revista Beach Park

ANO 2 - Nº3 - 2014

FÉRIAS DE VERÃO

VEJA OPÇÕES DE LAZER E DICAS IMPERDÍVEIS DE COMPRAS PARA ESTE FIM DE ANO

COMIDA SAUDÁVEL

CONHEÇA OS SEGREDOS DO *CHEF* JOÃO ALCÂNTARA

DEBORAH SECCO

DE HÁBITOS SIMPLES E SEMPRE AO LADO DA FAMÍLIA, A ATRIZ NÃO PARA DE SURPREENDER NO CINEMA E NA TV

farmaciaevidence
www.evidencestore.net
www.farmaciaevidence.com.br

Férias Saudáveis

Se depender da gente suas férias serão inesquecíveis :)

Evidence, cuidando da sua saúde e bem-estar.

Evidence
FARMÁCIA COM MANIPULAÇÃO

Amor por você, paixão por sua vida!

Outros estados: 0800.280.4600

São Paulo
Av. Onze de Junho, 134
Vila Mariana
Fone: 11 5906.4040

Matriz
Rua Padre Valdevino, 1905
Aldeota
Fone/Fax: 85 3462.6565

Gênesis
Rua Antonio Augusto, 1271
Aldeota
Fone/Fax: 85 3226.8083

Harmony
Av. Dom Luiz, 1233
Loja 01 - Meireles
Fone/Fax: 85 3486.6496

riomarfortaleza.com.br

advance

RioMar
Fortaleza
De braços abertos pra você.

C&A
Spoleto
Oh Boy!
Daslu
Picanha do Cowboy
Cori
Zelikelli
Mahogany
T-Bones
Imaginarium
London
Paqueta Esportes
Rommanel
50 sabores
Caju Cardeal
Eletroshopping
Oh My Dog!
Acessórios
Ferrovia
Polishop
Emme
Casablanca
Turismo
Track and Field
Blinelass
It Beach
Bebêlenkitê
Clínica Wantan
Over Muscle
Tim
Hauten
Bel Cosméticos
Xôxulé
Marino
Konil
Oi
Donna
Nagem
Lupo
Zara Home
Clube Turismo
Hope
Rugz e Pankky
Marietta
RZ Academia
Universo Digital
Via Veneto
Osklen
Santa Lolla
Rosamanga
Calvin Klein
Alexia Flores
SNC Sport
His
Soft Cell
Transforma
Lindo
Mulher Cheirosa
Damyller
Siberian
Armani Jeans
MMartan
Camarão & Cia
Lucianna Rangel
Soho
L'occitane
Mitchel
Treviso
Bransk
Fast Shop
Pizza Hut
Clicks!
Esmalteria Detalhes
Lojas Americanas
Loteria Boa Sorte
Essential Parfums
Contém 1g
SPA Center
Luigi Bertolli
Ricardo Almeida
São Carlos
Vacina
Gbell
Chilli Beans
Parente
Fígaro Barbearia
Grão Espresso
Tabika Filmes
Tok & Stok
Magazine Luiza
Mercado do Peixe
EOM
Spicy
Estação Dinheiro
Chocolates Brasil Cacau
Cinépolis
Mozenn
Labork
Cambio
Eveiza
Oitava
Estação
JEF
Oculum
Simulassão
Esposende
Multicoisas
Açaí no Ponto
Caldeirão
Camicado
Mercadinhos São Luiz
Casa da Bíblia
Yves Rocher
Kronne
MAC
Via Direta
Adcos
E muito mais.

DIVERSAS MARCAS
NACIONAIS E INTERNACIONAIS
CINEMA COM SALAS VIPS, 4DX
E MACRO XE • DIVERSÕES ELETRÔNICAS
TEATRO COM 900 LUGARES
ACADEMIA DE GINÁSTICA • ESPAÇO FAMÍLIA
BOLICHE • ESPAÇO ECUMÊNICO
POLO GASTRONÔMICO COM RESTAURANTES
E PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO • MANOBRISTA
ESTACIONAMENTO COM 6.670 VAGAS
ÁREA DE CONVENIÊNCIA E SERVIÇOS

CONSUMA COM ESTILO, NÃO COM EXCESSO.
CHANDON
RÉSERVE
BRUT
CHANDON
RÉSERVE
BRUT

www.chandon.com.br
Produto destinado a maiores de 18 anos.
Se beber, não dirija.

GOL+ Facilidade: antecipação de voo gratuita pela internet, até 6 horas antes do embarque. Isso é GOL+. Uma nova GOL para deixar sua viagem ainda melhor.

Acesse www.voegol.com.br
e conheça essa e outras vantagens.

Voe do seu jeito. Voe GOL.

GOL
Linhas aéreas inteligentes
www.voegol.com.br

EDITORIAL

PARA CURTIR AS FÉRIAS

Férias chegando e muitos planos para aproveitar o período. Dicas de praias paradisíacas no Ceará, a agenda de Fortaleza para os próximos meses, cuidados com o corpo e com a alimentação e várias sugestões de produtos incríveis para levar em passeios com amigos ou família estão reunidos na *Beach Park*.

A revista chega à sua terceira edição trazendo também tudo que o primeiro *resort* do Beach Park, o Suites, oferece. Com uma excelente estrutura, o local tem opções para todos os tamanhos de famílias.

Deborah Secco ainda conta tudo sobre o momento que está vivendo tanto na vida pessoal como profissional. Uma entrevista leve e descontraída com o espírito do Beach Park.

Agora, é aproveitar. Veja se uma das nossas matérias não vai te ajudar a curtir ainda mais os momentos felizes da vida.

Vem com a gente!
Equipe Beach Park

EXPEDIENTE

revista Beach Park

Editoras-Executivas: **Adailma Mendes e Andrea Araujo**
Marketing do Beach Park: **Ludmilla Melo**

Edição: **Adailma Mendes** Textos: **Ícaro Paio, Janaina Flor, Janine Nogueira, Larissa Viegas, Lua Santos e Sabryna Esmeraldo**
Projeto Gráfico: **Andrea Araujo**
Edição de Arte: **Andrea Araujo e Ícaro Guerra** Design: **Carol Gouveia, Ícaro Guerra e Ramon Cavalcante** Infográficos e Ilustração: **Ramon Cavalcante**
Foto de Capa: **João Melo** Fotos: **Ethi Arcanjo e João Melo** Revisão: **Soriel Leiros** Produção: **Samuel Keviny** Edição de Imagem: **Bruno do Vale** Tratamento de Imagem: **Charles Robert e Robson Pires**
Banco de Dados: **Carlos Walewsky, Miguel Pontes, Roberto Araújo e Flávius Junior**

EQUIPE COMERCIAL
Gerente Comercial: **Stella Maris**
Executivas de Negócios: **Liana Montenegro, Luciana Coelho, Flavia Palma e Luciana Bucci**

REVISTA BEACH PARK
é customizada pelo Grupo de Comunicação O POVO.
Av. Aguanambi, 282
CEP: 60055-402. Fortaleza/CE
PABX: +55 85 3255 6000
www.opovo.com.br

Impressão: **Gráfica Santa Marta**
Tiragem: **50 mil exemplares**

Fale conosco:
revistabeachpark@beachpark.com.br

Beach Park Resort

FSC

MASSAIPE
LUTE POR MAIS ÓCULOS
Olhe bem para seu guarda-roupas. Você provavelmente possui uma média de 30 camisas, 10 calças, 15 pares de sapatos, 8 gravatas, mas apenas um único e solitário óculos.
Isso não pode ficar assim.
Oculum. Mais de 3.000 opções de óculos para você.
OCULUM®
Elegância em Ótica
SHOPPING RIOMAR | Compre também pelo nosso site: www.oculum.com.br | /oculumoficial | @oculum

SUMÁRIO

18
ENTREVISTA
Deborah Secco revela seu momento como atriz e diz tudo o que gosta de fazer nas horas livres

24
BELEZA
Truques para deixar as madeixas lindas e prontas para várias ocasiões

32
GASTRONOMIA
O *chef* João Alcântara ensina tudo sobre alimentação funcional

38
RESORT
Veja por que o Suites Beach Park Resort é indicado para descanso e diversão. Perfeito para famílias

42
LIFESTYLE
A blogueira Gabriela Pugliesi dá dicas de bem-estar e é sucesso na internet

54
DIÁRIO DE BORDO
A beleza de Icaraizinho de Amontada, no litoral oeste do Ceará

68
HORA DE BRINCAR
O desenvolvimento das crianças passa pela brincadeira, explica especialista

JOALHERIA DINAMARQUESA - DESDE 1982

PANDORA

UNFORGETTABLE MOMENTS

SUA HISTÓRIA, SEU DESIGN

Crie e combine seus Momentos Inesquecíveis
com os Anéis, Braceletes & *Charms* PANDORA.

Loja Virtual: www.pandorajoias.com.br

PANDORA BRASIL

Belo Horizonte • Brasília • Curitiba • Fortaleza • Porto Alegre • Recife • Rio de Janeiro • Salvador • São Paulo
Televendas - 11 3528 4124 • Seja um franqueado: expansao.pandora@pandora.net

CORRENDO COM O BEACH PARK

Aconteceu no dia 08 de novembro mais uma Corrida Beach Park. A 4ª edição do evento teve um trajeto de 5 km, passando por diferentes ambientes, incluindo a praia e o parque. Os participantes desfrutaram de um apetitoso café da manhã para relaxar e confraternizar.

Os corredores que completaram a prova receberam, além da tradicional medalha, uma cortesia para brincar no parque aquático e um *voucher* com 50% de desconto para mais quatro entradas.

A Corrida Beach Park - planejada para estimular a prática de exercícios físicos - sempre se preocupa com a natureza e realiza compensação de crédito de carbono. Fique de olho nas próximas corridas.

DIVULGAÇÃO

NITO/ SHUTTERSTOCK

A MAGIA DOS DOCES

O Beach Park ganhará uma doce novidade. Uma loja exclusiva da Fini com 40 m² será construída dentro do parque. Nesse paraíso dos doces, os clientes encontrarão regaliz, *marshmallows*, balas de gelatina e outras deliciosas guloseimas da marca.

CUIDAR DA ÁGUA

O Beach Park Resort, ciente da importância da preservação dos recursos hídricos, desenvolve ações que buscam incentivar o consumo consciente de água. O empreendimento reutiliza 100% de sua água, após tratamento adequado, para irrigação, devolvendo tudo aos lençóis freáticos.

Preocupados com atitudes sustentáveis, nós, da *Revista Beach Park*, preparamos uma lista de dicas para que você possa fazer sua parte. Veja aqui:

1 Tome banhos curtos e feche o registro ao passar sabonete e xampu

2 Não lave a calçada com a mangueira. Use a vassoura para limpar o local

3 Não lave o carro com a mangueira. Use um balde

4 Antes de lavar a louça, retire o excesso de comida com a esponja, sem usar água. Deixe a torneira fechada ao ensaboar

5 Acumule as roupas para utilizar a máquina de lavar na capacidade máxima. Faça o mesmo com a louça

6 Deixe a torneira fechada enquanto escova os dentes, faz a barba ou ensaboa as mãos

7 Muita atenção com vazamentos dentro do imóvel. Corrija-os o mais rápido possível

8 Molhe as plantas à noite e prefira o regador à mangueira

9 A água das piscinas montadas para as crianças também pode ser melhor aproveitada. Depois do mergulho, use a água para lavar o quintal, por exemplo

10 O vaso sanitário gasta até 50% do consumo de água. Use a descarga só o necessário e não jogue no vaso objetos que possam ser colocados no lixo

YANLEV/ SHUTTERSTOCK

VACATION CLUB

Aproveitar o Beach Park é fácil e acessível. O Beach Park Vacation Club é um serviço - em parceria com o Resort Condominiums International (RCI) - que está disponível desde 2006 e que permite que os cadastrados garantam férias para sua família com custos reduzidos e atendimento personalizado. Já são, aproximadamente, 18 mil clientes ativos no programa.

Ao adquirir o serviço de férias, o sócio passa a ter pontos que são convertidos em semanas de hospedagem durante o período de até dez anos. Caso o sócio não queira fazer uso dos pontos no Beach Park Resort, é possível escolher entre mais de 4.000 *resorts* por mais de 100 países para hospedar-se. É cômodo, e a central de relacionamento do Beach Park Vacation Club é a melhor do Brasil para intercambiar hospedagens, de acordo com a RCI.

Quem já é cadastrado, pode indicar amigos para que se tornem sócios e ganhar até R$ 500 em consumo no Resort. Sem contar os benefícios que só o cliente Vacation Club tem, como agência de viagem exclusiva e descontos especiais.

Outra grande vantagem do Vacation Club é a parceria direta com o grupo Vila Galé, que é responsável pela gestão de 17 unidades hoteleiras em Portugal e cinco no Brasil. Com tantos benefícios e facilidades, é como ter uma casa de férias em cada canto do mundo.

JCC

IGUATEMI *dos* SORRISOS

3|3|3 dvp

IGUATEMI

O SHOPPING DA SUA VIDA

iguatemifortaleza.com.br

JÁ FORAM MUITOS OS PAPÉIS DA ATRIZ, QUE REVELA SUA RELAÇÃO DE AMOR E COMPANHEIRISMO COM A FAMÍLIA E TODO O SEU TRABALHO DE DEDICAÇÃO NA CONSTRUÇÃO DE CADA PERSONAGEM

TEXTO Janine Nogueira
FOTOS João Melo
BELEZA Samuel Keviny

A METAMORFOSE DE DEBO

Chapéu sintético
marrom **BEACH PARK**
Maxi brincos de metal
MANIX
Braceletes de metal
H&M
Colar de metal
MARNE BEVILAQUA
Cropped e calça de
malha estampada
BEACH PARK

DRAH

SOU MUITO FAMÍLIA, VIVO PARA A MINHA FAMÍLIA E PARA AS PESSOAS QUE EU TENHO: MINHA MÃE, MINHA IRMÃ, MEU IRMÃO, MEUS SOBRINHOS, MINHA MADRINHA

Dedicada à família, à espiritualidade e apaixonada pela carreira como atriz, Deborah Secco é romântica e não esconde seu interior, bem diferente do "furacão sexual", como é descrita, muitas vezes, por conta de seus personagens mais sensuais. A grande consagração de Deborah veio cedo, com a personagem Carol, em *Confissões de Adolescente*, série transmitida pela TV Cultura, em 1994, e que, este ano, estreou como longa-metragem. "Tudo o que eu sou, tenho e construí começou ali", afirma. A série influenciaria, até, na práxis como atriz. "Os atores me sacaneiam porque o meu texto é rosa em cenas de amor e azul em cenas de choro, mas é porque eu tinha 13 anos. Foi assim que eu aprendi a fazer e assim eu mantive, nunca fiz diferente", brinca Deborah.

Em entrevista à *Revista Beach Park*, a atriz, que veio a Fortaleza com a peça *Mais Uma Vez Amor*, em que atua com Marcos Mion, esteve no Beach Park e falou sobre seus hábitos para manter o equilíbrio pessoal e sobre a experiência de viver papéis tão intensos. A exemplo de Judit - uma soropositiva que conhece João, interpretado pelo ator João Pedro Zappa, no drama *Boa Sorte*, adaptação do conto *Frontal com Fanta*, dirigido por Carolina Jabor - e Bruna Surfistinha, personagem do drama que leva o mesmo nome da protagonista e que é dirigido por Marcus Baldini.

Beach Park - Em um dia a dia tão corrido, o que é fundamental para você manter o seu equilíbrio?
Deborah Secco - Preciso fazer exercício pelo menos cinco vezes por semana e, mesmo que seja cada vez mais difícil, tirar pelo menos dois dias da semana para dormir oito horas. Também preciso tirar sempre um dia da semana para estar com a minha família. A gente sempre tem que priorizar isso.

BP - Qual a relação que você estabelece com o seu corpo? O que você faz para mantê-lo?
Deborah - O meu corpo é meu objeto de trabalho, não posso ser apegada a nenhum padrão estético, porque, de fato, eu trabalho dando vida a outros seres humanos. Depois de *Boa Sorte* [filme que estreia neste mês de novembro], que emagreci 11 kg, engordei 14 kg para fazer outro personagem. Esse desapego é muito árduo de trabalhar, porque a sociedade te cobra muito, as pessoas me viam gorda e diziam que minha carreira e minha vida tinham acabado. Eu falava 'não, minha carreira está só começando'. Começando agora por essas transformações, porque agora eu sou uma atriz que pode fazer do ofício uma arte. Antes, fiz do meu ofício uma forma de sobreviver, de poder dar para minha família estrutura financeira. Agora que isso já não é uma prioridade, posso arriscar por menos dinheiro e mais alegria, por prazer e por histórias que o público precisa ouvir.

BP - Diante das câmeras, desde muito novinha, você teria algo para mudar na sua história profissional?
Deborah - Acho que, se eu mudasse alguma coisa, hoje eu não seria quem eu sou, nem teria aprendido o que aprendi. Se pudesse traçar um sonho, seria uma atriz *cool* e que poderia começar fazendo trabalhos artísticos experimentais, mas não tive uma família que me permitisse viver experimentando, tinha uma família para sustentar e, então, fiz escolhas comerciais, sim. Fiz a [revista] Playboy única e exclusivamente para poder prover essa estabilidade financeira para os meus irmãos, para que eles pudessem ter a chance de viver diferente e, nisso, eu não voltaria atrás. Foi doloroso, não era o que eu queria ter feito, mas, hoje, vendo os dois, percebo o quanto valeu a pena. A gente aprende com o sofrimento, não tem outro jeito, infelizmente não é com a felicidade e com o acerto que se aprende. De fato, quando você se machuca, é que aprende mais sobre si mesma.

BP - Na correria das gravações, como é que são seus momentos em família?
Deborah - Sou muito família, vivo para a minha família e para as pessoas que eu tenho: minha mãe, minha irmã, meu irmão, meus sobrinhos, minha madrinha. Termino a gravação, passo na casa da minha mãe, fico ali duas horinhas. Vejo minha família pelo menos três ou quatro vezes por semana e ligo todos os dias. Somos muito unidos. A gente, de fato, não vive um sem o outro. O almoço de domingo só não é sagrado porque, às vezes, eu gravo. Mas quando não é domingo, a gente inventa um jantar de semana [risos].

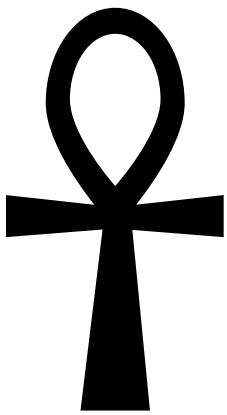
BP - Quando o assunto é diversão, como é a Deborah Secco?
Deborah - Sou muito calma, chego a ser uma pessoa chata porque as pessoas não me entendem muito. Dizem para eu sair de casa e ser feliz, porque não faço nada. Mas sou feliz lendo um livro, ouvindo música, escrevendo, indo ao cinema. Só saio para ir ao cinema e para comer fora, porque eu amo comer [risos]. Acho que são as coisas que eu mais faço na vida: comer, malhar para queimar o que eu como e dormir.

BP - O que você mais gosta de comer?
Deborah - De tudo! [risos]. Minha comida preferida, sem dúvida, é arroz e feijão, farofa, bife e batata frita. E brigadeiro, que é o que todo mundo sabe. Quase todo dia eu como uma panela de brigadeiro.

BP - Para você, como são as férias ideais?
Deborah - Com a família. Em um lugar tipo o Beach Park, em que você possa escolher entre interagir ou ficar sozinha, em que possa ficar no quarto ou numa praia mais deserta, juntar todo mundo na piscina, conversar e dar risada. Gosto muito dos lugares mais desertos, mas como eu tenho sobrinhos, tenho que ir para um lugar que tenha opção para eles também.

Aqui, em Fortaleza, eu vou muito para a Lagoa do Uruaú, sempre alugo casa lá. Minha mãe é daqui, acho que é o lugar no Brasil para o qual eu mais venho, tirando Florianópolis, que é onde meu irmão mora. Venho pelo menos duas vezes ao ano. Fico escondidinha, alugo uma casa, pego um barquinho, vou para a lagoa, subo a duna, vou à praia.

BP - O que a série *Confissões de Adolescente* representa na sua vida?
Deborah - Eu tenho uma relação de amor com a série, assisto até hoje. Minha sobrinha, agora com 15 anos, quando tinha 13, era apaixonada pelos episódios da Carol, primeiro amor e tal. Eu assistia e pensava que se passaram 20 anos, e tudo ainda é igual. Você começa a olhar aquele garoto, não gosta dele, quer brigar e acaba que você descobre que está



CRUZ DE ANSATA

Deborah revelou que sempre usa colar com um pingente de cruz ansata - conhecida também como Ankh, de origem egípcia. "Dizem que é a chave da sua missão, chave da sua vida passada, da sua programação e do que você verdadeiramente vem fazer na sua vida."

TRATAMENTO DE IMAGEM
BRUNO DO VALE
ASSISTENTE DE FOTOGRAFIA E PRODUÇÃO
SAMUEL KEVINY
ASSISTENTE DE PRODUÇÃO
PRISCILA ALEXANDRE
AGRADECIMENTO
DANIELLE PAPINNI

KERK PRAIA
3246 3440
MANIX
3452 6833

apaixonada. É louco! Até hoje, com 16, ela chega lá em casa e começa a ver os episódios das outras irmãs sobre drogas, virgindade e tal.

BP – No filme *Boa Sorte*, você tem um papel que exigiu esforço físico e emocional. Como foi essa preparação e quanto isso afetou sua vida?
Deborah - O filme se passa há alguns anos atrás, quando, de fato, o HIV era fatal e imediato. Com o Dr. David Uip [infectologista e secretário de Saúde do Estado de São Paulo], tentei entender o que todos os pacientes tinham em comum e descobri que eles têm uma força diferente do que eu imaginava, não a força de quem briga, luta, mas a força de quem aceita. É como se eles estivessem em um degrau de serenidade a mais. A Carolina Jabor e o Chico Accyoli foram nossos coordenadores de ensaio e a Dani Visco foi a nossa preparadora corporal. Trabalhamos muito em torno de texto e na relação de amor do João e da Judite, já que queríamos muito que, entre os dois, existisse amor acima de tudo. Queria que as pessoas saíssem torcendo por esse casal como saí de todos os filmes de amor que já assisti.
Boa Sorte é uma grande história de amor e, por mais difícil que seja, é a mensagem de que o amor transforma. Afetou completamente a minha vida, me fez não mais existir por nem um dia sem vivê-lo intensamente, sendo o que eu verdadeiramente sou. Eu descobri que ia morrer. Sabia que isso ia acontecer, de fato, mas, até então, não tinha total consciência da minha finitude.

TATUAGEM

"Amor à arte" descreve bem a relação entre Deborah Secco e o ofício como atriz. Não é à toa que as palavras foram escolhidas para marcar uma porção discreta do braço de Deborah, tatuagem feita no fim das gravações de *Bruna Surfistinha*, drama dirigido por Marcus Baldini.

BP - Qual foi o sentimento quando acabaram as gravações?
Deborah - Primeiro, a gente fica muito triste. Acho que o cinema tem aquela coisa de intensidade, uma dedicação muito grande.

Material exclusivo da *Revista Beach Park*, não podendo ser reproduzido por sites, jornais, revistas, redes sociais de qualquer espécie.

BELEZA PRÁTICA

NÃO É PRECISO PASSAR HORAS NO SALÃO DE BELEZA PARA GARANTIR UM PENTEADO VERSÁTIL, BONITO E PRÁTICO. COM APENAS ALGUMAS "FERRAMENTAS", COMO *MOUSSE*, FIXADOR, MODELADOR, GRAMPO E LIGA DE CABELO, É POSSÍVEL CRIAR NOVAS MOLDURAS PARA O SEU ROSTO. CONFIRA, AGORA, AS DICAS DE PENTEADOS QUE ESCOLHEMOS PARA VOCÊ ARRANCAR ELOGIOS E SAIR BEM NA FOTO

TEXTO Larissa Viegas
FOTOS Ethi Arcanjo
BELEZA Juninho Arão

PARA OUVIR
Shania Twain - *Come On Over* (disco) - música: *Man! I Feel Like a Woman*

TRANÇA LATERAL GREGA

A trança é um dos penteados mais tradicionais que existe e, na moda, é atemporal. Da praia à balada, a trança lateral grega é feita com o cabelo já cacheado com o *babyliss*. Ela recebe esse nome por ser mais moderna e ganhar mais movimento, já que o cabelo não está liso.

Dica do profissional
O acabamento pode ser com as pontas soltas ou presas com ligas pequenas de silicone (transparente para as loiras e preta para as morenas).

CABELOS ONDULADOS

Os cabelos a la Gisele Bündchen é um sonho para nove a cada dez mulheres. Os fios da *über model* já têm ondas naturais, mas acredite: a ferramenta que ela usa você já deve ter em casa! Basta um *babyliss* (de espessura média ou larga) e um pouco de *mousse* para garantir as ondas com aparência e volume naturais. Se não quiser deixar o cabelo 100% solto, prenda com um prendedor uma parte do cabelo.

Dica do profissional
O cabelo ondulado pode ser usado tanto durante o dia quanto à noite!

ASSISTENTE DE FOTOGRAFIA
RAFAEL LESSA
PRODUÇÃO
SAMUEL KEVINY
MODELO
LETÍCIA DE FÁTIMA
AGRADECIMENTOS
RIAN TECIDOS / AGÊNCIA PRAF MODEL / VESTIDOS DE FESTA ART DE FEMME

COQUE DESCONECTADO

A assimetria está na moda. Então, se o seu coque não é perfeito, parabéns! Este penteado é o oposto do usado pelas bailarinas: as pontinhas ficam soltas, e as voltas são aparentes. Para fazer, basta já estar com o cabelo ondulado, passar fixador, amarrar todos os fios em um rabo de cavalo e enrolá-lo. As pontas ficam presas com grampos. Garanta um cabelo perfeito durante toda a balada com cera, aplicada após o coque estar pronto.

Dica do profissional
A raiz deste penteado pode ser lisa ou cacheada, o gosto de cada pessoa é que vai decidir.

CABELOS AO VENTO

OS CUIDADOS COM O SOL NÃO DEVEM FICAR RESTRITOS À PELE. OS CABELOS TAMBÉM MERECEM TRATAMENTO ESPECIAL!

Cabelos ao vento, um sol delicioso e muita diversão para comemorar a chegada da estação mais aguardada: o verão! Mas, como nem tudo é perfeito, alguns cuidados precisam ser tomados não apenas com a pele, mas com as madeixas, que sofrem com o sol, cloro e mar. O excesso de todos eles podem danificar a queratina e a melanina dos fios, o que causa ressecamento e oxidação da cor.

Para sair bem na foto e não precisar voltar das férias direto para o salão de beleza, preparamos algumas dicas de produtos que não podem ficar de fora da sua *nécessaire*!

NATURA PLANT INTENSA
Natura
Com alta concentração de óleo de abissínia e rico em complexos de Ômega 6 e 9, o ativo possui função reconstrutora, penetrando até a última camada da fibra capilar.
Como usar: após aplicar o *shampoo* pré-tratamento, combinar a máscara de tratamento e o elixir de abissínia e deixe agir por 5 minutos. Por fim, aplique o conteúdo da ampola, espalhando mecha por mecha.
Preço: R$ 85,00

PERFUME PARA CABELOS
Natura Plant
A fragrância floral não ressaca ou deixa os cabelos com *frizz*. Pode ser aplicado em todos os tipos de cabelos, secos ou úmidos.
Como usar: borrife o produto a uma distância de 10 cm a 20 cm dos fios e o espalhe com as mãos.
Preço: R$ 45,99

NOCTO RÉPARATEUR
L'Bel
A máscara noturna é prática e indicada para quem quer manter os cabelos saudáveis, mas não quer ter trabalho.
Como usar: aplique nos cabelos antes de dormir.
Preço sugerido: R$ 49,90

CREME DE CONTROLE
Matrix
Controla por mais tempo os fios, deixando-os mais definidos e proporcionando um efeito anti-*frizz*. Apesar da textura, mantém o movimento do cabelo e proporciona um toque macio, garantindo brilho.
Como usar: ideal para ser usado antes da escova, pois proporciona proteção térmica.
Preço: R$ 75,00

CC CREAM
Kérastase
Muito utilizado na pele, o CC Crème ganha uma fórmula própria para o cabelo, rica em óleo de linhaça e filtros UV. Sua função é tratar com intensidade os fios expostos ao sol. Protege, repara e ilumina o cabelo. Indicado para todos os tipos de cabelo. Para potencializar a proteção, aplicar durante a exposição ao sol nos cabelos secos ou úmidos.
Preço: R$ 138,00

FOTOS DIVULGAÇÃO

MÁSCARA REPARADORA
L'Oréal
A linha Solar Sublime tem a função de preparar os cabelos para o sol, protegendo, nutrindo e reparando os fios. Após o sol, aplique a máscara, enriquecida com Mexoryl S.O. UV Protect, que se adere à fibra capilar, protegendo-a até o centro do cabelo. Recupera a flexibilidade e a suavidade.
Preço: R$ 111,00

TIGI ROCKAHOLIC
DIRTY SECRET DRY SHAMPOO
Bed Head
Shampoo a seco, que pode ser usado em todos os tipos de cabelo. Absorve a oleosidade da raiz e dos fios, proporcionando textura e volume ao cabelo.
Como usar: pulverizar na raiz.
Preço: R$ 89,90

TERMO PROTETOR REPARADOR AROMACOLOGIA
L'Occitane
Protege e controla os cabelos secos e difíceis. Sua fórmula possui óleos essenciais e óleo de jojoba hidratante, que ajudam a neutralizar o *frizz* e controlar os cabelos.
Como usar: aplique antes de usar o secador ou a chapinha ou a qualquer momento (cabelo seco ou molhado) para deixar o cabelo suave e sedoso.
Preço: R$ 96,00

CUIDE-SE BEM SOLAR *SPRAY* PARA PENTEAR
O Boticário
Ideal para o dia a dia, o *spray* desembaraça os fios e protege-os contra o ressecamento. Possui proteção contra raios UV e não deixa os cabelos pesados.
Como usar: aplique o produto nos fios. Não precisa enxaguar.
Preço: R$ 19,99

CUIDE-SE BEM SOLAR *SHAMPOO* E CONDICIONADOR
O Boticário
O *shampoo* não possui sal, e ambos protegem contra raios UV e prometem cabelos macios e hidratados.
Como usar: aplique o *shampoo* e, em seguida, o condicionador após um dia de sol e praia/piscina.
Preços: R$ 16,99 (shampoo) / R$ 18,99 (condicionador)

JOIAS MEMORÁVEIS

FOTOS DIVULGAÇÃO

BONS MOMENTOS SÃO FEITOS PARA SEREM GUARDADOS E COMPARTILHADOS. AS JOIAS TÊM ESSE PODER. UM SIMPLES *CHARM* CARREGA COM ELE A RECORDAÇÃO DE QUEM LHE PRESENTEOU

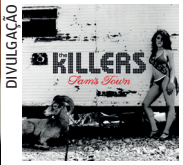
Loja 1 - *Rua José Vilar, 1471 • Aldeota • Fortaleza-CE • Tel: 85 3244.0295*
Loja 2 - *Rua Marcos Macedo, 470 • Shopping Jardins Open Mall*
Aldeota • Fortaleza-CE • Tel: 85 3047.0295
Loja Virtual - www.amotakeanap.com.br

@amotakeanap /amotakeanap

take a nap
roupas de dormir personalizadas

HELENA DE CASTRO

DIVULGAÇÃO



PARA OUVIR
The Killers - *Sam's Town* (disco) - música: *Read My Mind*

UM DOS QUATRO *CHEFS* QUE COMANDAM O *HOMENS GOURMET*, DO CANAL FOX LIFE, JOÃO ALCÂNTARA TEM A COZINHA SAUDÁVEL E O ESPORTE COMO ESTILO DE VIDA. EM ENTREVISTA, O CAPIXABA FALA UM POUCO SOBRE SUA EXPERIÊNCIA NA GASTRONOMIA

A CULINÁRIA SAUDÁVEL DE JOÃO ALCÂNTARA

Sabryna Esmeraldo
sabryna@opovo.com.br

Foi a descoberta de uma diabetes, aos 19 anos, que determinou a relação de João Alcântara com seu estilo de vida e com a gastronomia. Formado em administração de empresas com um MBA em Marketing, foi na cozinha que João encontrou sua vocação. Hoje, aos 30 anos, João desenvolveu um serviço personalizado ligado à alimentação funcional, com alimentos saudáveis e receitas cheias de sabor, em que quantidade e horário são fundamentais. Trabalha com alguns dos atletas mais renomados no mundo. Ministra aulas e *workshops* gastronômicos e tem uma empresa de Catering Gourmet para eventos de pequeno e médio porte, a Alquimia FOgO.

Além disso, o *chef* se reuniu ao time de homens que comanda o programa *Homens Gourmet*, do canal Fox Life, onde divide um pouco de sua experiência, ao lado de Carlos Bertolazzi, Dalton Rangel e Guga Rocha (e arranca suspiros de telespectadoras). Em suas redes sociais, é possível ver fotos do programa e de receitas, além de imagens de momentos no surfe e com sua sobrinha.

A *Revista Beach Park* conversou com João Alcântara, que falou sobre *chefs* que o inspiram, sua relação com a diabetes e alimentação dos brasileiros. O cozinheiro ainda dividiu dicas de cozinha saudável, contou um pouco sobre sua participação no programa e passou uma de suas receitas favoritas.

Beach Park - Como está sendo a experiência no programa *Homens Gourmet*? Tem algum momento memorável que possa citar?

João Alcântara - É incrível, para mim, poder democratizar a cozinha por meio de um programa de TV! E ainda ao lado de outros *chefs* que se tornaram amigos. Fazemos o programa com muita verdade e, por meio dela, conseguimos um retorno tão bacana do público, nosso combustível para seguir fazendo aquilo que mais ama-

mos. Um dos momentos marcantes foi a gravação do programa de festa junina, foi realmente muito divertido. Sempre amei festa junina e, naquele dia, voltei a ser criança.

BP - Para você, para ter uma cozinha saudável e saborosa, quais ingredientes não podem faltar?
João - O primeiro ingrediente para se ter uma alimentação saudável é ter bons hábitos. Compreender aquilo que nos faz bem, com uma dieta personalizada, já que somos indivíduos com características bem diferentes. Não acredito em um ingrediente comum, que não possa faltar. Aprendi que o melhor a fazer é comer com disciplina, em horários certos e de maneira correta, ponderada. É possível ter uma alimentação saudável e comer muito bem. Tenho como um dos meus principais objetivos provar que é possível aliar prazer, sabor e saúde.

BP - Descobrir a diabetes o motivou a começar a cozinhar. O que te motivou a continuar? O que te encantou na gastronomia?
João - A diabetes me fez começar a estudar o alimento como cura. Logo cheguei à cozinha profissional e me apaixonei por descobrir a potência e as infinitas possibilidades de cada ingrediente. A cozinha me convida diariamente a transformar alimentos em prazer, numa alquimia única, autoral, que retrata a minha história e os meus valores. Me apaixonei também por servir, o ato de entrega em si, onde o meu laboratório é oferecido aos comensais, com a expectativa de gerar uma experiência única, inesquecível. Hoje, estou em um momento especial, em que me descobri um grande entusiasta do trabalho em equipe, e, mais do que isso, descobri o quanto é gratificante, para mim, formar novos profissionais, de lugares e culturas diferentes. Tenho em Barcelona uma escola de formação, a FOgO. Formamos *chefs* e oferecemos a possibilidade da prática pós-formação, o momento em que, de fato, estes profissionais testam seus aprendizados e superam seus limites.

O ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL NÃO É CHATO E NEM IMPOSSÍVEL: É SIMPLES, GOSTOSO E FAZ BEM

BP - Quais são os principais desafios que uma pessoa diabética enfrenta na gastronomia?
João - Na gastronomia, assim como na vida, encaro a diabetes com tranquilidade. Temos que acolher nossa história com alegria! E entender, em cada desafio, qual o convite, a oportunidade. No meu caso, a diabetes me ensinou a disciplina, o respeito ao corpo. Aprendi a comer cuidando de qualidade, quantidade e horário. E a praticar esportes como complemento fundamental para o equilíbrio do corpo. Volto a falar de bons hábitos!

BP - Que profissionais lhe inspiraram ou inspiram até hoje?
João - No Brasil, alguns grandes nomes me trazem muita inspiração: Alex Atala, Rodrigo Oliveira, Bárbara Verzola, entre tantos outros. Tive o prazer de trabalhar com alguns deles e, cada um com sua linguagem, me mostrou a infinidade de possibilida-

TADEU BRUNELLI

des de uma cozinha. Hoje, na Espanha, admiro o Ferran Adrià, por tudo o que ele conquistou, e outros grandes da cozinha, como Michel Bras, Andoni, Arola e Martín Berasategui.

BP - Hoje, você trabalha com esportistas e também pratica vários esportes. Qual a diferença básica entre a alimentação cotidiana e a esportiva?
João - É fundamental compreender nosso próprio corpo. Existem algumas dicas muito simples de entender e que fazem toda diferença. Carboidratos, antes de praticar exercícios, são sempre bem-vindos. Logo após a prática, o ideal é o consumo de proteínas magras. Produtos, como açaí, que são ricos em gordura boa, são uma boa opção para aquele dia em que vamos enfrentar uma maratona forte de treino. É importante também o consumo de frutas e fibras para a boa alimentação, assim como alternar treinos e descansos na prática de exercícios. E alguns erros graves devem ser banidos, como treinar em jejum e ter grandes intervalos entre as refeições. São os dois principais vilões de um bom resultado. É importante o consumo de frutas e fibras e aliar à boa alimentação, treino e descanso.

BP - Qual considera o principal problema da alimentação dos brasileiros hoje? Que alimentos da nossa cultura poderiam ser melhor aproveitados nos pratos dos brasileiros?
João - O principal problema na alimentação dos brasileiros e de grande parte do mundo é que a grande maioria ainda espera por uma fórmula mágica de boa alimentação e vida saudável. Como se isto estivesse na prateleira de um supermercado, dentro de uma embalagem. Cada um de nós tem que transformar a boa alimentação e o ato de cuidar do corpo e da saúde como um valor primário da vida. Isto não está fora de nós, é algo a ser implementado com disciplina e prazer. Estamos no caminho de valorizar cada vez mais nossos produtos, defender nossa comida e nossa cultura. Comer o que vem da terra e perceber que é possível ter muito prazer com uma boa alimentação.

TADEU BRUNELLI

RECEITA

"Uma receita que tenho enorme carinho e que conta um pouco da minha história na cozinha é o Gazpacho de Açaí."
João Alcântara

GAZPACHO DE AÇAÍ E NEVE DE QUEIJO FETA

Ingredientes:
210g de polpa de açaí
52g de pepino normal
1,5g de alho
42,5g de cebola doce
7,5g de vinagre balsâmico branco
3,75g de vinagre balsâmico negro
6g de azeite extra virgem
Mel, sal, pimenta do reino
200g de queijo feta
Flores comestíveis

Utensílios:
Liquidificador ou *termomix*
Peneira
Ralador *microplane*
Pelador de legumes

Passo a Passo:
1. Descongelar a polpa do açaí (sem açúcar, sem guaraná, sem nada), apenas a polpa do açaí.
2. Descascar e tirar a semente do pepino.
3. Fazer o mesmo com o alho, retirar a parte central e escaldar.
4. Misturar todos os ingredientes e bater no *termomix* ou liquidificador. Acertar sal, mel e pimenta.
5. Passar o conteúdo pela peneira.
6. Para neve de queijo feta: congelar o queijo e passar por *microplane*.

LINHA

Hamburguesa

DO SEU JEITO

A MELHOR PARTE Sempre É O RECHEIO.

FOI POR ISSO QUE TIRAMOS O PÃO.

A PARTIR DE: R$ 8,90

CHEF THIAGO RANGEL

Bonaparte
CONQUISTE ESTE SABOR

COMPRE 5 HAMBURGUESAS E GANHE UMA CANECA EXCLUSIVA.

O BONAPARTE ESTÁ PRESENTE NO CE: SHOPPING VIA SUL, SHOPPING PARANGABA, SHOPPING DEL PASEO, SHOPPING NORTH JOQUEI, SHOPPING CARIRI, SHOPPING SOBRAL, SHOPPING IGUATEMI, NORTH SHOPPING FORTALEZA E SHOPPING RIOMAR.

*Promoção válida na compra dos pratos da linha Hamburguesa e enquanto durar o estoque.

O SUITES BEACH PARK RESORT OFERECE CONFORTO E AMPLA ÁREA DE LAZER, PROPORCIONANDO DIVERSÃO E ENTRETENIMENTO PARA TODA A FAMÍLIA

DIVERSÃO EM FAMÍ

JOÃO MELO

Janaina Flor
janainaflor@opovo.com.br

Com suítes que acomodam, confortavelmente, até seis pessoas e programação específica durante o dia e a noite, o Suites Beach Park Resort é indicado para quem procura o equilíbrio entre descanso e diversão, como famílias com crianças cheias de energia.

Os monitores do Beach Park Resort, conhecidos como Beach Friends, realizam atividades com os hóspedes das 9h às 20h com programação específica dividida em faixa etária. No Kid's Club, por exemplo, as crianças são divididas em dois grupos de acordo com a idade, e, no espaço destinado aos pequenos, há brinquedoteca, piscina, ateliê de pintura, *baby room* e copa para o uso dos pais.

Primeiro *resort* a ser construído no Beach Park, tem uma área de, aproximadamente, 12 mil m², comprovando que não falta espaço para a diversão. Com 174 apartamentos disponíveis em quatro tamanhos e tipos diferentes de plantas, há opções para todos os tamanhos de família.

Vale destacar a importância da presença dos seguranças e salva-vidas, que estão a todo momento pelo *resort* e na praia para evitar que acidentes aconteçam, dando mais tranquilidade aos pais. Os profissionais são todos treinados para ajudar em quaisquer situações.

Com fácil acesso ao parque aquático e à praia, apenas uma passarela separa o espaço desses programas. Entretanto, o próprio *resort* oferece mais alternativas para diversão ou descanso, como área *fitness*, aulas de surfe, Kid's Club, loja de conveniência, quadra poliesportiva, teatro, sauna, restaurantes, sala de internet, tenda de massagem, *playground*, hidromassagem, bar molhado e piscinas adulto/infantil.

RESORT

FOTOS JOÃO MELO

HORA DO DESCANSO

A suíte Junior é a mais vendida no *resort*. Com 48m², acomoda até dois adultos e duas crianças. As cores e decoração não fogem ao clássico rústico do *resort* e, por isso, tornam-se muito acolhedoras. O espaço possui um quarto, sala (com sofá-cama), minicopa, mesa de jantar, cofre, ar-condicionado, forno micro-ondas, televisão e frigobar.

DE CARA NOVA

O *lobby* do Suites foi recentemente reformado e está mais a cara da temática rústica seguida pelo *resort*. Com áreas espaçosas e bem divididas, há ambiente dedicado às crianças, lazer e até mesmo loja de conveniência. É possível encontrar além de salgadinhos, pães e biscoitos produzidos no próprio parque, *souvenirs* do Beach Park. Durante a noite, o destaque fica por conta da nova fachada superior interna, feita totalmente com plantas naturais e iluminada por pequenos refletores. É um espetáculo à parte!

RESTAURANTE PORTO DAS DUNAS

O restaurante do Suites também lembra a temática rústica do *resort*, com decoração em madeira e varandas em ferro. Com vista para as piscinas e ambientes interno e externo, o cardápio oferecido é muito variado, sem esquecer os sabores regionais. Todas as noites, acontecem jantares que homenageiam a culinária de vários países. Dá para sentir o gostinho de todo o mundo sem sair do Beach Park.

2014 TRAVELLERS' CHOICE™ tripadvisor®

O Suites foi o primeiro *resort* do Beach Park, e o espaço faz tanto sucesso que já foi certificado como um dos melhores hotéis do mundo para viajar em família pelo TripAdvisor. O 12º ano do prêmio Travellers' Choice escolheu os vencedores mediante avaliação e opinião de viajantes.

TODOS JÁ ESTÃO SE PREPARANDO

PARA ESTE MERGULHO. E VOCÊ?!

Em um mundo onde a diversão é movida pela água, o maior parque aquático da América Latina, o Beach Park, está se preparando para inaugurar uma loja repleta de exclusividades FINI, a marca líder em Balas de Gelatina, Marshmallows, Regaliz e Chicles.
Será um mergulho nas gostosuras do Mundo Fini, que irá deixar o seu dia ainda mais feliz.

A empresa Sánchez Cano, líder mundial no segmento, é quem está por trás da marca FINI. Com presença mundial em mais de 180 países, conquistou a posição como uma das principais produtoras de guloseimas da Europa. Além de inovadora e de contar com uma linha de produção de altíssima qualidade, é reconhecida por seus produtos de sabor e visual inconfundíveis.

Marcando cada vez mais presença na vida dos brasileiros há mais de uma década, tem em seu DNA surpreender seus fãs e consumidores.

Estamos esperando sua visita.

Abraços,

Mr. FINI.

www.**mundofini**.com.br

DIVULGAÇÃO

PARA OUVIR
Blur - *Blur* (disco) - música: *Song 2*

FOTOS DIVULGAÇÃO/ LUIZA FERRAZ

O JEITO (WEB)

SAUDÁVEL DE SER

O MOVIMENTO NAS ACADEMIAS É FOMENTADO PELAS BLOGUEIRAS E *IT-GIRLS* COM SEUS PROJETOS DE EMAGRECIMENTO E SAÚDE. COM MAIS DE 71 MIL SEGUIDORES NO FACEBOOK E MAIS DE 750 MIL *FOLLOWERS* NO INSTAGRAM, A BLOGUEIRA GABRIELA PUGLIESI É UM DOS PRINCIPAIS EXPOENTES DESSE CENÁRIO

Ícaro Paio
icaropaio@opovo.com.br

Os projetos de malhação alcançaram sucesso nas redes sociais e, hoje, cada vez mais, a web tem sido palco para as imagens de blogueiras que retratam suas rotinas diárias de alimentação saudável. Incentivadas por uma multidão de seguidores - que se sentem motivados a adotar o mesmo estilo de vida -, o sucesso virtual das jovens transformou-as em formadoras de opinião no quesito vida saudável.

No lugar do "look do dia", séries de agachamento e de exercício pesado são exibidas no Instagram. Os pratos de comida também ganham destaque, em geral, saudáveis com pouca quantidade e sempre "zero carbo". Com mais de 750 mil seguidores na rede social de fotos, a blogueira Gabriela Pugliesi se tornou uma das principais líderes na divulgação do bem-estar.

SOU SAUDÁVEL, MAS NÃO SOU NEURÓTICA. APESAR DE JÁ TER FEITO, NÃO FAÇO MAIS DIETAS RADICAIS

Formada em desenho industrial, a baiana acabou deixando a profissão de lado e criou o blog Tips4Life, onde fala sobre moda, beleza, viagem e alimentação saudável. "Criei o blog a partir da minha vontade de compartilhar os hábitos saudáveis que mudaram minha vida. Sempre gostei de incentivar, e as mudanças positivas que eu tive na minha vida com esse estilo de vida foram tão boas que queria que muitas pessoas também tivessem", afirma Gabriela.

No perfil @gabrielapugliesi (página da blogueira no Instagram) há uma espécie de *reality show fitness*. O endereço acabou se tornando um fórum de discussão sobre vida saudável. "Tento passar a ideia de uma vida equilibrada. Sou saudável, mas não sou neurótica. Apesar de já ter feito, não faço mais dietas radicais. Acabo dividindo o que sei e o que me faz bem hoje. Minha filosofia está no equilíbrio, na felicidade e em cuidarmos do nosso corpo como se fosse nossa casa, porque é! Tento passar a ideia de que o estilo de vida saudável não é chato e nem impossível: é simples, gostoso e faz bem", explica.

Treinando uma hora e meia por dia, praticamente todos os dias da semana, a baiana revela mudar frequentemente suas atividades físicas. No momento, ela diz estar "em adoração à aeróbica" e voltou à fase da corrida.

Além da boa forma física, Gabriela diz o que melhorou na sua vida após se preocupar mais com a alimentação e o bem-estar do corpo: "Estética, horas de sono, humor, energia, disposição e fatores hormonais também foram beneficiados".

Nessa jornada saudável, Gabriela é amparada por alguns profissionais da área – a exemplo do *personal trainer* Thiago Parra e das nutricionistas Ale Luglio e Alessandra Feltre – e, hoje, ela é referência no segmento *fitness*. "Quando quero abordar algum assunto mais técnico, este é sempre assinado pela minha nutricionista. Minhas dicas são leves, sou uma incentivadora e estou ali apenas para motivar mesmo", comenta a autora do livro *Raio X -Gabriela Pugliesi*, lançado no início deste ano, onde conta um pouco de sua história e reúne os seus segredos para manter a forma, com sugestão de cardápio e dicas.

FOTOS DIVULGAÇÃO

Tênis Asics Gel-5
(Asics/Netshoes, por R$ 999,90)

Kit ACTE Sports Force
(ACTE Sports/Kanui, por R$ 136,00)

Bolsa Floralina Adidas
(FARM, por R$ 259,00)

Look Track & Field
Regata R$ 139,00
Top R$ 129,00
Legging R$ 198,00
Tênis One Running
R$ 499,90

HORA DE MALHAR

O setor de *fitness* no Brasil ganha contornos de primeiro mundo. O país segue na dianteira do mercado mundial nos últimos dez anos e já é considerado o maior da América Latina em número de academias, além de ocupar o segundo lugar no mundo. Em *ranking* divulgado pela Associação Brasileira de Academias (Acad), o Brasil figura no 10º lugar entre os países que mais faturam no segmento. De acordo com a instituição, este nicho atende mais de seis milhões de pessoas e chega a movimentar R$ 2,3 bilhões no cenário brasileiro.

COMPRAS, LAZER E ENTRETENIMENTO PARA TODA A FAMÍLIA.

Se você está procurando diversão em família, o Via Sul Shopping tem tudo o que você precisa. Com uma programação diversificada e uma estrutura completa que oferece conforto e lazer de domingo a domingo. Shows, peças teatrais, espetáculos infantis e grandes sucessos do cinema estão dentre as diversas opções que você e sua família poderão desfrutar.

- 06 lojas-âncora
- 130 lojas
- Playbox
- Praça de alimentação
- 06 salas de cinema, sendo 02 com 3D
- Teatro com 733 lugares

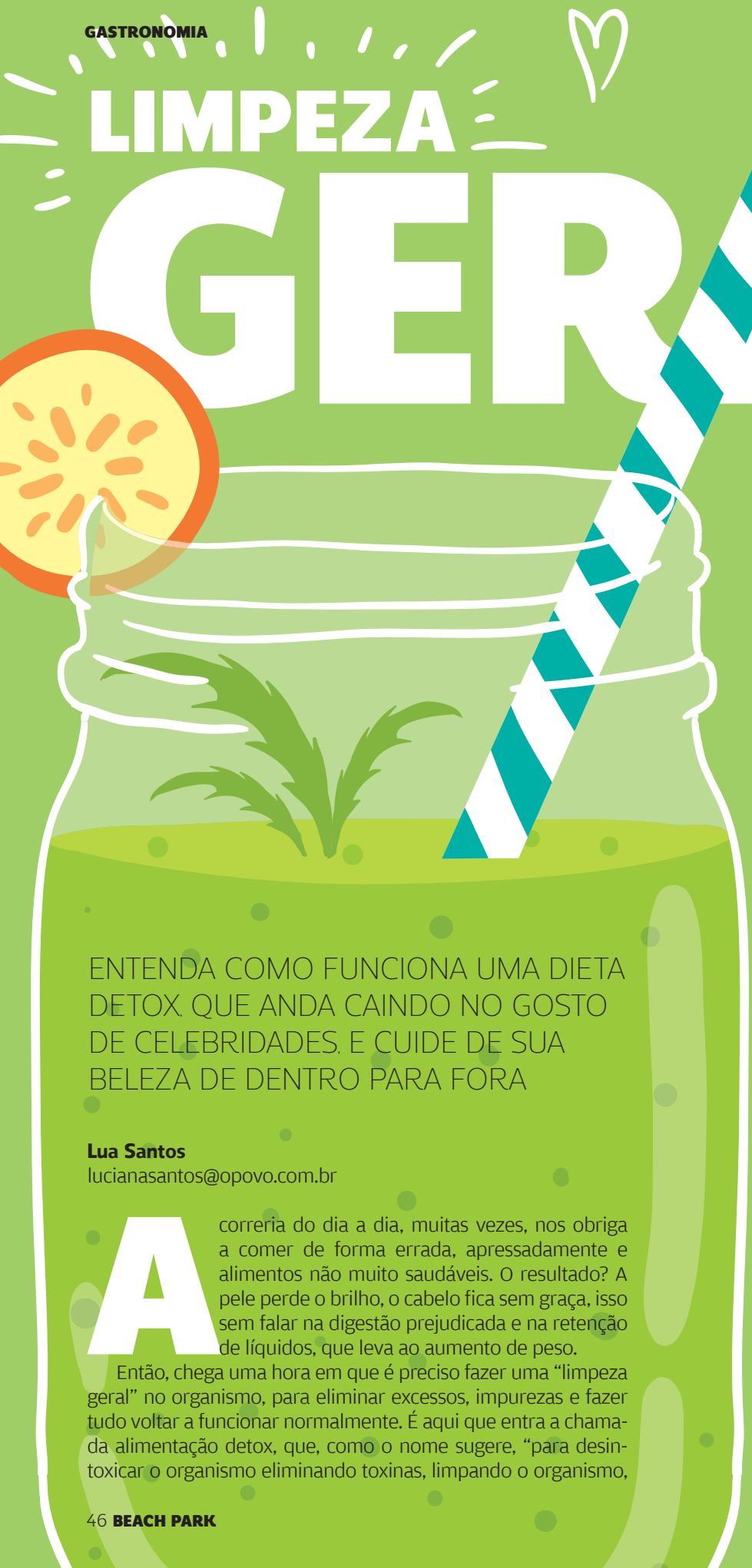
@shopping_viasul
fb.com/viasulshopping
www.shoppingviasul.com.br
@viasulshopping

ANCAR IVANHOE shopping centers

VIVA CADA MOMENTO

VIA SUL SHOPPING FORTALEZA

LIMPEZA GERAL



ENTENDA COMO FUNCIONA UMA DIETA DETOX, QUE ANDA CAINDO NO GOSTO DE CELEBRIDADES, E CUIDE DE SUA BELEZA DE DENTRO PARA FORA

Lua Santos
lucianasantos@opovo.com.br

A correria do dia a dia, muitas vezes, nos obriga a comer de forma errada, apressadamente e alimentos não muito saudáveis. O resultado? A pele perde o brilho, o cabelo fica sem graça, isso sem falar na digestão prejudicada e na retenção de líquidos, que leva ao aumento de peso.

Então, chega uma hora em que é preciso fazer uma "limpeza geral" no organismo, para eliminar excessos, impurezas e fazer tudo voltar a funcionar normalmente. É aqui que entra a chamada alimentação detox, que, como o nome sugere, "para desintoxicar o organismo eliminando toxinas, limpando o organismo, fazendo uma espécie de 'faxina'", explica a nutricionista Juliana Barros, referência em nutrição funcional. "Assim, nosso organismo funcionará melhor, o metabolismo se tornará mais acelerado, o intestino melhora, (diminui) a retenção de líquido, os sintomas de enxaqueca, fadiga e o cansaço."

DETOX X FUNCIONAL

Muito tem se falado em nutrição funcional e dietas desintoxicantes. Na televisão e na internet, várias celebridades associam o segredo da boa forma a este tipo de alimentação. Mas o que nem todo mundo sabe é que os termos "dieta detox" e "dieta funcional" não são bem sinônimos. "O detox é um tipo de dieta da nutrição funcional, linha em que trabalhamos com as propriedades funcionais dos alimentos, extraindo os efeitos que eles proporcionam a nossa saúde", esclarece Juliana.

Ou seja, a alimentação voltada para a desintoxicação do organismo está inserida dentro da nutrição funcional, que busca extrair dos alimentos o melhor de suas qualidades nutricionais.

CADA DIETA EM SEU LUGAR

Diante de tantos benefícios, não é difícil imaginar que uma dieta deste tipo logo caia nas graças de muita gente. Afinal, são muitas promessas, não é mesmo? Mas Juliana alerta que é preciso cautela. "O processo de detox deve ser feito sem misturar com outras dietas. Para que haja efeito, devemos seguir direitinho o plano detox!" Então, nada de juntar uma alimentação desintoxicante com outras dietas para perder peso. É preciso fazer uma coisa por vez e ter sempre o acompanhamento de um profissional.

A sua onda.
92 9
rádio
Beach Park
radiobeachpark.com.br

TOQUE REGIONAL

FRANJAS, RENDAS, BORDADOS... A MODA COM PEGADA ARTESANAL NUNCA ESTEVE TÃO EM ALTA. INDO DA PRAIA AOS EVENTOS NOTURNOS, ESSES *LOOKS* COMBINAM COM A ESTAÇÃO MAIS QUENTE DO ANO E SE SUSTENTAM SOZINHOS

TEXTO Larissa Viegas FOTOS Ethi Arcanjo BELEZA Luana Cavalcante ESTILO Samuel Keviny

Maiô com maxi decote *animal print* **KERK**

Poncho em "V" com maxi franjas **ALMERINDA**

Cropped e
calça vazada
branca em
richelieu e
renascença
ALMERINDA

Cropped e saia longa *nude* com detalhes em renascença
ALMERINDA

Vestido longo esmeralda em renascença **ALMERINDA**

Brincos de metal **FF ACESSÓRIOS**

ASSISTENTE DE FOTOGRAFIA **DUDA ARARIPE**
PRODUÇÃO **SAMUEL KEVINY**
MODELOS **BIA GUANABARA E JESSICA VILELA**
AGRADECIMENTOS **LIANA MONTENEGRO E LUDMILLA MELO**

ALMERINDA
(85) 3498 5399
JACRIS
(85) 3287 4321
KERK PRAIA
(85) 3246 3440
FF ACESSÓRIOS
(85) 3264 4546

DIVULGAÇÃO

PARA OUVIR
Rascal Flatts (*cover*) - *Me and My Gang* (disco) - música: *Life's a Highway*

FOTOS DIVULGAÇÃO/HOTEL VILLAMANGO

QUE TAL ALGUNS DIAS DE CALMARIA, CONTATO COM A NATUREZA E ZERO SINAL DE CELULAR? SEU DESTINO É ICARAIZINHO DE AMONTADA

Larissa Viegas
larissaviegas@opovo.com.br

Imagine-se pegando a estrada e percorrendo um pouco mais de 220 km em direção ao pôr do sol. A parada é em um local calmo, intocado e rico em belezas naturais. Essa é a praia de Icaraí de Amontada, também chamada de "paraíso" pelos seus visitantes.

Na maré baixa, o mar se transforma em piscinas naturais. Enquanto isso, mais ao fundo, atletas se divertem com os fortes ventos, propícios para a prática de *wind* e *kitesurf*. Icaraizinho, nome carinhoso dado pelos seus moradores, é uma válvula de escape da rotina da cidade e do agito de outras praias do Ceará.

E foi essa calmaria que atraiu a advogada Christiane Maldonado para o local. A viagem teve como "pretexto" o seu aniversário, e a comemoração contou com a companhia de duas amigas. "Pesquisava sobre cantos para viajar. Em um dia de bobeira na internet, apareceu um cupom de compra coletiva e foi a chance de ir", explica.

Christiane passou três dias de *relax*, sol e conversas com as amigas. E completa: "Sem televisão, só com algumas mp3 que tinham no celular e pouquíssimo acesso a Wi-Fi, porque 3G não pegava de jeito nenhum e nem sinal de celular tinha".

Os passeios foram acordados com um profissional indicado pelo hotel e também seguiram a linha *relax*: La-

goa de Sabiaguaba (que, na época das chuvas, ganha também os Lençóis Cearenses), canoa pelo rio Aracatiaçu, pôr do sol e ostras.

Outros passeios podem ser feitos pela praia de Moitas, a 6 km da vila, um pouco mais movimentada, com barracas à beira-mar e barquinhos atracados, além do vilarejo de Caetanos, com mar calmo e os coqueiros, as principais características desta belíssima praia.

ONDE FICAR:

Pousada Villa Mango
www.villamango.com.br
Café Zapata
www.cafezapata.com.br
País Tropical
www.pais-tropical.com
Hula Hula Brazil
www.hulahulabrazil.com

ONDE O SOL SE PÕE

Jericoacoara

Jericoacoara integra diversos *rankings* nacionais e internacionais que listam as praias mais bonitas. Conhecida como Jeri, mantém a tradição de ruas sem asfalto, pôr do sol na duna, passeios para a icônica pedra furada, esportes como Stand Up Paddle e, claro, descanso sob o sol.

Preá

Porto do Barco

Almofala

Icaraí de Amontada

Mundaú

Bitupitá

Pontal das Almas

A última praia do litoral oeste do Ceará faz fronteira com o Estado do Piauí. Localizada na cidade de Barroquinha, Pontal das Almas se destaca pelo passeio de barco a motor. A praia deserta é repleta de histórias sobrenaturais.

Camocim

O município é a terra do aviador Pinto Martins (que dá nome ao aeroporto internacional de Fortaleza) e tem nome indígena. Não faltam diversão e belezas naturais na região, como a praia de Barra dos Remédios, onde é possível ver o encontro do Rio dos Remédios com o mar.

Aranaú

A praia de Aranaú possui uma larga faixa de areia batida e plana, decorada por coqueiros e barcos de pescadores. O local é ideal para quem quer relaxar e aproveitar o mar calmo, seja para um tranquilo banho ou para a prática de esportes, como caiaque e vela. Para quem aprecia uma pescaria, Aranaú é um bom local.

Torrões

O município de Itarema abriga algumas praias pouco conhecidas até mesmo pelos cearenses. Entre elas está Torrões e suas belezas naturais. As paisagens são compostas de dunas, manguezais, rios e coqueiros. Entre os destaques está um porto natural, onde atracam os barcos recheados de lagostas dos pescadores locais.

Que tal colocar o pé na estrada em busca do pôr do sol perfeito? Para isso, nada melhor que uma *roadtrip* pelo litoral oeste do Ceará. São quase 450 km, da capital Fortaleza até a fronteira com o Piauí. E a paisagem não poderia ser mais paradisíaca. No caminho, as belezas naturais surpreendem até os mais viajados. Também pudera: tem mar, rio, mangue, areia branquinha que compõe faixas litorâneas planas e dunas, que convidam para um passeio de *buggy*, e uma gastronomia rica e cheia de sabores. Vamos nessa?

Infográfico:
Ramon Cavalcante
ramon@opovo.com.br

DE OLHO NA MALA

CONFIRA UMA SÉRIE DE DICAS PARA GARANTIR QUE VOCÊ LEVE TUDO O QUE PRECISA NA MALA SEM ESQUECER NADA E SEM PAGAR EXCESSO DE PESO COM O QUE É DESNECESSÁRIO

Lua Santos
lucianasantos@opovo.com.br

Quem nunca teve problemas na hora de fazer a mala, que atire a primeira peça de roupa! Seja levando coisa demais e não usando nem metade ou esquecendo coisas importantes e tendo que comprar tudo novo no destino. A sua forma de fazer a mala pode, por fim, dar uma grande dor de cabeça na sua viagem.

Chamamos, então, a consultora de estilo Luciana Carvalho para dar dicas para você viajar leve e sem deixar nada importante em casa. Confira abaixo:

1. Arrume com antecedência

Para Luciana, a mala deve ser organizada duas semanas antes da viagem. “A gente prepara e seleciona as peças que quer levar e, às vezes, a gente vê que elas estão sujas e precisam lavar ou precisam de conserto. Então, tem tempo de fazer esses ajustes.”

2. Otimize o espaço

Leve poucos sapatos, que ocupam muito espaço. "O interessante é que você vá com a roupa que ocupe mais espaço. Por exemplo, o casaco você leva na mão. Você pode viajar também com a bota, sempre pensando em viajar confortável.”

3. Faça uma mala versátil

Leve peças que combinem entre si. “Procure não levar uma calça e uma blusa, uma camisa e uma saia para cada dia. Melhor você pensar em *looks* que funcionem com outros.”

4. Não confie na memória

Faça uma listinha de tudo o que você pretende levar e vá marcando o que já colocou na mala. “Faço sempre listinha do que levar, inclusive de *nécessaire*. [Não se esquecer de] colocar remédios que sempre usa, o que você tem que tomar todo dia colocar na bolsa.”

5. Prove antes de guardar

Nada mais chato que imaginar um *look* e ele não funcionar no corpo. Para evitar isso, prove os *looks* com os acessórios antes de colocar na mala. “É interessante também para lembrar das combinações que você fez.”

JACRIS
Do tamanho da sua imaginação.
www.jacris.com.br

DIVERSÃO E CULTURA EM FORTALEZA

ENTRE BELAS PRAIAS E PASSEIOS POR FEIRINHAS E PARQUES, A CAPITAL CEARENSE TAMBÉM OFERECE UMA PROGRAMAÇÃO DE FESTAS E EVENTOS

ETHI ARCANJO

PRÉ-CARNAVAL

Após curtir as festas de fim de ano, é hora de... Mais festa! Nos quatro finais de semana antes do Carnaval, **blocos de samba** e outros ritmos se apresentam em diferentes bairros de Fortaleza, reunindo milhares de foliões nas ruas. Toda a programação é gratuita.

DAVID GUETTA

Categoria: show
Data: 10 de janeiro de 2015
Censura: 16 anos
Onde: Centro de Eventos do Ceará

ELLEN VON UNWERTH/DIVULGAÇÃO

FESTIVAL DE JAZZ & BLUES

Opção diferente para o Carnaval, o festival reúne músicos que trazem o jazz e o blues para um importante destino turístico cearense.
Categoria: festival
Data: de 14 a 17 de fevereiro de 2015 em **Guaramiranga** de 19 e 20 de fevereiro em **Fortaleza**
Mais info.: jazzeblues.com.br

TALITA ROCHA

RÉVEILLON MARINA PARK

Categoria: show
Atrações: Bell Marques, Fernando e Sorocaba, Banda Acaiaca e Mr. Babão
Horário: 20h às 6h
Onde: Marina Park Hotel
Data: 31 de dezembro
Mais info.: (85) 3272 9100

FOTOS DIVULGAÇÃO

PE. FÁBIO DE MELO

Categoria: show
Data: 13 de dezembro de 2014
Onde: Ginásio Paulo Sarasate
Horário: 21h
Info.: (85) 8551 8138

GEORGIA SANTIAGO

NAÇÃO ZUMBI

Categoria: show
Data: 6 de dezembro de 2014
Onde: Praça Verde – Centro Dragão do Mar de Arte e Cultura
Info.: (85) 3488 8600

ALEX COSTA

KAISER FEST

Categoria: show
Data: 12 e 13 de dezembro de 2014
Horário: 20h
Atrações:
- Sexta: Thiaguinho, Imaginasamba, Léo Santana e Pé de Ouro.
- Sábado: Sorriso Maroto, Mumuzinho, Harmonia do Samba, Luis Marcelo e Gabriel e Forró dos Amigos.
Censura: 16 anos
Onde: Siará Hall
Info.: (85) 3278 8400

GREENDAY ECO FESTIVAL 2014

Categoria: show
Atrações: Natiruts e Monobloco
Data: 27 de dezembro de 2014
Onde: Barraca Biruta
Info.: (85) 3052 9900

Body em
estampa digital
KERK
Body em estampa
digital **KERK**
Brincos de pérola
MANIX

PÉ NA AREIA

PARA CURTIR AQUELE PASSEIO AO SOL, NADA MELHOR DO QUE USAR ROUPAS E ACESSÓRIOS ADEQUADOS E ANTENADOS COM AS ÚLTIMAS TENDÊNCIAS DA MODA. VEJA ALGUMAS DICAS

Giorgio Armani
Óticas Carol - R$ 1.305,00

Bolsa Lenny Niemeyer
Rio Azul - R$ 340,00

FOTOS DIVULGAÇÃO

FOTOS DIVULGAÇÃO

Sunga Havaianas Beachwear
Adulto
R$ 109,90

Boné Track & Field
R$ 69,00

Óculos Dolce & Gabbana
Óticas Carol
R$ 700,00

Bermuda Havaianas Beachwear
R$ 169,90

Biquíni em crochê colorido **KERK**

Brincos rendados em metal **KERK**

Sunga listrada **JACRIS**

PARA LEVANTAR O OLHAR

NESTE VERÃO, OS OLHOS PEDEM PROTEÇÃO E MUITO ESTILO. ÓCULOS PARA CADA OCASIÃO É TUDO

Empório Armani
EA4025-5017/11
Óculos de sol
R$ 450,00

Prada
PR08Q ROL-0A6
R$ 850,00

Evoke -
Evoke Wood
Series-03
Cherry
Madeira
R$ 750,00

Oakley
Frogskins 9013 24-297
Polarizado
R$ 440,00

Tiffany & Co.
TY4088-
8134/3B
R$ 899,00

FOTOS DIVULGAÇÃO

H2OH!
limoneto
31% DE SUCO
REFRIGERANTE DE LIMÃO DE BAIXA CALORIA
COM SUCO DE FRUTA NATURAL
ÁGUA, ZERO AÇÚCAR
FONTE DE VITAMINAS
LEVEMENTE GASEIFICADO
500ml
BEBIDA DE BAIXA CALORIA
H2OH!® Limoneto.™
ABSURDAMENTE REFRESCANTE.
Refrigerante de baixa caloria. Levemente gaseificado.
Fonte de vitaminas B3, B5 e B6.
Imagens ilustrativas.

POR TRÁS DAS BRINCADEIRAS

FUNDAMENTAL PARA O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DE QUALQUER CRIANÇA, O ATO DE BRINCAR ESTIMULA A IMAGINAÇÃO DOS PEQUENINOS, ALÉM DE AUXILIAR NA COMPREENSÃO DO MUNDO E DOS COMPORTAMENTOS HUMANOS

DIVULGAÇÃO

PARA OUVIR
The Naked Brothers Band - *Naked Brothers Band* (disco) - música: *Banana Smoothie*

Ícaro Paio
icaropaio@opovo.com.br

"Sol, bicicleta, skate, calção... gritaria, jardim, confusão...", assim é na canção *Criança Não Trabalha*, da dupla Palavra Cantada, que fala do que há de melhor na infância: a brincadeira. Em tempos de agendas superlotadas, muitos pais acabam deixando de lado as horas de lazer dos filhos e que são tão necessárias para o desenvolvimento intelectual e cognitivo dos pequenos. "Quando uma criança inventa uma brincadeira, é muito mais que um jogo, mas a forma como ela entende aquela situação. Em geral, são contextos que fazem parte do seu cotidiano. É através do brincar que ela externa como se sente", afirma a psicóloga Marcela Clementino.

Preparar o sujeito para a vida adulta. Assim, podemos resumir os benefícios da brincadeira. Entre os principais aspectos positivos, pode-se destacar: a interação social, quando realizada em grupo, e a experimentação dos limites, a partir do primeiro contato com as regras de cada jogo. "No meio de tanta diversão, a criança aprenderá regras sociais, respeito ao outro, espírito esportivo, convivência em sociedade e outros valores essenciais para quando crescerem", explica Marcela.

Para a psicóloga, as escolhas e preferências que os pequeninos demonstram - mesmo nos momentos das brincadeiras - podem indicar, direta ou indiretamente, a formação da personalidade. "Não se pode definir a personalidade da criança apenas com uma forma de brincar ou uma preferência. A identidade dela é construída a partir dessas experiências infantis. É com o brincar que ela demonstra sua imaginação, o que vivencia e o que vivenciará no seu cotidiano. Os jogos infantis permitem que ela experimente vários contextos e características, a exemplo da identificação, agressividade, criatividade e habilidades inerentes ao ser. No entanto, devemos ter cuidado com os estigmas ditados pela sociedade, pois não é só a brincadeira que formará e fechará a personalidade da criança, mas uma série de fatores também devem ser observados", ressalta.

BLUEORANGE STUDIO/ SHUTTERSTOCK

DICAS PARA OS PAIS

ESTIMULE E PARTICIPE
Brincar é um processo de interação e de aprendizagem mútua e é, nesse momento, que se pode conhecer mais sobre seus filhos e formar vínculos fortes, facilitando a educação ao decorrer da vida.

RESPEITE OS LIMITES
Fique atento à idade da criança, compreenda suas dificuldades, tenha paciência e ressalte o que eles possuem de melhor.

DE OLHO NA TECNOLOGIA
Vivemos em um mundo em que é quase impossível não ter contato com a tecnologia, mas esta pode atrapalhar o desenvolvimento das crianças em certos momentos. Com a grande demanda de brinquedos tecnológicos e jogos virtuais, sugere-se que, quando possível, os pais estimulem a criatividade, imaginação e realize atividades manuais, como artesanato, pintura, contação de histórias, desenhos, entre outros.

VIVA O PASSADO
Relembre e passe para os pequeninos um pouco da experiência que teve quando tinha a mesma idade. Ensine brincadeiras antigas, assim tornará seus filhos mais participativos no processo de crescimento. Usem a criatividade!

O BRINQUEDO IDEAL

Segundo Marcela, "o brinquedo é apenas o instrumento que incentiva a aprendizagem". Para ela, o principal, no ato de brincar, é a forma, as estratégias e as habilidades usadas. "Há brinquedos que ajudam no desenvolvimento da coordenação motora, da inteligência, da imaginação, entre outros. O importante é ficar atento ao brinquedo ideal, pois eles devem ser escolhidos de acordo com as necessidades e contexto que a criança vive, além do que se quer estimular. Se quisermos conhecer um pouco dessa criança, deixá-la livre para escolher as brincadeiras é uma boa opção", indica a psicóloga.

Body em lycra
com detalhe de
tule e saia rodada
JACRIS

T-shirt em
degradê e short
tactel floral
JACRIS

FOFURAS *FASHION*

CORES, MUITAS CORES! A MODA INFANTIL PEDE SEMPRE *LOOKS* ALEGRES, LEVES E CONFORTÁVEIS. AFINAL, A BRINCADEIRA NÃO PODE PARAR!

TEXTO Larissa Viegas FOTOS Ethi Arcanjo
Beleza Luana Cavalcante Estilo Samuel Keviny

Vestido rodado
JACRIS

Camisa polo,
short jeans e
dockside infantil
JACRIS

ASSISTENTE DE FOTOGRAFIA
DUDA ARARIPE
PRODUÇÃO
SAMUEL KEVINY
MODELOS
ARTHUR ARAUJO E VICTORIA XIMENES
AGRADECIMENTOS
LIANA MONTENEGRO E LUDMILLA MELO

ALMERINDA
(85) 3498 5399
JACRIS
(85) 3287 4321
KERK PRAIA
(85) 3246 3440
FF ACESSÓRIOS
(85) 3264 4546

DA PRAIA PARA AS COMPR

ARQUITETURA MODERNA, PRODUTOS DE QUALIDADE E MUITAS OPÇÕES DE LAZER FAZEM PARTE DOS DIFERENCIAIS DO VIA SUL SHOPPING

Passear em Fortaleza durante as férias é sinônimo de vários programas interessantes, tanto para curtir em família quanto a dois ou, até mesmo, sozinho. De praias e pontos turísticos, as opções são várias. E, claro, toda viagem tem aquele momento reservado para fazer compras, não é mesmo?

Com arquitetura moderna e amplo espaço, o Via Sul Shopping foi inaugurado em 2008 e, de lá para cá, tornou-se referência de lazer em entretenimento na área onde está localizado. A região recebe, cada vez mais, novas famílias, colégios, faculdades, além do Centro de Eventos do Ceará, inaugurado em 2012. Também é o shopping mais perto do Beach Park.

No início de 2014, o Via Sul Shopping passou a ser administrado pela Ancar Ivanhoe. Pioneira no setor de *shopping centers,* a empresa é uma das líderes do mercado, com mais de 40 anos de atuação. Sua história teve início na década de 1970, quando ingressou na indústria como uma das responsáveis pelo desenvolvimento do segundo shopping construído no Brasil: o Conjunto Nacio-

VAMOS, CADA VEZ MAIS, TRABALHAR COM AÇÕES DE ENCANTAMENTO PARA OS CLIENTES

nal Brasília. Em 2006, associou-se à canadense Ivanhoe Cambridge e continuou sua trajetória em constante expansão. Atualmente, a Ancar Ivanhoe está presente nas cinco regiões do Brasil e conta com 23 empreendimentos em seu portfólio, entre shoppings em operação e em desenvolvimento.

O shopping já oferecia um completo *mix* de lojas e, agora, chega com novidades, como LG, Calvin Klein, Helado Monterrey, entre outras.

UM *MIX* DE ENTRETENIMENTO

A cada dia, o espaço oferece, ainda, uma programação diferenciada de entretenimento a seus visitantes. Grandes nomes, como Luiza Possi, Dado Villa-Lobos e The Fevers já passaram pelo Palco Via Sul, animando todas as gerações.

Nos fins de semana, o shopping oferece também teatro infantil, apresentações musicais, oficinas de balão, pintura, interação com bonecos e muita diversão. "Vamos, cada vez mais, trabalhar com ações de encantamento para os clientes. Nosso objetivo é proporcionar a cada um deles uma experiência única enquanto estiverem aqui no Via Sul", destaca Girlaine Caldas, gerente de marketing do shopping.

CULTURA NO VIA SUL

Para quem acha que shopping é só para compras, arte e cultura também estão no rol de atrações oferecidas pelo Via Sul. A começar pelos cinemas, composto por salas confortáveis e modernas.

Mas o grande destaque fica para o Teatro Via Sul. Com estrutura moderna, ele possui um ambiente aconchegante, capacidade para 733 convidados, alta tecnologia de som, palco e luz computadorizada. O palco do Teatro do Via Sul Shopping já recebeu diversos atores de destaque, como Miguel Falabella, Deborah Secco, Gracindo Júnior, Arlete Salles e Susana Vieira.

"Eu sempre venho ao Via Sul, pois eu consigo fazer minhas compras, estacionar em um local seguro e ainda assistir a grandes espetáculos, tudo em um só lugar", afirma Rafael Gomes, advogado e cliente do shopping.

SERVIÇO

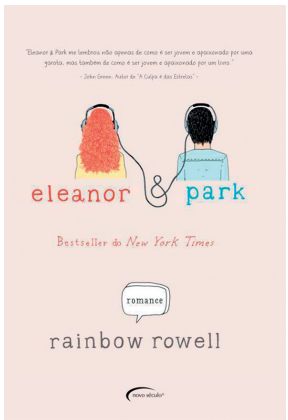
Via Sul Shopping
Av. Washington Soares, 4335
Aberto de: segunda a sábado, das 10h às 22h, e, aos domingos e feriados, das 14h às 21h.

FOTOS DIVULGAÇÃO

NA BAGAGEM

FILMES, LIVROS E APLICATIVOS PARA CURTIR A PRAIA DA MELHOR FORMA POSSÍVEL

LIVRO



Um romance *geek*

Eleanor e Park são dois jovens *geeks*, fãs dos mesmos títulos de quadrinhos e das mesmas bandas. Aos 16 anos, os dois se apaixonam ao som de The Cult e The Smiths e vivem uma história sarcástica, sincera e que envolve a surpresa e frustração do primeiro amor.

ELEANOR & PARK
Autora: Rainbow Rowell
Editora: Novo Século
328 páginas

Pedidos de amor

Pouco antes de morrer, a mãe de Samuel pede que ele vá ao encontro do pai e do avô que nunca conheceu. Ao chegar à pequena cidade de Candeia, encontra abrigo na cabeça oca de uma estátua de Santo Antônio, passando a ouvir as preces de mulheres por amor.

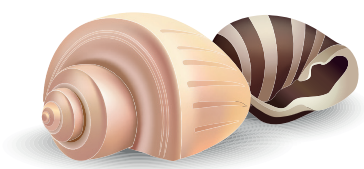
A CABEÇA DO SANTO
Autora: Socorro Acioli
Editora: Companhia das Letras
176 páginas

APLICATIVOS

Compartilhando os cliques

Que tal fotografar ou enviar um vídeo das belezas naturais da praia do Beach Park? Com o **Snapchat** você compartilha tudo isso com múltiplas pessoas simultaneamente e, ainda, pode configurar o tempo de exibição, bem como personalizar com textos e ferramentas de desenho.
Disponível para iOS e Android

CANTANDO COM A LETRA
Bateu aquela vontade de reunir os amigos para tocar violão e cantar à beira da piscina de algum dos *resorts* do Beach Park? O aplicativo **Lyrically** agrega letras de música para te ajudar a não fazer feio!
Disponível para iOS



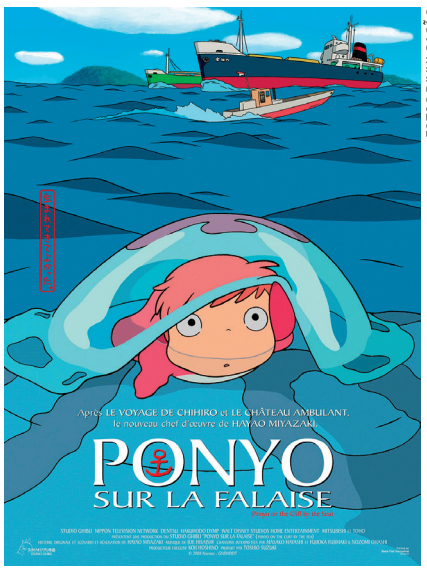
MÚSICA

Bossa Negra

Dois dos maiores expoentes da nova geração da música brasileira, o cantor Diogo Nogueira e o instrumentista Hamilton de Holanda reúnem no disco *Bossa Negra* ritmos como jazz, choro e samba. Inspirados em *Os Afrosambas* de Baden e Vinicius, o disco traz recriações de artistas brasileiros e composições autorais.

GHOST STORIES
Sexto álbum de estúdio do Coldplay, o disco reúne alguns dos maiores sucessos da banda, como *Magic*, bem como novas composições. A faixa *Midnight* traz a presença de uma harpa a *laser*, que o público pôde notar no mais recente show da banda no iTunes Festival.

FILME



FOTOS DIVULGAÇÃO

Uma aventura à beira-mar

Ponyo é uma princesa peixinho-dourado que deseja muito virar humana. Um dia, ela foge do mar e vai parar na encosta, onde conhece o garotinho Sosuke, que promete protegê-la para sempre. A amizade sobre a qual conta a animação do Hayao Miyazaki, produzida pelo Studio Ghibli, rende uma bela aventura para toda a família.
Direção: Hayao Miyazaki
Gênero: fantasia/aventura

CALVIN E HAROLDO
Dear Mr. Watterson conta a história de Bill Watterson e da criação do famoso quadrinho *Calvin e Haroldo* (*Calvin&Hobbes*). É oferecido pelo Netflix e interessante, por mostrar o grande peso cultural da obra.
Direção: Joel Allen Schroeder
Gênero: documentário

CELSO OLIVEIRA

PORTO DAS DUNAS

Formação de dunas e o contorno dos rios, em Aquiraz, pelas lentes do fotógrafo Celso Oliveira

O maior parque de aventura do Ceará.

slogan

Localizado em Maranguape, a 30km de Fortaleza, o Complexo Turístico iPark é o lugar perfeito para quem curte ecoturismo, aventura, cultura e culinária regional. Maior parque de aventura do Ceará, o iPark reúne mais de 30 atrações para todas as idades, divididas entre os Campos de Lazer, Tático e de Aventura. Passeios de Charrete e de Jardineira, Pedalinho no Lago, Arco e Flecha, Muro de Escalada, Paintball, Banana Boat e Arvorismo são algumas das atividades do local. iPark - Pratique Natureza.

Located in Maranguape, distant 30km from Fortaleza, iPark Tourist Complex is the perfect place for those who enjoy ecotourism, adventure, culture and regional gastronomy. The largest adventure park of Ceará State, iPark, has more than 30 attractions for all ages spread through the Leisure Field, the Tactical, and the Adventure Field. Carriage and wagon ride, paddle boat in the lake, bow and arrow, climbing wall, paintball, banana boat and tree-top adventures are some of the activities in the place. iPark - Practice Nature.

iPark
COMPLEXO TURÍSTICO
PRATIQUE NATUREZA
MARANGUAPE-CE

www.ipark.tur.br

(85) 3341.0407

iParkOficial

@iparkoficial

PROMOÇÃO

PODE SER™ SHOW

PODE SER AGORA

the Voice Brasil

VOCÊ EM UMA ÁREA EXCLUSIVA NA FINAL DO THE VOICE BRASIL.

E VOCÊ AINDA CONCORRE A GELADEIRAS PEPSI® SOUND E FONES PEPSI.

ENCONTRE O CÓDIGO NAS EMBALAGENS DE REFRIGERANTE PEPSI E CADASTRE NO SITE.

www.pepsi.com.br

PEPSI, PEPSI TWIST e PODE SER são marcas de titularidade da Pepsico, Inc.

© 2014 The Voice Brasil Talpa Content sob licença TV GLOBO

PROMOÇÃO VÁLIDA PARA: pepsi | pepsi light | pepsi twist | pepsi twist zero

Participação na promoção válida da 0 hora do dia 23/9/2014 até as 23h59 do dia 2/12/2014 (horário oficial de Brasília), mediante a compra de produtos da marca participante (exceto lata) e inscrição no site www.pepsibrasil.com.br/podesershow. Será considerado válido o cadastro de um código por embalagem e, no máximo, o cadastro de 50 códigos por dia por CPF. Consulte as datas dos sorteios e outras informações no regulamento no site www.pepsibrasil.com.br/podesershow. Certificado de Autorização CAIXA Nº 1-1741/2014.