

GOOL



POSTO, LOGO EXISTO?

A psicanalista **MARIA HOMEM** revela os graves efeitos da confusão entre vida real e virtual

PARCEIRAS:

AIRFRANCE / KLM

prime.bradesco facebook.com/bradescopeprime
Fone Fácil Bradesco Prime: 4002 0022 / 0800 570 0022
SAC – Alô Bradesco: 0800 704 8383
SAC – Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099
Ouvidoria: 0800 727 9933



Fundos Multimercado. Renda fixa ou variável.



Invista com quem conhece você.

Consulte um dos nossos Especialistas
de investimento: 4020-1414*.



Renda fixa: Consulte os riscos da operação e a compatibilidade com o seu perfil antes de investir. Renda variável: O mercado de renda variável apresenta riscos e pode levar a perdas patrimoniais. Consulte os riscos da operação e a compatibilidade com o seu perfil antes de investir. Material de divulgação. A simulação de rentabilidade é uma mera simulação da carteira recomendada do mês atual e não reflete a rentabilidade dos fundos de investimentos demonstrados acima. LEIA O FORMULÁRIO DE INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES, A LÂMINA DE INFORMAÇÕES ESSENCIAIS E O REGULAMENTO ANTES DE INVESTIR. Acesse os documentos em bradesco.com.br. Rentabilidade passada não representa garantia de rentabilidade futura. A rentabilidade apresentada não é líquida de impostos. Fundos de investimentos não contam com garantia do administrador, do gestor, de qualquer mecanismo de seguro ou do Fundo Garantidor de Crédito – FGC. *Telefone para capitais e regiões metropolitanas. Para demais localidades, ligue para 0800 704 1414 – dias úteis, das 8h às 20h – horário de Brasília.

O CRAQUE ZICO E AAAPV GARANTEM: PROTEÇÃO VEICULAR É LEGAL

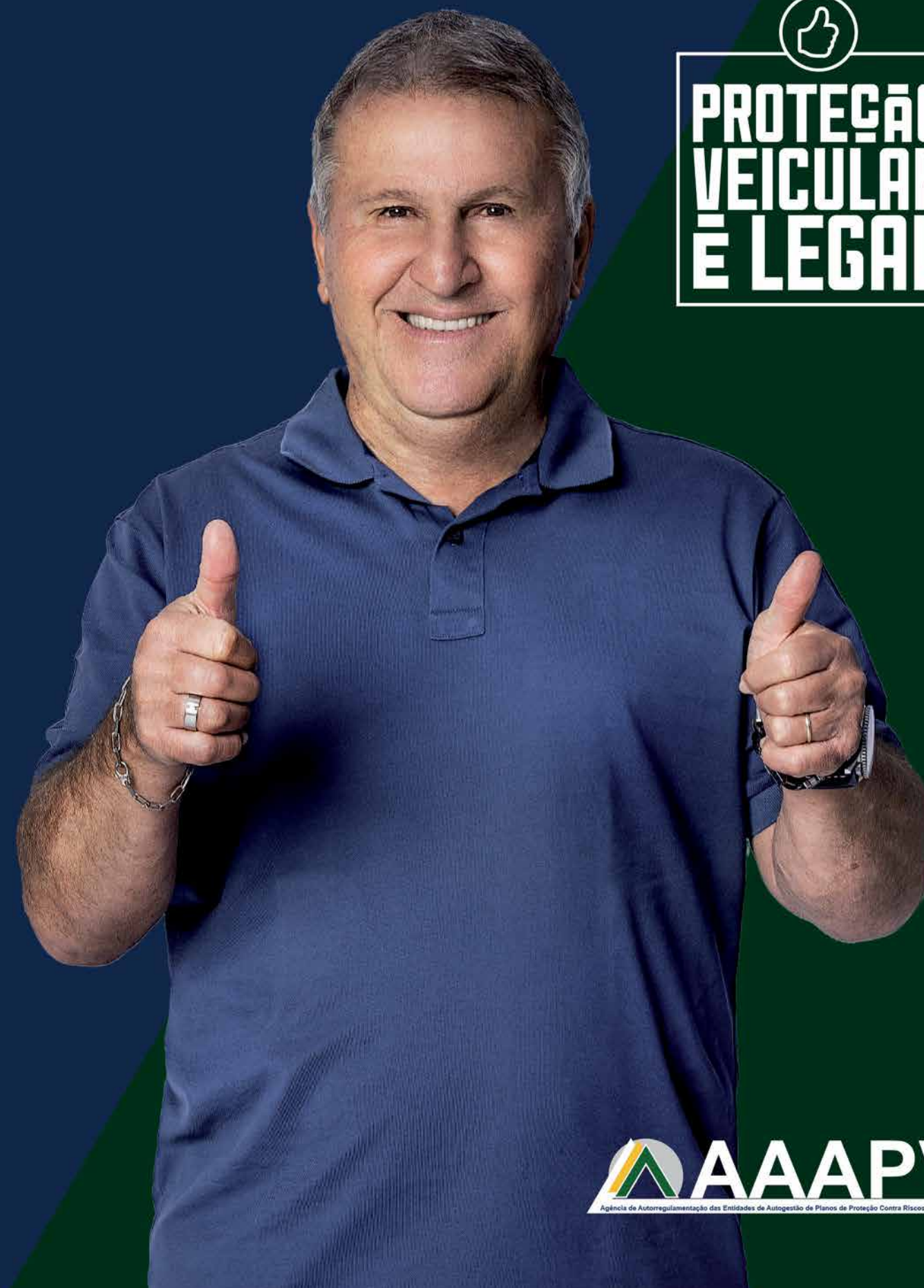
Diw

MAIS INFORMAÇÕES

WWW.PROTECAOVEICULARELEGAL.COM.BR

#ZICOAGORAEAAAPV

#PROTECAOVEICULARELEGAL





Os segredos do madero

Quais os segredos do sucesso? Para o Madero, são vários, e tudo começa com manter-se fiel ao que nos move: servir comida com sabor de verdade, temperada com amor e excelência. Há mais de uma década, o chef Junior Durski surpreende a gastronomia brasileira, seja oferecendo um cardápio cheio de pratos inspirados na memória da família, seja quebrando regras com seu jeito único de empreender. Até pouco tempo atrás, os segredos do Madero ficavam guardados na nossa Cozinha Central em Ponta Grossa (PR), mas a nossa comida nasceu para ser compartilhada.

E, a partir de agora, os nossos segredos também. Quer saber por que o nosso cheeseburger já nasceu clássico? E por que o pão do Madero chega crocante e quentinho à mesa? A maionese da família Durski tem ou não tem um ingrediente especial? E, afinal de contas, por que o Hamburger do Madero Faz o Mundo Melhor?

Você é o nosso convidado para desvendar esses e outros segredos. Acesse www.segredosdomadero.com.br e descubra!



O hamburger do
MADERO
faz o mundo melhor.

RESTAURANTEMADERO.COM.BR
maderobrasil





ZORAH BEACH - GUAJIRU
NATUREZA | PRAIA E SOL | CHARME

Descubra-se
com Vista para
A Tranquilidade.

www.descubraceara.com

[f](#) /seturce

[f](#) [i](#) [v](#) [t](#) /descubraceara





Smiles

FRIDAY

**A BLACK FRIDAY
DA SMILES **VOLTOU.****

Em novembro, você tem muitos motivos
para aproveitar nossas ofertas e planejar
sua próxima experiência de viagem.
Você vai se surpreender.

WWW.SMILES.COM.BR

Nº 212 NOVEMBRO 2019

1

EMBARQUE

A força da mulher no cinema, a nova técnica da Seleção feminina de futebol e o mestre Aleijadinho em foco no projeto de fotos GOL MOSTRA BRASIL

PÁG. 23

2

VIAGEM

O campeão Filipinho indica as melhores ondas, um voo diferente de asa-delta em Floripa e as riquezas do Maranhão, como as manifestações de bumba meu boi

PÁG. 45

3

VIDA, TEMPO E TRABALHO

A médica e a genética contra o câncer, evento em São Paulo foca no amanhã e a psicanalista Maria Homem discute os efeitos das redes sociais

PÁG. 75

4

#NOVAGOL

Nosso robô em ação para ajudar você, check-in digital, a GOLLOG preparada para a Black Friday e mais dicas e novidades no canal Te Levo de Milhas

PÁG. 111

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.



FAZEMOS CONEXÕES

Entre as muitas alegrias que fazer parte da GOL me proporciona, uma muito especial é saber que a cada uma das nossas 800 decolagens diárias, um número enorme de pessoas – com crenças, padrões sociais e interesses dos mais diferentes – está partindo para vivenciar experiências reais. Cada Cliente segue em direção a um encontro físico que, independentemente de resultar alguém ou além das expectativas, acrescentará algo à sua trajetória. A constatação pode parecer algo corriqueiro, quase ingênuo, mas é a partir dessas experiências concretas que a vida se desenrola e que verificamos o que nos é realmente caro e faz sentido de verdade, incorporamos ou abandonamos crenças e, aos poucos, formamos nossa personalidade.

Nos últimos anos, esse processo do encadeamento das relações humanas foi em boa medida alterado pela forma como construímos e transformamos as redes sociais, essas ferramentas mágicas de comunicação e conexão de pessoas, em uma espécie de vitrine de nós mesmos. Para alguns, principalmente os mais jovens, as experiências parecem ficar cada vez mais em segundo plano – o que vale

mesmo é “produzir”, com refeições, opiniões e cenários idealizados, essa imagem virtual da própria existência.

Como apaixonados pelas experiências humanas e pelo uso inteligente da tecnologia, procuramos a psicanalista Maria Homem para nos ajudar a entender as consequências, muitas vezes graves, de confundir vida real com virtual. O resultado você lê a partir da página 94,

É a partir de experiências concretas que a vida se desenrola e que formamos nossa personalidade

mas posso adiantar que o caminho para esta compreensão passa por lembrar que somos todos pessoas construindo nossas histórias individuais e, também, nossa grande saga coletiva. E não perder de vista nunca que a complexidade das questões que encontramos não precisa (e não deve) ofuscar o prazer que existe em encarar tudo na condição de aprendiz. Assim, a tecnologia é apenas uma ferramenta, extremamente útil para tornar a vida mais simples e que pode

também nos servir como porta de entrada para vivências significativas. Desde formas literais, como, para citar algo muito próximo do nosso dia a dia, nosso sistema de check-in por reconhecimento facial, até encontros improváveis por meio das redes com pessoas que jamais veríamos em outros tempos. É por enxergar nossos voos como um pequeno e sólido bloco na construção da história de cada um que, todos os dias, nos orgulhamos daquilo que fazemos. Algo que pode ser resumido por uma simples e nobilíssima palavra: servir.

Bom voo e boa leitura,



PAULO KAKIMOFF É PRESIDENTE DA GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES

ILUSTRAÇÕES VAPOR324 / ZÉ OTÁVIO

SEM PLANO PARA O FIM DE SEMANA? SE LOCALIZA.

A Localiza Hertz tem o carro que combina com o seu estilo.

Aproveite nossas condições especiais para se divertir com economia nas viagens de fim de semana.



alugue pelo app
localizahertz.com
0800 979 2000
0800 979 2020

Localiza Hertz



MUITA CONVERSA

Como tudo o que faz, Maria Homem mergulhou na produção da reportagem de capa

A psicanalista Maria Homem tem uma agenda cheia – preenchida por consultas com seus pacientes, aulas, momentos com a família e a dança, entre outras atividades –, mas aceitou na hora o convite para ser a personagem de capa da revista GOL. Para conversar sobre nossa relação com as redes sociais, tema da matéria, Maria se encontrou pela terceira vez com a jornalista Marília Neustein, que assina o texto. “É sempre bom conversar com alguém como ela, que não deixa ponto sem nó”, afirma a repórter, em sua primeira colaboração para a publicação. Já o fotógrafo João Kehl colaborou anteriormente com a revista, mas gostou especialmente desse trabalho. “Um ensaio fotográfico como esse só é possível com várias pessoas, que se envolvem da concepção à realização”, diz. “E, quando o fotografado entende isso e embarca junto, opinando e contribuindo para o resultado final, esse círculo se fecha de um jeito muito legal. E isso a Maria soube fazer muito bem.”

GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES

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

REVISTA GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES Editor **PAULO LIMA** Diretor Superintendente **CARLOS SARLI** Diretora de Negócios, Projetos e Eventos **ANA PAULA WEHBA** Diretor de Conteúdo **FELIPE GIL** Diretor de Estratégia **CRISTIANO FROIS** Diretor de Relações com o Mercado e Atendimento **CLÁUDIO GÓVÊA** Diretor Financeiro **EDUARDO ZANONI** Diretora de Núcleo Trip **RAFAELA RANZANI** Conselho Editorial **CONSTANTINO DE OLIVEIRA JR.**, **JOAQUIM CONSTANTINO NETO**, **PAULO SÉRGIO KAKINOFF**, **LORAINÉ RICINO**, **HALLIA MAKANSE**, **GABRIEL DE OLIVEIRA JOSÉ**, **MÁRCIA NUNES** e **SUELEN LIMA MENDONÇA**

NÚCLEO GOL

Editora **LUISA ALCANTARA E SILVA** Diretor de Arte **THIAGO BOLOTTA** Editor de Arte **RODRIGO PICKERS-GILL** Produtora Executiva **CARLA ARAKAKI**

LAB DE CONTEÚDO

Editora Executiva **JULIA FURRER** Diretora de Criação **RAQUEL FORTUNA** Editores **ALEXANDRE MAKHLOUF**, **BRUNA BITTENCOURT** e **DOUGLAS VIEIRA** Editora-Assistente **NATHALIA ZACCARO** e **LETICIA FERREIRA** Repórter **CAROLINA ITO** Revisora **LUIZA THEBAS** Editor de Arte **GIOVANNI TINTI** Designer **MARIANE AYROSA** Produtora executiva **ADRIANA VERANI** Apoio **HEITOR LOUREIRO** Estagiários **LETÍCIA PUGLIESI** **AUDIOVISUAL** Gerente **EMILIANO GOYENECHE** Videomaker **LUCIANO AZEVEDO** Editores de Vídeo **FERNANDO MARTINS DE FREITAS**, **LUDEMILA DAHER** e **NATHALIA CARIATTI** Produtora **JULIANA FARINHA** **ESTRATÉGIA MULTIPLATAFORMA** Gerente Digital **CINARA MOURA** Coordenadora de B.I. **YARA ELEUTERIO** Coordenador de Planejamento **AMANDA ABREU** Estagiária **DANDARA FONSECA**

PRODUÇÃO GRÁFICA Gerente **WALMIR SCANDIUCI** **GRACIANO** Tratamento de Imagens **ROBERTO LONGATTO**

DEPARTAMENTO COMERCIAL PUBLICIDADE Diretora de Publicidade GOL E GOL On Board **PATRICIA BARROS** patricia@trip.com.br (11) 2244-8806 Assistente Comercial Midia On Board **DENISE NUNES** Executivos de Contas GOL E GOL On Board **LILIAN RIBEIRO** lilian@trip.com.br **CAROLINA WEHBA** carolina.wehba@trip.com.br **CRISTIANA CIPRIANO** cristiana.cipriano@trip.com.br Assistente de Negócios **CRISTIANE MORAES** **PARA ANUNCIAR** publicidade@trip.com.br (11) 2244-8700 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 C **ANANIAS GOMES** ananiasgomes@canalc.com.br (85) 9987-1780 **DF** A2 Representação **ALAOR MACHADO** alaomachado@a2representacao.com.br (61) 9655-1684 **MG** Box Private Media **RODRIGO FREITAS** rodrigo@boxprivatemediacom.br (31) 4042-2277 (31) 99421-6777 **PR** Consultoria Resultado **JEFFERSON BRONZE** jeffersonbronze@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** **HENRICH** ado@adeodois.com.br (51) 9191-8744 **MARIANA ROSSARI** mari@adeodois.com.br (51) 99101-2803 **SP** Prime Media Representações **ANTONIO CARLOS BONFÁ JUNIOR** (Totô) antonio.bonfa@subvert.art.br (11) 98125-0550 **EPP** **LUCIANA VICENZOTTO** luvicenzotto@gmail.com **SP INTERIOR E LITORAL** Ld2 Comunicação **DANIEL PALADINO** dpaladino@ld2comunicacao.com.br **LUCIANA VERDE SELVA** luverdeselva@ld2comunicacao.com.br (11) 98384-0008/7810-7115 **USA** Planet Life **VERONICA SPARKS** vsparks@planetlife.com

PROJETOS ESPECIAIS E EVENTOS Gerente **REGINA TRAMA** Planejamento **VICTOR MARTINEZ** Editoras de Arte **DENISE AIRES**, **MICHELE KANASHIRO** **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 Assistente de RP **NATHÁLIA MILIOZI** nathalia.miliozi@trip.com.br

RELAÇÕES COM O MERCADO E ATENDIMENTO Supervisoras de Contas **BRUNA BOPP**, **CAROLINA SIGNORINI** e **ANGELA FUJITA** Analista de Planejamento **JESSICA OSEKI**

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO TEXTO ALAN DE FARIA, EDUARDO VESSONI, FLÁVIA GONÇALVES, HEITOR FLUMIAN, KARINA SÉRGIO GOMES, LEANDRO KARNAL, LIVIA SCATENA, NINA RAHE, RODRIGO GRILLO, SHEYLA MIRANDA **FOTOS** AGÊNCIA OPHELIA, CLAUS LEHMANN, FELIPE CASTELLARI, JOÃO KEHL, LUCAS SEIXAS, NINO ANDRÉS, VITOR JARDIM **ILUSTRAÇÃO** BEL ANDRADE LIMA, HORÁCIO GAMA, VAPOR 324, ZÉ OTAVIO **BELEZA** VANESSA BARONE **PRODUÇÃO** CAROL FANTINI, CAROL GARIANI, MELISSA GOMES **ARTE GÊ** GATTAZ **REVISÃO** JANAÍNA MELLO

A revista GOL Linhas Aéreas Inteligentes é uma publicação mensal 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

APLICAR SELO FSC

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

Cartão de Crédito Smiles

Tenha o mundo em suas mãos.

Comece a acumular milhas em todas as suas compras e direto na Smiles.

E ainda, desfrute de benefícios exclusivos na hora de voar.

Peça seu Cartão de Crédito Smiles e aproveite sua próxima viagem.



1ª bagagem gratuita na GOL.¹



Check-in e embarque preferenciais GOL.¹



Receba até 20.000 milhas na aquisição.²



Acumule até 2,5 milhas por dólar gasto.³



Smiles

É mais fácil viajar com a Smiles

Emitidos por:  

smiles.com.br/cartao

Sujeito à aprovação de crédito. 1. Os benefícios de aeroportos descritos são dos Cartões Infinite e Platinum, válidos até 31/12/2019. 2. As milhas bônus de aquisição são creditadas em 4 parcelas, de acordo com o pagamento de cada parcela da anuidade. 3. Milhas referentes ao cartão Infinite, para clientes assinantes do Clube Smiles. A conversão de milhas varia de acordo com a categoria do cartão. Verifique a quantidade de milhas oferecidas para cada categoria dos Cartões Smiles e todas as condições em www.smiles.com.br/cartao.

GOL



FALE COM A GENTE

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

REPRESENTATIVIDADE

“Fiquei muito feliz com a matéria [*Baseado em fatos reais*], sobre Rene Silva, ed. 211]. Pude ver minha trajetória contada de forma que as pessoas possam se espelhar e, a partir disso, criar uma história de transformação na sociedade. Recebi muitas mensagens de pessoas a fim de fazer alguma coisa pelo seu bairro. Pessoas que não sabiam o que fazer, nem como, e, com a reportagem, se interessaram em dar voz a sua comunidade. Isso é muito interessante porque gera um movimento positivo geral. Existe esperança de que tudo pode melhorar, mas é preciso que cada um de nós faça alguma coisa.”

RENE SILVA, VIA E-MAIL

“Orgulho.”

PRETA GIL, VIA INSTAGRAM

“Li a revista em casa e fiquei encantada com você! Sou muito ligada a esses assuntos, porque acho realmente que as comunidades são o coração da nossa cidade. São pessoas realizadoras, que nadam contra uma megamaré e estão aí. Você, criança, já com essa pulsão de vida, me emocionou. Que lindo, lindo, lindo! Quero te conhecer e apertar sua mão. Parabéns!”

HELOISA PÉRISSE, VIA TWITTER

“Voa, Rene. Mostra para o mundo o quanto querer é fazer.”

MARIANA SECRON, VIA INSTAGRAM

“E essa representatividade? Rene arrasa muito. Parabéns, revista GOL!”

RACHEL RIBEIRO, VIA TWITTER

“Meu gênio, você merece o mundo!”

JONATHAN AZEVEDO, VIA INSTAGRAM

“Orgulho ser da mesma geração que Rene. Demais ver de perto essa e tantas outras conquistas.”

DAIENE TRAJANO, VIA INSTAGRAM

“Que capa potente e maravilhosa.”

MARIANA BELMONT, VIA INSTAGRAM

“Que satisfação ver essa voz voando alto!”

HENRIQUE LEÃO, VIA FACEBOOK

“Pegando a frase do Kondzilla, ‘a favela venceu!’”

LEILA GIRASSOL, VIA INSTAGRAM

“Sensacional! Parabéns pelo belo trabalho.”

CLEONICE MENEZES, VIA FACEBOOK

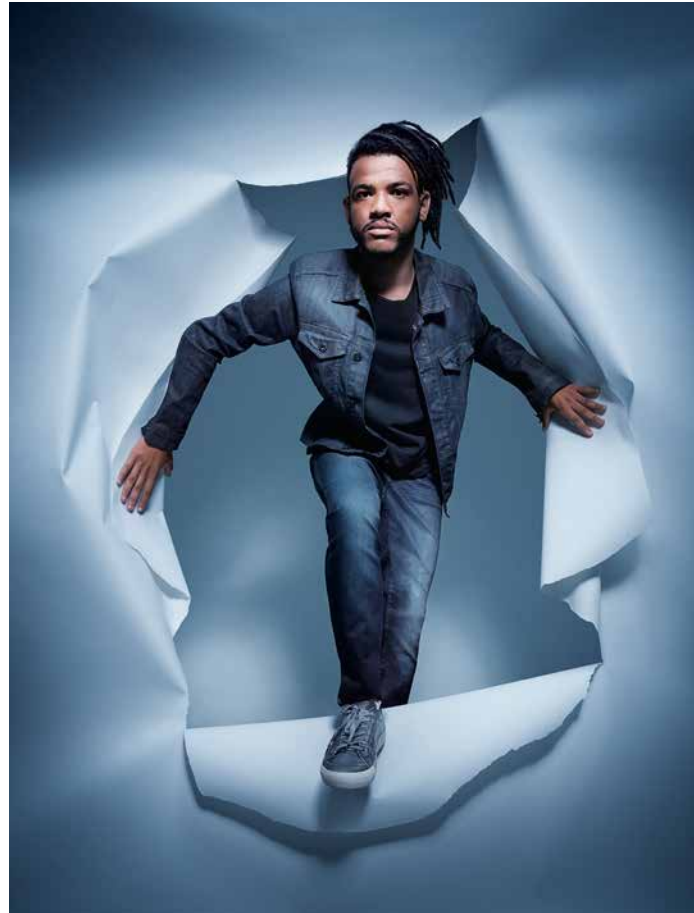


FOTO PEDRO DIMITROW



ALELO

É TUDO ISSO.

Com o cartão **Alelo Mobilidade**, o colaborador escolhe como vai se deslocar durante suas atividades de trabalho. Pode pagar táxis, bikes e carros de aplicativo e abastecer o carro. É mais liberdade e praticidade para todos. Temos tudo para fazer mais por você.

Conheça essa e outras soluções para a sua empresa em alelo.com.br




Inteligência que conecta pessoas e negócios

DENTRO DESTE SELO
TEM A MARCA
QUE GARANTE MAIS
EFICIÊNCIA DE ENERGIA
PARA VOCÊ.

E TAMBÉM
PARA OS PRÉDIOS
COMERCIAIS.



O Selo Procel de Edificações estimula a eficiência energética em prédios comerciais. Cada projeto aprovado recebe um selo e a garantia de redução de custos em energia. Mas outros ganhos importantes também acontecem no meio ambiente. Ou seja, todo mundo ganha. Desde o começo do projeto, em 2015, mais de 18,93 GWh foram economizados, o equivalente ao consumo de aproximadamente 10 mil residências. Além das edificações, a economia gerada pelo Procel também pode ser encontrada nas indústrias, na educação, nas ruas da cidade e em muitos outros lugares.



Conheça melhor
este e outros
programas
do Procel aqui



MINISTÉRIO DE
MINAS E ENERGIA



SEU PRÓXIMO NOVO É CURTIR TV AO VIVO NO SEU VOO.

Nos voos da GOL, você tem Claro net tv ao vivo para curtir a programação da Globo e Globosat.

Claro

NET

Você merece o novo.

TV AO VIVO A BORDO

GOL

GLOBO

GLOBOSAT

Claro

FOTO LEONARDO FINOTTI

1

EMBARQUE



- 24 **EM TRÂNSITO**
Veja quem circula pelo nosso check-in
- 30 **ANTENA**
Confira nossas dicas para curtir o mês
- 34 **CINEMA**
Carol Duarte e Julia Stockler em *A vida invisível*
- 36 **LIVROS**
A viagem de Darwin pela América do Sul
- 38 **BATE E VOLTA**
Pia Sundhage, a técnica do futebol feminino
- 40 **ARTES**
Leonardo Finotti no GOL MOSTRA BRASIL



QUEM
1. PÉRICLES E LIDIANE FARIA

O QUE FAZEM
Músico e empresária

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/
São Paulo

POR QUÊ
Voltar para casa após
Péricles se apresentar
na capital fluminense

QUEM
2. GUILHERME WEINMANN

O QUE FAZ
Analista de sistemas

DE ONDE/PARA ONDE
Porto Alegre/
São Paulo

POR QUÊ
Fazer conexão

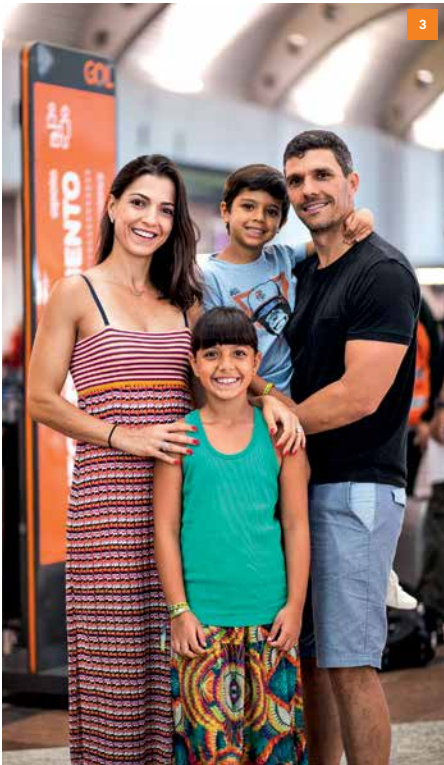
QUEM
3. LUCIANA, JÚLIA, DAVI E CARLOS BLAKE

O QUE FAZEM
Administradora,
brincam e advogado

DE ONDE/PARA ONDE
Salvador/
Rio de Janeiro

POR QUÊ
Voltar para a casa
após passear na
capital baiana

O QUE APRENDERAM
COM ESSA VIAGEM?
“Fomos ao aniversário
de 40 anos de um
grande amigo.
Viagens como essa
nos mostram como
é importante o
fortalecimento
das amizades”



QUEM
4. RENATA NASCIMENTO E VANILLA

O QUE FAZEM
Produtora e brinca

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/
Belo Horizonte

POR QUÊ
Visitar a namorada

O QUE ESSA VIAGEM
TROUXE PARA VOCÊ?
“Belo Horizonte é a
cidade em que minha
mãe nasceu e, agora,
indo para lá com
frequência, tenho
revivido a cidade
da minha família”

QUEM
5. CARLOS EDUARDO DE LA PUERTA CHITÃO

O QUE FAZ
Arquiteto

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/
Porto Alegre

POR QUÊ
Fazer conexão para
voltar para casa após
curtir uma viagem-
prêmio na Ilha de
Páscoa, no Chile

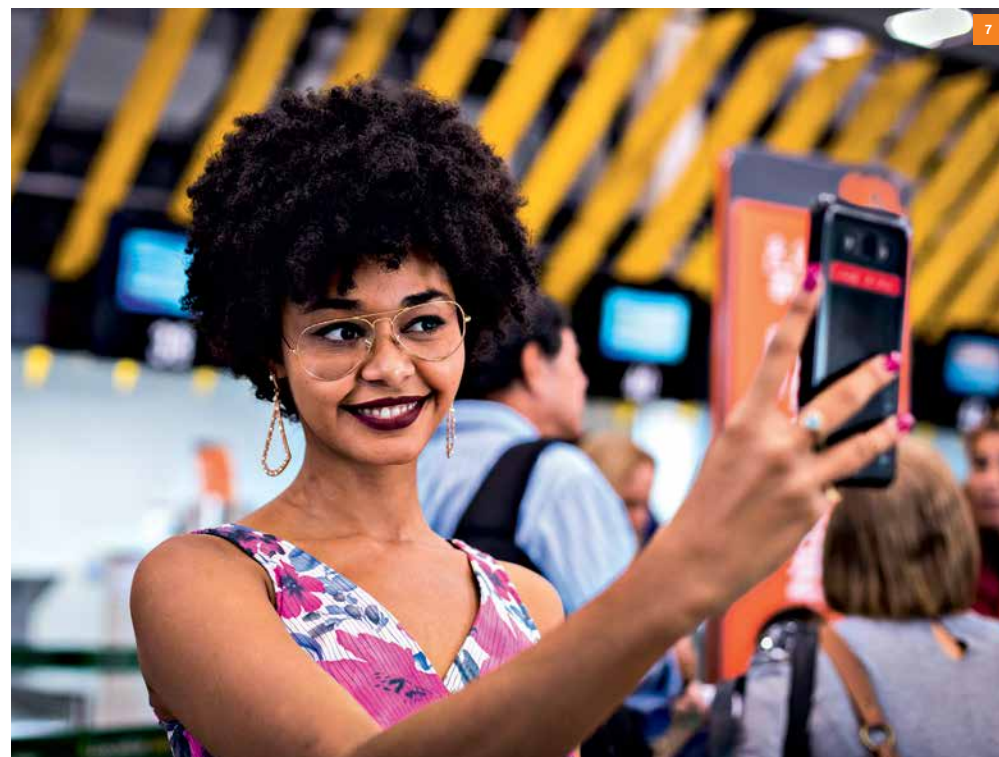
QUEM
6. BEATRIZ E GABRIELA MAGER

O QUE FAZEM
Estudante e
professora

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/
Florianópolis

POR QUÊ
Voltar para casa
após passear na
capital fluminense





QUEM
7. LUANA LIMA

O QUE FAZ
Maquiadora

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/Vitória

POR QUÊ
Voltar para casa após participar de um evento de trabalho

O QUE APRENDEU COM ESSA VIAGEM?
“Hospedei-me perto da avenida Paulista e vi a movimentação da Parada Gay. Isso me deixou feliz, pois não tinha noção do tamanho desse evento, que prega a diversidade”

QUEM
8. LESSANDRO DOMENICO

O QUE FAZ
Engenheiro

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/São Paulo

POR QUÊ
Participar de reuniões de trabalho

QUEM
9. DIEGO FLORES

O QUE FAZ
Empresário

DE ONDE/PARA ONDE
Porto Alegre/Brasília

POR QUÊ
Ir a um casamento



Imagens meramente ilustrativas. *Mais informações em www.movida.com.br/vantagens-movida. **Preço referente ao Grupo AX e mediante apresentação de cartão de embarque do dia da retirada do veículo. O valor pode variar de acordo com a ocupação de cada loja, consulte valores de diária em nosso site; proteção LDW inclusa.

3 HORAS* A MAIS PARA CURTIR AS FÉRIAS. ISSO É MUITO ALÉM DO CARRO.

WI-FI 4G MÓVEL*

DESCONTO PELO APP*

CARBON FREE*



SEU CARTÃO DE EMBARQUE
VALE DESCONTO

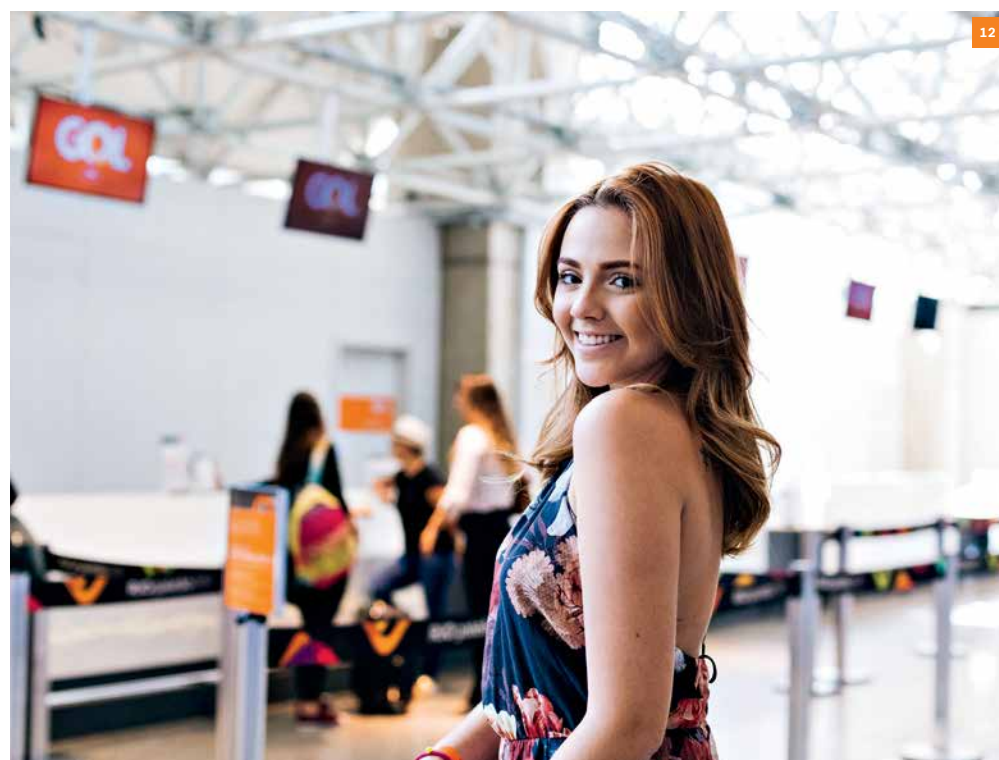
ALUGUEL DE CARRO

A PARTIR DE
10x R\$ 5,13 **
SEM JUROS
DIÁRIA + PROTEÇÃO



ALUGUE PELO
NOSSO APP
MOVIDA.COM.BR
0800-606-8686

movida
muito além do carro



QUEM
10. IGOR MONTEIRO E VANESSA LEITE

O QUE FAZEM
Engenheiro e designer de interiores

DE ONDE/PARA ONDE
Fernando de Noronha/Recife

POR QUÊ
Curtir as férias

O QUE A VIAGEM ENSINOU?
"Foi uma experiência de muita conexão com a natureza, principalmente marinha. Fizemos nosso batismo de mergulho naquele paraíso. Sem dúvida, estar em Noronha é entender e apreciar o que a preservação da natureza pode nos proporcionar"

QUEM
11. PAULA CEOTTO

O QUE FAZ
Bióloga

DE ONDE/PARA ONDE
Brasília/São Paulo

POR QUÊ
Voltar para casa após trabalhar

QUEM
12. GIOVANNA QUERCIA

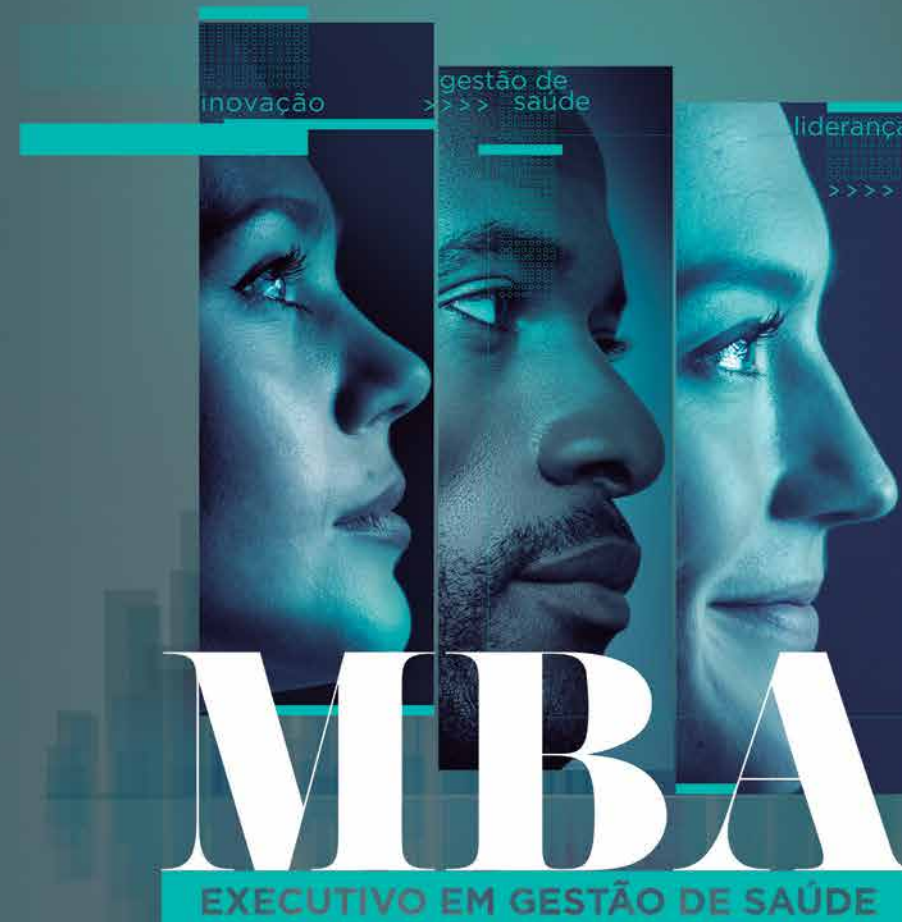
O QUE FAZ
Influenciadora

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/Manaus

POR QUÊ
Voltar para casa após trabalhar

EINSTEIN

DESENVOLVE LÍDERES



Amplie seu conhecimento em gestão de saúde com o MBA mais completo da área.

- ▶ DOCENTES EXECUTIVOS DO EINSTEIN E DO MERCADO
- ▶ POSSIBILIDADE DE EXTENSÃO INTERNACIONAL
- ▶ ESTRUTURA INTERDISCIPLINAR INÉDITA

INSCRIÇÕES ABERTAS. NOVA TURMA 2020.



EINSTEIN.BR/ENSINO



ALBERT EINSTEIN
INSTITUTO ISRAELITA DE
ENSINO E PESQUISA
CENTRO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE
ABRAM SZAJMAN

QUASE LÁ

Confira nossas dicas para o penúltimo mês do ano. Há desde peça sobre a diáspora africana no Rio de Janeiro até show na Disney em Orlando



ARTES

DIMENSÕES

Obras inéditas da artista japonesa Chiharu Shiota estão na mostra *Linhas da vida* (acima), no CCBB de São Paulo. Trabalhos em grande escala, performances, fotos e pinturas fazem parte da retrospectiva, que depois segue para Brasília e Rio de Janeiro.

SÃO PAULO. DE 13/11 A 27/1. GRATUITO.
BB.COM.BR/CULTURA



MÚSICA

MISTURA BOA

Black Alien (acima), Liniker & Os Caramelows, MC Tha e Clarice Falcão são alguns dos destaques do festival No Ar Coquetel Molotov, no Caxangá Golf Country Club, no Recife. O line-up também conta com nomes internacionais, como a iraniana e holandesa Sevdaliza.

RECIFE. DIA 16/11. A PARTIR DE R\$ 120.
SYMPLA.COM.BR/NOAR2019



TEATRO

ESCRavidÃO REVISITADA

Antonio Pitanga atua com seu filho, Rocco, na peça *Embarque imediato* (acima), no Teatro Poeira, no Rio de Janeiro. No mês da Consciência Negra, o texto propõe uma discussão sobre a diáspora africana e celebra os 80 anos de Pitanga.

RIO DE JANEIRO. DE 7/11 A 22/12. R\$ 60.
TEATROPOEIRA.COM.BR

FOTOS: SUNHI MANG/CCBB / RONCCA / LETO CARVALHO / DIVULGAÇÃO

GETTY IMAGES / COFFEEANDMILK

PELA PELE

Autoestima pode estar relacionada a várias coisas, inclusive com estar de bem com a aparência e, para quem optar por dar um up no visual, os tratamentos dermatológicos estão cada vez mais modernos

Como está sua autoestima? Não há regras quando o assunto é se sentir bem, só algumas proibições, como ficar comparando sua vida e seu corpo com o que vê nas redes sociais. “O brasileiro se preocupa muito com a beleza, mas a perfeição é inatingível”, diz Bruno Vargas, dermatologista pela Sociedade Brasileira de Dermatologia e proprietário da Clínica Bruno Vargas, referência em Belo Horizonte. Tão inatingível que hoje não há mais um padrão de beleza; o que é bonito depende só de quem está olhando. Ao se ver no espelho, a pessoa pode, ou não, se incomodar com mudanças como os sinais de envelhecimento. Para as que se importam, a dermatologia oferece diversos tratamentos, cada vez mais modernos, como Skinboosters®, lifting, laser, toxina botulínica A, preenchimento com ácido hialurônico e ácido poli-L-lático.

Além de acompanharem as evoluções tecnológicas, os tratamentos seguem tendências de comportamento. “Se há menos de uma década os procedimentos eram apenas corretivos, hoje, são muito mais preventivos”, afirma Bruno. Com essa mudança, os especialistas começaram a falar em positive aging, que é o movimento sobre envelhecer bem. “Valorizo muito a aparência natural e o conceito de prevenção faz muito mais sentido para conseguirmos atingir isso. Quando o paciente faz os tratamentos antes de os sinais de envelhecimento aparecerem, sua pele fica muito melhor do que se esperar para fazer depois”, diz Bruno.



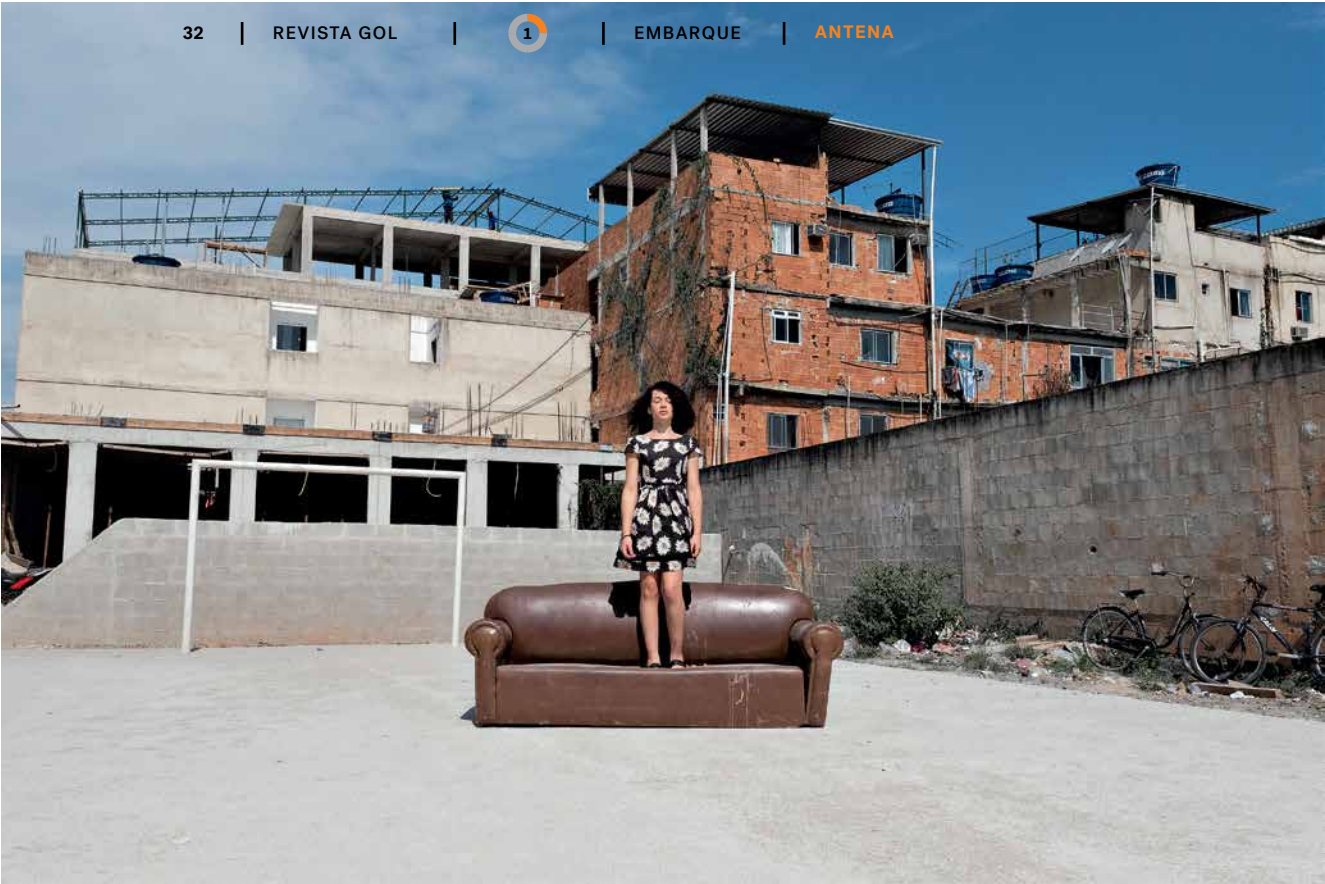
Um dos mais procurados nas clínicas atualmente, segundo o médico, é o top model look, que consiste em um preenchimento com ácido hialurônico nas maçãs do rosto. “Ele dá aquele efeito de linha do blush, deixando o rosto mais desenhado”, conta Bruno, que usa o preenchedor Restylane®, comercializado pela empresa Galderma. Por ser uma substância produzida pelo nosso corpo, acaba sendo absorvido naturalmente – e, por isso, a recomendação é de que as aplicações de preenchimento sejam feitas em intervalos entre 12 e 18 meses.

A técnica é um procedimento simples, mas, Bruno alerta, é preciso que seja feito com um especialista de confiança, pois cada pele é de um jeito e só ele pode indicar os melhores caminhos e evitar complicações. “Se o dermatologista não tiver senso estético e profundo conhecimento da técnica, pode exagerar, preenchendo demais e deixando o rosto da pessoa transformado”, diz ele. “O top model look não existe para modificar e, sim, para

valorizar cada tipo de rosto.” Além de ser usado nessa técnica, o Restylane® é indicado para o preenchimento de outras áreas da face, como queixo e lábios, em procedimentos conhecidos como harmonização facial. “O importante, sempre, é deixar o paciente com uma aparência natural. Acredito que temos que nos reconhecer na imagem que vemos no espelho. Nossa aparência é a nossa história.”



DR. BRUNO VARGAS
MÉDICO DERMATOLOGISTA
CRM: 38959



TV

À MARGEM

Com depoimentos de mulheres trans, a série *Outras brasileiras* (acima), no Canal Brasil, apresenta as dificuldades que essa parcela da população vive. Os relatos mostram as poucas oportunidades de emprego oferecidas, a prostituição como sobrevivência, entre outros pontos.

ESTREIA DIA 4/11, ÀS 21H. CANAL BRASIL



BENJAMIN MOSER
SONTAG
VIDA E OBRA

LIVROS

VERDADES INCÔMODAS

O escritor americano Benjamin Moser lança *Sontag - Vida e obra* (à esq.), sobre Susan Sontag. Ele descobriu que a ensaísta é a real autora de *Freud: Pensamento e Humanismo*, considerada uma das principais obras de seu ex-marido.

COMPANHIA DAS LETRAS. R\$ 109,90



CRIANÇAS

ENTÃO JÁ É NATAL?

O Magic Kingdom, na região de Orlando, nos Estados Unidos, ganha decoração natalina com o evento Very Merry Christmas Party (acima). Nesta edição, estreia o show de fogos da Minnie.

ORLANDO. DE 8/11 A 22/12. A PARTIR DE US\$ 99.
DISNEYWORLD.DISNEY.GO.COM

FOTOS: AWALT DISNEY WORLD / DIVULGAÇÃO

mrcat.com.br



MR.CAT

MULHERES SILENCIADAS

A convite da revista GOL, as protagonistas de *A vida invisível* conversam sobre o filme, dirigido por Karim Aïnouz. Representante brasileiro na corrida do Oscar, o longa narra a trajetória de irmãs cujos sonhos são destruídos por decisões alheias

POR
Alan de Faria



DE JULIA STOCKLER PARA CAROL DUARTE

Que referências usou para construir a personagem da Eurídice? Fiz aulas de piano. Depois, contigo, procurei estruturar uma relação profunda de duas irmãs. Também vi *Uma mulher sob influência*, li Clarice Lispector e ouvi música clássica.

Como foi feita a cena da primeira vez da Eurídice? Eu e o Gregório Duvivier [*que interpreta o marido da personagem*] confiamos um no outro. No fim da gravação, sabia que tinha acabado de filmar uma cena de transformação da personagem.

O que a Carol de hoje falaria para a Eurídice dos anos 50? Você foi enorme naquilo que poderia ter sido.

DE CAROL DUARTE PARA JULIA STOCKLER

Que características da Guida são diferentes das suas? A relação dela com o risco. Ela enfrenta o mundo sem medo das consequências. Já eu, pondero minhas decisões.

Quais foram as cenas que mais emocionaram você? A da expulsão de casa foi bem difícil. Filmamos a sequência em dois dias, e manter a emoção por tanto tempo exigiu bastante cuidado. A cena do parto também: filmamos por quatro horas e chegou um momento em que disse que seria a última vez que a faria. E assim foi.

O que diria a Guida, antes de ela deixar a casa dos pais? Siga o que a intuição e o coração mandam. Depois você vê o que faz.

FOTO BRUNO MACHADO

LOJA
STAPLES
BRASIL

suprimentos para o seu negócio nós temos__

OceanoB2B é um e-commerce pensado para fornecer materiais que o seu negócio consome com recorrência, um portal onde você encontra um mix com mais de 10.000 itens.

O seu negócio precisa de agilidade, por isso pensamos em um portal onde você dispõe de um Oceano de opções ao seu alcance:

Materiais de Escritório · Papel A4 · Cartuchos e Toners · Informática · Impressoras
Bobinas Térmicas · Materiais de Higiene · Cuidados Pessoais · Químicos para Limpeza
Embalagens e Descartáveis · Equipamentos de Proteção do Trabalhador · Calçados de Segurança · Luvas · Máscaras · Uniformes · Produtos Personalizados · Manutenção, Reparo e Operação · Móveis e Cadeiras para Escritório · Linha Branca · Bazar.

OceanoB2B oferece preços competitivos, logística eficiente e entrega rápida para todo o Brasil, além de um ambiente pensado para facilitar seu dia a dia.

Conheça OceanoB2B, o e-commerce para o seu negócio!

oceanob2b.com



oceano
B2B

Suprimentos para
o seu negócio.

GAROTA SUECA

Treinadora da Seleção Feminina de futebol, Pia Sundhage trabalha para trazer o ouro nos Jogos de Tóquio-2020

POR
Heitor Flumian



Em julho, a sueca Pia Sundhage, 59 anos, se tornou a primeira estrangeira a assumir o comando da Seleção Brasileira feminina de futebol. E, algo raro no esporte, é quase unanimidade para quem entende que não poderia ser outra pessoa. É que Pia já foi até Pelé. Nascida em Ulricehamn, tinha 7 anos quando, seguindo a sugestão de um técnico, adotou o apelido do ídolo brasileiro e se passou por menino para disputar um campeonato. Entre 1975 e 1996, defendeu as cores do seu país e marcou 71 gols em 144 partidas. Como técnica, subiu ao pódio nos últimos três Jogos Olímpicos: foi ouro dirigindo os Estados Unidos em Pequim-2008 e em Londres-2012 – ano em que foi eleita a melhor treinadora do mundo –, e prata no Rio-2016, pela Suécia. Seu desafio, agora, é tentar conquistar o inédito título para o Brasil em Tóquio, em 2020. “Isso seria, hum...Qual é a melhor palavra em inglês? Mágico. ‘It’s kind of a magic’”, diz, cantando Queen, uma das bandas cujas canções costuma cantar no dia a dia do futebol.

Nome completo: Pia Mariane Sundhage.

Sua primeira memória ligada ao futebol: Jogando com os garotos na escola. Só tinha um gol.

Uma partida especial como técnica: Contra o Brasil, nas quartas de final da Copa de 2011, quando empatamos [treinava os Estados Unidos] no final da prorrogação e ganhamos nos pênaltis.

E como jogadora: A final da Eurocopa de 1984 [contra a Inglaterra], em que cobre o último pênalti pela Suécia e saímos vencedoras.

O que pensou ao receber o convite para treinar o Brasil? A primeira coisa foi: o país do futebol. Se você tem uma chance, tem que aproveitar.

Impressões do futebol brasileiro até agora: É muito técnico, e as jogadoras jogam com as emoções; por isso é tão bom em alguns momentos e, em outros, não. Amo o jeito como o Brasil ataca.

Expressão em português preferida: “Joga com o seu melhor pé” [risos]. E “isso!”, que é uma palavra que ouço com frequência.

Como é sua relação com a música? Ser técnica tem a ver com ligar e desligar. Para durar muitos anos em alto nível, é preciso se afastar um pouco da competição. E eu faço isso tocando violão. Sobre “desligar”, tem uma canção de Simon & Garfunkel [“The 59th Street Bridge song”] que diz: “Devagar, você se move muito rápido/ Você tem que fazer a manhã durar”.

Canção preferida: São muitas. Como treinadora, “The times they are a-changin’” [de Bob Dylan], porque é sobre evoluir o tempo todo. No campo, é “We are the champions”, do Queen.

Treinar um time masculino seria: Diferente. E a mesma coisa [risos].

Algo sueco a ser ensinado por aqui: Trabalho em equipe e organização.

A grande lição do futebol: É muito importante desfrutar a jornada.

FOTO LUCAS FIGUEIREDO/DIVULGAÇÃO/CBF

NESSAS FESTAS,
conforto e beleza
MOVEM VOCÊ



Usaflex
SEJA UM FRANQUEADO

COMPRE ON-LINE
USAFLEX.COM.BR

USAFLEXCONFORTO
USAFLEXCALCADOS

O BARROCO DO BARROCO

O fotógrafo Leonardo Finotti usa o jogo de luzes em seus cliques, que compõem o projeto GOL MOSTRA BRASIL

POR
Alan de Faria

Conhecido por fotografar símbolos da arquitetura, o fotógrafo Leonardo Finotti foi convidado, em 2016, para clicar o Museu de Congonhas, na cidade mineira de mesmo nome. Aproveitou a visita para conhecer a região e chamou-lhe a atenção o Santuário do Bom Jesus de Matosinhos (à dir.), patrimônio cultural. “Trata-se de uma igreja que abriga várias esculturas de Aleijadinho, um conjunto de obrasprimas do mestre do barroco brasileiro”, afirma o fotógrafo, cujas imagens, escolhidas a partir da curadoria da plataforma ARTEQUEA-CONTECE, podem ser vistas no projeto GOL MOSTRA BRASIL, a primeira exposição a bordo do mundo. Os cliques estão expostos nas aeronaves da GOL, nos GOL Premium Lounges e em golmostrabrasil.com.br.

Na produção desta imagem, Finotti aproveitou a luz artificial da própria igreja e a luz de fim de tarde, também conhecida como lusco-fusco. “Procurei mesclar esses dois elementos no momento do clique”, conta. O ambiente mineiro é bem familiar para o profissional, que nasceu em Uberlândia, há 42 anos. Foi lá que ele, arquiteto de formação, deu os primeiros passos na fotografia, em 1997, em uma disciplina optativa oferecida pela Universidade Federal de Uberlândia. Entre 2003 e 2004, Finotti ainda fez pós-graduação na Fundação Bauhaus, na Alemanha, que influenciou ainda mais seu trabalho como fotógrafo.



##29@

manolo_cordano

gente jovem sem oportunidade
me deixa revoltado



53 76 29

manolo_cordano



Já pensou se toda indignação digital virasse ação?



A Ambev, uma empresa presente em todo o Brasil, transformou sua indignação no Programa VOA, que, com trabalho voluntário para ONGs, já ajudou mais de 5 milhões de pessoas.

Que tal ajudar a transformar a vida das pessoas e se tornar um voluntário? Acesse ambev.com.br/voa e saiba mais.

ambev
VOA

"COM O MEU
DIPLOMA
PUDE GANHAR
O MUNDO"

ANDERSON PEREIRA

EX-ALUNO, DIRETOR DE UMA INSTITUIÇÃO
FINANCEIRA E FORBES UNDER 30.

INSCREVA-SE:
4007-1192 / ANHEMBI.BR

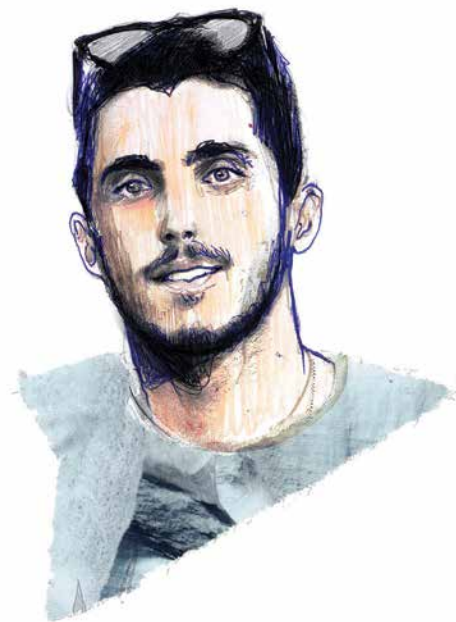
**Anhembi
Morumbi**
MENTES ABERTAS PARA O NOVO MUNDO

2

VIAGEM



- 46 ROTEIRO**
Filipe Toledo e as melhores ondas
- 48 EXPLORE**
Novo voo de asa-delta em Florianópolis
- 50 TESOUROS MARANHENSES**
As riquezas de São Luís e Alcântara
- 62 UMA NOVA ALTERNATIVA**
A reinvenção da Barra Funda, em São Paulo



A MELHOR ONDA

O paulista Filipe Toledo, o Filipinho, subiu em uma prancha pela primeira vez aos 10 meses, em Ubatuba, onde nasceu. Hoje, acumula oito títulos no World Surf League Championship Tour (WSL). A seguir, ele indica locais que marcaram sua história no esporte

POR Rodrigo Grilo
ILUSTRAÇÃO Zé Otávio



1 UBATUBA SÃO PAULO

“Foi onde comecei a surfar. Em Baguari, ondas de 2 a 8 pés quebram em toda a extensão da praia, o que faz de lá um dos picos mais constantes.”

2 SAQUAREMA RIO DE JANEIRO

“Ganhei duas vezes o circuito mundial e alguns eventos amadores lá. Por abrigar a etapa do campeonato profissional, é chamada de Maracanã do surf.”

PIPELINE HAVAÍ

“Com ondas grandes e tubulares, que desafiam até surfistas mais experientes, não é para qualquer um. Também é palco de grandes eventos do WSL.”

JEFFREYS BAY ÁFRICA DO SUL

“Uma das melhores praias para pegar onda no mundo. Sempre amei esse lugar, mesmo antes de vencer lá. Ideal para o surf, a mistura de águas quente e fria acaba formando diferentes zonas de rebentação.”

ILUSTRAÇÃO ZÉ OTÁVIO FOTOS GERALDO ZANOTTO/ SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO DA PREFEITURA DE SAQUAREMA/DIVULGAÇÃO

Os critérios de maravilhosidade foram atualizados com sucesso.

FILE MIGNON GIRAFFAS O único file possível



giraffas.com.br
f/redegiraffas
@/redegiraffas
GiraffasOficial



GIRAFFAS®
A vida é um prato cheio

COMO UM PÁSSARO

FLORIANÓPOLIS

Novo voo de asa-delta decola da Lagoa da Conceição e permite ver as praias e dunas da ilha do alto

POR
Alan de Faria



Instrutor sobrevoa a Lagoa da Conceição, em Florianópolis

Quem conhece a prática de voo livre normalmente pensa em uma pessoa com a asa-delta pulando de uma montanha, como da Pedra Bonita, no Rio de Janeiro. Mas o que o multiesportista e empresário Luís Roberto Formiga propõe em Florianópolis, com sua companhia Voe Asa, é totalmente diferente. Ele promove voos que decolam diretamente das águas da Lagoa da Conceição, com o equipamento preso a uma lancha – é a única empresa da ilha a oferecer o passeio.

Quando a embarcação atinge uma velocidade de aproximadamente 60 km/h, a asa-delta, ainda presa a uma corda, é levada ao ar, chegando a 450 metros de altura. Mesmo grudado ao instrutor, o frio na barriga vem quando a asa-delta está começando a subir. Depois, o medo se dissipa e dá lugar a outras sensações, mais tranquilas. Lá do alto, é possível ver as famosas dunas da Joaquina, as praias do Campeche, da Barra da Lagoa e Mole e ainda o morro na margem da lagoa. E,

quando você já está impressionado com a paisagem, a corda é solta e, então, começa o voo totalmente livre. “É a hora de curtir e relaxar”, diz Formiga. Após cerca de 20 minutos de emoção e contemplação, é realizada a aterrissagem, também na Lagoa da Conceição. “São vários os sentimentos, da subida até o fim. Em dias de muito calor, terminar o voo caindo na água é super-refrescante”, afirma Formiga.

A PARTIR DE R\$ 400. VOEASA.COM



Por caminhos diferentes, uma bióloga e um fotógrafo usam suas habilidades para proteger os biomas da região central do Brasil



Acima

Graças ao trabalho de Neiva, as araras-azuis, como as da foto, estão menos ameaçadas de extinção

NO CORAÇÃO DO BRASIL

NEIVA GUEDES, BIÓLOGA

“Ano que vem vai fazer 30 anos que dedico a minha vida às araras”, conta a bióloga Neiva Guedes. Essa história começou em 1989 quando soube que a espécie estava sob risco de desaparecer. Resolveu, então, pesquisar sobre a biologia reprodutiva da ave. Para isso, precisou rodar muito pelas estradas difíceis do Pantanal. “Na década de 90, a Toyota me ofereceu apoio logístico.”

No ano seguinte, Neiva deu início ao projeto Arara Azul, que monitora aves e ninhos, garantindo a reprodução da espécie. Além do apoio da Fundação Toyota do Brasil desde 2009, Neiva conta hoje com 11 profissionais na equipe. O suporte permite o monitoramento de 5 mil aves. Nos anos 80, eram estimados apenas 1.500 indivíduos. “As araras ainda estão na lista de animais vulneráveis, mas em um grau bem menor”, conta.

JOÃO FARKAS, FOTÓGRAFO

João Farkas acredita no poder na beleza e vê na criação de imagens uma rota de acesso ao íntimo do ser humano. “A beleza é capaz de fazer com que as pessoas se sensibilizem e se mobilizem”, diz.

Há cinco anos, ele volta seu olhar para o Pantanal e retrata a região com poesia e consciência ambiental. “Minha preocupação é tentar retardar as transformações pelas quais esse bioma vem passando.”

Entre 1985 e 2017, o desmatamento consumiu 849.897,12 hectares da vegetação nativa, o equivalente a 11% do território do Pantanal, as mudanças que podem ser vistas nas imagens de Farkas. As fotos já foram expostas na Inglaterra e na Bélgica e, até o fim do ano, devem virar livro e filme. São patrimônios do Brasil que precisam ser valorizados, protegidos e estudados. Que seja arte.



TESOUROS MARANHENSES

POR
Nina Rahe

FOTOS
Felipe Castellari

Com seus casarões tombados e manifestações folclóricas, arquitetura e cultura andam juntas em São Luís, capital a um passeio de barco de Alcântara

Rua do Giz,
no centro histórico
de São Luís

Quem quer que chegue à cidade de São Luís a passeio deve se acostumar a ouvir entre as principais perguntas se o destino final da viagem são os Lençóis Maranhenses, como se os moradores já estivessem acostumados ao turista que desembarca por aqui só de passagem. Mas, se a resposta for negativa e a estada na capital não for breve, não há nativo que não apresente uma lista do que fazer na cidade e arredores.

Andar pelas ladeiras do centro histórico, por exemplo, é uma atração sugerida por todos. O conjunto de casarões dos séculos 18 e 19 foi declarado patrimônio da humanidade em 1997 com a ajuda de seus moradores, como o engenheiro mineiro Luiz Phelipe Andrés, 70 anos. Como coordenador do programa de preservação e revitalização da região, ele foi um dos responsáveis pelo projeto enviado à Unesco que rendeu o título à cidade. “Encontrei uma Ouro Preto à beira-mar. Metade da história do Brasil está aqui”, ele resume, referindo-se ao fato de que, em 1621, quando o Brasil foi dividido em duas unidades administrativas, São Luís era a capital de uma delas.

Fundada pelos franceses e ocupada por holandeses antes do domínio português, a cidade preserva até hoje seu planejamento original. Foi uma das primeiras da colonização portuguesa com forte traçado urbano – suas ruas, por exemplo, são organizadas de maneira retangular – e um dos detalhes mais marcantes da arquitetura é, sem dúvida, a azulejaria, que pode ser apreciada por toda parte. Na rua Portugal, por exemplo, a fachada do sobrado do século 19 que abriga o Museu de Artes Visuais é toda revestida de azulejos. O



“Encontrei uma Ouro Preto à beira-mar. Metade da história do Brasil está aqui”

LUIZ PHELIPE ANDRÉS, ENGENHEIRO



espaço, curiosamente, traz gravuras da paulista Tarsila do Amaral e uma serigrafia do espanhol Pablo Picasso em meio a obras de artistas maranhenses.

CULTURA POPULAR

Mas, para além da arquitetura, São Luís encanta também por sua cultura imaterial, como o tambor de crioula, dança circular marcada pela percussão de tambores, e as celebrações do bumba meu boi, ambos reconhecidos como patrimônios culturais. A mineira Dulce Ferreira, 55, lembra que um dos motivos pelos quais se apaixonou pela cidade, há dez anos, em sua primeira visita, foi o contato com o tambor de crioula. Desde então, não deixou de ir a São Luís, até conseguir, em setembro, uma vaga como professora na Universidade Federal do Maranhão. “Minha vida ficou leve. Vivo em meio a uma potência de cultura que pouca gente se lembra que existe”, diz.

Espaços como a Casa do Tambor de Crioula do Maranhão e o Centro de Cultura Popular Domingos Vieira Filho, que expõe vestimentas e objetos usados em festas e manifestações folclóricas, são instituições para quem quer entender melhor a cultura popular. Mas se deixar levar pelas histórias dos moradores também é uma boa maneira para conhecer mais. Na rua do Giz, não é raro encontrar Geraldo Mendes, 57, um dos principais nomes quando se trata do tambor de crioula, sentado à frente do Centro Cultural Mestre Amaral e disponível para quem quiser conversar. “Antigamente, as rodas eram para pagar promessa, mas, hoje, acontecem nos dias que o povo quer ver”, conta, diante do espaço que promove oficinas regulares de

ACIMA

Carla Belforte, que construiu uma capela para São Benedito, o protetor do tambor de crioula

NA PÁG. AO LADO, EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DO TOPO

Fim da tarde no Espigão Costeiro da Ponta d’Areia; pratos Desejo de Catirina e Arroz de Maré, no restaurante Cozinha Ancestral; e o engenheiro Luiz Phelipe Andrés

**ACIMA**

Fachada no centro histórico

NA PÁG. AO LADO

Integrante do grupo de bumba meu boi Linda Joia de São João, no Centro Cultural Vale Maranhão

AGRADECIMENTOS PORTAS DA AMAZÔNIA. PORTASDAMAZONIA.COM.BR.
LA MAISON DU BARON E GRAND SÃO LUIS. GRANDSAOUIZ.COM.BR.



percussão, dança e canto. Também não é difícil se deparar com uma roda na praça da Faustina, onde Carla Belforte, 32, construiu uma capela para São Benedito, o protetor do tambor de crioula.

As celebrações ligadas ao bumba meu boi também estão por toda parte, mesmo para quem chega à cidade em uma data distante do festejo de São João – vale conferir a programação do Centro Cultural Vale. E os nativos não se cansam de explicar sobre os grupos de bumba meu boi, com seus variados sotaques, ou seja, a forma como se expressam. “A cultura popular do Maranhão tem uma variedade grande, que é equivalente ou até maior do que a que vemos em Pernambuco e na Bahia”, resume o fotógrafo Márcio Vasconcelos, cujos registros estão voltados para a cultura popular e religiosa do estado. “A música, a dança, a beleza da indumentária... Acho que tudo isso me levou a fotografar.”

BONS VENTOS

Se a cultura popular é o carro-chefe do Maranhão, há também uma nova geração de artistas que vêm buscando colocar a produção contemporânea em evidência. Um dos espaços mais charmosos do centro histórico, o Chão, tem servido como ambiente de interlocução para os artistas locais. “A produção ludovicense é potente, mas estava em um ponto cego. Queremos construir mais pontes, entre curadores, críticos, artistas e público”, explica Dinho Araújo, 34, um dos responsáveis pelo espaço, que neste ano funcionou também como sede da Mostra de Performance Arte Verbo, antes realizada apenas em São Paulo – além das exposições, aqui também se podem encontrar à venda trabalhos de



A PARTIR DO TOPO

Márcio Vasconcelos, conhecido pelos registros da cultura popular de São Luís; o prato Ilha Magnética, da Casa de Juja; e a piscina do hotel Grand São Luís

LEMBRANÇAS DO MARANHÃO

Itens para fixar a viagem na memória



1. Enfeite de bumba meu boi **Tok & Stok**, R\$ 9,90, tokstok.com.br 2. Tiquira **Guaaja**, R\$ 95, amburana.com 3. Livro **Visões de um poema sujo**, com fotos de Márcio Vasconcelos, R\$ 56,90, saraiva.com.br

ONDE FICAR

PORTAS DA AMAZÔNIA (São Luís)
A pousada, de decoração rústica, funciona em um casarão restaurado do século 18. Diária para casal, com café, a partir de R\$ 150.
PORTASDAAMAZONIA.COM.BR

GRAND SÃO LUÍS
Hotel com piscina, sauna, academia e restaurante. Diária para casal, com café, a partir de R\$ 230.
GRANDSAOLUIS.COM.BR

LE MAISON DU BARON (Alcântara)
Localização perfeita. Diária para casal, com café, a partir de R\$ 190
TEL.: (98) 3337-1091

ONDE COMER

CASA DE JUJA (São Luís)
É preciso reservar. Prove o prato Ilha Magnética (R\$ 240 para dois).
CASADEJUJA.COM.BR

ÇA-VÁ GASTROBAR (São Luís)
Cozinha mediterrânea e local.
CA-VA-GASTROBAR.NEGOCIO.SITE

COMO IR

Voe com a GOL para São Luís ou use milhas e vá com a Smiles, nosso programa de fidelidade gratuito.
VOEGOL.COM.BR
SMILES.COM.BR

A PARTIR DO TOPO

Luciana Simões, da dupla Criolina; fachada do restaurante Flor de Vinagreira; e a pousada Portas da Amazônia, que funciona em um casarão do século 18



artistas como Gê Viana, um dos nomes selecionados neste ano para uma das principais mostras de arte contemporânea, o 36º Panorama de Arte Brasileira, no MAM, em São Paulo, até dia 15 deste mês.

Nesse cenário, os músicos Luciana Simões e Alê Muniz, da dupla Criolina, promovem há oito anos o festival BR 135, um dos principais eventos da cidade, que trará a São Luís, de 28 a 30 deste mês, nomes como Xênia França e Luedji Luna. “Antes, a gente era obrigada a ir para o eixo Rio-São Paulo. Hoje, criamos um ecossistema, atraindo pessoas de fora, o que é importante”, diz Luciana.

Iniciativas mais isoladas também movimentam a cena da cidade, como as sessões de cinema ao ar livre promovidas a cada dois meses pelo restaurante Ça-Vá Gastrobar (não deixe de pedir os camarões a la marseille de entrada, R\$ 33). Há ainda as projeções cinematográficas que, mesmo sem som, acompanham regularmente a noite de quem vai ao Chico Discos, uma mistura de sebo, café e bar. Para o músico Adler São Luís, 68, no entanto, o destaque do local são suas grandes janelas. “Esse vento não tem preço”, diz ele, que hoje mora em São Paulo, mas planeja regressar à terra natal nos próximos anos.

NA OUTRA MARGEM

E é esse mesmo vento que deixa Adler com saudade que embala a travessia de São Luís para Alcântara, em um trajeto de cerca de uma hora (R\$ 15) pela baía de São Marcos. A cidade repleta de ruínas costuma atrair turistas para um bate e volta, mas seus encantos merecem mais que um dia. A caminhada pelo centro histórico, que pode ser feita por conta própria,

ganha novos contornos na companhia de um guia (R\$ 25, por duas horas), uma vez que as histórias de Alcântara, como explica o condutor Nailton Lobato, 41, passam de geração para geração. Sobre as ruínas do Palácio Preto, por exemplo, o que se conta é que o barão que ali vivia deserdou sua filha depois que ela fugiu para não se casar com o fidalgo para quem havia sido prometida.

Entre tantas histórias, a dica de Yuri Logrado, 34, técnico em assuntos culturais do museu Casa Histórica de Alcântara, é acreditar na versão que mais agrada. Yuri transformou o imóvel em que vive, a Casa do Sereio, em residência artística e, neste ano, recebeu o artista mineiro Marco Paulo Rolla. O resultado foi um desenho do último morador do solar da Baronesa de São Bento, onde hoje está o museu, e pode ser visto como a única obra de arte contemporânea do acervo.

Para quem vem a Alcântara com tempo, dois passeios são imprescindíveis: o tour de canoa pelos igarapés, com paradas na ilha do Livramento e na praia de Itatinga (R\$ 40), e a revoada dos guarás, quando aves com plumagem avermelhada, diante do pôr do sol, retornam ao ninho.

E, na volta a São Luís, se ainda assim os Lençóis Maranhenses fizerem falta, é possível conhecer, a apenas 30 quilômetros da cidade, as Fronhas Maranhenses, no município de Raposa. Do porto, há passeios com duração variada que levam às dunas na praia de Carimã, com passagem para provar ostras frescas e peixe assado na hora. “As pessoas que conhecem as Fronhas não acreditam nas belezas que veem aqui”, diz Edinaldo da Silva Barros, 42, que oferece o passeio e não se cansa de realizá-lo: “A natureza e o banho de mar daqui não têm iguais.”



O QUE FAZER

REVOADA DOS GUARÁS

O passeio de barco para ver os pássaros com plumagem avermelhada durante o pôr do sol vale a noite em Alcântara (R\$ 50).
TEL.: (98) 9 8406-5119

FRONHAS MARANHENSES

Na pequena cidade de Raposa, o tour de barco que leva às dunas da praia de Carimã em um roteiro de aproximadamente quatro horas custa R\$ 50 por pessoa.
TEL.: (98) 9 8463-6520

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DO TOPO

Passeio de canoa em Alcântara;
quarto da pousada Le Maison du Baron;
e o canoeiro Francisco Silva



HÁ 13 ANOS, O TRIP TRANSFORMADORES PREMIA PESSOAS QUE DEDICAM SUAS VIDAS, ENERGIAS E TALENTOS PARA ALTERAR A ORDEM DAS COISAS E INSPIRAR MUDANÇAS POSITIVAS NO BRASIL.

ESTES SÃO OS HOMENAGEADOS DO PRÊMIO TRIP TRANSFORMADORES 2019:

GENTE QUE ACREDITA QUE SÓ VAI FICAR BOM DE VERDADE QUANDO ESTIVER BOM PARA TODO MUNDO.



TRIP TRANSFORMADORES 2019

PATROCÍNIO

Grupo
Boticário

IBM

COPATROCÍNIO

GOL

CERVEJARIA
ambev

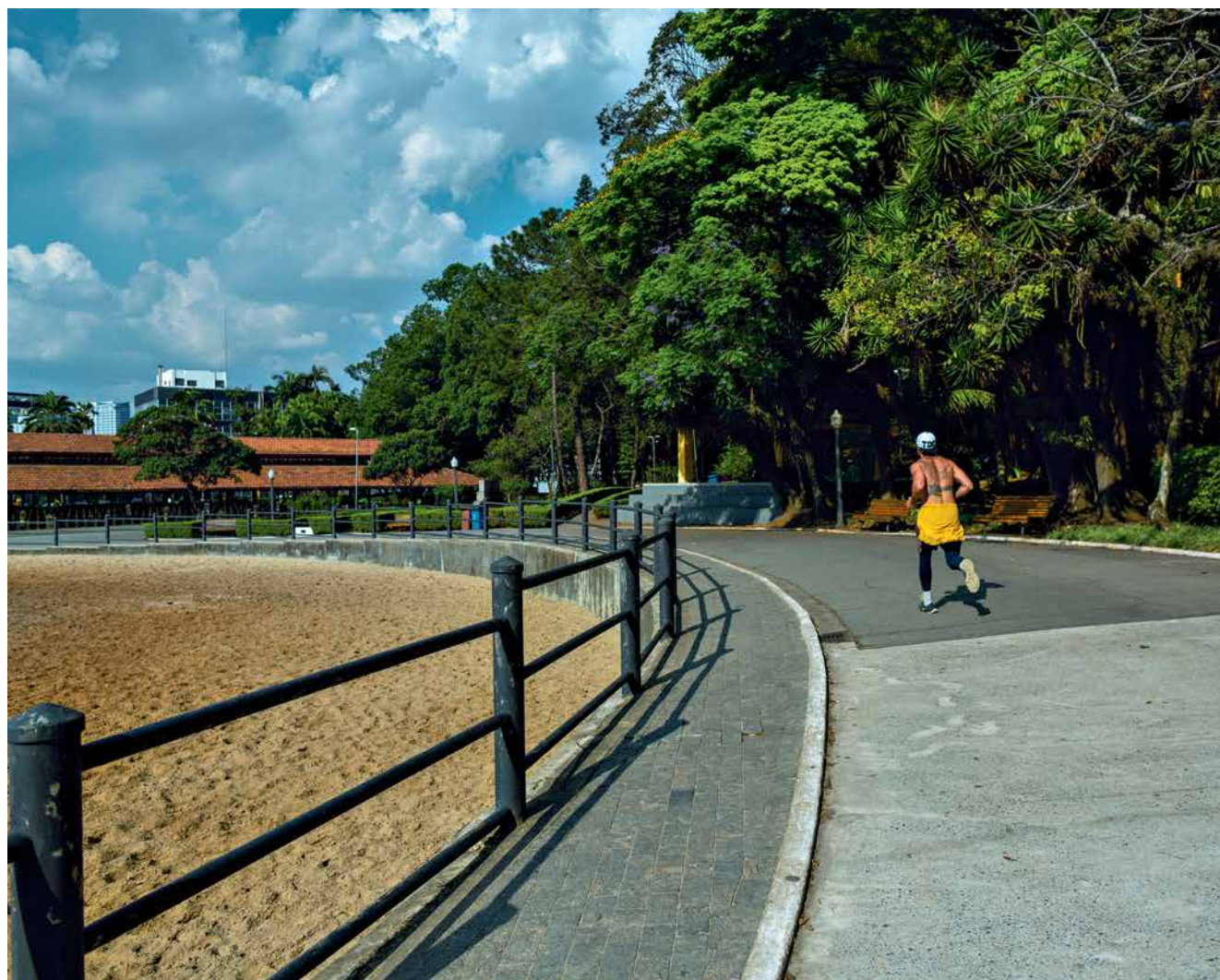
APOIO

ALMAPBBDO

Academia de Filmes

Update
crDie!

UMA NOVA



ALTERNATIVA



O Mescla, casa do chef Checho Gonzalez aberta neste ano

NA PÁG. AO LADO
Corredor no Parque da Água Branca

A Barra Funda, bairro de São Paulo conhecido por sua vocação operária, vem despontando como rota de arte, restaurantes, cafés, festas e shows

POR
Karina Sérgio Gomes

FOTOS
Claus Lehmann

Em uma tarde de sábado, um grupo de turistas com uma guia param em frente ao Theatro São Pedro, no bairro da Barra Funda, zona oeste de São Paulo. Ela conta ao grupo que aquele é um dos teatros mais antigos da cidade e apenas seis anos mais novo que o Municipal, inaugurado em 1911. Embora seja mais modesto que o irmão mais velho, e também menos conhecido, o São Pedro atrai paulistanos e turistas com sua arquitetura e orquestra, além de projetos sociais voltados para a música. Naquele dia, era a vez de o coral juvenil do projeto Guri fazer uma apresentação. Na plateia, o designer Luiz Eduardo Gomes, 42 anos, e o namorado, Felipe Moratti, 35, prestigiavam a programação, em sua primeira vez no local. “Nunca imaginei que aqui na Barra Funda teria um mini Theatro Municipal”, comentou. O bairro é cheio dessas surpresas. Entre os galpões antigos de indústrias que aqui funcionaram, o comércio local com botecos de cadeira de plástico e novos empreendimentos imobiliários, surgem restaurantes descolados, bares com cartas de drinks autorais, cafés, ateliês e espaços culturais.

Há também os clássicos que se mantêm, como o Memorial da América Latina, idealizado pelo antropólogo Darcy Ribeiro e desenhado pelo arquiteto Oscar Niemeyer. Criado em 1989 para promover a cultura latino-americana, o espaço vem se diversificando com o passar dos anos, recebendo, por exemplo, mostras de temas mais populares, como *Batman 80 - A exposição*, em cartaz até o mês que vem. Quem aproveitou para conhecer o local foram as amigas Marcela Godinho, 29, e Illa Costa, 31, de Santarém, no Pará – isso enquanto o marido de Marcela foi assistir a um jogo de futebol no Allianz



A PARTIR DO TOPO
Illa e Marcela, no Memorial da América Latina; e escultura de Niemeyer, que projetou o espaço

NA PÁG. AO LADO, EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DO TOPO
Café da manhã na Água Branca; guisado do Mescla; Luiz e Felipe, no Theatro São Pedro; e sala de espetáculos do local

Parque, a 1,8 quilômetro dali. Caminhando pelo Pavilhão da Criatividade, as duas se encantaram com os artesanatos de países vizinhos. “A cultura da América Latina é muito rica. É interessante ver nossas semelhanças e diferenças”, reparou Marcela. Mas não é “só” de cultura latino-americana e mostras pop que vive o Memorial. Desde 2013 o espaço recebe importantes festivais de música, como Popload, Coala e Cultura Inglesa Festival.

Aliás, a relação da Barra Funda com a música existe desde sua fundação. Por onde passa hoje a avenida Pacaembu, havia o Largo da Banana, onde, segundo uma das versões, começou o samba em São Paulo. O Largo da Banana não existe mais, mas a vocação do bairro para a música é forte, muito além dos festivais. Artistas nacionais e internacionais se apresentam em casas como o Espaço das Américas e o Audio – neste último, por exemplo, Baco Exu do Blues faz show no dia 20 deste mês.

Algumas festas tradicionais da cidade, como a Santo Forte e a Talco Bells, também

“Queríamos um lugar que ainda não fosse tão conhecido e de fácil acesso”

ADIPE NETO. PRODUTOR QUE ORGANIZA FESTAS NO FABRIQUE CLUB

encontraram na Barra Funda sua nova morada: o Fabrique Club. O galpão da década de 50, ao lado da linha de trem, pareceu o cenário ideal para que o produtor Adipe Neto, 38, produzisse algumas noites. “Queríamos um lugar que ainda não fosse tão conhecido e de fácil acesso”, explica. Com pouco movimento de carros, o público espera a festa começar no bar da frente, o Meu Querido, que toca sempre playlists que animam a pista.

Ruas tranquilas e fáceis de estacionar o carro também atraíram alguns chefs de cozinha premiados para a região. Entre eles está Checho Gonzales, que abriu no começo deste ano o Mescla. O chef boliviano, já reconhecido por espaços como a Comedoria Gonzales, no Mercado de Pinheiros, queria fazer algo diferente de seus outros restaurantes – “aqui não





tem ceviche”, avisa. Morando no Brasil há mais de 30 anos, Checho pensou em um cardápio que misturasse sabores bolivianos e brasileiros. Para isso, reuniu, por exemplo, coração de galinha marinado e lula grelhada no espeto anticucho (R\$ 27). “As texturas não são parecidas?”, pergunta ele. Sim, e os ingredientes do mar e da terra casam muito bem. O espaço, que era uma antiga garagem, precisou de uma boa reforma, mas Checho queria que tudo fosse muito simples, com mesas onde as pessoas pudessem sentar e dividir a comida.

Aliás, o espírito de compartilhamento nas refeições está espalhado em vários restaurantes e bares da região, como no premiado Komah, do chef Paulo Shin. Inspirado nas receitas de família, os pratos tradicionais coreanos ganharam um toque contemporâneo nas mãos do caçula. Um dos destaques é pancetta assada, glaceada com molho apimentado e acompanhada

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DO TOPO, À ESQ. Entradas do Komah; Viviana e Camila, do Laskarina Bouboulina; e o bar A Dama e os Vagabundos

de arroz, gergelim e alface (R\$ 45). Com as folhas da salada você pode fazer pequenos embrulhos, comer com a mão e depois lambar os dedos. E, no mês que vem, haverá mais um motivo para as pessoas passarem por aqui: ao lado do Komah, o chef abrirá um bar com comidinhas de boteco e drinks de inspiração coreana.

Para alguns bares, como o Laskarina Bouboulina e o A Dama e os Vagabundos, as ruas tranquilas fazem da calçada o lugar preferido dos clientes. Inaugurado em setembro, o Laskarina serve pratos que as sócias Viviana Gelpi e Camila Moura definem como comida pirata – o nome do bar é uma homenagem a uma pirata grega que ajudou na independência da Grécia. No cardápio, uma mistura de influências turca, grega, mediterrânea e brasileira. Entre os itens mais pedidos está a Pide, uma pizza turca recheada com cordeiro, tomatinho e ervas frescas ou com catalônia com queijo canastra (R\$ 24 e R\$ 18).

Mais para a frente, na próxima esquina, o rock comanda a vitrola do bar A Dama e os Vagabundos. A proposta é “comida de boteco feita no capricho para você”, como define Italo Sant’Anna, um dos sócios do espaço. Aqui também os pratos são bem servidos e podem ser divididos, caso

AQUI TEM COMIDA DE VERDADE!

São Paulo • Porto Alegre • Florianópolis
Alphaville • Campinas (em breve)



@nbsteak



STEAK

do ovos roceiros, o carro-chefe da casa, que leva linguiça coberta por uma mistura de queijos, mandioca e tomates preparados na brasa (R\$ 22).

TEM AÇÚCAR?

Para quem estiver passeando pelo bairro e só quiser tomar um bom cafezinho e comer um pão de queijo com gosto de Minas Gerais, vale visitar o Lá da Vendinha, fábrica do Lá da Venda, mercearia e café que Heloisa Bacellar tem na Vila Madalena. A ideia da chef era ter um espaço na Barra Funda para tocar a sua produção de bolos, marmitas e pães de queijo, mas a reclamação de uma vizinha soou como uma ordem: “Helô, mas eu vou passar o dia sentindo o cheiro dos seus quitutes sem poder provar?”, questionou. Heloisa ficou pensando no que poderia fazer para atender a vizinhança e, assim, nasceu o Lá da Vendinha. Com orçamento apertado, ela colocou a mão na massa e pintou caixotes, paletes e quadros com o menu. Antes de inaugurar, chamou a moradora do lado e mostrou o espaço: “É para você!”. Na verdade, foi um presente para vizinhos e visitantes, que podem provar



ACIMA
Heloisa Bacellar
no Lá da Vendinha

seus ótimos bolos, marmitas, massas pré-prontas e pães de queijo, além de comprar itens, como um bule de ágata.

O Lá da Vendinha só abre de segunda a sexta, mas, para quem quiser tomar um café com gosto de roça no fim de semana, a dica é aproveitar a feira de produtos orgânicos do Parque da Água Branca. Além de ovos, frutas, verduras, legumes e pães, é servido um café da manhã completo, com bebidas quentes e frias, quatro tipos de pães, bolos, iogurte com granola, pastas e geleias que serve duas pessoas (R\$ 72).

E quem passa aqui perto, na rua das Perdizes, já quase chegando ao Elevado Costa e Silva, não imagina que os croissants mais crocantes e frescos da cidade são feitos no bairro, pelas mãos do chef francês Christophe Guillard. Sua família tinha uma padaria em Paris, mas ele nunca imaginou cruzar o Atlântico para seguir no

DO BAIRRO

Para curtir a Barra Funda



1. Livro **Brás, Bexiga e Barra Funda**, R\$ 35, livrariacultura.com.br

2. Bule de ágata **Lá da Vendinha**, R\$ 90, ladavenda.com.br

3. Disco de vinil **Baco Exu do Blues - Bluesman**, R\$ 140, eaeorecords.com



3.

KNN

IDIOMAS



MAIS DE 400 UNIDADES EM TODO O BRASIL.

SÓ NA KNN VOCÊ ENCONTRA:

Inglês
a partir dos
4 anos

Espanhol
a partir dos
8 anos

App com
conteúdo
exclusivo

Método
exclusivo para
quem fala
português

Transporte
gratuito para
crianças até
14 anos

Material
atualizado
anualmente

JOIN US

SEJA.KNNIDIOMAS.COM.BR | KNNIDIOMAS.COM.BR





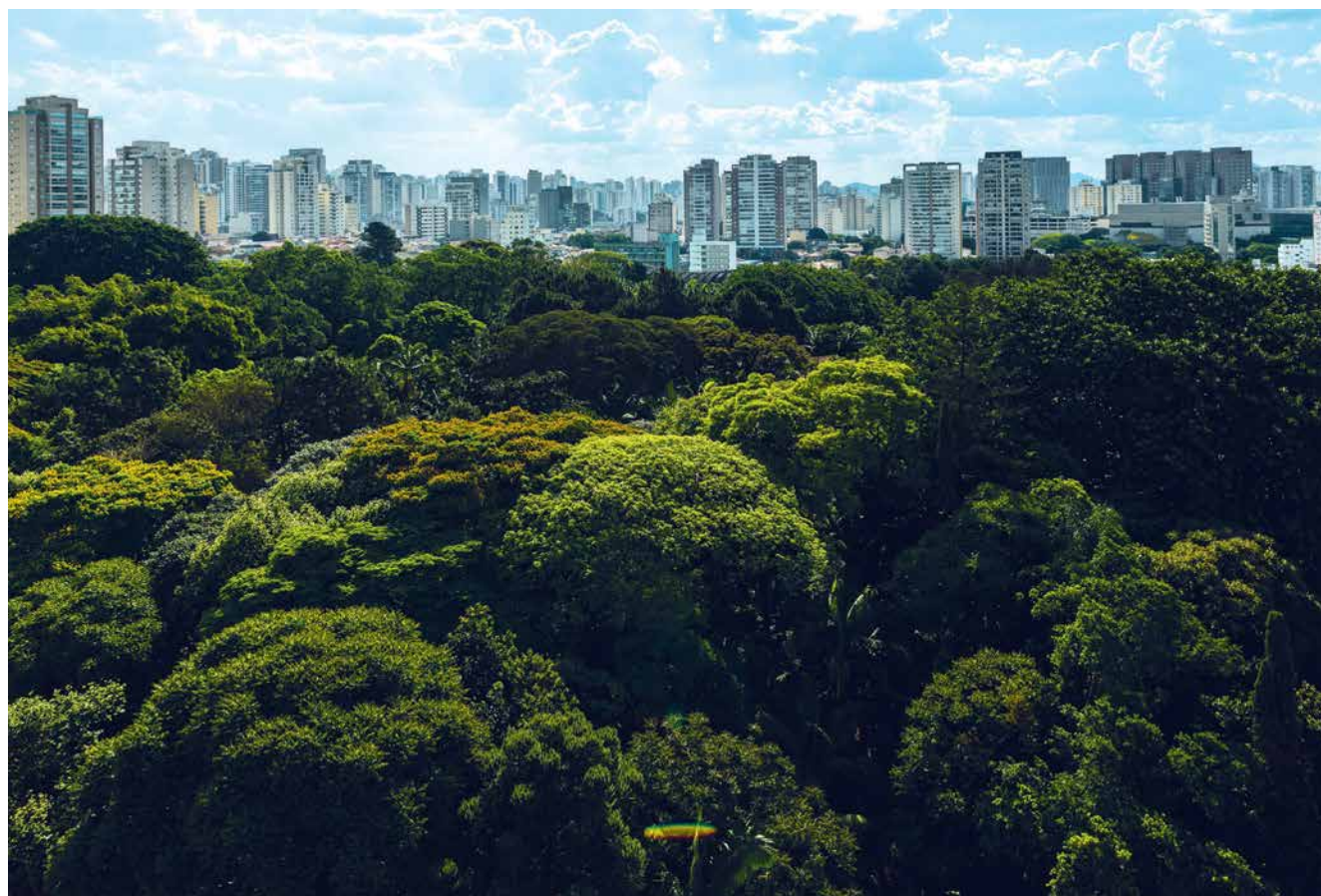
A PARTIR DO TOPO

Fornada de croissants fresquinhos da Brioche Brasil; e vista da Barra Funda com o Parque da Água Branca à frente

mesmo ramo. Foi o amor por uma brasileira que mudou seu destino – para a felicidade dos clientes da Brioche Brasil. No começo, era apenas uma fábrica de folheados e doces que abastecia estabelecimentos de outros bairros, como Perdizes e Higienópolis. Um dia, Christophe resolveu deixar uma mesa na porta da casa para servir suas iguarias, junto com um cafezinho fresco aos passantes. O negócio pegou. Impossível passar pela porta do padeiro sem levar um croissant (R\$ 6) ou um pain au chocolat (R\$ 8). Por isso, o chef resolveu reformar o estabelecimento ao lado, onde vai conseguir atender melhor a clientela – o local deve ficar pronto até o fim deste ano.

NOVA ROTA DAS ARTES

Para além da gastronomia e vida noturna, os galpões com aluguel ainda acessível têm atraído artistas para a região. Flavio Cerqueira, 36, trabalhava em uma casa com outros artistas, mas, com a proposta para sua segunda exposição individual, em 2016, precisava de um lugar maior para fazer suas esculturas.



VIVA ESSA EXPERIÊNCIA! VEM PRO AQUÁRIO



Centenas de espécies marinhas esperam por você e sua família no Boulevard Olímpico do Rio de Janeiro. Venha visitar o maior aquário marinho da América do Sul. Garanta já seu ingresso. Acesse: VemProAquaRio.com

PRAÇA MUHAMMAD ALI, GAMBOA, RIO DE JANEIRO - RJ - BRASIL



SIGA O AQUÁRIO

@AuarioMarinhoDoRio

/VemProAquaRio

PATROCÍNIO

Coca-Cola

Repsol Sinopec Brasil

Santander

ONDE FICAR

HOTEL ADAGIO

A 400 metros do metrô Barra Funda. Diária para casal, com café, a partir de R\$ 424.

ACCORHOTELS.COM

ONDE COMER

MESCLA

Nova casa do chef Checho Gonzales. Prove o guisado de grão-de-bico com paio e frutos do mar (R\$ 58).

@MESCLA_RESTAURANTE

KOMAH

Não deixe de pedir o tonkatsu, lombo suíno empanado com molho (R\$ 47).

KOMAHRESTAURANTE.COM.BR

A BAIANEIRA

Manuelle Ferraz mistura Minas e Bahia. O baião de dois vegetariano (R\$ 42) é um dos carros-chefe.

@ABAIANEIRA

COMO IR

Voe com a GOL para São Paulo ou use suas milhas e vá com a Smiles, nosso programa de fidelidade gratuito.

VOEGOL.COM.BR

SMILES.COM.BR



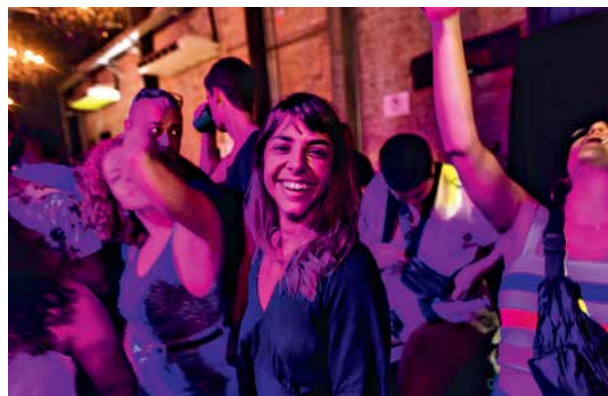
A PARTIR DO TOPO

Julio Lapagesse, Rafaela Foz e Virgilio Neto no Espaço Breu; e a advogada Lay Piau, em festa no Fabrique Club

Um ano antes da mostra, alugou um antigo armazém de produtos de limpeza onde instalou seu ateliê. "Assim que cheguei aqui fiz a *Cabeça de bandeirante*, que tem 2,5 metros por 1,60. É minha maior peça", lembra. Naquela época, eram poucos os artistas que trabalhavam por aqui, cenário que vem mudando.

Mais recentemente, em 2017, a artista Rafaela Foz, 25, e três amigos encontraram no mesmo bairro um galpão que acabou virando local de trabalho. Fundaram o Espaço Breu. Além de ateliê de nove artistas, há espaço para exposições, oficinas e encontros de grupos de estudos. "É muito fácil de chegar aqui. Está perto do centro, tem metrô, ônibus, além de uma grande oferta de serviços que muitos artistas precisam, como marceneiros e serralheiros", conta Rafaela. A poucos passos do Breu está outra artista, Cleo Dobberthin, 28. Além de casa e ateliê de Cleo, desde setembro o espaço abriga o Olhão, centro de artes com residências artísticas e exposições.

Assim, a Barra Funda está mudando sua vocação fabril para uma nova rota de restaurantes descolados e pontos culturais – mas, claro, sem perder o clima de vila, com uma vizinhança que convida todos para um café fresco passado na hora. 



MUITO MAIS QUE UMA CASA DE FÉRIAS A MELHOR OPÇÃO DE INVESTIMENTO NOS EUA

Melhor condomínio em Orlando, muito perto dos parques da Disney.



CASAS DE 3 E 4 SUÍTES • POSSIBILIDADE DE RENDA COM A LOCAÇÃO



POWERED BY
WYNDHAM
HOTELS & RESORTS

Maior potencial de receita com a locação impulsionado pelos canais de reserva da Wyndham.

DESIGN BY
pininfarina

Primeiro empreendimento de luxo em Orlando assinado pelo escritório de design italiano Pininfarina.

Visite: magicvillagebypininfarina.com

BRASIL:
+55 (11) 4349-6275

ESTADOS UNIDOS:
+1 (407) 965-5966

AMÉRICA LATINA:
+54 (11) 5219-0381

2019 - Magic Village by Pininfarina - Todos os direitos reservados. Imagens e projetos propostos de natureza conceitual e sujeitos a alterações (no todo ou em parte) a qualquer momento sem aviso prévio. As informações e imagens exibidas neste material de marketing destinam-se exclusivamente a fornecer informações gerais sobre os projetos propostos do Magic Village 3 LLC.

INCORPORADORA





IDEIAS DE SUCESSO

Roni Cunha Bueno, à frente da aceleradora Organica, conta sobre suas inspirações

POR
Livia Scatena

Aos 41 anos, o paulistano Roni Cunha Bueno não cansa de se reinventar. Formado em marketing, ele trabalhou em agências de publicidade antes de migrar para a Netshoes. Como diretor de marketing da loja on-line varejista, foi um dos responsáveis por transformá-la em um e-commerce de R\$ 2 bilhões – o desempenho lhe rendeu o prêmio Caboré de 2012.

Mesmo com tanta experiência, Roni não hesitou em mudar de área e deixou a Netshoes para comandar o portal *Terra*. “O que me fez crescer foi nunca tomar atitudes com medo”, conta. Não à toa, o título de seu livro, escrito com o sócio Renato Mendes, é *Mude ou morra: tudo o que você precisa saber para fazer crescer o seu negócio e sua carreira na nova economia*. Desde 2014, Roni está à frente da aceleradora Organica. Entre as mais de 50 empresas que já contaram com a sua assessoria, estão Dr. Consulta e Time for Fun. “No mundo das startups, todos os dias preciso lidar com desafios que nunca havia imaginado.”

BE-A-BÁ

“Organizações exponenciais [à dir.] traduz muito o que vivi. Quando começamos na Netshoes, não havia literatura que falasse sobre startups. O autor Salim Ismail resume bem o espírito de quem quer investir nessa área.”



MENTE ABERTA

“Além de ser fonte de matéria-prima para quem trabalha com inovação, o festival South by Southwest [SXSW] me traz de volta o espírito jovem. É o momento de me abrir para novas conexões e experiências, e pensar em como vou encarar os próximos anos.”

HINO

“O empreendedor vive de derrotas e vitórias e, por isso, deve comemorar cada conquista. A música ‘Gonna fly now’, de Bill Conti, tema do filme *Rocky*, é uma espécie de trilha dos bons momentos. Incentiva a gente a seguir em frente.”

ZONA DE RISCO

“No Ted Talk *O poder da vulnerabilidade*, Brené Brown [abaixo] fala de maneira inspiradora sobre como é importante se colocar em situações de vulnerabilidade. Assino embaixo. Tive sucesso em todas as vezes que aceitei desafios.”



REFERÊNCIA

“Meu ex-chefe, Marcio Cunha, CEO da Netshoes, é minha grande inspiração profissional. Ele tirou o máximo de mim e me desafiou desde o meu primeiro dia de trabalho. Seu estilo de liderança é enriquecedor.”

ILUSTRAÇÃO ZÉ OTÁVIO / FOTOS DIVULGAÇÃO



malasmundi.com.br

comercial@malasmundi.com.br
corporativo@malasmundi.com.br



malasmundi



malasmundi

SAC: 11.2476-7321
sac@malasmundi.com.br

PROGRAMADOS PARA PROGRAMAR

Profissionais compartilham experiências do mundo de dados e telas de computador

POR Karina Sérgio Gomes



CAMILA FERNANDEZ ACHUTTI

27 ANOS

PAULISTA, DÁ AULA NO INSPIER, É FUNDADORA E CEO DA MASTERTECH E IDEALIZADORA DO BLOG MULHERES NA COMPUTAÇÃO. DEDICA-SE AINDA AO DOUTORADO EM SISTEMAS ELETRÔNICOS NA USP.



GABRIEL FRÓES

39 ANOS

FORMADO EM CIÊNCIAS DA COMPUTAÇÃO PELA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE PETRÓPOLIS, O FLUMINENSE É UM DOS CRIADORES DO BLOG E CANAL CÓDIGO FONTE. ATUA COMO GERENTE DE PRODUTOS, CONSULTOR E ENGENHEIRO DE SOFTWARE.



MAGALI FERNANDES DE CAMARGO

62 ANOS

EM 1978, GRADUOU-SE EM CIÊNCIA DA COMPUTAÇÃO NA USP. TRABALHOU POR 15 ANOS NA SISCO SISTEMAS E COMPUTADORES E ATUALMENTE É SÓCIA DA NOVUM SOFTWARE.

MAGALI: Como aprendeu programação? E quanto a internet facilita seu trabalho?

CAMILA: Aprendi na faculdade, por necessidade. Apesar de ter demonstrado interesse em exatas e ter um pai programador, cheguei no curso de ciência da computação sem saber por onde começar, diferentemente da maioria dos meus colegas, que tinha feito cursos técnicos. A internet é tudo nessa vida. Sou particularmente adepta da estratégia: procurar na internet e ler tudo antes de sair tentando qualquer coisa. No entanto, acho arriscado o uso leviano das soluções disponíveis na rede, embora seja grata por tudo que temos à nossa disposição.

CAMILA: Como a tecnologia entrou na sua vida? Era um campo muito claro quando você começou ou um mistério?

GABRIEL: Meu primeiro contato com computadores foi aos 9 anos. Nele eu escrevi minhas primeiras linhas de código de forma autodidata. Aos 13 anos, fiz aulas de informática básica e me apaixonei completamente quando aprendi lógica e algoritmos. Minha curiosidade pelo desconhecido sempre foi algo que me motivou a aprender – na verdade, essa é exatamente a fagulha que me faz buscar novos conhecimentos. Hoje, percebo que essa é uma das características de quem curte programação.

GABRIEL: Como enxerga o mercado de tecnologia no Brasil daqui a 23 anos (quando eu tiver a sua idade) e qual conselho você me dá?

MAGALI: O mercado está cada vez mais amplo, a concorrência aumenta, pois hoje uma criança de 3 anos já usa celular. Para estar em dia, sugiro que escolha um segmento e aprimore-se, estudando sempre. Algo que dê prazer, e não necessariamente o que seja o mais lucrativo. Não perca oportunidades, enfrente desafios e acredite em você. Não deixe de ler e aproveite o tempo livre para fazer atividades diferentes.

FOTOS ARQUIVO PESSOAL

nossa
inteligência
tributária
artificial
é referência
**porque nossos
sócios estão
à frente dela.**

Ninguém entende mais de inteligência tributária artificial do que o Tax Group. Antecipe oportunidades fiscais e deixe sua empresa mais preparada para o futuro.

Luis Wulff
Sócio Fundador
do Tax Group

taxgroup
INTELIGÊNCIA
TRIBUTÁRIA

Para saber mais sobre esse assunto,
conte com o Luis Wulff e outros
55 sócios espalhados pelo Brasil.

taxgroup.com.br
4007.2566

A CURA PELA GENÉTICA

A oncologista Nise Yamaguchi lança campanha para conscientizar os brasileiros sobre o tratamento personalizado de câncer de pulmão

POR Flávia Gonçalves FOTO Lucas Seixas

Se cada câncer é diferente do outro e se cada paciente é único, não faz sentido tratar todos de forma padrão. É essa a lógica por trás da oncologia personalizada, que recorre a tratamentos individualizados baseados em estudos genéticos e terapias que vão direto ao alvo.

Expoente nessa área, a oncologista brasileira Nise Yamaguchi, 60 anos, quer que mais gente conheça essas possibilidades. Ela idealizou a campanha This is Personal (isso é pessoal), que será lançada no dia 9 deste mês, em uma palestra no evento Welcome Tomorrow (leia mais na pág. 82). A iniciativa busca conscientizar profissionais de saúde e a população sobre a medicina personalizada no tratamento do câncer de pulmão – o que mais mata no Brasil. “Existem novos tratamentos já disponíveis no SUS e na rede suplementar, mas, se não tivermos boa informação, as pessoas vão continuar morrendo desnecessariamente”, afirma ela.

Médica dos hospitais Sírio-Libanês e Albert Einstein e pesquisadora sênior da USP, Nise coleciona prêmios internacionais por sua luta pelo combate ao câncer no mundo e ajudou a aprovar a Lei Antifumo no Bra-

sil. “Acho que curei mais pessoas lutando pela causa do controle do tabaco do que no consultório”, afirma. “Após a lei, diminuiu muito a incidência de vários tipos de câncer e também de infartos e AVCs”, diz ela, que lançou recentemente o livro *O ser humano diante do câncer e a vontade de curar*.

Para além da expertise técnica, Nise é conhecida pela forma humana de lidar com os pacientes. Tanto que cria laços com vários deles: vai a casamentos e outras festas de família. “Eu me envolvo mesmo, e sou feliz assim. Meu vínculo com o paciente é eterno.”

O que é a oncologia personalizada?

É a medicina de precisão, que indica um tratamento individualizado para cada paciente. No Brasil, por exemplo, já temos no SUS um tratamento personalizado para câncer de pulmão em quem tem uma mutação chamada EGFR, que ocorre principalmente em mulheres orientais não fumantes. A pessoa pode ser tratada com um comprimido oral, não toma quimioterapia. Nossa campanha se dirige ao público geral, para que a pessoa saiba que existem essas opções e possa perguntar: “Que mutação

eu tenho?”; “Que alteração molecular eu tenho?”. A oncologia personalizada veio para ficar porque busca o tratamento mais eficiente e menos tóxico para cada um.

Por que a campanha foca apenas no câncer de pulmão?

Porque ele já é o mais estudado a nível de personalização e é o maior causador de mortes por câncer no Brasil. Os pacientes não sabem dos novos tratamentos e os médicos não usam não só por problemas de acesso, mas também por desconhecimento.

Como o câncer afeta o paciente do ponto de vista emocional?

Existem as alterações que o próprio câncer causa na emoção. Se você está com dor e vomita dia e noite, não tem como ficar alegre. A própria inflamação do combate ao câncer causa alterações emocionais, ou seja, nem tudo é psicológico. Fora isso, tem o confronto com as insuficiências, que causa angústia espiritual. Sobre isso, falo muito para os pacientes trazerem amigos para acompanhá-los na quimioterapia, porque sentir-se amado é restaurador.



CIDADES DO AMANHÃ

SÃO PAULO

Evento Welcome Tomorrow discute mobilidade, tecnologia e propósito para inspirar novos modos de viver e trabalhar nos centros urbanos

POR
Sheyla Miranda



Segundo estimativas da ONU, o mundo deverá ter 9,7 bilhões de pessoas em 2050 – e 68% delas vão viver em áreas urbanas. No Brasil, o índice é ainda maior: 84,4% dos habitantes já vivem em cidades, de acordo com o IBGE. “Agora é a hora de desenharmos soluções, de pensarmos estratégias para gerar mais qualidade de vida no contexto urbano. A tecnologia é uma aliada importante, um dos pilares de um movimento mais complexo”, diz Flávio Tavares, idealizador do Welcome Tomorrow. Em sua sétima edição, o evento, neste mês, em São Paulo, apresenta 250 palestras sobre o futuro do trabalho, gestão do tempo, desenvolvimento sustentável e mobilidade, além de protótipos de bairros futurísticos.

Já existem, por exemplo, diferentes plataformas tecnológicas que procuram lidar com problemas típicos das grandes cidades, como gestão do lixo, engarrafamentos, alto consumo de eletricidade e filas, de hospitais a comércios. Se é preciso continuar investindo em dispositivos inovadores, Flávio lembra que também é urgente alcançar uma transformação na dinâmica do trabalho. “Não faz mais sentido exigir que todo mundo trabalhe das 9 às 18 horas e passe duas horas tentando se deslocar. Já está comprovado que o funcionário que pode gerir seu tempo é mais produtivo.”

O número de empresas que adota uma jornada de trabalho flexível cresceu 192% no Brasil entre 2017 e 2019 – um dos efeitos do aprimoramento da comunicação em rede – e as horas, antes usadas para o deslocamento, se convertem em tempo livre



REFLEXÕES

Cinco palestras do evento para pensar o futuro das cidades

A rota para o futuro é compartilhada

Noam Bardin, CEO do Waze
6/11, 10H45

A cidade startup

Renato de Castro, especialista em cidades inteligentes
6/11, 10H30

A natureza integrada às smart cities

Hila Oren, CEO da The Tel Aviv Foundation
7/11, 18H

Nova Juazeiro do Norte

Michel Araujo, secretário de Desenvolvimento Econômico e Inovação de Juazeiro do Norte
7/11, 15H30

Segredos de Amsterdã: tecnologia ou humanidade?

Frans-Anton Vermast, embaixador do Smart City Amsterdã
8/11, 9H45

1. Renato de Castro
2. Flávio Tavares, idealizador do evento
3. Realidade virtual na edição do ano passado
4. Mobilidade é um dos temas Do Welcome Tomorrow

para o colaborador. Com mais espaço na agenda, as pessoas podem se dedicar às relações pessoais, a projetos com propósito e também à comunidade. “Os problemas das cidades devem ser discutidos amplamente com os cidadãos, que são os principais interessados em soluções efetivas. Acredito em um processo de cocriação entre pessoas físicas e parcerias público-privadas”, comenta Renato de Castro, consultor de tecnologia da informação e especialista em desenvolver projetos de cidades inteligentes. Na prática, o conceito significa fazer uso estratégico de recursos econômicos e tecnológicos para impulsionar o bem-estar dos habitantes. “Não só grandes metrópoles, como Nova York ou Singapura, podem receber o título. A cidade de Juazeiro do Norte, no Ceará, aprovou em 2018 um Plano Diretor de Cidade Inteligente, com propostas inovadoras em energia sustentável e mobilidade”, conta Renato.

SÃO PAULO. DE 6 A 10/11.
A PARTIR DE R\$ 290. WTW19.COM.BR

QUEM MOVE

Conheça os homenageados do prêmio GOL Novos Tempos, que, pelo terceiro ano, celebra iniciativas que buscam democratizar a mobilidade. Priscila Gama, criadora do aplicativo Malalai, é a grande premiada

POR
Camila Eiroa

ILUSTRAÇÕES
Zé Otávio

MALALAI

Alguns dos fatores que trazem segurança ao andar na rua são comércio aberto, postos policiais por perto, ruas iluminadas e prédios com porteiro. E ser homem. Pensando nisso, a arquiteta mineira Priscila Gama, 36 anos, criou a Malalai, app que mapeia as rotas mais seguras e permite alertar pessoas em caso de risco. O nome faz uma explícita referência à Malala You-safzai, ganhadora do Prêmio Nobel da Paz.

A ideia veio logo depois que o site Think Olga lançou a campanha “Meu primeiro assédio” e a arquiteta leu relatos assustadores, principalmente de mulheres vio-

lentadas na rua à noite ou em transportes coletivos e compartilhados. “Nenhuma mulher anda sozinha tranquilamente. Aprendemos algumas técnicas instintivas, mas precisamos de outras soluções”, diz ela, que lembra ter sofrido casos de assédio desde a infância. “A mulher negra é hipersexualizada, então, desde muito nova eu escutava comentários que não eram apropriados para ninguém, muito menos para uma criança.”

Decidida a fazer algo para mudar esse cenário, juntou a vontade de empreender com o conhecimento do programador Hen-

rique Mendes, que se tornou seu sócio, e lançou o app em 2015. Desde lá, mais de 30 mil pessoas já utilizaram o serviço.

Além de mapear colaborativamente os lugares mais iluminados, com assédio recorrente e mandar SMS de alerta para contatos selecionados, o aplicativo ainda vai ter opções que acessem, via bluetooth, o número de emergência do celular e enviem o alerta sem a necessidade de manusear o aparelho. “Ter que se virar o tempo todo é algo inerente às mulheres e faz parte da minha essência. Foi isso que me deu coragem para criar a Malalai”, conta.





REMADA AMBIENTAL

Jadson Maciel se tornou ambientalista por acaso. Cansado da carreira corporativa que durou quase 15 anos, aproveitou o nascimento de seu segundo filho para refletir sobre o que gostaria de fazer. Em 2012, decidiu abrir uma escola de stand-up paddle no Tarumã-Açu, afluente do rio Negro, em Manaus.

Além de aulas de esportes aquáticos, Jadson passou a oferecer passeios em barcos de remo. Em um desses tours, ele percebeu que, antes de o dia raiar, todo resíduo sólido da redondeza era despejado nas águas do rio. O primeiro pensamento foi

determinante: era preciso recolher aquele lixo para fazer com que as águas ficassem limpas. Porém, menos de 24 horas depois, todo lixo estava ali de novo. Não seria tão simples assim acabar com a poluição.

“Já não eram mais remadas a passeio, eram a trabalho”, lembra. A irmã, ambientalista, o incentivou a criar um grupo com esse propósito. Assim, nasceu o Remada Ambiental. A primeira edição do projeto foi em maio de 2016 e hoje já são 42 expedições concluídas com sucesso – foram mais de 2 toneladas de lixo retiradas do rio e 1,5 mil voluntários.

O empreendedor gosta de destacar que não faz nada sozinho, afinal, sem os outros, nada seria possível. “Nossa proposta é mostrar para a sociedade que temos uma responsabilidade compartilhada.”

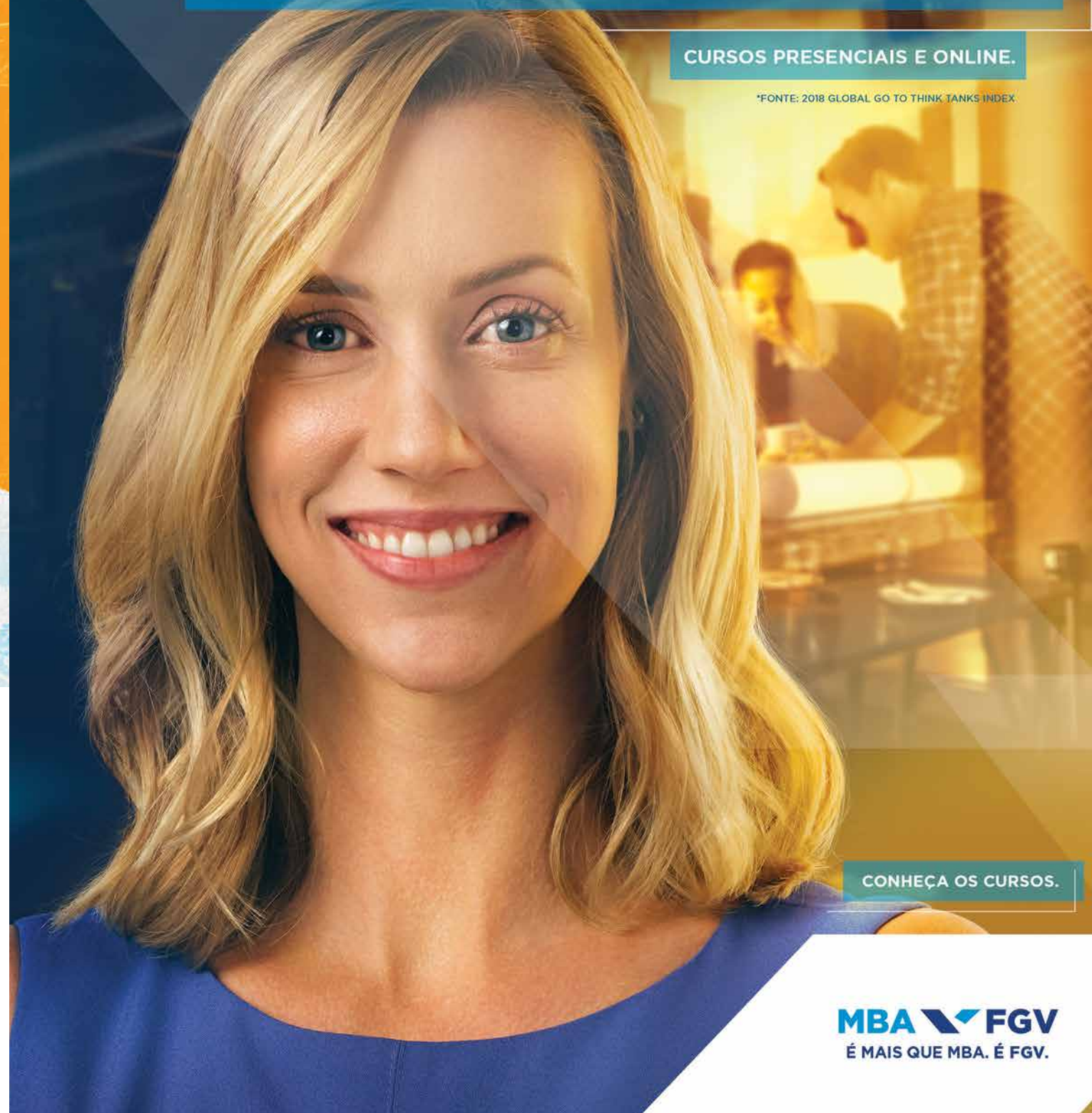
Trazer os comerciantes e valorizar a água como meio de transporte também são objetivos do Remada, que sai uma vez por mês. Se, antes, era impossível chegar a pontos do rio por causa do lixo, hoje a água tem menos resíduo e a luta é por terminar com o derrame de esgoto. “Hoje, me considero um empreendedor social e é a melhor sensação que se pode ter.”

VISÃO GLOBAL

DO 6º MELHOR THINK TANK DO MUNDO.*

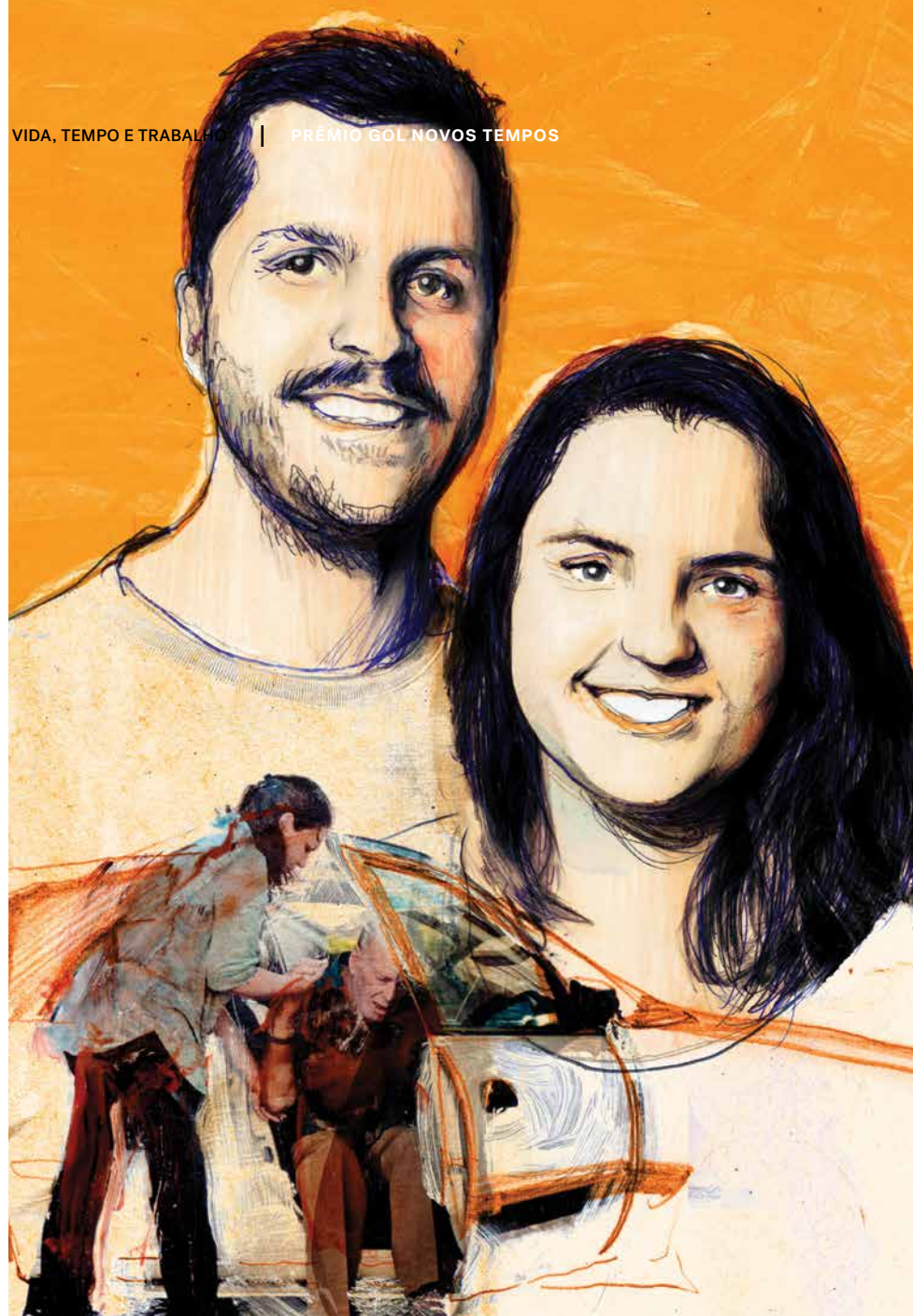
CURSOS PRESENCIAIS E ONLINE.

*FONTE: 2018 GLOBAL GO TO THINK TANKS INDEX.



CONHEÇA OS CURSOS.

MBA FGV
É MAIS QUE MBA. É FGV.



EU VÔ

Pensar a mobilidade em grandes cidades é uma tarefa bem difícil. Quando o público é composto de pessoas acima de 60 anos e com movimentos reduzidos, a questão é ainda mais complexa. Foi dentro de casa que os irmãos Victória, 27, e Gabriel Abdelnur, 30, de São Carlos, no interior paulista, descobriram como ajudar. Após morar em São Paulo para fazer faculdade, Victória teve uma oportunidade de trabalhar em casa e voltou a morar com a mãe, que tem esclerose múltipla. Foi quando viu que a mãe, que trabalhava fora, precisava de auxílio para realizar coisas simples do dia a

dia, como ir ao mercado ou a uma consulta médica. Victória passou a ser motorista da mãe. “Levava-a para tomar café com a tia, fazer compras ou exames e percebi, com isso, que a ajudava a se sentir viva”, lembra Victória.

Logo em seguida, Gabriel também voltou a morar em casa e, juntos, os irmãos tiveram um estalo: a necessidade da mãe poderia originar um novo segmento de transporte por aplicativo. Estudaram, montaram o plano de negócios e, assim, em 2017, nasceu a Eu Vô. O serviço nasceu como uma página no Facebook que agen-

dava corridas para idosos e pessoas com mobilidade reduzida. Além do transporte, o foco era o acompanhamento.

A procura foi tão grande que, em seis meses, eles criaram um aplicativo. Os motoristas (muitos com mais de 50 anos) são treinados por psicólogos e gerentólogos – é importante saber como se comunicar com esse público e como agir em certas situações. “Além de democratizar, o Eu Vô trabalha a inclusão. Quanto mais essas pessoas estiverem na rua, mais elas se sentem bem e mais os outros vão entender que tudo bem envelhecer e ter alguma doença.”

SABE A ESPERA PELO CARRO DE APLICATIVO?

QUEM ESTACIONA
NA ESTAPAR NÃO SABE.

Reserve online agora a sua vaga
com preços promocionais dentro
de diversos aeroportos do Brasil.

CONGONHAS
SP - CGH

Diárias
a partir de

R\$ 39,90*

**SANTOS
DUMONT**
RJ - SDU

Diárias
a partir de

R\$ 29,90*

**SALGADO
FILHO**
RS - POA

Diárias
a partir de

R\$ 19,90*

SALVADOR
SA - SSA

Diárias
a partir de

R\$ 19,90*

RECIFE
PE - REC

Diárias
a partir de

R\$ 19,90*

estapar.com.br

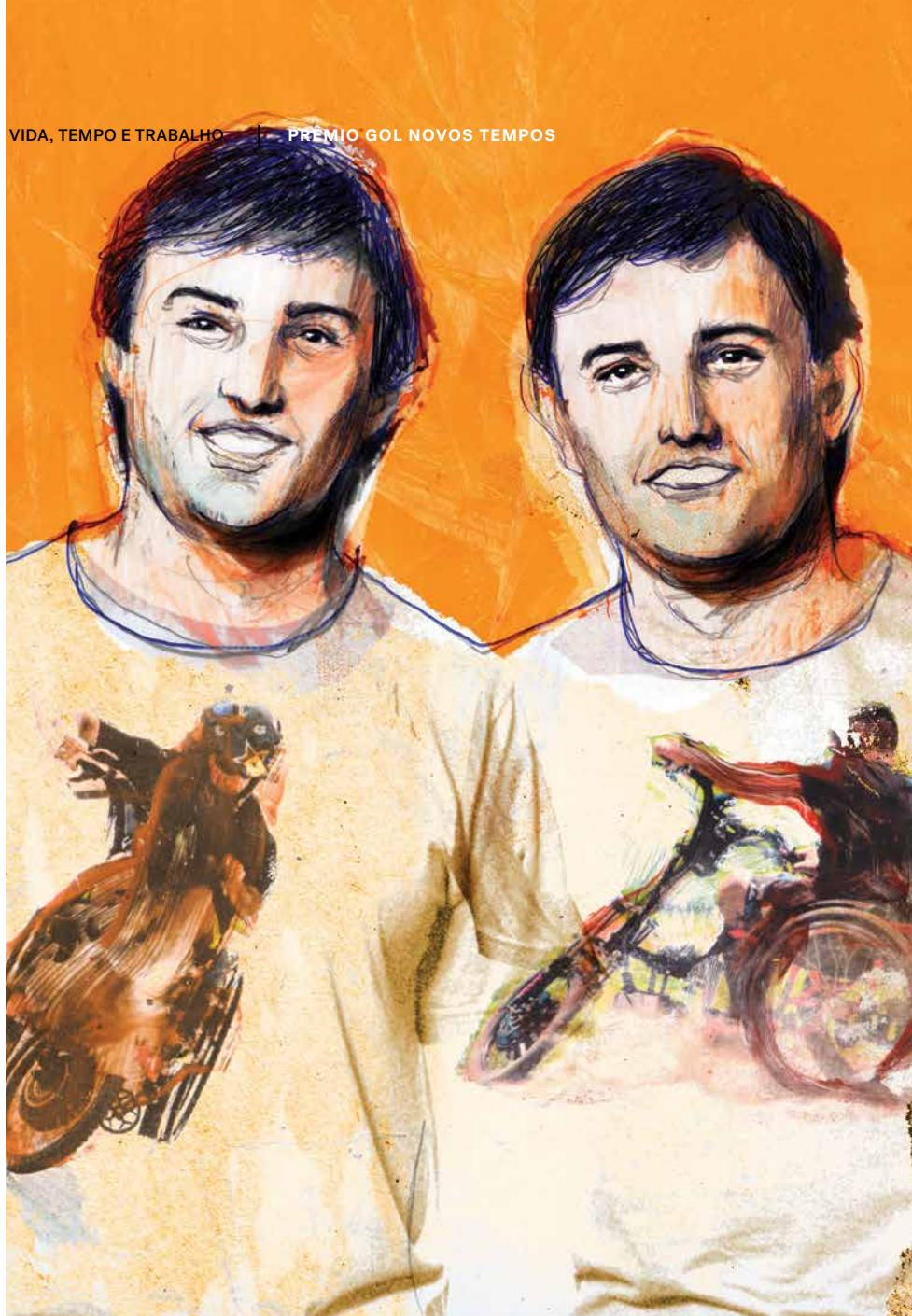
**Aplicativo Vaga Inteligente
dã Estapar disponível nas lojas**



* Promoções válidas até 31/03/2020. Preço válido apenas para reservas feitas pelo site ou aplicativo. Vagas limitadas.

SEJA AONDE FOR,





KIT LIVRE

Inconformado com as dificuldades pelas quais cadeirantes passam, Júlio Oliveto aproveitou seu mestrado em engenharia mecânica na Unesp para pensar em uma solução. Em 2011, criou um sistema capaz de transformar qualquer cadeira de rodas em triciclos motorizados e elétricos.

No ano seguinte, buscou empresas para licenciar a tecnologia e colocá-la no mercado e só então chamou o irmão, o administrador Lúcio, para desenvolver o modelo de negócio da empresa. Foi quando veio o primeiro desafio. “Ninguém acreditava na ideia. Achavam que colocaríamos os cadei-

rantes em risco”, relembra Júlio. De 2012 a 2014, o projeto, chamado de Kit Livre, ficou parado. Voltou com tudo depois de receber um investimento por meio de um concurso. “A ideia é ter um acessório que pode ser instalado em qualquer cadeira de roda manual para transformá-la em um triciclo elétrico. Com isso, damos autonomia para as pessoas que usam a cadeira de rodas”, explica.

O nome vem da liberdade que Júlio quer transmitir aos cadeirantes. “É sobre sentir o vento no rosto, sabe? Não precisar pedir ajuda para se locomover. Fazemos, ao mesmo tempo, um trabalho de mobilidade nas

idades e um trabalho emocional. Afinal, ao conseguir circular por uma calçada esburacada, a pessoa ganha autoconfiança e autoestima”, ressalta. Com o Kit Livre, a cadeira alcança 20 quilômetros por hora, velocidade muito maior que cadeiras de rodas normais ou motorizadas.

Para continuar chegando a mais pessoas, Júlio conta que os próximos passos serão fazer parcerias com instituições para fornecer o Kit Livre gratuitamente. Segundo ele, para democratizar a mobilidade, é preciso trabalhar em um conceito amplamente difundido atualmente: o compartilhamento.



COLAB

E se você pudesse fiscalizar, avaliar e propor soluções para os problemas da sua cidade? Foi pensando nisso que o recifense Gustavo Maia, 35 anos, criou o Colab, uma plataforma que conecta cidadãos e governo.

Publicitário especialista em marketing digital com ênfase em política, ele sempre quis empreender. Mas, foi só em 2013 que ele começou a explorar esse universo profissionalmente. “Percebi que faltavam ferramentas de tecnologia que pudessem proporcionar uma boa gestão do governo e engajassem as pessoas a construir uma sociedade melhor”, conta Gustavo. O Colab

é um aplicativo e uma rede social para que qualquer pessoa, de qualquer cidade, possa publicar reclamações de caráter social. “A ideia é criar uma integração cada vez maior entre cidadão e poder público”, explica ele.

Logo no começo, a plataforma ganhou o prêmio App My City de melhor aplicativo urbano do mundo e Gustavo conseguiu expandi-la para todo o Brasil. Outro fator que impulsionou o projeto foram as manifestações de junho de 2013. “Imagina ser um governante e perceber que, enquanto o povo está tacando fogo nas ruas, uma startup nasceu para criar uma relação mais

direta entre cidadão e governo?”, pergunta o empreendedor. Assim, o Colab passou a ter prefeituras como clientes. Com todas elas, a maior reclamação são os buracos nas vias. Por expor os problemas a quem quiser ver, muitos governantes não gostaram do Colab. “Mas o buraco está na rua, não no aplicativo. A gente trabalha para que isso fique visível”, brinca. Escancarando problemas como buracos, mato alto e descarte irregular de lixo, o Colab busca ajudar as pessoas a circularem por suas cidades. “Acredito que o futuro dos governos é mais colaborativo”, diz o criador do Colab. ●



CONFORTO E EFICIÊNCIA PARA O SEU CONDOMÍNIO

Com diversas aplicações para condomínios, o GLP (Gás Liquefeito de Petróleo) é uma energia que tem um elevado rendimento, a ausência de toxicidade e a garantia de abastecimento. Portanto, sua eficiência e sua versatilidade geram conforto e praticidade para todos os moradores e funcionários.

COM A NACIONAL GÁS, VOCÊ TEM:



Abastecimentos programados
Previsibilidade e controle.



Assistência técnica
Suporte disponível
24 horas por dia.



Manutenção preventiva
Esforço constante para
evitar falhas e interrupções.



Marca
Uma das maiores distribuidoras
de GLP do país.

SEGURANÇA E ALTO RENDIMENTO TORNAM O GLP UMA FONTE DE ENERGIA IDEAL PARA:

- Cocção de alimentos.
- Climatização de ambientes.
- Lavagem e secagem de roupas.
- Aquecimento de água.



0800 702 1200 • www.nacionalgas.com.br



/sounacionalgas



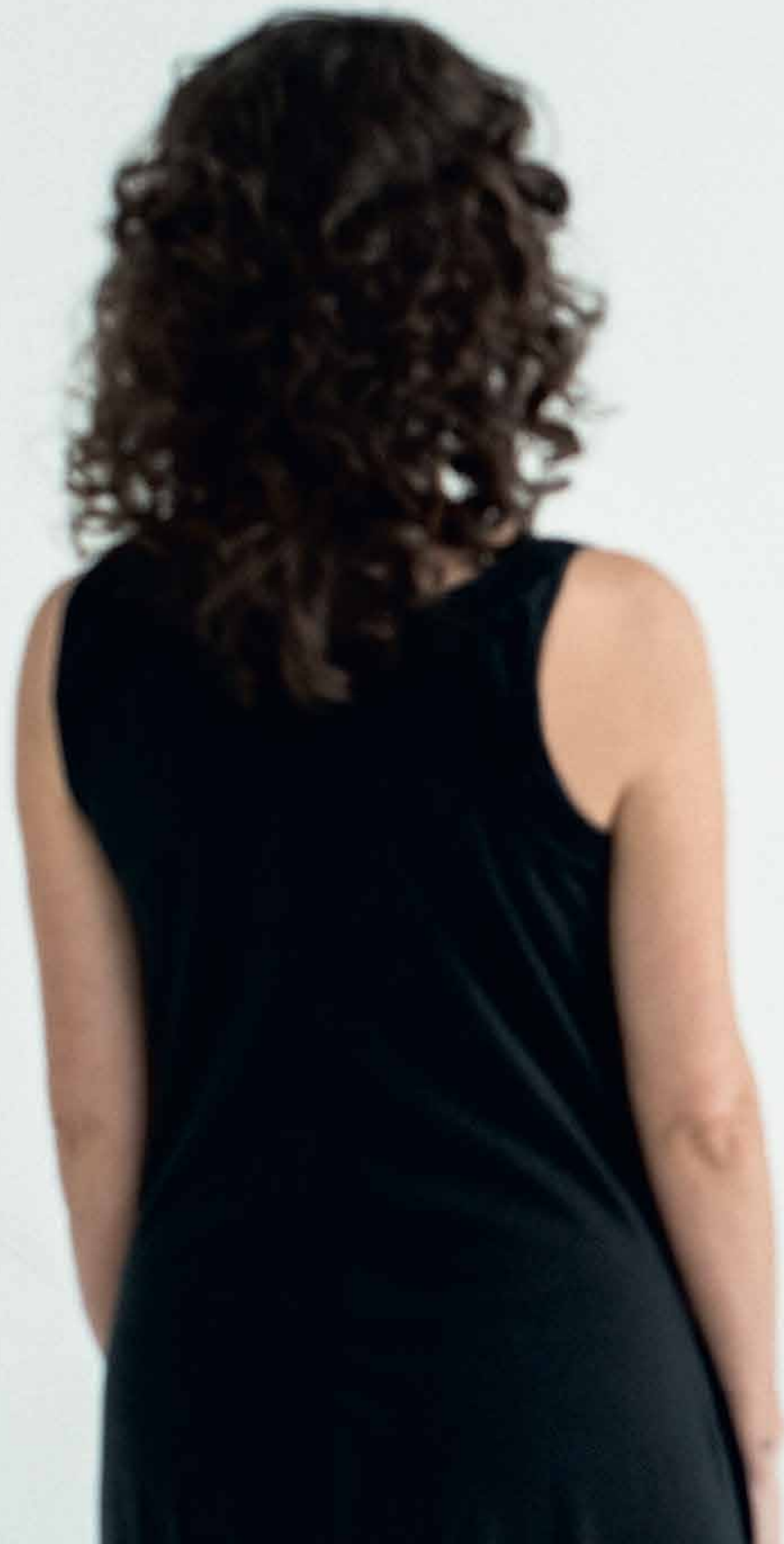
@sounacionalgas



Nacional Gás

NACIONALGÁS





EU E EU MESMA



Na contracorrente das redes sociais, que reforçam nosso individualismo, a psicanalista **MARIA HOMEM** propõe mais conversa e um olhar para o coletivo

POR
Marília Neustein

FOTOS
João Kehl

A casa da psicanalista Maria Homem fica perto de uma movimentada rua da zona oeste de São Paulo e ainda assim parece estar fora da cidade. No alto de uma colina, tem um jardim acolhedor e janelas para o verde, elementos que evocam tranquilidade em meio ao ritmo acelerado da capital paulista. A casa, como qualquer outra, ajuda a contar a história de sua moradora. Mas não só. Serve como metáfora de como podemos nos manter protegidos e calmos, ainda que conectados a uma rede intensa.

É assim, com um pé dentro das redes sociais – suas contas no YouTube (51 mil inscritos), Facebook (36 mil) e Instagram (13,5 mil) são tocadas por uma equipe e servem para a divulgação de seu trabalho – e outro fora, que Maria nos ajuda a entender questões que se tornam cada vez mais comuns no consultório que mantém naquela mesma casa. Posts, likes e compartilhamentos têm mudado a forma como construímos nossos ideais de existência – aquilo que queremos ser, construir e vivenciar.

Até recentemente, essa invenção de nós mesmos se dava a partir de experiências vividas e de referências como os meios de comunicação, a arte e a nossa própria família, em um processo que seguia o ritmo natural da vida. A trajetória de Maria, hoje com 49 anos, ilustra bem esse encadeamento do mundo em sua fase off-line: nascida e criada em São Paulo, filha mais velha de uma advogada descendente de italianos e de um administrador de empresas português, ela se formou em psicologia pela Universidade de São Paulo (USP) depois de cogitar fazer os cursos de física, medicina e direito. Sem acesso às milhões de referências hoje à disposição a partir de uma busca na internet, suas escolhas tiveram que contar com tato e certa intimidade com a incerteza. “Fui à minha primeira análise, ainda nos tempos de faculdade, sem saber ao certo o que queria fazer e, pela psicanálise, fui levada a outros lugares. Filosofia, literatura, ciências sociais, cinema... tudo isso me realiza”, diz. Depois da graduação,



FOTOS ARQUIVO PESSOAL



“Nas redes, produzimos realidades imaginárias, onde inventamos um personagem para nós mesmos”

MARIA HOMEM, PSICANALISTA

NA PÁG. AO LADO
Maria, ao centro,
com amigos, em
São Paulo

em 1991, morou três anos na capital francesa para concluir a pós-graduação em psicanálise e estética pela Universidade de Paris VIII e fez doutorado na área de filosofia também na USP.

EM TRANSFORMAÇÃO

Desde que as redes permitiram a aproximação de perfis com interesses comuns, essa dinâmica de formação tem passado por mudanças. Os desejos e a imaginação de uma pessoa que gostaria de comer em lugares incríveis, por exemplo, dão lugar a um feed repleto de *foodies*. Como é impossível estar em todos os restaurantes e provar todos os pratos, a frustração logo precisa ser digerida. “As redes podem nos escravizar nesse ideal. As pessoas levam a foto do Instagram e falam: ‘Quero esse cabelo, essa tatuagem, essa roupa’. Ainda não sabemos mensurar o quanto estamos afundados nesse mosaico de imagens ideais, que não existem, mas parecem possíveis de serem compradas”, alerta.

Sua afirmação ecoa uma pesquisa de dois anos atrás feita pela Aafprs (associação americana de cirurgia plástica facial e reconstrutiva). Segundo o estudo, 55% dos cirurgiões relataram ter ouvido pacientes requisitando procedimentos para melhorar a aparência em selfies, um aumento de 13% em relação ao ano anterior.

Por outro lado, nossos perfis virtuais também demandam opiniões, fotos, respostas e posicionamentos constantes. Pode parecer incrível hoje, mas nem sempre foi preciso se manifestar publicamente a cada cinco minutos. “Nas redes, estamos roteirizando, sendo diretores de set, câmera e editores. Ou seja, produzimos realidades imaginárias, onde inventamos um personagem para nós mesmos. E em alguns casos ele se torna o protagonista”, afirma. Tão preocupados em ocupar essa tela com o que há de mais novo, impactante ou inteligente, não nos ouvimos de verdade e abrimos espaço para lógicas binárias. Esquecemos, assim, que toda amplitude e encantamento do mundo está entre seus dois polos, e não apenas nos extremos. “Será que a gente pode se encontrar, se ouvir e não se odiar?”, questiona Maria. “Muita gente não dá conta de perguntas sem respostas, de tanta complexidade, e por isso acaba criando narrativas simples, que dão um sentido para aquela vida”, acredita.

A discordância saudável em torno de temas complexos é um dos aspectos do recém-lançado livro *Coisa de menina – Uma conversa sobre gênero*,

“Ainda não sabemos mensurar o quanto estamos afundados nesse mosaico de imagens ideais, que não existem”

MARIA HOMEM

ANALISTA DE VIAGEM

Maria Homem destaca três países pelos quais se encanta

BRASIL

“Chapada Diamantina, mas pode ser a dos Veadeiros ou dos Guimarães ou os cânions do Sul, Itaimbezinho, Fortaleza... O Brasil é um território cheio de paisagens impactantes, onde a terra se rasga e revela seu longo processo de formação.”

FRANÇA

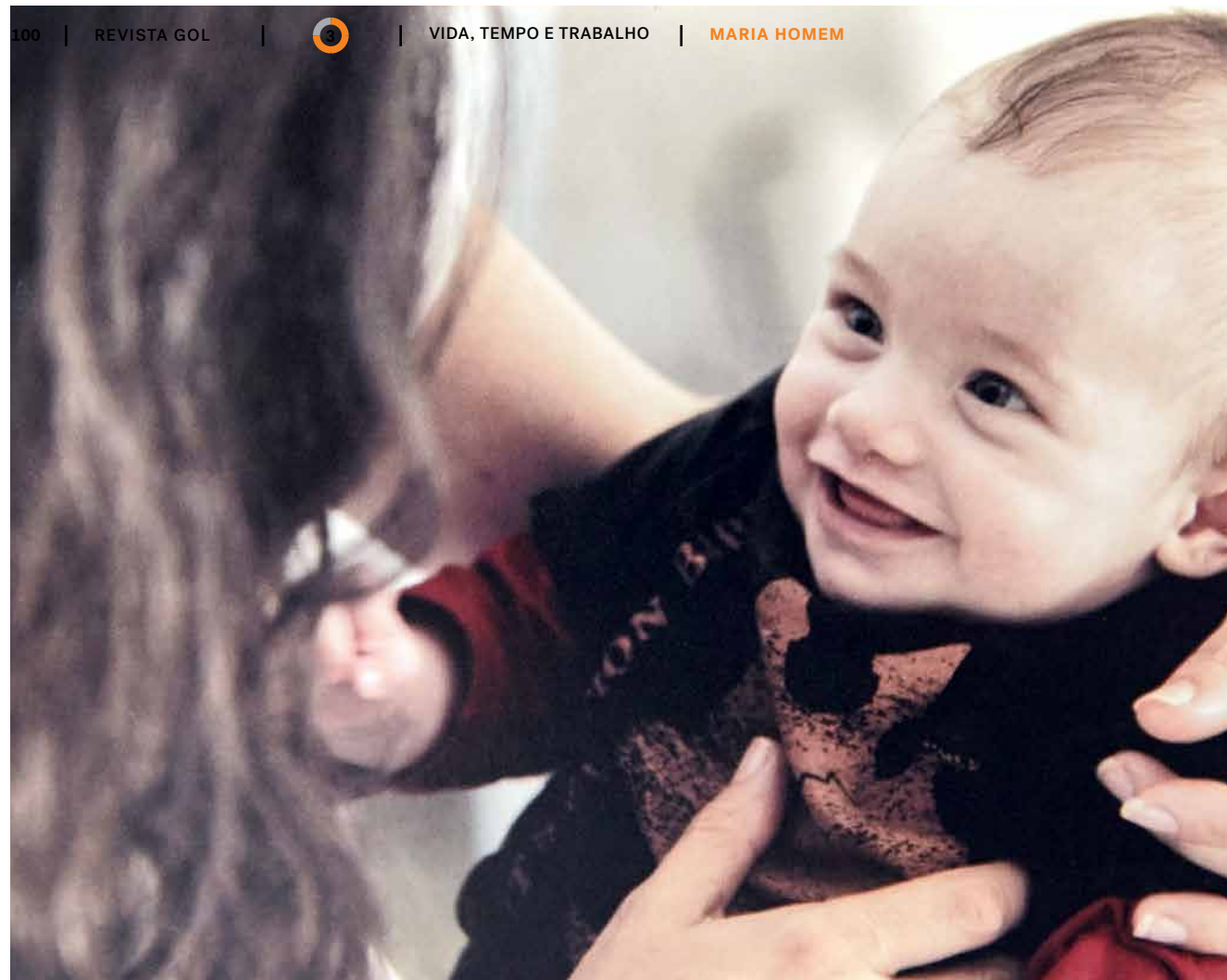
“Adoro as diferentes paisagens, cores, estilos de locais como Paris, Normandia e Provença. Mas o que mais seduz é a ideia de uma república com história, luta. A praça é onde se guilhotina o rei, se faz manifestação ou se organiza um baile em que as pessoas mais diversas cantam e dançam.”

JAPÃO

“Desde a adolescência tenho um encantamento, que não entendo muito bem até hoje, por essa terra distante. Gosto da arquitetura, dos desenhos, palavras, cenário. E da calma, atravessada por uma velocidade peculiar. Aos 20 e poucos anos pude escolher um destino distante para conhecer e escolhi esse.”



BELEZA VANESSA BARONE | STYLING MELISSA BALTAZAR
LOOK 1 | BLUSA E CALÇA STUDIO LAUNDRY BRINCO STUDIO LAUNDRY PULSEIRA CAMILA KLEIN
LOOK 2 | VESTIDO PRETO AMP BRINCO STUDIO LAUNDRY



sexualidade, maternidade e feminino (ed. Papirus 7 Mares), escrito em parceria com o também psicanalista Contardo Calligaris. “Maria não defende cegamente seus ideais. É uma das raríssimas pessoas hoje no Brasil que se interessam por escutar o outro. Além disso, ela não acredita em argumentos de autoridade. Para Maria, vale tanto o que diz Freud, Lacan, ou qualquer outra pessoa. Todo mundo é alguém a ser escutado”, elogia o colega.

FALA COMIGO

O gosto pela conversa e suas trocas está por trás de praticamente tudo o que Maria faz. A paixão por ensinar, por exemplo, teve início nas brincadeiras de criança com os dois irmãos mais novos e permanece até hoje. “Ela é uma leoa na sala de aula. Instigante, provocativa, exigente e rigorosa”, atesta Rubens Fernandes Junior, professor e diretor de comunicação da Faap, onde Maria dá aula há cerca de 20 anos. Quem ouve Maria em sala, em

vídeos ou em palestras reforça a esperança de que as conversas que ela tanto preza podem, sim, ser a nossa melhor saída para todo tipo de dilema. “Acredito profundamente que, falando, sempre chegamos a um lugar desconhecido, revelações acontecem”, diz ela.

Esforços coletivos serão os únicos capazes de endereçar os grandes impasses que temos adiante, como a desigualdade social ou as mudanças climáticas. Pode parecer difícil diante de uma sociedade que prega, a todo instante, a ideia de que cada um deve se virar sozinho ou viver apenas entre aqueles que pensam de forma semelhante, mas Maria nos ajuda a enxergar um caminho: “Se a gente conseguir ultrapassar essas questões que atrapalham, como a ilusão do individualismo ou a perseguição infrutífera do que a imagem instagramável manda, talvez consigamos fazer um encontro simples, natural e de verdade com nós mesmos e com os outros”. A partir daí, poderemos conversar. ●

ACIMA
Ela e seu filho, que
hoje tem 9 anos

FOTO ARQUIVO PESSOAL

Celebre com a gente!

Prepare-se para o final de ano e antecipe suas reservas para confraternizações e eventos. No Galeto Di Paolo você vive uma experiência única e perfeita para os seus melhores momentos.



SÃO PAULO

Pinheiros e Vila Olímpia.

SANTA CATARINA

Itapema.

RIO GRANDE DO SUL

Caxias do Sul: Iguatemi, Espaço Lifestyle, San Pellegrino e Lourdes.

Porto Alegre: Boulevard Laçador e Bourbon Wallig.

Quarta Colônia, Garibaldi, Gramado e Bento Gonçalves

SITE

galetodipaolo.com.br

REDES SOCIAIS



SÃO PAULO:
[galetodipaolosao paulo](https://www.instagram.com/galetodipaolosao paulo)

SANTA CATARINA:
[galetodipaoloitapema](https://www.instagram.com/galetodipaoloitapema)

RIO GRANDE DO SUL:
[galetodipaolo](https://www.instagram.com/galetodipaolo)



O OUTRO

O professor Leandro Karnal responde dúvidas sobre diferentes tipos de relações. Mande as suas!

Como podemos nos blindar do que os outros dizem e que nos magoa?

RONIMARA SANTOS, DE SÃO JOÃO DEL-REI (MG)
Conviver implica algum atrito. A vida não ocorre no espaço ideal das frases e fotos melhoradas nas redes sociais. Os outros possuem ritmos, vontades e valores diferentes dos meus. Não é desejável sempre “blindar” meus ouvidos, pois isso me transforma em um ser isolado. Porém, ao notar o incômodo, cabe-me pensar se a fala/atitude de alguém é baseada em verdade ou mentira. Nos dois casos, magoar-se é infantilidade e falta de conhecimento de si. A reação alheia é rica para eu me avaliar no mundo. Viver é lidar com a diferença e aprender com ela. É importante evitar o “excesso de positividade” que o filósofo Byung-chul Han reclama no livro *Sociedade do cansaço*. Para finalizar: dar importância total à opinião do mundo é roteiro garantido para a infelicidade.

Nessa era digital em que vivemos, estamos sempre conectados com alguém. Há um descompasso entre a comunicação humana e a digital?

IRACEMA LEAL, DE BELO HORIZONTE (MG)
A pergunta contém uma armadilha. A comunicação humana pode ocorrer de forma presencial ou não. A questão é se você está envolvido com o diálogo. A superficialidade e o artificialismo existem ao vivo ou em mensagens. A comunicação digital implica uma pessoa usando um teclado ou a voz, logo, é muito humana também. A questão central é distinguir: lido com tema profissional rápido? Prefira mensagem curta e direta, sem ser grosseira. Trata-se de questão pessoal com alguém do meu círculo afetivo? Frases mais desenvolvidas e densas, maior cuidado com as palavras. Porém: a comunicação com o “corpo presente” apresenta uma quantidade maior de dados, pois o rosto e as

mãos falam também. Saiba dar o tempo e o tamanho certo a cada forma de comunicação. Um conselho direto: a famosa “DR” (discussão de relação) não deve ser resolvida com mensagens de celular. Existindo coração no meio de campo, sempre é melhor ao vivo.

QUER PARTICIPAR? ENVIE SUA PERGUNTA PARA GOL@TRIP.COM.BR



LEANDRO KARNAL (@LEANDRO_KARNAL)
É HISTORIADOR E PROFESSOR DA
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

ILUSTRAÇÕES ZÉ OTÁVIO / VAPOR 324

tauua.com.br

O 1º PARQUE AQUÁTICO INDOOR
DA AMÉRICA LATINA
É NO TAUÁ ATIBAIA.

ÁGUAS
AQUECIDAS

- 9 tobogãs
- Rio lento
- Piscina com basquete
- Piscina com biribol
- Balde gigante
- Bar molhado
- Piscina para crianças de 0 a 4 anos

E muito mais.

Tauá
AQUAPARK
INDOOR

TEMPO BOM,
O TEMPO
TODO.



VAMOS

Comum no exterior, os apps de carona começam a ganhar os carros no Brasil. Além de conectar pessoas com rotas e horários semelhantes, ajudam a reduzir o trânsito nas grandes cidades

JUNTOS?

POR Flávia Gonçalves FOTOS Vitor Jardim



Bárbara Abreu e Vitor Chiamante, usuários de apps de carona: ela como passageira, e ele como motorista

Repare nos carros ao lado quando estiver no trânsito: é bem provável que estejam com todos os bancos vazios, exceto o do motorista. Nas grandes cidades, a média de ocupação dos automóveis é de menos de dois passageiros. Só em São Paulo, são mais de 6 milhões de veículos particulares, dos quais 68% circulam apenas com quem está dirigindo. E quem tem carro passa muito tempo dentro dele: cerca de 2 h25 por dia, segundo uma nova pesquisa da Rede Nossa São Paulo.

Morador da capital paulista, o engenheiro Vitor Chiamente, 34 anos, fazia parte dessa estatística. Sócio de uma empresa de comercialização de energia, ele percorria sozinho o trajeto de até 1 h20 entre sua casa e o trabalho. Há um ano, seu carro encheu: ele foi um dos primeiros a aderirem ao Waze Carpool, aplicativo de caronas que chegou ao Brasil em 2018.

Por aqui, o hábito de usar esse tipo de plataforma — que conecta pessoas com rotas semelhantes mediante o pagamento de uma ajuda de custo — ainda é incipiente, mas vem crescendo rapidamente. Dois outros exemplos são a BlaBlaCar, focada em viagens de longa distância, e o Bynd, de caronas corporativas.

Vitor, que usa o sistema como motorista e passageiro, já soma mais de 300 caronas dadas e recebidas e estima ter ganhado R\$ 3 mil. Para ele, porém, um dos benefícios não pode ser mensurado em reais. “Conheci muita gente diferente. Dificilmente o carro vai com menos de três pessoas, e você vai batendo papo. É enriquecedor.” Uma dessas interações se transformou em parceria profissional, quando um programador que lhe deu carona acabou contratado por sua empresa. “Eu me dei conta de o que ele fazia era o que a gente precisava. Deu supercerto.”

O Waze Carpool não divulga o número de usuários, mas afirma que cresceu 460% no Brasil de janeiro a julho de 2019. “É nosso mercado que mais cresce”, diz Douglas Tokuno, head para a América Latina da empresa israelense. O Brasil foi o terceiro país a receber a plataforma. São Paulo, Goiânia, Rio e Janeiro e Belo Horizonte são as capitais com mais adesão.

Diferentemente de aplicativos de transporte privado como Uber e 99, o objetivo dos aplicativos de carona não é gerar renda para quem dirige. “Quem dá a carona não é motorista profissional. É alguém

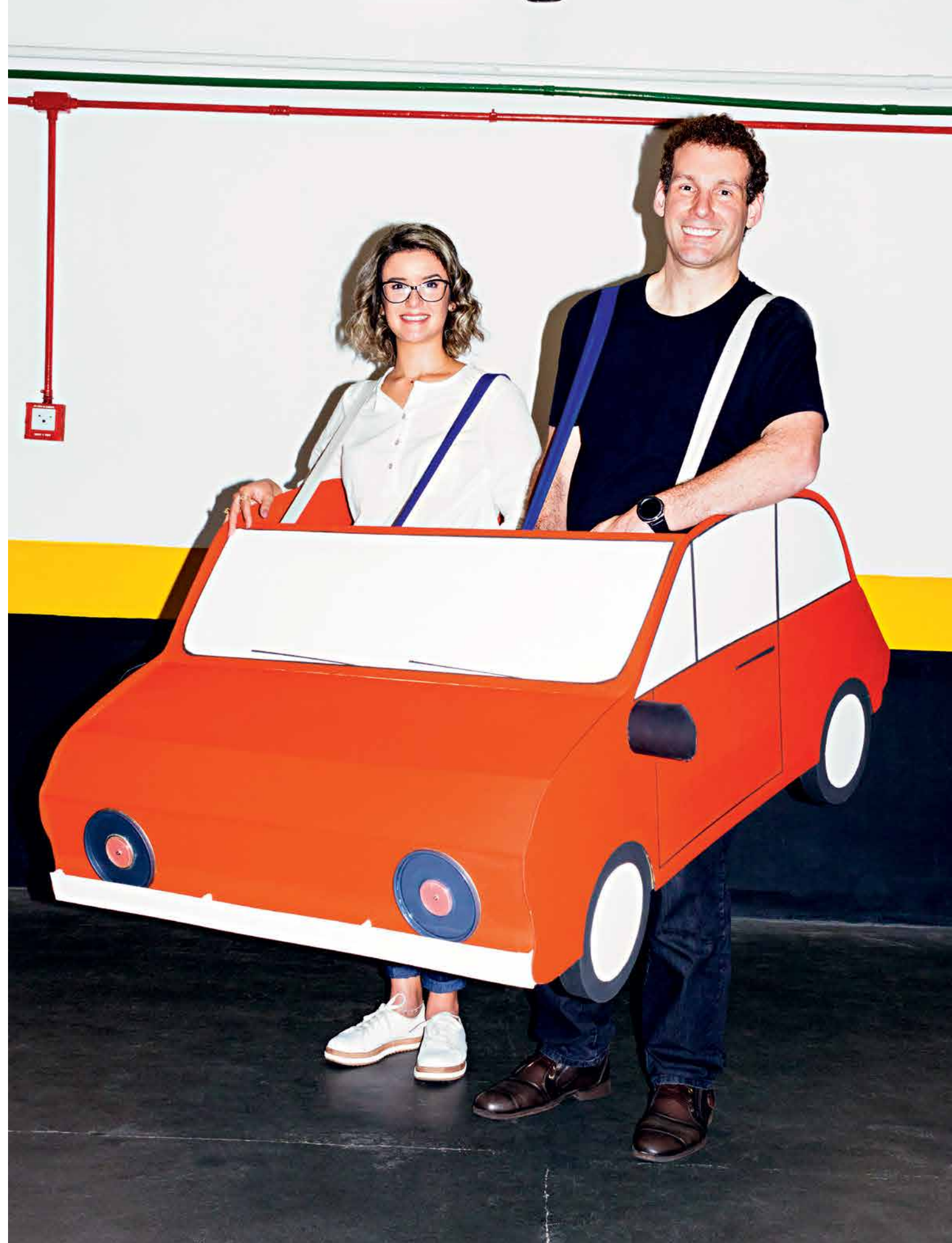
que vai para o trabalho sozinho e que passa a incluir pessoas no trajeto. Chamamos de ‘experiência do banco da frente’, já que o passageiro vai na frente, conversando”, diz Douglas. Uma forma de marcar essa diferença é pelo limite ao número de caronas (duas por dia). O valor dos trajetos é calculado de acordo com a distância. O Waze não cobra comissão, mas prevê a possibilidade para o futuro.

“Outras plataformas de transporte nasceram com a narrativa da economia de compartilhamento, quando na verdade não eram carona e, sim, um serviço”, diz Pedro Baumgratz de Paula, professor da FGVLaw e especialista em mobilidade urbana. “Já esses novos aplicativos tentam suprir de fato uma demanda por carona. Quem utiliza quer reduzir o custo com combustível, depreciação do veículo. Não é a mesma pessoa que dirige 14 horas por dia para pagar as contas.” Ele observa que a demanda por caronas em grandes cidades é difícil de ser suprida analogicamente. “As pessoas que trabalham com você geralmente moram em um lugar diferente, ou o contrário. A tecnologia faz um ‘match’ difícil de ser realizado de outra forma.”

SEGURANÇA

Para criar a cultura da carona no Brasil, a preocupação com a segurança é uma barreira que precisa ser quebrada. Nos termos de uso, as empresas deixam claro que são só intermediárias e não se responsabilizam por ações de motoristas e passageiros. Para convencer as pessoas a dividir o carro com estranhos, trabalham com ferramentas como avaliações entre usuários e links para as redes sociais dos cadastrados. O Waze Carpool e o Bynd checam a empresa onde a pessoa diz trabalhar, pedindo o e-mail corporativo. A BlaBlaCar deixa explícito quando uma pessoa enviou a foto de sua carteira de motorista. E os três apps têm filtros que permitem selecionar apenas mulheres.

Para Ricardo Leite, diretor-geral da BlaBlaCar no Brasil, não é inteiramente verdade que se entre no carro de um estranho. “As caronas são programadas, e tanto o passageiro quanto o motorista podem avaliar os perfis e escolher com quem vão viajar. Tudo dentro do app é moderado. E o mais importante: há avaliações mútuas”, diz ele, citando ainda uma pesquisa na qual três quartos dos motoristas do app dizem prestar mais atenção às regras de trânsito quando dão carona.



O Brasil foi o último de 22 países a ter o serviço da empresa francesa, mas já é o terceiro em quantidade de caronas e o que mais cresce — são 5 milhões de usuários. A ocupação dos carros aqui é maior do que a média global do app (3,8 pessoas por carro, contra 3,1) e o dobro da média nas estradas brasileiras (1,9).

Na BlaBlaCar, mulheres acionam o filtro de gênero especialmente nas primeiras caronas. A advogada Bárbara Abreu, 27, que mora em Blumenau, em Santa Catarina, e utiliza o app para visitar o namorado quinzenalmente em Joinville, costuma ativar a opção só nas viagens noturnas. “Durante o dia não me preocupo mais com isso”, diz.

Entusiasta da economia compartilhada, ela prefere a carona pelo menor impacto no meio ambiente, pela interação com outros passageiros e pelo preço — a viagem sai por menos da metade que o valor do ônibus. Bárbara também cita como vantagens a maior oferta de horários e não ter que se deslocar até a rodoviária.

Metade das rotas cadastradas na BlaBlaCar conecta cidades que não estão ligadas por nenhum transporte direto. “É difícil servir uma cidade pequena com ônibus para uma boa capilaridade de destinos. Enquanto isso, os carros passam vazios nas rodovias. Por que não juntar as duas coisas?”, questiona Ricardo Leite, que, durante a entrevista, contou várias histórias das pessoas que ele próprio conheceu em caronas. Os tímidos, porém, também têm vez: no cadastro, o usuário avisa se prefere interagir muito ou pouco.

Douglas Tokuno, da Waze Carpool, diz que em geral os brasileiros “compartilham tudo”. “Na segunda carona já trocam telefone. Tem grupos no WhatsApp com usuários que marcam happy hour todo mês. Acaba se tornando um LinkedIn da vida real”, diz ele, que também utiliza a plataforma em seu dia a dia.

NO TRABALHO

Metade dos deslocamentos nas grandes cidades é para ir até o trabalho, mostra o instituto de pesquisas WRI Brasil. É nesse nicho que aposta a Bynd, plataforma de carona corporativa que atende empresas como Bradesco e Localiza. A startup nasceu em 2016, inspirada em uma viagem de carro feita por três dos quatro sócios até o Alasca. “Passamos 13 meses vivendo uma experiência intensa de

compartilhamento. Quando voltamos, foi agressivo olhar em volta e ver só uma pessoa por carro”, diz o CEO, Gustavo Bertalozza.

Para ele, por serem um polo gerador de tráfego, grandes empresas deveriam se responsabilizar mais pela mobilidade urbana. “As empresas não sabem quanto tempo os funcionários demoram para se deslocar e o quanto emitem de carbono nesse trajeto. Incluir a mobilidade na pauta estratégica reduziria custo e aumentaria produtividade”, defende.

A empresa que contrata a Bynd paga por um pacote que inclui o app, um plano de comunicação e a gestão de vagas de estacionamento exclusivas para quem dá carona. A startup estima que uma corporação com mil colaboradores economize até R\$ 173 mil por ano com o sistema. Quem dá carona não recebe pagamento, mas ganha pontos em programas de fidelidade, além do direito às vagas reservadas. “É como se fosse um jogo, em que as pessoas acumulam pontos. Para incentivar a mudança de cultura, precisamos dar benefícios tangíveis”, diz Gustavo. No ano passado, a Bynd dobrou o número de clientes — são 18 empresas, com 38 mil usuários cadastrados. Em média, 30% dos funcionários aderem ao programa.

Segundo Gustavo, é mais fácil convencer as pessoas a pegar carona com colegas de trabalho. “Em uma rede fechada, elas estão mais dispostas a compartilhar. E com isso se atrasam menos, chegam menos estressadas e criam mais vínculos, o que é relevante, pois pesquisas mostram que, quanto mais amigos tenho no trabalho, mais quero ficar.”

Pedro de Paula, da FGVLaw, vê potencial nas caronas, mas diz que faltam estudos para saber até que ponto têm impacto positivo no trânsito e no ambiente. “Pode ocorrer o efeito oposto, que é facilitar o uso do carro por alguém que andaria a pé, de bicicleta ou de ônibus. Uma pessoa que pensa em vender o carro pelo alto custo de manutenção pode desistir devido ao dinheiro que ganha ao dar carona, por exemplo.” Ele também avalia que, para que os apps prosperem, devem haver incentivos públicos como faixas para veículos com mais de uma pessoa.

Bárbara, que recorre aos apps para visitar o namorado em Santa Catarina, acredita nessa mudança de hábito. “Graças à carona, consigo vê-lo gastando pouco, ajudando o meio ambiente e conhecendo novas pessoas. Todo mundo sai ganhando.”

SINAL AMARELO

Os apps não conseguem garantir a segurança da carona, então, fique atento

Preencha todos os dados do perfil, incluindo foto e link para redes sociais. Isso ajuda a ser escolhido tanto como carona quanto como passageiro.

Prefira apps que trazem avaliações entre os usuários e escolha pessoas bem avaliadas.

Envie os dados do motorista ou do passageiro para um amigo ou parente.

CENOGRAFIA AÉ CENOGRAFIA

ESTES CLÁSSICOS E MUITOS MAIS!

PROJETA BRASIL | **20 ANOS**

CINEMARK

20 ANOS EM CARTAZ
VALORIZANDO O CINEMA NACIONAL.

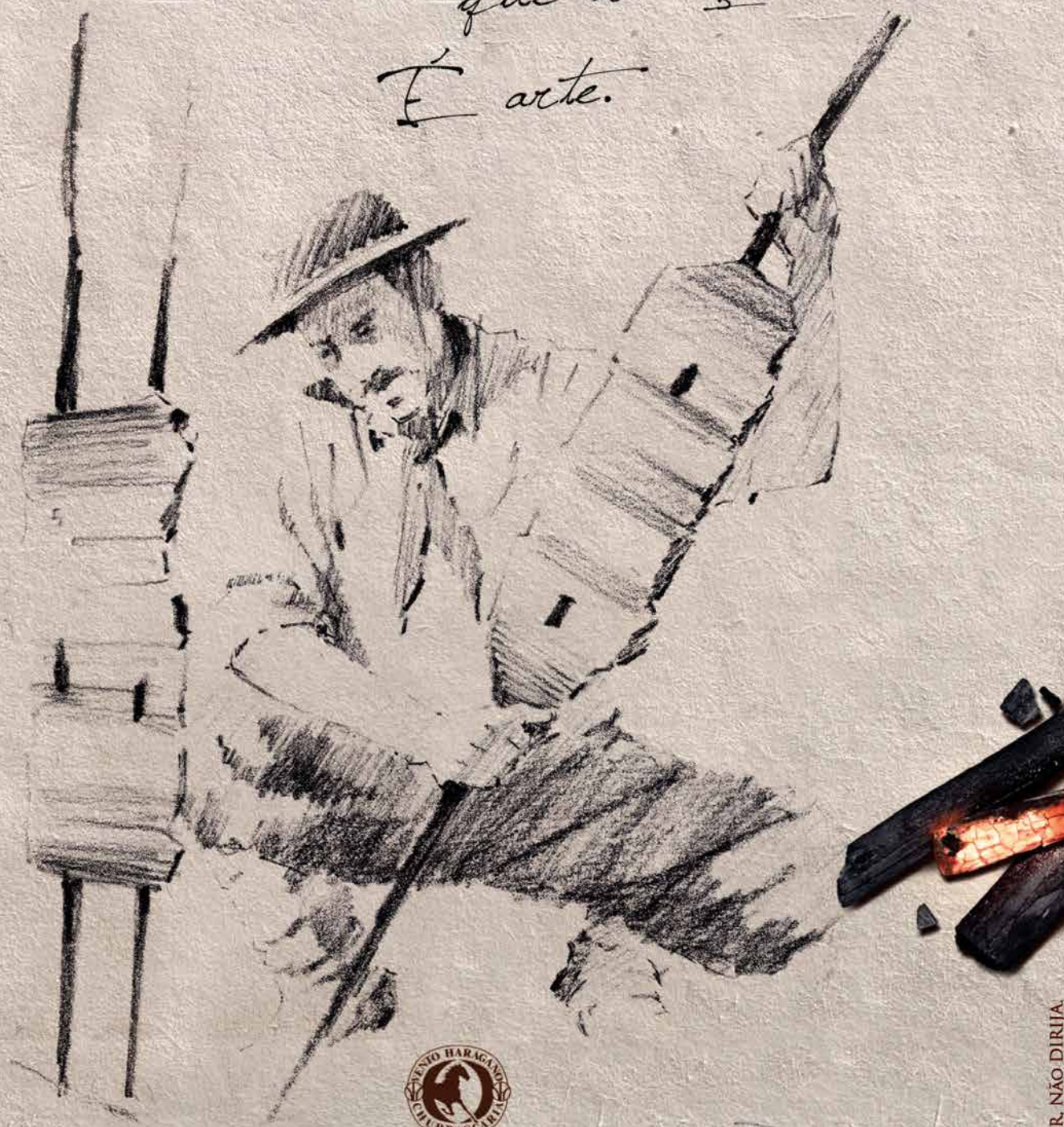
4 REAIS
12 DE NOV.
TERÇA-FEIRA

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO:
CINEMARK.COM.BR

BAIXE AGORA

CINEMARK

*Para nós,
churrasco é mais
que tradição.
É arte.*



VENTO HARAGANO

ARTE DE FAZER CHURRASCO

AVENIDA REBOUÇAS, 1001 - JARDINS - SÃO PAULO - SP - TEL. (11) 3083-4265

WWW.VENTOHARAGANO.COM.BR



VENTOHARAGANO

SE BEBER, NÃO DIRIJA

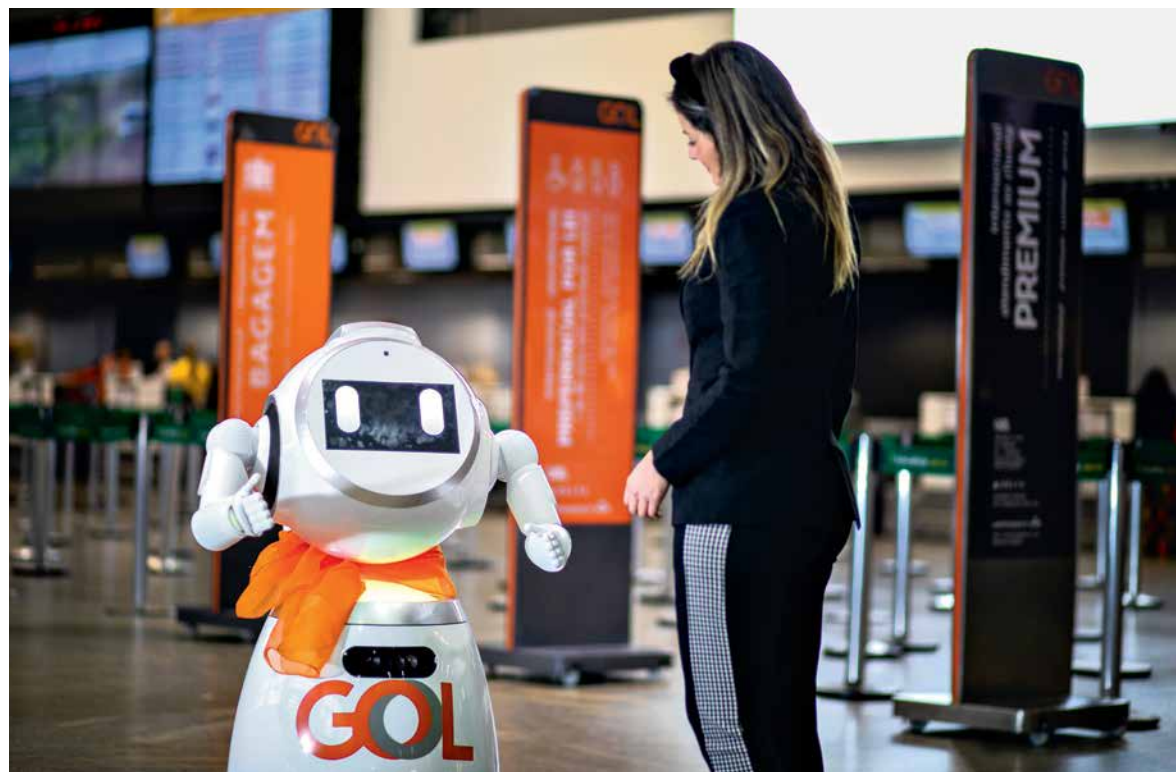
FOTO AGÊNCIA OPHELIA

4

#NOVAGOL



- 112 CHECK-IN**
Robô em Congonhas e parceria com a CBV renovada
- 114 BASTIDORES DA AVIAÇÃO**
Check-in de todos os jeitos
- 118 GOLLOG**
Estamos prontos para a Black Friday
- 120 VOEBIZ**
Nossa parceria com a Air France-KLM
- 122 NOSSOS SERVIÇOS**
Edifício Garagem GOL - Estapar em Congonhas
- 123 GOL ONLINE**
Internet, filmes e TV. Curta o tempo do seu jeito
- 126 SMILES**
Novidades e mais dicas no Te Levo de Milhas
- 128 SERVIÇO DE BORDO**
Itens gratuitos: de snacks a refeições quentes
- 130 MAPA DE AEROPORTOS**
Localize-se nos nossos principais terminais
- 135 MAPA DE ROTAS**
Levamos você para o melhor do mundo



SEMPRE À FRENTE

Inovamos mais uma vez e colocamos nosso robô para atender você no aeroporto de Guarulhos

Já imaginou chegar ao aeroporto, ficar em dúvida sobre onde despachar a mala e se deparar com um robô, capaz de te levar até o balcão correto? Pois isso já é realidade no aeroporto de Guarulhos, em São Paulo.

Desde o mês passado, a Gal, nosso robô, atende nossos Clientes no saguão de Cumbica. A ideia surgiu a partir de uma imersão na China feita por Paulo Palaia, diretor de TI e GOLlabs, divisão responsável por trazer soluções criativas para a GOL. “Conheci um robô em Shenzhen e achei que tinha tudo a ver com a companhia”, conta. A iniciativa funciona como um grande tira-dúvidas para Clientes que não voam tanto e que, muitas vezes, chegam para embarcar sem saber muito bem o que fazer. “A função da Gal é ser uma espécie de anfitriã para nossos Clientes”, afirma Palaia.

Quem capitaneou o projeto, desde a concepção até a implementação, foi Flavia Segura, gerente de governança de TI da GOL. “O robô é muito amigável, nossos Clientes gostam bastante de se comunicar com ele. A Gal já aprendeu 50 interações entre perguntas e respostas, além de conseguir guiar os Clientes para dez pontos do aeroporto”, diz Flavia. “Ela também aprendeu umas brincadeiras, a responder gracinhas. Se ela por acaso não souber dar a informação correta, instrui o Cliente a buscar a solução no aplicativo da GOL ou a procurar um Colaborador.” O robô ainda está passando por testes, mas, em breve, deve chegar aos principais hubs da GOL pelo Brasil.

FOTOS: AGENCIA OPHELIA / MARCOS MESQUITA / EXPERIENCE CLUB / DIVULGAÇÃO

PARCEIRAS DE LONGA DATA

Para nós, o esporte é um dos pilares que ajudam a construir o país. Por isso, renovamos a parceria com a Confederação Brasileira de Voleibol (CBV), que acaba de completar 10 anos. Seguiremos como a transportadora aérea oficial do vôlei brasileiro e, para fazer esse anúncio, promovemos o lançamento da Superliga 2019/2020 no nosso hangar em Congonhas, no mês passado. “Como maior companhia do país, temos orgulho em transportar os times do vôlei em nossas aeronaves”, diz a diretora de marketing da GOL, Loraine Ricino (abaixo, com Radamés Lattari, diretor executivo da CBV).



MAIS UMA OPÇÃO

Você conta agora com mais um jeito de comprar seu bilhete: nas lotéricas e agências da Caixa. “Foi a forma que encontramos para ajudar os brasileiros que não têm conta bancária, mas querem voar”, diz Mario Tsuwei Liao, diretor de Finanças Corporativas da GOL. “A transação funciona como um boleto”, completa. Saiba mais em voegol.com.br.

FALE COM A ESPECIALISTA

QUAL É A IMPORTÂNCIA DO SERVIÇO DE BORDO?

Quem responde é Carolina Trancucci, head de Produto, Experiência e Relacionamento com o Cliente da GOL

“Para nós, o serviço de bordo tem mais a ver com experiência do que apenas com alimentação a bordo. Isso porque as emoções que nossos Clientes têm ao pegar um avião são as mais diversas, seja voando por motivos pessoais ou profissionais. O nosso trabalho no momento de servir é tornar esses sentimentos os melhores possíveis. O serviço de bordo cria uma conexão entre nossa equipe e os Clientes, e receber tem tudo a ver com servir algo para comer. E priorizamos alimentos que traduzem a nossa brasilidade, com sabores típicos do nosso país.”



FAÇA VOCÊ MESMO

Apostamos em plataformas de autoatendimento para tornar a sua viagem mais confortável, e o check-in digital é uma das principais

POR
Livia Scatena

ILUSTRAÇÃO
Bel Andrade Lima

EFICIÊNCIA

Contamos com diversas opções de autoatendimento – como compra antecipada de franquia de bagagem, alterações de assentos, status de voo e antecipação de voo – e uma das principais é o check-in digital. Com essa modalidade on-line, evitamos filas nos balcões e, assim, conseguimos oferecer mais agilidade no atendimento.

CANAIS

Você pode fazer o check-in digital pelo nosso site (no desktop ou celular), no aplicativo, nos totens de autoatendimento nos aeroportos e via Selfie Check-in. Oferecida desde 2017, essa última opção permite que você realize o check-in por meio de uma selfie, tirada com a câmera do celular ou tablet. Para isso, basta cadastrar a biometria facial no app.

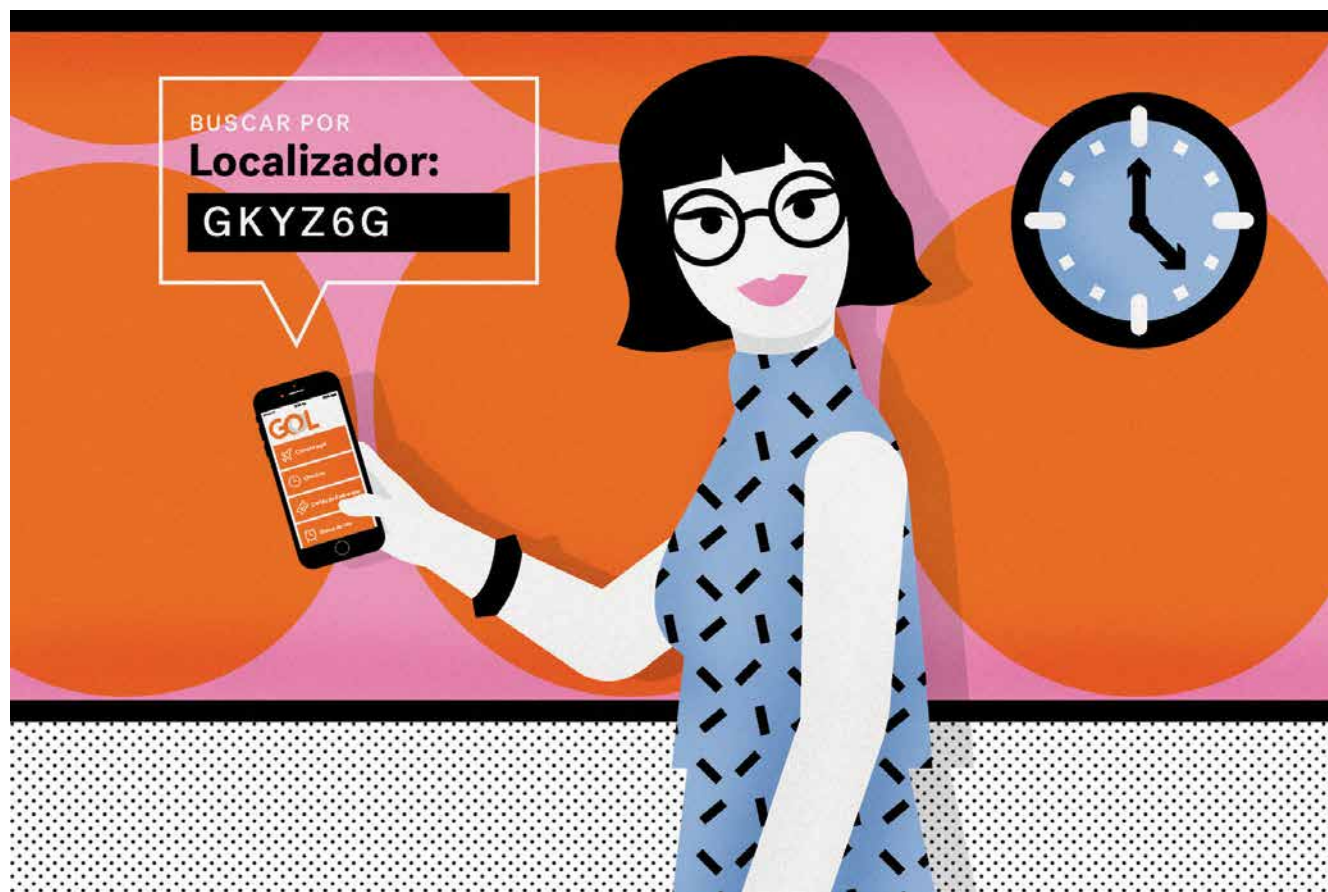
PIONEIRA

Disponibilizamos o check-in digital desde 2003 – fomos pioneiros no país. Nesse comecinho, os Clientes com cadastro em no site que estivessem viajando só com bagagem de mão podiam usar o serviço até três horas antes do voo. Sempre aprimorando nossos serviços, cinco anos mais tarde, lançamos o check-in pelo celular e via totens de autoatendimento nos aeroportos.

EVOLUÇÃO

Atualmente, com a melhoria do atendimento, oferecemos opções mais modernas, como o serviço Bagagem Expressa GOL e, nos aeroportos de Guarulhos e Galeão, o Bagagem Expressa - Despache Você Mesmo, que usa a tecnologia exclusiva do Scan & Fly. Com opções como essas, você faz o seu check-in com a máxima autonomia.





A MELHOR OPÇÃO

José Luiz Belixior Junior, diretor de Operações Aeroportuárias da GOL, fala mais sobre o check-in e o autoatendimento

Por que a GOL investe tanto em inovação e serviços de autoatendimento?

O autoatendimento é uma prioridade da GOL, pois facilita a vida de quem viaja conosco. Em 2014, por exemplo, fomos a primeira companhia aérea latino-americana a oferecer o Bagagem Expressa. Em maio deste ano, começamos a testar o embarque biométrico no Galeão, tornando as filas 13% mais rápidas, e, desde o mês passado, temos um robô em Guarulhos – a ideia é levar as plataformas para outros aeroportos. Fazemos tudo pensando na melhor experiência para o Cliente.

Por que o check-in digital é a melhor opção?

As opções de autoatendimento tornam a experiência do Cliente melhor, pois conseguimos com que ele economize tempo, um dos bem mais valiosos nos dias de hoje. Hoje, mais de 70% deles optam pelo check-in digital. Quando o processo é realizado nas nossas plataformas on-line e o Cliente não tem mala para despachar, por exemplo, ele pode se dirigir diretamente para a sala de embarque, sem passar pelo balcão de atendimento. Dessa forma, ganha muito mais tempo.

Qual é a próxima novidade em relação ao check-in digital?

Com a entrada de novas operações, todos os destinos da GOL estarão liberados para o check-in digital. Estamos disponibilizando, também, nas entradas das filas, um QR code que direciona o Cliente a efetuar seu próprio check-in pelo nosso site ou aplicativo.



CIRURGIA MINIMAMENTE INVASIVA NA COLUNA FAVORECE A RECUPERAÇÃO RÁPIDA DE ATLETAS

Literatura indica que 90% dos atletas submetidos a técnicas minimamente invasivas voltam as atividades normais logo após a cirurgia

As técnicas minimamente invasivas de tratamento na coluna parecem ser a solução para atletas que querem corrigir problemas no local, sem a diminuição do rendimento na prática das atividades físicas. Literaturas comparando as duas técnicas indicam que apenas 30% dos pacientes que passam por cirurgias convencionais voltam a praticar exercícios regularmente. Já nas cirurgias menos invasivas, esse número sobe para 90%.

Hoje, observa-se que os atletas submetidos a essas técnicas têm uma rápida recuperação pós-operatória em casos de tratamentos pouco invasivos como: laser na coluna, cirurgias minimamente invasivas para hérnia de disco e artroplastias para discopatias lombares e cervicais, conforme explica o Dr. Marcelo Perocco, neurocirurgião especialista em coluna e membro da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia. “Em uma cirurgia convencional de artrose ou de fixação na coluna, o paciente demoraria de dois a três anos para fazer o que fazia antes, se voltasse. Atualmente, os atletas, podem retornar as suas atividades esportivas em um prazo mais curto. Tenho pacientes que, 15 dias após a inserção prótese de disco lombar já estavam retornando aos

seus exercícios normais”, argumenta. O especialista ainda esclarece que a artroplastia consiste na substituição do disco lesionado por uma prótese articulada, que estabiliza a coluna e busca devolver ao paciente os movimentos e a mobilidade normal de antes. Esse é o caso de Danilo Bonfim, de 44 anos. O atleta de Wakeboard foi diagnosticado com uma

hérnia de disco cervical. Bonfim tinha algumas crises de torcicolo e apenas fazia fisioterapia e tratamentos esporádicos. Com o aumento das dores agudas, procurou a ajuda de um especialista. “Eu tinha dores muito fortes e vivia a base de analgésicos. Precisei suspender as minhas atividades físicas. Os médicos me diziam

para não operar e me indicavam fisioterapia ou RPG”, explica. Depois de diversas consultas médicas, tratamentos conservadores sem sucesso e crises agudas, Bonfim foi indicado para a cirurgia. “Operar a coluna é sempre um impacto. Eu fiquei com medo das consequências”, confessa. Bonfim realizou a cirurgia



“Atualmente, os pacientes ativos fisicamente, podem retornar as suas atividades esportivas em um prazo mais curto. Recomendamos exercícios físicos moderados a partir de 15 dias, evitando maior perda de massa muscular, o que vem ajudado na recuperação pós cirúrgica.”

Marcelo Perocco, Neurocirurgião

minimamente invasiva, e os resultados foram surpreendentes. “Um mês depois da cirurgia eu já estava fazendo todas as atividades que eu realizava antes, e eu quis esperar um pouco mais. Quinze dias depois da operação eu já estava liberado para voltar. Hoje, eu até esqueço que passei por um procedimento como esse”, relata o atleta.

Além da melhor recuperação, essas técnicas também garantem menor complicações pós cirúrgicas, conforme explica o Dr. Perocco. “As técnicas minimamente invasivas também diminuem muito os casos de dor residual, limitação dos movimentos e até possíveis neurológicos tem incidência muito menor nesse tipo de procedimento”, detalha. A ausência de dor residual é outro ponto percebido por Murilo Bonfim. “Eu entrei na cirurgia com uma crise de dor. Acordei da cirurgia sem dor nenhuma e nunca mais precisei tomar um analgésico para isso. Também nunca mais senti dor na coluna praticando exercício físico”, conclui.

Outro paciente que estava em dúvida pelo procedimento foi o Sérgio. Ele trabalha como despachante, porém o seu maior hobby é paixão por motociclismo, que o acompanha há muitos anos. A maior ansiedade do paciente era que após a cirurgia ele precisasse deixar de fazer o que mais ama. Durante a consulta, foi verificado que para o caso de Sérgio, era possível optar pelo procedimento minimamente invasivo. “Eu realmente não esperava por um resultado tão rápido no pós-cirúrgico. O cirurgião autorizou que eu voltasse rapidamente para as minhas atividades diárias e ao trabalho. Logo um mês depois do procedimento eu realizei um sonho, viajar por mais de 3.500km até o Chile e conhecer o Deserto do Atacama, e tudo isso a bordo da minha moto”, conta Sérgio.



MAIS VENDAS

A GOLLOG está se preparando ainda mais para aprimorar a logística de entrega dos pequenos e-commerces

POR Livia Scatena **ILUSTRAÇÃO** Bel Andrade Lima

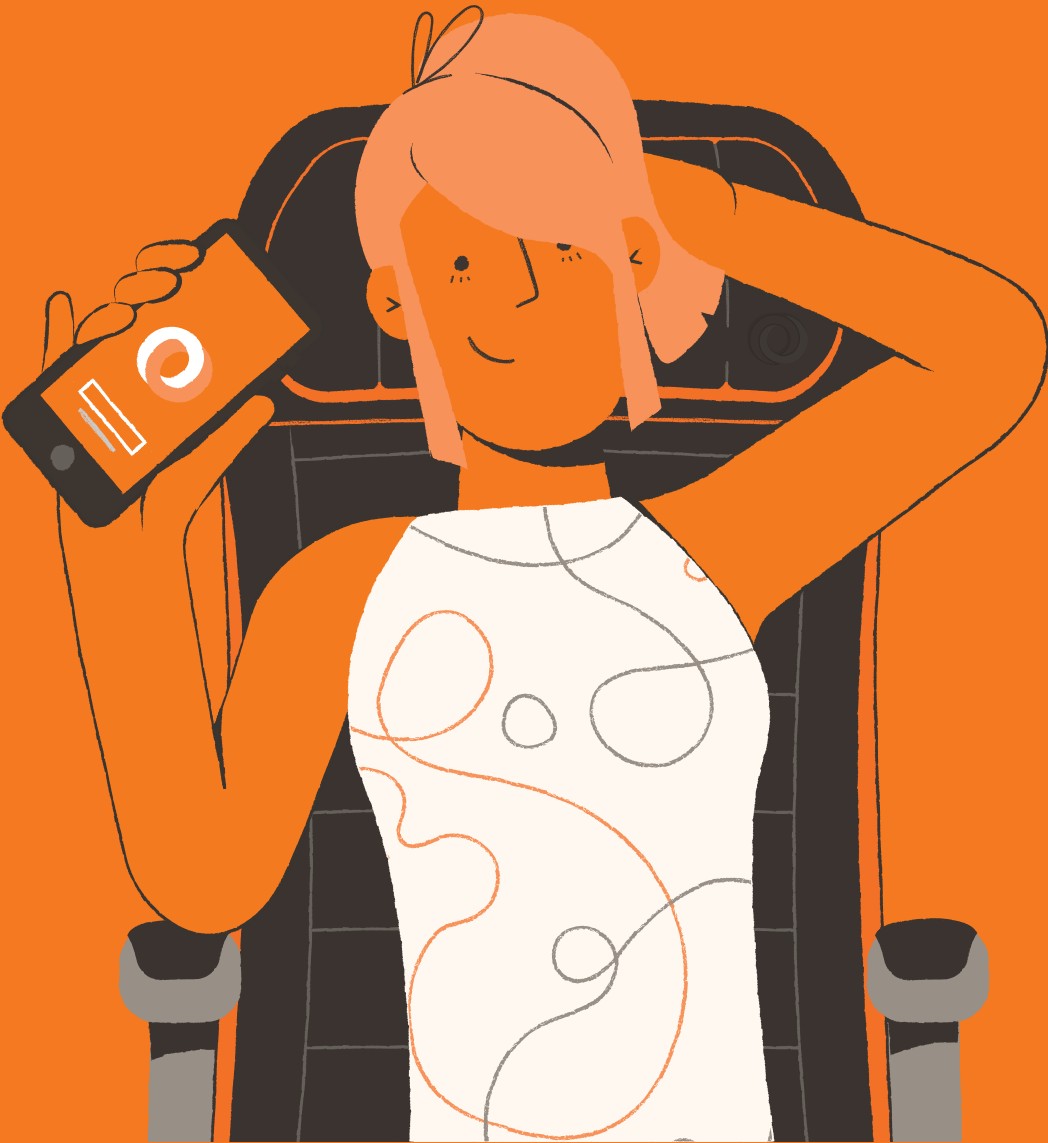
No mês da Black Friday, temporada dos já super-descontos, as grandes empresas, principalmente aquelas que atuam no e-commerce, já preveem um forte crescimento de vendas. “Agora em novembro, nossos principais Clientes têm uma projeção de 22% de incremento nas vendas feitas em parceria conosco”, conta Felipe Liberato de Souza, gerente comercial da GOLLOG. No ano passado, a divisão de cargas da GOL transportou 140 toneladas de encomendas durante a Black Friday, um volume de negócios que movimentou cerca de R\$ 600 mil.

A GOLLOG, que já está mais que habituada à logística dos grandes varejistas, está investindo para atender ainda melhor o pequeno lojista, que quer entregar seus produtos em todo o país. “Estamos nos estruturando para conseguir for-

talear as pequenas lojas virtuais, que, em geral, não têm muita atenção do mercado de entregas e transporte”, explica Felipe. “Em um médio prazo, vamos entregar dois sistemas eficientes que são fundamentais para melhorar a vida desses comerciantes, um de rastreamento e outro de faturamento.”

Hoje, a GOLLOG já oferece um sistema exclusivo de acompanhamento de encomendas via aplicativo. “Somos a única empresa aérea que oferece uma ferramenta do tipo”, afirma ele. “Queremos oferecer mais serviços exclusivos para os pequenos comerciantes, dar oportunidade para que eles consigam abrir novas portas e fechar novos negócios com o nosso auxílio já na Black Friday do ano que vem.” Saiba mais em gollog.com.br.

Só a nossa ponte aérea
RIO-SP tem tudo:
TV ao vivo, internet
e mais conforto.



Em parceria com **AIRFRANCE**  **KLM** 

GOL+ Conforto: serviço disponível mediante pagamento. Internet e TV ao vivo presentes em todas as aeronaves Boeing 737-800, Boeing 737-8 e sujeitos à disponibilidade na frota de aeronaves Boeing 737-700. Internet disponível mediante pagamento. TV ao vivo disponível em território nacional.

GOL

PAPEL PRINCIPAL

A parceria da GOL, Air France e KLM no programa VoeBiz aposta na importância das PMEs para a economia

POR Livia Scatena



As pequenas e médias empresas assumiram um protagonismo importante na economia nacional. Foi pensando em apoiar o desenvolvimento desse negócio que nasceu o programa VoeBiz. “Hoje, as PMEs representam parte significativa das viagens corporativas. Temos 13 mil clientes cadastrados no VoeBiz, número que vem crescendo de forma consistente”, conta Renzo Mello, diretor de Canais de Vendas da GOL. Para que essas empresas cheguem mais longe, a parceira do programa com a Air France e a KLM é fundamental. “O VoeBiz ajuda a empresa a se viabilizar. Com as

parceiras internacionais, damos ao Cliente a chance de acessar uma malha global, que o leva a fazer negócios em praticamente qualquer parte do mundo”, diz Mello. Segundo o diretor-geral Air France-KLM para América do Sul, Jean-Marc Pouchol, o VoeBiz “atende a uma necessidade de mercado, de viajar ao mesmo tempo que otimiza e controla o orçamento para as próximas viagens”. Isso porque as empresas conseguem gerenciar seus deslocamentos com a plataforma. Isso significa benefícios em dobro: o VoeBiz permite que a empresa Cliente acumule pontos para resgatar em

outras viagens e que o passageiro acumule milhas no seu programa de fidelidade preferido – Flying Blue ou Smiles. “Para a evolução do programa, a parceria Air France-KLM e GOL desenvolveu grupos de trabalho técnico, de divulgação e de relacionamento para entender onde podemos aprimorar e ter feedback das empresas que voam conosco. Essa colaboração contribuiu para ampliarmos o número de destinos e conexões entre as companhias, com foco em beneficiar o Cliente”, analisa Pouchol. Para saber mais sobre o programa, acesse voebiz.com.br.

PIZZA
É UMA PAIXÃO MUNDIAL
E A BRÁZ TAMBÉM É.

BRÁZ
ENTRE AS 10 MELHORES
PIZZARIAS DO MUNDO!



BRÁZ
PIZZARIA

SÃO PAULO | RIO DE JANEIRO | CAMPINAS
www.brazpizzaria.com.br

APAIXONADOS POR PIZZA COMO VOCÊ

*TONIE, THE GUARDIAN E CORRIERE DELLA SERA



EXCLUSIVO PARA VOCÊ

Nosso Cliente ganha mais tempo com o novo Edifício Garagem GOL – Estapar, no aeroporto de Congonhas

POR
Livia Scatena

Para nós, da GOL, o seu tempo é muito importante, e fazemos de tudo para que seja aproveitado da melhor forma. Por isso, recentemente lançamos o Edifício Garagem GOL – Estapar, no aeroporto de Congonhas, em São Paulo. Em breve, no estacionamento de cinco andares e 2,5 mil vagas, haverá totens de autoatendimento para que o Cliente possa realizar o check-in ou mesmo antecipar seu voo, agilizando assim o serviço. “Uma das palavras-chave do nosso trabalho é conveniência. Quem oferece os melhores serviços se sai melhor,

e é por isso que estamos sempre à frente”, afirma Victor Luconi, do Marketing da GOL. “Ao valorizar o tempo do nosso Cliente, temos uma preocupação constante em proporcionar a melhor experiência, desde a compra da passagem, passando pelo check-in, embarque, voo e no desembarque”, afirma Victor. “Agora, com o Edifício Garagem GOL – Estapar, ele ganha ainda mais tempo ao poder fazer seu check-in logo ao estacionar, em um ambiente exclusivo.” A diária pode ser reservada em voegol.com.br (R\$ 39,90 a compra antecipada).

CENTRAL DE VENDAS GOL 0300-1152121
SAC GOL 0800-7040465
CENTRAL DE ATENDIMENTO AO DEFICIENTE AUDITIVO 0800-7090466
CLIENTES ARGENTINA 0810-2663131
CLIENTES EUA E CANADÁ +1 855 862 9190
PAÍSES EM QUE AS PARCEIRAS OPERAM +55 11 5504-4410
GOLLOG 0300-1465564
SITE VOEGOL.COM.BR

LOJAS E QUIOSQUES BIT.LY/GOLPONTO
TWITTER @VOEGOLATENDE
SMILES (OURO E DIAMANTE) 0300-1157007
SMILES (SMILES E PRATA) 0300-1157001
CARROS (INTERNACIONAL) CARROS.VOEGOL.COM.BR
SEGURO E CARROS (DOMÉSTICO) VOEGOL.COM.BR/MINHAS RESERVAS
HOSPEDAGEM HOTEIS.VOEGOL.COM.BR
VOEBIZ VOEBIZ.COM.BR

CONFIRA NOSSAS OPÇÕES DE TARIFA EM VOEGOL.COM.BR E CONHEÇA AS AGÊNCIAS DE VIAGEM FILIADAS À ABAV EM BIT.LY/GOLABAV

FOTO DIVULGAÇÃO



TRAGA SEU FONE

Para que todos viagem com conforto e tranquilidade, não se esqueça de usar fone de ouvido

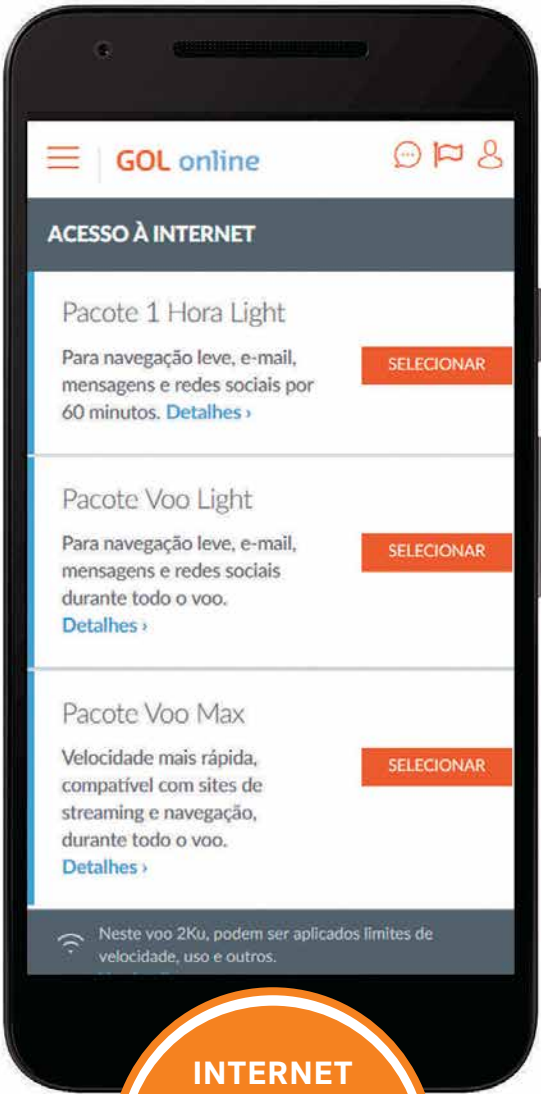
CONECTE-SE À INTERNET

Confira como acessar a internet a bordo e aproveitar conteúdo gratuito de filmes, séries e TV ao Vivo

- 1 Coloque seu dispositivo móvel em modo avião e habilite a função **wi-fi**
- 2 Conecte-se à rede “**gogoinflight**”
- 3 Abra o navegador e digite **wifionboard.com** e clique em **GOL Online** (se a navegação privada estiver ativada, desative-a para poder continuar)
- 4 Selecione o **pacote de internet** desejado
- 5 Cadastre-se ou faça **login em sua conta da GOGO** para efetuar a compra

GOL ONLINE

DISPONÍVEL PARA TODOS OS DESTINOS



INTERNET

Mantenha-se conectado: adquira um pacote de internet e aproveite para acessar suas redes sociais

TENHA ACESSO A TODOS ESSES APPS E MUITO MAIS



ENTRETENIMENTO GRATUITO

Saiba como acessar o conteúdo do nosso catálogo de bordo

1 Conecte-se à rede “gogoinflight”

2 Abra o navegador e digite **wifionboard.com** ou entre no app da GOL e clique em **GOL Online**

3 Na página inicial, acesse a seção exclusiva de **TV ao Vivo** com os canais disponíveis



PARCEIRAS
GLOBO GLOBOSAT Claro

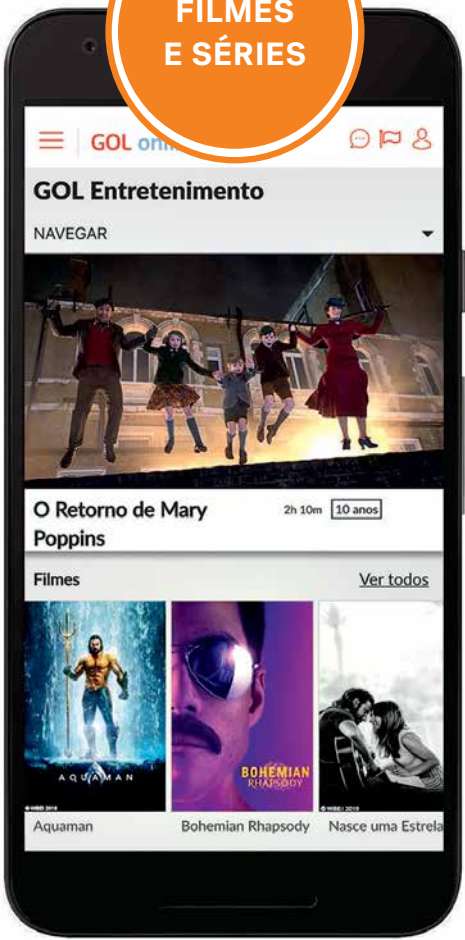
PODCAST

Em parceria com a BlastU Podcast, oferecemos podcasts que trazem assuntos sobre inovação e empreendedorismo. A cada bimestre, disponibilizamos três gravações, com papos de dois líderes do mundo dos negócios. Confira os que estão no ar agora

EVERSON LOPES E PAULO NOGUEIRA BATISTA
FERRAMENTAS PARA CRESCER NOS NEGÓCIOS

ANDREA SCHWARZ E CAROLINA VIDEIRA
DIVERSIDADE COMO FATOR ESTRATÉGICO

FILMES E SÉRIES



4 Clique em Reproduzir

5 Escolha o título que desejar – são 77 filmes, séries e podcasts disponíveis



PEQUENO ADULTO

O ator, músico e apresentador **Hugo Bonemer** escolhe um filme do nosso catálogo

“Gosto muito de histórias de herói e adorei *Shazam!*. O filme é muito engraçado, me lembrou *Quero ser grande*, que também tem o mote da criança assumindo, magicamente, o corpo de um adulto. Além disso, a atuação de Zachary Levi segura demais a história. O que eu mais gosto em filmes de super-heróis é o fantasioso: quanto menos realista, mais legal. Quando uma história tira o pueril do personagem, eu me afasto. No caso do *Shazam!*, até a roupa dele é carnavalesca, descolada daquela seriedade que torna boas histórias desinteressantes. E é um ótimo filme para se ver num voo, já que diverte e distrai.”

CURIOSIDADES DO NOSSO CONTEÚDO GRATUITO

SHAZAM!
FOI O FILME MAIS VISTO EM SETEMBRO

30.200
VEZES O LONGA FOI VISUALIZADO NAQUELE MÊS

202.062
VEZES NOSSOS CLIENTES VIRAM OS FILMES DO GOL ONLINE

15.200
VIEWS TEVE UM EPISÓDIO DO HUMORISTA AFONSO PADILHA

96.19
VEZES NOSSOS CLIENTES VIRAM O CONTEÚDO DE TV DO GOL ONLINE

ESTREIAS

Confira títulos que acabam de entrar para o nosso catálogo



X-MEN: FÊNIX NEGRA
OS SUPER-HERÓIS E O FUTURO DE UM MEMBRO DO GRUPO



GODZILLA II: REI DOS MONSTROS
GIGANTES DEIXAM A HUMANIDADE EM RISCO



SHAFT
APÓS PERDER AMIGO, FILHO PEDE AJUDA AO PAI PARA INVESTIGAR

MAIS DICAS NO AR

Novos quadros do canal Te Levo de Milhas descomplicam ainda mais o universo das milhas

FOTO
Livia Scatena

Viajar é bom, mas viajar com milhas é melhor ainda. Amanda Antunes, a Amandinha (abaixo), sabe bem disso e explica termos do universo dos programas de fidelidade no novo quadro *Wikimilhas*, do canal Te Levo de Milhas, no YouTube. A partir de um glossário didático, ela ensina, por exemplo, o que é uma milha. Pode parecer óbvio, mas você sabe? É uma unidade de distância, que virou a palavra usada para se referir à moeda virtual válida como um benefício que você recebe por ser fiel ao programa de fidelidade de uma companhia aérea. Outros termos, como “acúmulo” – quando você acumula os gastos em milhas no programa de fidelidade – também são destrinchados por ela. Para saber como viajar com milhas, o quadro *Quem quer ser um milheiro na prática?* ensina tudo. Os principais passos são concentrar todas as compras



FOTO DIVULGAÇÃO/SMILES

no cartão de crédito – elas podem ser transferidas como milhas para o programa da companhia aérea –, fazer parte do clube de milhas de seu programa de fidelidade, aproveitar para comprar na plataforma do seu programa (se disponível), entre outros. É o que tem feito a especialista em finanças Ana Laura Magalhães, que está acumulando milhas para ir ao Japão e traz seu desafio no quadro. Depois de conseguir resgatar a passagem com milhas, é hora de se informar mais sobre a viagem. Sabia que o brasileiro não precisa de visto para entrar em mais de 150 países? Para saber quais exigem o documento, é só acessar o site bit.ly/vistosmiles. Por outro lado, para visitar alguns lugares, é imprescindível obter um certificado internacional de vacinação emitido pela Anvisa pelo menos dez dias antes da viagem. São detalhes que quem está com viagem marcada deve conferir. Mas há muitos outros. O passaporte, por exemplo, deve ter, no mínimo, seis meses de validade antes da data de volta. Outro ponto que o viajante deve considerar é contratar um seguro-viagem, que funciona como um plano de saúde temporário. Ele pode, inclusive, ser contratado com milhas, caso a passagem também tenha sido emitida com elas. “É só acessar o site do seu programa de fidelidade e checar se ele faz isso”, ensina Amanda Antunes em outro quadro, o *Tudo sobre*. Para ficar por dentro de tudo e aprender com o canal Te Levo de Milhas, acesse o site youtube.com/televodemilhas e inscreva-se.

NOS VOOS DA GOL

Agora no seu voo com a GOL, você pode assistir ao quadro *O mapa das milhas*, também apresentado por Amandinha. Ela dá dicas sobre Buenos Aires e traz roteiros precisos para explorar cada atração no episódio que está disponível no GOL Online, conteúdo de entretenimento gratuito da GOL. Confira.

VALE MAIS

Voar com a GOL sempre rende milhas resgatáveis para os Clientes Smiles. Basta adicionar seu número na compra ou no check-in. Assim, cada real gasto em voos domésticos garante 3 milhas na tarifa Max, 2 na Plus, 1 na Light e 1 na Promo. Já em voos internacionais você acumula segundo a distância – o acúmulo mínimo é de 1.000 milhas. Além das diferenças entre tarifas, as formas de acumular dependem da categoria Smiles. A validade das milhas também varia e, em comemoração aos 25 anos da Smiles, a validade das milhas acumuladas GOL foram ampliadas; confira abaixo:

CATEGORIA SMILES

- Validade: 6 anos para as milhas resgatáveis acumuladas em voos GOL e 3 anos para as demais milhas resgatáveis*



CATEGORIA PRATA

- Validade: 6 anos para as milhas resgatáveis acumuladas em voos GOL e 3 anos para as demais milhas resgatáveis*



CATEGORIA OURO

- Validade: 8 anos para as milhas resgatáveis acumuladas em voos GOL e 4 anos para as demais milhas resgatáveis*



CATEGORIA DIAMANTE

- Validade: 20 anos para as milhas resgatáveis acumuladas em voos GOL e 10 anos para as demais milhas resgatáveis*



Além das milhas resgatáveis, o Cliente acumula trechos e milhas qualificáveis, que ajudam a subir de categoria. Cada parceira tem suas regras de acúmulo. Veja em smiles.com.br

* A partir da data de acúmulo, exceto para milhas bônus

Smiles. O programa de fidelidade da



Companhias aéreas parceiras



DO TAMANHO DA SUA FOME

Nossos voos têm opções gratuitas, de minicookies a refeições quentes



SERVIÇO DE BORDO GRATUITO

VOOS NACIONAIS (1)

Bateu fome? Escolha um snack Mãe Terra, gratuitos em voos acima de 38 minutos:

- Linha salgada Tribos, no sabor azeite e ervas e Zooreta, no sabor pizza*.
- Minicookies integrais, no sabor cacau e castanhas (1).
- Em todos os voos: café, suco, refrigerante e água.

PONTE AÉREA (2)

Em voos entre Congonhas e Santos Dumont, oferecemos:

- Das 6h às 10h: bolos e sanduíches.
- Das 10h às 17h30: chips de batata orgânica, snack Tribos ou minicookies da Mãe Terra (integrais e orgânicos) e Zooreta para as crianças.
- Das 17h30 às 23h: bolos, sanduíches, donuts e esfihas.
- Às quintas e sextas, das 17h às 23h: happy hour com burger Wessel e cerveja.
- Em todos os voos: café, suco, refrigerante e água.

SERVIÇOS ESPECIAIS

- Pão de queijo Catupiry® entre os trechos Congonhas-Santos Dumont e Brasília-Congonhas, às segundas e terças, das 6h às 10h.

VOOS INTERNACIONAIS (3)

Quanto mais longa a viagem, mais possibilidades:

Na Classe GOL Premium:

- Comidas quentes, espumante da linha Seival by Miolo como welcome drink, suco, refrigerantes e bebidas quentes no café da manhã e bebidas alcoólicas, como vinhos branco e tinto e cerveja, nos demais horários.
- Voos acima de 5 horas: couvert, refeição (salada com duas opções de prato: vegetariano ou proteína e sobremesa). Antes pousar, é servido um sanduíche quente.

Na Classe Econômica:

- Voos de até 5 horas: sanduíches ou refeições leves.
- Voos acima de 5 horas: refeições quentes completas, com sobremesa.
- Em todos os voos: bebidas não alcoólicas variadas.

VENDA A BORDO

VOOS NACIONAIS (4)

Nosso menu de bordo, disponível em voos nacionais com mais de 1h15 de duração, é do tamanho da sua fome. Temos de snacks, como Kit Kat, a pão de queijo Catupiry® e sanduíches, inclusive vegetariano de pesto. Se a ideia for almoçar uma refeição completa, oferecemos também. Confira no bolsão à sua frente! E, no próximo voo, escolha seu lanche ao comprar a passagem (PRE ORDER) e ganhe desconto.

* VERIFICAR DISPONIBILIDADE COM A TRIPULAÇÃO

FOTO ANGELO DAL BÓ / DIVULGAÇÃO

Só na GOL, você tem burger Wessel de graça.

Quem voa na ponte aérea com a GOL aproveita melhor o tempo curtindo uma experiência inesquecível.



#NOVAGOL.
Novos tempos no ar.

Em parceria com AIRFRANCE / KLM
Todas as quintas e sextas-feiras, a partir das 17h. Na ponte aérea RIO-SP.



ENCONTRE-SE

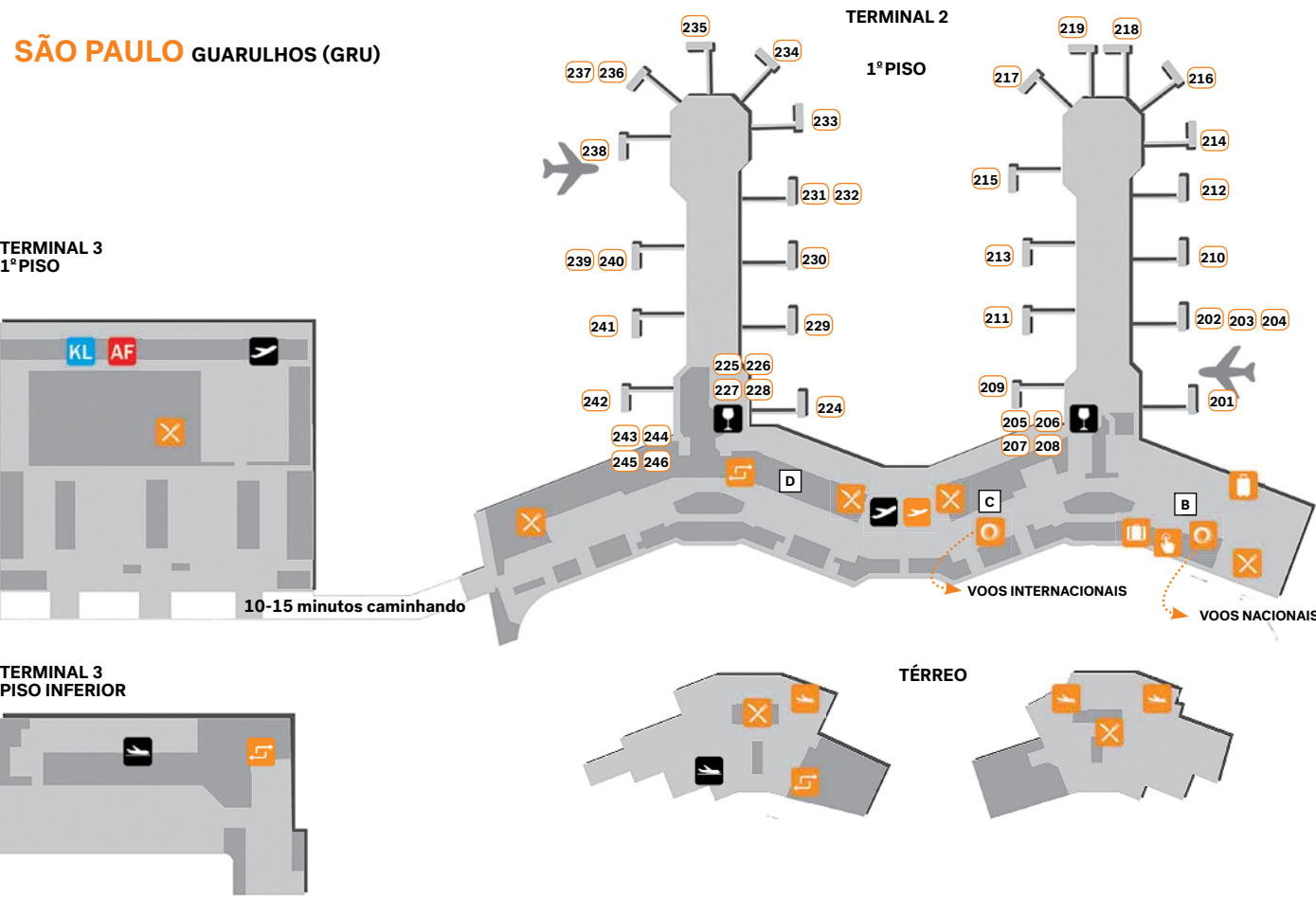
Confira nossos serviços nos principais aeroportos do país. Nossos colaboradores também estão sempre a postos para ajudar caso precise de mais informações

-  ALIMENTAÇÃO
-  AUTOATENDIMENTO
-  CHECK-IN GOL
-  CHECK-IN AIR FRANCE
-  CHECK-IN KLM
-  CONEXÃO GOL
-  CONTE COMIGO
-  DESEMBARQUE DOMÉSTICO
-  DESEMBARQUE INTERNACIONAL
-  DESPACHO DE BAGAGEM
-  EMBARQUE DOMÉSTICO
-  EMBARQUE INTERNACIONAL
-  GOL BAGAGEM EXPRESSA
-  GOL PREMIUM LOUNGE
-  LOJA GOL
-  PORTÃO DE EMBARQUE

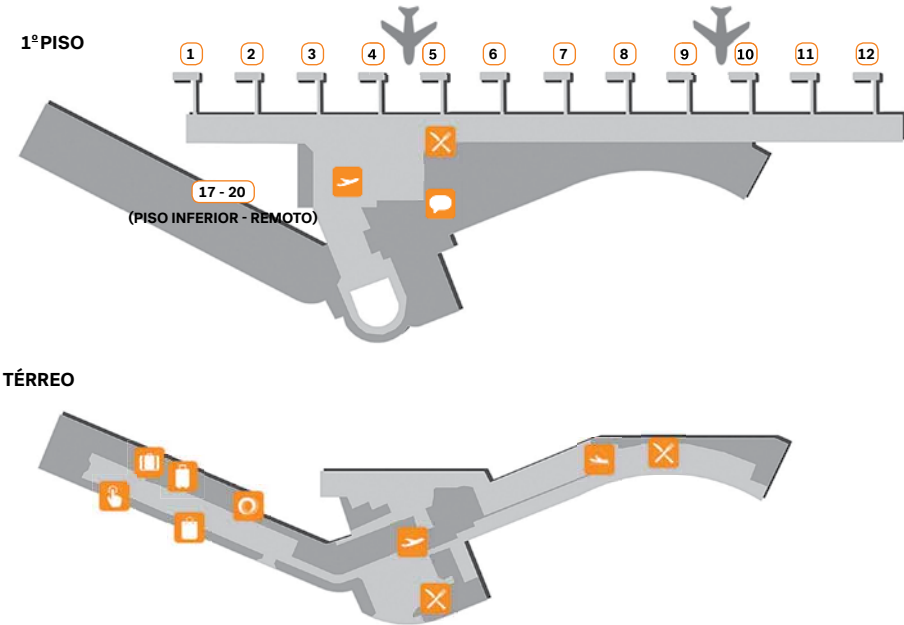
DICAS PARA CONEXÃO

- Verifique o portão de embarque do próximo voo no aplicativo GOL, ou nos monitores do aeroporto.
- Dirija-se imediatamente ao portão e lembre-se de que o embarque encerra 15 minutos antes do horário previsto de saída do voo.
- A GOL é a única empresa aérea com lounges domésticos nos aeroportos de Guarulhos (GRU) e Galeão (GIG). Conheça os detalhes de acesso em voegol.com.br.

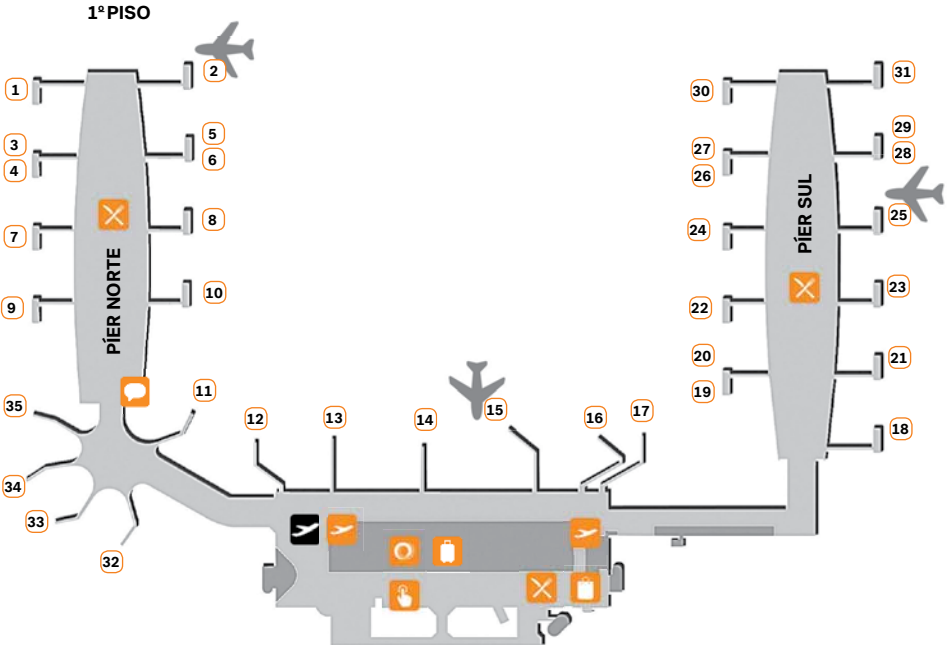
SÃO PAULO GUARULHOS (GRU)



SÃO PAULO CONGONHAS (CGH)

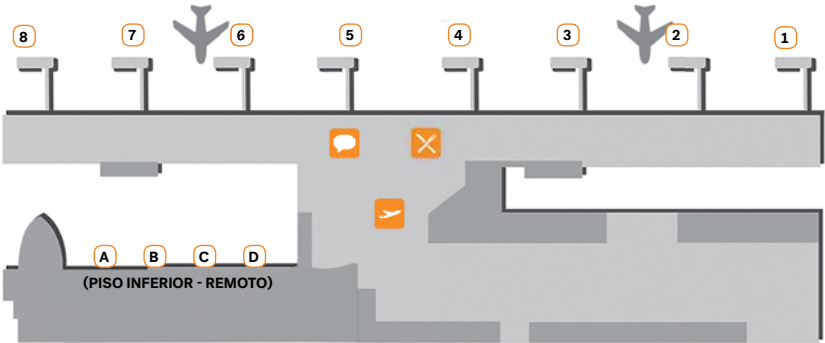


BRASÍLIA (BSB)



RIO DE JANEIRO SANTOS DUMONT (SDU)

1º PISO

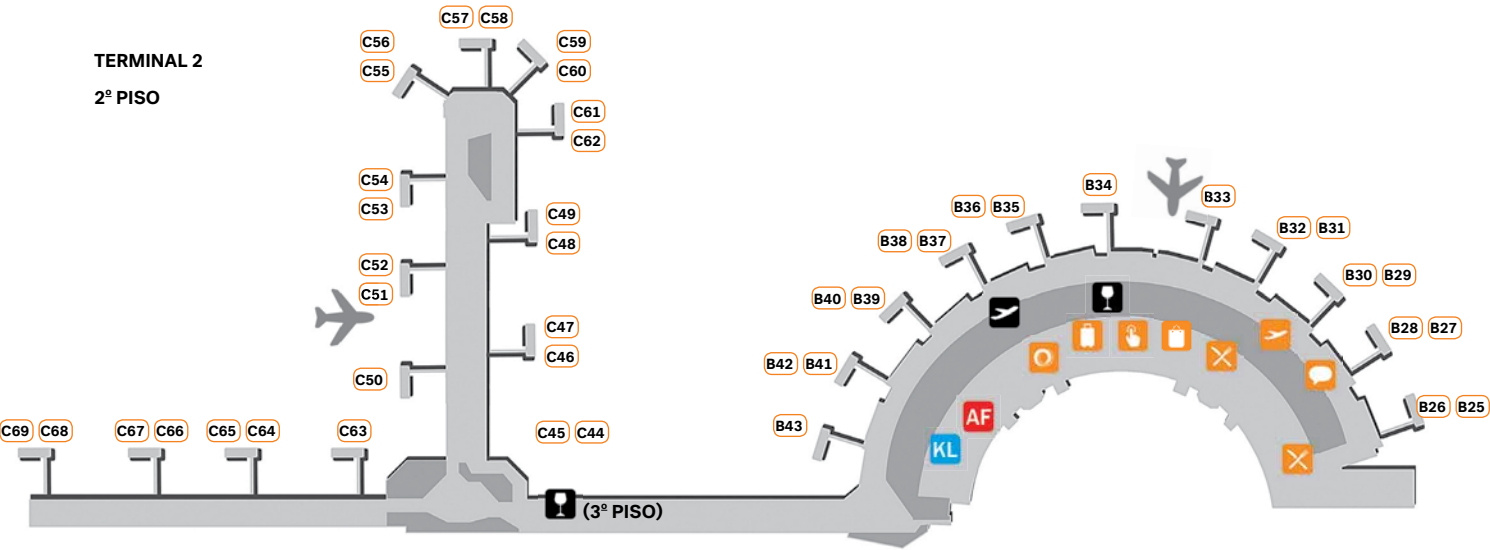


TÉRREO

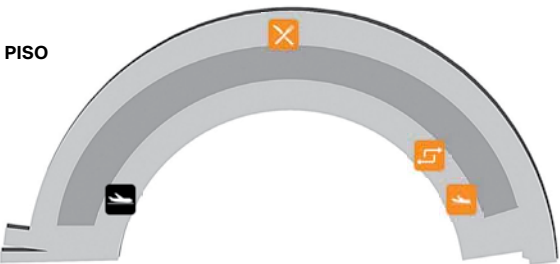


RIO DE JANEIRO GALEÃO (GIG)

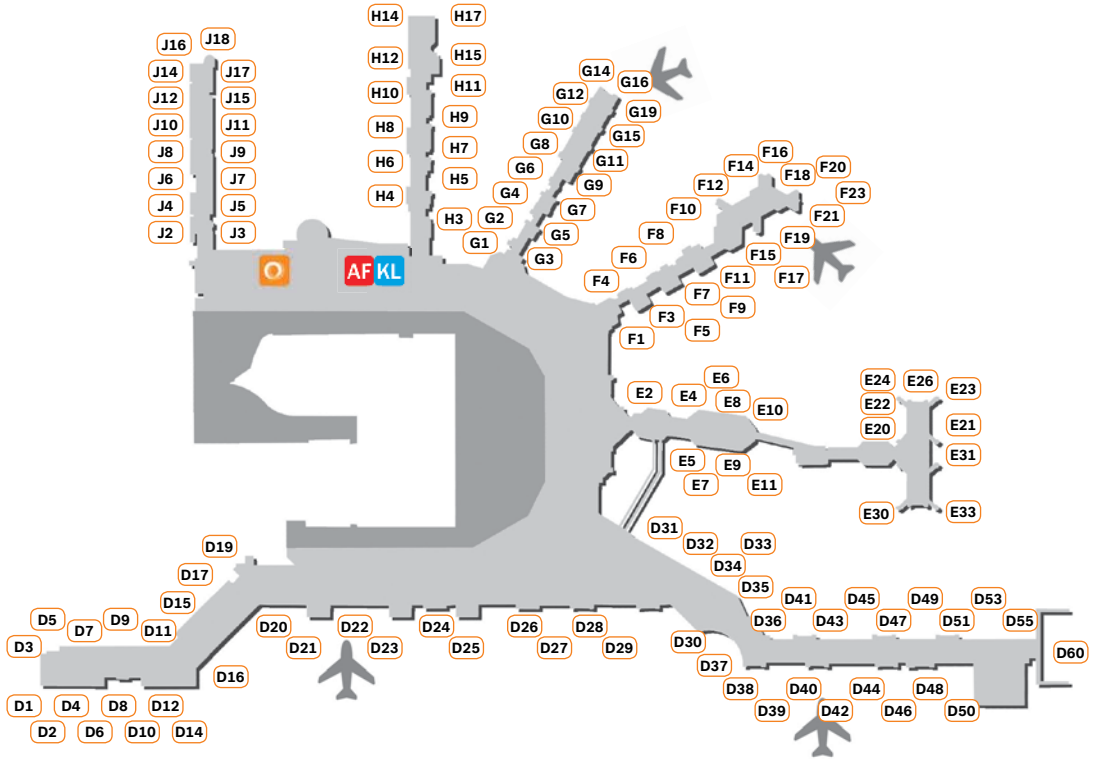
TERMINAL 2
2º PISO



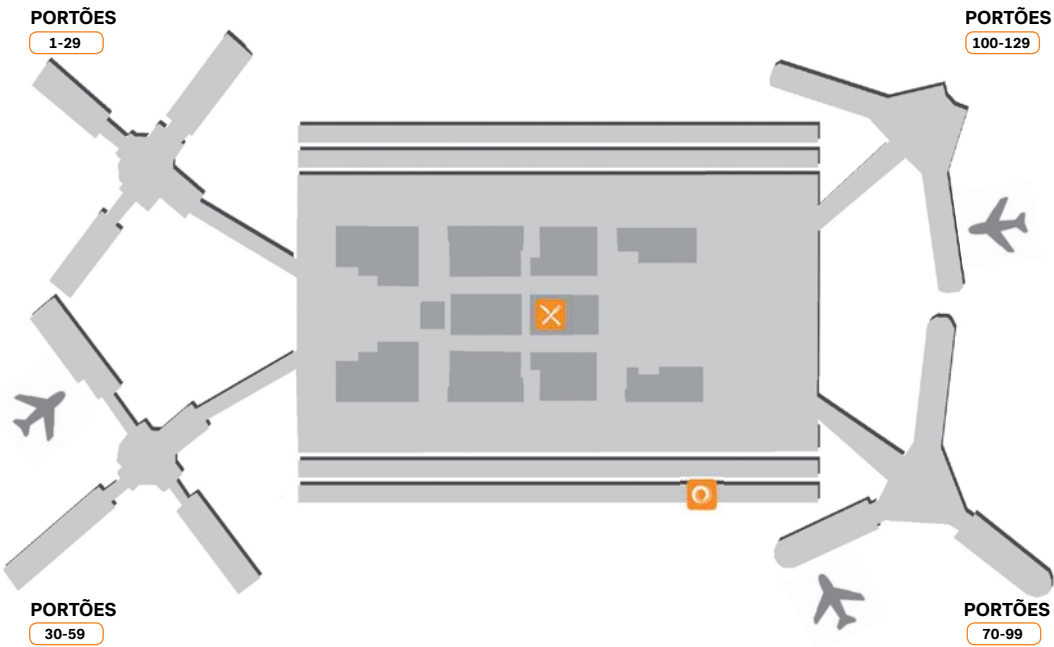
1º PISO



MIAMI (MIA)



ORLANDO (MCO)



Abrimos novos caminhos nos labirintos da gestão.

A gente se esforça para que a sua empresa atinja o nível mais alto no mundo dos negócios. Para isso, utilizamos métodos de alta qualidade, comprovados por mais de 800 clientes de diversos segmentos do mercado.

Por meio das nossas soluções de **consultoria, BPO e tecnologia**, conseguimos simplificar a sua gestão de negócios, agilizando processos administrativos, financeiros, tributários e muito mais.

A gente toma conta de tudo que envolve o seu sucesso, cuidamos dos negócios de ponta a ponta e fazemos a sua empresa voar!

Acesse o nosso site,
conheça mais e traga os
seus desafios para a GGP!

www.ggp.com.br



Rua da Consolação, 439 | São Paulo/SP
faleconosco@ggp.com.br | +55 (11) 2173 8000



COM NOSSAS PARCEIRAS

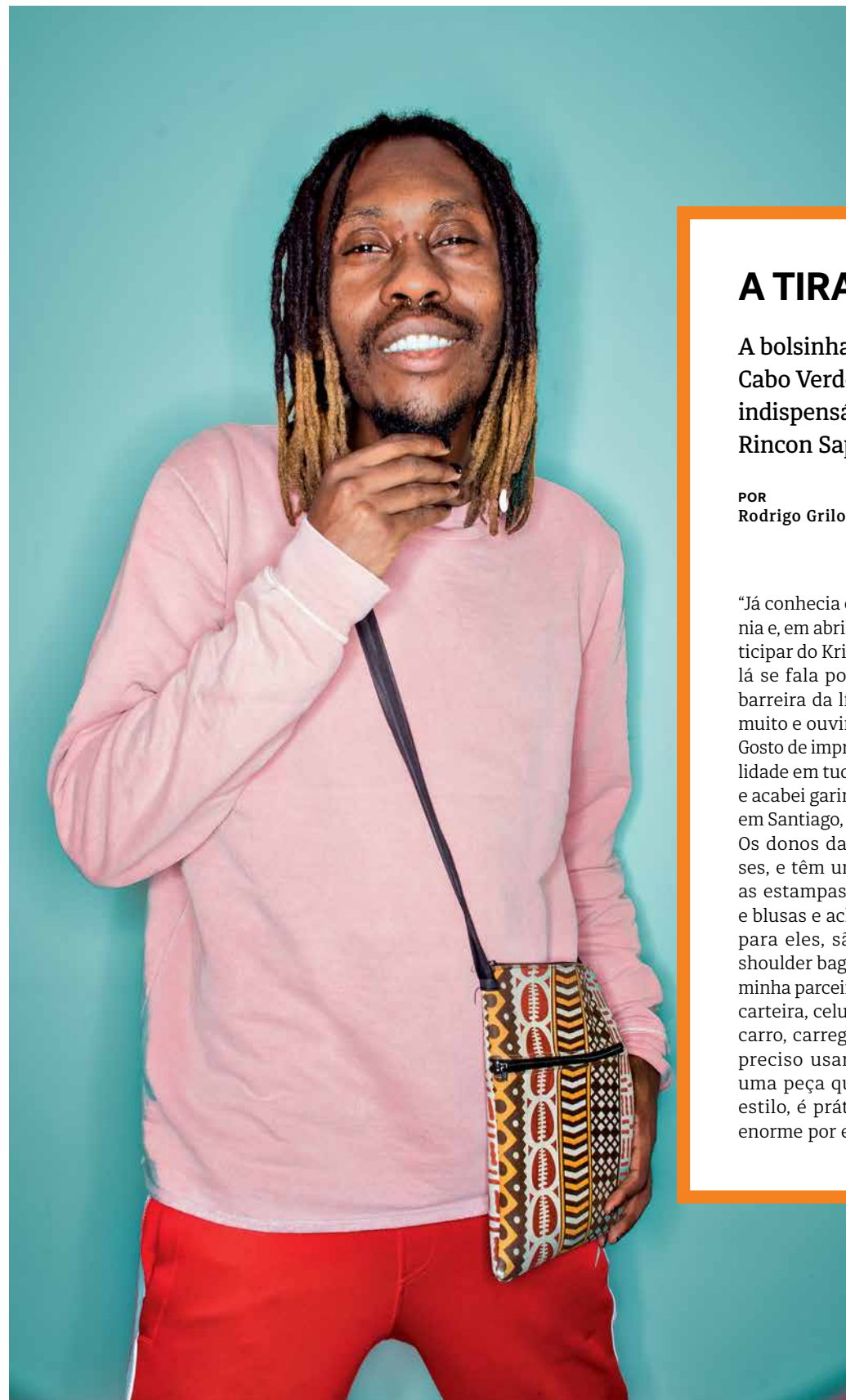
Com elas, levamos você para mais de dez países nas Américas do Sul e Central e na Europa. Você ainda pode voar para mais de 800 destinos com a Smiles. Confira em smiles.com.br.



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



A TIRACOLO

A bolsinha trazida de Cabo Verde virou item indispensável para o músico Rincon Sapiência

POR
Rodrigo Grilo

FOTO
Nino Andrés

“Já conhecia o Senegal e a Mauritânia e, em abril, fui a Cabo Verde, participar do Kriol Jazz Festival. Como lá se fala português, não tinha a barreira da língua e pude circular muito e ouvir as histórias do povo. Gosto de imprimir a minha personalidade em tudo o que tenho ou faço e acabei garimpando essa bolsinha em Santiago, uma das ilhas do país. Os donos da loja eram senegaleses, e têm uma relação forte com as estampas. A gente olha calças e blusas e acha tudo incrível, mas, para eles, são comuns. A minha shoulder bag é uma desbravadora, minha parceira. Dentro dela carrego carteira, celular, chave de casa, do carro, carregador de bateria, nem preciso usar mochila. Encontrei uma peça que representa o meu estilo, é prática. Tenho um afeto enorme por ela.”



SHOP ONLINE

vilaromana.com.br

[f](#) [i](#) @vilaromanaoficial

VILA ROMANA

VICTOR HUGO

A&T / BR



#VICTORHUGOSUMMER2020

BARBARA DI CREDDO

SÃO PAULO - RIO DE JANEIRO - SALVADOR - AEROPORTO DE CONGONHAS - CURITIBA - PORTO ALEGRE - BRASÍLIA - BELO HORIZONTE - FORTALEZA - CUIABÁ - SÃO LUIS - VITÓRIA - MANAUS - BELÉM - GOVÂNIA - FLORIANÓPOLIS - SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - CAMPINAS - SOPOCABA - RIBEIRÃO PRETO - MAIA GUARULHOS - TAMBORÉ BARUERI - PIRACICABA - SANTO ANDRÉ - MOGI DAS CRUZES - SÃO CAETANO DO SUL - SANTOS - BAURU - JUNDIAI - UBERLÂNDIA - CAMPO GRANDE - CAXIAS DO SUL - MARINGÁ - LONDRINA - BALNEÁRIO CAMBORIÚ - BLUMENAU - FOZ DO IGUAÇU

BACKPACK LADY LINK 1K EM MIX CANVAS GRAY/BK/HUE - 10 X R\$ 292,00 OU À VISTA R\$ 2.920,00. • SCARF 60X80 ARABESCO SUNSHINE - 3 X R\$ 105,00 OU À VISTA R\$ 315,00. • SUNGLASS VH MARROM/ROSA 0913 - 6 X R\$ 125,00 OU À VISTA R\$ 750,00.

PREÇOS VÁLIDOS ATÉ 21/12/2019 OU ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES (PREVALECENDO O QUE OCORRER PRIMEIRO).
WWW.VICTORHUGO.COM.BR [f](#) OFICIAL_VICTORHUGO [@VICTORHUGO_OFICIAL](#)