

# GOL

## O BRASIL LÍQUIDO

A combinação irresistível entre  
o calor humano e a tecnologia  
de ponta produziu mais um brasileiro  
que o mundo inteiro ama:

**ÍTALO FERREIRA**

Campeão olímpico e mundial.  
No surf e na vida.

PARCEIRAS:

AIRFRANCE / KLM







# HERING

O BÁSICO DO BRASIL®

## INVERNO VIBRANTE

Os tricôs confortáveis e  
coloridos que você vai querer  
usar nos dias mais frios!



## HERING

O BÁSICO DO BRASIL

Instagram icon hering\_oficial

HERING.COM.BR





Meio Ambiente

ESG



Compensar o carbono  
do seu voo custa menos  
do que você imagina.

SP ✈ RJ

R\$3,44

Todos nós, pessoas e empresas, temos uma pegada de carbono no Planeta e, quando viajam de avião, não é diferente. Na parceria GOL + MOSS, **pelo preço de um PICOLÉ**, você faz a compensação de CO2 e contribui com projetos de conservação do Meio Ambiente.



Acesse o QR Code,  
calcule sua pegada e  
compense sua viagem.  
Faça parte de novos  
tempos para a Terra.

#MeuVooCompensa GOL + MOSS

\* O valor mencionado é uma média



# FARIAS

# BRITO

# 1º

## LUGAR GERAL DO BRASIL

## NO ITA



MATHEUS

**ÚNICO  
ALUNO  
DO BRASIL  
A CONQUISTAR  
NOTA  
MÁXIMA  
EM MATEMÁTICA**

### COMPARATIVO ENTRE ESCOLAS CEARENSES

| Escola              | IME       | ITA       | IME+ITA    | % do FB acima da outra escola |
|---------------------|-----------|-----------|------------|-------------------------------|
| <b>Farias Brito</b> | <b>89</b> | <b>35</b> | <b>124</b> | <b>-</b>                      |
| Escola B            | 36        | 32        | 68         | 82,35%                        |
| Escola C            | 9         | 7         | 16         | 675,00%                       |
| Escola D            | 8         | 4         | 12         | 933,33%                       |
| Escola E            | 4         | 1         | 5          | 2380,00%                      |
| Escola F            | 2         | 0         | 2          | 6100,00%                      |

O Farias Brito aprovou no IME/ITA 2022 mais que todas as outras escolas cearenses juntas.

## CAMPEÃO IME/ITA. DE NOVO.

O FARIAS BRITO APROVOU NO IME/ITA MAIS QUE TODAS AS CIDADES BRASILEIRAS, EXCETO FORTALEZA.

| ESCOLA/CIDADE               | IME       | ITA       | IME+ITA    |
|-----------------------------|-----------|-----------|------------|
| <b>COLÉGIO FARIAS BRITO</b> | <b>89</b> | <b>35</b> | <b>124</b> |
| SÃO JOSÉ DOS CAMPOS         | 69        | 51        | 120        |
| RIO DE JANEIRO              | 58        | 13        | 71         |
| SÃO PAULO                   | 15        | 2         | 17         |
| GOIÂNIA                     | 11        | 5         | 16         |
| BRASÍLIA                    | 10        | 3         | 13         |
| TERESINA                    | 8         | 4         | 12         |
| CURITIBA                    | 7         | 4         | 11         |
| RECIFE                      | 6         | 2         | 8          |
| VILA VELHA                  | 6         | 0         | 6          |
| BELO HORIZONTE              | 5         | 0         | 5          |
| CAMPINAS                    | 4         | 0         | 4          |
| PORTO ALEGRE                | 3         | 0         | 3          |
| CAMPO GRANDE                | 2         | 1         | 3          |
| MANAUS                      | 1         | 1         | 2          |
| SALVADOR                    | 0         | 2         | 2          |
| LONDRINA                    | 0         | 2         | 2          |
| JUIZ DE FORA                | 1         | 1         | 2          |
| VITÓRIA                     | 0         | 1         | 1          |

CONFIRA, NO SITE DO FARIAS BRITO, A LISTA COMPLETA COM NOMES E FOTOS DOS ALUNOS FB APROVADOS NO IME 2021/2022 E NO ITA 2022.

## 1554 APROVAÇÕES IME/ITA

AO LONGO DOS ANOS - DESDE 1993

ORGANIZAÇÃO EDUCACIONAL  
**FARIAS  
BRITO**  
FORTALEZA/CE





Nº 228 ABRIL/MAIO 2022

1

## EMBARQUE

Exposições e festivais em todo o Brasil e estreias no cinema e em podcasts; novidades para o mês da Páscoa; restaurantes comandados por imigrantes; e bares de hotéis em São Paulo, Salvador e Brasília

PÁG. 17

2

## VIAGEM

A colorida e animada Calle Ocho, em Miami; renovado com experiências para toda família, Bonito segue como um dos melhores destinos de ecoturismo do Brasil

PÁG. 25

3

## VIDA, TEMPO E TRABALHO

O campeão olímpico Ítalo Ferreira fala sobre surf, família, futuro e a importância de voltar sempre às raízes; a moda nos tempos da economia circular; e o leite de aveia carbono neutro da Nude.

PÁG. 39

4

## #NOVAGOL

GOL retoma voos para Orlando e Miami; Luiz Adaime, CEO da nossa parceira Moss, fala sobre compensação de carbono; conheça o trabalho da GOLLOG Saúde; a influencer Amandinha dá dicas de como acumular milhas Smiles

PÁG. 67

## MANIFESTO GOL

Existem dois países dentro do nosso. Um que enfrenta a escassez com coragem e tira dela a força criativa e a dignidade para vencer os mais difíceis obstáculos. O outro **tem amplo acesso a conhecimento, recursos e tecnologia.**

A GOL é fruto do encontro desses dois Brasis. De um lado, aquele que inspira a garra de quem vem de baixo e acredita no humano como algo maior que a maior das tecnologias. De outro, o Brasil que as domina com inteligência e competência, produzindo inovação e ampliando horizontes.

É o que essa marca, fundada por gente simples e visionária, tem mostrado ao longo de sua trajetória. Quando os dois lados dessa nação se encontram, democratizar o acesso ao transporte aéreo é só o primeiro trecho da nossa viagem.

E não se trata somente de **voar e servir de forma segura, humana e eficaz.**

Temos uma vocação maior: fortalecer nosso papel na **construção do Brasil que nos inspira e levar para o mundo o que temos de melhor** – o jeito brasileiro de misturar simplicidade com tecnologia, inovação vibrante com simpatia e humildade.

E será assim ainda mais, através da #NOVAGOL. Fiel à nossa essência e alinhada ao contemporâneo, ela leva em suas asas **o Brasil em que acredita e que reafirma desde sua primeira decolagem.**





## EM PRIMEIRO LUGAR

Ítalo Ferreira é campeão mundial e olímpico de surf. Isso você provavelmente já sabe. Também já deve ter ouvido sobre sua origem materialmente pobre na pequena cidade potiguar de Baía Formosa, onde o pai e a mãe se desdobraram para ajudá-lo a se desenvolver na vida e no esporte, nunca deixando faltar doses fartas de carinho, incentivo e amor. Faço esse breve resumo da história de um dos maiores surfistas do mundo porque ela é, para nós aqui na GOL, mais uma evidência de que o mundo inteiro se curva e se emociona quando o Brasil produz a irresistível combinação entre o calor humano, a cultura e a garra de seu povo e o domínio das melhores técnicas e tecnologias. Foi assim com Pelé, Guga Kuerten, Rafaela Silva, Marta e Formiga, para ficar apenas no esporte. Se quisermos ir além, Tom Jobim, Chiquinha Gonzaga, Machado de Assis, Oscar Niemeyer, Elza Soares e tantos outros que, para não tomar todas as nossas páginas, é melhor encerrar a lista por aqui.

Essa visão sobre o nosso país e como ele expressa o que tem de melhor foi elaborada da seguinte forma no texto que define a

essência da marca GOL, que costumamos chamar de nosso Manifesto: “Existem dois países dentro do nosso. Um que enfrenta a escassez com coragem e tira dela a força criativa e a dignidade para vencer os mais difíceis obstáculos. O outro tem amplo acesso a conhecimento, recursos e tecnologia. A

***O mundo inteiro se curva quando o Brasil produz a irresistível combinação entre calor humano, cultura e garra e o domínio das melhores técnicas e tecnologias***

GOL é fruto do encontro desses dois Brasis. De um lado, aquele que inspira a garra de quem vem de baixo e acredita no humano como algo maior que a maior das tecnologias. De outro, o Brasil que as domina com inteligência e competência, produzindo inovação e ampliando horizontes.”

Todo grande campeão domina a arte de vencer – como provam inegavelmente os

números, as medalhas e os troféus –, mas nem todos são capazes de encantar. Esses, além do desempenho de alto nível, são virtuosos em outras artes: na autenticidade, no carisma, na comunicação espontânea e verdadeira, entre outros tantos atributos que fortalecem o humano, afastando qualquer analogia com uma máquina de performance e de superar os demais.

Ítalo nunca deixou de ser um bem-humorado e orgulhoso filho de Baía Formosa, que – ele afirma com orgulho – é a grande fonte de tudo aquilo que mais importa: uma comunidade real, feita de afetos e de relações verdadeiras. É lá que ele carrega suas baterias emocionais e físicas, se preparando com foco e dedicação extremos não só para competir em altíssimo nível, mas, principalmente, para ser capaz de expressar suas alegrias e frustrações com menos barreiras do que seria esperado na era dos múltiplos assessores, dos filtros e das fotos perfeitas nas redes sociais. Ítalo é um atleta que não abre mão de compartilhar sua humanidade.

É por isso que, além de ser um exemplo da potência de nosso país, ele nos inspira a manter o foco e a dedicação que permitem uma performance digna dos melhores do mundo, sem jamais abrir mão de carinho, humildade, respeito e de cultivar o aprendizado constante.

Bom voo e boa leitura,



PAULO KAKINOFF É PRESIDENTE DA GOL LINHAS AÉREAS

ILUSTRAÇÕES FABRIZIO LENCI / VAPOR 324 / ZÉ OTÁVIO

**Ninguém pode tirar a nossa potência.**

Ela vem do conforto de nos sentirmos bem com os nossos corpos, umas com as outras e com a gente mesma.

**Nossa potência, vem de dentro.**

*jage*

SINTA-SE BEM EM VOCÊ.

Conheça o Movimento Mulheres Potentes. Juntas podemos mais!





Ítalo brinca com canguru na Austrália, em abril de 2021

## LINHA CRUZADA

As peculiaridades da entrevista com Ítalo Ferreira, nossa capa desta edição

De um lado, o jornalista Caio Ferretti na Espanha, do outro, o surfista Ítalo Ferreira, personagem da matéria de capa desta edição, na Austrália, se preparando para a etapa de Bells Beach da World Surf League (WSL). Para completar, a assessora do surfista, que mediou toda a troca, estava no Brasil. Vencer as barreiras do fuso horário foi só um dos desafios do “encontro” entre os dois. “Já entrevistei o Ítalo algumas vezes, e ele está sempre viajando, na correria, entre uma competição e outra”, diz Caio. “E uma matéria como essa exige tempo com o entrevistado, aprofundamento, o que é complicado no caso dele, principalmente em época de competição, quando o Ítalo está totalmente focado.” Um toque de tecnologia e outro de sorte deram uma mãozinha para concretizar a missão. “Aproveitamos um bate-papo longo do Paulo Lima [fundador da Trip Editora] com o Ítalo e o resto da entrevista fomos tocando por WhatsApp mesmo”, conta o jornalista. “Mesmo superconcentrado na prova, ele topou reservar uma hora para responder às minhas várias perguntas sobre surf, família, futuro, carreira, medos etc. E, mesmo com o tempo apertado, ele foi bem atento e cuidadoso em se aprofundar nas respostas.”

### GOL LINHAS AÉREAS

Presidente PAULO SÉRGIO KAKINOFF Vice-presidentes EDUARDO BERNARDES, CELSO FERRER e RICHARD LARK

REVISTA GOL LINHAS AÉREAS Editor-Presidente PAULO LIMA Diretor Superintendente CARLOS SARLI Diretora de Eventos e Projetos Especiais Proprietários ANA PAULA WEHBA Diretor de Conteúdo FELIPE GIL Diretor de Estratégia EDUARDO GRINBERG Conselho Editorial CONSTANTINO DE OLIVEIRA JR., JOAQUIM CONSTANTINO NETO, PAULO SÉRGIO KAKINOFF, LORAINÉ RICINO, ANDREA PIAGENTINI, GABRIEL DE OLIVEIRA JOSÉ, ANA THEREZA CREMONINI e EDUARDA LAGES ALTAVILA DE ALMEIDA

LAB DE CONTEÚDO Editora Executiva JULIA FURRER Coordenadora RAQUEL FORTUNA Editora GOL ALANA DELLA NINA Editor Digital FERNANDA NASCIMENTO Diretor de Criação THIAGO BOLOTTA Editor de Arte GIOVANNI TINTI Designer MARIANE AYROSA Produtora Executiva Gol CARLA ARAKAKI Produtora Executiva ADRIANA VERANI Editor de Vídeo ADRIANO CONTER

PRODUÇÃO GRÁFICA Gerente WALMIR GRACIANO

DEPARTAMENTO COMERCIAL PUBLICIDADE Diretora de Publicidade GOL e GOL On Board PATRICIA BARROS patricia@trip.com.br Assistente Comercial Midia on Board DENISE NUNES Executivos de Contas GOL e GOL On Board LILIAN RIBEIRO lilian@trip.com.br Assistente de Negócios CRISTIANE MORAES PARA ANUNCIAR publicidade@trip.com.br Mercados Regionais ANTONIO BONFÁ antonio.bonfa@trip.com.br (11) 98125-0550 Representantes: AL/SE Gabinete de Midia PEDRO AMARANTE MARIO comercial@gabinetedemidia.com.br (79) 9978-8962/9956-9495 BA Aura Bahia CAIO SILVEIRA caiosilveira@aurabahia.com.br CESAR SILVEIRA csilveira@aurabahia.com.br (71) 9965-8141/9965-8133 CE Canal A ANANIAS GOMES ananiasgomes@canalc.com.br (85) 9987-1780 DF A2 Representação ALAOR MACHADO alaormachado@a2representacao.com.br (61) 98102-8855 GO Versus Representação ANTONIO CORDEIRO (TONTON) tonton.front@terra.com.br (61) 9655-1684 MG Box Private Media RODRIGO FREITAS rodrigo@boxprivatemediacom (31) 4042-2277 (31) 99421-6777 PR Consultoria Resultado JEFERSON BRONZE jeffersonbronz@consultoriare resultado.com.br (41) 9695-3288 RJ X2 Representação ALEXANDRA LIBERO alexandralibero@xaoquadrado.com.br (21) 3177-1430 e (21) 99914-0450 ZEIRY DIAS zeirydiasxaoquadrado@gmail.com (21) 98762-8254 RS/SC Ad O2 (51) 3028-6511 ADO HENRICHS ado@adeodois.com.br (51) 99191-8744 MARIANA ROSSARI mari@adeodois.com.br (51) 99101-2803 SP INTERIOR E LITORAL Ld2 Comunicação DANIEL PALADINO dpaladino@ld2comunicacao.com.br LUCIANA VERDE SELVA luvendeselva@ld2comunicacao.com.br (11) 98384-0008/7810-7115 USA Planet Life VERONICA SPARKS vsparks@planetlife.com

PROJETOS ESPECIAIS E EVENTOS Gerente REGINA TRAMA regina@trip.com.br Editora de Arte MAYRA OGLOUYAN e LUCAS BARBOSA TRADE E CIRCULAÇÃO Gerente de Logística e Circulação Bancas/Varejo ADRIANO BIRELLO adriano@trip.com.br Auxiliar de Trade FERNANDA MACEDO RELAÇÕES PÚBLICAS rp@trip.com.br Analista de RP NATHÁLIA MILIOZI nathalia.miliozi@trip.com.

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO TEXTO CAIO FERRETTI, DANIEL NUNES GONÇALVES, DENISE MEIRA DO AMARAL, JULIA FURRER, JULIANA BORDIGNON, KARINA SERGIO GOMES, LEANDRO KARNAL, LEONOR MACEDO, LIVIA SCATENA, NINA RAHE, PAULO LIMA FOTOS LUCAS BORI, MARCELO NADDEO ILUSTRAÇÃO BEL ANDRADE LIMA, FABRIZIO LENCI, FEKIRO, ROMOLO DIPOLITO, ZÉ OTAVIO DIREÇÃO DE ARTE RENATO BREDER REVISÃO LUIZA THEBAS

A revista GOL Linhas Aéreas é uma publicação bimestral da Trip Editora e Propaganda S/A, sob licença da GOL Transportes Aéreos. Redação e Publicidade: caixa postal 11485-5, CEP 05422-970. Tels.: (11) 2244-8747. Esta revista não pode ser comercializada. Envie seus comentários para a redação pelo e-mail: gol@trip.com.br. Impressão LOG&PRINT GRÁFICA E LOGÍSTICA S.A.

PARA ANUNCIAR (11) 2244-8700. www.tripeditora.com.br



FOTO DE CAPA MAURICIO NAHAS/REVISTA PODER



A Trip Editora, consciente das questões ambientais e sociais, utiliza papéis com certificado FSC® (Forest Stewardship Council®) para impressão deste material. A Certificação FSC® garante que uma matéria-prima florestal provenha de um manejo considerado social, ambiental e economicamente adequado e outras fontes controladas.

FOTO INSTAGRAM / ARQUIVO PESSOAL

# Bradesco fecha parceria com a Br Supply e otimiza a sua gestão de abastecimento de suprimentos.

Com aproximadamente 86.000 colaboradores, com mais de 6.000 pontos de entrega, a gestão de suprimentos do banco ficou mais digital.

A solução que está rodando desde janeiro de 2021, é responsável por abastecer a rede de agências em todas as cidades do Brasil.

Os gestores do banco acessam um portal e-commerce, com catálogo e tracking online, onde todos os itens necessários para o abastecimento da operação de suprimentos está à disposição, com completa gestão de verbas e alçadas de aprovação.

“Através do modelo da Br Supply aumentamos a eficiência, racionalizamos processos e integramos nossos sistemas, de forma intuitiva e moderna.”

Comenta o Sr. Adelmo Romero, Diretor de Patrimônio Bradesco.



FAÇA COMO O BRADESCO E VENHA PARA O FUTURO DA GESTÃO DE SUPRIMENTOS CORPORATIVOS.



Mais informações sobre a nossa solução: [brsupply.com.br](https://brsupply.com.br)



EPIS & EPCS



ESCRITÓRIO & PAPELARIA



HIGIENE & LIMPEZA



DESCARTÁVEIS & UTENSÍLIOS



ALIMENTOS & BEBIDAS



CARTUCHOS & TONERS



EQUIPAMENTOS & ELETRÔNICOS



MOBILIÁRIO CORPORATIVO



MANUTENÇÃO MRO



DISPENSER & COLETA RESÍDUOS



UNIFORMES PROFISSIONAIS



PROMOCIONAIS & PERSONALIZADOS



## FALE COM A GENTE

Envie sugestões e comentários sobre a nossa revista para [GOL@TRIP.COM.BR](mailto:GOL@TRIP.COM.BR). Deixe também sua mensagem no Twitter, no Facebook, no Instagram ou no YouTube da GOL\*

### AVÓS DA RAZÃO

"Vocês me inspiram! Ontem eu estava um pouco triste pensando no sentido de toda uma vida, mesmo que bem-sucedida. Passou (é preciso nos darmos o direito de ficarmos tristes também). Aí assisto vocês e me sinto bem e estimulada a ver o envelhecimento, o ninho vazio, de outra perspectiva. Gratidão."

SOLANGE FREITAS, VIA INSTAGRAM

"Que incrível! Acompanho vocês há um tempão e fico muito feliz com o reconhecimento. Vocês merecem <3."

MARGARETH VASCONCELLOS, VIA INSTAGRAM

"Li há três dias e não paro de refletir sobre tudo que falaram! Parabéns!"

GESIELLY MARTINS, VIA INSTAGRAM

"Avós da Razão voando cada vez mais alto, vocês estão exatamente onde deveriam estar, minhas doces vovós, nos mostrando o quanto ainda têm a nos ensinar e o quanto ainda têm a viver! Feliz demais por vocês."

MARCELO ANDREONI, VIA INSTAGRAM

"Maravilhosas e necessárias demais."

JOY CASSIANO, VIA INSTAGRAM



## OBRIGADO, CCR AEROPORTOS.

**A Estapar foi a empresa escolhida pela CCR Aeroportos para operar os estacionamentos de seus aeroportos em todo o país.**

Com esta novidade, você vai poder contar com toda a infraestrutura e experiência da Estapar em diversos aeroportos pelo Brasil administrados pela CCR Aeroportos.

E com essas novas operações, a Estapar passará a gerir 24 estacionamentos de aeroportos até 2028.

Os passageiros desses aeroportos contarão com o que há de mais atual no mundo em termos de mobilidade urbana, já oferecido em outras grandes unidades aeroportuárias operadas pela Estapar.

A CCR Aeroportos quer oferecer a melhor experiência aeroportuária para os seus clientes e por isso está trazendo uma empresa qualificada e experiente do setor, a Estapar.

**A Estapar está muito orgulhosa por ter conquistado esta parceria. Obrigado pela confiança e seja muito bem-vinda, CCR Aeroportos!**

Aonde quer que você vá.





# ·GIOVANNA BABY·

Tão bom quanto um voo seguro e tranquilo é poder encontrar nossas lojas em diversos pontos da cidade de São Paulo. E o melhor: atendemos pelo WhatsApp e entregamos por delivery!

Giovanna Baby: nosso destino é você.



Use o cupom  
**ClienteGOL**  
e ganhe **20%**  
de desconto  
nas nossas lojas.

Saiba onde nos encontrar:

Loja Conceito: Al. Lorena, 1547 | Shop. Cidade Jardim | Shop. Eldorado | Shop. Pátio Paulista | Shop. CSP | Shop. Jardim Sul | Shop. Plaza Sul | Shop. Tamboré | Shop. Mooca  
[www.giovanbababy.com.br](http://www.giovanbababy.com.br)



Loja Conceito

1

## EMBARQUE

### 18 ANTENA

Exposição, teatro, cinema e séries

### 21 GASTRONOMIA

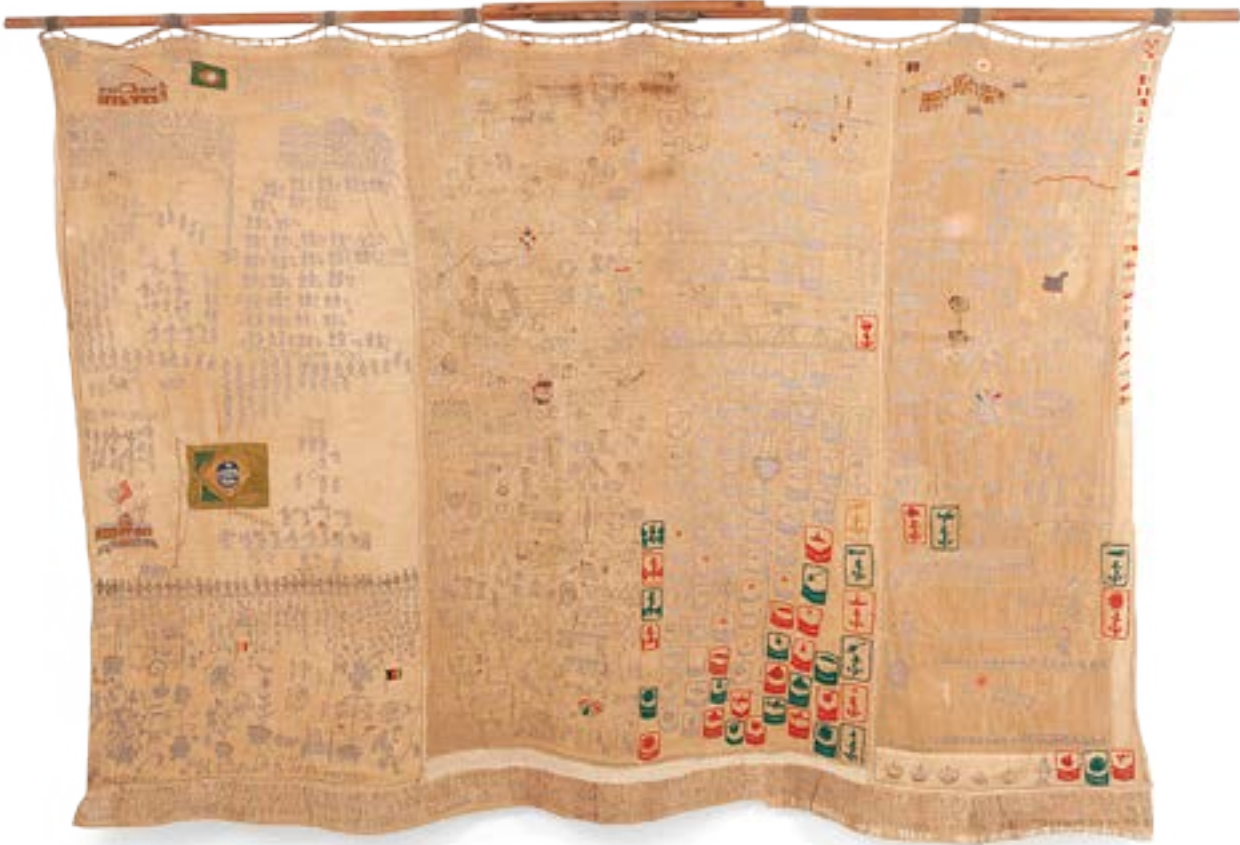
Sabores do mundo em cozinhas de imigrantes

### 22 BARES

Hotéis abrem seus bares para o público geral







# TODOS OS SENTIDOS

De doces com ingredientes brasileiros a filme sobre futuro distópico, confira as boas dicas da temporada

PODCAST

## DESEJO DE JUSTIÇA

Depois do sucesso de *Praia dos ossos*, em 2020, a Rádio Novelo estreia *Crime e castigo*, podcast original criado com a proposta de destrinchar o conceito que temos de justiça e como ela pode ser feita. Em um ano e meio de produção, a equipe ouviu mais de 30 pessoas que lidam diretamente com o tema, entre juízes, advogados, acadêmicos, vítimas e seus familiares.

RADIONOVELO.COM.BR/CRIMEECASTIGO

ARTE

## IMERSÃO

Parte das peças de Artur Bispo do Rosário na exposição *Eu vim – Aparição, impregnação e impacto* será exposta dentro de um quadrado como referência à cela onde o artista viveu por décadas, na Colônia Juliano Moreira, no Rio. A mostra também colocará sua obra em diálogo com outros 49 artistas, entre eles, Carmela Gross e Rosana Paulino.

ITÁU CULTURAL. SÃO PAULO. DE 11/5 A 2/10. GRÁTIS



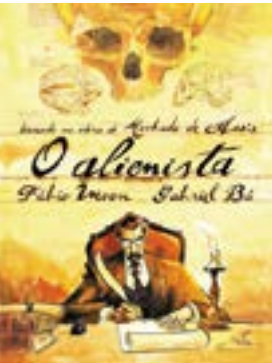
FOTO MUSEU BISPO DO ROSÁRIO ARTE CONTEMPORÂNEA/RAFAEL ADORJÁN / DIVULGAÇÃO

SÉRIE

## FATOS REAIS

Nos oito episódios de *Gaslit*, que se concentra nos personagens esquecidos do escândalo de Watergate, Sean Penn vive John Mitchell, conselheiro e melhor amigo de Nixon. O personagem de Penn se vê forçado a escolher entre sua mulher (uma socialite vivida por Julia Roberts) e o presidente. A série é baseada na primeira temporada do podcast *Slow Burn*.

ESTREIA 24/4. STARZPLAY.COM



LIVRO

## RAZÃO E LOUCURA

A versão em quadrinhos do clássico *O alienista*, de Machado de Assis, será relançada pela Companhia das Letras. No livro, os irmãos Fábio Moon e Gabriel Bá recriam os traços de Simão Bacamarte e outros personagens de Itaguaí, cidade onde o renomado médico desenvolve suas investigações sobre transtornos psíquicos.

LANÇAMENTO: 20/4. 72 PGS, R\$ 54,90



FOTOS GABRIELA SCHMDT / DIVULGAÇÃO / © STARZ ENTERTAINMENT / DIVULGAÇÃO



MÚSICA

## SONORIDADES

Criado por Juliano Libman e Luiz Restiffe em 2018, com a proposta de reunir artistas de vários estilos, o Nômade Festival chega a sua terceira edição, que acontece no Memorial da América Latina, com nomes como Caetano Veloso, Duda Beat, Iza e Majur.

14/5 . À PARTIR DE R\$ 125. NOMADEFESTIVAL.COM.BR





GASTRONOMIA

PARA ADOÇAR

Em clima de Páscoa – e para depois dela – opções com ingredientes bem brasileiros: a Mission Chocolate, da *chocolatière* Arcelia Gallardo, acaba de lançar quatro opções de ovos (entre elas, o Two Rivers, feito de chocolate amargo com cacau da Bahia e do Pará), e a Confeitaria Marília Zylbersztajn cria a Torta Floresta, que combina gianduia de castanha-do-pará à geleira de cupuaçu.

MISSIONCHOCOLATE.COM.BR; MARILIACONFEITARIA.COM.BR.  
APARTIR DE R\$ 75



CINEMA

FUTURO DISTÓPICO

Em *Medida provisória*, seu primeiro longa de ficção como diretor, Lázaro Ramos escolheu fazer uma adaptação da peça *Namíbia, não!*, de Aldri Anunciação. O filme, que tem como protagonistas Tais Araujo e Seu Jorge, aborda um futuro distópico no qual o governo brasileiro obriga os cidadãos negros a voltar para a África como forma de reparar os tempos de escravidão.

ESTREIA 14/4

PELO BRASIL

OUTRAS DICAS  
CULTURAIS PELO PAÍS



PARATY

Bourbon Festival Paraty

Este ano, o tradicional festival de jazz traz nomes como João Bosco e o guitarrista John Pizzarelli. 20 a 22/5  
bourbonfestivalparaty.com.br

RIO DE JANEIRO

Olhares e releituras

Mostra no MAR traz interpretações artísticas de pessoas com deficiência. museudeartedorio.org.br

RECIFE

Virtuosi Brasil

Em sua 14ª edição, o festival traz espetáculos protagonizados por instrumentistas e solistas femininas. 12 a 14/5  
virtuosi.com.br

SÃO PAULO

Morte e vida severina

O texto adaptado de João Cabral de Melo Neto ganha montagem com direção de Elias Andreato. De 16/4 a 26/6  
teatrotuca.com.br

FOTOS LEVI FANAN / DIVULGAÇÃO / MARIANA VIANNA / DIVULGAÇÃO / JACOB BLICKENSTAFF / DIVULGAÇÃO

FOTOS DIVULGAÇÃO

TEMPERO ESTRANGEIRO

Restaurantes comandados por imigrantes para provar sabores autênticos de outras partes do mundo

POR  
Alan de Faria



Kibe ao forno, carro-chefe do Zingo & Ringo, e a arepa pelua do Siguaraya

ZINGO & RINGO

SÃO PAULO

“Fiquei mais de duas horas ao telefone com a minha mãe para aprender a receita”, conta Bassem Koussa sobre o kibe assado na brasa com nozes e temperos sírios (R\$ 49,99), carro-chefe do Zingo & Ringo. A iguaria entrou no cardápio após a mudança do restaurante de comida síria e palestina para Pinheiros – antes a casa funcionava na Vila Madalena. Também se destacam clássicos como o kebab de falafel, receita vegana com alface, tomate, pepino, pickles e molho de tahine enrolados no pão sírio (R\$ 24,99). Koussa, que chegou da Síria ao Brasil em 2015 sem falar uma palavra em português, emprega no novo espaço seis refugiados, entre outros funcionários. “Sei da dificuldade que é sair de um país e quero dar oportunidade a imigrantes como eu.”

@BARZINGOERINGO

BILOKO

RIO DE JANEIRO

O congolês Mizerare Ndembi saiu de Kinshasa rumo ao Recife para estudar arquitetura em 2009. Dificuldades financeiras, no entanto, fizeram com que ele se mudasse para o Rio de Janeiro, onde começou a trabalhar como ajudante de cozinha em um restaurante da zona sul. Com a mulher, a carioca Claudia Nadja Dourado, abriu em 2021 o Biloko, que une as gastronomias do Congo e do Brasil. Um dos pratos de maior sucesso é o refogado de peixe com legumes e fufu, ingrediente típico do país de Mizerare (R\$ 28). Para acompanhar, peça o Kokotí, batida de coco gelada (R\$ 16). O Biloko funciona como uma dark kitchen, ou seja, ainda não tem um espaço físico, mas Mize afirma que eles entregam em toda a cidade.

@BILOKO13

SIGUARAYA

BELÉM

Em 2017, Gabier Rangel Iglesias, 37, foi desligado do consulado venezuelano por questões políticas. O agravamento socioeconômico em seu país natal fez com que ele e a esposa, Alba Sofia Salcedo Ramirez, 33, decidissem permanecer no Brasil com o filho. Assim, em outubro de 2018, inauguraram o Siguaraya. “É um misto de restaurante e espaço cultural, que, inclusive, serve de ponto de encontro de vários imigrantes aqui em Belém”, comenta Alba. A arepa pelua, com carne desfiada com tempero da casa e queijo ralado (R\$ 17), e os patacones, biscoitos de banana-da-terra com carne desfiada e tempero da casa (R\$ 20), se destacam no cardápio.

@SIGUARAYALATINOASTRO







## NÃO SE PREOCUPE COM O CAMINHO, APENAS COM O SEU DESTINO!

Vá com o seu carro para o aeroporto, estacione com o Estapar Reserva e tenha tranquilidade antes mesmo de começar a sua viagem.



### AEROPORTOS DIÁRIAS A PARTIR DE

|                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| CONGONHAS SP - CGH     | R\$ <b>39,90*</b> |
| BRASÍLIA DF - BSB      | R\$ <b>36,90*</b> |
| NATAL RN - NAT         | R\$ <b>29,90*</b> |
| SALGADO FILHO RS - POA | R\$ <b>19,90*</b> |
| CONFINS MG - CNF       | R\$ <b>19,90*</b> |
| MACEIÓ AL - MCZ        | R\$ <b>19,90*</b> |
| RECIFE PE - REC        | R\$ <b>19,90*</b> |
| JOÃO PESSOA PB - JPA   | R\$ <b>19,90*</b> |
| VITÓRIA ES - VIX       | R\$ <b>19,90*</b> |

### AEROPORTOS LONGA ESTADIA

|                        |                                 |                    |
|------------------------|---------------------------------|--------------------|
| CONGONHAS SP - CGH     | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>79,80*</b>  |
| BRASÍLIA DF - BSB      | DE 5 A 30 DIÁRIAS A PARTIR DE   | R\$ <b>169,90*</b> |
| NATAL RN - NAT         | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>149,50*</b> |
| SALGADO FILHO RS - POA | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>94,60*</b>  |
| CONFINS MG - CNF       | DE 5 A 7 DIÁRIAS A PARTIR DE    | R\$ <b>99,50*</b>  |
| VITÓRIA ES - VIX       | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>99,50*</b>  |
| RECIFE PE - REC        | DE 5 A 10 DIÁRIAS A PARTIR DE   | R\$ <b>79,70*</b>  |
| JOÃO PESSOA PB - JPA   | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>53,80*</b>  |
| MACEIÓ AL - MCZ        | FIQUE ATÉ 5 DIÁRIAS A PARTIR DE | R\$ <b>53,80*</b>  |



Baixe o **App Estapar** ou acesse  
[www.estapar.com.br/estapar-reserva](http://www.estapar.com.br/estapar-reserva)



### CONFIRA OUTROS PACOTES NO NOSSO SITE OU APP

\*Promoção válida até 30/06/2022. Preço válido apenas para reservas feitas pelo site ou aplicativo Estapar. Vagas limitadas. Consulte o regulamento em [www.estapar.com.br/regulamentosuperpromo](http://www.estapar.com.br/regulamentosuperpromo)

Aonde quer que você vá



2

## VIAGEM



### 26 OLHO DA RUA

Um passeio pela Calle Ocho, em Miami

### 28 BONITO

Belezas naturais e experiências para a família



# CUBA LIBRE

MIAMI

Principal rua da região conhecida como Little Havana, a 8th Street, ou Calle Ocho, em Miami, reúne restaurantes, cafés e bares e atrai turistas em busca do lado mais latino da Flórida

TEXTO  
Julia Furrer

ILUSTRAÇÃO  
Rômolo D’Hipólito



## CAFÉ VERSAILLES (3.555)

Da janela do restaurante Versailles, conhecida como La Ventanita, saem espressos, coados e cortados feitos com grãos cubanos para levar ou tomar aqui mesmo, acompanhados de um pastelinho de goiaba e queijo (US\$ 1,15). Apesar de saboroso, o café segue o modo de preparo típico cubano – é mais forte e doce do que aquele a que estamos acostumados.

VERSAILLESRESTAURANT.COM

## SANGUICH (2.057)

Com poucas mesas e, não raramente, uma longa fila de espera na porta, o restaurante serve cinco tipos de sanduíches cubanos preparados com gordura de porco e prensados em um pão extremamente crocante. Um dos mais populares é o de croquete de jamón, queijo suíço, pickles e mostarda (US\$ 11,59).

SANGUICH.COM

## BALL & CHAIN (1.513)

Aberto em 1935, o bar com decoração retrô oferece diariamente programação de música ao vivo com muita salsa e jazz cubanos. Para animar a pista de dança, a carta de drinques é uma atração à parte, com destaque para os mojitos (US\$ 12). Aos fins de semana, o lugar ainda recebe turistas e locais para o seu tradicional brunch.

BALLANDCHAINMIAMI.COM

## AZUCAR ICE CREAM (1.503)

Apesar de perfeitos para o clima quente de Miami, sorvetes de sabores tropicais como manga e abacaxi são raros na cidade. Essa sorveteria aposta em ingredientes naturais feitos artesanalmente e oferece um menu sazonal com essas e outras frutas, além de opções originais como batata-doce, abóbora e pétalas de rosas (a partir de US\$ 7).

AZUCARICECREAM.COM

## TOWER THEATER MIAMI (1.508)

Assistir a filmes que não fazem parte do circuito comercial nem sempre é tarefa fácil em uma cidade como Miami, tomada pelos cinemas de rede. Quem busca títulos europeus e latinos em seus idiomas originais encontra nessa histórica sala, aberta em 1926, a curadoria mais caprichada da região (ingressos a partir de US\$ 8).

TOWERTHEATERMIAMI.COM

## DOMINO PARK (S/Nº)

Também conhecido como Maximo Gomez Park, o parque na esquina da Calle Ocho com a 15th Street está sempre lotado de senhores cubanos, que se reúnem para jogar dominó. O local também é palco das Viernes Culturales, evento que oferece, na última sexta-feira de cada mês, apresentações culturais típicas de Cuba.



É BONITO,

## MAS PODE CHAMAR DE ESPETACULAR

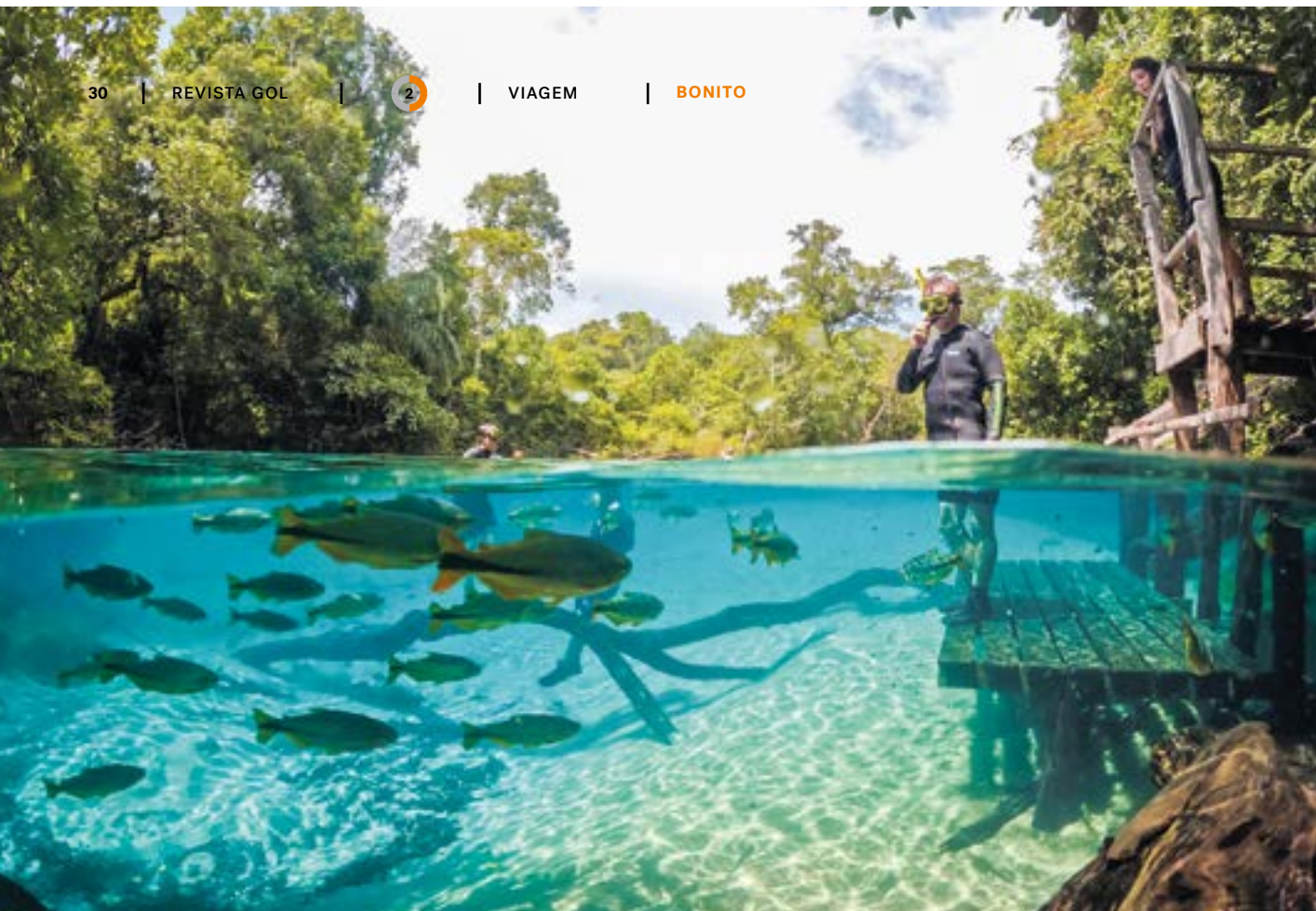
Experiências recém-abertas ao público em cenários de cores translúcidas consagram o novo destino da GOL como o mais sedutor polo de ecoturismo do Brasil

POR  
Daniel Nunes Gonçalves

FOTOS  
Marcelo Naddeo

Flutuação no rio Olho  
d'Água: até 50 metros de  
transparência





Lindo. Encantador. Deslumbrante. A reação inicial de quem bota o rosto com máscara de mergulho dentro do rio e se depara com uma infinidade de peixes em águas incrivelmente transparentes é tirar logo a cabeça e tentar encontrar algum adjetivo que defina tamanha surpresa. “Uau, isso não é bonito, é maravilhoso!”, exclama a garota à nossa frente, que mergulha pela primeira vez no rio Olho d’Água, um dos mais límpidos da cidade sul-mato-grossense de Bonito. De fato, o destino é merecedor do nome – e de todos os trocadilhos com sinônimos e superlativos, comuns entre os turistas.

Ainda estamos no deque de acesso nos preparando para mergulhar quando o guia Maycon Portilho avisa: “Uma anta!”. Raríssimo de ser visto, o maior mamífero brasileiro nada tranquilamente a poucos metros do grupo, desaparecendo entre o rio e a mata naquele cenário espetacular.

É por proporcionar momentos assim, de sublime contato com a natureza, que esse pacato município a 312 quilômetros da capital, Campo Grande, é considerado o melhor destino de ecoturismo do Brasil. Já se vão 16 anos com esse título, segundo os leitores da revista *Viagem e Turismo*, apenas para citar uma das premiações. O reconhecimento

dos refúgios na natureza como os mais saudáveis para onde viajar em um planeta ainda ameaçado pela pandemia de covid-19 consagrou Bonito de uma vez por todas. Em janeiro de 2022, a cidade atingiu o recorde de visitação dos últimos sete anos, com 30.220 turistas buscando seus rios de água cristalina, trilhas na floresta, belas cachoeiras e grutas misteriosas.



**A PARTIR DO TOPO**  
Refúgio Ecológico Rio da Prata; novo hotel Promenade Bonito All Suites

#### RENOVADA E SEM MUVUCA

Que ninguém se engane acreditando que a “descoberta” de Bonito por cada vez mais brasileiros está transformando o lugar em uma muvuca barulhenta e poluída. Pelo contrário. Experiências arrebatadoras como aquela flutuação entre cardumes de piraputangas e curimbas acontecem em grupos de apenas 12 pessoas por vez, cumprindo a regra local que limita o número de visitantes para minimizar o impacto humano em cada atração natural. Ao proporcionar um turismo sustentável, limpo e seguro, Bonito virou referência para outros destinos naturais que tentam se proteger dos desconfortos trazidos pelo turismo de massa descontrolado.

Uma série de novidades alinhadas a esta proposta de turismo responsável pode ser experimentada por quem tem viajado a Bonito depois do auge da pandemia. A cidade aproveitou os meses em que esteve fechada a forasteiros para se renovar. Na hotelaria, as cerca de cem opções de hospedagem locais ganharam o reforço do novíssimo Promenade Bonito All Suites, que aterrissou entre os mais refinados da cidade.



Na melhor experiência de flutuação fluvial do país, dá para observar peixes e até olhos-d’água brotando na areia



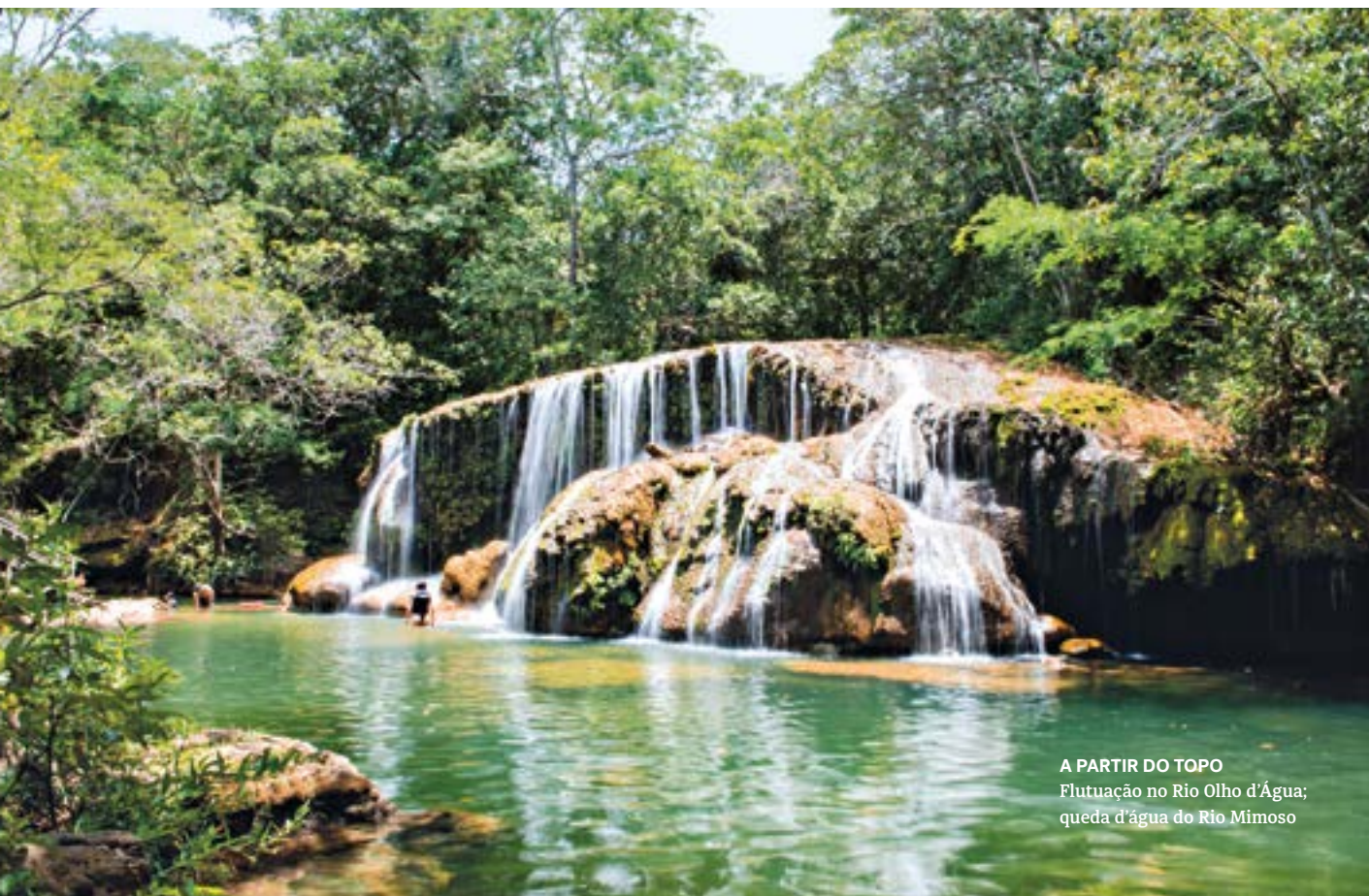
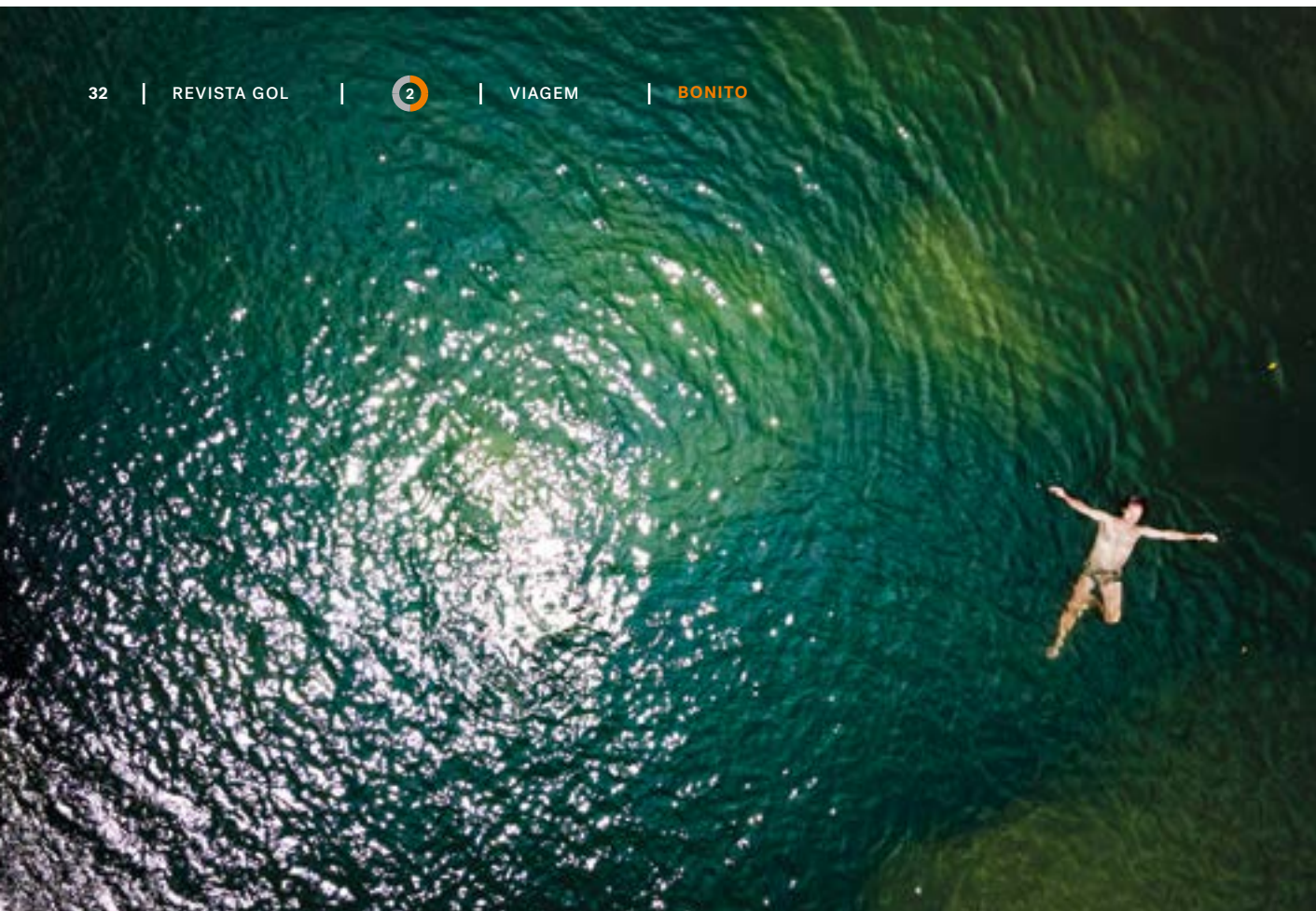
**NO TOPO**  
Lobby do Promenade Bonito All Suites

**ACIMA, EM SENTIDO HORÁRIO**  
Renato Pinto e família; anta nada no Rio da Prata; e mergulho entre peixes

Se a experiência de prestigiar a beleza sob a superfície dos rios já impressiona, ainda mais prazeroso é deixar-se levar pelas águas mansas da correnteza – a sensação é de flutuar num imenso aquário natural. Depois daquelas boas-vindas iniciais da anta, seguimos boiando, graças ao colete salva-vidas, ao longo de 1,4 quilômetro do rio Olho d’Água, e entendemos por que Bonito é considerado o melhor lugar do Brasil para fazer flutuação fluvial. São mais de 50 espécies de peixes, incluindo dourados gigantes e famílias de pacus, em águas supercristalinas, em decorrência da alta concentração de cálcio (substância decantadora que deposita as pequenas impurezas no fundo). A geografia privilegiada cria outro espetáculo natural neste e em outros rios da região: durante o trajeto, dá para contemplar as nascentes, ou olhos-d’água, que surgem remexendo a areia em buracos no fundo do leito como se fossem pequenos vulcões em erupção submersos.

O rio Olho d’Água desemboca no Rio da Prata, que dá nome ao Refúgio Ecológico Rio da Prata. A vivência de flutuar e navegar em um silencioso barco elétrico





**A PARTIR DO TOPO**  
Flutuação no Rio Olho d'Água;  
queda d'água do Rio Mimoso

nesses dois rios é o ponto alto de um passeio que inclui caminhada e a boa comida regional do chef Paulo Machado. Pratos como o macarrão pantaneiro e o doce de leite no tacho são servidos em fogão à lenha na sala ao lado da recepção da fazenda. Bem sinalizadas, com plaquinhas que identificam algumas espécies de árvores, além de corrimões para facilitar o acesso, as trilhas do local são uma mostra da excelência de serviços que predomina em Bonito. “Achamos o passeio fantástico para a família, com infraestrutura de qualidade e ótima organização”, diz Renato Pinto, engenheiro de Vinhedo, interior de São Paulo, que viaja com a esposa, a nutricionista Luciana Monteiro, e os filhos Bernardo, 11, e Beatriz, 9.

#### LIMITAR PARA PROTEGER

**Para quem não gosta de se planejar com antecedência,** pode parecer chato este estilo de turismo que predomina em Bonito. Só entra na atração – em geral fazendas particulares de produção agropecuária abertas também a turistas – quem faz reserva, sempre em agências locais e com preços tabelados. Além do número limitado de entrantes por grupo, a presença de guia é obrigatória. “Isso garante segurança ao turista e trabalho a mais de 200 guias”, explica o guia Maycon Portilho. Mais de metade da população de 22 mil habitantes vive do turismo. Bonito se mantém preservada justamente porque esses procedimentos foram adotados em 1995 por um Conselho de Turismo formado por empresários do setor – e em sintonia com o poder público. “Sabemos que a natureza é frágil, e não podemos deixar 200 pessoas entrarem



Bonito se mantém preservada porque desde 1995 limita o número de visitantes para proteger cada recanto

ao mesmo tempo em uma cachoeira”, exemplifica a secretaria de turismo Juliane Salvadori.

Localizada na região da Serra da Bodoquena, em uma zona de transição entre a vegetação baixa do cerrado e os alagados temporários do Pantanal, Bonito e as cidades vizinhas, Jardim e Bodoquena, reúnem uma diversidade de animais, minerais e vegetais raros no Brasil. É por ostentar tanta riqueza biológica que as fazendas antes dependentes da economia do agronegócio se abrem cada vez mais ao ecoturismo. Na Estância Mimosa, os visitantes conhecem, além de lindas trilhas, algumas das dez cachoeiras de águas verdes do rio Mimoso, a estufa de produção de alimentos orgânicos e os 60 painéis de captação da energia solar que geram a eletricidade da propriedade. Mas são os encontros com os animais que mais emocionam. Na trilha, avistamos um raro ninho de um casal de araras-azuis selva-



**NO TOPO**  
Passeio de barco no rio Mimoso



**ACIMA**  
O guia Maycon Portilho; cavalos da Estância Mimosa, uma das opções de passeio pela região



## O QUE FAZER

### FLUTUAÇÃO FLUVIAL

Para boiar em rios cristalinos vestindo máscara e respirador para ver peixes, um dos melhores programas de Bonito, prefira os rios da Prata e Olho d'Água, no Recanto Ecológico Rio da Prata (a partir de R\$ 300 para adultos), e Sucuri, como na Barra do Sucuri (a partir de R\$ 199). A Ygarapé Tour organiza estes e outros passeios.

@RECANTOECOLOGICORIODAPRATA  
@PASSEIOBARRADOSUCURI  
@AGENCIAYGARAPE

### TRILHAS E CACHOEIRAS

Com caminhos verdes bem cuidados e quedas-d'água de todo tipo, as fazendas Boca da Onça (a partir de R\$ 350) e Estância Mimosa (a partir de R\$ 205) se destacam também pela deliciosa comida feita em fogo à lenha e servida ao final do passeio. Já o Eco Park Porto da Ilha é para quem curte bote e caiaque inflável, boia cross e stand up paddle (a partir de R\$ 62 para adultos).

@BOCADAONCAECOTOUR  
@ESTANCIA MIMOSA  
@ECOPARKPORTODAILHA

### GRUTAS E CAVERNAS

A Gruta do Lago Azul (R\$ 90) virou o cartão-postal, mas emocionante mesmo é flutuar ou mergulhar nas águas da Gruta do Mimoso (a partir de R\$ 219) ou do Abismo Anhumas – nesta última, depois de descer 72 metros num cabo de aço (R\$ 899). A Bonito Scuba é quem opera os mergulhos (R\$ 1.690).

@ABISMOANHUMAS  
@BONITO.SCUBA  
@GRUTALAGOAZUL  
@PASSEIOGRUTADOMIMOSO

Abismo Anhumas



gens com seu filhote, no alto de uma árvore, e nos arrepiamos ao ver de perto o jacaré-de-papo-amarelo Tony: o réptil “de estimação” vive no alagado vizinho à sede e sai da água quando os funcionários gritam: “Tooony!”.

Outro exemplo da frágil delicadeza de Bonito pode ser experimentado no fundo branquinho do rio Sucuri, que tem a fama de ser o mais transparente do pedaço. Quem pega um punhado do material na mão descobre que os sedimentos são microcaramujos calcificados, semelhantes a conchinhas do mar. Flutuar sobre este tapete branco por 2 horas, como acontece na Barra do Sucuri, soa especialmente revigorante porque a temperatura das águas de Bonito não é gelada: gira em torno de 24 °C em qualquer período do ano. A obrigatoriedade do uso de roupas e botas emborrachadas colabora para manter a temperatura do corpo confortável. No inverno, entre junho e agosto, a ausência de chuvas aumenta a visibilidade das águas para 50 metros.

### VIAGEM AO CENTRO DA TERRA

**Igualmente emocionante é a vivência de observar as águas translúcidas e azuladas das muitas cavernas de Bonito.** Atração número 1 da cidade, a Gruta do Lago Azul virou o cenário local mais compartilhado no Instagram pela facilidade de acesso. “É bom porque o carro para pertinho da rápida trilha que leva até a boca da gruta”, conta Fernanda Costa, que viajou de carro com o marido José Fernando desde Campo Grande, e achou fácil descer os 300 degraus de acesso ao mirante de onde, dizem, se tira a melhor selfie.

**NA PÁG. AO LADO:  
NO TOPO**  
O casal Fernanda e José  
Fernando, de Campo Grande

**AO LADO**  
Gruta do Lago Azul, uma  
das atrações mais visitadas  
de Bonito

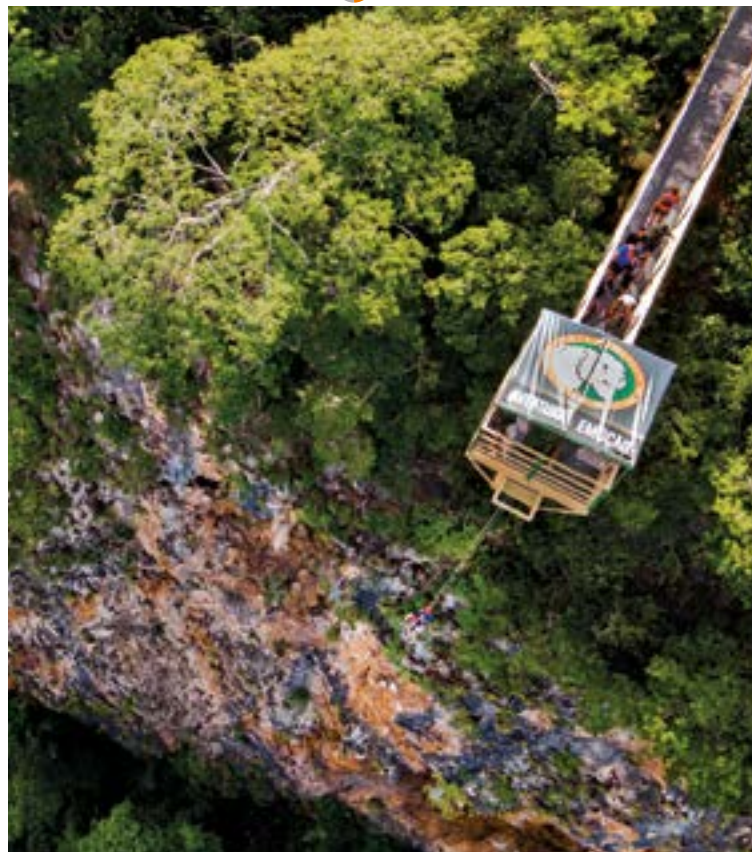
A uns 45 quilômetros dali, a recém-aberta ao público Gruta do Mimoso é tão linda quanto, mas leva vantagem por permitir flutuações com máscara e até mergulhos com cilindro a 40 metros de profundidade. Esta não é, no entanto, a única novidade no cardápio de mais de 40 atividades disponibilizado pelas 45 agências de turismo locais. O arrebatador Abismo Anhumas, antes uma caverna suntuosa de acesso exclusivo para praticantes de rapel, acaba de reabrir, permitindo que até crianças acima de 5 anos e cadeirantes desçam (e depois subam) o precipício de 72 metros, suspensos no cabo de aço acionado por um guincho elétrico – e sem esforço físico.

Para se encantar com as águas azuis do monumental Abismo Anhumas, a mais exuberante das cavernas bonitenses, é preciso espírito explorador. O coração bate mais forte quando o corpo, pendurado ao cabo, começa a atravessar uma fresta no topo da caverna onde mal passam dois corpos juntos. A descida silenciosa parece um ritual sagrado. No interior do salão escuro, o viajante escolhe se quer só contemplar as formações rochosas em um bote inflável, fazer flutuação com máscara ou des-

As águas azuis translúcidas das cavernas de Bonito formam um espetáculo estético em meio ao clima de aventura







**A PARTIR DO TOPO**  
Rapel na Boca da Onça;  
flutuação na Gruta do Mímico

## ONDE FICAR

### PROMENADE BONITO ALL SUITES

Com 78 amplas suítes de 35 metros quadrados pensadas para famílias, que incluem minicopa, cama e bicama e até tanquinho com varal, o mais novo hotel da cidade conta ainda com piscina e restaurante. Dá para estacionar o carro em frente ao quarto. O hotel é dog-friendly e tem dez suítes adaptadas para hóspedes com necessidades especiais. Diárias a partir de R\$ 360, com café da manhã.

[BONITOALLSUITES.COM.BR](http://BONITOALLSUITES.COM.BR)

## ONDE COMER

### CASA DO JOÃO

O restaurante mais tradicional da cidade é a antiga casa do simpático proprietário, João Vizcaino, paulista que se mudou para Bonito há 15 anos. Enquanto espera sua traíra sem espinha (R\$ 144), carro-chefe da casa, vale bisbilhotar o museu e o armazém.

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

### JUANITA

Disputa com a Casa do João o título de melhor lugar onde comer na cidade. A especialidade de Juanita Battilani é o pacu na brasa (R\$ 139). Não deixe de experimentar a caipirinha feita com guavira (R\$ 29), uma fruta local, e a sobremesa de banana Chico Balanceado (R\$ 19).

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

### ESPAÇO JACK

Este pequeno restaurante com buffet de comida caseira self-service (R\$ 42), da Jacqueline Loureiro, é o lugar onde os bonitenses almoçam. Uma opção econômica e de qualidade como alternativa aos restaurantes turísticos.

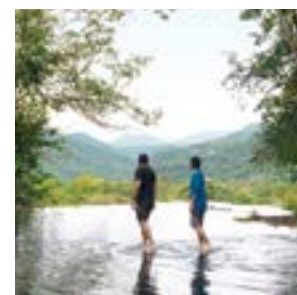
[@ESPACOJACKBONITO](https://www.instagram.com/ESPACOJACKBONITO)

## COMO CHEGAR

Desde dezembro, a GOL opera dois voos semanais entre Bonito (BYO) e o aeroporto de Congonhas (CGH), em São Paulo, às quintas-feiras e aos domingos. O voo leva 1h40. Em Bonito, alugar um carro pode tornar mais fáceis os deslocamentos para as várias atrações locais.



Atualmente, os passeios de Bonito são acessíveis a todos, mas quem busca adrenalina não passa vontade




**NO TOPO**  
Passeio no Rio Sucuri



**ACIMA**  
Serra da Bodoquena; e rafting no Eco Park Porto da Ilha

cer com cilindro para observar os cones calcários submersos de até 20 metros de altura. A sensação é a de desbravar outro planeta.

Desde que foi adotada a descida a motor, aposentando o método aventureiro do rapel, que predominava até a pandemia, o número de visitantes no Anhumas aumentou de 18 para 60 por dia. Mas os amantes da adrenalina não precisam se sentir órfãos de atividades mais radicais: a fazenda Boca da Onça, a 60 quilômetros do Centro, segue operando o mais longo rapel de plataforma do Brasil. Ali, depois de curtir o tapete verde da Serra da Bodoquena a vista do mirante, descemos por corda os 90 metros que conduzem à base da cachoeira que batiza a reserva e é a maior do estado, com 156 metros. Em terra firme, pode-se curtir os 6 quilômetros de trilhas que conduzem a outra série de atrações acessíveis para toda a família, como é a especialidade de Bonito: são cachoeiras preservadas, grutas com lagos internos e rios tão belos e transparentes que faltam até adjetivos para descrevê-los. 





# IMPROVÁVEL

**ELES ESTÃO COMEMORANDO UM GOL NA REVISTA DA GOL?**

**NÃO! EM 2022, COMPLETAMOS 15 ANOS DE TURNÊS DO IMPROVÁVEL.**

**UM AGRADECIMENTO ESPECIAL AO PÚBLICO POR PERMITIR QUE NOSSO TRABALHO SEJA VIAJAR E LOTAR TEATROS POR TODO PAÍS.**

# OBRIGADO



ACESSE NOSSO SITE E CONFIRA ONDE LEVAREMOS O IMPROVÁVEL NO PRÓXIMO MÊS

**WWW.BARBIXAS.COM.BR**

📷 @CIABARBIXAS 🎵 @BARBIXAS 📺 /BARBIXAS

FOTO FLAVIO MELGAREJO / DIVULGAÇÃO



## VIDA, TEMPO E TRABALHO

### 40 QUEM INDICA

As dicas da expert em tendências Iza Dezon

### 42 TRÊS GERAÇÕES

Tatuadores falam sobre mudanças na profissão

### 44 CAPA

Ítalo Ferreira fala de surf, família e suas raízes

### 53 COLUNA

Leandro Karnal responde aos leitores

### 54 COMPORTAMENTO

A moda circular e o consumo consciente

### 60 EXECUTIVA

O leite de aveia carbonô neutro da Nude.







## DO EGOCENTRISMO PARA O ECOCENTRISMO

Iza Dezon entrega o que tem lido, assistido e escutado para ampliar o olhar para o coletivo

POR

Denise Meira do Amaral

Depois de uma era de supremacia dos seres humanos, uma nova perspectiva parece surgir. É o que acredita Iza Dezon, 35, expert em análise de tendências e fundadora da consultoria Dezon, responsável por mapear padrões de comportamentos e apontar os próximos desejos dos consumidores para empresas dos mais variados ramos – do entretenimento à mobilidade.

Para a especialista, também colunista da *Época Negócios* e apresentadora do podcast de tendências de beleza *Ciao, Bela!*, que estreia a nova temporada em maio, estamos no curso de uma transformação – ainda lenta – de entender que somos parte de um ecossistema. “Não estamos no topo da pirâmide, acima de todas as espécies”, diz Iza, defendendo o retorno do ecocentrismo – o que ela define como “uma filosofia ecológica, em oposição ao antropocentrismo. Os humanos são membros da natureza e parte de um ecossistema, anulando a teoria que nos separa das outras espécies que habitam o planeta.”

### O VERDE AO NOSSO REDOR

“O livro *A planta do mundo* (Ubu Editora), de Stefano Mancuso, é lindo por tanta coisa, mas principalmente por falar sobre a relação colaborativa do mundo vegetal *versus* a relação predatória do mundo animal. Só que toda a vida animal, incluindo o homem, corresponde somente a 0,3% da vida na Terra, e as plantas, a 85%.”



### OLHAR ANIMAL

“David Attenborough é um inglês de 95 anos que lançou recentemente a série *A vida em cores* (Netflix), sobre como os animais entendem as cores. E, de novo, é essa nova forma de parar de olhar o ser humano como o topo da pirâmide e fazer a transição do egocêntrico para o ecocêntrico.”

### SORORIDADE

“*A roda do tempo* (Amazon), de Rafe Judkins, me interessa porque fala não só dos defeitos humanos, mas da perspectiva do sagrado animista – a atribuição de poderes mágicos a elementos. A série mostra uma sociedade matriarcal na qual as bruxas, ou deusas, se preferir, estão no comando.”



### OUTRAS HISTÓRIAS

“Estou animada para a próxima temporada da série *Manhãs de setembro* (Amazon), com a Liniker e a Linn da Quebrada. É sobre uma mulher trans motogirl, mas que quer ser cantora, narrada de uma forma bem crua, mas linda. É o tipo de história que a gente quase não vê sendo contada.”

### PAPO RETO

“Estou viciada no podcast *Mano a Mano* (Spotify), do Mano Brown. Ele já entrevistou nomes como Karol Conká, Lula, Glória Maria e Drauzio Varella. Ando muito interessada em narrativas que sejam verdadeiras. O Drauzio saber todas as letras dos Racionais MC's é de deitar no chão.”

FOTOS REPRODUÇÃO / AMAZON PRIME / DIVULGAÇÃO / ILUSTRAÇÃO ZÉ OTÁVIO

# Seu leão pode colorir a vida de muitas crianças

## Doe seu Imposto de Renda para o Hospital Pequeno Príncipe

Que tal fazer uma doação para projetos sociais em vez de pagar Imposto de Renda?

Parece interessante, né? Muita gente não sabe dessa oportunidade, mas é possível ajudar instituições filantrópicas, como o Hospital Pequeno Príncipe, de forma fácil e sem custo.

### QUEM PODE DOAR?

Pessoas físicas que fazem sua declaração de Imposto de Renda pelo **formulário completo**.

- **IRA PAGAR:** o valor doado será subtraído da quantia a pagar.
- **IRA RESTITUIR:** o valor doado será somado à sua restituição.

### COMO DOAR

#### 1. DOAÇÃO

Após o preenchimento da declaração de 2021, no campo fichas da declaração, escolha a opção “**Doações Diretamente na Declaração**”. Na aba “**Criança e Adolescente**”, clique em “**Novo**”, escolha o “**Fundo Municipal**”; em UF, selecione “**PR – Paraná**”; e em Município, “**Curitiba**”. Seu potencial de doação irá aparecer no canto direito da tela, então basta digitar o valor calculado pelo programa da Receita Federal.

[41] 2108-3886 [41] 99962-4461

[doepequenoprincipe.org.br](http://doepequenoprincipe.org.br)

ATÉ  
29 de  
abril de  
2022



Não se esqueça de enviar o comprovante!

### 2. IMPRESSÃO

Entre na opção “**Imprimir**” e selecione o “**DARF – Doações Diretamente na Declaração – ECA**”.

### 3. PAGAMENTO

Efetue o pagamento do DARF até **29 de abril de 2022**.

### 4. E-MAIL DE CONFIRMAÇÃO

Para direcionar sua doação aos nossos projetos, é fundamental que você envie um e-mail para [doepequenoprincipe@hpp.org.br](mailto:doepequenoprincipe@hpp.org.br), contendo as seguintes informações:

- DARF de doação e comprovante de pagamento do DARF.
- seus dados pessoais: nome completo, CPF, endereço e telefone.
- a frase “Doação direcionada ao Hospital Pequeno Príncipe”.

Obs.: o envio desse e-mail é fundamental para que o seu recurso seja repassado do Fundo Municipal para o Hospital Pequeno Príncipe.





## PARA SEMPRE

Três tatuadores conversam sobre técnicas, aprendizados e o futuro da arte na pele

POR

Leonor Macedo

### JOÃO INCOLOR

27 ANOS

COMEÇOU A DESENHAR QUANDO CRIANÇA E DEIXOU SEU TRAÇO EM MUROS E TELAS ATÉ DESCOBRIR QUE TATUAR PODERIA SER UM CAMINHO PARA SUA INDEPENDÊNCIA – ARTÍSTICA E FINANCEIRA. AOS 21 ANOS, FOI APRENDIZ DE UMA AMIGA E HOJE ATENDE NO ESTÚDIO NUVEM, EM SÃO PAULO.



### ELISSA ROCABADO

34 ANOS

COMEÇOU A CARREIRA NA MODA E FOI ESTUDAR ILUSTRAÇÃO CIENTÍFICA BOTÂNICA. MIGROU PARA A GRAVURA E, EM 2015, PASSOU A SE DEDICAR APENAS À TATUAGEM. HOJE ATENDE NO ESTÚDIO INKDOMUS, EM SÃO PAULO, E NO VULCÃO, NO RIO DE JANEIRO.



### TINO TATTOO

60 ANOS

COMEÇOU A TATUAR EM 1979, QUANDO OS DESENHOS NA PELE AINDA ERAM MARGINALIZADOS. ALÉM DE PARTICIPAR DE CONVENÇÕES INTERNACIONAIS, TRABALHOU EM CIDADES COMO AMSTERDÃ E BOLONHA. EM SÃO PAULO, ATENDE NO TRADICIONAL LEDS TATTOO.



**TINO:** O que você acha que pode acontecer de novo no mundo da tatuagem?

**JOÃO:** Acho que as ferramentas poderão ter uma tecnologia na qual a qualidade e a velocidade da aplicação serão muito maiores. A tattoo será naturalizada em todas as áreas da sociedade, sem o estigma que existia lá atrás, quando você começou. As tribos sociais criam a própria expressão com diferentes estilos. Quanto aos desenhos e imagens, o limite será apenas o corpo a ser tatuado.

**JOÃO:** Pela sua vivência, a tatuagem pode ter, de fato, um significado que ultrapasse o estético e o artístico para ser um ritual?

**ELISSA:** A tatuagem pode, sim, ser um ritual, a depender do espaço que ela ocupa na vida da pessoa que está realizando o procedimento. Eu me conectei com pessoas de diversos lugares do mundo que veem a tatuagem como um rito de passagem ou forma de materializar memórias na pele. Agora, eu não vejo minha sessão como um ritual, pois é um ofício que me sustenta no dia a dia. O que tento é, naquelas horas em que passarei com uma pessoa que esperou com paciência nosso encontro, praticar uma escuta, desmistificar o processo, ter musculatura física e emocional para lidar com o momento. E, sempre que possível, ir atrás de conhecimento, da história dos saberes tribais muito mais antigos do que esse sistema monetário que vivemos.

**ELISSA:** O que mudou na forma como as pessoas percebem o ofício de tatuar?

**TINO:** Acredito que, com a divulgação da tatuagem dos anos 90 em diante, ela pôde ser vista como arte e se tornou mais popular, perdendo o estigma marginalizado. Isso abriu espaço para jovens artistas, tornando o ofício cada dia mais profissional, com equipamentos mais modernos, como agulhas, tintas, máquinas etc. As pessoas podem se expressar com liberdade em todas as idades e profissões, exibindo suas tatuagens com orgulho. E eu acompanhei – e fiz parte de – tudo isso.

FOTOS DIVULGAÇÃO

A trajetória de Sallen Moraes é daquelas de inspirar qualquer brasileiro. Criado em um ambiente simples e com poucos recursos, entendeu desde cedo que o caminho para conquistar as coisas era por meio do trabalho. Tanto que aos 11 anos de idade resolveu vender pipas para começar a ganhar os primeiros trocados.

“Ganhei meus primeiros trocados vendendo pipa, desde cedo, e aprendi que guri parado não vende picolé.”

– comenta Sallen Moraes

Além de contar a história do empresário, o conteúdo do livro trará ainda lições de liderança e tecnologia tendo como exemplo as empresas do grupo. Ao todo, são 10 empresas desenvolvidas ao longo de oito anos.

Fazem parte do portfólio do SVM Group, a Prime Drink, Wenov, Cloud Payments, Kred, iBolt, Plug Records, Agropecuária Prime, Madame G, Wine Universe e as parcerias como Câmara de Indústria e Comércio Brasil-Israel e Câmara de Comércio Brasil-Paraguay, da qual também é presidente.





## O QUE ME MOVE

Campeão mundial e ouro nas Olimpíadas de Tóquio, ÍTALO FERREIRA ganhou o mundo, mas sempre volta para as suas raízes: Baía Formosa, de olho no futuro do esporte com seu instituto e para ficar perto da família, seu bem mais precioso

POR  
Caio Ferretti e Paulo Lima

Ítalo Ferreira no QG da Red Bull,  
em Fuschl am See, Áustria

FOTO RED BULL CONTENT POOL / DIVULGAÇÃO





Ítalo surfa na praia de Haleiwa, Havaí, em janeiro deste ano

FOTOS RED BULL CONTENT POOL / DIVULGAÇÃO / INSTAGRAM / ARQUIVO PESSOAL

A palavra “obsessão” aparece com alguma frequência nas falas de Ítalo Ferreira. Faz sentido. É preciso ser um tanto obcecado para chegar ao lugar mais alto do surf mundial em meio a condições que não favorecem esse caminho: uma história que começou com o atleta ainda na infância pegando ondas sobre uma tampa de isopor no mar da pequena – e agora internacionalmente conhecida – Baía Formosa, no Rio Grande do Norte.

O que impulsionou o caminho de Ítalo até o topo, no entanto, não foi puramente a fixação em ser o melhor. “Comecei a competir, a ganhar campeonatos e premiações e, assim, a ajudar a minha família. Este sempre foi o meu maior incentivo”, conta ele, que, aos 21 anos, foi catapultado ao World Surf League (WSL), a divisão de elite do surf mundial.

A chegada ao principal torneio do esporte aconteceu mais rápido do que o esperado, como ele mesmo reconhece. “Eu não estava preparado, mas sempre gostei muito de desafios”, diz. “Tive que me adaptar muito rápido. Mas eu sempre quis competir com os melhores, porque assim eu poderia evoluir mais rápido e faria as pessoas perceberem que eu tinha surf para estar ali.” E não resta dúvida de que as pessoas perceberam: na temporada em que estreou no circuito mundial, em 2015, Ítalo foi eleito “Rookie of the year”, um reconhecimento ao melhor estreante na elite. Quatro anos mais tarde, veio o título mundial. E, em 2021, consagrou-se o primeiro surfista a conquistar a medalha de ouro nas Olimpíadas de Tóquio na estreia da modalidade nos jogos, emocionando o Brasil inteiro. “Quando eu soube que ia ter surf nas Olimpíadas, virou outra obsessão. Trabalhei muito forte para colocar o meu nome na história do surf como primeiro campeão olímpico”, conta o potiguar.

O fato é que Ítalo, aos 28 anos, tem aquele componente fundamental de um bom atleta: saber transformar dificuldade em motivação. Se algo é desafiador, ele quer em dobro. Principalmente se envolver suas grandes paixões: o surf e a família. É para a segunda que ele se dedica ao máximo à primeira. “Eu tinha muito medo de decepcionar a minha família, de não conseguir retribuir tudo o que eles fizeram por mim”, conta.

Além dos laços familiares, o atleta mantém uma forte conexão afetiva com Baía Formosa, sua terra natal. Como forma de retribuir tudo o que a pequena cidade do Rio Grande do Norte fez por ele, como o próprio diz, o atleta anunciou a criação do Instituto Ítalo Ferreira. A associação tem como missão formar a nova geração de surfistas de Baía Formosa, atuando ainda nas frentes educacionais e de sustentabilidade. “Cada um tem um



EM SENTIDO HORÁRIO Ítalo e o pai, Luiz Ferreira, o seu Luizinho; o surfista na infância; ainda jovem, em uma sessão de treinamento funcional na Serra da Bodoquena

sonho, cada um tem um objetivo diferente, e o instituto veio para ajudar as pessoas. Espero que a gente consiga fazer grandes coisas na minha comunidade, onde eu realmente gosto de estar e quero continuar vivendo”, diz.

Sempre em movimento, direto da Austrália Ítalo bateu um papo com a reportagem da GOL, enquanto esperava para estrear na etapa de Bells Beach, o quarto evento do circuito mundial neste ano. A seguir, o atleta fala mais sobre a sua relação com o surf, com a família, suas raízes em Baía Formosa e, claro, suas obsessões.

Como o surf entrou na sua vida?

As primeiras lembranças de surf que tenho são de quando comecei a entrar no mar enquanto meu pai vendia peixe. Eu tinha muito tempo livre, então ficava na água me divertindo, surfando com a tampa do isopor da caixa dos peixes, no porto de Baía Formosa. Daí fui cada vez mais me apaixonando pelo surf.

E quando você sentiu que o esporte podia ser uma profissão?

Percebi que o surf poderia ser o meu caminho quando comecei a ajudar a minha família. Comecei a competir, ganhar cam-





**NESTA PÁG., A PARTIR DO TOPO** Ítalo recebe o troféu da Word Surf League (WSL), no qual foi campeão em 2019; o atleta e Peniche, seu husky siberiano, com o ouro olímpico; Ítalo treina em Baía Formosa

peonatos, premiações e, assim, a ajudar em casa. Isso virou uma obsessão para mim. Quando eu ganhava, conquistava o troféu, que era o meu maior desejo no campeonato, e consequentemente a premiação para ajudar a minha família. Era o que me impulsionava.

**Foi esse impulso que fez você chegar rapidamente ao World Surf League (WSL)?**

Não era meu plano entrar já em 2015 no circuito mundial. Em 2014, eu fui para Los Cabos como alternate *[suplente]* no WQS *[World Qualifying Series, a liga de acesso à elite]*. Eu nem sabia que iria competir. Quando cheguei lá, alguns atletas não apareceram e fui escalado para entrar no campeonato. Fiquei em terceiro e ganhei pontos para entrar em outros eventos. Competi em quatro etapas do WQS e já me classifiquei para o circuito mundial em 2015, acho que foi a classificação mais rápida num WQS.

**E como foi essa entrada no WSL?**

Quando cheguei no circuito mundial, tive que me adaptar muito rápido. Eu não estava preparado, mas sempre gostei de desafios. Sempre quis competir com os melhores, porque assim poderia evoluir mais rápido e fazer as pessoas perceberem que eu tinha surf para estar ali. Fui crescendo aos poucos, amadurecendo.

**Até que, em 2018, você ganhou seu primeiro evento do circuito, em Bells Beach, Austrália. Tem uma cena sua muito interessante, logo após ganhar essa final, fechado dentro de um banheiro químico, batendo nas paredes do banheiro e gritando: “Eu consegui, eu consegui!”. O que passou pela sua cabeça naquele momento?**

Esse campeonato de 2018 foi onde virou a chave de tudo. Eu vinha da pressão de sempre performar muito bem, mas não conseguir vencer campeonatos. E naquele evento as coisas estavam acontecendo muito perfeitas. Depois que venci, tive

que colocar para fora tudo o que estava sentindo. E foi lá naquele banheiro, nessa cena em que estou batendo na parede e gritando, que consegui colocar para fora. Foi algo que eu não imaginava. Competir com o Mick Fanning na final, um cara que cresci acompanhando e que era uma inspiração para mim. E ainda era o campeonato em que ele estava se aposentando. Acho que nem sonhando seria daquela maneira tão perfeita. Foi um campeonato que realmente virou a chave na minha carreira. Dali para frente comecei a vencer mais eventos e a me destacar um pouco mais.

**Tem outra virada de chave, além dessa em Bells Beach, que está relacionada à sua preparação física. Você evoluiu muito na parte física nos últimos anos.**

Acho que depois de 2018, quando venci três etapas, percebi que alguma coisa tinha que mudar. Mesmo vencendo, eu sabia que ainda não estava certo tudo o que estava fazendo no circuito. Faltava treino. Não porque eu estava me lesionando muito, mas não dava para manter um alto nível sem o preparo físico e sem estar com o corpo realmente forte para tudo o que eu queria exigir dele na água. A partir daquele momento, percebi que faltava mudar isso na minha rotina, adicionar, no caso, os treinos físicos com mais intensidade e frequência.



FOTOS RED BULL CONTENT POOL / DIVULGAÇÃO / INSTAGRAM / ARQUIVO PESSOAL



Ítalo Ferreira no QG da Red Bull, em Fuschl am See, Áustria

**Quando eu soube que ia ter surf nas Olimpíadas, virou uma obsessão. Trabalhei muito para colocar meu nome na história do surf como primeiro campeão olímpico**

ÍTALO FERREIRA, 28 ANOS, SURFISTA

**Como esse trabalho tem ajudado sua performance dentro d'água?**

Minha equipe bolou um plano de treino e alimentação e, depois de alguns meses, consegui entender um pouco mais o meu corpo. Dependendo de qual campeonato eu for, sei exatamente o que preciso comer. Por exemplo, em algumas etapas, como no Havaí, preciso ter um pouco mais de peso, estar um pouco mais forte, porque as ondas são mais fortes. Em Peniche, Portugal, tenho que estar mais ágil, mais leve, para ganhar mais velocidade. Acho que consegui encontrar esse equilíbrio e me manter bem fisicamente para poder ter um bom desempenho dentro d'água.

**Antes seu sonho era ser campeão mundial de surf. Agora você já é campeão mundial e olímpico. Qual é seu sonho agora? O que te motiva?**

Realmente meu maior sonho era o mundial. E ainda fui campeão olímpico na estreia do surf nos jogos. Quando eu soube que ia ter surf nas Olimpíadas, isso virou uma obsessão para mim. Trabalhei muito forte para colocar o meu nome na história do surf como o primeiro campeão olímpico. Foi algo muito importante para minha carreira, para mostrar para minha família que realmente valeu a pena todo o esforço e a dedicação desses anos. Mas claro que continuo tendo sonhos e desejos, quero continuar no circuito mundial fazendo o que amo, surfando, vivendo essa vida que desejei desde criança. Hoje tenho a oportunidade de ajudar as pessoas que estiveram comigo lá no início, que é o mais prazeroso.

**O que você sente quando dizem que você veio do nada, sendo que saiu de uma família boa, de um lugar com tanta coisa legal, com tantos amigos?**

Então, em Baía Formosa eu tenho tudo, né? Tenho umas ondas, que não são as melhores, mas são ondas em que treino manobras e que depois consigo fazê-las exatamente iguais em outros lugares do mundo. A gente tem uma praia sem bagunça, sem festa, não me tira do meu objetivo. É um refúgio. Na Formosa eu realmente consigo resetar tudo que aconteceu em uma etapa do campeonato para começar do zero na próxima. E vou contar uma coisa que aconteceu recentemente, quando eu estava voltando das Olimpíadas do Japão. Meu pai, meus amigos, queriam fazer uma carreata no caminhão dos Bom-

FOTO RED BULL CONTENT POOL / DIVULGAÇÃO



beiros. E eu falei: 'Não, eu não quero'. Eles não entenderam. E aí, quando cheguei em casa, vi os meus amigos sentados, a minha mãe, toda aquela galera que gosto no lugar que amo. Percebi que aquela galera ali, independentemente de qualquer coisa, vai estar do meu lado, sabe? Posso perder, ganhar e aquela galera vai estar lá. Poxa, eu valorizo isso.

**Por falar nisso, conte um pouco mais sobre a criação do Instituto Ítalo Ferreira, em Baía Formosa.**

Eu sempre tive o sonho de ajudar o próximo. E com o meu nome, com a minha história, com tudo que eu consegui até hoje, eu tinha a possibilidade criar uma associação, uma ONG para ajudar as pessoas, as crianças e as famílias que realmente precisam. Cada um tem um sonho, um objetivo, e o Instituto Ítalo Ferreira veio para ajudar as pessoas. Espero que a gente consiga fazer grandes coisas na minha comunidade, onde eu realmente gosto de estar e quero continuar vivendo. Tenho no Instituto pessoas competentes que estão ali para ajudar de coração, entregando tudo a esse projeto para dar uma luz para as pessoas que precisam.

**No documentário que a Red Bull fez sobre sua vida, você é descrito como uma pessoa intensa. Como trabalha essa intensidade no dia a dia?**

Eu realmente não paro quieto, sou uma pessoa que gosta de fazer tudo e aproveitar todos os momentos, até porque não sei o dia de amanhã. Aproveito cada oportunidade junto com meus amigos, com toda a galera que cresceu comigo. Eu não faço ioga, não faço meditação. Pelo contrário, sou muito acelerado. É a minha maneira de viver. Acho que não consigo ficar quieto em um canto por 20 minutos, talvez devesse trabalhar isso um pouco *[risos]*.



Ítalo ao lado de sua estátua no Pontal, Baía Formosa, em janeiro deste ano; o atleta distribuiu mais de 400 ovos de Páscoa para as crianças de Baía Formosa em abril



**Do que você tem medo?**

Não sei. Antes eu tinha muito medo de decepcionar a minha família, de não conseguir retribuir tudo o que eles fizeram por mim. Mas hoje, graças a Deus, eu já consigo fazer muito por eles, sou muito feliz. Medo a gente sempre vai ter de todas as coisas. Medo de errar, de fracassar... mas a gente não pode alimentar o medo, e sim buscar evoluir e passar por cima dessas barreiras que nos impedem de seguir em frente.

**Foi com essa mentalidade que você conseguiu vencer o medo de ondas grandes?**

Sem dúvida, eu sempre gostei de me desafiar. E me aventurar em Nazaré *[praia em Portugal onde se formam as maiores ondas do mundo]* também foi um passo para ver até onde consigo chegar. São detalhes que podem fazer a diferença em um campeonato em que o mar esteja grande, porque você já sabe mais ou menos como se comportar naquela situação. Acho que é um processo que eu ainda estou aprendendo bastante e evoluindo. Não posso dizer que sou expert em tudo, em onda pequena, média e grande. A gente está sempre aprendendo, mas hoje tenho uma noção de que consigo me jogar e me aventurar em ondas maiores.

**Como é competir contra os melhores do mundo no circuito? O Kelly Slater, por exemplo, gosta de desestabilizar o adversário através da conversa. E você, nas baterias, prefere se concentrar no seu surf.**

Acho que quando você foca no seu adversário, acaba esquecendo do que é capaz de fazer. O Kelly sempre teve esse joguinho mental de chegar e bater no seu ombro, trocar ideia na hora da bateria. Em 2019, quando venci em Pipeline, peguei o Kelly na semifinal. Antes da bateria, me falaram: 'Ítalo, não conversa com ele, foca em você.' Foi exatamente o que eu fiz. No meio da bateria ele veio conversar comigo, falando que tinha acertado a bancada, que as direitas não estavam tão boas. Não dei nenhuma moral para ele, continuei olhando as ondas. Cada um tem o seu jeito de competir. Acho que tenho uma noção de como os atletas do mundial competem. O Kelly é um cara que respeito muito e até hoje ele ainda não me venceu. Espero que ele não me vença até se aposentar.

**Do que você sente saudade quando está viajando para competir?**

Sinto saudade de estar na minha casa, um lugar em que eu me sinto muito bem, onde não sinto pressão em

FOTOS: INSTAGRAM / ARQUIVO PESSOAL

FOTO: RED BULL CONTENT POOL / DIVULGAÇÃO



Ítalo pega um tubo em Haleiwa, Havaí

***Cada um tem um sonho, um objetivo, e o Instituto Ítalo Ferreira veio para ajudar as pessoas. Espero que a gente consiga fazer grandes coisas na minha comunidade***

nenhum momento. Vou surfar na hora que eu quiser e quantas vezes eu quiser. Um lugar onde posso treinar todos os dias. Esse desejo de passar o dia surfando de bermuda com meus amigos, dando risada com a minha família, aproveitando com a minha namorada, esses são os melhores momentos, e é realmente disso que sinto falta durante as viagens.

**Como é a sua relação com seu pai?**

Temos uma relação muito boa desde que eu era criança. A gente nunca foi de conversar muito, de trocar muito carinho, mas eu realmente tenho muito respeito por

ele. Eu vi o quanto ele batalhou quando minha mãe estava desempregada, sempre buscou fazer o dele sem passar por cima de ninguém, sempre foi um cara que respeitou o próximo, que, mesmo com pouco, sempre olhou para o lado e estendeu a mão. O que tenho e sou hoje é por causa do meu pai.

**Seu pai surfou alguma vez?**

Meu pai *[risos]*? Coloquei ele uma vez para surfar no porto de Baía Formosa. Foi divertido vê-lo surfando pela primeira vez. Também foi estranho, o filho colocou o pai para surfar, ao invés de o pai colocar o filho. Foi legal poder viver aquele momento com ele.

**Ele teve alguma relação no seu início no surf?**

Ele me ajudou financeiramente, era o cara que segurava as pontas, vendia os peixes e me dava dinheiro para ir aos campeonatos. E quando os campeonatos eram em um lugar próximo, meu pai e minha mãe faziam uns sanduíches e levavam para a praia para mim, para os meus amigos e para quem estivesse





**EM SENTIDO HORÁRIO** Ítalo posa para ensaio fotográfico; o atleta com a mãe, Katiana Ferreira; o surfista comemora no Japão o ouro olímpico

*Meu pai chegava nos eventos com o carro cheio de comida, era pão com mortadela, pão com queijo, e dava para todo mundo. São momentos que nunca serão apagados*

outras mães falavam que minha mãe era louca por deixar o filho menor de idade viajar pelo mundo. Mas minha mãe está sempre de joelhos, orando a Deus para me guardar de todo mal. Ela sempre soube que eu não faria nada de errado, eles me ensinaram muito bem como me comportar e como viver. Sempre respeitei muito as pessoas, sempre fui educado, sempre soube o meu lugar. Ela sabia que eu estaria bem onde estivesse.

**Fale um pouco da sua avó. Qual foi a importância dela na sua infância?**

Ela foi uma peça muito importante. Quando eu era pequeno, a gente se mudou para Natal, onde meu pai e minha mãe tentaram conseguir emprego, mas acabaram se frustrando. Voltamos para Baía Formosa e tivemos que vender a casa. Nós não tínhamos onde ficar e fomos morar com a minha avó e meu avô. Foi mais ou menos nessa época que comecei a surfar. E o meu avô me acobertava algumas vezes, me ajudava quando eu não ia para escola para surfar. Então eles foram pessoas fundamentais na minha vida, vivi momentos muito importantes ao lado deles.

**Como você gostaria de ser lembrado no futuro?**

Acho que como um atleta exemplar. Eu não fumo, não bebo, treino todos os dias, me dedico bastante. Espero que as pessoas possam se inspirar na minha história, independentemente do trabalho, dos desejos ou dos sonhos que tenham. **🕒**

FOTOS: SÉRGIO BOCHART / DIVULGAÇÃO; INSTAGRAM / ARQUIVO PESSOAL

junto. Meu pai chegava nos eventos com o carro cheio de comida, era pão com mortadela, pão com queijo, e dava para todo mundo. São momentos que nunca serão apagados, sempre estarão na minha memória.

**E sua mãe?**

Ela não apoiava no início, mas depois viu que era o que eu queria, o que eu sonhava. Quando comecei a viajar, saindo de uma cidade pequena, onde todo mundo sabe de tudo, as



## CABEÇA NO LUGAR

**Em sua coluna, o historiador Leandro Karnal fala sobre escolher fontes confiáveis na era da pós-verdade, cuidados com a saúde mental e o medo da morte**

**Professor, estou cada vez mais confusa com tantas notícias contraditórias e já não sei mais no que e em quem acreditar. Como buscar informação isenta, de confiança?**

**JOANA LIMA, APARECIDA – SP**

Não existe verdade isenta ou absoluta. Porém, há maneiras de buscar informações em fontes mais confiáveis. Jornalistas profissionais são obrigados a checar dados e mostrar o contraditório. Busque sempre mais de uma fonte jornalística. Toda notícia é um recorte e apresenta um ponto de vista. Há vários olhares possíveis sobre um mesmo fato e há mais que meros dois lados para uma história. Reportagens devem ter sempre autoria. Diante de um texto anônimo ou de uma fonte obscura, estranhe. Eleja curadores que sejam da sua confiança. Lembre-se: WhatsApp é para facilitar contatos de grupos e pessoas, nunca para formar ou informar alguém.

**Com tantas alternativas à nossa disposição, quais terapias ou métodos você acredita que são os melhores para cuidarmos da nossa saúde mental?**

**CLAUDIO CAMPOS, RIO DE JANEIRO – RJ**

A saúde mental, em casos leves e gerais, pode ser amparada por boas práticas, como meditação, textos de autoconhecimento e atividade física moderada. Para questões mais severas, existem muitas terapias disponíveis e cada personalidade demanda um modelo. Busque com honestidade o que possa gerar resultados mais claros para seu caso. Pergunte aos amigos, encontre um bom profissional e não tenha medo de falar do que incomoda a você. Avalie: o que incomoda pode melhorar com uma conversa ou com um psiquiatra? Só você tem a resposta.



LEANDRO KARNAL (@LEANDRO\_KARNAL) É HISTORIADOR, PROFESSOR E APRESENTADOR

**Nestes tempos de pandemia, guerras, desastres, tenho pensado cada vez mais na morte, o que me assusta bastante. Como você lida com a possibilidade de morrer? Tem medo da morte?**

**RITA AGUIAR, SÃO PAULO – SP**

Nenhum. Claro, isso pode mudar no futuro, mas, influenciado por pensadores estoicos, considero a morte um fato da existência. Eu não a desejo e, tampouco, ela me apavora. Ninguém é insubstituível e tenho certeza de que o mais importante é o agora e a qualidade de vida do momento atual. Como diziam os filósofos, "jamais encontrarei a morte: enquanto eu for, ela não será, e quando ela for, eu já não serei mais." Penso muito na vida e quase nada na morte.



## TUDO O QUE VAI, VOLTA

Um dos mercados mais poluentes do mundo, a moda vem se rendendo à economia circular. Brechós on-line, startups de aluguel de roupas e até marcas de luxo apostam num novo padrão de consumo – mais consciente e sustentável

POR  
Juliana Bordignon

ILUSTRAÇÕES  
Fekiro





Estar na moda sai caro. E o referencial não é a sua fatura de cartão de crédito: quem está pagando o preço é o planeta. A cada ano, a indústria da moda em todo o mundo lança cerca de 150 bilhões de novas peças, de acordo com um estudo do Instituto de Tecnologia de Massachusetts, o MIT, publicado em 2015. Só a espanhola Zara, uma das três maiores varejistas dessa indústria no mundo, lança, em média, 450 milhões de produtos anualmente. Com uma produção de proporções gigantescas, é de se esperar que o impacto ambiental causado não seja muito diferente: a indústria têxtil é responsável por 4% da emissão global de gases de efeito estufa na atmosfera, ficando atrás apenas da petrolífera. Para efeitos de comparação, é mais do que Alemanha, França e Reino Unido emitem juntos em um ano (Fashion on Climate Report 2020, McKinsey). Isso sem contar o consumo de água, a liberação de microplásticos no oceano e o descarte – de acordo com a ONG inglesa The Waste and Resources Action Programme, 336 mil toneladas de peças usadas vão parar em aterros sanitários todos os anos no Reino Unido. Só que nada disso é reciclável.

Por sorte, no meio do caminho havia uma geração. Ou melhor, duas: comprometidos com temas relacionados à sustentabilidade, os millennials e a geração Z (respectivamente aqueles nascidos entre 1981 e 1995 e entre 1995 e 2010) têm sido apontados como grupos dispostos a ditar novos padrões de consumo. Um estudo publicado pela Credit Suisse em fevereiro deste ano vai mais longe, incluindo também parte da geração X (nascidos nas décadas de 1960 e 1970). Eles entrevistaram 10 mil pessoas de 16 a 40 anos em dez países, incluindo o Brasil, e 80% dos respondentes disseram que pretendem comprar apenas produtos considerados sustentáveis no futuro. De braços dados com esses consumidores conscientes está um velho conhecido: o brechó. Mas repaginado para acompanhar as novas gerações.

A ideia de vestir uma roupa que já habitou outros corpos desconhecidos já não encontra mais o mesmo preconceito de antigamente. “Desde que começamos, há

11 anos, vimos uma mudança drástica em relação a esse comportamento”, comenta Gabriela Carvalho, sócia e fundadora do brechó Peguei Bode. O negócio criado em 2011 é uma das plataformas on-line de revenda de luxo mais conhecidas no Brasil – só no Instagram, são 254 mil seguidores ávidos por peças de segunda mão de marcas como Chanel, Dior e Hermès.

Se antes os consumidores tinham vergonha de dizer que a peça era usada, agora o cenário é outro. “As pessoas acham cool contar que encontraram

*“Segunda mão é um estilo de vida, um caminho sem volta”*

**CAMILLA GONÇALVES, FUNDADORA DO BRECHOMINANTE**

algo interessante por um preço melhor do que na loja”, diz Gabriela.

Mariana Penazzo, empresária e sócia da plataforma digital de aluguel e revenda de roupas Dress & Go, defende que, para peças de pouco uso, alugar é uma opção mais econômica – e sustentável. Entretanto, ela conta que no início o negócio também enfrentou algumas barreiras culturais. “Os consumidores precisavam abraçar a ideia de que a peça que estava ali



Camilla Gonçalves, do Brechominante, garimpando peças em um galpão em São Paulo

FOTOS DIVULGAÇÃO



parada no guarda-roupa poderia render dinheiro. Para marcas e estilistas havia o pensamento: ‘Minha cliente pagou caro nesta peça e vai à festa com alguém que está com um vestido igual, só que alugado?’”, diz.

A plataforma, que hoje conta com 400 mil clientes cadastrados e aluga cerca de 3 mil peças por mês, de marcas como Lacoste, Chanel e Valentino, fechou recentemente uma parceria com a The North Face, líder no mercado de vestuário para esportes ao ar livre. A ideia é oferecer o aluguel de suas roupas para quem planeja viajar para destinos com neve. “Normal-



**NO TOPO, A PARTIR DA ESQ.**

Mariana Penazzo e Bárbara Diniz, sócias da Dress & Go; as irmãs Gabriela e Daniela Carvalho, fundadoras do Peguei Bode

**ACIMA**

Foto de divulgação da parceria da Dress & Go com a The North Face



mente, a pessoa viaja uma vez por ano ou a cada dois anos para esquiar ou ver neve. Por que investir em uma peça que será usada só nessa ocasião? Você não precisa gastar com isso, com lavanderia... É mais barato e mais inteligente alugá-la”, defende Mariana. Uma jaqueta de esqui da The North Face, que dificilmente é aproveitada no inverno brasileiro, pode custar R\$ 2.800. Já o aluguel na Dress & Go sai por R\$ 730 pelo período de dez dias.

**LUXO REVIGORADO**

**Além da pressão dos consumidores pela sustentabilidade**, há outro fator importante que pode incentivar mais marcas a aderir à circularidade: segundo a ThredUp, uma das maiores plataformas de venda de produtos usados do mundo, nos próximos três anos o mercado de reuso deve bater a marca dos US\$ 77 bilhões de dólares. Um sinal claro dessa mudança é que, se antes parecia impensável ter marcas de luxo em sites especializados em itens de segunda mão, hoje são elas quem procuram ocupar esses espaços. As grifes Stella McCartney, Burberry e Gucci se uniram ao e-commerce norte-americano TheRealReal para oferecer roupas, sapatos e acessórios aos consumidores.

No Brasil, além de iniciativas como a parceria entre a Dress & Go e a The North Face, há outros sinais de que o segmento de revenda de produtos de luxo usados tem se movimentado. Em março, a rede de shoppings Iguatemi comprou parte do brechó Etiqueta Única por R\$ 27 milhões; já o Enjoei, que permite que os usuários criem suas próprias “lojinhas” no site e revendam produtos usados, estreou na bolsa de valores de São Paulo e ainda arrematou a Gringa, plataforma de artigos de





FOTOS: DIVULGAÇÃO

luxo fundada pela atriz Fiorella Mattheis, por R\$ 14 milhões. “Estamos em um mundo mais consciente, mais sustentável. As marcas precisam ver isso de forma positiva. E, no fim, os estilistas ganham mais ao colocar uma peça para alugar do que ao vendê-la, porque a vida útil dela é maior”, explica Mariana.

#### PISCOU, VENDEU

**E quando falamos de artigos de segunda mão de luxo,** o preço alto – ainda que muito inferior ao que é cobrado na loja – não assusta os consumidores. Pelo contrário. “Dependendo do produto, ele é vendido poucos minutos após ser anunciado”, diz Gabriela sobre sua experiência na Peguei Bode. O modelo Flap da Chanel, por exemplo, que dependendo da conservação pode ser vendido por mais ou menos R\$ 27 mil – isso mesmo, o produto usado –, é um dos que esgotam mais rápido. Na loja da grife, o item novo custa US\$ 8.800 (aproximadamente R\$ 42 mil).

Mas nem tudo no mercado de itens usados precisa ser baseado no luxo. Camilla Gonçalves, fundadora do Brechominante (@brechominante), reforça que o nome de seu brechó foi inspirado na palavra “predominante”. “Eu queria algo que pudesse atender todo mundo. Meus clientes têm um perfil variado, de 18 a 50 anos”, conta. Para ela, segunda mão é um estilo de

*“A gente tem que começar a entender que não precisa de muito”*

**ANA SOARES, PROFESSORA E CONSULTORA DE ESTILO**

vida. “Quando você entende que pode mobiliar uma casa, por exemplo, só garimpando, tendo acesso a coisas que muitas vezes pareciam distantes, é um caminho sem volta”, completa.

A professora e consultora de estilo Ana Soares é uma das adeptas desse mercado. Formada em design gráfico, a carioca de 43 anos mantém, desde 2008, o blog Moda Pé no Chão, que aborda temas como moda acessível e consumo consciente. “As pessoas acumulam muita roupa. Minha dica é não comprar algo por comprar só porque está barato – mesmo que seja no brechó”, diz. Na opinião da professora, vale investir em tecidos nobres e duráveis, como linho, seda e algodão, que geralmente são mais caros, e em marcas de que você goste.



#### EM SENTIDO HORÁRIO

Ana Soares garimpando no brechó carioca O Grito, em 2018; as fundadoras do Brechominante, Nathalia Singh e Camilla Gonçalves; o Brechominante vende cerca de 150 peças por mês; as disputadas (e caras) bolsas de luxo usadas do Peguei Bode

Se depender da Ana, o consumo consciente está garantido nas próximas gerações: até sua filha Nina, de apenas 2 anos, entrou na onda da moda circular e usa desde que nasceu um serviço de guarda-roupa compartilhado para bebês. “Quando engravidei, procurei por brechós de peças infantis, mas era mãe de primeira viagem e não sabia o que comprar. Foi quando uma marca me procurou para falar do armário circular para bebês”, conta. A empresa oferece kits de roupas pensados para cada fase de crescimento da criança e o pagamento é feito por meio de uma assinatura mensal. “Eu não precisava gastar dinheiro com cada peça, não precisava me preocupar com doar ou descartar depois e ainda poupava o meio ambiente porque são roupas que serão usadas por outras crianças. O saldo é muito positivo. A gente tem que começar a entender que não precisa de muito”. **O**



# UM LEITE DIFERENTE

Com produtos à base de aveia e comprometida com a redução da emissão de carbono, a foodtech Nude. quer deixar sua marca sustentável no mundo

POR

Karina Sérgio Gomes

Alexander Appel e Giovanna Meneghel,  
fundadores da Nude.





Fã do clássico cafezinho, certo dia a empresária Giovanna Meneghel, 36 anos, resolveu acompanhar uma amiga e pediu um cappuccino. A escolha ficou mais inusitada quando ela acatou à sugestão do barista de trocar o leite de vaca pelo de aveia. “Pensei: se o cara que entende do assunto está me oferecendo essa combinação, deve saber do que está falando. Depois disso, virei a maluca do cappuccino com leite de aveia”, conta.

De consumidora fiel virou produtora: ao lado do marido, Alexander Appel, 34, Giovanna fundou, em 2020, a Nude., primeira foodtech da América Latina de alimentos carbono neutro plant based desenvolvidos com aveia. A marca é também pioneira em calcular e incluir a pegada de carbono no rótulo dos produtos. “Nosso objetivo é auxiliar o consumidor na transição para uma economia de baixo carbono”, diz a empresária.

Antes de idealizar a Nude., o casal estava planejando mudar os rumos de suas vidas profissionais. Giovanna é advogada, mas seguiu carreira na moda – trabalhou para estilistas como Alexander McQueen e Carlos Miele e na ICOMM Group (fusão dos e-commerces Shop2gether e OQVestir). Já Alexander era administrador, com passagens por empresas do setor de educação e de investimento. A fim de buscar uma ideia para empreender, em 2016, ele se candidatou ao MBA da Instituto Europeu de Administração de Empresas (INSEAD), em Fontainebleau, na França.

Após a conclusão do curso, o casal foi morar em Berlim. Lá, Alexander arrumou trabalho em uma fintech e Giovanna recebeu uma oferta da empresa de sua família – a SL Alimentos, que há mais de 30 anos comercializa cereais – para trabalhar com o time de comércio exterior. “Eu ia a feiras no mundo todo, França, Índia, Dubai... não apenas para ajudar nas vendas, mas para buscar referências e tendências de inovação”, conta.

Nessas feiras, ela percebeu o crescimento de iniciativas de bebidas de fonte vegetal e começou a estudar com mais atenção esse mercado. A empresária ressalta que o fato de viver em Berlim, a cidade mais vegana do mundo, colaborou para ela olhar mais de perto esse movimento. De

acordo com o jornal Deutsche Welle, nos últimos três anos o número de adeptos da dieta sem derivados de animais cresceu cerca de 800% na capital. Além disso, a cidade também se preocupa com a emissão de carbono: em 2020, o governo berlinense investiu 30 milhões de euros na construção e modernização de ciclovias. “Berlim foi muito decisiva e inspiradora para a criação da Nude. Foi um detox em termos de cidade, estilo de vida e alimentação”, conta Giovanna.

### DUAS GESTAÇÕES

**Em 2019, o casal começou a se mexer para tirar o negócio do papel.** Venderam o apartamento deles e fizeram uma rodada de captação entre amigos e familiares. E, enquanto desenhavam a Nude., Giovanna descobriu a gravidez. Acompanhou parte do processo da linha de montagem a distância – eles optaram por ter o filho na



Alexander Appel

FOTOS DIVULGAÇÃO

Alemanha. “Entre a 36ª e 37ª semana de gravidez, o Alex veio para o Brasil resolver coisas relacionadas à Nude. Meu medo era a criança resolver nascer antes de ele voltar”, ela brinca. Mas deu tudo certo. Alexander voltou a tempo do nascimento de Otto.

Com o primeiro projeto de vida já em mãos, em fevereiro de 2020, o casal voltou ao Brasil para cuidar dos últimos detalhes do lançamento da Nude. Tudo caminhava bem e rápido. A planta de produção ficou pronta em oito meses – o que normalmente demora um ano e meio. O projeto de lançamento era o produto Barista, vendendo primeiro para cafeterias. A estratégia visava suprir uma carência deste setor por leite vegetal com boa performance e cremosidade, e fazer os clientes descobrirem o produto pelas mãos de especialistas, assim como aconteceu com Giovanna.



*“Nosso objetivo é auxiliar o consumidor na transição para uma economia de baixo carbono”*

GIOVANNA MENEGHEL, COFUNDADORA DA NUDE.



Em março daquele ano, entretanto, a Organização Mundial da Saúde anunciou a pandemia de covid-19, e o comércio foi fechado. A situação impôs ao casal uma mudança nos planos: começar pelo varejo e pensar nas cafeterias depois. “A estratégia funcionou. Era um momento em que as pessoas estavam falando sobre alimentação saudável e passaram a consumir mais em casa”, diz Giovanna. Mas o distanciamento social e a crise sanitária trouxeram outros obstáculos, como desabastecimento de matérias-primas. “Faltou papelão nas indústrias de embalagem,

### NESTA PÁG.

#### NO TOPO

Portfólio Nude.: cinco leites de aveia diferentes e um creme de leite de aveia

#### ACIMA

Equipe Nude.

também não conseguimos visitar presencialmente alguns dos fornecedores pelo risco de contaminação.”

Outro desafio importante era engajar uma equipe que estava sendo formada sem o contato presencial com as pessoas. “A gente queria criar uma empresa com cultura forte, com o conceito por trás da marca. Isso é muito importante na Nude.”, Giovanna explica. Hoje a empresa conta com 15 funcionários, que trabalham em sistema híbrido.

### UM GRÃO QUE VALE OURO

**Giovanna explica que a escolha pela aveia como matéria-prima também levou em conta, além da experiência que o leite vegetal proporcionou naquele cappuccino com a amiga, o impacto ao meio ambiente, já que a sustentabilidade era o primeiro pilar do negócio que o casal queria empreender.** O leite de aveia surgiu como um produto que inspirava esse conceito. Com base num estudo de Joseph Poore e Thomas Nemecek, pesquisadores da Universidade de Oxford, o casal calculou que a comercialização de 10 milhões de litros de leite de aveia em cinco anos emitiria cerca de 3,5 mil toneladas de CO<sub>2</sub>. Esse número mais que triplicaria se a fonte do produto fosse a vaca: 10.956 toneladas.

Outro passo importante para o projeto sustentável da Nude. foi a parceria, fechada em

FOTOS DIVULGAÇÃO





Giovanna Meneghel e o manifesto da marca

2021, com as empresas de embalagem Tetrapak e Musa, dando início à campanha de logística reversa da marca para a reciclagem das embalagens dos produtos.

E, para garantir a neutralização das emissões, a empresa também compra créditos de carbono de projetos de preservação florestal. A partir deste ano, a Nude. deve investir ainda na compra créditos de projetos de reflorestamento, que, embora mais caros, têm um impacto maior. “Mas a gente espera, no entanto, em alguns anos, não precisar comprar, mas, sim, vender créditos”, diz Giovanna. Hoje, quem ajuda a Nude. a aferir a quantidade de carbono emitida da produção da matéria-prima até o transporte para os pontos de venda é a CarbonCloud, consultoria sueca que calcula a pegada de carbono de negócios do setor alimentício.

DE GRÃO EM GRÃO

A Nude. em números

15 pessoas trabalham na marca

R\$ 125 mi É o valor de mercado da Nude.

250 produtores em média fornecem aveia orgânica para a Nude.

5 mi de litros é a meta de produção de leite de aveia para 2022

6 produtos no portfólio

R\$ 18 é a média de preço dos produtos

Giovanna ressalta que a Nude. também nasceu comprometida com a Agenda 2030 de Objetivos de Desenvoltimentos Sustentável da ONU, priorizando os pontos 02 (Fome Zero e Agricultura Sustentável), 13 (Ação Contra a Mudança Global do Clima) e 16 (Paz, Justiça e Instituições Eficazes) no seu plano de negócio. Uma das ações para atingir esses objetivos é a compra de matéria-prima de mais de 250 pequenos produtores de aveia orgânica.

Além de formar as bases do pilar sustentável da Nude., o grão também mostra potencial rentável: de acordo com o Grand View Research, estima-se que até 2028 o mercado do cereal atinja uma movimentação de US\$ 6,45 bilhões. E o Brasil está apenas começando neste setor. Segundo Giovanna, a bebida vegetal representa apenas 1,8% do mercado de leite nacional, o que, para ela, foi uma vantagem. “Por um lado é difícil, porque você precisa abrir o mercado. Por outro, se você consegue fazer isso e ser pioneira, tem um potencial enorme para explorar.”

E tudo indica que não faltarão recursos para a Nude. impulsionar o mercado de bebidas vegetais: em uma nova rodada de captação neste ano, a foodtech recebeu R\$ 25 milhões e foi avaliada em R\$ 125 milhões.

A quantia veio de empresas que valorizam a inovação com foco em sustentabilidade – para citar alguns exemplos: VOX Capital, principal gestora de investimento de impacto do Brasil, Endeavor Scale-Up Ventures, fundo de investimento de impacto da Endeavor, e Ecoa Capital, que investe em marcas que querem solucionar desafios atuais, como a crise climática. “Esse foi um aval muito importante para a gente”, diz Giovanna.

Atualmente, a Nude. conta com cinco variedades de leite de aveia, incluindo o Barista, e acaba de lançar o creme de leite. Além da expansão dos negócios, Giovanna quer chamar a atenção de mais marcas sobre a importância da redução da emissão de carbono. “Estamos abertos para conversar com outras empresas para ajudar as que queiram entrar nesse caminho da redução da pegada de carbono.”

FOTOS DIVULGAÇÃO



Para sua viagem ser perfeita: Hotéis Intercity. Descubra nossos destinos e promoções em [intercityhotels.com.br](https://intercityhotels.com.br) ou 0300 210 7700.



ANÁPOLIS • BAURÍ • BELO HORIZONTE • BRÁSILIA • CABO DE SANTO AGOSTINHO • CAMPINA GRANDE  
CAXIAS DO SUL • CRICIUMA • CUIABÁ • CURITIBA • FLORIANÓPOLIS • FORTALEZA • GRAMADO  
GRAVATAÍ • ITUPEVA • MACEIO • MANAUS • MONTES CLAROS • PINDAMONHANGABA • PORTO ALEGRE  
RIBEIRÃO PRETO • RIO DE JANEIRO • SALVADOR • SÃO JOSÉ DO RIO PRETO • SÃO LEOPOLDO  
SÃO PAULO • TERESÓPOLIS • VINHEDO





# a loja que oferece tudo para uma vida + saudável + ativa + feliz



Fundada em Brasília, a Bio Mundo é a rede de lojas de produtos saudáveis que mais cresce em todo Brasil. Opera no segmento de produtos naturais e está presente há 6 anos no mercado brasileiro com 150 lojas em 18 estados.

Promove saúde e bem estar oferecendo o mix de produtos mais completo do Brasil, incluindo produtos diet, light, integrais, veganos, funcionais, sem glúten, sem lactose e suplementos vitamínicos e esportivos.

Além disso, atua com um time de pesquisa e desenvolvimento de marca própria: Bioway, Natureza Mix e Bio 365, possibilitando maior rentabilidade para nossos franqueados e melhor preço e qualidade para os clientes.

Encontre uma loja



Seja um franqueado



@lojabiomundo | biomundo.com.br



FOTO: THALES WILL / DIVULGAÇÃO

4

#NOVAGOL



## 68 CHECK-IN

GOL retoma os voos para Orlando e Miami

## 70 BASTIDORES DA AVIAÇÃO

A compensação de carbono nos nossos voos

## 73 GOLLOG

Conheça a atuação da GOLLOG Saúde

## 74 SMILES

Acumule milhas com as dicas de Amandinha

## 76 GOL ONLINE

Novidades que educam e divertem no ar

## 78 MAPA DE ROTAS

Levamos você para o melhor do mundo





## PRÓXIMA PARADA: FLÓRIDA

Retomamos os voos para Orlando e Miami em maio

POR  
Livia Scatena

Desde o fim do ano passado, estamos retomando nossa operação internacional. Em maio, reinauguramos dois destinos: voltamos a voar para Orlando, no dia 13, e para Miami, no dia 17. “Por enquanto, serão três voos semanais para cada um dos destinos”, conta Luiz Henrique Teixeira, head de Internacional da GOL.

As duas cidades são estratégicas para a GOL, pois recebem um grande volume de visitantes brasileiros. “Estamos trabalhando muito para entregar um produto diferenciado. As pessoas que visitam Orlando vão, em geral, passear nos parques, durante as férias, e passam de sete a dez dias na cidade”, diz Teixeira. “Queremos fazer parte do cotidiano, da

experiência do Cliente que faz essa viagem. Estamos inseridos em um ecossistema que inclui, ainda, transfers, restaurantes, tours, e é fundamental que a gente entregue a melhor experiência para quem viaja conosco.”

Para Teixeira, o foco em Orlando vai além do turismo de lazer: o corporativo é também uma das forças da cidade. “O centro de convenções local faz eventos que interessam ao mercado brasileiro o ano todo, queremos mostrar para os nossos Clientes que oferecemos essa possibilidade.” Miami ainda une as duas facetas: além de ser um destino turístico muito procurado, é a capital dos negócios da América Latina nos Estados Unidos.

FOTO: CHUCK GIVENS / UNSPLASH



NA PÁG. AO LADO  
Universal Studios Plaza,  
Orlando

A PARTIR DO TOPO  
Magic Kingdom Park, Orlando;  
Bicentennial Park, Biscayne  
Boulevard, Miami

FOTOS: TROY JARELL / BRIAN LUNDQUIST / UNSPLASH

O voo sai de Brasília, e essa conexão traz muita comodidade aos nossos Clientes. “Pensemos em alguém que vai de São Paulo até Miami. Facilitamos muito ao oferecer a ponte Congonhas-Brasília, já que a conexão na capital federal é muito rápida. E ainda tiramos o Cliente do check-in de Cumbica, que é um aeroporto muito grande”, explica Teixeira.

Ainda em maio, São Paulo ganha duas rotas internacionais: Assunção, no Paraguai, e Santa Cruz de la Sierra, na Bolívia. Para os demais destinos da América Latina (já estamos voando para Buenos Aires, Montevideu, Cancún e Punta Cana), teremos novidades nos próximos meses.



FALE COM O ESPECIALISTA

### COMO A GAL ESTREOU NO TWITTER?

“A GAL faz parte do Time de Águias desde 2012, quando ela começou como chatbot no nosso site. Ela também chegou a atender e tirar dúvidas dos nossos Clientes em alguns aeroportos no Brasil. Em fevereiro deste ano, o perfil dela foi modernizado, repaginado e assumiu mais uma função: a GAL se tornou a porta-voz oficial da GOL no Twitter, responsável pelas interações nesta rede social. De forma amigável, simples, humana e inteligente, a GAL responde às dúvidas, interage com outras marcas, soluciona problemas rápidos, fala sobre curiosidades da aviação e fornece dicas de viagens para despertar o interesse em conhecer destinos incríveis com a GOL e as nossas parceiras! Nosso objetivo com essa novidade e com as mudanças é acompanhar o perfil dos usuários do Twitter e ser mais relevantes para quem nos acompanha, aproveitando as hashtags do dia e os assuntos do momento.”

BÁRBARA CANTARERO,  
ANALISTA DE MARKETING DA GOL





## RESPONSABILIDADE COMPARTILHADA

Com Meu Voo Compensa, parceria da GOL com a Moss, Clientes podem reduzir impacto do carbono emitido durante seus voos

POR Livia Scatena  
ILUSTRAÇÕES Bel Andrade Lima

### SUSTENTABILIDADE NA GOL

Há anos, buscamos alternativas mais sustentáveis para voar. Em 2012, passamos a discutir o uso de combustível renovável em substituição ao fóssil, e, naquele ano, fizemos nosso primeiro voo com bioqueosene. Desde então, estamos trabalhando para viabilizar o uso de um combustível renovável em larga escala.

### COMO SER MAIS SUSTENTÁVEL

Nesta última década, estamos investindo em alternativas para reduzir nossas emissões de carbono, como a renovação da nossa frota e o trabalho direto com os órgãos competentes para otimizar os espaços nos aeroportos e manter o espaço aéreo menos ocupado. Essas iniciativas ajudam a diminuir os poluentes lançados na atmosfera.

### INICIATIVAS

Entendemos a urgência de reduzir as emissões de CO2. Por isso, enquanto buscamos alternativas de longo prazo, adotamos uma solução mais imediata para acelerar o processo: a compra de créditos de carbono.

### COMO FUNCIONA

No ano passado demos início à parceria com a empresa Moss. Juntas, lançamos o projeto Meu Voo Compensa, que oferece soluções para compensação de carbono aos nossos Clientes. Na aviação, as empresas trabalham com corresponsabilidade: quem voa assume a própria compensação de CO2.

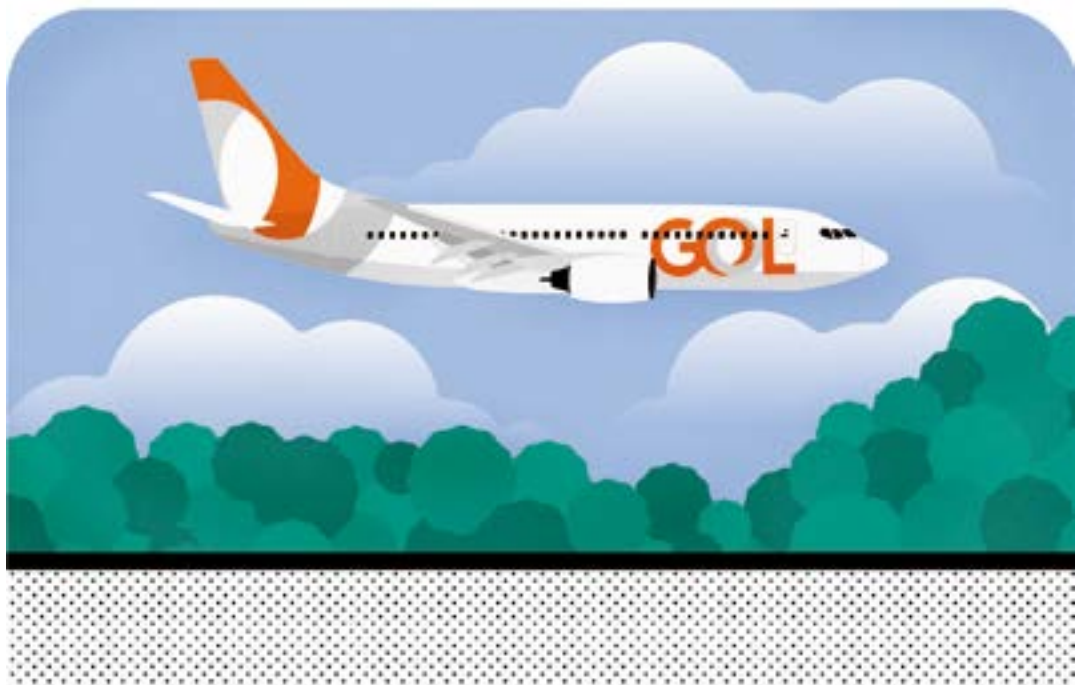
### VOAR E COMPENSAR

Para cada tonelada de CO2 emitido, compra-se crédito compensatório. Uma ponte aérea entre Rio e São Paulo, por exemplo, gera 0,15 tonelada de carbono por passageiro, que se reverte em um valor compensatório entre R\$ 4 e R\$ 5, soma que o nosso Cliente assume, se quiser.



## UM NOVO JEITO DE VOAR

Luis Felipe Adaime, CEO da Moss, fala sobre compensação de carbono e responsabilidade compartilhada



### O que é compensar carbono?

A gente calcula as emissões de gases de efeito estufa de uma empresa, um produto ou uma pessoa. O processo de compensação de carbono se baseia no conceito de que o ideal seria que a gente zerasse a poluição atual, que é enorme e mais do que dobrou nos últimos 14 anos. Mas isso não é simples, e é um desafio existencial: se a gente não diminuir as nossas emissões, estamos falando de um cenário que pode levar a uma catástrofe global. Então, considerando que mudanças de hábitos importantes – como trocar o automóvel pela bicicleta e comer menos carne, por exemplo – não são rápidas, a compensação surge como opção viável. Para certas ações, como voar de avião, não há alternativa, portanto é justo que o custo dessa poluição para o planeta seja responsabilidade de cada um de nós, em vez de ser arcado pelas 8 bilhões de pessoas do mundo. Dessa forma, você está canalizando recursos de quem emite

para quem descarboniza ou conserva o meio ambiente. A Moss desenvolve projetos de conservação na Amazônia. Quando você evita que árvores sejam queimadas, também evita a poluição. Os nossos clientes já canalizaram mais de R\$ 150 milhões para conservar a Amazônia, em áreas de mais de 150 mil hectares.

### Como tem sido a adesão à compensação?

Num primeiro momento, as pessoas tinham uma certa incerteza sobre o valor, e a GOL fez uma campanha inteligente, mostrando que compensar uma ponte aérea custa o mesmo preço de uma coxinha. Ou seja, em uma passagem de R\$ 500, você vai pagar R\$ 5 ou R\$ 6 para compensar as emissões. A nossa meta de longo prazo é chegar nos níveis europeus – que gira em torno de 5%. A GOL foi a vanguardista no setor no país. No ano passado, reassignificamos as rotas Recife-Noronha e Congonhas-Bonito, tornando-as as duas

primeiras rotas carbono neutro do Brasil, o que ajudou a aumentar a conscientização.

### O que o mercado ganha com a compensação de carbono?

Muito. O Brasil é uma potência ambiental, ainda que adormecida. Somos exportadores de commodities do setor primário, só que as pegadas de carbono são uma commodity digital, que não exigem estradas e desmatamento para a gente conseguir exportar. O Brasil, segundo a gestora de recursos global Schroders, é a “Arábia Saudita” do carbono: temos 40% das florestas tropicais e metade da reserva de carbono estimado do mundo. Certificamos, hoje, 25 milhões de créditos ao ano, mas poderíamos certificar 1,5 bilhão. O PIB brasileiro em vez de crescer 1%, cresceria de 5% a 6% ao ano. Esse dinheiro iria todo para a Amazônia – daria para gerar o desenvolvimento sem desmatar, sem agredir a natureza, e transformaria a região.

ILUSTRAÇÃO BEL ANDRADE LIMA



## SAÚDE É NOSSA PRIORIDADE

GOLLOG Saúde transportou mais de 61 milhões de doses de vacinas contra a covid-19 desde janeiro de 2021

POR  
Livia Scatena

Logo no início da pandemia da covid-19, nós nos mobilizamos para pensar em formas de contribuir com os cuidados com a saúde da população em geral. “Foi nesse contexto que criamos a GOLLOG Saúde. Tudo relacionado a medicamentos, para humanos ou animais, EPIs (equipamento de proteção individual), amostras de sangue e urina para análises laboratoriais, entre outros, entram no escopo desse serviço, que se tornou o mais nobre do nosso portfólio”, explica Daniel Bassi, coordenador de Mercado e Produtos da GOLLOG. “Em geral, são itens que têm controle de temperatura e que precisam de previsibilidade e agilidade no transporte.”

As vacinas, claro, também se encaixam no perfil da GOLLOG Saúde. “Entre janeiro de 2021 e março deste ano, transportamos mais de 61 milhões de doses da vacina contra a covid-19 para mais de 28 destinos do país”, conta Jussara Trevizan, product owner do novo serviço. “Participamos gratuitamente da ação humanitária, que transportou vacinas, assim como cilindros de oxigênio e EPIs.”

Segundo Jussara, o transporte de matéria-prima para medicamentos e cosméticos também se encaixa no escopo do serviço, além de equipamentos para centros cirúrgicos. “Os remédios já chegam até nós embalados de forma apropriada, já que envolvem protocolos específicos de saúde. Esse tipo de material é carregado em contêineres para transporte de alto valor. Temos um grande cuidado com esse tipo de traslado, pois o destino dele sempre será um paciente, uma pessoa. O fator humano conta muito para nós”, afirma Jussara. “A nossa operação vai de aeroporto a aeroporto e está disponível em todas as nossas unidades aeroportuárias.” Vale destacar, ainda, que, considerando a sensibilidade da operação, a GOLLOG possui um colaborador como ponto focal em todas as unidades do Brasil para facilitar o atendimento.

Para saber mais sobre este e outros serviços, acesse [gollog.com.br](https://gollog.com.br).

FOTO WAGNER ASSIS/CEDRO PHOTOS / DIVULGAÇÃO





# PREFIRO ACUMULAR

A influenciadora Amandinha, do Prefiro Viajar, dá dicas para juntar milhas no dia a dia

O que faz um viajante profissional quando não está viajando? Está acumulando milhas para viajar mais, claro! A produtora de conteúdo digital Amanda Antunes, a Amandinha, do Prefiro Viajar, conta que juntar milhas faz parte do seu estilo de vida. Já faz bastante tempo que ela aderiu ao programa da Smiles e concentra nele todas as milhas que acumula.

Sua multiplataforma com dicas de viagens e destinos, que reúne em todos os canais (YouTube, Instagram, TikTok e blog) mais de 2 milhões de pessoas por mês, está ativa desde 2015. “No começo, eu fazia muitas viagens econômicas pelo Brasil usando milhas”, ela lembra. Com o tempo, seu espaço na internet foi crescendo e angariando uma audiência cada dia maior, e ela segue diversificando seus meios de acumular milhas.

“Consigo juntar muitas milhas com créditos da Uber, por exemplo, que compro no site da Smiles. Desse jeito, as milhas



NA PÁG. AO LADO  
Amandinha no Rio de Janeiro

ACIMA  
A influencer passeia por Aruba, no Caribe

entram na minha conta de duas formas: com os créditos oferecidos pela parceria entre as empresas e com os pontos do cartão de crédito”, explica. “Outra forma inteligente de acumular é por meio das compras on-line. O Shopping Smiles tem diversas lojas parceiras, é só entrar no site e buscar o produto que você precisa. As compras também se reverterem em milhas nesse processo.”

Ou seja, não é só em viagens que você acumula milhas; compras e serviços do dia a dia também entram na sua carteira de milhagem.

Amandinha reforça que os pontos do cartão – a forma mais tradicional e com a qual muita gente já está familiarizada – continua sendo o caminho mais curto até a viagem dos seus sonhos. “Os pontos do cartão de crédito são uma ótima dica sempre, mas acho importante estudar as possibilidades e as ofertas do mercado, já que a conversão dos pontos acontece

em dólar. Hoje, há várias opções que possibilitam uma conversão maior, vale ir atrás delas”, afirma. “Além disso, aconselho sempre buscar promoções para ganhar bônus na hora de transferir os pontos do cartão para o programa de fidelidade. Esperando a hora certa, você consegue muitas milhas extras. Faço isso sempre.” E como não perder nenhuma promoção? Amandinha fica de olho nos e-mails, nas redes sociais e nas notificações do app Smiles, que sempre informam as ofertas para os Clientes.

Segundo ela, entrar para o Clube Smiles também traz uma série de benefícios. “Além das promoções exclusivas, você acumula determinado número de milhas todos os meses. Uma estratégia perfeita para quem tem como objetivo trocar essas milhas por passagem aérea, diárias de hotel, aluguel de carro e/ou seguro-viagem”, diz. “Aliás, outro conselho para quem deseja fazer a viagem dos sonhos: concentre as milhas em um mesmo programa de fidelidade. Se você dispersá-las, fica mais difícil acumular.”

Para a produtora de conteúdo, uma vez que você entende como funcionam as milhas e os caminhos para acumular, fica muito fácil juntar. “São pequenas adaptações que você faz no seu dia a dia e que fazem uma grande diferença. Não é complexo, mas é preciso se organizar para alcançar o objetivo de viajar mais”, reflete.

Amandinha fala mais sobre como trazer o acúmulo de milhas para a sua rotina no novo vídeo Um Dia na Vida, no nosso canal Te Levo de Milhas, no YouTube. Acesse em [youtube.com/televodemilhas](https://youtube.com/televodemilhas).



Conheça também todas as vantagens da Smiles e de acumular milhas em [smiles.com.br](https://smiles.com.br).



Smiles. O programa de fidelidade da

Companhias aéreas parceiras



FOTOS NATHALIA RODRIGUES / DIVULGAÇÃO





## NOVIDADES NACIONAIS

Programação da GOL tem seis novos curtas da Cardume a partir de maio

POR  
Livia Scatena

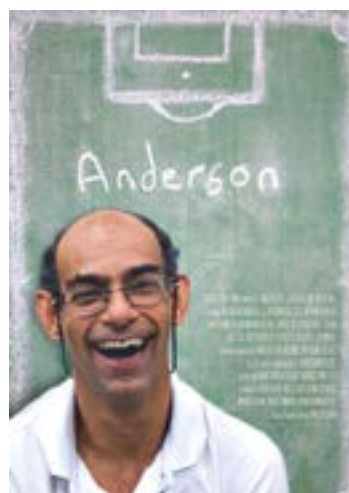
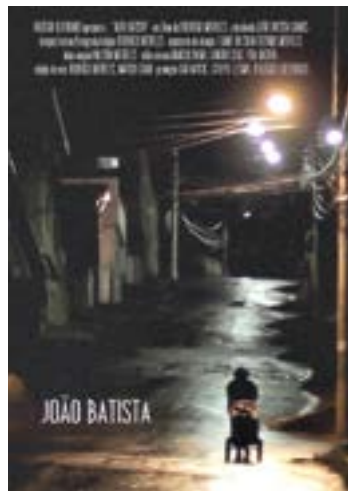
A partir de maio, o entretenimento de bordo da GOL, o GOL Online, irá oferecer aos nossos Clientes seis novos curtas da Cardume, plataforma que busca difundir e internacionalizar o acesso a filmes nacionais de até 30 minutos. “Mantivemos dois conteúdos da Cardume, *Anderson* e *Lé com Crê*, do nosso menu anterior. Com os inéditos, estamos oferecendo oito curtas desse parceiro no novo menu”, diz Aliny Torres Pocci, analista de Produtos e Parcerias da GOL. Entre os destaques da lista de novidades estão *Gilson*, *João Batista*, *Marina* e *O que teria acontecido ou não naquela calma tarde de domingo no Jardim Zoológico*.

Outras novidades oferecidas pela plataforma em nossos voos são o documentário *Boca de Fogo*, que conta a história dos torcedores de futebol de Salgueiro (PE), que têm o costume de acompanhar pelo rádio a narração de Boca de Fogo, comentarista famoso por tornar os lances do jogo eletrizantes; e *O véu de Amani*, a história de uma paquistanesa muçulmana que um dia ganha um biquíni de sua vizinha.

Há também outras novidades cinematográficas para o mês de maio, como *Matrix Resurrections*, *Godzilla vs. Kong*, *Let Them All Talk*, *Os muitos santos de Newark*, *42 – A história de uma lenda*, *Se beber, não case!*, *LEGO Batman: O filme*, *O Senhor dos Anéis: A Sociedade do Anel*, *Os Goonies*, *Sex And The City: O filme*, *O curioso caso de Benjamin Button*, *Cães de guerra*, *O Grande Gatsby* e *Sherlock Holmes*.

Para os fãs de séries, estarão disponíveis episódios de *Lucifer* e *#DoceJustiça* e dos já clássicos *Friends* e *The Big Bang Theory*. Em abril, esquetes da Cia. Barbixas de Humor também entraram no nosso catálogo (leia mais ao lado).

Todos os conteúdos estarão disponíveis nos voos que oferecem nosso entretenimento de bordo.



FOTOS  
DIVULGAÇÃO

## QUINZE ANOS DE SUCESSO

Cia. Barbixas de Humor estreia no entretenimento de bordo da GOL

POR  
Livia Scatena

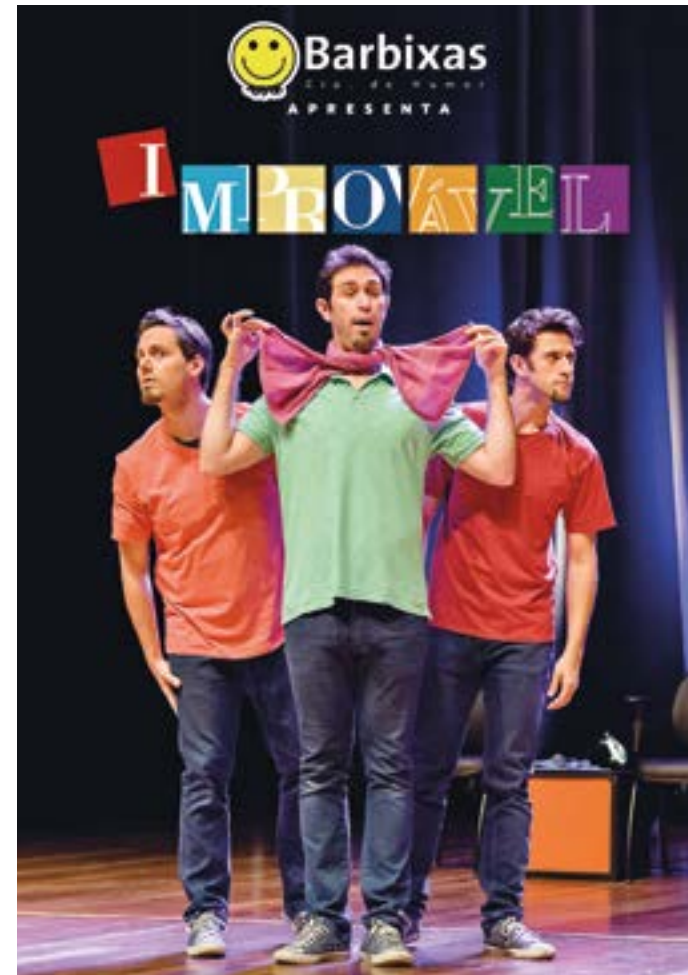
Quando os amigos Anderson Bizzocchi, Daniel Nascimento e Elidio Sanna subiram ao palco pela primeira vez juntos numa peça da escola, em 2001, eles ainda não imaginavam que fariam sucesso como a Cia. Barbixas de Humor. O primeiro espetáculo aconteceu três anos depois, mas foi em 2007 que a carreira do grupo mudou de rumo: foi quando, de forma despretensiosa, eles passaram a investir no improviso.

“Nós tínhamos uma parceria com o teatro da escola em que estudávamos e a gente renovava o espetáculo a cada seis meses. Certa vez, estávamos em cima do prazo e sem um novo roteiro em vista. Aí o Andy [Anderson] sugeriu que nos inspirássemos no programa *Whose Line Is It Anyway?*, que era improvisação pura. O Daniel conhecia uns palhaços que trabalhavam com isso, então fizemos uma única aula e partimos para o espetáculo”, lembra Elidio. Deu certo. Desde então, improvisar é o ganha-pão dos três: são 15 anos de sucesso com o *Improvável*, show que conta sempre com um mestre de cerimônias, responsável por escolher temas sugeridos pela plateia e por conduzir o trio e seus convidados a improvisar cenas na hora.

Para Elidio, eles deram sorte. “Quando começamos, o improviso era uma linguagem nova para o brasileiro e chamamos a atenção do público. Permanecemos na ativa e fazendo sucesso pois nunca paramos de estudar improvisação. Fizemos cursos no Canadá, na Colômbia e trouxemos profissionais de fora para dar aulas aqui.”

O sucesso do trio se deu muito graças à repercussão dos vídeos dos shows postados no YouTube (hoje, o canal dos Barbixas tem mais de 3,5 milhões de inscritos). “Foi uma mídia fundamental para a gente. O YouTube ajudou a democratizar o audiovisual naquela época. Tivemos sorte de estar lá no começo, hoje é mais difícil se destacar”, analisa Elidio. “Sem o canal, talvez não tivéssemos chegado ao público que alcançamos tão rápido.”

FOTOS  
DIVULGAÇÃO



Os Barbixas viajam o Brasil há anos, já se apresentaram pela América Latina e na Europa (em junho, farão turnê em Portugal) e chegaram à TV, participando de programas na Globo, MTV e Band. Hoje, o trio toca também o Clube Barbixas de Humor, casa de comédia em São Paulo que recebe shows de stand-up comedy, apresentações de palhaços e esquetes, concursos de drag queens e, claro, improviso (confira a programação em [clubebarbixas.com.br](http://clubebarbixas.com.br)). Para dar conta da agenda, eles precisam voar muito. “Para me distrair, tenho uma categoria de filme, o ‘filme de avião’, que geralmente é algo leve, de ação ou de algum super-herói que não conheço bem. Já tive boas surpresas. É isso ou durmo mesmo”, brinca Elidio.

Desde o início de abril, os esquetes da Cia. Barbixas de Humor estão disponíveis em todos os voos que oferecem o nosso entretenimento de bordo.



[ACADEMIA]  
DA FACE

**INVISTA NO  
RAMO DA  
BELEZA, A ÁREA  
MAIS RENTÁVEL  
DO PRÓXIMO  
BIÊNIO!**

Somos a primeira academia inteiramente voltada aos cuidados dos músculos faciais do Brasil. Nossos métodos foram desenvolvidos pelos competentes e habilidosos, o Dr. Willian Ortega e Dr. Alberto Cordeiro.




Temos como embaixadoras as musas Sabrina Sato e Jade Magalhães, que engrandecem e confirmam a eficácia de nossos tratamentos.

Conheça nossos métodos inovadores de cuidados com a pele, que visam alcançar efeitos concretos e duradouros.

Oferecemos uma gama de tratamentos faciais não invasivos, inspirados em técnicas internacionais, que promovem lifting facial imediato, tonificação dos músculos faciais, rejuvenescimento e muito mais.

Além dos treinos faciais e tratamentos de skincare, também contamos com técnicas modernas de Harmonização Facial.

**Seja um franqueado.**

 @academiadafacebrasil  
 /academiadafacebrasil  
 www.academiaface.com.br

## COM A GENTE

Levamos você para 75 destinos em nove países nas Américas do Sul e do Norte e no Caribe



### INTERIOR

Também estamos ampliando nossa oferta de rotas regionais a partir de São Paulo

\* Operação a partir de maio

\*\* Operação a partir de 11 de junho



## COM NOSSAS PARCEIRAS

Conectamos você a todos os pontos cardeais do mapa. Confira os mais de 800 destinos em [smiles.com.br](http://smiles.com.br)



## VANTAGENS PARA VOCÊ

Benefícios dos voos de codeshare, que são compartilhados entre a GOL e nossas parceiras:

- Ter franquia de bagagem internacional desde o aeroporto de origem da viagem
- Fazer uma única compra e emissão de bilhete para todos os trechos nos canais de venda da GOL
- Acumular milhas na Smiles ou no programa de fidelidade da companhia aérea parceira
- Poder utilizar o ônibus de traslado da GOL entre os aeroportos de Guarulhos e Congonhas, em São Paulo





## LEMBRANÇA DO SERTÃO

Luisa Arraes trouxe de Juazeiro do Norte o banquinho que considera seu “animal de estimação”

POR  
Nina Rahe

FOTO  
Lucas Bori

Economia é palavra de ordem nas viagens de Luisa Arraes. Para não carregar peso e se locomover com praticidade, a atriz carioca diz levar apenas o mínimo necessário. E esse jeito de transitar faz com que, ao conhecer outros destinos, ela aprecie tudo, mas compre pouco. “Só viajo com mala de mão. Para despachar uma bagagem, preciso ir ficar um ano no lugar. Repito roupa, vou sempre só com o essencial”, conta. No entanto, na última vez que foi a Juazeiro do Norte, Ceará, em 2021, Luisa voltou se sentindo como se retornasse de uma viagem de compras a Miami. Apesar de desde pequena visitar a terra do seu avô paterno, especialmente nessa viagem ela se empolgou: incentivada por uma amiga, a atriz precisou de uma sacola extra para trazer toda a sorte de preciosidades assinadas pelo escultor Mestre Noza, de uma roda-gigante ao banquinho que agora está na sala de sua casa – e que ela considera “quase como um animal de estimação”. “Normalmente trago só um chaveiro de lembrança. Nunca trouxe tanta coisa, para mim foi um evento”, lembra. “Fiquei muito feliz de ter deixado a minha casa com a minha cara, pois Juazeiro faz parte da minha história e de quem eu sou.”



Ipanema

ipanema follow



livre

dos

pés

à

cabeça

@sandaliasipanema | sandaliasipanema.com.br



# A Smiles é a mais completa plataforma de viagens.

Veja o que o Programa de Fidelidade da GOL oferece para você.



Voos em mais de 59 cias. aéreas



Reserva de hotéis



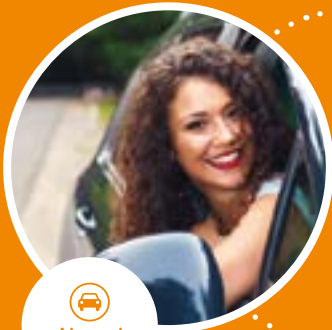
Produtos no Shopping Smiles



Resgate de ingressos e passeios



Aluguel de carros



Créditos para usar na Uber



Cadastre-se, é grátis.



Com a **Smiles** suas milhas abrem possibilidades para você viver o melhor da vida, em mais de 1.600 destinos, no Brasil e no mundo.

Viver o mundo começa aqui  
[smiles.com.br](https://smiles.com.br)



Smiles. O programa de fidelidade da



Companhias aéreas parceiras:

American Airlines

AIRFRANCE



Copa Airlines

AirEuropa



AIR CANADA

BRITISH AIRWAYS

IBERIA

Avianca

ANA

AEROMEXICO

Ethiopian

amazonas

TAP AIRPORTAL

35 cias. aéreas