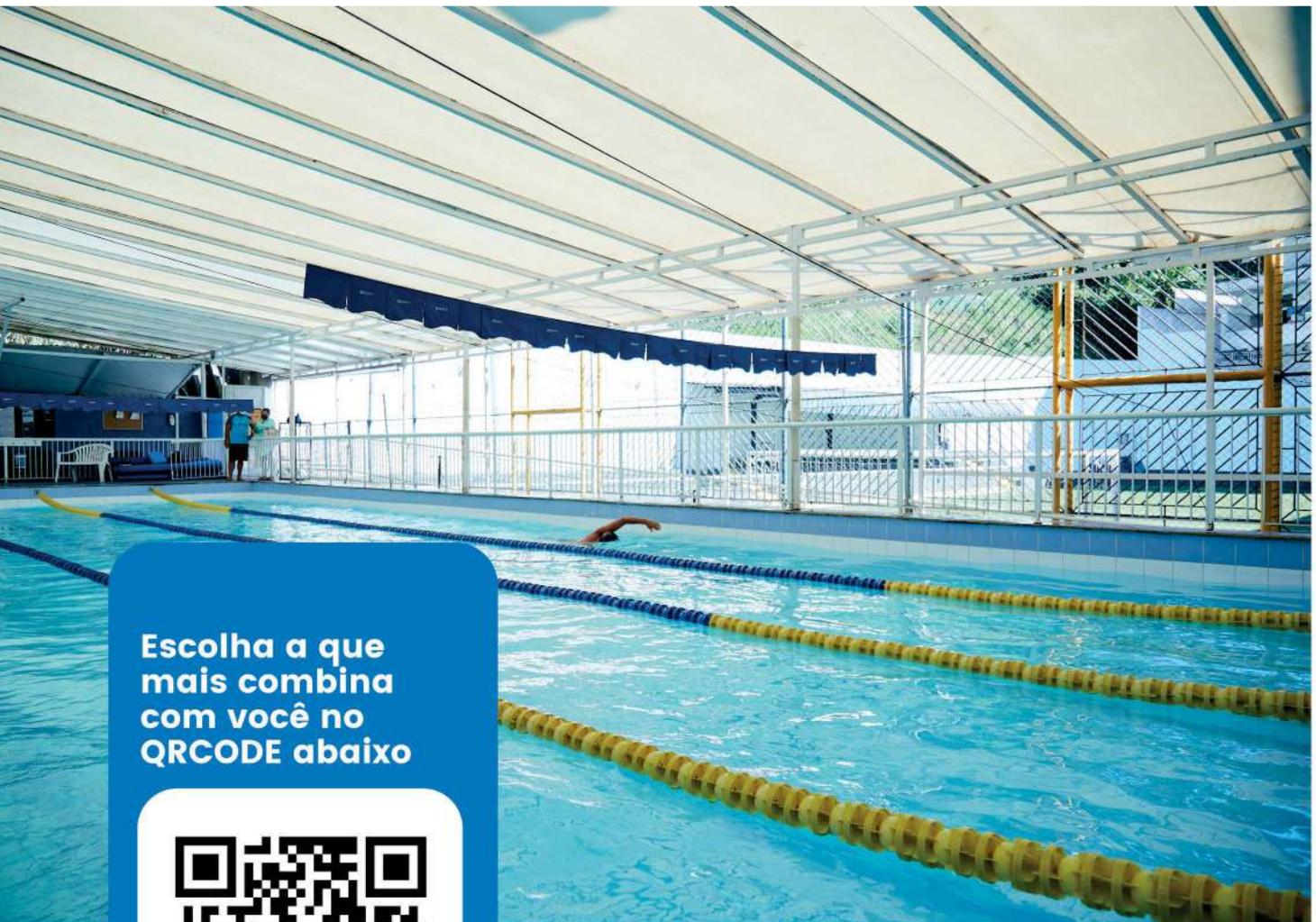
[@luiz_barros_vinhos](#)



Foto: Renato Moreth



Conte com a
NITERÓI SWIM
para o recomeço de
suas atividades.



Escolha a que
mais combina
com você no
QR CODE abaixo



www.niteroiswim.com.br
Unidade Miguel de Frias: (21) 3619-2884
Unidade Mariz e Barros: (21) 3602-2063
[academianiteroiswim](#)



Bazar do Haroldo Enéas

100% doação



5 de junho,
de 10h às 22h.

Instituição de
Quintal de Anápolis
Projeto Graef
Achuap • APADA



Fotos por Wagner Ferreira

GENEROSIDADE QUE EMOCIONA



Iniciativa 100% doação, Bazar do Haroldo Enéas completa 6 anos beneficiando instituições de Niterói

Minha vida profissional foi construída em torno de instituições e ações beneficentes. Sempre estive presente nas dinâmicas dos eventos, seja apresentando desfiles, seja produzindo os ambientes, sentindo emoções que, em muitos momentos, me colocavam no lugar do outro. Um momento marcante para mim aconteceu no início dos anos 80, quando participei do antigo Garçom Caixa Alta, em prol da AFR – Associação Fluminense de Reabilitação, como garçom, a convite da querida Estela Prestes. Ao longo dos anos, frequentemente, as instituições da cidade faziam contato buscando ajuda, já que as arrecadações nunca eram suficientes para as necessidades internas, atendimentos e doações que elas realizam aos que mais precisam. Foi dessa demanda que surgiu o Bazar do Haroldo Enéas que, ao longo dos últimos 6 anos, beneficiou 6 instituições: APADA, ACHUAP, Projeto Graef, Quintal de Ana, Casa Convívio dos Anawin e Amicca.







Desde a primeira edição, contamos com apoio do Plaza Shopping, que participa oferecendo o espaço para realizarmos o evento. O bazar acontece da seguinte maneira: recebemos roupas e acessórios doados, que passam por um rigoroso processo seletivo sob minha curadoria, além de peças de coleções passadas de marcas da cidade, como Corporeum e Agilitá. Durante 15 dias, os itens são vendidos com renda totalmente revertida para as instituições beneficiadas.



Somente na última realização, foram arrecadados R\$ 48 mil em vendas, montante dividido entre as quatro entidades que participaram em 2024: Quintal de Ana, APADA, ACHUAP e Projeto Grael.



“É uma honra fazer parte do Bazar do Haroldo Enéas, uma iniciativa que nos ajuda e a tantas outras instituições. Para nós, que há mais de 30 anos ajudamos famílias, crianças e pretendentes à adoção, é uma ajuda importante”, me garantiu Estela Gigante, assistente social do Quintal de Ana. Fazer o bem é uma emoção que não tem preço.





DRA. TERESINHA LEONEL
BIOMEDICINA ESTÉTICA

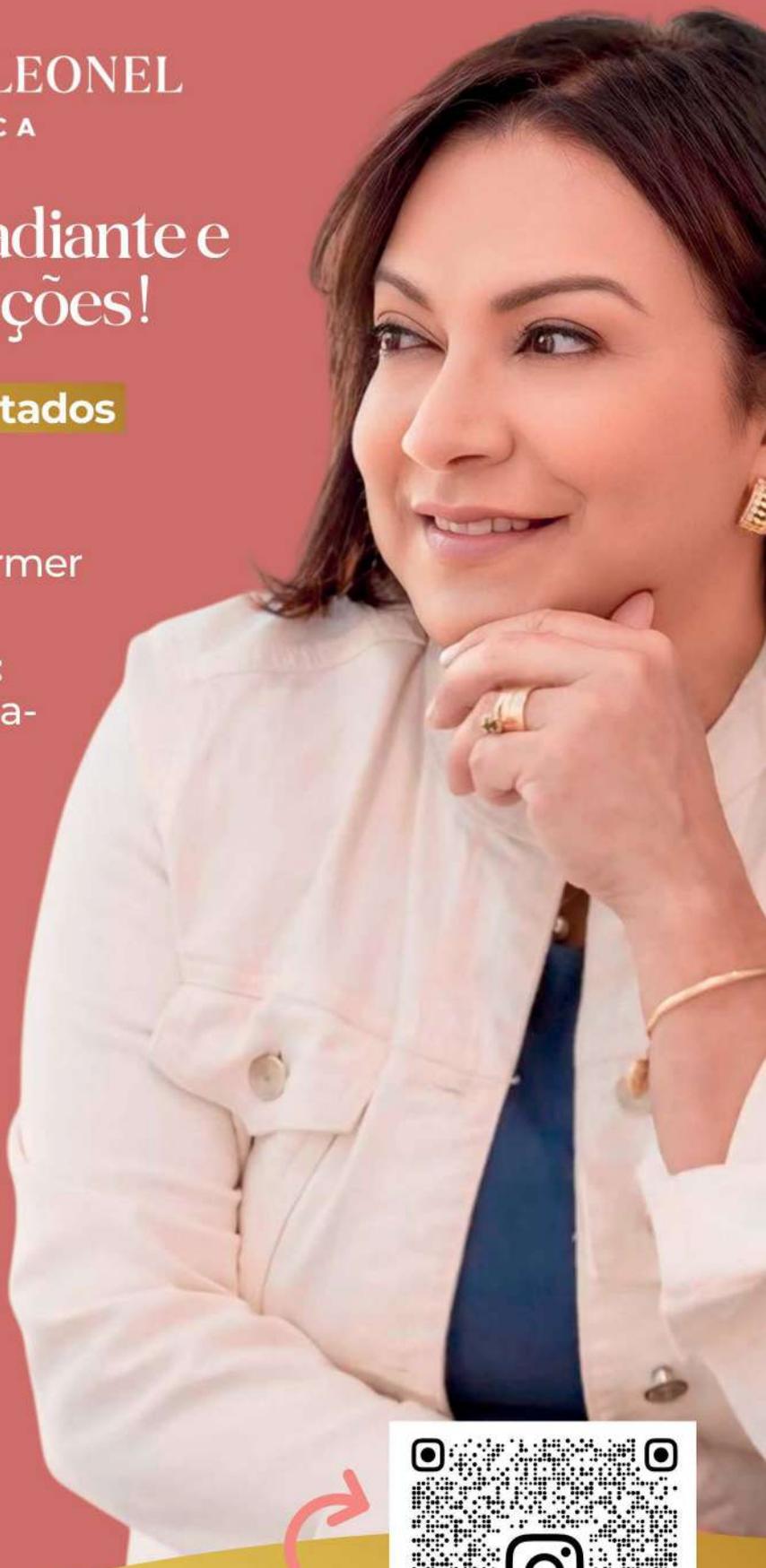
Celebre o novo ano radiante e seja o centro das atenções!

Estética avançada com resultados naturais!

- **Tecnologia de Ponta:** Ultraformer MPT, lasers e luz pulsada
- **Rejuvenescimento Imediato:** toxina botulínica e bioestimuladores de colágeno
- **Soluções Inovadoras:** skinbooster e fios de tração
- **Modelagem Corporal:** criolipólise de placas.
- **Cuidados Personalizados:** Intradermoterapia e muitos outros tratamentos para um cuidado completo do seu corpo.

OFERTA ESPECIAL:

Avaliação gratuita + R\$10% de desconto no primeiro tratamento!
Oferta exclusiva até a última semana de janeiro de 2025.



 Rua Ministro Otávio Kelly, 337
Sala 801 - Icaraí, Niterói/RJ

Escaneie o QR CODE e venha nos conhecer!



DRATERESINHALEONEL



VILLA H

O espaço perfeito para realizar seu evento, com uma vista privilegiada.



Ideal para casamentos,
aniversários, lançamentos e
eventos corporativos.



Três opções de espaços, com
ambientes versáteis.



Estrutura revitalizada, com
climatização e acessibilidade.



Suíte para dia da noiva



Acesse e saiba
mais





@mvespindola

Fotos: Divulgação



Tendências para 2025

O uso de inteligência artificial, a preocupação com o meio ambiente e estilos de decoração democráticos são algumas das tendências em alta para o ano que vem. A preocupação com o meio ambiente soma-se à necessidade atual das pessoas se reconectarem com a natureza. O uso de materiais sustentáveis, feitos com resíduos reaproveitados e com tecnologias verdes, como sistemas de energia solar e soluções de eficiência energética, fica mais forte.

Entre as tecnologias, o controle de iluminação, de climatização, de eletrodomésticos e até de cortinas por meio de sistemas de automação integrados, tendem a ser cada vez mais eficientes e adaptáveis, sendo capazes de antecipar necessidades e oferecer sugestões que realmente facilitam o dia a dia.

Na decoração, há opções para diversos estilos, dos minimalistas aos fãs de design afetivo. Otimizando espaços, o mobiliário modular continua em alta, com mesas expansíveis ou banquinhos empilháveis. O vintage segue forte, com elementos dos anos 1970, 1980 e 1990, e retorno de cores vibrantes e formas geométricas.

Para quem entende que menos é mais, a tendência será escolher poucos objetos, mas que tenham qualidade e significado emocional. Já para quem valoriza as experiências ligadas ao bem estar, é hora de priorizar a integração de móveis ergonômicos e ambientes com cores suaves e relaxantes, além de iluminação que imita a luz natural.





Durabilidade e Beleza Natural

Já ouviu falar em musgo natural estabilizado? Muito mais que um item decorativo, é uma solução para arranjos que oferece inúmeros benefícios para o ambiente, sendo uma escolha sustentável e duradoura. De origem escandinava, além de não necessitar de manutenção, ainda ajuda no isolamento acústico do espaço. Vale investir!

Arte e a Natureza Humana

Com uma trajetória artística que é exemplo de superação e coragem, Marcelo Sobral ganhou o merecido reconhecimento somente após expor na Galeria Le Briones, em 2023. Cada vez mais motivado a apresentar sua arte, Marcelo traz obras que representam a natureza humana de forma profunda, levantando debates sobre resistência e bravura.

A exposição "A arte digital de Sobral: Primeiras Impressões", que esteve no Corredor das Artes, convidava à reflexão sobre temas universais, com uma linguagem contemporânea e humana. Finalmente, um artista que encontrou seu lugar.



VANNIER

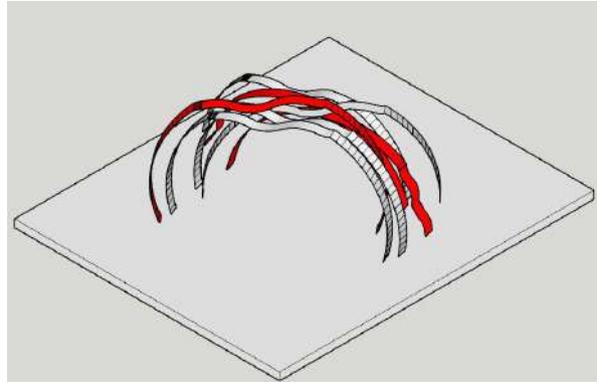
E S T R U T U R A S

 [vannierestruturas](https://www.instagram.com/vannierestruturas)

 (21) 97723-2686



Foto: Flávio Saturnino

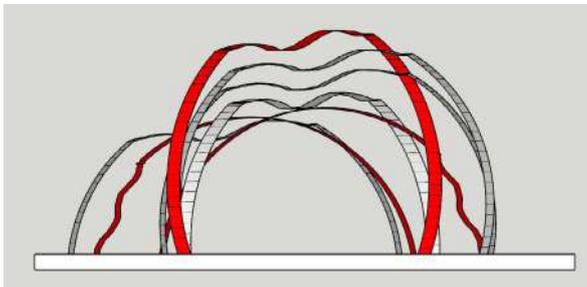
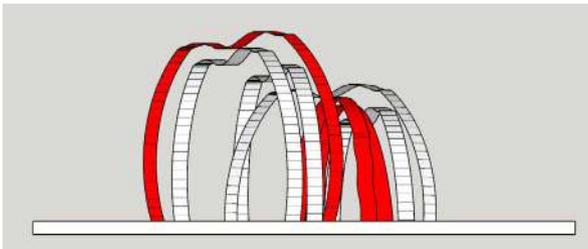


Criatividade com Responsabilidade Ecológica

Atuando na área de direito ambiental há 24 anos, a artista plástica Duda Oliveira presta assessoria jurídica a armadores de pesca industrial, utilizando a arte como ferramenta para instrumentalizar o direito, através de manifestos ambientais e sociais.

Desde 2018, participa de exposições nacionais e internacionais, buscando articular-se junto ao desenvolvimento de projetos que demandam percepção e compreensão dos fatores sociais e suas interações junto ao sistema político. Seus trabalhos artísticos são expostos em lugares públicos de grande movimento de pessoas para reverberar a curiosidade popular, não só pelas obras, mas sobretudo pela empatia.

Nos últimos anos, já esteve presente em centros culturais do Brasil e do exterior, como: MASP, MAC - Niterói, Centro Cultural dos Correios - RJ e feiras europeias de cultura, na Alemanha, em Luxemburgo e em Portugal. Com a escultura "Água Viva", exposta a partir de dezembro no Parque das Águas, no Centro de Niterói, Duda pretende envolver o visitante que passa por seus tentáculos, ativando os sentidos para a percepção e sensibilizando sua responsabilidade ecológica.



MOBILLI

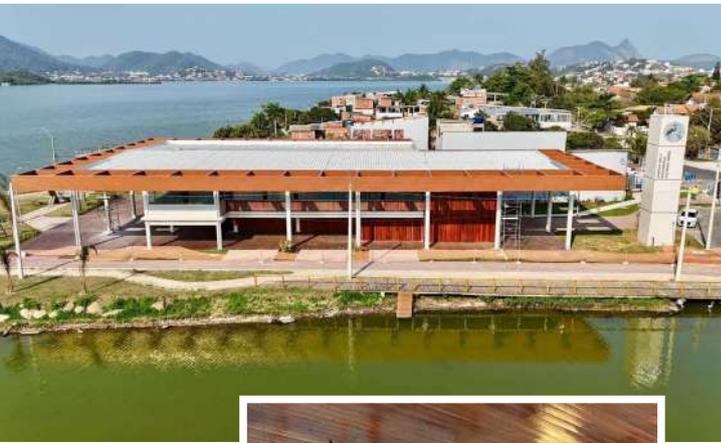
TOLDOS E ESTRUTURAS
PARA EVENTOS

(21) 99961-4731
(21) 99961-4734

Cultura e Meio Ambiente no POP

Espaço pioneiro no município, o Parque Orla Piratininga possui 680 mil metros quadrados, conta com 8 píeres e 17 praças, incluindo jardins filtrantes que tratam as águas pluviais sem o uso de produtos químicos. Já reconhecido com prêmios de sustentabilidade internacionalmente, o POP não apenas protege o meio ambiente e trata as águas dos rios, mas também promove a recuperação de uma área degradada, oferecendo novos espaços para cultura e esporte.

Localizado dentro do Parque Orla Piratininga, o Centro EcoCultural Sueli Pontes reúne informações sobre os ecossistemas da bacia hidrográfica da Região Oceânica e apresenta soluções para a recuperação da lagoa. O espaço foi concebido para educar e conscientizar o público, especialmente crianças e jovens, utilizando recursos tecnológicos e exposições interativas.



Fotos: Divulgação

Fotos: Divulgação



Casa Norival de Freitas – Solar Notre Rêve



Castelinho do Gragoatá

Marketing em Ação

A aPublica, de Antonio Machado, vem se destacando no mercado do live marketing. Atuando em Niterói desde 2016, a empresa de marketing, que começou como escritório de arquitetura, se aprofundou em eventos B2B, atendendo de supermercados a indústria naval, oferecendo serviços de cenografia e retrofit, com clientes como Plaza Shopping, Grupo Rão e Mattinata.



Foto: Renato Moreth

Resgate Arquitetônico

A Prefeitura de Niterói restaurou duas joias arquitetônicas da cidade, admirando quem valoriza uma cidade com memória. A Casa Norival de Freitas – Solar Notre Rêve, que data de 1921, teve elementos originais, como assoalhos e ornamentações reformados, além de um espaço anexo construído, totalmente adaptado para abrigar novos recursos culturais. O edifício também abrigará a sede do Programa Aprendiz Musical, contribuindo para a formação de jovens talentos locais. Já o Castelinho do Gragoatá, construção de 1937, teve portas, janelas, fachada e cobertura reconstruídas, além de sistemas elétricos, hidráulicos e de ar-condicionado reformados, respeitando a arquitetura original. O local, que teve projeto com rampas para facilitar o acesso ao público, será a nova sede do Niterói de Bicicletas. Niterói merece!

ENTREVISTA



Foto: Ieanis Godoy

ENTREVISTA

Monica Gervásio *Movida a desafios*

Há mais de 30 anos no mercado de arquitetura e design de interiores, Monica Gervásio é low profile quando fala de si mesma. Discreta, é humilde quando recebe os elogios aos seus projetos, que hoje se multiplicam entre arquitetura, interiores, corporativos e comerciais.

1. Como foi o início da carreira para você?

Para mim, foi fácil. Me encontrei na arquitetura, onde me vi estudando para algo que me realizava, era uma verdadeira vocação. Sabe quando a gente nem percebe, mas vira a noite com prazer, fazendo algo que gosta? Quando isso acontece no trabalho, é porque escolhemos a carreira certa.

2. Para você, como é trabalhar com projetos de interiores?

Interrompi a carreira por um período quando tive meus filhos. Quando retornei à ativa, os projetos de interiores tinham mais protagonismo. É diferente de quando trabalhamos a arquitetura em si, que é mais sobre forma, mas gosto de cada novo projeto. Amo pesquisar, a novidade, desenvolver algo sem repetição. Cada família é uma, cada pessoa é uma. A gente cria e sempre vai resultar em algo diferente.

3. Qual é a emoção que te move no seu dia a dia profissional?

Sabe do que eu gosto? Gosto mesmo é do desafio! É ele que faz o projeto ficar mais bonito. Muitas vezes, uma dificuldade serve como motivação. Às vezes, um problema funciona até como guia.

4. Quais projetos te marcaram?

Tive tantos residenciais, quanto corporativos importantes, mas as mostras Casacor, que participei algumas vezes, e Artefacto, da qual faço parte anualmente, são marcantes.

5. E para o futuro, quais são seus planos?

Para 2025, há projetos residenciais em Niterói, Búzios, além de Miami e também na Califórnia. Também estarei na Mostra Artefacto, mas, quero mesmo é fazer tudo. Tudo me interessa. Sou movida a desafios.

Esperamos ansiosamente para conferir!

Fotos por Paula Chaffin





SUA ASSESSORIA CONTÁBIL DIGITAL



STARTEICONTABIL.COM.BR



@starteicontabil



(21)97615-7093

COLUNA E



Foto: Renato Moreth

@estela.prestes

Nada foi mais emocionante do que ver a entrada da belíssima Carolina Carvalho Soares, atravessar com seu pai, Cid Carvalho, ao encontro do noivo Daniel Peres Chor. Parecia uma imagem de um dos quadros de Renoir. Tudo estava perfeito. A segunda bela imagem que pode ser apreciada, foi a entrada da mãe da noiva, a irretocável, Ana Paula Soares. Decoração aliada à iluminação davam tom soberbo e romântico ao ambiente do fantástico Hotel Belmont Copacabana Palace. Todo o andar, inclusive as varandas, receberam os convidados, que puderam também se deliciar de todo o esplendor que marcou a noite.

Fotos por **Wagner Ferreira e Rodrigo Sak**



Os noivos Daniel Chor e Carolina Soares



Carolina Soares e Cid Carvalho



Daniela Peres e Daniel Chor



Ana Paula Soares e Bruno Soares



Lillian e Dan Chor



Ana Carolina Botelho e Antônio Soares



Dominique Chor e Henrique Serri



Ana Paula Soares e Cid Carvalho



Maria Helena e José Isaac Peres



Isabela Rozental e Felipe Bronze



Sergio e Inês Sobreira



Richard Sonsol e Beatriz Prestes



Paula e Bernardo Barreto



Lara Olivares e André Baker



Carolina Stankevicius e Vittorio Thoni



Renata Costa e Philip Taylor



Cláudio Portugal e Heloisa Prestes



Gabriela Palermo, Flávio Canto e Ana Paula Soares



Haroldo Enêas, Ana Paula Soares, Júlia Lamblet e Marcelo Espindola



Bernardo Rangoni e Dixie Anne Pratt



Maria Carolina Lemos, Isabela Pfeil e Ana Carolina Botelho



Renata Vivas e Pedro Paulo Pimentel

REVISTA HEME • ESTELA PRESTES



A debutante Maria Clara Miranda

Maria Clara, a doce e linda Kakaia, festeja 18 anos com beleza e animação no Xian.

Fotos por **Wagner Ferreira**



Carlos Americo Pinho e Marcelle Miranda



Carlos Alberto e Leila Miranda



Carla Tinoco



Fabiana e Celso Benicio



Caio Porto e Fernanda Negraes



Adriana, Carlos e Laura Tolomei



Altineu Côrtes e Carlos Americo



Mateus, Leonardo, Livia e Carolina Gimenez



Maria Aparecida Bastos e Gisele Bastos



Renato, Ana Paula e Antônio Cabo



Flavio Mendonça, Cristina Braga e Gilson Ribeiro



Luísa de Sousa, Maria Clara Lopes e Luísa Porto

PARADOR BISTRÔ

20 ANOS TRAZENDO SABOR PARA NITERÓI.

*HAPPY HOUR - QUINTAS E SEXTAS, DAS 17H ÀS 19H30
*CARDÁPIO DA TARDE - TODOS OS DIAS, A PARTIR DAS 16H

Rua Ator Paulo Gustavo, 241 - lojas 15 e 16
(21) 3603-3575 / 98018-3273 (delivery)

 @paradorbistro





Wallace Salgado de Oliveira e Cecilia Loretti



Jefferson Salgado de Oliveira, Raquel e Yasmin

Os sorrisos dos jovens são o ponto alto de uma festa. E o casamento de Stephanie Salgado de Oliveira e Matheus Gabry Assad, podia-se dizer que o número de moças e rapazes, todos produzidíssimos, enfeitaram, não só a Candelária na cerimônia religiosa, como também o fantástico salão de recepção, Xian, atualmente, palco de suntuosos eventos no Rio de Janeiro. Elegante e belo, Wallace Salgado de Oliveira, entrou emocionado com sua primeira filha a ser conduzida ao altar: Stephanie é e estava linda. A neta de Marlene Salgado de Oliveira e Joaquim de Oliveira, nomes que tanto honram Niterói. Ela, professora e reitora da UNIVERSO, e ele, que foi também ilustre nome, chanceler da Universidade, hoje sob o comando de Wallace, que abre mais uma frente, inaugurando a Faculdade de Medicina, importantíssimo para, não somente a cidade, como também para todo o país.

Fotos por **Wagner Ferreira**



Thor, Theodora e Wellington Salgado de Oliveira



Liliane Dafton Gabry e Carlos Eduardo Assad



Ricardo Campos, Zaida Pitombo, Carlos Henrique Bittencourt e Pakisa Togni



Gabriela e Luiz Carlos Gallo



Emi e Gilson Monteiro



Ana Luisa Lisardo Lima e Ricardo Helayel



Caio Dantas e Raissa Romero



Alexandre e Maria Beatriz Scisínio

Rosana Siqueira
Joias

rosana.siqueira17@gmail.com
 /rosanasiqueira17



Fotos por Bruno Felipe



Eduardo, Alice, Julia e Manuela Diniz

Foi uma verdadeira Festa das Estrelas, com brilho e sofisticação, a comemoração dos 15 anos da bela Julia, filha de Manuela e Eduardo Diniz.



Ruth Iglesias, Julia Diniz, Norma Lima e Ranulfo Lima

MMAC
MMAC BROTHERS

MAIS DE 25 ANOS DE EXPERIÊNCIA NO
MERCADO DE LOCAÇÃO PARA EVENTOS

SONORIZAÇÃO • ILUMINAÇÃO
PAINEL DE LED • GERADOR • TRIO ELÉTRICO

 21 99973-2300





Fotos por Rafael Pinheiro

Luz, câmera, ação: a bonequinha linda Marcela, de Claudia e Marcelo Miranda, chegou aos 15 anos com esplendorosa festa.



Marcelo, Marcela, Claudia e Davi Miranda

Num cenário cinematográfico, onde a beleza do mar se confundia com a do céu de tão azul que estava o dia, louvadas seriam também as palmeiras imperiais, que davam o tom majestoso ao ambiente do casamento da linda Raquel Beyruth com o jovem advogado Luiz Henrique Taveiros Galvão.

Tudo lembrava a beleza descrita nas festas art nouveau. Tinha todos os ingredientes da obra de F. Scott Fitzgerald, autor do livro "O Grande Gatsby". A mãe da noiva, Renata Beyruth, ao lado dos pais Rachel e Reynaldo Beyruth (chiquérrimos), emocionados, foram anfitriões impecáveis e levaram as alianças. O recém inaugurado A Concept Búzios foi o cenário de uma tarde repleta de gente bonita, num verdadeiro desfile de grifes, a começar pelo vestido da noiva, que veio de Nova York. Uma profusão de flores dividia os olhares para todos que fazem culto à beleza. E o mais importante, é que tudo foi primorosamente escolhido pela noiva, que mostrou que é uma expert em bom gosto.



Fotos por Arquivo de família



Renata Beyruth, José Antonio Marquina, Rachel Marquina, Luis Henrique Taveiros Galvão, Adriana Taveiros e Luis Guerra Galvão



Rachel Beyruth, Rebeca Beyruth Teixeira e Reynaldo Beyruth

PAULO CAMPOS ODONTOLOGIA ESTÉTICA

- AVALIAÇÃO DA MASTIGAÇÃO
- CLAREAMENTO
- FACETAS ESTÉTICAS
- LENTES DE CONTATO
- RESINAS E CERÂMICAS

Icaraí e Ipanema - 21 99355-9373



Jr. Paulo Campos

GRÁFICA printmill

Imprimindo Ideias



*Nossa satisfação
é transformar seu projeto
em um impresso de qualidade!*



(21) 3628-4300 • 96777-4334 

www.printmill.com.br

orcamento@printmill.com.br

Muito mais que um podcast,
o nosso CAMINHO DO ALTAR
se transformou e agora é um
universo.

Em 2025, **prepare-se!**

*Um novo formato com
novidades tanto no digital
quanto no presencial
está chegando.*

*Aponte a câmera do seu celular e descubra
tudo o que o Caminho do Altar pode oferecer:*



Inscriva-se no YouTube
📺 @caminho.doaltar



Siga no Instagram
📷 @caminho.doaltar



Gadgets eletrônicos, perfumaria masculina de luxo, decór original e o must da moda para o verão 2025: selecionamos itens de consumo incríveis que você, simplesmente, TEM QUE TER!

Decoração sustentável

Verdadeiras graciosidades, os terrários da Macieira Artes e Jardins são opções de decoração originais. Além de trazerem um toque verde e sofisticado ao espaço, são autossustentáveis e não precisam ser regados, dispensando água. Um presente diferente!

@macieiraartesejardins



Aromas Sofisticados

A perfumaria masculina é a bola da vez! Lançamento da Yves Saint Laurent, o MYSLF traz uma fragrância que captura a essência do homem contemporâneo, com notas olfativas que misturam um floral amadeirado, a refrescância cítrica do coração de bergamota da Calábria, vert de bergamota e flor de laranjeira cru da Tunísia, criado especialmente para YSL BEAUTY.



Inspirado no poder da água, o frescor emblemático de Sauvage foi reforçado e prolongado com uma fórmula inovadora sem álcool. Sauvage Eau Forte da Dior traz frescor e intensidade, com notas de especiarias frias, lavanda branqueada e madeiras almiscaradas.

Para impressionar ainda mais, aposte no Bvlgari Le Gemme Tygar Eau de Parfum, que tem fragrância inspirada na pedra olho de tigre e no majestoso felino, com toque radiante da toranja, ligada aos intensos ambroxan e madeira. Verdadeiros luxos olfativos!

@ysl | @dior | @bvlgari



O som da tecnologia

Para os fãs de tecnologia, a Apple apresenta os AirPods Max, que oferecem áudio de alta-fidelidade com o mínimo de distorção em toda a faixa audível. Os gadgets têm ainda rastreamento dinâmico de cabeça, que cria uma experiência de som surround digna de cinema em filmes, séries e jogos, cancelamento ativo de ruído e almofadas e arco pensados para proporcionar ajuste e conforto perfeitos. Para se sentir dentro do som!

@apple





Fotos por Ioanis Godoy Modelos: Betina e Juliana Galvão



Fashion Summer

O verão 2025 promete! Com uma paleta de cores que vai dos suaves pastéis a um vibrante laranja dourado, a fabulosa Agilitá apostou em modelos fluidos, soltos e com tecidos leves, que são a cara da estação, além de ultra sofisticados. Para acompanhar no melhor estilo, as joias de Rosana Siqueira conferem o glamour necessário, com design orgânico em ouros amarelo e branco, e adição de pérolas, rubis, citrinos, quartzos e gemas brasileiras. Impossível não desejar!

[@agilitabrasil](#)
[@rosanasiqueira17](#)





Rumo aos 30 Anos.

Há quase 30 anos no mercado, a Bacos se destaca pela **qualidade, confiança e inovação** em moradias.

Nossos projetos unem tecnologia avançada a preços competitivos, garantindo excelência em cada detalhe, do design à execução. Esse compromisso nos rendeu prêmios como o Top Imobiliário Ademi - Niterói, reforçando nosso olhar constante para o futuro.



OKA Studios Residenciais São Francisco - Niterói

 Studios  21 - 92m²



Seven Avenue Icaraí - Niterói

 3 Quartos  2 vagas



Algarve Residencial Icaraí - Niterói

 2 e 3 Quartos  Studios  3 vagas

Descubra a qualidade e a inovação da Bacos em cada detalhe. Conheça seu próximo lar!



CONSULTORIA

ACADÊMICA, EMPRESARIAL E CULTURAL

Um mundo de soluções para você.



Foto: Renato Moreth



- Curadoria e Produção Cultural

- Planejamento de Projetos Corporativos

- Capacitação em Inglês
Para todos os fins e todas as idades

- Treinamento para Apresentações e Entrevistas

- Suporte Estratégico

AULAS
PALESTRAS
WORKSHOPS
VERNISSAGE
EXPOSIÇÕES
LANÇAMENTOS
EVENTOS
GESTÃO

Neide Lúcia Almeida é Doutora em Sistemas de Gestão,
Professora Multidisciplinar e Relações Públicas.

✉ nl@brasilamerica.com.br

🌐 Neide Lúcia Almeida

☎ (21) 99983-9632





@haroldoneas



Bê Sancho e Neide Lúcia Almeida



Cristina e Mariana Pinho e Felipe Sydow



Amigas do Coração

Nada mais emocionante do que comprovar o amor de amigos de toda uma vida. Quando menos se espera, eles nos surpreendem e nos acolhem de maneira genuína. Essa é a relação que tenho com pessoas especiais como as irmãs Zaida e Claudia Pitombo e Cheila de Paula. Um sentimento verdadeiro!

Parceria de Sucesso

A exposição Mistura Fina, que conta com curadoria de Renato Moreth e produção de Neide Lúcia, levou ao Hotel Orizzonte as lindíssimas criações da artista e designer de joias Cristina Pinho. Um movimento que a cidade agradece!



Tati Amin, Dani Lana, Fabiana Freire e Michelli Lima

Amigas do Espumante Fashion

Com uma fórmula que não tem erro, formada por mulheres, espumantes, alegria e comprinhas, aconteceu o encontro das Amigas do Espumante HEME, no espaço coletivo Vem Pro Social, no IFashion, em Icaraí. Expondo marcas incríveis, como a de acessórios em couro da querida Tati Amin, foi um evento delicioso, com conversas boas e interessantes. Um sucesso!



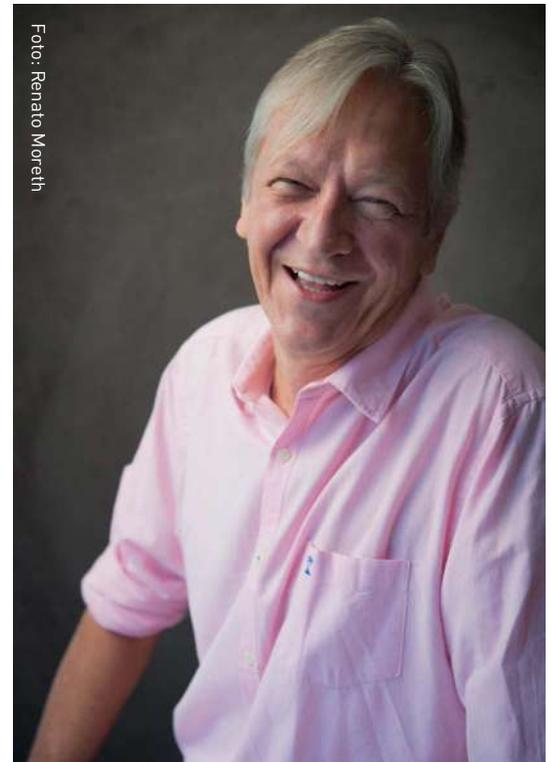
Kissila, Vera e Melissa Ribas



Mariana e Acacia Pires de Mello

Brilho Atemporal

O encontro das Amigas do Espumante HEME ficou ainda mais incrível no espaço da querida Flávia Vasconcelos, na foto com Karla Braga. Com uma coleção com peças deslumbrantes e atemporais, além de serviço impecável, brindamos com lindas mulheres pela vida e pelo amor. Uma noite memorável!



Gente de Verdade

É verdadeiramente emocionante trabalhar com pessoas generosas. É o caso da querida Simone Porto, que tem ações que falam mais que palavras. Ela demonstra ser especial também pela família que construiu, com o marido Felipe e a filha Ana, em seu aniversário, com o bolo da Chef Paloma Sias. Amores!

Música e Emoção

Com mais de 30 anos como diretor musical, meu amigo Zelly Mansur é um verdadeiro criador. Em seu estrelado currículo, sucessos como Criança Esperança, Toma Lá Da Cá e Zorra Total, além do trabalho de musicalização de poemas de autoria de Ronaldo Abifadel, que há dois anos está disponível em plataformas digitais, como Spotify. Com o dom da música, ele é emoção purinha!





A jovem sociedade

O lindo casal Alessandra Benetton Mathias e Luis Gustavo Tomaz brilhou em concorrida festa no Copacabana Palace. Educadíssimos, roubaram a cena, esbanjando gentileza.

Amor de família

A querida Rosana Siqueira e seus pais Leila e Marco Antônio, em toda a sua generosidade. Família tradicional na cidade, são conhecidos por seus gestos de carinho e consideração com os amigos. Muito amor!



Foto: Arquivo Passoa



Foto: Arquivo Passoa

Ele é um Boa Praça

Leonardo Caldeira é um verdadeiro boa praça! Sempre simpático, é daqueles que traz a gentileza no trato com as pessoas, com dom apaziguador em situações difíceis. Na foto, aparece ao lado de seu amor, a linda Viviane Bellas.

aPública

arquitetura . live marketing . cenografia

@apublica



(21) 96417-2369



Novo Fôlego para o Amor

A querida Arlete Monteiro viveu um casamento feliz por 52 anos, mas, após perder o marido, se fechou para o amor. Conheceu um verdadeiro gentleman, como ela gosta de dizer, que, durante 9 anos, a cortejou. Hoje, finalmente, está vivendo uma renovação de sentimentos, com muita paixão e desejo, no auge de seus 87 anos. Cada um vive na sua casa, mantendo a relação cheia de surpresas especiais. O amor é mesmo lindo!

Parceria de milhões

Minhas amigas e parceiras Luciane Denys e Cristiane Hasselmann no encontro de milhões! Enquanto uma cria arranjos belíssimos com flores, a outra disponibiliza o incrível espaço da Villa H para eventos. Lindas!



Poesia Feminina

A querida Glória Belém se consolidou como autora referência sobre o amor no feminino. Seu delicado livro "Entre Crônicas & Poesias", nos permitiu conhecer uma mulher apaixonada, determinada, entusiasmada e, definitivamente, pronta para ser assumir-se poeta. Maravilhosa!



📍 Shopping Icaraí
📷 @camera1giftshop



Decór de Luxo

Marca forte no segmento de decoração, a Florense é parceira do Staff HE há anos. Tivemos a honra de organizar o evento completo do lançamento da loja em São Francisco, com um projeto arrojado e inovador. Lista de convidados, recepção, buffet, música e registros ficaram sob nossa responsabilidade e a noite foi um sucesso. Que venham as próximas!



Ronaldo e Kelen Stuani



Ricardo Campos e Cornélio de Souza Melo



Isidoro e Mônica Sonsol



Cadé Marino e Bruno Madeira

Fotos por
Wagner Ferreira



Cheila de Paula e Odilza Vital



Roberta e Roberto Nolasco



Roberto e Silvia Paludo



Jone Elias



Marcus e Gabriela Assaf



Rodrigo e Luciana Meano



Georgia e Marcia Latini



Sabrina e Alberto Duncan



Haroldo Enéas, Axel Graet, Ronaldo Stuani e Rudinei Paludo



Ana Paula e Alexandre Magno



Renata Costa, Oscar Motta e Georgina Costa



Haeidi Vogel, Pamella Soul e Christa Graet



Rosana Alvarenga, Widimar Ligeiro e Rosana Siqueira



Ana Americano e Inês Cecchetti



Marcio Franco, Elizabeth Salgado e Vera Franco



Gabriela Costa e Monica Gervásio

Fotos por Wagner Ferreira



Patricia Baranda e Ricardo Martins

Karla Amorim e Walter Tardin

Dupla Comemoração

Com um maravilhoso almoço assinado pelo Hinata Buffet, de Mayumi Muto, o casal Guto Malafaia e Erika Bechara, que aniversariam com um dia de diferença um para o outro, celebrou seus 60 anos na agradável casa da família, em Pendotiba. Felicidades!

Vitoriosas

Campeãs do Circuito Niteroiense de Beach Tênis e convocadas para representar Niterói na Copa dos Municípios em Saquarema, em janeiro, Callina Pentagna e Elaine Lanes estão com tudo! Participaram do Torneio Interclubes de Niterói integrando a equipe do Rio Cricket e, a partir de 2025, disputarão os jogos na categoria B do esporte, considerada intermediária. Com um dia a dia de muita dedicação, conciliam treinos e agendas familiares, e consideram a endorfina e a adrenalina as emoções que as motivam, que colocam seus corpos em movimento.



Leila Capela, Flávia Sampaio e Leise Jogaib

Moda Sustentável

A inauguração da loja da Powerlook lotou o Shopping Icaraí com mulheres bacanas, que aderiram ao conceito de moda sustentável, promovendo o hábito de alugar vestidos de festa, ao invés de comprá-los. Luxo consciente!



Foto: Renato Moreth

Reflexões sobre a finitude



Ana Cristina Bechara Barros Fróes Garcia
Psicóloga clínica, Terapeuta de Família e Casal
Mestre em Política Social pela Escola de Serviço Social – UFF
Membro da Sociedade Brasileira de Psico-oncologia – SBPO
Professora convidada do Curso de Especialização
em Psico-oncologia (PUC-Rio)
Presidente da Associação Brasileira de Terapeuta
Familiar – ABRATEF (2022-2025)
Facilitadora do @deathcafenikity
Autora de livro, capítulos de livros e artigos sobre
Família, Casal e Psico-oncologia.

A sociedade ocidental não tem o hábito de falar sobre a finitude. O tema ainda é um tabu causador de medo e angústia. A vida é um passar do tempo constante nos ciclos da vida: despedidas da infância, adolescência, juventude, de relacionamentos...

Na juventude, a vida não parece ter fim, longe da sua vivência. A consciência da morte surge quando a juventude se afasta e as perdas começam a ficar cada vez mais próximas da realidade.

Viver é enfrentar a realidade inevitável de que a vida tem um fim. É um tema que muitas vezes causa desconforto, pois nos confronta com a nossa mortalidade. No entanto, reconhecer a finitude pode, paradoxalmente, nos despertar para a importância de viver plenamente. Por isso, tem um impacto profundo sobre as nossas emoções.

Saber que a vida é limitada pode evocar uma gama complexa de sentimentos, como ansiedade, medo, tristeza, mas também gratidão, inspiração.

A consciência da finitude nos lembra da preciosidade do tempo e da necessidade de valorizar o presente. Quando compreendemos que a vida é limitada, podemos refletir sobre o que realmente importa: as conexões humanas, os momentos de alegria, a busca por significado e propósito. Essa reflexão nos motiva a agir com mais presença e autenticidade, evitando o adiamento de nossos desejos.

Ao aceitar a finitude, abrimos espaço para um despertar que nos encoraja a viver de forma mais plena, aproveitando as oportunidades e encontrando beleza nas pequenas coisas.

A finitude não precisa ser apenas o fim, pode ser o ponto de partida para uma vida mais consciente e rica em significado e sentido.

A finitude pode inspirar sentimentos positivos, como uma valorização maior do momento presente, pode motivar a busca pelo novo.

Refletir sobre a Finitude é, em última análise, refletir sobre o significado da Vida, de ser humano. A limitação do tempo e a inevitabilidade da morte podem parecer um fardo, mas também nos oferecem a oportunidade de viver de forma autêntica, pode ser a nossa libertação, incentivando-nos a aproveitar cada momento com consciência e responsabilidade.

Já dizia o poeta Rubem Alves: “A vida não pode ser economizada para amanhã. Acontece sempre no presente”.

Vamos Viver a Vida Aqui e Agora!

VIVA A VIDA!

CHURRASCO FEITO NA BRASA DO JEITO QUE VOCÊ AMA

Buffet de Saladas e pratos quentes
Comida japonesa · Acompanhamentos



E

ESTACIONAMENTO
GRATUITO

 MOCELLINCHURRASCARIA.COM.BR

 [MOCELLINCHURRASCARIA](https://www.instagram.com/MOCELLINCHURRASCARIA)



MOCELLIN
CHURRASCARIA

QUASSO

é mais que um salão;
é um ícone de **beleza e**
sofisticação em Niterói.

UNIDADE TAVARES
Rua Dr. Tavares de Macedo,
251 - Icaraí, Niterói
21 2610 1000 | 21 98861 4588

UNIDADE CONCEPT
Rua Paulo Gustavo, 251/Lj 113 -
Icaraí, Niterói
21 2611 1050 | 21 98861 4580

UNIDADE MOREIRA
Rua Paulo Gustavo, 251 -
Icaraí, Niterói. Loja 201
21 2714 1111 | 21 98861 4812



**O MELHOR
DO BRASIL
É A NOSSA
ESPECIALIDADE**



**RUA QUINZE DE NOVEMBRO, 8
PLAZA SHOPPING - L4 - ALAMEDA GASTRONÔMICA**

AGILITA'

WWW.AGILITAFASHION.COM.BR

