

Manchete

www.revistamanchete.com.br

ILHA FISCAL
O castelo sobre as águas guarda uma história que marcou o Brasil

DECORAÇÃO
Viver na cidade com estilo e um toque de clima de montanha

É tempo de festa!

VIVIAN DOS SANTOS

Um fenômeno de vendas!
A incrível trajetória da empresária que começou como balconista em Nova Iguaçu e hoje possui uma rede com 12 lojas de artigos para festas

9 786554 743501
Nº 2550 . Edição 11 . R$ 59,90
@revistamanchete.oficial
EDITORA & EVENTOS Salles

Múltiplas formas para pagar, receber e rentabilizar o seu negócio.

- **Multiadquirência**
  Mais economia e segurança, com diferentes adquirentes em uma única solução.
- **Multipagadores**
  Uma única transação, vários pagadores.
- **Multimodalidades**
  Pix, débito, crédito à vista ou parcelado em até 21x.
- **Multicanais**
  POS, TEF, Online, Gateway e Autoatendimento.



EDAN Pay

Moving Your Business Forward

Conheça essas e muitas outras soluções para impulsionar o seu negócio.

www.edan-br.com

EDITORIAL



Foto de capa: Marcello Dias

SEGUIREMOS CONTANDO **BOAS HISTÓRIAS**

Passado o Fla x Flu das eleições do Brasil, todos nós precisamos “arregaçar as mangas” e voltar à labuta, pois teremos períodos difíceis pela frente. Nossa economia está muito fragilizada, teremos mudanças importantes na área tributária, que ainda não compreendemos plenamente, além das alterações trabalhistas. Tudo isso associado a um país partido ao meio em suas escolhas e que, infelizmente, hoje está inflamado pelas redes sociais em uma espécie de ame ou odeie. Os prejudicados são a própria população e as instituições.

A maior preocupação está na insegurança jurídica. Este é, disparado, o maior temor para aqueles que desejam investir, contratar e implementar projetos de longa duração. A Revista Manchete pretende seguir o seu caminho de buscar os empresários, os grandes projetos e as ações políticas e sociais que estão dando certo e que fazem o nosso estado acreditar em si e melhorar. Queremos contar boas histórias por aqui, e como temos coisa para contar!

Nesta edição, por exemplo, apresentamos um novo e grande parque de dinossauros que surge em Iguaba Grande (o segundo do estado), um hotel que conseguiu a façanha de ter mais de 90% de ocupação média, matérias de saúde, decoração, gastronomia e agronegócio. Temos duas matérias de empreendedorismo de gente que tem feito a diferença no Rio. Uma matéria superespecial de cultura sobre um histórico lugar do Rio que poucos conhecem, a Ilha Fiscal. E, para completar, trazemos também a revista Especial Sebrae, mostrando o que essa importante instituição oferece aos pequenos empreendedores.

Enfim, essa é a Revista Manchete, que busca boas notícias, que oferta assuntos que nos fazem sentir melhor e ter o sentimento de pertencimento a um estado que luta por tempos melhores. Sim, não é fácil, diante da oferta de tantas notícias negativas, oferecer um conteúdo mais leve. Mas, além de este conteúdo existir, muitos estão ávidos por essas informações. É por isso que, em nosso projeto multiplataforma, já passamos de 3,5 milhões de visualizações no YouTube e continuamos a crescer nas demais redes sociais e no número de visitações diárias em nosso site. Estamos preparando muitas novidades para 2027, como o Guia Manchete e um sistema de franquia para outros estados. Desejamos a você uma excelente leitura e que tenhamos todos um ótimo final de ano.

Boa leitura!

MARCOS SALLES
Presidente

Revista MANCHETE Presidente: **Marcos Salles** | Vice-presidente Institucional: **Sergio Maciel** | Editora-chefe mutiplataforma: **Mariana Leão**| Editora da revista: **Ana Prôa** | Produtoras: **Nathalia Gomes e Maria Eduarda Teixeira** (estagiária) | Textos: colaborou **Gabriela Lopes** e **Renata Medeiros** | Revisão: **Cida Farias** | Projeto Gráfico e Arte: **Sidney Ferreira e Reinaldo Pires** | Eventos: **Natalia Salles** | Fotografia: **Marcello Dias** | Imagens e edição de vídeo: **Dudu de Luca**, **João Paulo Figueredo**, **Júlio Mirancos**, **Oberdan Magalhães** e **Vinicius Iannuzzi** | Edição de vídeo: **Land Moribe** | Agência Digital: **Z9 Marketing 360º** | Estúdio: **Qualistage** | Agência publicidade: **11:21**| Portal Internet: **R7** | Colunistas: **Alice Morais**, **Ana Cristina Barreira**, **Andréia Repsold**, **Eduardo Gouvêa, Fábio Ramalho**, **Fatima Facuri, Frédéric Monnier**, **João Branco**, **Luiz Strauss**, **Marcos Salles**, **Mariana Leão**, **Michael Magno, Michel Sá**, **Paulo Renato Marques**, **Pedro Guimarães**, **Sávio Neves**, **Sergio Maciel, Virna Carvalho e Walter Troncoso** | Impressão: **Zit Gráfica**

Edição 2550
#11
NOV/DEZ 2026

Colunistas desta edição



Mariana Leão

Entrevista
Vivian dos Santos
Ela faz a festa!
06

Cultura
Ilha Fiscal
Uma joia em meio à Baía
20



Virna Carvalho e Michael Magno
Toque de estilo
Decoração
Luxo em clima de montanha
12



Walter Troncoso
Esporte
Pilates
Movimentos para viver melhor
28



Dra. Ana Cristina Barreira e Dr. João Branco
Saúde clínica
Saúde hackeada
Tecnologia de olho nos sinais do nosso corpo
34



Luiz Strauss
Turismo, lazer & negócios
Vilarejo Fazenda Resort
Natureza com requinte
40



Frédéric Monnier
Gastronomia
Fraldinha com échalotes
Um clássico de bistrô
48



Paulo Renato Marques
Agro Rio
Algas
Uma fazenda dentro do mar
60



Pedro Guimarães
Eventos & entretenimento
Apresenta Summit 2026
Diálogos que movem o entretenimento
68



Fatima Facuri
Bem-estar
Suplementos
Suplementar virou lifestyle
84





Empreendedorismo
Sol Ferreira
A coragem de ser ousada
74

Especial Energia
AMAZUL
Tecnologia que protege, cura e impulsiona o país
80

Matéria do Mês
Equipe 10
Eventos dão um up nas empresas
88

Festa Manchete
Comemoração nota 10
92



Sávio Neves
Turismo Empresarial
Ilha dos Dinossauros
Iguaba Grande volta à pre-história
54





VIVIAN DOS SANTOS ELA FAZ **A FESTA!**

FOI SUBINDO CAIXAS DE MERCADORIA E VENDENDO LINHAS E AGULHAS PARA OS CAMELÔS DE NOVA IGUAÇU QUE COMEÇOU UMA HISTÓRIA DE MUITO TRABALHO, CORAGEM E PAIXÃO. DO BALCÃO DE UM ARMARINHO A UMA DAS MAIORES REDES DE ARTIGOS DE FESTAS E CONFEITARIA, A FUNDADORA DA VIVIAN FESTAS CONTA OS DETALHES DESSA TRAJETÓRIA EM SUA PRIMEIRA ENTREVISTA GRAVADA. AOS 49 ANOS, COMANDA 12 LOJAS, CENTROS CULINÁRIOS, IMPORTADORA, OPERAÇÕES DE LOCAÇÃO E UMA LINHA PRÓPRIA DE PRODUTOS. MAIS DO QUE VENDER, ELA ACREDITA EM TRANSFORMAR OPORTUNIDADES EM HISTÓRIAS DE SUCESSO. Fotos: DIVULGAÇÃO

Você começou muito jovem. Como era aquela menina que entrou no mundo dos negócios ainda adolescente?

Aos 16 anos, fui emancipada e trabalhava no armarinho do meu pai, em Nova Iguaçu. Eu era sócia dele e fazia de tudo. Era uma rotina muito simples, mas foi ali que comecei a aprender sobre comércio e, principalmente, sobre pessoas. Aos 18 anos, abri minha primeira loja de artigos para festas, na galeria do Shopping dos Pequeninos, em Nova Iguaçu. Era uma loja pequena, e eu mesma atendia, embalava, organizava e carregava caixa. Comecei com um funcionário, depois dois, três... E fui construindo aos poucos.

Você já imaginava que aquela primeira loja poderia se transformar no que é a Vivian Festas hoje?

De jeito nenhum. Eu sabia o caminho que queria percorrer, mas não exatamente aonde ele iria me levar. Fui subindo degrau por degrau. Sempre amei o universo das festas. Comecei trabalhando com brinquedos, artigos escolares, descartáveis e tudo aquilo que as pessoas precisavam para comemorar. Aos poucos, fui percebendo as necessidades dos clientes e aumentando o mix de produtos. Essa escuta do consumidor sempre foi muito importante para mim.

Em que momento você percebeu que poderia transformar a empresa em algo muito maior?

Foi acontecendo. Quando tive minha primeira filha, Amanda, entrei de cabeça no universo da decoração. Comecei a fazer os "mesversários" dela. No primeiro mês, fiz



> **Eu comecei sozinha, carregando caixa, embalando produto e atendendo no balcão. Hoje, tenho 12 lojas e uma equipe enorme. São 31 anos de muita luta, muito trabalho e muita gratidão.**

Foto: Marcello Dias

uma mesa de decoração. No segundo, já queria fazer mais. E fui me apaixonando. As pessoas começaram a me perguntar como eu fazia aquilo. Eu dizia: "Pegue o tema que você tem em casa, faça o doce e o bolo, e vamos montar". Foi assim que entrei profundamente no mundo da decoração e, depois, da confeitaria. A partir daí, comecei a trazer insumos, embalagens, acessórios e soluções para quem queria trabalhar com festas e confeitaria. Foi quando percebi que existia uma oportunidade enorme de ajudar outras pessoas a empreender.

Os centros culinários nasceram dessa percepção?

Exatamente. Montei meu primeiro centro culinário com as minhas confeiteiras e foi um sucesso. Chegamos a ter aulas lotadas todos os dias. Hoje, temos sete centros culinários. Já passaram por lá cerca de 30 mil pessoas. E não apenas para aprender uma receita. Querem empreender, complementar a renda, mudar de vida. Muitas chegaram até nós em momentos difíceis e encontraram ali uma possibilidade. Para mim, isso é muito importante. O nosso negócio não entrega apenas produtos. Entrega criatividade, conhecimento e oportunidade.

Como você enxerga o seu mercado hoje, já que as possibilidades para fazer uma festa são muitas?

Eu nunca quis simplesmente vender um produto. Sempre quis oferecer uma solução. Se uma pessoa chega para comprar os ingredientes para fazer um bolo, eu quero que ela encontre também uma embalagem bonita, uma fita, um adesivo e tudo o que precisa para transformar aquele bolo em um produto que possa ser vendido. Hoje, o básico voltou à moda. O pudim e o bolo caseiro voltaram. E o que fazemos? Oferecemos embalagens modernas, bonitas e com bons preços. Mostramos como aquela pessoa pode produzir, embalar, divulgar e lucrar.

A empresa também cresceu fisicamente. Hoje são 12 lojas espalhadas pelo estado. O que significa voltar às suas raízes?

Nova Iguaçu é a minha raiz. Hoje, estamos ampliando nossa presença na cidade e vamos chegar a três lojas. É uma forma de presentear o povo que sempre esteve comigo. Também estamos em Duque de Caxias, Nilópolis, São Pedro da Aldeia, Centro do Rio, Niterói, Alcântara, Campo Grande, Madureira e Barra da Tijuca. Temos ainda nosso site, que atende clientes de todo o Brasil.



Foto: Marcello Dias

> **O nosso negócio não entrega apenas produtos. Entrega criatividade, conhecimento e oportunidade.**

A loja do Centro do Rio também representa um capítulo importante da sua história, não é?

Muito. Quando chegamos ao Centro, a rua onde abrimos a loja estava praticamente morta. E fizemos uma loja de quatro andares, linda, preservada, com vitrais e características arquitetônicas da história daquele lugar. Cada andar tem uma proposta e a loja muda constantemente. Ela acabou se tornando um destino para turistas e para quem visita o Centro do Rio. Eu sempre quis ter uma loja de destino. Nunca quis ficar escondidinha. Queria criar um lugar para onde o cliente tivesse vontade de ir.















À esquerda, Vivian aos 18 anos, em sua primeira loja, e hoje, no amplo espaço. Acima, artigos da Vivian Casa e seus colaboradores. À direita, as árvores de Natal de Felipe Theodoro e Larissa Manoela, e a inauguração da loja de Niterói

Você também se antecipou às tendências. A importação é uma parte importante da operação?

Sim. Tenho uma importadora há mais de 15 anos e faço questão de buscar tendências antes que elas cheguem ao Brasil. Vou à China, faço curadoria e passo dias pesquisando produtos. O Natal, por exemplo, é construído praticamente com um ano de antecedência. Eu não paro de pensar em Natal, mas também acompanho todas as outras datas e tendências para festas, embalagens, decoração e casa. Quero estar sempre um passo à frente.

A empresa também avançou para o universo home, ganhando espaço próprio na unidade da Barra, não é?

Sim. Temos a Vivian Casa, nossa linha própria, além de produtos para casa em nossas lojas. Começamos com algumas peças pontuais e fomos ampliando para uma linha muito mais completa. Também temos a Vivian Locação, que nasceu porque muitos decoradores começaram a nos procurar para alugar peças. Há cerca de seis ou sete anos, estruturamos essa operação, que hoje atende a casamentos, festas de 15 anos, aniversários e eventos em geral.

E o crescimento continua. Qual é o próximo passo?

Temos muitas possibilidades. Estamos ampliando nosso centro de distribuição, que vai passar de 20 mil para 50 mil m², na Pavuna. Também estamos aumentando nossa linha própria e acredito que vamos crescer cada vez mais na distribuição.

Seus filhos também já fazem parte desse futuro, certo?

Sim. A Amanda está formada e cuida do nosso marketing e de



Foto: Marcello Dias

Pela primeira vez, Vivian gravou uma entrevista, e foi no estúdio da Revista Manchete. Abaixo, sua família sempre unida: ela com o marido e os filhos Amanda e João



toda a parte on-line. O João tem 18 anos e está começando a faculdade. Eles fazem parte dessa nova fase. Eu acredito muito na família. Este ano, completei 25 anos de casamento. Construí tudo isso ao lado do meu marido, que foi militar e hoje está completamente envolvido com o nosso negócio. Ele é meu melhor amigo. É uma família muito unida. A gente briga, claro, mas existe muito respeito, parceria e amor.

E como você lida com a concorrência em um mercado tão competitivo?

A concorrência nos impulsiona. Meu grande segredo foi nunca olhar para isso, e sim para dentro do meu negócio. Quando eu tive medo de alguém me destruir, coloquei meu chinelo de dedo e fui para dentro da loja. Fui para o balcão, para o chão da operação, acompanhar tudo. Até hoje faço isso. Quero saber o que está sendo comprado, como está sendo exposto, o que o cliente está procurando e o que precisa melhorar. Tem muita gente vendendo produtos parecidos. O que diferencia é a curadoria, a experiência e a solução que você oferece.

Você fala muito sobre pessoas. Quantas famílias dependem hoje diretamente da Vivian Festas?

São mais de 1.200 famílias diretamente ligadas à empresa, além de toda a cadeia indireta. E isso tem um significado enorme para mim. Quando olho para os centros culinários e vejo as pessoas que passaram por ali, fico muito feliz. Algumas começaram fazendo um bolo para vender e hoje têm um negócio. Outras encontraram uma renda extra. Isso é muito gratificante. A gente não vende apenas produto. A gente ajuda a pessoa a encontrar um caminho.

Aos 49 anos, com uma carreira tão intensa, como você encontra tempo para cuidar de si?

Eu sou rodeada de pessoas maravilhosas. Tenho uma rede de apoio enorme. Meu cabeleireiro e minha maquiadora, por exemplo, são amigos. Também faço terapia há muito tempo e gosto muito. Eu sou a mil por hora. Faço reunião, cabelo, maquiagem, unha, trabalho... É tudo acontecendo ao mesmo tempo. Acho que construí uma rotina que funciona para mim.

Com 31 anos de carreira, qual é a sua maior conquista?

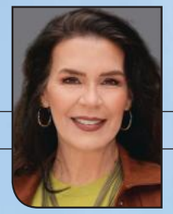
Acho que é olhar para tudo o que construí e perceber que existe uma história por trás. Não são apenas lojas. São pessoas, famílias, clientes, funcionários, confeiteiras, decoradores. Eu comecei sozinha, carregando caixa, embalando produto e atendendo no balcão. Hoje, tenho 12 lojas e uma equipe enorme. Mas continuo gostando de estar perto das pessoas. Quando entro em uma loja, ainda sinto aquela mesma energia do começo. São 31 anos de muita luta, muito trabalho e muita gratidão. Tenho muito carinho por cada cliente e por cada pessoa que ajudou a construir a Vivian Festas.*

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Mariana Leão é jornalista, apresentadora, repórter e editora, com passagem pelas emissoras Globo, Record, Rede TV e Band



TOQUE DE ESTILO





Virna Carvalho
@virnacarvalhoarquitetura

Michael Magno
@imoveis_luxury

LUXO EM **CLIMA** DE MONTANHA

AO LADO DE UM PARQUE ARBORIZADO, UMA RESIDÊNCIA CONTEMPORÂNEA COMBINA MADEIRA, PEDRA E UMA ATMOSFERA DE SERENIDADE QUE REMETE AOS REFÚGIOS DA SERRA.

Fotos: @vitorcalixto @viniciuscalixtofotografia



Foto: JK Produções

Virna e Michael se uniram para propor ainda mais requinte a esta casa. À esquerda, a iluminação tecnológica com o sistema WOW

Durante a visita a um imóvel junto a um corretor, muitas vezes as pessoas até gostam muito do que veem, mas algumas ficam sem saber como ocupar os espaços. É por isso que existe o Toque de Estilo. Quando apresentamos uma proposta pensada para aquele ambiente, o futuro morador começa a imaginar como seria a sua própria rotina naquele endereço. Resultado: Essa visualização ajuda muito na apresentação do imóvel, como mostramos aqui, com as fotos do antes e do depois. E o projeto começa justamente no momento que entendemos a casa e as pessoas que vão viver nela.

Nesta edição, pensando em atender a uma família que esteja buscando conforto, natureza, privacidade e tecnologia, escolhemos uma casa cinematográfica no condomínio Pedra de Itaúna, na Barra da Tijuca. Ela tem 1.100 metros quadrados de terreno, com 1.000 metros quadrados de área construída. Na área externa, o imóvel conta com amplo espaço gourmet, piscinas aquecidas, sauna, placa solar, três vagas com carregadores para carro elétrico, oficina e depósito. Já na parte interna, o pé direito alto em todos os ambientes proporciona uma agradável sensação de amplitude, contemplando cinco suítes amplas, uma suíte master com jacuzzi e salas integradas. E um detalhe importante: todos os ambientes oferecem automação e iluminação pelo sistema WOW.

toque de estilo

DECORAÇÃO

NATUREZA INTEGRADA

Na suíte do casal, a vista é um espetáculo à parte. O verde da floresta do condomínio e a imponente Pedra de Itaúna compõem um cenário deslumbrante. Além disso, a suíte possui duas portas de vidro (uma lateral e outra frontal), que conduzem a uma grandiosa varanda. E foram justamente esses dois ambientes que escolhemos transformar, dando a eles uma nova identidade. Após o nosso Toque de Estilo, a suíte master ganhou um grande painel, uma cama super king com mesinhas laterais, já que o espaço facilmente permite isso. Aproveitando um cantinho próximo à varanda, colocamos uma mesa para o café da manhã ser tomado com essa sensação de bem-estar que vem da vista verde.

E para que os futuros moradores possam curtir o clima de montanha, em pleno centro da Barra da Tijuca, caprichamos no conforto da varanda, em uma proposta que une sofisticação, aconchego e conexão com a natureza. O mobiliário de linhas contemporâneas combina espreguiçadeiras, sofás e almofadões dispostos sobre o gramado, enquanto os balanços suspensos de fibra natural acrescentam charme e leveza ao ambiente. Para completar, lanternas, arandelas e esferas luminosas criam uma iluminação intimista, transformando o espaço em um refúgio perfeito para desfrutar de bons momentos, especialmente ao entardecer.

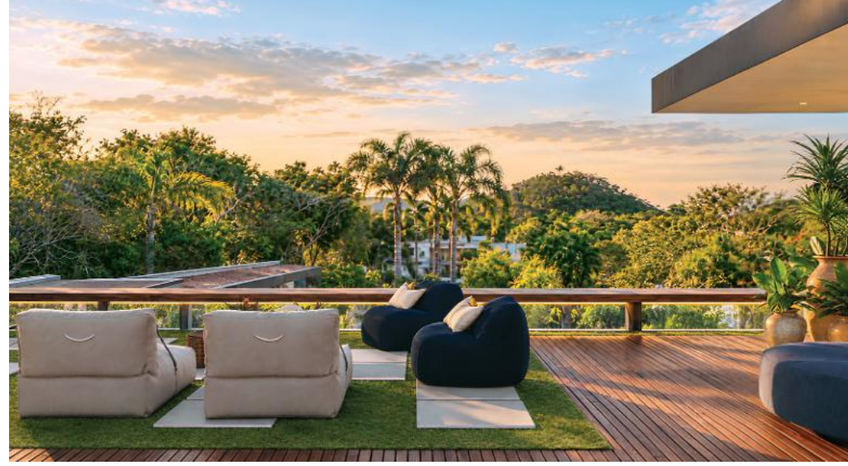


A suíte master ganhou um grande painel, uma cama super king com mesinhas laterais, já que o espaço permite isso.





Caprichamos no conforto da varanda, em uma proposta que une sofisticação, aconchego e conexão com a natureza.









A varanda recebeu um mobiliário aconchegante, que se integra à vista. Para brindar o sucesso do projeto, Michael e Virna pediram o delivery da Hora do Vinho

Projeto finalizado, sucesso garantido. Para brindar, o que essa hora pede? A Hora do Vinho! Ligamos para essa empresa localizada no shopping Barra Mall, especializada em entrega rápida de vinhos, e num piscar de olhos já estávamos com nossas taças cheias. Tim-tim!*

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Virna Carvalho é arquiteta e urbanista, e atua na integração entre as duas áreas. Com experiência em bairros planejados, projetos residenciais, comerciais e de interiores, seu diferencial é criar experiências transformadoras que emocionam, conectam pessoas e elevam a qualidade de vida com beleza, inteligência e sensibilidade humana

Michael Magno é referência no mercado imobiliário de alto padrão, conhecido como o Corretor das Celebridades. À frente da Magno Real Estate, oferece uma curadoria exclusiva de imóveis de luxo, com atendimento personalizado, discrição, sigilo e excelência em cada negociação



vem viver +cultura

Iniciativas para aplaudir de pé e pedir bis.
Como o maior acelerador de cultura do estado, o Sesc RJ incentiva os artistas e o público por meio de uma programação variada: são shows, espetáculos de teatro, dança e circo, exposições, exibições de filmes, atividades literárias, cursos, oficinas e muito mais. O Sesc inspira cultura e a cultura inspira você.
Vem viver o Sesc RJ.



Baixe o app
+Sesc RJ
e saiba mais.

Sesc | 80 ANOS
A maior marca de bem-estar social do RJ.



CULTURA
Mariana Leão @marianaleaooficial

ILHA FISCAL
UMA JOIA EM MEIO À BAÍA

O CASTELO QUE PARECE FLUTUAR SOBRE AS ÁGUAS DA GUANABARA GUARDA HISTÓRIA NAVAL E MEMÓRIAS DOS ÚLTIMOS CAPÍTULOS DA MONARQUIA BRASILEIRA. PALCO DO LENDÁRIO BAILE QUE ANTECEDEU A PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA, A ILHA FISCAL PRESERVA EPISÓDIOS DA HISTÓRIA NACIONAL E UM MONUMENTO ARQUITETÔNICO DE BELEZA SINGULAR.

FOTOS: DIRETORIA DO PATRIMÔNIO HISTÓRICO E DOCUMENTAÇÃO DA MARINHA

Foto: Wikimedia Commons, sob licença Creative Commons



Comandante Marques, capitão de fragata da Marinha

Foto: Oberdan Magalhães

O céu é rasgado por aviões que chegam e vão – o aeroporto é logo ali, e o mar descortina uma vastidão entre o Pão de Açúcar e o Corcovado. Erguido nesse cenário que mais parece sair de um conto de ficção, o palacete da Ilha Fiscal completou 137 anos em abril de 2026. A história desse patrimônio carioca remonta ao final do século XIX, quando o imperador Dom Pedro II determinou a construção de um posto destinado a reforçar a fiscalização das mercadorias que chegavam ao porto da capital do Império. Entre os objetivos, estavam o combate ao contrabando e a redução dos custos relacionados à vigilância sanitária.

“Nesse baile, estava a nata da sociedade carioca. Já não havia mais disponibilidade nos salões de beleza, nem fraques para alugar na Rua do Ouvidor, tamanha a procura.”

Comandante Marques, capitão de Fragata da Marinha, referindo-se ao último baile do Império na Ilha Fiscal

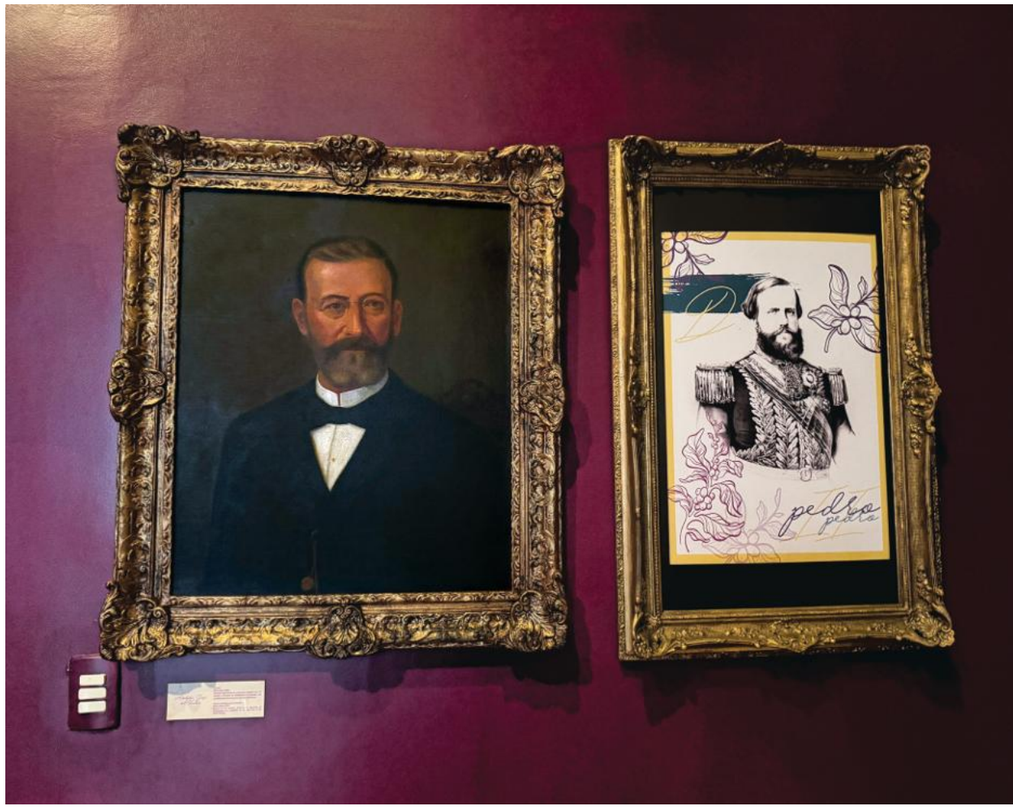
Antes de receber o nome atual, o local era conhecido como Ilha dos Ratos. “Nas nossas costas, está a Ilha das Cobras, então esses répteis espantariam os ratos que viriam para cá. Essa é a principal versão”, conta o comandante Marques, capitão de fragata da Marinha. A outra possível justificativa do nome, segundo ele, é que o rochedo da ilha, quando avistado de longe, parecia ter formato de ratos. A finalidade fiscal foi estratégica, devido à sua localização próxima aos pontos de fundeio dos navios mercantes estrangeiros que entravam na Baía de Guanabara.

O projeto arquitetônico ficou a cargo de Adolpho José Del Vecchio, então diretor de obras do Ministério da Fazenda, que buscou inspiração no estilo neogótico francês associado ao arquiteto Eugène Viollet-le-Duc. O resultado foi um palacete de linhas elegantes, marcado por detalhes ornamentais, torres e vitrais, que ganhou uma identidade própria ao combinar referências europeias com a paisagem tropical brasileira. A construção despertou a atenção do próprio imperador, que visitou o local diversas vezes para acompanhar o andamento das obras. Em uma dessas ocasiões, segundo o relato histórico preservado pela Marinha, Dom Pedro II teria definido a ilha como “um delicado estojo digno de uma brilhante joia”. A frase traduz a impressão provocada pela harmonia entre a arquitetura e o cenário natural.

O ÚLTIMO BAILE DO IMPÉRIO

Um episódio de grande requinte destacou a Ilha Fiscal na história do Brasil quando se preparava para profundas transformações políticas: o baile realizado em 9 de novembro de 1889. A festa, organizada em homenagem à oficialidade do encouraçado (navio de grande porte)





À esquerda, a réplica da pintura *O Último Baile da Ilha Fiscal*, de Aurélio de Figueiredo, disponível na sala de exposição. Acima, uma homenagem ao responsável pelo projeto arquitetônico da Ilha Fiscal, Adolpho José Del Vecchio, então diretor de obras do Ministério da Fazenda, e, ao lado, Dom Pedro II. Abaixo, uma das salas da exposição *Neogótico em Terras Tropicais*

chileno Almirante Cochrane, foi uma retribuição à recepção oferecida à tripulação do navio-escola brasileiro Almirante Barroso, que esteve no Chile no ano anterior. O evento entrou para a história como o último grande baile do Império, realizado apenas seis dias antes da Proclamação da República. A celebração reuniu integrantes da elite política e social em uma noite de requinte, música e solenidade, enquanto o regime monárquico se aproximava de seu fim.

A grande festa está representada na réplica da pintura *O Último Baile da Ilha Fiscal*, de Aurélio de Figueiredo, disponível na sala de exposição do palacete. Durante a visita guiada, a obra ajuda a transportar os visitantes para o ambiente daquela noite. De acordo com o comandante Marques, a festa foi recheada de detalhes relatados na literatura da época: "Nesse baile, estava a nata da sociedade carioca. Já não havia mais disponibilidade nos salões de beleza, nem fraques para alugar na Rua do Ouvidor, tamanha a procura. O jantar teve um cardápio extenso e foi feito pela Casa Pascoal para cerca de 3 mil pessoas. Outra curiosidade da época era o código do leque. Se a dama que estava sendo galanteada abrisse o leque na frente do rosto, significava que não estava interessada, mas se o batesse fechado no rosto, era um sinal positivo".



MARCAS DE UM PAÍS EM TRANSFORMAÇÃO

Em 1893, durante a Revolta da Armada, o edifício sofreu danos provocados pelo conflito entre parte da esquadra brasileira e o governo do marechal Floriano Peixoto. Vitrais foram quebrados e paredes atingidas por disparos de canhão, deixando marcas materiais de um período de instabilidade política e militar. Duas décadas depois, em 1913, o domínio da ilha foi transferido do Ministério da Fazenda para a Marinha do Brasil, em uma negociação que envolveu o vapor Andrada. A mudança consolidou sua vinculação à história naval brasileira.

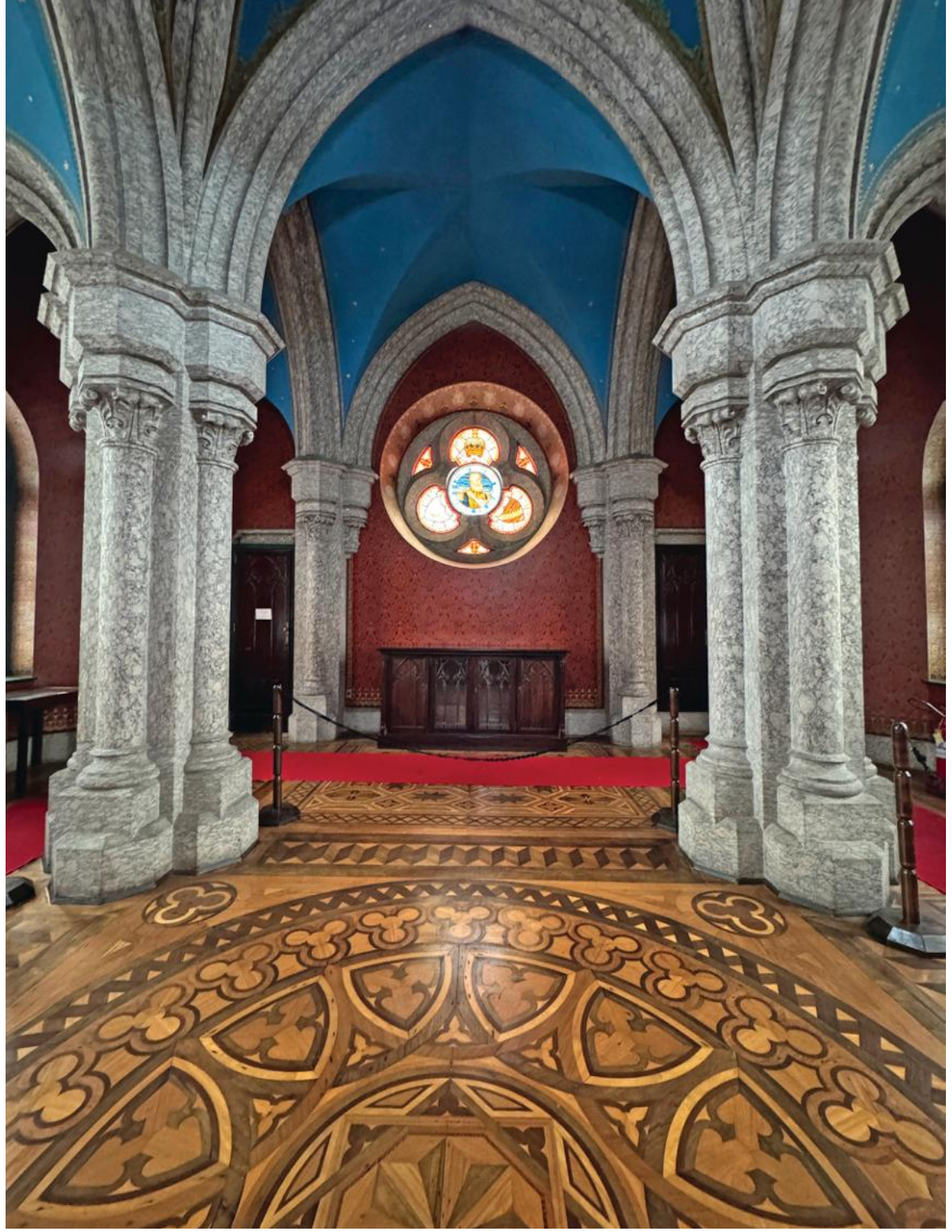
No início da década de 1930, a construção de um molhe de pe-

dra estabeleceu a ligação entre a Ilha Fiscal e a Ilha das Cobras, integrando fisicamente os dois territórios. O reconhecimento de seu valor histórico e cultural ganhou novo capítulo em 1990, quando o conjunto foi tombado pelo Instituto Estadual do Patrimônio Cultural.

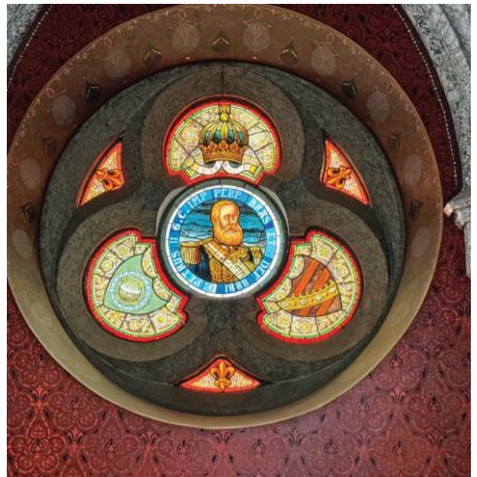
O TORREÃO, A GALEOTA REAL E OUTROS TESOUROS

Um dos pontos mais admirados do palacete é o torreão, localizado na parte superior da construção, concebido como ponto de observação do posto alfandegário da baía. No espaço, estão os vitrais de Dom Pedro II e de sua filha, a Princesa Isabel, confeccionados com cristal inglês.

Atualmente, a Ilha Fiscal integra o Complexo Cultural da Diretoria do Patrimônio Histórico e Documentação da Marinha. Entre as atrações, está a exposição de longa duração *Ilha Fiscal: Neogótico em Terras Tropicais*, dedicada à arquitetura e à trajetória do monumento. Outro destaque é a galeota real de Dom João VI, embarcação histórica utilizada no transporte da família real, que amplia o olhar sobre a tradição marítima e os costumes da monarquia portuguesa no Brasil.







Acima, o centro do torreão com o piso em forma de mandala, feito com 14 tipos de madeira e os pilares de granito. Ao lado, os detalhes dos vitrais da Princesa Isabel, e de seu pai, Dom Pedro II



Foto: Renan Olaz/ CMRJ

À direita, a galeota D. João VI, peça original em exposição. Na foto de época, a mesma embarcação imperial no momento de desembarque do rei Alberto I, da Bélgica. Abaixo, um registro da decolagem de um avião rente ao palacete pela proximidade do aeroporto, e o relógio utilizado pelos navegantes para acertar a hora



Foto: Oberdan Magalhães

> **“Um delicado estojo digno de uma brilhante joia.”**
>
> Foram as palavras de **D. Pedro II** para se referir à Ilha Fiscal



A programação turística pode incluir visitas encenadas e roteiros guiados por historiadores, aproximando o público dos personagens e acontecimentos da época. Também são realizadas festas, recepções de casamento e eventos corporativos no local. Conhecer a Ilha Fiscal é percorrer diferentes capítulos da história brasileira em um cenário em que arquitetura, patrimônio e paisagem se encontram. A silhueta do castelinho refletida nas águas da Guanabara lembra que o patrimônio histórico é parte da identidade do Rio de Janeiro e um legado a ser preservado pelas próximas gerações.

Mariana Leão é jornalista, apresentadora, repórter e editora, com passagem pelas emissoras Globo, Record, Rede TV e Band

COMO VISITAR

A compra de ingressos on-line para conhecer a Ilha Fiscal pode ser feita no site Ingresso com Desconto ou por meio do aplicativo MB. O local de validação do ingresso e embarque é no Espaço Cultural da Marinha (ECM), localizado no Boulevard Olímpico, Praça XV, Rio de Janeiro.

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Assessoria
de Negócios | SEBRAE



Que tal ter a assessoria de alguém que entende a realidade do seu negócio?

Receber uma visita do Sebrae é uma ótima oportunidade. Você não paga nada e tem soluções sob medida para a gestão da sua empresa. Agende uma visita com um dos nossos assessores de negócio e aproveite!

Assessoria de Negócios Sebrae.
Mais perto de você para
sua empresa ir mais longe.

/sebraerj (21) 96576-7825 0800 570 0800



ESPORTE

Walter Troncoso

@wtroncosojr

É MUITO MAIS DO QUE QUE ALONGAMENTO: FORTALECE O CORPO, MELHORA A MOBILIDADE E AJUDA A PRESERVAR A AUTONOMIA EM DIFERENTES FASES DA VIDA. COM EXERCÍCIOS ADAPTADOS A CADA PESSOA, A ATIVIDADE REÚNE BENEFÍCIOS E HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO, MOSTRANDO A TRANSFORMAÇÃO QUE CHEGA PARA QUEM PRATICA COM REGULARIDADE.



Foto: João Paulo Figueredo

Walter Troncoso conversou sobre pilates com a instrutora Ana Paula de Sousa

PILATES

MOVIMENTOS PARA **VIVER MELHOR**

Nesta edição, vamos conhecer uma atividade que combina movimentos controlados, respiração e concentração. O pilates trabalha força, flexibilidade, mobilidade e consciência corporal, respeitando os limites de cada praticante. A proposta é aprender a usar melhor o corpo.

O método nasceu no início do século XX, criado pelo alemão Joseph Pilates, que o chamou de "contrologia" (a arte do controle do corpo pela mente). A ideia era justamente integrar corpo e mente por meio de movimentos precisos, coordenados com a respiração. Em Nova York, a partir de 1926, a técnica se difundiu entre bailarinos. No Brasil, um marco de sua expansão foi a abertura de um estúdio em Guarulhos (SP), em 1996, pela professora Inelia Garcia.

A prática pode ser feita no solo ou em aparelhos com molas, e a intensidade dos exercícios varia conforme cada aluno. A musculatura abdominal, das costas e da região pélvica recebe atenção especial, pois participa da estabilização do tronco. Mas o trabalho envolve todo o corpo.

A instrutora de pilates Ana Paula de Sousa, do Espaço Essencial, acompanha de perto os resultados. Com 12 anos de experiência, ela conta que começou a formação imaginando que trabalharia principalmente com idosos. Mas a realidade mostrou um público bem mais diverso. "Tenho muitos alunos adultos de 40 a 50 anos, que vêm carregando dores, principalmente nas costas e nos joelhos, e que precisam de um fortalecimento mais específico", revela. Ao contrário do que muita gente pensa, os homens também estão presentes nas aulas de pilates: segundo ela, representam cerca de 40% dos frequentadores do espaço.

Essa diversidade exige atenção individual. As aulas podem ser particulares ou reunir grupos de até quatro pessoas, permitindo adaptar os exercícios às



Foto: Magnific



“Eu tenho dores no ciático e nas juntas dos pés e das mãos. Venho para a aula e saio outra pessoa. Se não fosse o pilates, talvez eu estivesse em uma cama.”

Elenice Soares, praticante de pilates

Foto: João Paulo Figueredo



Foto: Magnific



Foto: João Paulo Figueredo

“Espero que todos os dias da minha vida, até o final dela, eu continue vindo aqui, porque o pilates me faz bem, me curou. Estou me sentindo maravilhosamente bem.”

Sidnei Antônio dos Santos, praticante de pilates

necessidades de cada um. Há quem procure condicionamento físico geral e quem tenha objetivos aparentemente simples, mas fundamentais para a autonomia. “Tem alunos que vêm só realmente fazer um exercício global, mas tem outros que querem coisas pontuais, como sentar no chão e brincar com o neto, sentar e levantar de uma cadeira ou tomar banho sozinho”, conta Ana Paula. São conquistas que fazem enorme diferença na vida cotidiana. E ela faz uma reflexão: “São coisas que os jovens não sentem, mas se eles se mantiverem ativos até o final da vida, talvez nem venham a sentir”.

UMA HISTÓRIA DE SUPERAÇÃO

Entre os casos acompanhados por Ana Paula, está o de Sidnei Antônio dos Santos, marido de uma aluna. Há dois anos, ele chegou ao espaço após sofrer quatro fraturas nas vértebras lombares em decorrência da osteoporose. Nenhuma atingiu a medula, mas o quadro exigia cuidados. Sidnei, antes muito ativo, havia passado cerca de um ano debilitado, na cama, com receio de novos episódios.

O trabalho começou com dois meses de aulas individuais, com movimentos cuidadosamente direcionados. Aos poucos, Sidnei recuperou a capacidade de realizar atividades e passou a participar das aulas coletivas. Hoje, continua frequentando o espaço diariamente, pratica também treinamento de força, anda de bicicleta, caminha e viaja. O próprio aluno conta o que essa mudança representou: “A minha mulher já fazia parte dessa família e sempre me chamou para ir com ela. Até que um dia eu fui e espero que todos os dias da minha vida, até o final dela, eu continue vindo aqui, porque o pilates me faz bem, me curou. Estou me sentindo maravilhosamente bem”.



Foto: Magnific

ESTUDOS RECONHECEM OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA

Apesar dessa história de sucesso, é importante que o pilates seja visto como parte de uma rotina de cuidados, e não como solução milagrosa. Há evidências de que o método pode ajudar a reduzir a dor lombar e melhorar a capacidade funcional, embora pesquisas não demonstrem que seja superior a todas as outras formas de exercício. Seus ganhos possíveis incluem equilíbrio, mobilidade e fortalecimento muscular, aspectos relevantes para quem deseja manter a independência com o passar dos anos.

Outra aluna, Elenice Soares, associa a prática ao alívio dos desconfortos que sente. Seu relato é direto: “Eu tenho dores no ciático e nas juntas dos pés e das mãos. Melhoro bem quando faço pilates. Se eu estiver com uma dorzinha, venho para a aula e saio outra pessoa. Se não fosse o pilates, talvez eu estivesse em uma cama”. É por isso que, com acompanhamento adequado e regularidade, o pilates pode ser um aliado nessa conquista e em várias outras para o bem-estar. ✱

Walter Troncoso
é profissional de educação física e empresário

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

A gente vive de futuro porque o futuro vive de quem move a indústria.

A Firjan SESI conecta os trabalhadores da indústria e suas famílias a um futuro de novas possibilidades. Por meio da educação básica, soluções de saúde e ações voltadas à cultura, a gente promove bem-estar e produtividade, contribuindo para um amanhã transformador no estado do Rio.

A gente vive de futuro porque o futuro vive da gente.



200 ANOS DE FUTURO NA INDÚSTRIA

Firjan SESI

firjan.com.br/sesi

Dra. Ana Cristina Barreira
@dranacristinabarreira





Dr. João Branco
@drjoaobrancooficial



Foto: Arquivo Manchete

SAÚDE HACKEADA

TECNOLOGIA DE **OLHO NOS SINAIS** DO NOSSO CORPO

COM O BIOHACKING, É POSSÍVEL ACOMPANHAR PARÂMETROS DO ORGANISMO, IDENTIFICAR POSSÍVEIS ALTERAÇÕES E AGIR PREVENTIVAMENTE. SAIBA COMO PULSEIRAS, ANÉIS E RELÓGIOS PODEM CONTRIBUIR PARA UMA VIDA MAIS LONGA E COM QUALIDADE.

BATIMENTOS CARDÍACOS
Monitora a frequência cardíaca em tempo real

PRESSÃO ARTERIAL
Acompanha os níveis de pressão arterial

CALORIAS
Calcula o gasto calórico diário

SONO
Analisa a qualidade do sono e do descanso

Você já ouviu falar em biohacking? É uma maneira de acompanhar o funcionamento do nosso organismo com o auxílio da tecnologia, identificando sinais que podem nos ajudar a cuidar melhor da saúde. Hoje, anéis, pulseiras e relógios inteligentes conseguem monitorar uma série de parâmetros do nosso organismo, trazendo informações que antes não tínhamos tão facilmente à disposição. A proposta é justamente esta: "hackear" o próprio corpo para perceber o que pode estar em desacordo e buscar melhorar a qualidade de vida.



Foto: Eduarda Teixeira

Ana Cristina e João gravam sua coluna no estúdio da Revista Manchete



Foto: Magnific

Atualmente, alguns dispositivos são capazes de registrar eletrocardiogramas

Esses dispositivos acompanham, por exemplo, frequência cardíaca e respiratória, temperatura da pele, qualidade do sono e recuperação após atividades físicas. Alguns utilizam inteligência artificial para interpretar os dados e mostrar tendências individuais. Uma mudança de temperatura pode chamar a atenção para uma possível infecção. Já alterações após um treino intenso podem indicar a necessidade de observar melhor a recuperação. Mas é preciso entender o significado desses números: tecnologia sem informação não traz todo o benefício que poderia oferecer.

Na medicina esportiva, esse acompanhamento é especialmente útil. Podemos observar a intensidade do exercício, a resposta da frequência cardíaca e os períodos de descanso. Se uma pessoa percebe que vem dormindo mal e não consegue se recuperar dos treinos, por exemplo, esses registros podem ajudá-la a rever hábitos e procurar orientação. O sono tem papel fundamental na recuperação do organismo, e não devemos ignorar seus sinais.

MAS PODEMOS CONFIAR NOS NÚMEROS?

Para acompanhar tendências de frequência cardíaca, respiração e temperatura, esses aparelhos podem ser bons auxiliares. Já a identificação precisa das fases do sono, por exemplo, tem limitações. Nenhum deles substitui uma po-

Alguns dispositivos registram eletrocardiogramas e emitem alertas de ritmo irregular, mas não fazem uma avaliação cardíaca completa, nem permitem prever um infarto.



Foto: Arquivo Manchete

ATIVIDADE FÍSICA
Registra passos e eficiência do treino

HIDRATAÇÃO
Lembra de beber água durante o dia

OXIGENAÇÃO DO SANGUE
Mede o nível de oxigênio do sangue

ESTRESSE
Monitora os níveis de estresse e ajuda a relaxar

lissonografia quando precisamos investigar um distúrbio, como a apneia. O mesmo vale para o coração: alguns dispositivos registram eletrocardiogramas e emitem alertas de ritmo irregular, mas não fazem uma avaliação cardíaca completa, nem permitem prever um infarto.

Se o relógio indicar uma alteração, isso deve funcionar como um sinal de alerta para procurar o médico, e não como um diagnóstico. E, se a pessoa estiver sentindo aperto no peito, dor irradiada para





EXEMPLOS DE BIOHACKING

CONHEÇA QUATRO DISPOSITIVOS QUE MONITORAM INDICADORES DA SAÚDE E AUXILIAM OS CUIDADOS COM O BEM-ESTAR.

OURA RING
Em formato de anel inteligente, monitora indicadores como frequência cardíaca, temperatura da pele, oxigenação do sangue durante o sono e qualidade do descanso. Também acompanha atividades físicas e estima os níveis de estresse e recuperação do organismo. É indicado principalmente para quem deseja melhorar o sono e equilibrar esforço e descanso.

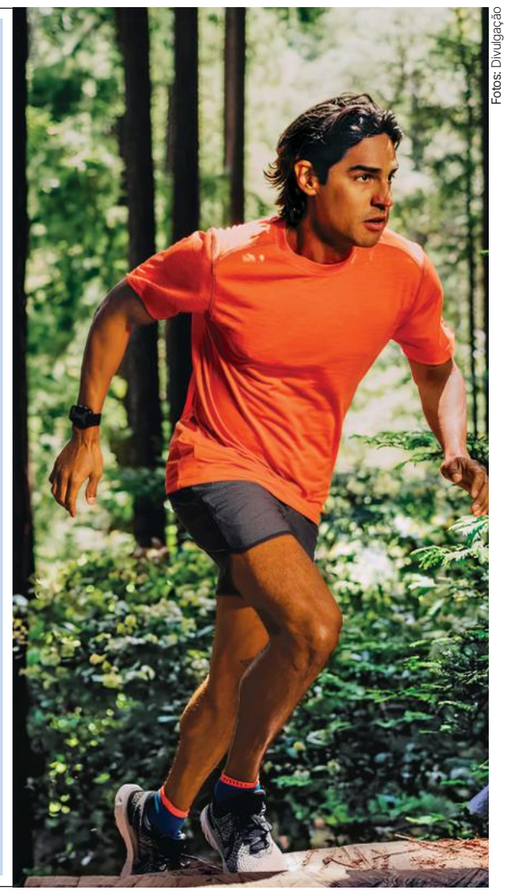


WHOOP
Pulseira inteligente sem tela, voltada especialmente para quem pratica atividades físicas. Monitora continuamente a frequência cardíaca, acompanha o sono e analisa a intensidade dos exercícios e a recuperação do organismo. Seus indicadores ajudam o usuário a ajustar a rotina de treinos, evitando excessos e respeitando os períodos de descanso.

APPLE WATCH
Relógio inteligente que reúne recursos de saúde, atividade física e comunicação. Monitora frequência cardíaca, sono, exercícios e outros indicadores, podendo oferecer eletrocardiograma, alertas de ritmo cardíaco irregular e detecção de quedas, de acordo com o modelo. Também permite receber chamadas e mensagens, integrando cuidados com a saúde e funcionalidades do dia a dia.

APOLLO NEURO
Diferentemente dos demais, não tem como principal função monitorar indicadores do organismo. Utiliza vibrações suaves, aplicadas por meio de um dispositivo usado no pulso, tornozelo ou preso à roupa, com a proposta de favorecer o relaxamento, melhorar o foco, auxiliar o sono e ajudar no gerenciamento do estresse.





Fotos: Divulgação

Temos hoje aparelhos que facilitam o acompanhamento cotidiano, mas nada dispensa os exames clínicos e o médico avaliando o paciente de forma global.

o braço ou mal-estar, não importa que o aplicativo diga que ela está recuperada e apta a treinar: é preciso buscar atendimento. Não podemos colocar a leitura de um aparelho acima dos sinais do nosso próprio corpo.

É justamente aí que está o papel do biohacking: ser um coadjuvante da saúde. Temos hoje aparelhos que facilitam o acompanhamento cotidiano, mas nada dispensa os exames clínicos e o médico avaliando o paciente de forma global, com uma atitude preventiva. Os dados podem contribuir para essa avaliação, nunca substituí-la.

A medicina conseguiu aumentar muito a expectativa de vida. Agora, nosso desafio é ampliar também os anos vividos com saúde, autonomia e disposição, sem passar tanto tempo convivendo com doenças e limitações. Com acompanhamento médico e atenção aos sinais do organismo, a tecnologia pode nos ajudar nessa busca. Afinal, não queremos apenas viver mais: queremos chegar aos 60, 70 ou 80 anos vivendo bem.*

Dra. Ana Cristina Barreira é médica endocrinologista, cardiologista, geriatra, especialista em medicina ortomolecular, diretora científica da Associação Brasileira de Ozonioterapia, professora e palestrante em congressos nacionais e internacionais. Diretora do Espaço Ana Cristina Barreira Medicina Integrativa Clínica

Dr. João Branco é médico endocrinologista, pós-graduado em medicina desportiva e ortomolecular e perito legista. Membro do corpo clínico da clínica HE Performance. Médico responsável pelo tratamento de emagrecimento da artista Jojo Todynho

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Uma experiência que nunca sai de moda.

O Rio de Janeiro tem muita história para contar e, há mais de um século, o Parque Bondinho Pão de Açúcar® faz parte dela.

Cartão-postal da cidade e um ícone que faz parte da memória de muitos brasileiros e turistas de todo o mundo, o Parque Bondinho reúne natureza, cultura e experiências que representam o Rio com o que há de mais original.

Entre paisagens de tirar o fôlego, encontros e histórias que ganham mais capítulos, o parque segue criando novas formas de viver essa cidade tão especial.

Chega mais. Aqui é o lugar.





Parque Bondinho Pão de Açúcar®.
Original do Rio.

PARQUE
BONDINHO
PÃO DE AÇÚCAR®



VILAREJO FAZENDA RESORT

NATUREZA COM REQUINTE

DE UMA PEQUENA POUSADA NASCIDA DE UM SONHO A UM RESORT COM UM MILHÃO DE METROS QUADRADOS. ESTE RECANTO EM CONSERVATÓRIA REÚNE BELEZAS NATURAIS, DIVERSÃO, GASTRONOMIA E ACOLHIMENTO PARA PROPORCIONAR EXPERIÊNCIAS INESQUECÍVEIS A TODA A FAMÍLIA. Fotos: DIVULGAÇÃO

Tudo começou com seis baias para criar porcos. Há 44 anos, um casal que havia perdido a sua madeireira na Bahia voltou à terra natal, em Conservatória, no interior fluminense, disposto a recomeçar. Durante a construção das baias, João Mello teve uma ideia improvável: transformá-las em quartos. Sua esposa, Lili, achou uma loucura. Mas daquela ousadia nasceu uma pousada de 28 apartamentos e seis funcionários, embrião do atual Vilarejo Fazenda Resort, que hoje ocupa um milhão de metros quadrados no Vale do Café – o equivalente a cerca de cem campos de futebol. Quem conta essa história é o neto do fundador, também chamado João Mello, hoje CEO dos hotéis Vilarejo. Para ele, o segredo do crescimento não está apenas nas atrações. "Naquela pequena pousada, eles decidiram que iam vender sorrisos todos os dias", relembra. A missão era acolher com afeto. E o resort cresceu sem abandonar esse espírito.

Em Conservatória, conhecida pelas serestas, a natureza é parte da experiência. O Vilarejo reúne lagos, áreas verdes, trilhas ecológicas, pescaria e passeios a cavalo. A fazendinha aproxima as crianças da vida rural: há horta, galinhas, coelhos, porquinhos-da-índia, lhamas, cavalos e uma vaca cuja ordenha encanta os pequenos. Há ainda os três porquinhos e suas casas de palha, madeira e tijolos.



"Estamos fechando 2026 com uma ocupação média de 92%. É um número fantástico."
João Mello, CEO dos hotéis Vilarejo



Foto: Vinicius Iannuzzi









A proposta, porém, vai além do turismo rural. No Aqua Vila, complexo aquático coberto de aproximadamente mil metros quadrados, as piscinas climatizadas caem bem em qualquer estação do ano. Há toboáguas, brinquedão infantil, ofurôs e uma atração que João destaca: "O ponto alto para mim no Aqua Vila é a piscina de borda infinita, que tem vista para o nosso lago principal".

> **"Tudo aqui é muito bom, te traz uma tranquilidade muito grande. É muito família."**
>
> **Paulo César Cortez**, hóspede

Entre as atrações, o hotel conta ainda com uma loja da Fini, que acrescenta um toque lúdico. "Nós temos essa franquia aqui dentro. É uma parceria internacional com uma marca que trabalha a alegria, assim como acontece em um resort. Tem tudo a ver com aquilo que nós buscamos para os nossos hóspedes", reforça o CEO.

DIVERSÃO PARA CADA IDADE

As crianças têm ainda dois universos próprios. A Vila Dino, com dinossauros gigantes e atividades educativas, atende aos pequenos de até 12 anos. Já a Vila Encantada foi concebida para a brincadeira livre de crianças de até 3 anos. No Vilarejo Radical, arvorismo e escalada desafiam jovens e adultos, com supervisão de profissionais. Há também sete bares espalhados pela estrutura. "O nosso objetivo é traçar uma jornada em que as pessoas encontrem atividades em todas as fases", resume João.

O cuidado com diferentes perfis de visitantes aparece no Espaço Multissensorial, preparado para acolher crianças neurodivergentes. Com piscina de bolinhas, balanço tipo casulo e ambientes de refúgio ou estimulação controlada, a área oferece conforto às famílias. Segundo o resort, mais de 500 crianças desse público visitam o empreendimento por ano.

E há uma atração que não depende de programação, nem de ingresso. No ecoparque, um berçário abriga mais de 200 garças, que levantam voo pela manhã e ao entardecer. João descreve a cena com entusiasmo: "É um balé de garças enormes no pôr do sol. Um espetáculo!".

Na hora de descansar, a estrutura da hospedagem de Conservatória soma 242 apartamentos, distribuídos entre os setores Hotel e Fazenda. Além das categorias standard, superior e deluxe, a área Fazenda dispõe de family rooms e chalés – estes últimos, românticos, atraem os casais. O público predominante, no entanto, é formado por famílias com crianças. A média de permanência é de três a quatro noites, com pacotes de duas a sete. Quanto à procura pelo Vilarejo Fazenda Resort, João não tem do que reclamar: "Estamos fechando 2026 com uma ocupação média de 92%. É um número fantástico".

No sistema all inclusive, o Vilarejo oferece gastronomia variada, que é outro ponto de atração para os hóspedes. Já a garotada tem espaços exclusivos para elas, como este ambiente de cozinha e o Aqua Vila. No lago, toda a família aproveita o passeio





Foto: Vinicius Iannuzzi



Foto: Vinicius Iannuzzi

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA





A piscina com borda infinita e água climatizada, do Aqua Vila, tem vista para o lago. E cada espaço verde é aproveitado para a diversão, como este grande jogo de damas. Já os corajosos se aventuram na tirolesa

SABORES E ACOLHIMENTO

O sistema all inclusive é outro convite para aproveitar a viagem sem pressa. A gastronomia valoriza os sabores do Vale do Café, com churrasco de chão, queijos, doces caseiros, compotas e cachaças artesanais. O fundador, apreciador da bebida, criou as marcas Mukirana e Meu Garoto, e há ainda a Cachaça Vilarejo, vendida no local. As festas temáticas acontecem às quartas-feiras e aos sábados, com comida, música e bebidas.

"Eu brinco com o pessoal que aqui a comida é de verdade", afirma Fátima Rodrigues, diretora de operações. E completa: "O pessoal curte, porque é boa comida, boa música e boa bebida". O hóspede Paulo César Cortez confirma: "Tudo aqui é muito bom, te traz uma calma, uma tranquilidade muito grande. Eu já fui em outros hotéis, e, por incrível que pareça, isso aqui é muito família", conta. Sobre as refeições, ele brinca: "Cada lugar que você vai tem algo para comer".



Foto: Vinicius Iannuzzi

A hospitalidade também se traduz em iniciativas fora dos quartos. O Vilarejo apoia a Orquestra Harmônicos de Conservatória, escola de música que atende a 200 crianças em situação de vulnerabilidade, com aulas, reforço e bolsas. Outro projeto, A Gente Acredita, A Gente Reforma, contempla funcionários com maior tempo de casa, e que tenham renda mínima comprovada, com melhorias completas em suas moradias. Até agora, 28 casas foram reformadas. "Isso realmente é o que eu tenho mais orgulho, porque foram 28 famílias transformadas nesse processo", destaca João.

> **"Eu brinco que aqui a comida é de verdade. O pessoal curte, porque é boa comida, boa música e boa bebida."**
>
> **Fátima Rodrigues**, diretora de operações



A preocupação com o futuro inclui estações de recarga para veículos elétricos, instaladas já há cinco anos, e a busca constante por novas experiências. Mas talvez o gesto mais singelo seja o cartão-postal entregue aos hóspedes para que enviem notícias a quem ficou em casa. Um convite a desacelerar até na comunicação. Entre a fazenda, os lagos e a mesa farta, o Vilarejo mostra que férias em família podem significar algo precioso: tempo para estar junto e criar lembranças que atravessam gerações.*

Luiz Strauss é presidente do Visit Rio

Agende sua inspeção e mantenha sua instalação segura

Atenção! A Inspeção Periódica de Gás (IPG) é uma exigência da Lei Estadual e deve ser realizada a cada cinco anos.

A IPG garante que sua instalação está de acordo com as normas de segurança e deve ser realizada por uma empresa credenciada pelo Inmetro.

O prazo final para realização da inspeção está próximo. Caso ainda não tenha feito, regularize sua instalação o quanto antes.

Saiba mais em
naturgy.com.br.

Naturgy

Agenersa ouvidoria@agenersa.rj.gov.br | ouvidoria.agenersa@gmail.com | 0800 024 9040 | (21) 2332-6457



GASTRONOMIA

Frédéric Monnier @fredericmonnier

Maître de Cuisinier de France

FRALDINHA COM ÉCHALOTES

UM CLÁSSICO DE **BISTRÔ**

NESTA EDIÇÃO, COMPARTILHO UMA RECEITA QUE ME LEVA À COZINHA DA MINHA AVÓ, NA FRANÇA. UM PRATO QUE REÚNE O SABOR DO MOLHO AO VINHO TINTO, A TEXTURA DA BATATA E AS LEMBRANÇAS QUE CONTINUAM PRESENTES NA MINHA MANEIRA DE COZINHAR. Fotos: MARCELLO DIAS



ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Eu tinha por volta de 9 ou 10 anos quando acompanhava minha avó na cozinha de seu bistrô, na França. O fogão ficava ao lado do salão, e eu observava o preparo dos pratos que seriam servidos aos clientes. Entre essas lembranças, está a carne com échalotes, uma combinação que até hoje me faz pensar nela.

Foi por isso que escolhi preparar, desta vez, uma fraldinha com molho de échalotes e mousseline de batata. É uma comida de bistrô, generosa, com um molho que dá vontade de aproveitar até a última colher. Ao fazê-la, reencontro sabores que conheci ainda menino e que continuam fazendo parte da minha cozinha.



Durante muito tempo, tive dificuldade para encontrar échalotes no Brasil. Quando voltei a ter acesso ao ingrediente por aqui, veio também a vontade de preparar essa receita com mais frequência. As échalotes, também conhecidas como chalotas, têm um papel importante neste prato. Cortadas finamente e refogadas na manteiga, ficam macias e se incorporam ao molho feito na mesma frigideira da carne. O vinagre traz acidez, enquanto o vinho tinto e o fundo de vitela dão concentração ao preparo. Quem não encontrar chalotas pode experimentar com cebola roxa, sabendo que o sabor será diferente.

O cheiro das chalotas na frigideira é um dos momentos de que mais gosto. O aroma de uma comida pode despertar o apetite antes mesmo de o prato chegar à mesa. Para quem está cozinhando, pode trazer também uma lembrança. Nesse caso, volto à cozinha da minha avó.

Para acompanhar, escolhi uma mousseline de batata bem lisa, preparada com manteiga e leite. Ela recebe o molho e completa a fraldinha, que gosto de servir mal passada, fatiada contra as fibras. São preparações que pedem atenção à temperatura, à textura e ao tempo de descanso da carne.

RECEITA DO CHEF FRÉDÉRIC MONNIER

FRALDINHA COM ÉCHALOTES E MOUSSELINE DE BATATA

Rendimento: *4 porções*

Ingredientes

Fraldinha e molho de échalotes

- *1 kg de fraldinha em peça inteira, com aproximadamente 800 g após a limpeza*
- *300 g de chalotas*
- *90 g de manteiga sem sal, divididos em três partes de 30 g*
- *30 ml de óleo neutro, como o de girassol*
- *30 ml de vinagre de vinho tinto*
- *150 ml de vinho tinto seco*
- *200 ml de fundo de vitela (demi-glace/caldo de carne)*
- *2 dentes de alho com casca*
- *2 ramos de tomilho fresco*
- *1 folha de louro*
- *10 g de salsa lisa picada*
- *Sal fino, flor de sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto*

Mousseline de batata

- *800 g de batata Asterix*
- *160 g de manteiga sem sal gelada, em cubos*
- *150 ml de leite integral*
- *Sal grosso para a água do cozimento, na proporção de 10 g por litro*
- *Sal fino e noz-moscada ralada na hora a gosto*

Modo de Preparo

Mousseline de batata

1. Coloque as batatas inteiras e com casca em uma panela com água fria e sal grosso. Leve ao fogo e cozinhe por aproximadamente 25 a 30 minutos, até que uma faca entre sem resistência.

2. Escorra, descasque ainda quentes e passe pelo espremedor e, em seguida, por uma peneira fina. Não use processador ou mixer, porque pode deixar a batata elástica.

3. Leve à panela, em fogo baixo, e mexa com uma espátula por dois a três minutos para retirar o excesso de umidade.

4. Incorpore a manteiga gelada aos poucos, mexendo vigorosamente. Acrescente o leite fervente em fio, ajustando a quantidade até obter uma textura lisa e leve.



O CHEIRO DAS ÉCHALOTES NA FRIGIDEIRA É UM DOS MOMENTOS DE QUE MAIS GOSTO. O AROMA DE UMA COMIDA PODE DESPERTAR O APETITE ANTES MESMO DE O PRATO CHEGAR À MESA.

5. Acerte o sal e a noz-moscada. Mantenha aquecida em banho-maria, coberta com plástico filme, em contato com a superfície.

Fraldinha e molho de échalotes

1. Retire a carne da geladeira de 30 a 50 minutos antes do preparo. Limpe a peça, seque bem com papel-toalha e tempere com sal. Descasque e fatie as chalotas em lâminas de aproximadamente 3 mm.

2. Aqueça bem uma frigideira com o óleo e sele a fraldinha por dois a três minutos de cada lado, ajustando o tempo à espessura da peça.

3. Acrescente 30 g de manteiga, os dentes de alho levemente amassados e o tomilho. Regue a carne com a manteiga por cerca de um minuto. Para o ponto malpassado indicado pelo chef, retire quando o centro atingir de 52°C a 54°C.

4. Transfira para uma grade, cubra frouxamente com papel-alumínio e deixe descansar por oito a dez minutos. Reserve os sucos liberados e só fatie depois de respeitar esse tempo de descanso.

5. Retire o excesso de gordura da frigideira. Acrescente mais 30 g de manteiga, as chalotas e o louro. Refogue em fogo baixo por cinco a seis minutos, até ficarem macias, sem dourar demais.

6. Junte o vinagre e raspe o fundo da frigideira para incorporar os sabores da carne. Deixe reduzir até secar. Acrescente o vinho tinto e reduza a cerca de um terço do volume.

7. Adicione o fundo de vitela e cozinhe por mais quatro a cinco minutos, ou até o molho engrossar o suficiente para cobrir as costas de uma colher.

8. Fora do fogo, incorpore os últimos 30 g de manteiga gelada, mexendo até o molho ficar uniforme. Junte os sucos do descanso da carne e acerte o tempero.







9. Fatie a fraldinha contra as fibras. Como o sentido das fibras pode mudar ao longo da peça, divida-a antes de fatiar, se necessário.

10. Distribua a mousseline nos pratos, acomode a carne e cubra com o molho e as chalotas. Finalize com salsa, flor de sal e pimenta-do-reino. Sirva imediatamente.

Nos vemos na próxima coluna.
À bientôt! ✱

Frédéric Monnier é presidente e fundador da Associação de Chefs França-Brasil, Embaixador do Polo Gastronômico da Zona Sul, professor do Senac e proprietário da Monnier Gastronomia. Sua formação na França: restaurantes estrelados, como Au Comte de Gascogne, L'Agath, Lasserre e L'Amphyclès, chef do Bistrot Maison – Consulado da França na Av. Presidente Antônio Carlos, 58, 11º andar, Centro – Rio de Janeiro

uma história que começa aqui e continua na sua **casa**

CHINEZINHO

- Seleção cuidadosa dos grãos
- Processo com tecnologia e controle
- Qualidade em cada etapa

tradição e qualidade em cada grão

Cada grão, cada ingrediente e cada etapa da produção representam o nosso compromisso de oferecer produtos que fazem parte da sua rotina.



TODA CASA TEM!

www.chinezinho.com.br



IMAGINE CAMINHAR ENTRE ANIMAIS GIGANTES DO PASSADO, EXPLORAR CAVERNAS E DESVENDAR OS MISTÉRIOS DE UM TESOURO PIRATA. ESSA AVENTURA ESTÁ PRESTES A SE TORNAR REALIDADE NA REGIÃO DOS LAGOS, ONDE UM PARQUE TEMÁTICO PROMETE TRANSPORTAR OS VISITANTES A MILHÕES DE ANOS NO TEMPO. Fotos: MAGNIFIC E DIVULGAÇÃO

IGUABA GRANDE DE VOLTA À PRÉ-HISTÓRIA

Conta a lenda que, na lagoa que banha Iguaba Grande, chegou um barco pirata em busca de um tesouro escondido naquela pequena cidade. Mas, quando estava quase atracando, um grande megalodonte – espécie de tubarão que viveu há 23 milhões de anos – atacou a embarcação, que acabou encalhando na praia. Os piratas, sem saída, tiveram que passar a noite por lá. De repente, começaram a ouvir diversos barulhos, e foi então que descobriram que estavam numa ilha repleta de seres que, teoricamente, já estariam extintos há milênios. E onde está o tesouro afinal? Em algum lugar da Ilha dos Dinossauros, o novo parque temático que será lançado até o final do ano neste município da Região dos Lagos.

Um dos sócios à frente do empreendimento é o sonhador Júlio Alves, que, em 2024, procurou o então prefeito Vantoil Martins para apresentar uma proposta baseada na Terra dos Dinos, que já fazia grande sucesso em Miguel Pereira, com seus cerca de 40 dinossauros. Só que, no projeto de Júlio, a ideia era ter mais de 200 espécies. "Acho que eu exagerei. Mas o parque é muito grande, e acho que ficou legal. Deu tudo certo", confia o empresário, que coordena de perto a fase final das obras.

> **"São mais de 200 réplicas de dinossauros. Acho que eu exagerei. Mas o parque é muito grande, e acho que ficou legal."**
>
> **Júlio Alves**, empresário e idealizador do parque temático



Foto: Eduarda Teixeira

Sávio Neves com Júlio Alves, idealizador do parque













A Ilha dos Dinossauros conta com mais de 200 réplicas de animas pré-históricos, com tamanho real, movimentos e sons. O parque também abriga um navio pirata e fósseis

E espaço realmente não falta: em uma área de aproximadamente 220 mil metros quadrados, poderão circular até 3 mil pessoas confortavelmente. "Estamos preparando um dos maiores parques da América Latina, para dar atenção a um público a nível AA. Eu me preocupei em ter um estacionamento muito grande, com carrinho para cadeirantes, com um departamento médico legal e com todos os detalhes para nos prevenir de tudo", assegura Júlio.

A aventura começa nas trilhas que conduzem os visitantes por cenários inspirados nos períodos Triássico, Jurássico e Cretáceo. As réplicas em tamanho real terão movimentos e sons. Entre as espécies representadas, estão o Tiranossauro rex, o Triceratops e o Amargasaurus. O projeto prevê ainda dinossauros com recursos de inteligência artificial, árvores cenográficas que se movimentam e pterodátilos voando.

DE BIKE NA TIROLESA

O complexo terá atrações de aventura, como tirolesa, circuito de arvorismo, parede de escalada e kart-sauro.

"Trouxemos o maior ovo de dinossauro do mundo. As crianças vão assinar nele, que vai ficar guardado em um museu dentro do parque."

Júlio Alves, empresário

Entre os equipamentos anunciados, estão também uma tirolesa de bicicleta (única no estado do Rio) e um teleférico inclusivo. A proposta é oferecer opções para diferentes idades, combinando a curiosidade pela pré-história com atividades ao ar livre. Cavernas, túnel de fósseis e o tanque temático do megalodonte completam a viagem, enquanto a Caravela do Pirata ajuda a dar vida à história do tesouro perdido.

Até a mudança de cenário foi incorporada à narrativa. "Criamos um parque diferenciado. Quando você volta para 69 milhões de anos atrás, anda no chão de terra. Quando passa para a calçada, onde fica a Praça de Alimentação, é sinal de que retornou para 2026", explica Júlio. É nessa transição entre passado e presente que entram os espaços de convivência, restaurantes e lojas de lembranças.

Uma das novidades foi idealizada para transformar os pequenos visitantes em personagens da história do parque. "Trouxemos o maior ovo de dinossauro do mundo. As crianças vão assinar nele, que vai ficar guardado em um museu dentro do parque. Quando elas voltarem lá, vão ver a sua assinatura guardada", anuncia Júlio

A inclusão também ganhou espaço no planejamento. Além de estruturas de acesso para pessoas com mobilidade reduzida, o projeto contempla uma sala de descompressão para crianças autistas e experiências sensoriais para visitantes com deficiência visual. "Criamos um parque bem legal, interativo e com uma área de sensibilidade para quem não enxerga poder tocar no dinossauro", conta o empresário. Assim, a descoberta das criaturas pré-históricas não dependerá apenas da visão: o tato também fará parte do passeio.

TURISMO O ANO INTEIRO

A grandiosidade da Ilha dos Dinossauros deve ultrapassar os limites de seus portões. Às margens da Lagoa de Araruama, na movimentada Rodovia Amaral Peixoto, o empreendimento aposta em um tipo de lazer que pode atrair visitantes mesmo fora da alta temporada, quando as praias costumam concentrar o movimento turístico da Região dos Lagos. A expectativa é estimular viagens em família, prolongar a permanência dos turistas e movimentar pousadas, hotéis, restaurantes, lojas e outros serviços de Iguaba Grande e municípios vizinhos.

O reflexo no mercado de trabalho também é aguardado. Na apresentação do projeto, foi anunciada a estimativa de cerca de 200 empregos diretos e mais de 300 indiretos, envolvendo desde a operação e manutenção das atrações até alimentação, comércio e atendimento ao público. Outra preocupação divulgada pelos responsáveis é integrar as instalações à vegetação existente, preservando árvores nativas e valorizando o ambiente natural.

Com a conclusão das obras, Iguaba Grande espera ganhar um novo cartão-postal e ampliar seu lugar no roteiro turístico fluminense. Para as famílias, a promessa é de um dia inteiro entre descobertas, brincadeiras e aventuras. E, para quem embarcar na lenda dos piratas, ficará uma pergunta no ar: onde estará escondido o tesouro da Ilha dos Dinossauros?

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Sávio Neves é presidente do Conselho Empresarial de Turismo da Associação Comercial do Rio de Janeiro (ACRJ)

Há 10 anos aprofundando sua relação com o **mar**

Imagem gerada por IA.

Maior aquário da América Latina

Aberto todos os dias
Praça Muhammad Ali - Gamboa - Rio de Janeiro

www.aquariomarinhodorio.com.br

AquaRio 10 anos



AGRO RIO
Paulo Renato Marques
@paulorenato_marques

“Em função da forma de cultivo, só existe uma fazenda marinha como essa no Brasil. A tecnologia é nossa.”
Pedro Paulo Vieira, proprietário da Neptus

ALGAS
UMA FAZENDA **DENTRO DO MAR**

NA ILHA GRANDE, UM CULTIVO DIFERENCIADO VEM TRANSFORMANDO RECURSOS MARINHOS EM BIOESTIMULANTE PARA A AGRICULTURA, UNINDO TECNOLOGIA, SUSTENTABILIDADE E GERAÇÃO DE RENDA PARA COMUNIDADES CAIÇARAS. CONHEÇA A NOVIDADE QUE ESTÁ FAZENDO HISTÓRIA NO LITORAL FLUMINENSE.

Fotos: VINICIUS IANNUZZI

Imagine uma fazenda onde não há terra, tratores ou plantações a perder de vista. Em vez disso, o cultivo acontece dentro do mar e a colheita pode ajudar a fortalecer lavouras e jardins. Fomos conhecer essa produção na Fazenda Marinha Camiranga, nas águas da Baía da Ilha Grande, em Angra dos Reis, uma iniciativa alinhada aos princípios dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU. Ali, a alga *Kappaphycus alvarezii* abre possibilidades para o agro.

Originária do Sudeste Asiático, a alga chegou ao Brasil há cerca de 30 anos, introduzida justamente na região da Ilha Grande, uma das áreas bra-

Pedro Paulo Vieira, proprietário da Neptus, mostra um “buquê” de algas cultivadas no mar da Ilha Grande, como se vê na foto maior







sileiras com cultivo ambientalmente licenciado. Rica em macro e micronutrientes, também fornece carragena, substância utilizada pela indústria alimentícia como espessante e estabilizante, além de outros componentes em cosméticos e fármacos. Na Camiranga, porém, seu potencial para o agro é o grande destaque.

A fazenda foi idealizada por Pedro Paulo Vieira, proprietário da Neptus, empresa brasileira de biotecnologia marinha que desenvolveu um sistema próprio de produção. "Em função da forma de cultivo, só existe uma fazenda marinha como essa no Brasil. A tecnologia é nossa, foi criada pela Neptus", afirma. Trata-se da Unidade de Cultivo de Algas (UCA), estrutura que protege as mudas e facilita a produção.

O processo começa com pequenos ramos da alga presos a fios e acomodados nessas unidades, que ficam no mar. "É como se fosse uma casinha protetora para que a alga consiga se desenvolver, porque fora dessa UCA ela pode acabar se soltando e sendo comida por herbívoros", explica o maricultor encarregado Iuri Lima. A fazenda dispõe de aproximadamente 250 UCAs, que, segundo ele, rendem cerca de 12,5 toneladas a cada dois meses.

E a velocidade de crescimento surpreende: em cerca de oito semanas, cinco quilos de mudas podem se transformar em 45 a 50 quilos de algas. O cultivo aproveita nutrientes da água salgada e a luz solar. Depois da colheita, parte dos ramos dá origem a novas mudas, reiniciando o ciclo produtivo.

> **"Sou caiçara e trabalhei como pescador. O cultivo das algas é uma novidade para a gente aqui da ilha."**
>
> **Iago Nunes**, maricultor





Acima, os maricultores Iago Nunes e Iuri Lima trabalham no manejo das Unidades de Cultivo de Algas (UCAs), vistas em detalhe nas fotos ao lado. Nelas, as algas se desenvolvem de maneira controlada



DO MAR PARA A LAVOURA

Além de abastecer uma cadeia industrial, a atividade pode representar uma fonte complementar de renda para famílias que tradicionalmente vivem da pesca. O maricultor Iago Nunes, nascido na Ilha Grande, conhece bem essa mudança. "É muito bom estar perto da natureza e aprender várias coisas vendo a vida marinha. Como eu sou caiçara da Ilha Grande, também já trabalhei como pescador. E o cultivo das algas é uma novidade para a gente aqui da ilha", conta.

Para Pedro Paulo, o extenso litoral fluminense e a experiência das comunidades costeiras oferecem condições para a expansão licenciada do cultivo de K*appaphycus alvarezii* para outras regiões do Rio de Janeiro, como a Baía de Guanabara e a Região dos Lagos. "Seria uma oportunidade ambiental, econômica e social muito importante. Mas seria preciso um pouco mais de apoio dos órgãos governamentais e um incentivo para que a gente possa realmente desenvolver de forma plena e ampla o potencial desse setor no nosso estado e no nosso país", ressalta.

> **"Usando esse biofertilizante no cultivo de hortaliças, integramos o mar e a terra."**
>
> **Rafael Marques**, coordenador operacional da Brigada Mirim Ecológica da Ilha Grande

Mas como a alga se transforma em um insumo agrícola? Após a colheita, ela é lavada e triturada. A matéria-prima segue para o continente, onde é processada até dar origem a um líquido, que depois segue para o envase com o nome de Phycus Plus, bioestimulante orgânico rico em nutrientes. "Ele contém zinco e macro e micronutrientes, sendo muito interessante para ser usado na agricultura", explica Pedro Paulo. O produto pode ser aplicado tanto em grandes lavouras agrícolas quanto em pequenas hortas, vasos e jardins.

E quem já aderiu à novidade foi a Brigada Mirim Ecológica da Ilha Grande, um projeto socioambiental envolvendo a comunidade da Vila do Abraão. "Através de iniciativas sustentáveis em uma horta comunitária, integramos o mar e a terra com o produto da *Kappaphycus alvarezii*. Usando esse biofertilizante, cultivamos hortaliças e temperos. Visamos, com isso, colocar jovens dentro dessa cadeia produtiva de integrar um produto, que é fantástico, com o cultivo", afirma Rafael Marques, coordenador operacional da iniciativa. Mais um ponto para as algas da primeira fazenda marinha do estado a utilizar o sistema UCA. ✱

Paulo Renato Marques é engenheiro e cientista político com MBA em marketing pela COPPEAD





Acima, Paulo Renato com Rafael Marques, da Brigada Mirim Ecológica da Ilha Grande, e Iuri Lima, que aplica na horta comunitária o biofertilizante feito de algas

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

453 anos Niterói

PLANEJADA PARA O FUTURO

TEM CIDADE QUE ESPERA O FUTURO CHEGAR. NITERÓI ESCOLHE PLANEJÁ-LO.





NITERÓI 453 ANOS. UMA HISTÓRIA DE TRANSFORMAÇÃO.

Niterói planeja o futuro e transforma projetos em realidade. Invista nas pessoas, em tecnologia, saúde, segurança, educação e qualidade de vida.

- **1ª EM QUALIDADE DE VIDA (RJ)**
- **1ª EM GESTÃO FISCAL (BR)**
- **1ª EM SANEAMENTO BÁSICO (RJ)**
- **1ª EM SOFT POWER - FIRJAN (RJ)**
- **1ª EM LIMPEZA URBANA (RJ)**

Niterói avança para ser a melhor cidade para viver, prosperar e ser feliz.

CENTRO INTEGRADO DE SEGURANÇA PÚBLICA



Foto: Lucas Benevides

NOVA PRAÇA ARARIBOIA



Foto: Paulo Lima

SUPER CENTRO DE SAÚDE E IMAGEM



Foto: Evelen Gouvêa

ARENA NITERÓI



Foto: Paulo Lima

Prefeitura de Niterói niteroipref

PREFEITURA DE Niterói TEMPO DE AVANÇAR



EVENTOS E ENTRETENIMENTO

Pedro Guimarães

@pg_pedroguimaraes

Foto: Jabuticaba Casa Criativa

“O Rock in Rio gera R$ 3,36 bilhões em impacto econômico e 34 mil empregos por edição. A próxima terá como novidade a Rock in Run, corrida que percorrerá cartões-postais da cidade e terminará na Cidade do Rock.”

Ana Deccache, diretora de marketing do Rock in Rio

APRESENTA SUMMIT 2026

DIÁLOGOS QUE MOVEM O ENTRETENIMENTO

EM SUA TERCEIRA EDIÇÃO, O ENCONTRO REUNIU LIDERANÇAS, EMPRESÁRIOS E ESPECIALISTAS EM DIVERSOS SETORES NO FAIRMONT RIO, EM COPACABANA, PARA DISCUTIR O FUTURO DA INDÚSTRIA DE EVENTOS, TURISMO E ENTRETENIMENTO. FORAM 12 PAINÉIS, MAIS DE 60 PALESTRANTES, CONEXÕES ESTRATÉGICAS E UMA HOMENAGEM ESPECIAL A LUIZ OSCAR NIEMEYER.

O Rio de Janeiro foi palco de um grande encontro de ideias, experiências e oportunidades para o futuro do entretenimento. O Apresenta Summit 2026, que teve como tema “Diálogos que movem o entretenimento”, aconteceu no dia 29 de outubro. A Associação dos Promotores de Eventos do Setor de Entretenimento e Afins (Apresenta) transformou o espaço em um ambiente de intensa troca de conhecimento, networking e articulação empresarial.

Ao longo de 12 horas de programação, mais de 60 palestrantes participaram de 12 painéis simultâneos, distribuídos em diferentes salas temáticas. Grandes eventos, música, inteligência artificial, marcas patrocinadoras, reforma tributária, turismo e desafios do mercado estiveram entre os assuntos debatidos. Uma verdadeira imersão em um setor que, embora ainda jovem quando reconhecido como indústria no Brasil, movimenta uma extensa cadeia produtiva e tem enorme potencial de geração de negócios, empregos e desenvolvimento econômico.

É importante destacar a importância dos eventos públicos para o impulsionamento econômico e a geração de renda para a população local. O show da Shakira, por exemplo, gerou um impacto de R$ 800 milhões. Se somarmos as leis de incentivo do município e do

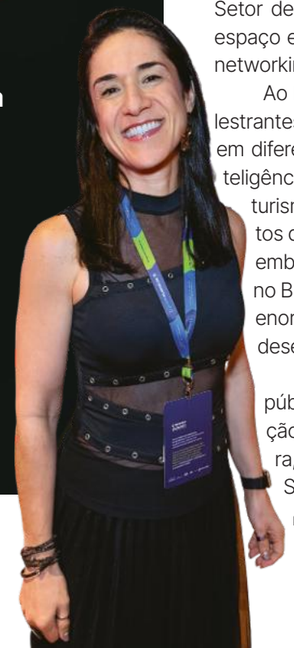


Foto: João Paulo Figueredo

APRESENTA SUMMIT 2026



Luis Justo, um dos executivos mais influentes do Brasil, durante a palestra em que contou sua experiência como CEO de marcas como Osklen, Rock World e Rock in Rio

Foto: Jabuticaba Casa Criativa

estado e tudo o que foi feito de patrocínio, não chegamos ao retorno econômico que tivemos com apenas um evento como esse. É um investimento de retorno fundamental e transformador.

Fundada em 2018, a Apresenta nasceu da iniciativa de seis empresários que acreditaram na força do associativismo para representar e fortalecer o setor. "O Summit vem para dar visibilidade à Apresenta, com a troca de informações e relacionamento. Defendemos aqui as causas do setor", ressaltou Bernardo Amaral, presidente do Conselho da entidade.

O turismo também teve lugar de relevância. O secretário de Estado de Turismo do Rio de Janeiro, Lucas Alves, destacou a retomada do Galeão e a importância da captação de eventos para a construção de um calendário diversificado. Já Bruno Reis, presidente da Embratur, reforçou o crescimento do turismo brasileiro no cenário internacional e a expectativa de alcançar novamente a marca de nove milhões de visitantes e lembrou: "O Brasil foi o quarto país que mais cresceu no mundo, segundo a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), em relação ao turismo nacional".

Entre os destaques, Ana Deccache, diretora de marketing do Rock in Rio, apresentou números que dimensionam a força dos grandes eventos. "O festival gera R$ 3,36 bilhões em impacto econômico e 34 mil empregos por edição, acumulando 300 mil postos de trabalho ao longo de mais de quatro décadas. A próxima edição, em 2028, já está confirmada e terá como novidade a Rock in Run, corrida que percorrerá cartões-postais da cidade e terminará na Cidade do Rock", anunciou Ana.

A programação também trouxe reflexões sobre experiências nos grandes jogos. A jornalista esportiva Carol Barcellos, que já cobriu a Copa do Mundo diretamente do gramado, resumiu a importância da emoção: "O que marca é o que a gente sente, não o que se fala". Já Luis Justo, best-seller em liderança, eleito um dos 500 nomes mais influentes pela Bloomberg, afirmou que ser CEO é mobilizar pessoas e desenvolver novas lideranças para garantir o crescimento dos negócios.

Um dos momentos mais especiais foi a homenagem a Luiz Oscar Niemeyer, que passou a integrar a galeria de beneméritos da Apresenta. O empresário foi reconhecido por sua contribuição à projeção internacional do Rio como destino de megashows, trazendo ao Brasil artistas como Paul McCartney, Rolling Stones e Madonna, entre tantos outros. Para Mathieu Seigle, gerente-geral do Fairmont Copacabana, sediar o encontro também representou uma oportunidade de aproximar grandes parceiros e apresentar os espaços do hotel ao mercado.



Pedro Guimarães ganha surpresa de aniversário e brinda com o filho, Luis Felipe (ao centro), e o gerente-geral do Fairmont Copacabana, Mathieu Seigle

Foto: Jabuticaba Casa Criativa

O Summit terminou em clima de celebração com um show especial. E, para a minha surpresa, a festa reservava ainda outra emoção: um bolo e um coro de "Parabéns pra você"! Sim, o evento aconteceu justamente no dia do meu aniversário. Que presente comemorar essa data cercado de amigos queridos e de pessoas que fazem a diferença no trade de eventos e turismo! Saí do encontro com a certeza de que o associativismo, a colaboração e a capacidade de inovar são fundamentais para manter acesa a vocação do Rio para os grandes acontecimentos.

Confira, pelo QR Code, alguns dos momentos marcantes dessas 12 horas de conectividade, ideias e celebração, praticamente uma rave! ✱



À direita, membros da Apresenta: Pedro Guimarães, Roberta Kelab, Marco Barizon e Bernardo Amaral, ao microfone, agradecem a presença do público. Abaixo, homenagem a Luiz Oscar Niemeyer, responsável por trazer ao Brasil megashows, como Paul McCartney, Rolling Stones e Madonna

Foto: Jabuticaba Casa Criativa

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

Pedro Guimarães é diretor-presidente da Apresenta - Associação dos Promotores de Eventos do Setor de Entretenimento e Afins. Foi secretário de Turismo da prefeitura e subsecretário de Esportes e Eventos do estado do Rio de Janeiro. Foi CEO da Marina da Glória e é empresário de diversos segmentos



Foto: Jabuticaba Casa Criativa



Foto: João Paulo Figueredo

> **"O Brasil foi o quarto país que mais cresceu no mundo, segundo a OCDE, em relação ao turismo nacional."**
>
> **Bruno Reis**, presidente da Embratur

multiplan.com.br

É shopping *e também é conexão.*

A gente sabe: quando você vê o trevo da Multiplan, pensa logo em shopping. Mas é só olhar ao redor para perceber que tem muito mais. Nossos empreendimentos valorizam as regiões onde estão. Melhoram a infraestrutura, atraem novos serviços, geram novos empregos e movimentam a economia. Somos aquele vizinho que é ótimo ter por perto. Na próxima vez que visitar um empreendimento Multiplan, observe. **Para fazer sua vida melhor, a gente faz cada dia mais.**

Multiplan *Faz sua vida melhor.*

Informações: (21) 3031-5404 e (11) 4573-1700



SOL FERREIRA

A CORAGEM DE SER **OUSADA**

DE COLORISTA A EMPRESÁRIA, ELA TRANSFORMOU TALENTO E DETERMINAÇÃO EM UMA TRAJETÓRIA DE SUCESSO. HOJE, À FRENTE DO SALON & SPA I AM, EM IPANEMA, ELA MOSTRA COMO TRABALHO, PERSISTÊNCIA E PAIXÃO PELA PROFISSÃO PODEM ABRIR NOVOS CAMINHOS.

Paraibana, de origem humilde, casada com um porteiro e mãe de dois filhos, Sol Ferreira construiu sua trajetória profissional com tesoura, pincel, talento e muita disposição para trabalhar. Começou como assistente na rede Werner Coiffeur, se tornou cabeleireira e colorista e conquistou uma clientela fiel. Ser dona de salão? Isso não fazia parte dos planos. Até que uma provocação de seu filho, Henderson Oliveira, começou a mudar o rumo de sua história.

Em 2022, Henderson perguntou à mãe se ela já havia pensado em se tornar sócia de um salão. Sol disse que não, porque gostava da vida que levava: atendia suas clientes e voltava para casa sem as preocupações de quem comanda um negócio. Mas o filho insistiu. "Apesar de eu ter recusado a ideia, uma sementinha ficou plantada na minha cabeça", lembra a cabeleireira.

Henderson enxergava em Sol um potencial maior. "Quando surgiu a possibilidade de minha mãe ser dona de salão, eu disse que ela tinha que abraçar essa chance, porque, apesar de estar feliz onde trabalhava, ter um salão traria proporções muito grandes, de acordo com o tamanho que ela poderia chegar", conta o rapaz.

Diante de tanto incentivo, a sementinha germinou: Sol aceitou entrar como sócia do I AM, no coração de Ipanema. Enquanto continu-

> **"Não é fácil manter um salão organizado. Mas tenho o maior prazer, porque amo o que faço. O I AM é meu terceiro filho."**
>
> **Sol Ferreira**, sócia do Salon & Spa I AM



Foto: Divulgação



Foto: Dudu De Luca

SOL FERREIRA



Foto: Divulgação

No I AM, as clientes são atendidas em um ambiente clean e também podem relaxar no spa. Na outra página, o filho de Sol, Henderson, e ela cuidando de Aline Ferreira

ava trabalhando como colorista no Werner, acompanhava discretamente a transformação do imóvel – que antes abrigava um banco – em salão de beleza. A sociedade, porém, reservava uma surpresa nada agradável. Ela conta que, faltando 15 dias para a inauguração, os 15% que teria no negócio foram retirados e Sol passou de sócia a funcionária.

A HORA DO RECOMEÇO

A reviravolta veio em janeiro de 2024. Quando um dos investidores decidiu encerrar as atividades, chamou Sol, pediu desculpas pelo que havia acontecido e lhe ofereceu a oportunidade de assumir o salão. Ela relembra o que ouviu dele: "Sol, por honra, te devo devolver o I AM".

Era a chance que ela não esperava, que chegou juntamente a um desafio enorme. "Eu só sabia fazer cabelo", pensava na época. A solução veio de dentro da família. A irmã Rosa assumiu a área financeira; Mara, nora da irmã, entrou para ajudar no marketing e em outras atividades; e Sol fez aquilo que sabia melhor: arregaçou as mangas e se tornou uma das proprietárias do Salon & Spa I AM.

Hoje, à frente do espaço, a empresária transformou o salão em um negócio que reúne cortes, penteados, coloração, manicure, pedicure, massagens, tratamentos faciais e



Foto: Divulgação

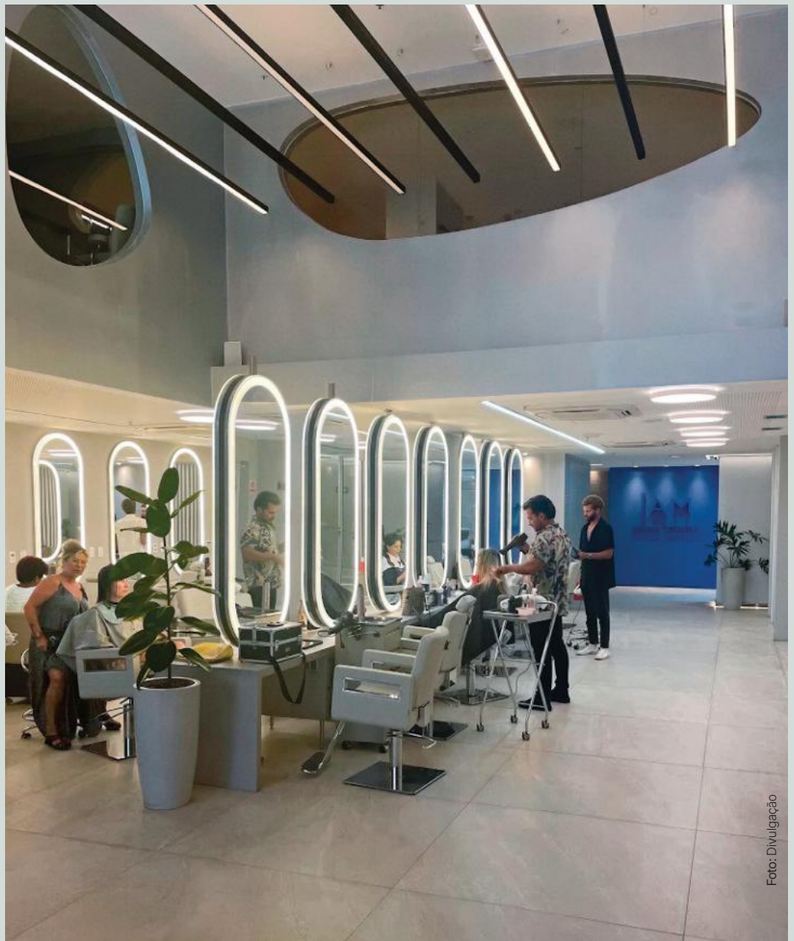


Foto: Divulgação



Foto: Dudu De Luca

> **"Apesar de minha mãe estar feliz onde trabalhava, ter um salão traria proporções muito grandes, de acordo com o tamanho que ela poderia chegar."**
>
> **Henderson Oliveira**, filho de Sol



Foto: Dudu De Luca

serviços de spa. O nome traduz o conceito: I am, em inglês, significa eu sou. "O I AM é tudo o que você quiser ser aqui. Você pode querer ser ruiva, morena, loura, emagrecer, receber uma massagem...", garante Sol.

E, como dona, ela faz questão de estar presente em cada detalhe: chega antes das 9 horas, verifica o salão e, muitas vezes, só vai embora depois da meia-noite. "É uma luta diária. Não é fácil manter um salão organizado. Mas tenho o maior prazer, porque amo o que faço. O I AM é meu terceiro filho", conta. Para a manicure Aline Ferreira, que trabalha no local há dois anos, essa presença faz diferença: "Ela é exatamente aquilo que o nome dela diz: é o sol da vida de vários profissionais. Está sempre com a gente e nos entende. É uma pessoa extremamente humana".

Depois de descobrir os desafios de empreender, Sol faz questão de dividir uma lição que aprendeu: não basta investir dinheiro ou ter uma boa ideia. "Se você quer que alguma coisa vá adiante, tem que estar à frente do negócio. Tem que ter coragem, vontade e amor pelo que faz", aconselha. E disso ela não tem dúvida: "Eu sou cabeleireira. É o que faço muito bem. Agradeço muito pela minha profissão".

> **"Se você quer que alguma coisa vá adiante, tem que estar à frente do negócio e ter coragem, vontade e amor pelo que faz."**
>
> **Sol Ferreira**, sócia do Salon & Spa I AM

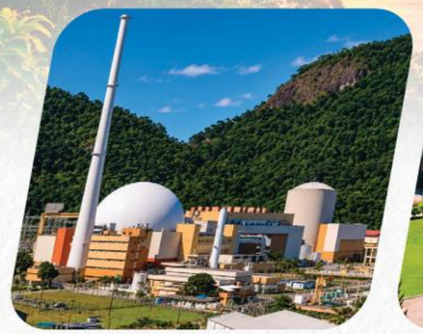
ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

HOLDING

ENBPar

Uma empresa estratégica para a energia limpa do Brasil.

A **ENBPar** reúne empresas que atuam em áreas essenciais para a segurança e o **desenvolvimento energético** do País.



Energia nuclear a serviço do Brasil, com geração firme e de baixa emissão de carbono, contribuindo para a segurança e a **diversificação da matriz elétrica nacional.**



Atua na **cadeia produtiva do combustível nuclear,** uma atividade estratégica para a autonomia e o **desenvolvimento do setor nuclear brasileiro.**



A ENBPar representa a **participação brasileira** em Itaipu. A usina é referência mundial em **geração de energia hidrelétrica.**

ENBPar
Empresa Brasileira de Participações em Energia Nuclear e Binacional

Ao integrar essas diferentes frentes, a **holding fortalece** a gestão de ativos estratégicos do Governo Federal e contribui para uma matriz energética segura, **limpa e preparada para o futuro.**

PROGRAMAS DE GOVERNO

ENBPar

Energia que se transforma em desenvolvimento e inclusão para o Brasil.

Da ampliação do **acesso à energia** ao incentivo à **eficiência energética**, a ENBPar transforma programas do Governo Federal em oportunidades, desenvolvimento e **qualidade de vida para os brasileiros.**



Amplia o **acesso à energia elétrica,** promovendo inclusão e contribuindo para a melhoria da **qualidade de vida da população.**

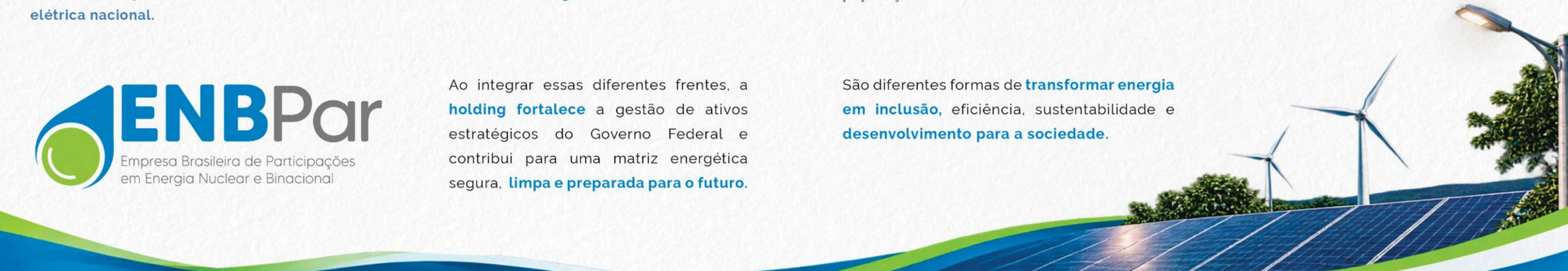


Promove a **eficiência energética** e o uso racional da energia elétrica, contribuindo para a **economia de recursos e a sustentabilidade.**



Incentiva a **participação de fontes renováveis** na geração de energia elétrica e contribui para a **diversificação da matriz brasileira.**

São diferentes formas de **transformar energia em inclusão,** eficiência, sustentabilidade e **desenvolvimento para a sociedade.**



ENERGIA NUCLEAR

TECNOLOGIA **QUE PROTEGE**, CURA E IMPULSIONA O PAÍS

CRIADA EM 2013, A AMAZUL PARTICIPA DE PROJETOS ESTRATÉGICOS RELACIONADOS AO SETOR NUCLEAR, QUE VISAM ALAVANCAR A MEDICINA, FORTALECER A SEGURANÇA ENERGÉTICA E MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO. A EMPRESA PÚBLICA ESTÁ AINDA ASSOCIADA AO DESENVOLVIMENTO DO PRIMEIRO SUBMARINO BRASILEIRO COM PROPULSÃO NUCLEAR, INICIATIVA VOLTADA À PROTEÇÃO DAS RIQUEZAS DA AMAZÔNIA AZUL.

Fotos: DIVULGAÇÃO

A Amazônia Azul Tecnologias Nucleares e Inovação (Amazul) possui papel estratégico quando o assunto é o futuro do setor nuclear no Brasil. Responsável pelo desenvolvimento de tecnologias que buscam impulsionar a área, sua atuação abrange desde pesquisa até a implementação de soluções nucleares em saúde, segurança energética, sustentabilidade e proteção ambiental. Vinculada ao Ministério da Defesa, por meio da Marinha do Brasil, a empresa pública tem como foco não apenas contribuir para o avanço científico e tecnológico do país, como também transformar conhecimento em iniciativas capazes de melhorar a saúde e a qualidade de vida dos brasileiros.

A Amazul foi criada em 2013 para promover, desenvolver e manter as tecnologias de três programas estratégicos: o Programa Nuclear Brasileiro (PNB), o

> **“O objetivo é fazer com que a tecnologia nacional trabalhe para o bem-estar da sociedade e o futuro do país.”**
>
> **Newton de Almeida Costa**, diretor-presidente da Amazul



Maquete das instalações do Reator Multipropósito Brasileiro, em Iperó

Programa Nuclear da Marinha (PNM) e o Programa de Desenvolvimento de Submarinos (Prosub). Desde então, ela investe em serviços de engenharia, licenciamento, estudos de viabilidade e operação de empreendimentos nucleares. E isso com comprometimento e segurança, como afirma o diretor-presidente da estatal, Newton de Almeida Costa: "Nosso objetivo é garantir que a tecnologia nacional trabalhe para o bem-estar da sociedade brasileira, com inovação e responsabilidade com o futuro do nosso país".

No campo da medicina nuclear, a Amazul aparece como uma das executoras do Reator Multipropósito Brasileiro (RMB), que busca permitir que o Brasil alcance a autossuficiência na produção de radioisótopos, insumos utilizados na fabricação de radiofármacos aplicados no diagnóstico e tratamento de doenças, como o câncer. O complexo está em construção no município de Iperó, no interior de São Paulo. Em parceria com a Comissão Nacional de Energia Nuclear (Cnen), a empresa participa da modernização do Centro de Radiofarmácia do Instituto de Pesquisas Energéticas e Nucleares (Ipen), com a implantação de boas práticas de fabricação para fortalecer a produção e distribuição desses produtos em todo o país.

A estatal contribui ainda para iniciativas voltadas ao fortalecimento da segurança energética, atuando na produção de combustível nuclear e contribuindo para o programa de extensão da vida útil da usina de Angra 1. Além disso, participa do desenvolvimento do microrreator nuclear brasileiro, uma solução compacta e sustentável que possibilita o fornecimento de energia estável e limpa. Na área ambiental, ela está capacitada e credenciada para participar do projeto do Centro Tecnológico Nuclear e Ambiental (Centena), que reunirá atividades de pesquisa e gestão segura de rejeitos radioativos, com foco em sustentabilidade e avanço tecnológico no setor nuclear.

A segurança alimentar é outra área de atuação estratégica da Amazul. A empresa trabalha em iniciativas para a criação de centros de irradiação de alimentos, uma tecnologia capaz de aumentar a vida útil dos produtos, eliminar pragas, reduzir o desperdício e facilitar a exportação com mais qualidade e segurança. "A irradiação de alimentos é uma oportunidade única para promover a inovação no setor agrícola brasileiro e garantir a segurança alimentar da nossa população. Essa é uma tecnologia comprovada que pode beneficiar produtores, exportadores, consumidores e toda a cadeia de abastecimento", garante Costa.

> **"A irradiação de alimentos é uma oportunidade única para garantir a segurança alimentar da nossa população."**
>
> **Newton de Almeida Costa**, diretor-presidente da Amazul







Acima, a maquete do reator nuclear naval brasileiro PWR. Ao lado, colaboradores da Amazul e celebração de uma conquista da estatal: a certificação ISO 9001:2015, em 2025

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

TECNOLOGIA DE PONTA EM PROL DA AMAZÔNIA AZUL

Com 5,7 milhões de km², a Amazônia Azul, extensa área marítima do Brasil, destaca-se pela rica biodiversidade e abundância de recursos naturais – é nela que se encontram as reservas do pré-sal, responsáveis por cerca de 95% do petróleo e 75% do gás natural produzidos no Brasil. Para proteger esse território e ampliar a capacidade de defesa naval do país, foi criado o Prosub, que prevê a construção do primeiro submarino brasileiro com propulsão nuclear.

Diferentemente dos submarinos convencionais, esse modelo possui um reator do tipo PWR, sistema amplamente utilizado em embarcações nucleares para gerar energia. Isso permite maior autonomia e capacidade de permanecer submerso. A Amazul é parceira da Marinha no Prosub. Uma das funções da empresa é contribuir para o desenvolvimento da Planta Nuclear Embarcada (PNE), sistema compacto e autônomo de propulsão e geração de energia, à base de urânio, projetado para ser instalado em embarcações.

Ela atua ainda na construção do Laboratório de Geração Nucleoelétrica (Labgene), um protótipo, em terra, do sistema de propulsão do submarino, que permite a simulação da operação do reator antes de sua instalação. "A partir dessas atividades, a Amazul consolida a sua participação em projetos complexos no setor nuclear", conclui o diretor-presidente da estatal.



BEM-ESTAR
Fatima Facuri
@facuri.fatima

SUPLEMENTAR VIROU **LIFESTYLE**

Durante muito tempo, o assunto suplementação era quase exclusivo de quem frequentava academia ou buscava alta performance. Hoje, esse universo mudou – e muito. De uns tempos para cá, creatina, whey, vitaminas, colágeno e tantos outros produtos começaram a entrar na lista de compras de quem não necessariamente se identifica com o ambiente fitness. Produtos que antes eram encontrados predominantemente em lojas especializadas agora estão nas farmácias, nos supermercados, nas redes sociais e na conversa entre amigos.

A verdade é que nunca se falou tanto em saúde, prevenção e longevidade. "Realmente, está havendo essa mudança do hábito de consumo da população. No passado, quem vinha muito à loja era atleta ou aquela pessoa que fazia musculação e tinha o objetivo exclusivo de ganho de massa. Atualmente, ampliou muito o leque de pessoas que buscam a suplementação. Às vezes, é porque não estão dormindo bem ou estão com um problema específico, seja sexual, seja querer emagrecer", destaca Rian Chamon, gestor e sócio da Way Suplementos – rede com 21 lojas próprias no Rio de Janeiro – e presidente da Associação Brasileira do Varejo Especializado em Suplementos Alimentares (Abvesa).

OS SUPLEMENTOS ALIMENTARES NÃO SE RESTRINGEM MAIS AO MUNDO FITNESS. ELES CONQUISTARAM NOVOS PÚBLICOS E VIRARAM SINÔNIMO DE QUALIDADE DE VIDA E LONGEVIDADE. UMA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO QUE IMPULSIONA UM MERCADO EM PLENA EXPANSÃO.

Foto: Eduarda Teixeira



Fatima Faciri recebe Rian Chamos para uma conversa sobre suplementação no estúdio da Revista Manchete

Ele revela que, antes, os produtos que mais vendia eram whey e creatina. Agora, afirma que sua clientela é majoritariamente feminina, acima de 30, 40 e 50 anos, e sabe muito bem o que quer. "Elas já são independentes financeiramente e chegam às lojas buscando produtos para melhorar o cabelo e a pele, como colágeno, ou pedem uma coenzima, um ômega-3... Estão muito mais direcionadas, porque já tiveram algum acesso a esse tipo de orientação", comenta Rian.

Isso tem um lado muito positivo, porque mostra que existe uma preocupação real para viver mais e melhor. Mas tem um outro lado que também merece atenção: às vezes, alguém vê um suplemento nas redes sociais ou conhece uma

Foto: Magnific



pessoa que toma e pensa: "Se fez bem para ela, pode fazer bem para mim também". Só que cada um tem sua necessidade. Por isso, precisamos olhar para os dois lados: para um mercado que cresceu muito e para a importância de fazer a suplementação com orientação profissional.

Mas, de acordo com Rian, apenas 10% a 20% de seus clientes chegam à loja trazendo um direcionamento de médico, nutricionista ou nutrólogo: "Vamos dizer que, a cada dez clientes, um a dois entram com receita". E ele completa: "Para a parcela que não traz receita, damos orientação buscando entender primeiro qual é o objetivo daquele cliente. Temos 12 anos como lojistas, com bastante cultura sobre suplementos, e oferecemos muito treinamento para a equipe atender bem".

Mesmo assim, Rian afirma que é impressionante a nova mentalidade do público que hoje busca a suplementação: "A maior mudança que percebemos é a conscientização do consumidor, e aqui não estou fazendo juízo de valor se ele foi orientado da maneira correta por um profissional, ou se foi por um blogueiro ou um influenciador. Até porque, mesmo que ele já venha muito esclarecido sobre o que acredita que precisa, o nosso papel é investigar o motivo de ele estar buscando tal produto, para entender se realmente faz sentido ou não". A conclusão a que o gestor da Way chega é que comprar suplementos virou sinônimo de viver bem. "E não é só viver bem o hoje. As pessoas mais jovens estão se conscientizando de que devem se preocupar com isso agora, para que, quando estiverem com 70 anos, tenham qualidade de vida para curtir os netos e aproveitar a maior idade", conclui.



ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA

À esquerda, uma das lojas da Way. Abaixo, Rian fala sobre o assunto em podcasts e eventos





Foto: Divulgação



"Os mais jovens estão se conscientizando de que devem se preocupar com isso agora."

Rian Chamon, gestor e sócio da Way Suplementos

Fatima Facuri é CEO do Grupo Open Brasil, administradora e uma das principais lideranças da indústria brasileira de eventos. Embaixadora do Global Wellness Institute, atua na promoção da inovação, do desenvolvimento do setor e da agenda do bem-estar





MATÉRIA DO MÊS



EQUIPE 10

EVENTOS DÃO UM **UP** NAS EMPRESAS

MUITO ALÉM DA CONFRATERNIZAÇÃO, ENCONTROS CORPORATIVOS GANHAM ESPAÇO COMO FERRAMENTA DE CULTURA, INTEGRAÇÃO E FORTALECIMENTO DOS TIMES. E, NESSE CENÁRIO, EMPRESAS ESPECIALIZADAS EM GRANDES PRODUÇÕES, COMO A EQUIPE 10, MOSTRAM COMO ESTRATÉGIA E EXECUÇÃO PRECISAM CAMINHAR JUNTAS. CONHEÇA AQUI OS DETALHES PARA GARANTIR O SUCESSO DESSE OBJETIVO.

Fotos: DIVULGAÇÃO

Quando uma empresa planeja uma confraternização, uma convenção ou um grande encontro interno, a primeira pergunta costuma envolver orçamento: quanto custa reunir centenas ou milhares de colaboradores? Mas existe uma questão anterior, mais estratégica: qual impacto esse encontro pode gerar dentro da organização? Em um ambiente de trabalho cada vez mais híbrido e digital, esse entendimento vem mudando, e criar momentos presenciais capazes de aproximar pessoas ganhou outro peso.

Quando uma organização reúne seu time em torno de uma experiência, cria espaço para fortalecer relações, comunicar valores, reconhecer conquistas e transformar mensagens institucionais em algo concreto. Por exemplo, uma convenção pode alinhar diferentes áreas em torno de uma nova estratégia. Uma confraternização pode representar reconhecimento depois de um ciclo de trabalho. Um encontro de liderança pode aproximar pessoas que passam meses interagindo apenas por telas.

Para a Equipe 10, empresa com mais de 25 anos de atuação no mercado de eventos corporativos, o ponto de partida está em entender o que a empresa deseja provocar naquele público. “Se o objetivo é reconhecimento, o evento pede uma linguagem. Se a prioridade é integração, os espaços e ativações precisam estimular encontros. Se existe uma nova estratégia a ser apresentada, devem trabalhar juntos conteúdo, cenografia e audiovisual para reforçar a mensagem”, explica Renata Costa, CEO da Equipe 10.

> **“Encontros presenciais deixam de ser apenas uma celebração e passam a representar investimento na relação entre a organização e as pessoas responsáveis pelo seu resultado.”**
>
> **Renata Costa**, CEO da Equipe 10







Foto: Mariana Leão

À frente da Equipe 10, Renata Costa cria eventos corporativos inesquecíveis, fazendo uso de criação, produção, cenografia, marcenaria, mobiliário, audiovisual e logística





matéria do mês

EQUIPE 10

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA



O EVENTO ACABA, O IMPACTO FICA

Para trazer à realidade o que é alinhado com as empresas, há toda uma operação envolvendo criação, produção, cenografia, marcenaria, mobiliário, audiovisual, logística, montagem, desmontagem e equipes técnicas trabalhando dentro de um cronograma que obedece a uma regra: a data do evento não muda. E alguns cases de sucesso da Equipe 10 foram o Encontro de Revendedores Supergasbras, realizado na Costa do Sauípe, na Bahia, reunindo mais de 1.400 participantes, e o World Legends Cup, evento internacional com grandes nomes do futebol mundial, que trouxe um desafio adicional: apenas seis dias de produção. "Os exemplos mostram que grandes produções não dependem apenas de boas ideias. Dependem da capacidade de transformar essas ideias em algo executável, dentro do prazo e com controle sobre todas as etapas", garante Renata.

No dia seguinte ao evento, palcos são desmontados, estruturas deixam o espaço e equipamentos retornam ao galpão da Equipe 10 – que possui mais de 3.000 m² e um acervo superior a 10 mil itens, entre mobiliário, decoração e estruturas. A parte física desaparece rapidamente, mas o impacto pode continuar nas conversas, nas conexões criadas, no reconhecimento recebido e na maneira como aquele time percebe sua relação com a companhia. "Para empresas que entendem cultura, pessoas e pertencimento como ativos do negócio, encontros presenciais deixam de ser apenas uma celebração e passam a representar investimento na relação entre a organização e as pessoas responsáveis pelo seu resultado", finaliza a CEO da Equipe 10. ✱



Seja qual for o objetivo do evento corporativo – desde confraternizações a convenções –, a Equipe 10 se desdobra em criatividade e boa execução, sempre dentro do prazo

BRUMMIE LINES

Brummie,
inovando no conceito
do atendimento &
tecnologia na locação de
carros de alto padrão
com motorista

Tecnologia
Motoristas bilíngues
Blindados
Qualidade e Atendimento

Excelência e a segurança
no transporte executivo

Reserva:
+55 (21) 97159-5687

Conheça nosso Instagram
@brummie_lines_rj:


1


6


7


8


9


2



3


4

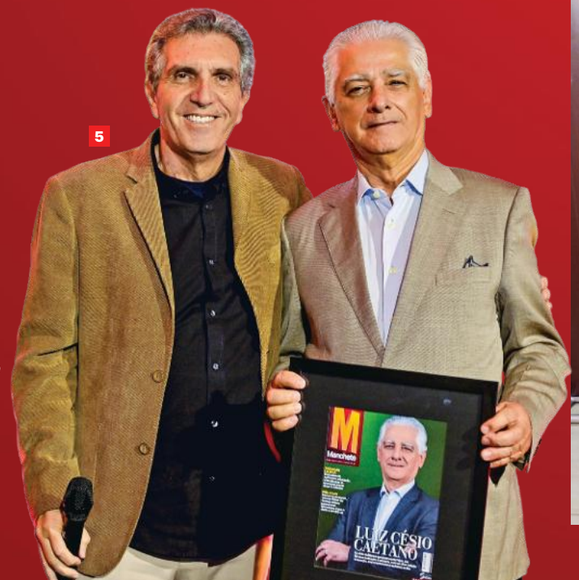
COMEMORAÇÃO NOTA 10

DIANTE DA VISTA LINDA DA PRAIA DE COPACABANA, NO CLUBE DOS MARIMBÁS, AUTORIDADES, EMPRESÁRIOS, MAGISTRADOS E ADVOGADOS SE REUNIRAM PARA CELEBRAR O LANÇAMENTO DA DÉCIMA EDIÇÃO DA REVISTA MANCHETE E TAMBÉM A TERCEIRA EDIÇÃO DA REVISTA MANCHETE JUDICIÁRIO.

Fotos: MARCELLO DIAS

Ambiente sofisticado, bufê assinado pelo chef Frédéric Monnier e drinques autorais da Amobar. Essa tripla combinação garantiu mais uma festa de sucesso para os amigos das revistas Manchete e Manchete Judiciário. No dia 2 de outubro, as duas publicações iniciaram mais um capítulo de suas trajetórias editoriais, reunindo informação e personagens de relevância nacional. A capa da edição 10 da Revista Manchete,

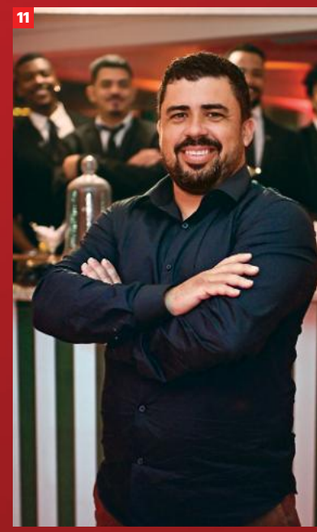
1 – Ylana Miller, Fernando Schechner, Darcilio Junqueira, Ricardo Guadagnin, Gabriela Guadagnin, Andréia Repsold, Luiz Césio Caetano, Kátia Matouk, Priscilla Caetano, André Travassos, Carla Pinheiro e Rodrigo Moreira
2 – Kátia Matouk e Luiz Césio Caetano
3 – Luiz Césio Caetano
4 – Lucimar Moth, Dalva de Oliveira, Jorge Oliveira, Jacyra Lucas e Gilda Elena
5 – Marcos Salles e Luiz Césio Caetano



5


10

6 – Djalma Pinho e Gabrielle dos Santos
7 – Maurício Marteleto e Ana Cristina Barreira
8 – Luiz Césio Caetano, Andréia Repsold e Sérgio Duarte
9 – Glacir Zapata e Paulo Renato Marques
10 – Paulo Luzio, Silvia Criscuolo, Rejane Maciel, Sergio Maciel, Ana Cristina Barreira, Viviane Alonso e Bernardo Rocha
11 – Ygor Kerry


11

“Chegar à décima edição é uma satisfação pessoal e também para todos que torcem pela Manchete.”

Marcos Salles, presidente da Revista Manchete


1


5



6



2

1– Marcos Salles
2 – Sergio Maciel
3 – Frédéric Monnier
4 – Roberta Faria, Ramiro Fidalgo, Germana Puppin e Beatriz Lima

“É uma honra e um prazer ser colunista da Manchete, que tem uma história tão grande.”

Frédéric Monnier, chef

Luiz Césio Caetano, expressou a sua alegria. “Virar Manchete é sempre uma emoção muito grande. E quando a gente traz essa bagagem de mais de 50 anos na indústria, sendo os últimos 25 na defesa de interesses da indústria do Rio de Janeiro, isso nos traz um sentimento de dever cumprido, porque essa trajetória foi coroada pelo reconhecimento de estar na capa da revista”, comemorou o presidente da Firjan.

O presidente da Revista Manchete, Marcos Salles, também não escondia a sua felicidade: “A gente sabe que o mercado editorial é um desafio muito grande. Então, chegar à décima edição é uma satisfação pessoal e, claro, tenho certeza de que é uma satisfação para todos que torcem pela Revista Manchete. Afinal, o nosso objetivo é falar bem do Rio de Janeiro, é ter uma agenda positiva sobre o nosso estado”. E Frédéric Monnier completou: “É uma honra e um prazer ser colunista da Manchete, que tem uma história tão grande”. E que essa história siga por muitas e muitas edições!



3


4


7


8

5– Juliana Kelling, Emilia Garcez e Sergio Maciel
6 – Gustavo Martins
7 – Adriana Rio e Claudiney dos Santos
8 – Tatiana Abramante, Rafael Sampaio, Silvia Criscuolo, Viviane Alonso e Bernard Rocha
9 – Juliano Marques
10 – Daniele Troncoso e Walter Troncoso
11 - Natalia Salles e tenente-coronel Mônica Casanova



9


10


11


1


2


3

“Virar Manchete é uma emoção muito grande. Minha trajetória foi coroada pelo reconhecimento de estar na capa.”

Luiz Césio Caetano,
presidente da Firjan

ESCANEIE E ASSISTA A ESTA MATÉRIA


4

1 – Nestor Rocha, Liliana Rodriguez e, atrás, a comodora do Clube dos Marimbás, Lydia Valansi, e Marco Simões
2 – Oldemar Boechat e Evandro de Freitas
3 – Michael Magno e Juliana Kelling
4 – Sérgio Duarte (de costas), César Bedran e Sergei Lima
5 – Marjorie Mendes, Aluisio de Castro Mendes e Maurício Drummond
6 – Patrícia Maria Gomes e tenente-coronel Mônica Casanova
7 – Os drinques autorais da Amobar


5


6


7





É fácil ser feliz no Rio.
Descubra a energia
da Cidade Maravilhosa.

visit RIO

VISITRIO.COM.BR
@visitrio