MELHOR REVISTA CUSTOMIZADA
PROPMARK 2019

SELO MUNICIPAL SP
DIREITOS HUMANOS E DIVERSIDADE 2019

GOL

DIREITO DE VIVER

Conheça **KATIELE FISCHER**, a mãe que transformou a vida da filha **ANNY** e a de milhares de brasileiros ao conseguir a liberação de um remédio à base de *Cannabis*

PARCEIRAS:

AIRFRANCE KLM

100% orgânicos

Estamos comemorando um fato muito importante: a partir deste mês, todas as alfaces e os tomates servidos nos restaurantes Madero são orgânicos. Nas nossas fazendas, as plantas crescem livres de agrotóxicos e vão para a sua mesa com a menor intervenção possível. A busca pelos melhores ingredientes segue com a carne de gado criado solto e outros segredos da nossa cozinha, que você pode descobrir no site e experimentar nos mais de 180 restaurantes em 17 estados e no Distrito Federal. Já chegamos no Aeroporto Internacional Afonso Pena, em São José dos Pinhais (PR), e no Aeroporto Internacional de Brasília. Nosso próximo destino é o Aeroporto Santos Dumont (RJ).

O hamburger do
MADERO
faz o mundo melhor.

RESTAURANTEMADERO.COM.BR
maderobrasil

Acesse segredosdomadero.com.br e encontre o Madero mais próximo de você!

GOL+ Conforto. Mais espaço entre as poltronas em todos os voos.

#NOVAGOL. Novos tempos no ar.

Em parceria com AIRFRANCE KLM

Serviço disponível mediante pagamento.

GOL

AlmapBBDO

Mania de Churrasco!

PRIME STEAK & BURGER

JÁ PROVOU UM **BURGER** COM SABOR DE **CHURRASCO DE VERDADE?**

- ☑ 100% Carne de ANGUS Certificada
- ☑ Burger 150g
- ☑ Feito no FOGO FORTE
- ☑ Temperado apenas com SAL GROSSO
- ☑ Pão levemente crocante

Mais de 70 restaurantes nos melhores shoppings

São Paulo | Rio de Janeiro | Paraná | Santa Catarina | Minas Gerais | Goiânia | Brasília

Aeroportos RJ - GIG - RIOgaleão | SP - GRU - T2 Airport | SC - FLN - Floripa Airport

JK 500 Av. Juscelino Kubitschek, 500 - Itaim Bibi - São Paulo - SP

www.maniadechurrasco.com.br

FreeCô

Viajar com amigos é ótimo!
Não deixe ***CERTOS CHEIROS*** *estragarem isso.*

Neste verão, garanta seu FreeCô:
o mais prático e eficaz contra o
mau cheiro do nº 2.

Compre já nas melhores farmácias, supermercados, lojas de utilidade, perfumarias e pelo site freeco.com.br.

/FreeCoBrasil

FOTO DANIEL ARATANGY

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.

Nº 214 JANEIRO 2020

1

EMBARQUE

Adoniran Barbosa no cinema; Carlos Lyra e seu álbum de inéditas depois de 25 anos; e o Paço das Artes em endereço definitivo em São Paulo

PÁG. 19

2

VIAGEM

A rua do bochicho em Itacaré, na Bahia; um roteiro de cachoeiras para começar o ano bem; relax em Punta Cana; e Florianópolis, a ilha do bem-estar

PÁG. 39

3

VIDA, TEMPO E TRABALHO

As inspirações de Adriana Barbosa, criadora da Feira Preta; um papo entre guarda-vidas; a luta de Katiele Fischer pela saúde da filha

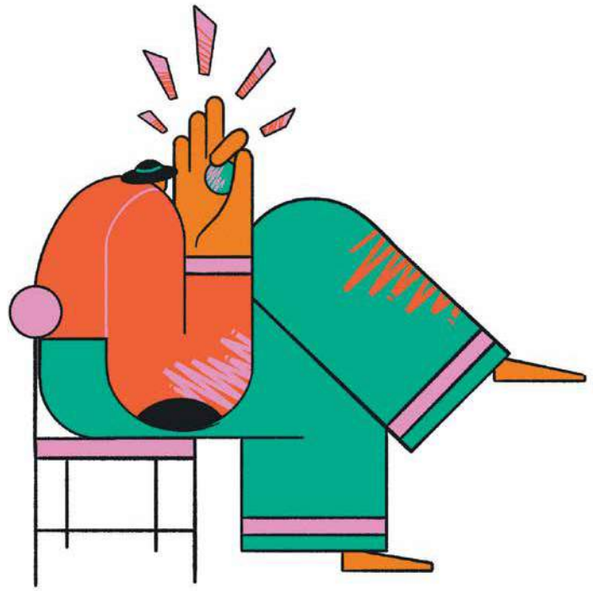
PÁG. 69

4

#NOVAGOL

Os novos uniformes, apresentados pelos nossos Colaboradores; a parceria do Instituto GOL com a AACD; e conforto no GOL Premium Lounge

PÁG. 95



HORA DE REVER

Não é fácil mudar de opinião e rever nossa posição sobre questões que há anos tratamos de uma mesma maneira. Nos tempos polarizados em que vivemos, quando muitas vezes "ganhar" uma discussão parece valer mais do que ouvir genuinamente o outro, fica ainda mais difícil reconsiderar antigos pontos de vista e assumir abertamente que mudamos de ideia.

Mas acredito muito que estar aberto para aprender coisas novas e repensar nossas certezas, quantas vezes forem necessárias, é uma habilidade fundamental para quem tem a pretensão de lidar bem com as mudanças do presente e, mais ainda, com as do futuro. E a empatia talvez seja a mais importante ferramenta para nos ajudar a avançar nessa direção.

Exatamente por conta dessa nossa crença no potencial da empatia para quebrar as barreiras do preconceito e da ignorância, escolhemos contar a história de Katiele Fischer. Mãe da Anny, portadora de uma síndrome rara que causa graves e frequentes crises de epilepsia, Katiele foi a primeira brasileira a conseguir na Justiça uma licença para o uso de um medicamento feito à base de canabidiol. Derivado da *Cannabis*, o remédio reduz drasticamente os graves sintomas gerados pela condição da filha, garantindo uma qualidade de vida infinitamente melhor à menina, hoje com 11 anos.

Falar da trajetória de luta dessa mãe, que anos atrás conseguiu a duras penas abrir caminho para que outras famílias se beneficiassem da mesma decisão, no momento em que a Anvisa acaba de anunciar a liberação do uso medicinal dessa substância, é duplamente satisfatório. Primeiro, porque demonstra que seguimos oferecendo as páginas dessa revista para que possamos refletir com alguma profundidade sobre temas importantes para o país e o mundo. Depois, porque funciona como uma dose extra de otimismo para começarmos o ano certos de que, conversando, a gente supera tabus e evolui como sociedade.

A capacidade de repensar certezas é uma habilidade fundamental para lidar com as mudanças

Que em 2020 possamos continuar juntos nesse exercício, tão prazeroso quanto desafiador, de fortalecer a escuta ativa, a empatia e a tolerância. Quem sabe assim consigamos nos aproximar, cada vez mais, do Brasil que nos inspira?

Bom voo, boa leitura e um ótimo 2020!

PAULO KAKINOFF É PRESIDENTE DA GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES

ILUSTRAÇÕES VAPOR324 / ZÉ OTAVIO

artplan

QUE TAL UMA VIAGEM EM QUE VOCÊ É O PILOTO, SEUS AMIGOS OS PASSAGEIROS E DÁ PRA POUSAR ONDE QUISER?

Ser dono da sua viagem é poder curtir o caminho do seu jeito. Por isso, a gente conta com mais de 600 agências para você escolher o carro ideal, aonde quer que vá.
Alugue um carro na Localiza Hertz.

Escaneie aqui e reserve pelo celular

alugue pelo app | localizahertz.com | 0800 979 2000

Localiza Hertz

FURACÃO DE ALEGRIA

Anny e sua mãe, Katiele Fischer, encantaram a equipe durante o ensaio de fotos e a entrevista

Katiele Fischer aceitou de cara o convite para estampar a capa da revista GOL com a filha, Anny. Mas, logo fez duas perguntas: “Por que vocês querem a gente? Nós somos tão especiais assim?”. Depois de explicado o motivo – ela é um exemplo de mulher e mãe que luta para o bem-estar da filha e, por tabela, da sociedade –, respirou animada. O ensaio foi em um estúdio em Brasília, cidade em que a família Fischer mora. O fotógrafo, Daniel Aratangy, já conhecia a batalha de Katiele, mas ficou ainda mais admirado ao conhecê-la. “A maneira leve e descontraída com que ela demonstra o carinho por Anny é comovente”, diz ele. “Quando elas foram embora, a equipe estava de queixo caído. Parecia que um furacão de alegria e amor tinha passado por nós. Soa piegas, mas a Katiele desperta isso na gente.” A jornalista Carol Sganzerla, que foi à casa da família para fazer a entrevista, ficou com a mesma impressão. “Assim como a mãe, a Anny é uma menina apaixonante. Do seu jeitinho, ela presta atenção em tudo o que acontece e tem presença iluminada. Tive o privilégio de poder conhecer de perto essa família, que, apesar de todas as dificuldades, comemora a vida todos os dias”, afirma.

GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES

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

REVISTA GOL LINHAS AÉREAS INTELIGENTES Editor-Presidente **PAULO LIMA** Diretor Superintendente **CARLOS SARLI** Diretora de Eventos e Projetos Especiais Proprietários **ANA PAULA WEHBA** Diretor de Conteúdo **FELIPE GIL** Diretor de Estratégia **CRISTIANO FROIS** Diretor de Relações com o Mercado e Atendimento **CLAUDIO GOVEA** Diretor Financeiro **EDUARDO ZANONI** Conselho Editorial **CONSTANTINO DE OLIVEIRA JR.**, **JOAQUIM CONSTANTINO NETO**, **PAULO SÉRGIO KAKINOFF**, **LORAINE RICINO**, **STEFFIE BEATRIZ WATANABE**, **HALLIA MAKANSE**, **GABRIEL DE OLIVEIRA JOSÉ**, **ANA THEREZA CREMONINI** e **MÁRCIA NUNES**

LAB DE CONTEÚDO Diretora de Criação **RAFAELA RANZANI** Editora Executiva **JULIA FURRER** Coordenadora **RAQUEL FORTUNA** Editora GOL **LUISA ALCANTARA E SILVA** Editores **BRUNA BITTENCOURT** e **DOUGLAS VIEIRA** Editor Digital **ALEXANDRE MAKHLOUF** Editora Assistente **NATHALIA ZACCARO** Repórteres **CAROLINA ITO**, **MAYARA ROZARIO** e **NATALIA GUARATTO** Revisora **LUIZA THEBAS** Diretor de Arte GOL **THIAGO BOLOTTA** Editor de Arte Gol **RODRIGO PICKERSGILL LOUZAS** Editor de Arte **GIOVANNI TINTI** Designer **MARIANE AYROSA** Assistente de Arte **HEITOR LOUREIRO** Produtora Executiva Gol **CARLA ARAKAKI** Produtora Executiva **ADRIANA VERANI** Assistente de Produção **LETÍCIA PUGLIESI**
AUDIO VISUAL Gerente **EMILIANO GOYENECHE** Editores de vídeo **FERNANDO MARTINS**, **LUDMILA DAHER** e **NATHALIA CARIATTI** Videomaker **LUCIANO AZEVEDO** Produtora **JULIANA FARINHA** Repórter **SHEYLA MIRANDA**
ESTRATÉGIA MULTIPLATAFORMA Gerente Digital **CINARA MOURA** Coordenadora de BI **YARA ELEUTERIO** Coordenador de Planejamento **AMANDA ABREU** Estagiária **DANDARA FONSECA**

PRODUÇÃO GRÁFICA Gerente **WALMIR 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 **NATHALIA VIEIRA** nathalia.vieira@trip.com.br **CRISTIANA CIPRIANO** cristiana.cipriano@trip.com.br e **RAPHAEL PIRES** raphael.pires@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** alaormachado@a2representacao.com.br (61) 98102-8855 GO Versus Representação **ANTONIO CORDEIRO (TONTON)** tonton.front@terra.com.br (61) 9655-1684 MG Box Private Media **RODRIGO FREITAS** rodrigo@boxprivatemedia.com (31) 4042-2277 (31) 99421-6777 PR Consultoria Resultado **JEFERSON BRONZE** jefersonbronze@consultoriaresultado.com.br (41) 9695-3288 RJ X2 Representação **ALEXANDRA LIBERO** alexandralibero@xaoquadrado.com.br (21) 3177-1430 e (21) 99914-0450 **ZEIRY DIAS** zeirydiasxaoquadrado@gmail.com (21) 98762-8254 RS/SC Ad O2 (51) 3028-6511 **ADO HENRICHS** ado@adeodois.com.br (51) 9191-8744 **MARIANA ROSSARI** mari@adeodois.com.br (51) 99101-2803 SP Prime Media Representações **ANTONIO CARLOS BONFÁ JUNIOR (TOTÓ)** 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** regina@trip.com.br Planejamento **VICTOR MARTINEZ** Editoras de Arte **DENISE AIRES** 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.

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 ADRIANA NAZARIAN, ALAN DE FARIA, ALANA DELLA NINA, AMANDA ABREU, AUGUSTO TRIARTE, CARLA CONTE, CAROL SGANZERLA, HEITOR FLUMIAN, KARINA SÉRGIO GOMES, LEANDRO KARNAL, LIVIA SCATENA, NINA RAHE, RODRIGO GRILO FOTOS CARLA ARAKAKI, CHICO KFOURI, DANIEL ARATANGY, FELIPE GOMBOSSY, LUCAS BORI, NINO ANDRÉS ILUSTRAÇÃO BEL ANDRADE LIMA, CAROL ITO, JOÃO GALERA, VAPOR 324, ZÉ OTAVIO BELEZA VANESSA BARONE PRODUÇÃO MELISSA BALTAZAR

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

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*

FOTO RAQUEL ESPÍRITO SANTO

COMO SERÁ O AMANHÃ?

"Que alegria ver a entrevista que concedi à revista GOL *[reportagem 'De olho no futuro', ed. 213]*. Obrigada a todo o time pela oportunidade de falar sobre a minha carreira, os meus objetivos como diretora-geral do Paypal Brasil e o futuro dos pagamentos eletrônicos, que já fazem parte da vida de tantos brasileiros e brasileiras."

PAULA PASCHOAL, VIA E-MAIL

CONVERSAR É PRECISO

"A revista GOL é muito boa. Ver a Priscila Gama *[reportagem 'A rota mais segura', ed. 213]* me deu um orgulho que não consigo explicar. Lembro da aeromoça me perguntando se estava tudo bem, porque o choro foi redentor. Tem também uma entrevista com Paula Paschoal, diretora-geral do Paypal no Brasil. Muito importantes as bandeiras e pessoas que ela defende. Parabéns, GOL, pela coragem de conversar, unir diferenças e apoiar a diversidade e o debate."

GUSTAVO ZILLER, VIA INSTAGRAM

"A capa *[com Pedro Bial, ed. 213]* ficou demais, demais, demais."

GESSICA LEINE, VIA INSTAGRAM

DUAS RODAS

"Estamos na GOL *[reportagem 'Chocolate com bicicleta', sobre os roteiros da Elo Bike Trips, ed. 213]*, colocando a Rota do Cacau e o sul da Bahia no mapa do cicloturismo nacional. Obrigado à revista pela confiança em nosso trabalho e por dar visibilidade ao cicloturismo, e a todos os parceiros que tornam esse roteiro uma delícia."

JULIANO BORGHI, VIA FACEBOOK

"Sucesso total!"

CARMEN SILVIA MICHELETTI, VIA FACEBOOK

NOSSAS RELAÇÕES

"Gostei muito da revista e, especialmente, da reflexão da psicanalista Maria Homem *['Eu e eu mesma', ed. 212]*."

ANDREEA CALARA, VIA INSTAGRAM

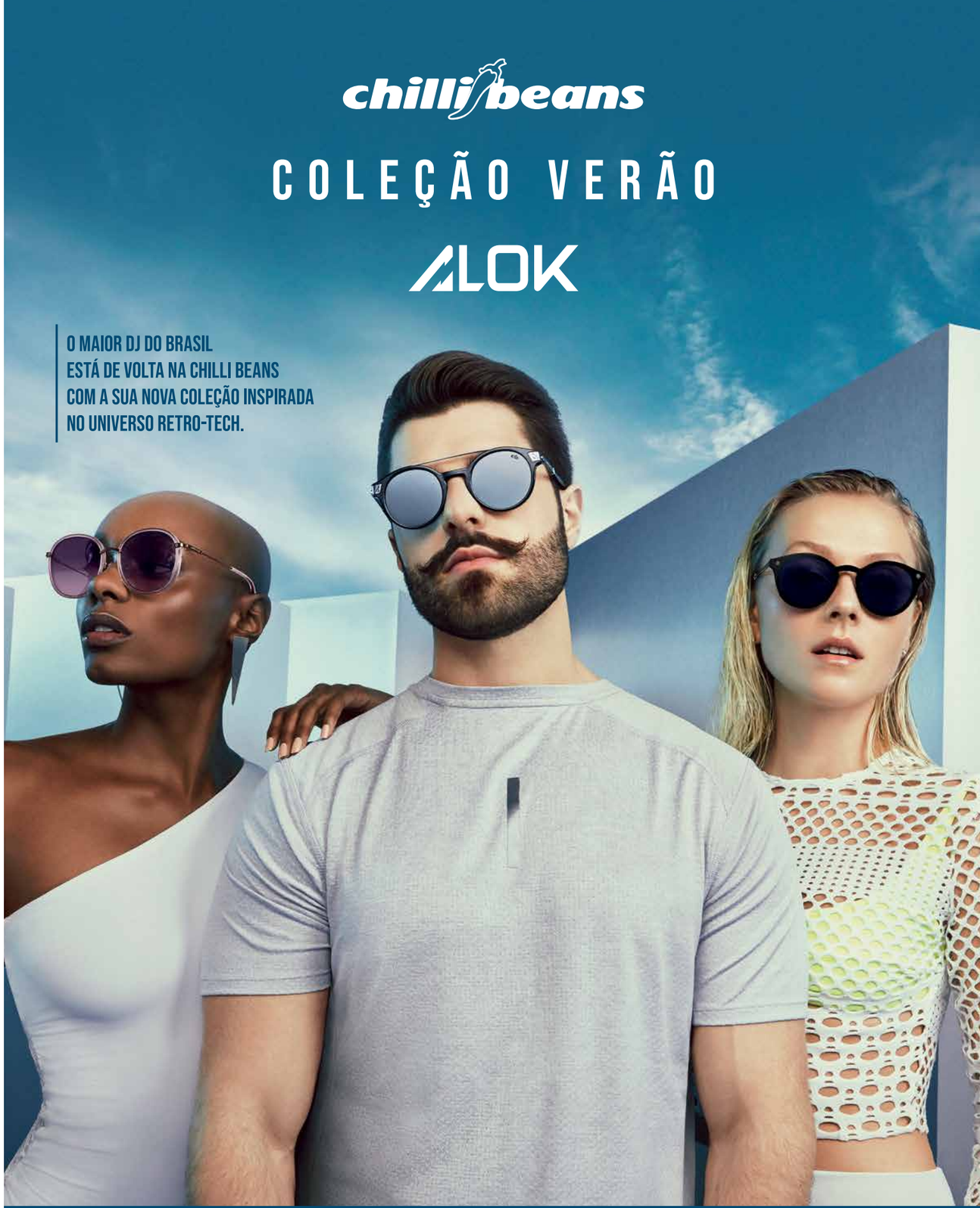
"Muito oportuna a fala dessa grande psicanalista. Ela mostra uma verdade no momento certo. Profissional maravilhosa."

MARILUCIA TREVISI, VIA FACEBOOK

"Que sabedoria!"

DANIEL PALHARES DA SILVEIRA, VIA YOUTUBE

* gol@trip.com.br · @voegoloficial · facebook.com/voegol · @voegoloficial · youtube.com/gol



A TRANQUILIDADE DA
SUA VIAGEM **COMEÇA JÁ**
NA PORTA DE CASA.

Quer comodidade de verdade?
Reserve a sua vaga na Estapar
e estacione dentro dos principais
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
BA - SSA
DIÁRIAS A PARTIR
DE R$ 19,90*

RECIFE
PE - REC
DIÁRIAS A PARTIR
DE R$ 19,90*

RESERVE PELO SITE OU
APLICATIVO ESTAPAR.COM.BR

*Promoções válidas até 30/03/2020.
Preço válido apenas para reservas feitas
pelo site ou aplicativo. Vagas limitadas.
Confira o regulamento em
www.estapar.com.br/regulamentosuperpromo

SEJA AONDE FOR, Estapar

1

EMBARQUE

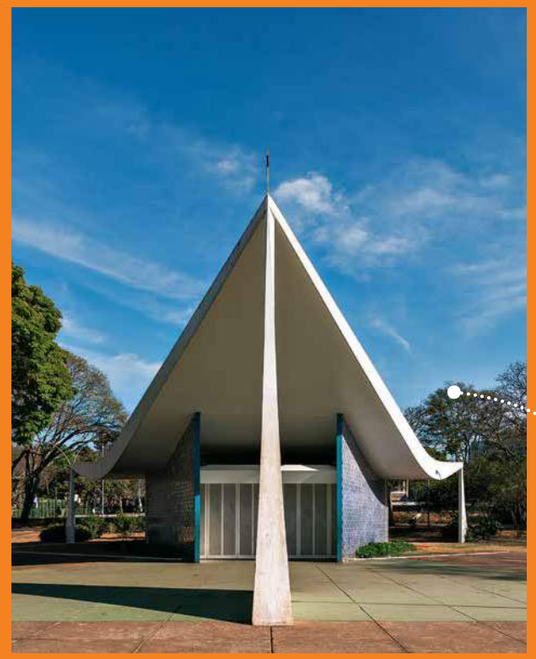


FOTO LEONARDO FINOTTI

20 **EM TRÂNSITO**
Veja quem circula pelo nosso check-in

26 **ANTENA**
Confira nossas dicas para curtir o mês

30 **CINEMA**
Documentário faz raio-x de Adoniran Barbosa

32 **BATE E VOLTA**
Após 25 anos, Carlos Lyra lança disco de inéditas

34 **ARTES**
Paço das Artes ganha novo espaço em São Paulo

36 **ARTES**
Leonardo Finotti no GOL MOSTRA BRASIL

1

QUEM
1. JIAN MELO

O QUE FAZ
Empresário

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/
Rio de Janeiro

POR QUÊ
Voltar para casa após participar de uma reunião

O QUE APRENDEU COM A VIAGEM?
"Quanto mais louca é a nossa vida, mais acredito que nada é impossível. Se acredito, consigo fazer. Respire fundo e siga em frente"

QUEM
2. JULIANA MIRANDA

O QUE FAZ
Modelo

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/
São Paulo

POR QUÊ
Curtir o fim de semana na capital paulista

QUEM
3. MARCIO RAMOS E WENIER MACEDO ROCHA

O QUE FAZEM
Radialista e atendente

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/
Salvador

POR QUÊ
Passear na cidade baiana

2

3

FOTOS DENISON FAGUNDES, FELIPE CASTELLARI, LEO SOMBRA, LUCAS SEIXAS
PRODUÇÃO BRUNA ARAGON, CAROL FANTINI

QUEM
4. REBECA FERREIRA

O QUE FAZ
Estudante de psicologia

DE ONDE/PARA ONDE
Salvador/Buenos Aires

POR QUÊ
Passear na capital argentina

COMO ESSA VIAGEM ENRIQUECEU VOCÊ?
"Percebi que sou uma mulher poderosa e, apesar das dificuldades que uma negra, pobre e universitária como eu enfrenta no Brasil, consegui trabalhar e programar sozinha minha primeira viagem internacional"

QUEM
5. MARCUS VINICIUS BESZILE

O QUE FAZ
Contador

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/
Presidente Prudente

POR QUÊ
Reunião com cliente

O QUE ESSA VIAGEM TROUXE PARA VOCÊ?
"Aproveito para fazer amigos e network. Já conheci pessoas em voos que se tornaram grandes amigas"

QUEM
6. MARCELO GIRADE E ANA VALÉRIA GONÇALVES

O QUE FAZEM
Empresário e servidora pública

DE ONDE/PARA ONDE
Brasília/Rio de Janeiro

POR QUÊ
Participar de um congresso

4

5

6

QUEM
7. MARIANA PLENTZ, HEITOR E LUIZ CARLOS FORNASA

O QUE FAZEM
Designer de joias, brinca e médico

DE ONDE/PARA ONDE
Salvador/Florianópolis

POR QUÊ
Voltar para casa após aproveitar as férias

O QUE A VIAGEM ENSINOU?
"Curtir dias tranquilos de descanso, com momentos em família, enriquece qualquer união"

QUEM
8. LUCAS E BENIVALDO FERREIRA

O QUE FAZEM
Estudante e médico

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/Maringá

POR QUÊ
Visitar a família

QUEM
9. ESTER BACCEGA

O QUE FAZ
Desenvolvedora de softwares

DE ONDE/PARA ONDE
Porto Alegre/São Paulo

POR QUÊ
Visitar o namorado

COMO ESSA VIAGEM TRANSFORMOU VOCÊ?
"Qualquer viagem, por mais curta que seja, traz novos olhares e experiências"

ALUGUEL DE CARRO COM DIÁRIAS DE 27 HORAS* PARA VOCÊ NÃO DEVOLVER CORRENDO IGUAL AO SONIC.

SONIC O FILME
13 DE FEVEREIRO NOS CINEMAS

VOOU, ALUGOU
SEU CARTÃO DE EMBARQUE VALE DESCONTO

ALUGUEL DE CARRO
A PARTIR DE 10x R$ 9,04** SEM JUROS
DIÁRIA + PROTEÇÃO

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

movida
muito além do carro

*Mais informações em movida.com.br/vantagens-movida. **Preço referente à diária do grupo A-X 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 em nosso site. Proteção LDW inclusa.
©2019 PAR, RCS, & SEGA • VERIFIQUE A CLASSIFICAÇÃO INDICATIVA. Imagem meramente ilustrativa.

QUEM
10. ROBSON ALVES

O QUE FAZ
Gerente de projetos

DE ONDE/PARA ONDE
Rio de Janeiro/
São Paulo

POR QUÊ
Curtir o fim de semana na cidade paulista

QUEM
11. MARIA GABRIELA E MARIA REGINA

O QUE FAZEM
Estudante e aposentada

DE ONDE/PARA ONDE
Salvador/João Pessoa

POR QUÊ
Voltar para casa após visitar a família

QUEM
12. ANA BIESDORF

O QUE FAZ
Digital influencer

DE ONDE/PARA ONDE
São Paulo/
Foz do Iguaçu

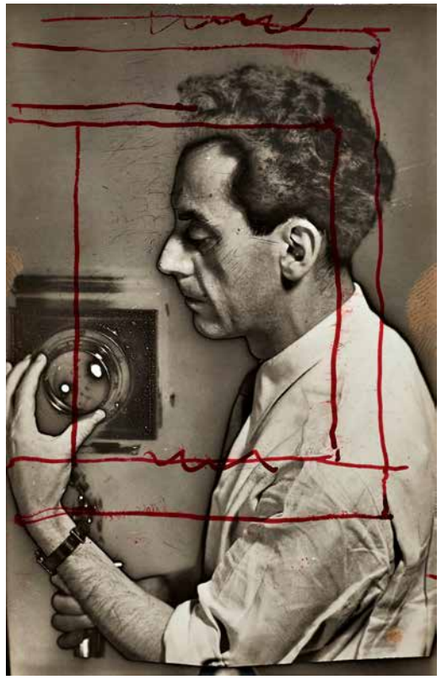
POR QUÊ
Voltar para casa após trabalhar na cidade paulistana

O QUE ESSA VIAGEM ENSINOU PARA VOCÊ?
"Sempre gosto de observar como as pessoas se comportam, especialmente em cidades cosmopolitas como São Paulo. Aprendo muito e trago os pontos positivos para minha rotina"

Há 19 anos, as histórias e os encontros dos brasileiros vêm em primeiro lugar para a GOL.

FELIZ ANO NOVO

Irmãs em foco no cinema e novidades no menu de restaurante paulistano são algumas das nossas dicas para este mês



ARTES

UM HOMEM DIVERSO

A retrospectiva *Man Ray em Paris* mostra as várias facetas do americano no CCBB de Belo Horizonte. São cerca de 250 obras criadas pelo fotógrafo, pintor, escultor e cineasta – de fotos (como o autorretrato acima) a pinturas dadaístas e filmes que dirigiu.

BELO HORIZONTE. ATÉ 17/2. GRATUITO.
BIT.LY/GOLMANRAY

CINEMA

IRMANDADE

Inspirado em livro de Louisa May Alcott e dirigido por Greta Gerwig, de *Lady Bird*, o filme *Adoráveis mulheres* traz a história de quatro irmãs vivendo sem o pai, que luta na Guerra Civil. O elenco conta com Meryl Streep, Laura Dern, Saoirse Ronan e Emma Watson.

ESTREIA EM 9/1

FOTOS DIVULGAÇÃO

E é por isso que a GOL vem em primeiro lugar para todos os brasileiros.

Acesse voegol.com.br e conheça os 19 motivos para você voar sempre junto com a gente.

Em parceria com AIRFRANCE KLM

GOL

AlmapBBDO

STREAMING

EM BUSCA DA FELICIDADE

Ru Paul vive Ruby Red, uma drag queen, em *AJ and the Queen*, série da Netflix. Ela percorre boates dos Estados Unidos para tentar recuperar suas economias, que foram roubadas. Na viagem, Ruby tem a companhia de AJ (interpretada por Izzy Gaspersz), uma garota órfã.

ESTREIA EM 10/1

LIVROS

COMIDA PARA O CÉREBRO

A economista Luciana Chinaglia Quintão, que está no comando da ONG Banco de Alimentos desde 1998, lança *Inteligência social – A perspectiva de um mundo sem fome(s)*. Inconformada com a desigualdade e a violência, ela escreve sobre a importância de aprendermos a viver em sociedade.

DIALÓGICA EDITORA. R$ 55

GASTRONOMIA

PARA SE DELICIAR

Bisque de lagosta, crudo de wagyu e couve kale e salada de pecorino (à esq.) estão no novo menu do restaurante Emiliano, do hotel de mesmo nome, em São Paulo. A cozinha, sob o comando do chef Breno Berdu, também prepara a Experiência Emiliano`, em três ou cinco tempos (R$ 153 e R$ 240).

SÃO PAULO. EMILIANO.COM.BR

FOTOS BETH DUBBER/NETFLIX / ESTUDIO EUKA / DIVULGAÇÃO

O PALHAÇO TRISTE

No documentário *Adoniran – Meu nome é João Rubinato*, o diretor Pedro Serrano retrata a melancolia por trás das graças de Adoniran Barbosa

POR
Nina Rahe

FOTO FOLHAPRESS

"Um cara triste." É assim que Adoniran Barbosa define a si mesmo no documentário *Adoniran - Meu nome é João Rubinato*. "Brinco muito, mas você pode ver pelos meus olhos que sou triste", diz o músico. No longa, o mérito do diretor Pedro Serrano é justamente enxergar pelos olhos do artista e nos mostrar suas diversas faces: o operário, o ator, o comediante, o cantor e o compositor que retratou São Paulo como ninguém. Por trás do bom humor, está também a melancolia. "Tinha a imagem de Adoniran como um cara engraçado, mas descobri a figura do palhaço triste", diz Pedro. O diretor, que já havia feito o curta *Dá licença de contar*, uma ficção a partir das canções de Adoniran, tornou-se um dos responsáveis pelo acervo do artista. Alguns itens, como o chapéu e a gravata-borboleta que o compositor usava, serão expostos na Passagem Literária, em São Paulo, a partir do dia 15 deste mês. "Sinto como se eu o tivesse conhecido pessoalmente. Virou quase aquele amigo com quem tomo meu uísque", resume o cineasta.

ESTREIA EM 23/1

PARA ENTENDER ADONIRAN

O diretor indica três obras fundamentais sobre o artista

PASSADO
"O livro *Adoniran: uma biografia*, de Celso de Campos Jr., é completíssimo e gostoso de ser lido. O leitor aprende não só sobre o personagem como sobre a São Paulo do século 20."

CONTEXTO
"A música 'Conselho de mulher' é um retrato definitivo de como Adoniran via o progresso da cidade e seu desenvolvimento desenfreado. Ela foi um norte para o filme."

INÉDITO
"Os álbuns de 1974 e 1975, gravados pelo produtor musical Pelão, são importantíssimos por registrarem pela primeira vez o artista interpretando suas próprias músicas."

EINSTEIN
DESENVOLVE LÍDERES
inovação >>>> gestão de saúde >>>> liderança >>>>
MBA
EXECUTIVO EM GESTÃO DE SAÚDE
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.
ensino.einstein.br/mba
ALBERT EINSTEIN
INSTITUTO ISRAELITA DE ENSINO E PESQUISA
CENTRO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE ABRAM SZAJMAN

A SEU TEMPO

O cantor e compositor Carlos Lyra grava samba, tango, valsa e, claro, bossa nova em seu primeiro álbum de inéditas em 25 anos

POR
Alan de Faria

Nome comumente associado à bossa nova, o cantor e compositor carioca Carlos Lyra lança seu primeiro disco de inéditas desde 1994. Em *Além da bossa*, como o título de seu novo trabalho sugere, ele também gravou bolero, samba, valsa, modinha, toada, tango, samba-canção, música francesa e medieval. "Minha ideia é mostrar que componho em ritmos variados", avisa. Para o álbum, convidou nomes como Marcos Valle, Jaques Morelenbaum e Dori Caymmi. "Todos enriqueceram a minha música e me emocionaram com seus arranjos", conta. Sobre o intervalo de 25 anos, diz: "Para mim, compor é algo que não é feito sob pressão, a não ser que eu tenha uma encomenda". Aos 86 anos, sendo 65 deles de carreira, ele dá pistas de que haverá mais novidades em breve. Com Daltony Nóbrega, com quem escreveu a faixa-título "Além da bossa", prepara um musical. "Será a adaptação de um texto de Shakespeare para os nossos dias", adianta.

Nome completo: Carlos Eduardo Lyra Barbosa.

O que significa celebrar 65 anos de carreira? Que o tempo passou e eu nem me dei conta.

Na faixa "Além da bossa", você canta "Estou tão feliz que vale até chorar de vez em quando". O que o faz gargalhar e o que o emociona? Gargalho com o absurdo, o escárnio, o inusitado. E choro com o belo, com o que emociona e com a tristeza do desperdício humano.

O melhor do Rio de Janeiro: A natureza.

O que gosta de fazer em Copacabana, lembrada na faixa "E era Copacabana"? Fumar um charuto na varanda do Clube dos Marimbás, na ponta do Posto 6, contemplando toda a vista da praia até o Leme, ao anoitecer.

Tom Jobim ou João Gilberto? Tom Jobim, porque, para haver o intérprete, antes de tudo é necessário o compositor.

Definição de bossa nova: Uma maneira de compor.

Hora preferida do dia para compor: Final da tarde, início da noite. Nesse horário, tenho mais energia.

Última descoberta musical: Sou tão distraído que, quando descubro, já está velho.

Com quem gostaria de gravar uma canção? Com Paul McCartney, pois tenho uma enorme afinidade musical com ele.

Já se arrependeu de algo em sua carreira? Nunca. Quando se escolhe, se ganha de um lado e se perde de outro, mas minha integridade sempre falou mais alto.

FOTO DIVULGAÇÃO

ENDEREÇO FIXO

SÃO PAULO

O Paço das Artes ganha espaço definitivo no casarão Nhonhô Magalhães, na capital paulista

POR
Nina Rahe

ILUSTRAÇÃO
João Galera

Desde que o Paço das Artes perdeu sua sede de 1 mil metros quadrados na Cidade Universitária, em São Paulo, em 2016, e foi transferido para um espaço 12 vezes menor no Museu da Imagem e do Som, o trabalho na instituição de arte só aumentou. "Tivemos que criar estratégias para não cair na invisibilidade. Foi um trabalho de resistência mesmo", diz Priscila Arantes, diretora da instituição.

Mas, a partir deste mês, o Paço ganha novo – e definitivo – endereço. Ele vai se fixar no que era a antiga garagem do casarão Nhonhô Magalhães – o imóvel pertence ao shopping Higienópolis –, na região central da capital paulista. O espaço passou por uma grande reforma, assinada pelo arquiteto Álvaro Razuk.

Com a inauguração, além de manter a Temporada de Projetos, responsável por revelar jovens nomes da cena contemporânea, e retomar a residência artística, o Paço deve se transformar em um museu com um acervo exclusivamente digital.

Para iniciar o projeto, a artista Regina Silveira, que fará a primeira mostra no local, deve doar algumas obras à coleção. Das peças que serão expostas, *Cascata*, por exemplo, foi criada especialmente para o novo Paço. A arquitetura do casarão, que a artista conhecia só por fora, serviu de norte para a construção do trabalho. Regina usou as janelas do imóvel como base para criar uma sequência de imagens digitais que se sobrepõem. "Tenho apostado na capacidade de modificar percepções", diz Regina, que enfatiza também essa capacidade no próprio Paço das Artes: "É uma instituição que não tem medo de unir arte e tecnologia".

INAUGURAÇÃO EM 25/1. PACODASARTES.ORG.BR

SOB O CÉU DE BRASÍLIA

O fotógrafo Leonardo Finotti usa luz natural em cliques de obras de Niemeyer que compõem o GOL MOSTRA BRASIL

POR
Alan de Faria

Natural de Uberlândia, em Minas Gerais, o fotógrafo Leonardo Finotti, 42 anos, também se sente em casa quando está em Brasília. O motivo? "O céu da capital federal se parece bastante com o da cidade em que nasci", afirma ele, que, em 22 anos de carreira, visitou dezenas de vezes a capital federal. Algumas das viagens foram para registrar projetos de Oscar Niemeyer, como o Palácio do Itamaraty, sede do Ministério das Relações Exteriores (à dir.).

Atento ao que o rodeia, Finotti aproveitou a luminosidade e a presença do espelho d´água com o paisagismo de Burle Marx para captar os reflexos dos edifícios e da vegetação. "Não há muito mistério sobre como fiz para conseguir essa foto", diz. "É preciso ter paciência e um olhar apurado", completa Finotti, considerado um dos grandes nomes da fotografia de arquitetura do país. Em seu currículo, há trabalhos envolvendo profissionais como o brasileiro Paulo Mendes da Rocha e o português Álvaro Siza. São imagens que podem ser vistas até o mês que vem no projeto GOL MOSTRA BRASIL, primeira exposição de fotos a bordo de aviões do mundo, com curadoria da plataforma ARTEQUEACONTECE. Além das imagens nas aeronaves, há cliques expostos nos GOL Premium Lounge e no site golmostrabrasil.com.br.

GOL MOSTRA BRASIL
MIRE A CÂMERA DO CELULAR E SAIBA MAIS

2

VIAGEM

FOTO CHICO KFOURI

40 OLHO DA RUA
A via mais movimentada de Itacaré

42 ROTEIRO
Escolha sua cachoeira e dê um mergulho

44 DETOX MENTAL
Punta Cana, um destino para o *dolce far niente*

56 SLOW FLORIPA
Em busca do bem-estar em Florianópolis

EU VIM DA BAHIA

ITACARÉ

A poucos metros de praias como Rezende e Ribeira e cheia de bares, restaurantes, lojas e pousadas, a rua Pedro Longo é a mais movimentada da cidade baiana

TEXTO E ILUSTRAÇÃO
Carol Ito

POUSADA MARESIA, 388
Bem localizada, oferece suítes para casal e apartamentos para até seis pessoas – todos com vista para uma área arborizada. O café da manhã oferece bolos caseiros e sucos com frutas típicas, como cacau e cupuaçu. Diária para casal, com café da manhã, a partir de R$ 140.

MARESIAPOUSADA.COM.BR

JUNGLE BAR, 240
Ótimo lugar para dançar e provar a caipirinha de cacau (R$ 20), drinque típico, servido na fruta. Tem música ao vivo todos os dias – às quartas e aos sábados, há show de forró. Para comer, o dono Marlon Moreira recomenda a porção de carne de sol com aipim e manteiga de garrafa (R$ 40).

INSTAGRAM.COM/JUNGLEITACARÉ

COFFEE COOL WAFFLE, 390
O waffle feito com massa de pão de queijo é o carro-chefe da cafeteria. Dá para acrescentar coberturas doces, salgadas ou as duas juntas, como a combinação de creme de provolone com geleia de pimenta (R$ 23). Um café coado para acompanhar vai bem (R$ 7).

INSTAGRAM.COM/COFFEECOOLWAFFLE

CLÍNICA DO SURF, 369
Além de vender e alugar pranchas (R$ 50 por dia) e outros equipamentos, a loja serve de base para a escola de surf de Tárek Roveran, professor há dez anos. Você pode comprar um pacote para aprender o esporte nas praias da Ribeira e Engenhoca – o mínimo é de três dias (R$ 450).

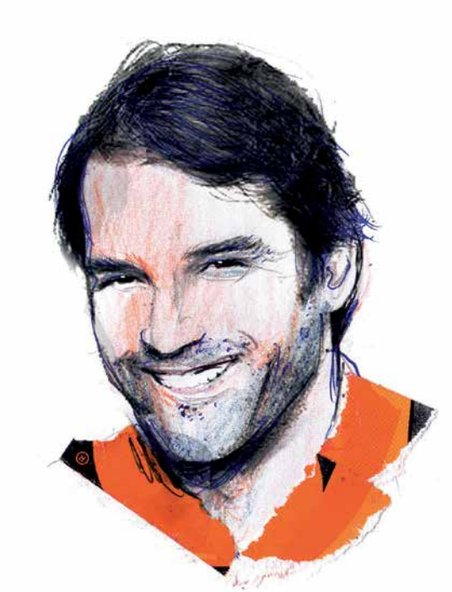
FACEBOOK.COM/CLINICADOSURF

RESTAURANTE MEDITERRÂNEO, 239
Ervas da horta orgânica plantadas no quintal do estabelecimento temperam as receitas do chef italiano Dario Monizza, que mora há 7 anos na cidade. De sua cozinha saem pratos com peixes e frutos do mar, além de massas e risotos (R$ 22 a R$ 90).

INSTAGRAM.COM/MEDITERRANEO_ITACARE

BRAZIL SUPREMO, 134
A agência oferece passeios para praias paradisíacas, como as que ficam nas ilhas da baía de Camamu (R$ 130), a cerca de 55 quilômetros de Itacaré. Também há passeio de escuna, que, de julho a outubro, inclui avistamento de baleias jubartes, que vêm para acasalar (R$ 190).

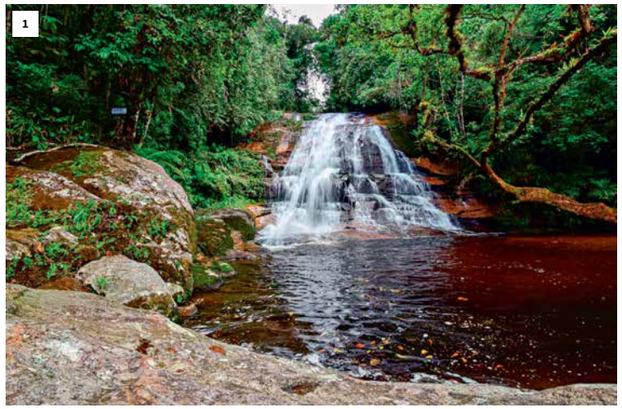
INSTAGRAM.COM/BRAZILSUPREMOTURISMO

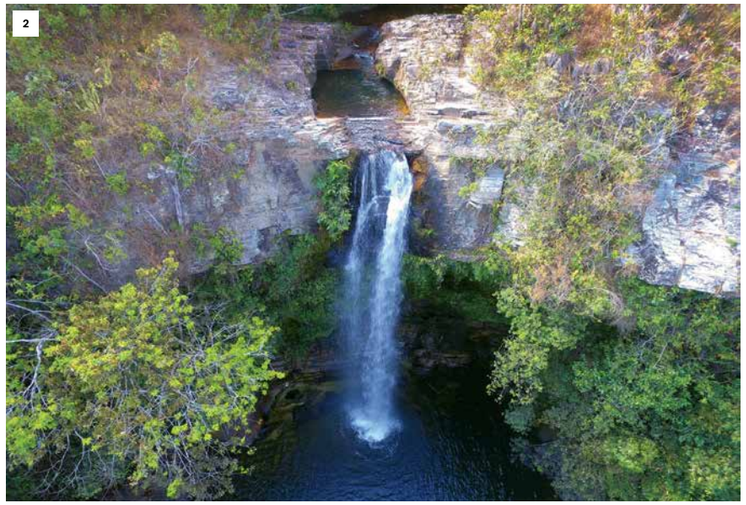


PARA RENOVAR AS ENERGIAS

Apaixonado por esportes de ação e natureza, Tiago Brant está sempre de olho em cachoeiras incríveis. Aqui, o comentarista de surf do canal no YouTube *Série ao fundo* elege suas preferidas

POR
Adriana Nazarian





1

DO PRUMIRIM
UBATUBA (SP)

"Proporciona uma descarga de energia incrível. É como entrar em um tubo, com água por todo lugar, experiência normalmente reservada a surfistas."
RODOVIA RIO-SANTOS, 25.175

2

CACHOEIRA DO ABADE
PIRENÓPOLIS (GO)

"Tem uma queda-d'água super-forte, de 22 metros de altura, um poço e uma prainha deliciosa."
ESTRADA PARQUE DOS PIRENEUS, KM 17

CASCA D'ANTA
SÃO ROQUE DE MINAS (MG)

"No alto da Serra da Canastra, é um lugar deslumbrante e muito significativo, já que o Rio São Francisco parte daqui para desaguar no limite entre Sergipe e Alagoas."
BIT.LY/GOLCASCA

BURACÃO
IBICOARA, BAHIA

"Um lugar insólito na Chapada Diamantina, onde um rio jorra para dentro da terra. Para chegar, é preciso percorrer uma trilha em um cânion."
BIT.LY/GOLBURACAO

ILUSTRAÇÃO ZÉ OTÁVIO FOTOS ALEXANDRE RODRIGUES/DIVULGAÇÃO

@tascadesign
VIVA ESTA Experiência
A memorável e marcante hospitalidade aguarda os hóspedes que visitam as belas terras do sul do estado de São Paulo.
Vivencie todo o processo de produção vitivinícola, do campo à mesa. Com habitações dotadas de todo conforto e aconchego, é um convite a vivenciar momentos únicos.
FAMÍLIA DAVO
HOTEL & VINÍCOLA
Seja o primeiro a vivenciar esta experiência:
20 de fevereiro de 2020
INAUGURAÇÃO OFICIAL DO HOTEL
Visite-nos.
Acesse a localização:
Ribeirão Branco, SP
contato@hotelevinicoladavo.com.br
www.hotelevinicoladavo.com.br
/hotelevinicoladavo
@hotelevinicoladavo
(15) 3199-9393
(11) 97497-8454

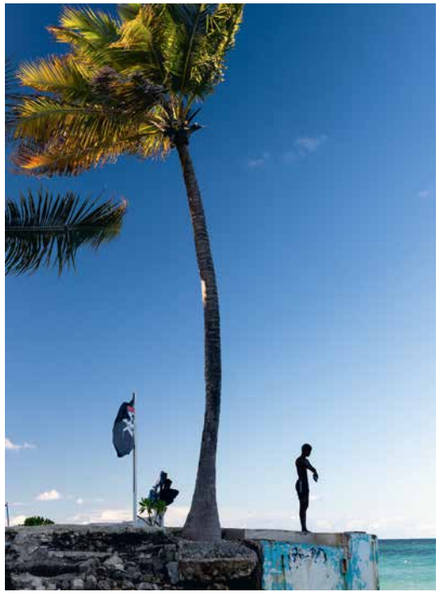
Turistas curtem píer na praia de Bávaro

DETOX MENTAL

Punta Cana, no Caribe dominicano, é o destino para quem quer curtir as férias sem ter que se preocupar com nada, só aproveitando o conforto dos resorts all inclusive

POR Carla Conte

FOTOS Chico Kfouri



“Ficamos nos dividindo entre o resort e a praia, que tem um mar que é a coisa mais linda”

CRISTIANE LAGE, FISIOTERAPEUTA

A PARTIR DA FOTO NO ALTO
O resort Sanctuary Cap Cana; cena na praia de Bávaro; e Cristiane Teixeira (de branco), com a família

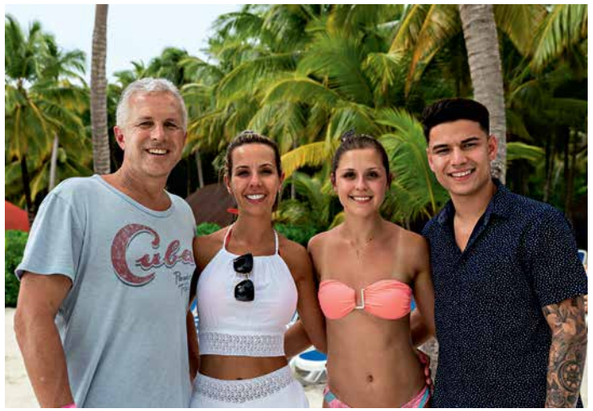
Nada melhor do que não fazer nada... Se é nessa vibe que você quer curtir suas férias, sem ter que pensar em tomar decisões – seja sobre onde comer, que passeio escolher, o que vestir, o que as crianças vão fazer... –, nem gastar uma fortuna, então, seu destino é Punta Cana.

Com suas praias de águas nos mais variados tons de azul e verde e boa infraestrutura hoteleira, Punta é a cidade que mais recebe turistas na República Dominicana, país mais visitado do Caribe, segundo a Organização Mundial do Turismo.

O destino abriga aproximadamente cem resorts no esquema all inclusive, que inclui refeições, petiscos e bebidas – até alcoólicas, em vários deles. Os estabelecimentos oferecem diversos serviços, programas e espaços para agradar os hóspedes: de aulas de pilates e arco e flecha a shows temáticos, boates, spas e campos de golf. Na hora de decidir onde ficar, é preciso escolher bem, de acordo com o seu perfil. Em sua terceira viagem a Punta Cana, a fotógrafa mineira Cristiane Teixeira, 39 anos, que mora há quase duas décadas nos Estados Unidos, escolheu novamente o Barceló Bávaro Palace. “Ele tem atividades para todo mundo; cada um faz o que quer. E, o melhor de tudo: não é caro”, diz. O pacote de cinco noites saiu por US$ 2.500 para a família toda de Cristiane (cinco pessoas), o equivalente a US$ 100 por dia por pessoa. “Vale muito a pena pelo que oferecem.”

Assim como a fotógrafa, o administrador paulista Juliano Garbim, 38, também resolveu apostar em Punta Cana para passar as férias – no caso dele, a lua de mel. “Viemos para cá porque os preços eram muito bons”, diz ele. “Foi uma ótima escolha. O resort Grand Bahia Príncipe Aquamarine é maravilhoso, mal dá vontade de sair”, afirma a mulher de Juliano, a fisioterapeuta paulista Cristiane Lage, 36. “Ficamos nos dividindo entre o resort e a praia, que tem um mar que é a coisa mais linda.”

A maioria dos resorts está na praia Bávaro. Maior entre todas, ela ocupa 48 dos 95 quilômetros da costa de Punta Cana. Aqui, apesar do grande fluxo de pessoas, o cenário é de cinema. Além dos tons azul-esverdeados da água do mar, a praia tem areia branca, coqueiros e recifes de corais. Muitos turistas, nas espreguiçadeiras como

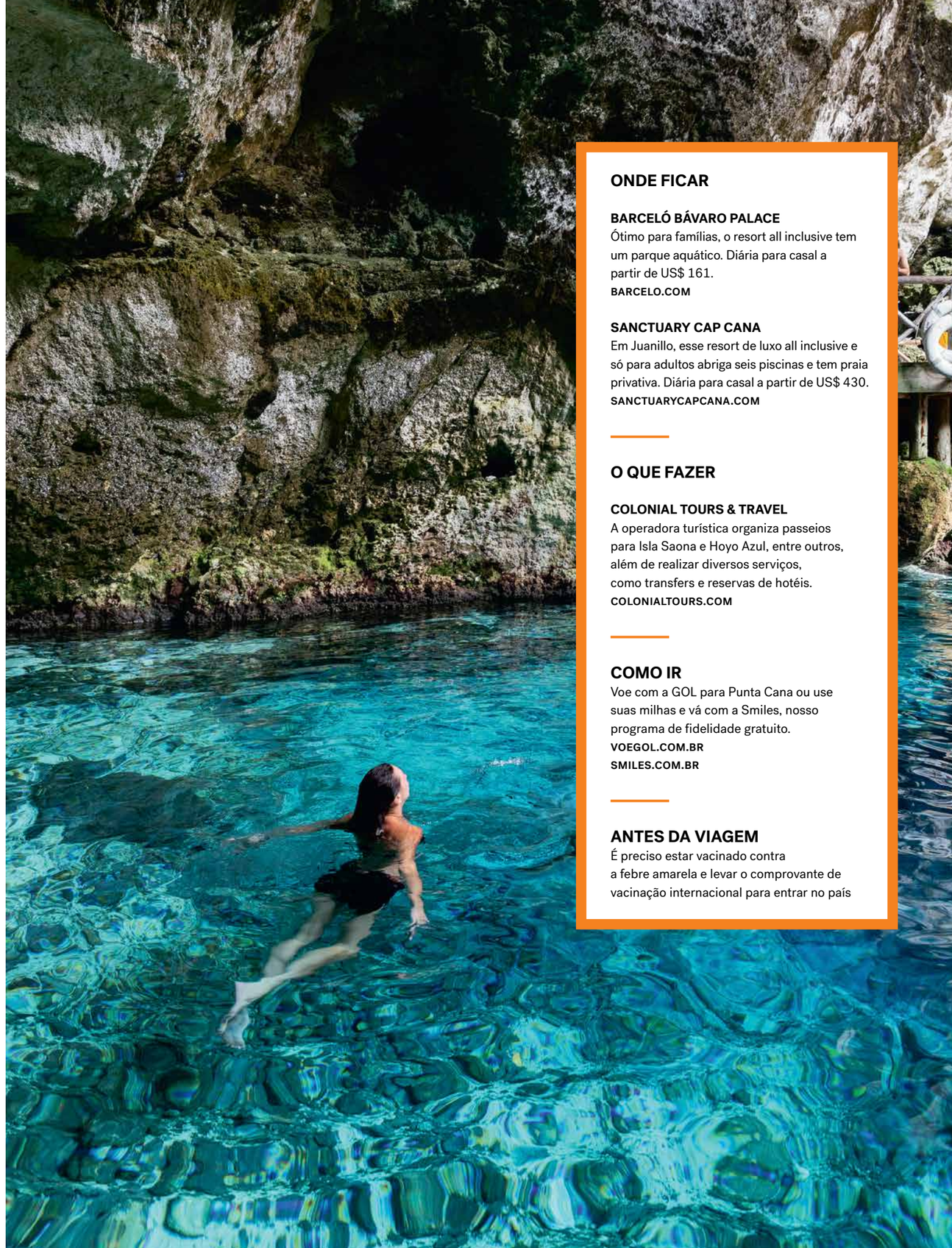


A PARTIR DA FOTO AO LADO
Riqueluin Zarrilla circula por Bávaro com araras que posam para fotos com turistas; e amanhecer na praia

Criança brinca na areia da praia de Bávaro e, no mar, turista faz parasailing

NA PÁG. AO LADO
O cenote Hoyo Azul, no Scape Park

AGRADECIMENTOS: OPERADORA DE TURISMO COLONIAL TOURS & TRAVEL, MINISTÉRIO DO TURISMO DA REPÚBLICA DOMINICANA E SMARTPR



ONDE FICAR

BARCELÓ BÁVARO PALACE
Ótimo para famílias, o resort all inclusive tem um parque aquático. Diária para casal a partir de US$ 161.
BARCELO.COM

SANCTUARY CAP CANA
Em Juanillo, esse resort de luxo all inclusive e só para adultos abriga seis piscinas e tem praia privativa. Diária para casal a partir de US$ 430.
SANCTUARYCAPCANA.COM

O QUE FAZER

COLONIAL TOURS & TRAVEL
A operadora turística organiza passeios para Isla Saona e Hoyo Azul, entre outros, além de realizar diversos serviços, como transfers e reservas de hotéis.
COLONIALTOURS.COM

COMO IR

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

ANTES DA VIAGEM

É preciso estar vacinado contra a febre amarela e levar o comprovante de vacinação internacional para entrar no país

A PARTIR DA FOTO NO ALTO
Darlene Catan (à dir.) com a filha Rachel na praia de Juanillo; turistas em Altos de Chavón; e tirolesa no Scape Park

Além dos tons azul-esverdeados do mar, a praia de Bávaro tem areia branca, coqueiros e recifes de corais

lagartos sob o sol, revezam-se entre observar toda essa beleza e ler – não se esqueça de colocar um livro, ou até mais de um, na bagagem. Já quem gosta de esportes aquáticos pode, além de curtir o mar, fazer passeios de stand-up paddle e de parasailing (US$ 35) – um tipo de paraquedas acoplado ao barco, que leva o turista às alturas. "O visual lá de cima é bárbaro", conta a administradora mineira Andressa Sartori, 30.

ESCAPADA

Se a programação dos hotéis não deixa a desejar, fora deles também há muitas opções de diversão. As operadoras de turismo – que têm seus representantes dentro dos resorts – oferecem aos turistas experiências como nado com golfinhos (US$ 160); tour de quadriciclo em praia deserta (US$ 70); snorkel em corais, com mergulho com tubarões e arraias (US$ 128); passeio em Altos de Chavón (US$ 75), uma réplica de vilarejo medieval todo de pedra; entre outros. Dentre todas essas atrações fora dos resorts, há três imperdíveis: a ilha Saona (US$ 85), o cenote Hoyo Azul (US$ 149) e a praia Juanillo (os preços podem variar de acordo com as operadoras).

APG AMANA-KEY

PROGRAMA CLASSE MUNDIAL FOCADO EM INOVAÇÕES DE PONTA EM GESTÃO, ESTRATÉGIA E LIDERANÇA DIRIGIDO A LÍDERES DE ORGANIZAÇÕES EMPRESARIAIS E GOVERNAMENTAIS.

APG. UM PROGRAMA QUE **HÁ 25 ANOS** VEM **EVOLUINDO** A CADA TURMA, A CADA MÊS.

"Desde 1991 convivemos com Oscar Motomura e a Amana-Key. E em todo APG participam líderes nossos. Sempre que há contratações ou promoções, é a primeira coisa que fazem. Assim, todos entram em sintonia com a cultura de inovação e do fazer acontecer que está no centro de nossa estratégia de evolução."

LUIZA HELENA TRAJANO
Presidente do Conselho de Administração do Magazine Luiza

PRÓXIMAS TURMAS DO APG EM SÃO PAULO
20 A 24 DE JANEIRO
10 A 14 DE FEVEREIRO
16 A 20 DE MARÇO

Acesse o folder completo do APG - Programa de Gestão Avançada da Amana-Key

Inscrições: www.amana-key.com.br/apg

AMANA-KEY

atendimento@amana-key.com.br
(11) 4613-2323 | (11) 97256-7934
www.amana-key.com.br

Banhada pelo mar do Caribe, as águas de Juanillo são mais cristalinas e tranquilas, e de uma cor mais exuberante ainda

Hoyo Azul é um cenote – composição geológica formada há milhares de anos com a erosão de cavernas inundadas – que oferece ao turista um mergulho em uma piscina azulada com água de nascentes naturais. O poço azul, de 14 metros de profundidade, fica no Scape Park, um parque ecológico com outras atividades: por aqui é possível, por exemplo, se divertir em tirolesas na água, passear a cavalo, e fazer expedição em caverna. O ingresso ainda dá direito a almoço e ao acesso, por cerca de três horas, à praia de Juanillo, considerada a mais bonita da região.

Localizada em Cap Cana, condomínio de alto padrão, com casas e poucos resorts, Juanillo é uma das poucas praias de Punta Cana banhada pelo mar do Caribe – a maioria delas é pelo oceano Atlântico. Por esse motivo, as águas são mais cristalinas e tranquilas, e de uma cor mais exuberante ainda. "Achei que não fosse possível encontrar uma praia mais bonita em Punta Cana, mas, em Juanillo, a água do mar é mais azul ainda! É de uma beleza indescritível", afirma a empresária americana Darlene Catan. Além das cores mais vibrantes do mar e das areias superbrancas, essa praia também tem a vantagem de ser mais vazia e com uma ampla faixa de areia. Apesar de ficar dentro do condomínio, o acesso é liberado para visitantes que queiram ir por conta própria (leve seu passaporte para identificação).

A praia de Juanillo, considerada a mais bonita de Punta Cana

A PARTIR DA FOTO À ESQ.
Visual da paradisíaca ilha Saona;
e Giovana Martins (ao centro),
com as amigas, as irmãs Vanessa
e Andressa Sartori

PREPARADOS

Itens para levar
na bagagem

1. Leitor digital à prova d'água **Kindle**, R$ 499, amazon.com.br **2.** Biquíni **Lygia & Nanny**, R$ 243, lygiaenanny.com.br **3.** Sandália **Richard's**, R$ 349, richards.com.br

Para chegar de Bávaro até aqui sem ser com um passeio contratado, é preciso alugar um carro (a diária pode variar de US$ 70 a US$ 110) para percorrer os 24 quilômetros. "Quando ouvimos falar sobre como Juanillo era linda, alugamos um carro para passar um dia todo aqui e aproveitar essa praia tão exclusiva", disse a farmacêutica paulista Jéssica da Cunha, 28, enquanto almoçava com o marido no único restaurante da praia, o simpático Little John.

LAGOA AZUL?

Outro passeio imperdível é a ilha Saona. Um dos lugares mais belos do Caribe, ela é, de longe, a maior atração fora dos resorts – a ilha tem águas rasas, cristalinas e de uma variação de tons de azul e verde inacreditáveis. A beleza é tamanha que muitos acreditam que Saona foi usada como locação do filme *A lagoa azul*, de 1980. Mas, não; a atriz Brooke Shields gravou, na verdade, em Fiji e na Jamaica.

Para aproveitar esse lugar paradisíaco, os turistas são levados cedinho pelas agências de ônibus ou van até a cidade de Bayahibe (a 90 quilômetros de Punta), e lá embarcam em um catamarã. Essa jornada, que pode levar até três horas, sem nenhuma dúvida, vale a pena. No meio do percurso, é feita uma parada para mergulho em uma piscina natural, onde, às vezes, alguns sortudos encontram estrelas-do-mar e outros animais marinhos. Na ilha, o visual só melhora. "Esse é o melhor lugar daqui", diz a advogada mineira Giovana Martins, 26, em viagem com as amigas. E o CEO americano Paul Theodore, 55, finaliza: "Cheguei ao paraíso".

Escola canadense
de verdade é
MULTICULTURAL

Na Maple Bear, seu filho vai para o Canadá todos os dias sem sair do Brasil.

Uma escola bilíngue de verdade com metodologia canadense, uma das melhores do mundo. Aqui, seu filho desenvolve autonomia, responsabilidade, pensamento crítico e verdadeira paixão pelo aprendizado.

Ensino **Infantil, Fundamental** e **Médio.**

Matrículas abertas:
maplebear.com.br

Escola Canadense Bilíngue

MapleBear Canadian School
MapleBear CANADIAN ELEMENTARY SCHOOL
MapleBear CANADIAN HIGH SCHOOL

The best of Canadian education for a global future

SLOW FLORIPA

A capital catarinense tem o ritmo ideal para quem quer sair da correria do dia a dia e curtir uma temporada de tranquilidade em meio à natureza exuberante

POR
Karina Sérgio Gomes

FOTOS
Felipe Gombossy

Vista da praia da Solidão a partir da trilha para o Saquinho

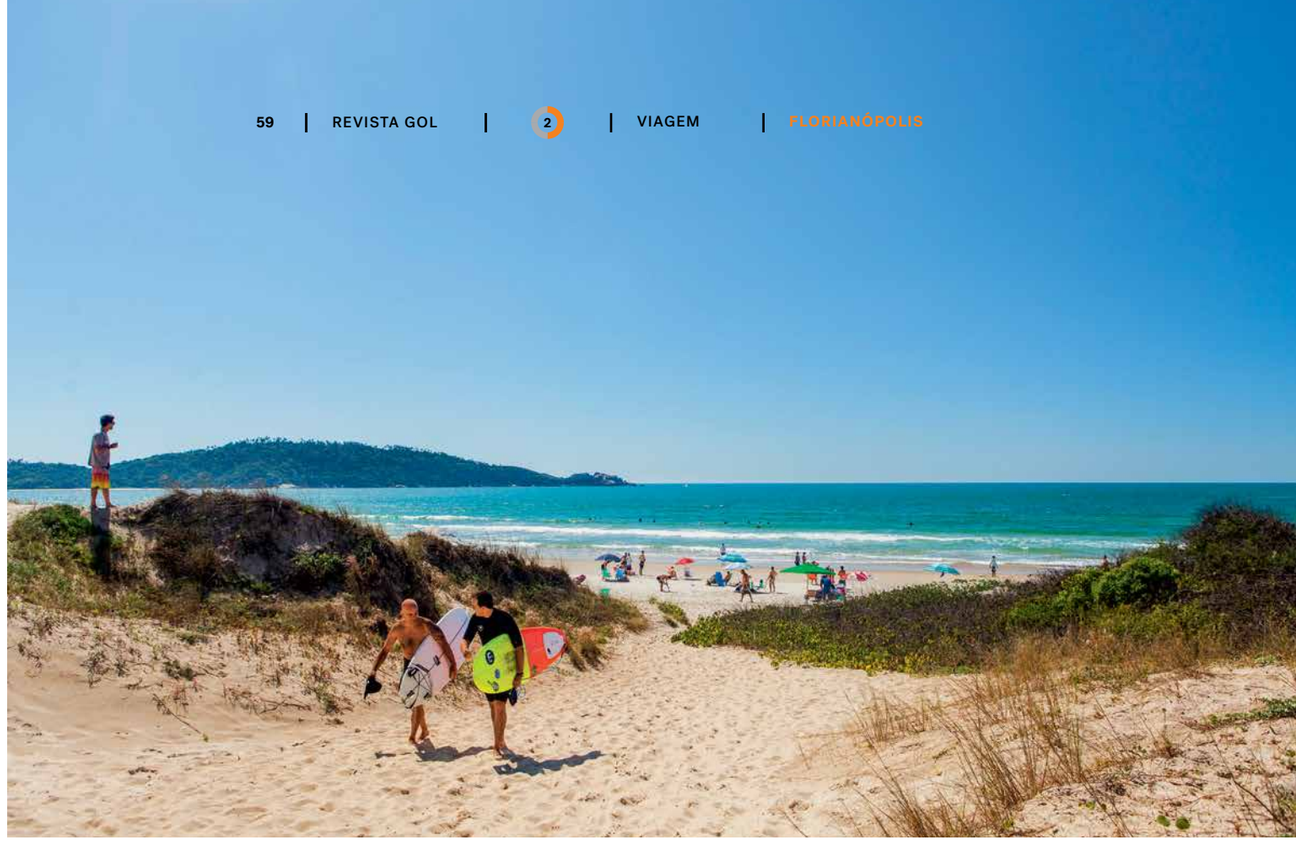
Ao caminhar pela Praia do Campeche, não é difícil encontrar histórias de quem foi passar um fim de semana e acabou ficando por aqui

Ao desembarcar no novo aeroporto de Florianópolis, inaugurado em outubro, o viajante é convidado a desacelerar. Com uma praça a céu aberto logo na entrada, os passantes podem se sentar em espreguiçadeiras ou pegar jabuticaba do pé enquanto esperam o próximo voo ou o táxi. Esse é só o começo da experiência que a capital catarinense, conhecida como Ilha da Magia, guarda para os visitantes e também àqueles que decidiram se mudar para cá em busca de qualidade de vida.

Na cidade, essa sensação é ainda maior. Ao caminhar pela Praia do Campeche, no sul da ilha, não é difícil encontrar histórias de quem foi passar um fim de semana e, após se encantar com o local, acabou ficando por aqui. Caso da servidora pública Lucieni Temporal Gomes, 52 anos. Ela morava em Curitiba quando começou a se relacionar com um morador de Florianópolis e passou a frequentar a ilha. Assim que a história acabou, foi à praia afogar as mágoas e viu uma placa de uma escola de surf com a frase: "Se você não ficar em pé na primeira aula, devolvemos o seu dinheiro". Como tinha certeza de que não conseguiria se equilibrar na prancha, resolveu pagar para ver e acabou pegando sua primeira onda. "Perdi um namorado, mas ganhei uma vida com muito mais qualidade", conta a paranaense, que já vive no Campeche há quatro anos. O contador gaúcho Rafael Rodrigues Vieira, 35, ainda não se mudou para o estado vizinho,

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DA FOTO À ESQ.
Lucieni, que se apaixonou pela ilha; a Praia do Campeche; e pancetta de porco com abóbora, do Dolce Vita

NA PÁG. AO LADO
Surfistas na Praia do Campeche; e praticantes de kitesurf na Lagoa da Conceição



O QUE FAZER

CAMPECHE SURF SCHOOL
Mesmo que você nunca tenha subido em uma prancha, os professores garantem que é possível pegar sua primeira onda em poucos minutos no mar. O pacote com quatro aulas, com todo material incluso, sai por R$ 299.
CAMPECHESURFSCHOOL.COM.BR

B-LEVEN SPA
Dá para montar uma grade de tratamentos para fazer um day spa. Não deixe de incluir na lista a yoga massagem ayurvédica (R$ 220), que mistura massagem com alongamentos.
BLEVENSPA.COM.BR

BRAZIL ECO JOURNEY
Guias levam os turistas por trilhas em locais pela ilha (a partir de R$ 250 por pessoa para grupos de quatro).
BRAZILECOJOURNEYS.COM

ONDE FICAR

QUINTA DAS VIDEIRAS
Inspirado nas quintas portuguesas, o hotel boutique oferece serviço de spa e café da manhã completo, que pode ser servido no quarto ou no jardim. Diária para casal, com café da manhã, a partir de R$ 860.

COMO IR

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

Turistas na trilha que leva à Praia do Saquinho

mas, pelo menos uma vez a cada dois meses, visita a praia para ter aulas de surf. "Venho para recarregar as energias. Meu plano para este ano é mudar de vez para cá e tornar esses momentos parte do meu cotidiano", conta.

As praias no sul da ilha, ao contrário das badaladas do norte, ainda guardam clima familiar e tranquilo, sem quiosques ou música alta na areia. Quem quiser ainda mais sossego pode pegar uma trilha tranquila e pavimentada de 1,8 quilômetro a partir da Praia da Solidão e andar até a Praia do Saquinho. Durante a caminhada, há vários pontos de paradas com vistas dignas de um clique para mandar aos amigos e fazer inveja. A vegetação bem próxima garante sombra para quem não quiser sol, que bate na pequena faixa de areia o dia todo. Como não tem quiosque por perto, é bom levar água e algo para comer, se planejar ficar um longo tempo no sossego.

NO SEU TEMPO
Pé na areia e ondas no mar não são os únicos elementos que sustentam a busca pelo bem-estar na ilha. Essa procura passa pela alimentação, que o turista encontra em locais como o Mercado São Jorge, no bairro de Itacorubi. Administradora e dona do restaurante, Carolina Teixeira, 44, criou o espaço há sete anos pensando em ser um entreposto para que os seus fornecedores

AGRADECIMENTOS: **QUINTA DAS VIDEIRAS** QUINTADASVIDEIRAS.COM.BR

SHOULDER inova na distribuição de Suprimentos Indiretos.

A **Shoulder** é uma marca referência em moda feminina. Possui 69 lojas próprias e está presente em mais de 700 lojas multimarcas.

Com o objetivo de modernizar o processo a companhia implantou ainda em 2018, em parceria com a **Br Supply**, um novo modelo de abastecimento de suprimentos corporativos.

Com o modelo digital, a Shoulder reduziu sua base de 10 fornecedores, reduziu custos em 15% e eliminou 70% da carga operacional da área.

Sr. Vinicius Cunha, Gerente de Suprimentos/Controladoria, explica que a estratégia da Shoulder objetivou principalmente, melhorar a vida dos gestores de loja e otimizar todo o processo interno de gestão:

"Quando assumi a área de suprimentos da Shoulder, tinha como missão transformá-la em um importante pilar da companhia, que tivesse como foco a busca constante por eficiência operacional e aporte de inteligência de negócio. A decisão de implantar o portal teve 100% de adesão já no primeiro mês, o que comprova a eficiência do modelo."

SHOULDER

CONHEÇA OUTROS CASES DE SUCESSO DOS CLIENTES BR SUPPLY E DESCUBRA COMO PODEMOS AJUDAR A SUA EMPRESA A SER MAIS EFICIENTE.

Mais informações sobre a nossa solução:
brsupply.com.br

BrSUPPLY Suprimentos Corporativos | STAPLES

EPIS & EPCS · ESCRITÓRIO & PAPELARIA · HIGIENE & LIMPEZA · DESCARTÁVEIS & UTENSÍLIOS · ALIMENTOS & BEBIDAS · CARTUCHOS & TONERS · EQUIPAMENTOS & ELETRÔNICOS · MOBILIÁRIO CORPORATIVO · MANUTENÇÃO MRO · DISPENSER & COLETA RESÍDUOS · UNIFORMES PROFISSIONAIS · PROMOCIONAIS & PERSONALIZADOS

de produtos orgânicos vendessem diretamente aos consumidores finais. Aos poucos, outros pequenos agricultores ficaram interessados no ponto, começaram a procurar Carolina e foram montando seus stands ali. Hoje, há 15 estabelecimentos. Depois de fazer a feira, você pode provar uma tábua de embutidos (R$ 60) da Duca, que produz salames, linguiças e presuntos artesanais e sem conservantes.

Quem estiver procurando um presente pode passar na Sta Maria Casa. A arquiteta Carol Duva faz uma curadoria de objetos, roupas e bijuterias confeccionados por pequenos produtores, em sua maioria, catarinenses. "Quando valorizamos os artesãos daqui, conseguimos oferecer peças diferentes para os turistas, mostrando um pouco da criatividade da nossa gente", diz Carol.

Esse pensamento também está presente nos principais restaurantes da cidade. Um dos casos é o Fogão Gastronomia, capitaneado pelo casal Michael Willian, 30, e Mayara Packer, 25. Depois de terminar a faculdade de gastronomia no interior de São Paulo, eles resolveram fazer uma viagem descobrindo restaurantes e produtores das cinco regiões do país. Escolheram Florianópolis para estabelecer raízes. "Eu gosto muito de frutos do mar. Já a Mayara é mais da carne vermelha. Aqui, estamos entre a serra e a praia, e temos

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DA FOTO ACIMA
Mercado São Jorge, com opções de produtos orgânicos; Carol Duva em sua loja, a Sta Maria Casa; e salames e outros embutidos artesanais da Duca

"Quando valorizamos os artesãos daqui, conseguimos oferecer produtos diferentes para os turistas"

CAROL DUVA, DONA DA STA MARIA CASA

blank

você não precisa saber 5 milhões de regras fiscais, **você só precisa conhecer um sócio Tax Group.**

Identificamos riscos e oportunidades decorrentes de tributos federais e estaduais para tornar a rotina fiscal da sua empresa mais competitiva e preparada para o futuro.

Fábio Baumgratz
Sócio-Diretor
do Tax Group

Interessado em ser um escritório membro Tax Group? Entre em contato: 4007.2566.

taxgroup
INTELIGÊNCIA TRIBUTÁRIA

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

taxgroup.com.br
4007.2566

O turista que visita a ilha também percebe o toque artesanal no comércio

bons fornecedores próximos", explica Michael. As entradas são o carro-chefe do restaurante. Não deixe de provar a porção de siri mole (R$ 38). Pescado no momento da troca da casca, o crustáceo é empanado na massa de tempurá e servido com um molho levemente picante de fisalis. No mês que vem, o restaurante deve começar a operar em uma nova casa, no Campeche, que terá um winebar. "Queremos ter a melhor carta de vinhos de Santa Catarina e com o melhor custo-benefício", almeja Mayara.

Embora o nome anuncie um menu italiano, o Dolce Vita é um dos pioneiros da alta gastronomia com pegada contemporânea na ilha. O chef Ricardo Caldas ficou famoso na cidade após participar do reality show *Mestre do sabor*, da Globo. Além da preferência pelos produtos locais e orgânicos, Caldas tem uma horta vertical dentro do restaurante onde produz os brotos que usa para decorar seus pratos. A morcela grelhada com purê de cenoura braseada e berinjela marinada conquistou o estômago dos chefs na TV e, com certeza, vai agradar o seu.

Para quem procura comfort food, uma boa pedida é o Empório Capela, em Itacorubi. Os donos e primos, Leonardo e Renato Bittencourt, querem que os clientes se sintam na "casa da tia". O local do restaurante era uma antiga capela e foi decorado com móveis de família ou garimpados. Cheio

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DA FOTO NO ALTO, À ESQ. Siri mole, uma das entradas mais pedidas do Fogão Gastronomia; música ao vivo do Empório Capela; dry martíni, do bar Tarsila, no Emporio Capela; e Mayara e Michael, do Fogão Gastronomia

de história, o menu é diverso: vai da moqueca baiana (R$ 125) ao carré de cordeiro (R$ 94), de raspar o fundo do prato com um pão de fermentação natural. Além da boa comida, há música ao vivo, de jazz a bossa nova.

VEM DO LIXO

O turista que visita a ilha também percebe no comércio esse toque artesanal, com um ritmo que respeita mais o tempo. O mecânico Rafael Benin, 35, teve de ficar afastado do trabalho devido a um estiramento no joelho. Nesse período, seus óculos quebraram e ele resolveu fazer um novo, de madeira. A marcenaria acabou virando um hobby, até que ele pediu demissão do antigo emprego e, em 2015, criou a Rwood. A marca fabrica armações de madeira (R$ 390, com lentes), com produtos que iriam para o lixo. "Recebi uma quantidade enorme de piso de taco. Vai virar óculos", afirma Rafael, que expõe em feiras como a Nømad Mercado, de consumo consciente.

Há 20 anos, a artista Nara Guichon também aproveita material que iria para lixo para criar os itens do projeto Águas Limpas. Entre os mais conhecidos estão as esponjas de limpeza feitas com redes de pescador (R$ 14). "Quando comecei, eu era um barco sozinho. Hoje, é uma frota grande, está se expandindo", diz Nara. É assim, olhando para a natureza e respeitando o seu tempo, que a ilha prova ainda mais o poder de sua magia.

DESTINO: A ILHA

Prepara-se para Floripa

1.

2.

3.

1. Óculos **Rwoods**, R$ 390, rwoodloja.com.br **2.** Canga **Fouta Harissa**, R$ 230, foutaharissa.com **3.** Short **Osklen**, R$ 297, osklen.com.br

EM SENTIDO HORÁRIO, A PARTIR DA FOTO ACIMA
Piscina do hotel Quinta das Videiras; a feira Nømad Mercado, que terá a próxima edição em maio; e Rafael Benin, expondo seus óculos sustentáveis no evento

UMA VIAGEM
PERFUMADA
PELA NOSSA HISTÓRIA

DESCUBRA BRÉSIL, UMA FRAGRÂNCIA
DE ALMA FRANCESA E CORAÇÃO BRASILEIRO.

VISITE UMA DE NOSSAS LOJAS E CONHEÇA
ESSA HISTÓRIA PERFUMADA!

L'OCCITANE
AU BRÉSIL

BR.LOCCITANEAUBRESIL.COM/BRESIL

3

VIDA, TEMPO E TRABALHO

FOTO CARLA ARAKAKI

70 **QUEM INDICA**
Adriana Barbosa, criadora da Feira Preta

72 **TRÊS GERAÇÕES**
Um papo entre salva-vidas

74 **DECOLAGEM**
Vivant, o novo vinho em lata

76 **EM NOME DE ANNY**
Pela filha, Katiele Fischer quebra barreiras

84 **CRENÇAS INDIVIDUAIS**
O colunista Leandro Karnal responde os leitores

86 **PRODUTO INTERNO BRUTO**
Öus, a marca que mudou o streetwear no país

UM OUTRO OLHAR

Criadora da Feira Preta, a empreendedora Adriana Barbosa conta sobre suas inspirações

POR
Amanda Abreu

Quando criou a Feira Preta, em 2002, a paulistana Adriana Barbosa, 40 anos, não imaginava que o evento se tornaria o maior festival de cultura negra da América Latina. Para conseguir esse resultado, ela teve que batalhar muito. Vinda de uma família liderada por mulheres, começou a desenhar sua história aos 17 anos, ao conseguir seu primeiro emprego, em uma rádio. Desde então, nunca mais parou. Mas foi há 18 anos, ao ficar desempregada, que seu destino começou a virar. Abriu um brechó, que foi crescendo em ritmo acelerado e passou a ser itinerante, indo para fora de São Paulo. Assim surgiu a Feira Preta, exemplo de inovação ao dar espaço para empreendedores negros apresentarem, e venderem, seus produtos. "Além de acreditar na importância da representatividade, a feira também busca suprir uma lacuna no fornecimento de produtos para um nicho de mercado muito grande", explica Adriana, que também comanda o Preta Hub, espaço de fomento à pesquisa e aceleradora de empreendedores negros.

MUSA
"Estou lendo o livro *Oprah - Uma biografia*, de Kitty Kelley *[ed. Sextante; à dir.]*. Ela é uma das mulheres mais bem-sucedidas no mundo, uma empreendedora nata e uma inspiração para mim."

MATEMÁTICA FAMILIAR
"Minha bisavó era quem falava comigo sobre dinheiro. Ela sempre dava um jeito de terminar o mês no azul. Conseguia isso com a 'sevirologia', o modo de viver de quem precisa sempre se virar. Ela é uma fonte infinita de inspiração para mim."

MUNDO
"Conheci o Senegal em 2012 e compreendi um pouco da diáspora africana que vivemos. A viagem também me inspirou a trabalhar com os mercados africanos, que têm uma dinâmica muito parecida com a Feira Preta."

LUGARES
"Se você quer empreender, conheça a sua cultura. O Museu Afro Brasil *[abaixo]*, em São Paulo, me ajuda muito nisso. Penso em novas metodologias para meus negócios por meio das narrativas que são apresentadas lá."

MISTURA
"Em 2010, fui aos Estados Unidos a convite do Consulado americano e tive a oportunidade de conhecer o The National Black Arts. É uma referência em festival de inovação, música, dança e tudo o que envolve a cultura negra."

ILUSTRAÇÃO ZÉ OTAVIO / FOTOS ROBERTA NAVAS/DIVULGAÇÃO

PRIMEIROS SOCORROS

Três guarda-vidas de idades diferentes compartilham experiências sobre o trabalho de proteger os banhistas

POR Karina Sérgio Gomes

GISELLE LYRA RODRIGUES FRANÇA

29 ANOS

DE RECIFE, COMEÇOU A TRABALHAR COMO GUARDA-VIDAS EM 2018. ATUALMENTE, FAZ PARTE DO GRUPO DE BOMBEIROS MARÍTIMOS DE PERNAMBUCO, ATUANDO NAS PRAIAS DA CAPITAL PERNAMBUCANA E DE JABOATÃO DOS GUARARAPES.

ROGÉRIO DOS SANTOS

39 ANOS

EXPERIMENTOU VÁRIAS PROFISSÕES, DE GARÇOM A METALÚRGICO, ATÉ SE ENCONTRAR COMO GUARDA-VIDAS, EM 2015. ATUOU EM CENTROS ESPORTIVOS PÚBLICOS DA CAPITAL PAULISTA, ONDE NASCEU, E, HÁ UM ANO E MEIO, TRABALHA NO CLUBE HEBRAICA.

ANTÔNIO CARLOS OLIVEIRA

55 ANOS

O GAÚCHO, DE ARROIO DOS RATOS, ENTROU PARA O CORPO DE BOMBEIROS EM 1989. DESDE 1996, ATUA COMO GUARDA-VIDAS NO LITORAL NORTE DO ESTADO DE NOVEMBRO A MAIO. NO RESTANTE DO ANO, TRABALHA COMO BOMBEIRO NA CIDADE DE SAPIRANGA.

ANTÔNIO: **Como os homens, tanto colegas de trabalho como banhistas, tratam as guarda-vidas?**
GISELLE: Apesar de a mulher já estar inserida na profissão há alguns anos, ainda há homens que acham que não somos capazes. Mas, talvez por ter concluído o curso de guarda-vidas, o que poucos militares conseguem, ou por mostrar meu valor, não vejo esse preconceito entre meus colegas homens. Sinto um cuidado diferente, como o de um irmão mais velho. Quanto aos banhistas, já ouvi algumas piadas, que também são feitas por mulheres para os guarda-vidas homens. Quando chamamos a atenção, fingem que não é com eles ou elas.

GISELLE: **Por que você escolheu essa profissão?**
ROGÉRIO: Já fui garçom, manobrista, metalúrgico... Mas, ao acompanhar minha filha Letícia nas aulas e competições de natação, acabei me interessando pelo esporte, pois não sabia nadar direito. Aos 34 anos, resolvi me aperfeiçoar e fiz o curso de guarda-vidas. Acabei me descobrindo na profissão. Comecei a trabalhar em balneários públicos até chegar ao clube onde atuo hoje. Estou sempre fazendo cursos e treinando, porque precisamos ter bom preparo físico. Com isso, acabei me tornando triatleta. Ser guarda-vidas melhorou o meu estilo de vida, me trouxe para o esporte.

ROGÉRIO: **Como você se prepara? A idade atrapalha em alguma situação?**
ANTÔNIO: Pratico esportes desde criança, o que ajudou a me tornar guarda-vidas depois de sete anos no Corpo de Bombeiros. Faço corrida, musculação e natação, no mínimo, uma hora por dia. Claro que, com a idade, você sente sua resistência diminuindo um pouco, mas isso é mais um motivo para eu treinar. Tenho muito orgulho da minha profissão e consegui passar isso para os meus dois filhos, que hoje trabalham comigo.

FOTOS ARQUIVO PESSOAL

TIM-TIM

Ao buscar uma forma mais prática de tomar vinho, os amigos Leonardo Altherino, André Nogueira e Alex Homburger criaram a Vivant Wines, marca de bebida em lata que deve faturar R$ 1,2 milhão neste ano

POR
Heitor Flumian

FOTO
Lucas Bori

A cena é até comum: alguém que adora vinho, em meio a amigos cervejeiros, escolhe um rótulo para um programa ao ar livre e, quando chega ao lugar, percebe que esqueceu o saca-rolha. Ou, então, leva uma garrafa da bebida a uma festa, e passa um bom tempo da noite com as mãos ocupadas. Foi ao vivenciar algo parecido com essa segunda situação que o carioca Leonardo Altherino, 27 anos, com os amigos e sócios também cariocas André Nogueira, 26, e Alex Homburger, 26, começaram a buscar uma forma mais prática de consumir a bebida. No começo do ano passado, inspirados por uma tendência internacional, criaram a Vivant Wines, primeira empresa a lançar um vinho fino e seco natural em lata no Brasil. "As latinhas são revestidas por uma película interna que anula o contato do alumínio com o líquido, impedindo sua oxidação e, assim, preservando as mesmas propriedades do vinho de garrafa", explica André.

Para desenvolver os três rótulos do catálogo – tinto, branco e rosé, os três fizeram incursões em vinícolas do Sul do país. Junto ao sommelier da equipe, Felippe Siqueira, formado na Le Cordon Bleu, de Paris, e em parceria com a Vinícola Quinta Don Bonifácio, de Caxias do Sul, selecionaram um blend especial, que se adaptasse com perfeição às latas. Além de ser vendido no próprio e-commerce da marca, que atende o país todo, o vinho (R$ 16, 269 mL) pode ser encontrado em barracas de praia, hostels e em algumas unidades de cinema da rede Kinoplex.

Com teor alcoólico entre 11,5% e 12,5%, os rótulos da Vivant já alcançaram a marca de 40 mil unidades vendidas – a expectativa para o ano passado era chegar a 150 mil. "Estamos antecipando nossos planos e expandindo para outras regiões devido ao sucesso que o produto vem tendo", diz Alex. Merece um brinde.

Como foi o processo para tirar a ideia do papel?
O primeiro passo foi validar a ideia: pesquisamos os casos de sucesso no exterior para entender se a implementação era viável por aqui. Também entrevistamos muitas pessoas, dos experts aos leigos, para sentir a aceitação da proposta e receber feedbacks. A segunda etapa foi a estruturação do plano de negócios. Depois, mapeamos nossos fornecedores e captamos o investimento inicial. Por fim, colocamos a cadeia que estruturamos para girar.

Quem é o público-alvo da marca?
Nosso público são os millennials, que desejam tomar uma bebida de qualidade onde, quando e como quiserem, com praticidade e conveniência. Queremos dominar os principais canais que esse público frequenta, incluindo ocasiões em que o vinho não era considerado, como praia e baladas, além de liderar a penetração da categoria nas grandes redes do varejo nacional.

Qual foi o maior desafio da empresa até agora?
Quebrar a barreira do preconceito. Além disso, tem a carga tributária do vinho, que é muito pesada no Brasil e com variações bruscas entre estados.

QUEM
VIVANT WINES

CAPITAL INICIAL
R$ 300 mil, vindos de amigos e familiares. Segunda rodada: R$ 2 milhões, de investidores anjos

NÚMEROS
Mais de 40 mil latas vendidas desde janeiro. Previsão de faturamento para o ano passado: R$ 1,2 milhão

PARA INSPIRAR EMPREENDEDORES
"Os livros *Receita previsível*, de Aaron Ross e Marylou Tyler para vendas, e *Eating the big fish*, de Adam Morgan, sobre empresas inovadoras desafiando mercados comandados por gigantes", indica Leonardo

EM NOME DE ANNY

Até onde uma mãe iria para ajudar a filha que sofre de uma doença rara? Katiele Fischer foi além das barreiras legais e se tornou a primeira pessoa a conseguir a liberação de um remédio à base de *Cannabis* no Brasil

POR
Carol Sganzerla

FOTO
Daniel Aratangy

"Forte e corajosa, Anny. Forte e corajosa." São essas duas palavras que Katiele diz repetidas vezes ao pé do ouvido da filha assim que a menina, deitada em seu colo, solta cinco gritos antes de fixar o olhar no vazio. Com a expressão congelada, ela enrijece os braços, contorce as mãos em sentido contrário ao corpo e contrai os dedos dos pés como se quisessem se esconder sob a sola. Anny está convulsionando. "Quem vê de fora acha que a criança vai morrer. O que me consola nessas horas é que ela não tem consciência do que acontece", diz a paisagista Katiele Fischer, 38 anos. "Acolho, rezo e espero. Não tem o que fazer. A dor física vem depois. A contração muscular equivale a 18 horas de exercício", compara. Um suspiro profundo antecipa a diminuição dos espasmos e dá sinais de que já vai passar.

Na semana da entrevista com os Fischer, em Brasília, Anny, 11, tinha tido duas convulsões. Katiele não lamenta. Seis anos atrás, a filha chegava a ter uma crise a cada duas horas, alcançando 60 por semana; às vezes, 80. Nascida com a síndrome CDKL5 (Cyclin-Dependent Kinase-Like 5), condição genética rara, e sem cura, que causa a epilepsia refratária, Anny só recebeu o diagnóstico com quase cinco anos. Após a primeira crise, com 45 dias de vida, suspeitou-se de erro metabólico, o que obrigou Katiele a parar de amamentá-la. Com 1 ano, o diagnóstico foi descartado, mas os geneticistas não chegavam a outro.

Mesmo com o atraso neuropsicomotor e a perda do tônus muscular, a caçula da família chegou a andar, aos 3 anos, fato improvável para quem tem a síndrome. "Apesar das limitações, ela arrastava cadeiras e se enfiava em baldes d'água." Um ano depois, aos 4, ela teve o diagnóstico do CDKL5 confirmado. Foi quando começou a regredir. Um dia, as convulsões se intensificaram. "Cansei de correr com a Anny para o hospital quando as crises batiam cinco minutos, com medo de uma parada cardiorrespiratória", diz Katiele. No outro, voltou a andar de joelhos e, na semana seguinte, não andava mais. "A sensação era de que a Anny escorria pelos nossos dedos, ela estava definhando. Até que ela parou de chorar, de falar 'mamã', de se mexer. Aquilo me matava." Em quatro meses, a menina perdeu tudo o que tinha conquistado em três anos.

FORA DA LEI

O coração de Katiele se aquietou em 2013, quando soube, por outra mãe, que nos Estados Unidos uma criança com epilepsia refratária estava tendo bons resultados usando uma medicação à base do canabidiol (CBD), substância sem efeito psicoativo extraída da folha da *Cannabis*, popularmente conhecida como maconha. Na época, a importação era proibida, o que não impediu que Katiele encomendasse uma dose para teste. Em um mês, as 60 convulsões caíram para 20. Em nove meses, as crises passaram a ser esporádicas, até zerar. "Ninguém gosta de fazer algo ilegal, mas valia qualquer risco para ver a Anny tendo qualidade de vida. Ela passou a rir, o astral da casa mudou. Ouvi-la se espreguiçar de manhã é até hoje um dos meus barulhos favoritos", diz Katiele, também mãe de Júlia, 14.

Uma vez encontrada a solução para amenizar as crises, o passo seguinte era conseguir driblar a burocracia da importação. "Para ter o produto, era preciso três documentos do médico, uma autorização da Agência Nacional de Vigilância Sanitária [Anvisa], que levava dois meses, e enfrentar o desembaraço aduaneiro para não pagar taxas. Cansamos de rodar aeroporto e Receita Federal atrás da medicação", conta Norberto Fischer, 51, pai de Anny, bancário e responsável pelas articulações políticas. Junto a ele, Katiele travou uma batalha na Justiça para que a Anvisa liberasse a importação do CBD para fins medicinais. No dia 3 de abril de 2014, Anny se tornou a primeira pessoa com autorização judicial para trazer um derivado da *Cannabis* para o Brasil. "A liminar foi um passo enorme. Não imaginava que uma planta tão demonizada proporcionaria bem-estar. A *Cannabis* tem um potencial infinito, e o preconceito em torno dessa substância se combate com informação", defende Katiele.

À medida que a história da menina jogava luz em um drama vivido por outras milhares de famílias, tornar-se referência na luta pelo acesso à medicação colocou Katiele em uma posição desafiadora. Mães e pais de todo o Brasil a procuravam querendo informação e palavras de conforto. Eram mais de 200 pedidos por dia. "Perdi as contas de quantas mensagens recebi, dizendo: 'Meu filho está internado, será que você pode dar um pouco do remédio da sua filha?' Como você nega isso para uma mãe? Mas, se eu desse o da Anny, não teria para ela", conta. "Meu coração se rasgava ao meio. Sabia exatamente qual era a dor daquela mãe e entrei em parafuso." Katiele precisou sair das redes sociais e foi para o psicanalista. Certa madrugada, abriu uma mensagem: "Como posso te ajudar?", escreveu. No que veio a resposta: "Tanto tempo depois, não preciso mais. Meu filho morreu". E Katiele se perguntava quantas pessoas esperando-à

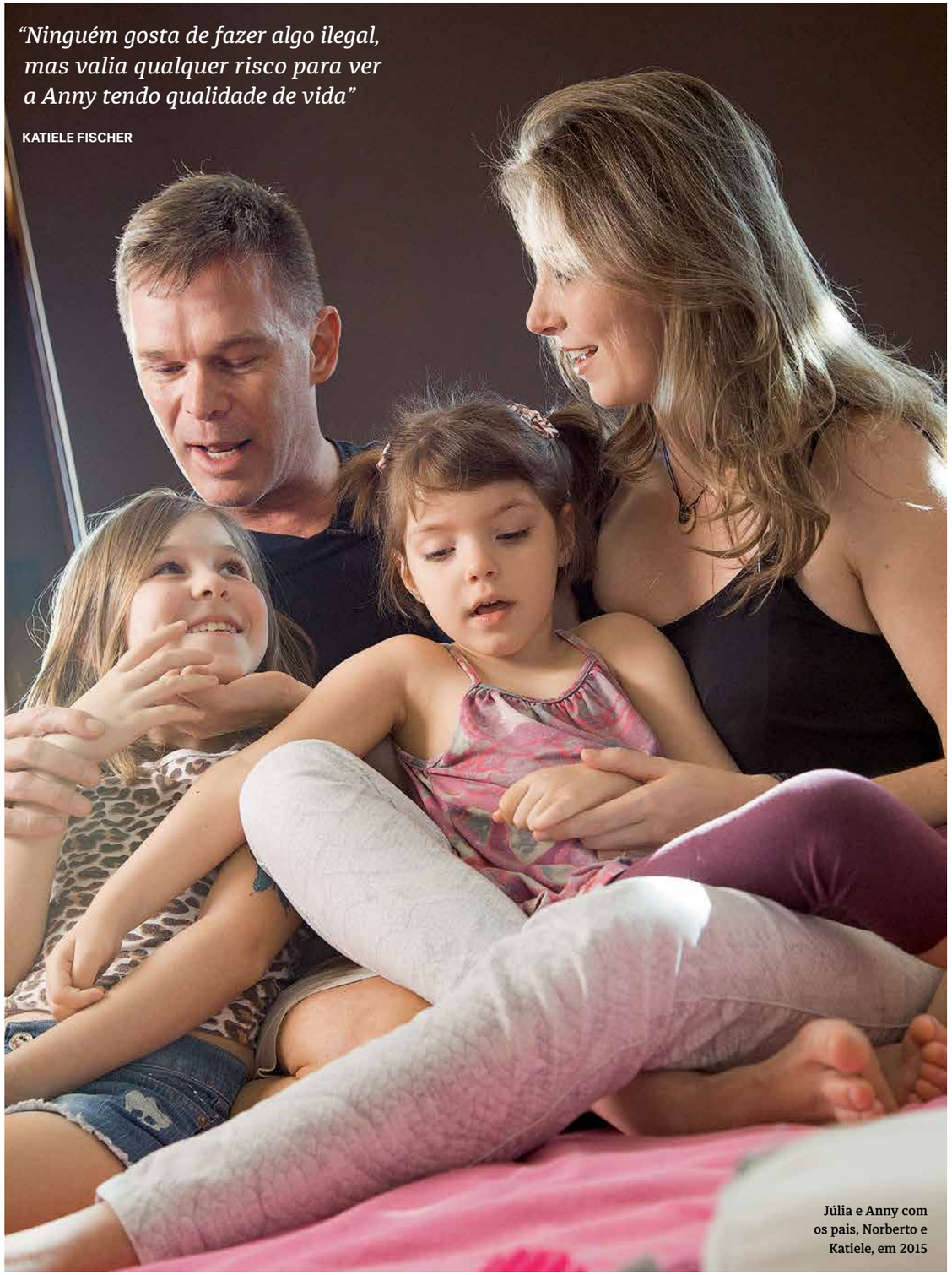


FOTO NELSON MELLO/ACERVO TRIP

Júlia e Anny com os pais, Norberto e Katiele, em 2015

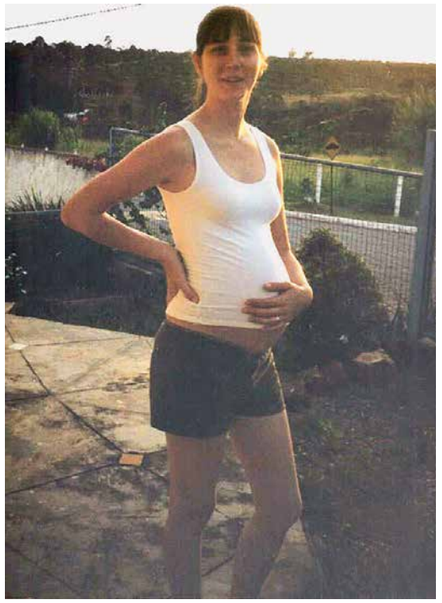
PARA SABER MAIS

Três obras que ajudam a entender melhor o uso medicinal da *Cannabis*

ILEGAL – A VIDA NÃO ESPERA
O documentário mostra a vida e a luta da família de Katiele para obter o direito de utilizar o canabidiol, além de acompanhar a rotina de outros pacientes que precisam da substância para manter seus tratamentos.

MACONHA MEDICINAL: CURA OU CRIME?
Outro documentário (disponível na Netflix), acompanha cinco famílias com crianças que passam por tratamentos contra o câncer e utilizam a *Cannabis*. Os pais pedem por mais pesquisas sobre a planta.

O ARGUMENTO DE UM MÉDICO SOBRE MACONHA MEDICINAL
O TED traz o médico de cuidados paliativos David Casarett, que revê seus conceitos após ser indagado (ou quase desafiado) por uma paciente de 70 anos sobre a *Cannabis*.



ela escrever. "Quando o assunto se disseminou, entendi que não precisava mais carregar o mundo nas costas", diz ela, que teve papel fundamental nessa divulgação, iniciada com o lançamento do documentário *Ilegal – A vida não espera*, de Tarso Araújo e Raphael Erichsen. Desde então, se colocou a serviço da causa, aproveitando cada entrevista e espaço na mídia.

DROGA LEGAL

Em cinco anos, o precedente aberto por Anny permitiu que 14 mil pessoas conseguissem autorização na Justiça para utilizar o canabidiol. "Há 1 milhão de pacientes com epilepsia refratária no país. O CBD também é indicado para tratar outras doenças, como esquizofrenia, dor crônica, mal de Parkinson, Alzheimer e obesidade e auxilia no tratamento do câncer", enumera o neuropediatra Eduardo Faveret, especialista em *Cannabis* medicinal e membro honorário da Sociedade Brasileira de Estudos da Cannabis (Sbec). Ele foi um dos primeiros a prescrever o canabidiol para epilepsia, inclusive para Anny.

Com a nova regulamentação da Anvisa, aprovada em dezembro passado, os produtos derivados da *Cannabis* para fins terapêuticos poderão ser comercializados nas farmácias do Brasil, encurtando o caminho das famílias. O cultivo da planta, no entanto, segue proibido. "É um avanço, visto que vai garantir o estoque no país e evitar a interrupção de tratamento, além de tirar as pessoas da ilegalidade", diz o catarinense Fabrício Pamplona, doutor em farmacologia de canabinoides. Em um curto prazo, acredita Eduardo Faveret, 25 milhões de pessoas poderão ser beneficiadas. "Mas essa ainda é uma demanda da classe média e alta e da indústria farmacêutica canábica. Não atende quem tem dificuldade de comprar devido ao alto custo. O Sistema Único de Saúde (SUS) não terá a substância disponível porque o canabidiol foi classificado como produto e não como medicamento", acrescenta o neuropediatra.

Diagnosticada com a síndrome de Rett ainda bebê, a carioca Maria Clara Fernandes, 11, faz uso do CBD desde 2014, influenciada pelos resultados de Anny. Para isso, a família gasta R$ 2,5 mil mensais. "Para democratizar o tratamento seria preciso regulamentar o cultivo nacional para as empresas, pessoas físicas e associações. E não só pelo custo, mas porque existe uma variedade de plantas da *Cannabis*, usadas para indicações específicas nos países em que a regulação permite. Unindo isso ao fato de que cada indivíduo tem uma resposta única

Katiele, grávida de Anny

FOTO ARQUIVO PESSOAL

ao tratamento, é fácil perceber que, quanto mais ampla for a regulamentação, maior é o número de pessoas beneficiadas", diz a engenheira Aline Voight Nadolni, 41, mãe de Maria.

NOVOS HORIZONTES

Até a medida de dezembro – que passa a valer em março –, só existia um medicamento derivado da *Cannabis* autorizado no Brasil. O spray Mevatyl, para esclerose múltipla, foi aprovado em 2017 e custa R$ 3 mil. "Havia cinco anos de estudo por trás desse único medicamento, o que comprovou para a Anvisa que ele era consistente. Mas não dá para esperar cinco anos para levar adiante uma pesquisa com *Cannabis* para epilepsia", diz Jaime Ozi, consultor e um dos responsáveis pela vinda da canadense Canopy Growth ao Brasil, a maior empresa de *Cannabis* medicinal do mundo. "Sem regulamentação, ninguém faz pesquisa. Mas, agora, as regras começam a ficar claras e vemos um horizonte sobre o rumo dos usos dos medicamentos canábicos. Ele é extremamente restritivo, a condição da Anvisa para a prescrição é exigente, mas, com isso, estão garantindo um produto de qualidade e atendendo às condições sanitárias. Em última análise, é positivo porque a população vai ter certeza do que está consumindo", diz Jaime.

Katiele é otimista. Comemora qualquer avanço e acredita que tudo acontece no seu tempo e com um propósito. "De repente, a missão da Anny é a de informar. Ela teve um impacto positivo na vida de muita gente. Hoje, o valor das coisas mudou para mim", conclui. E é assim que ela e a filha seguem. Um dia de cada vez. Sempre fortes e corajosas.

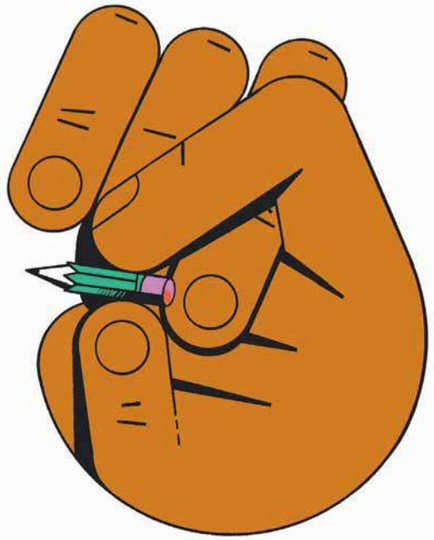
"De repente, a missão da Anny é a de informar. Ela teve um impacto positivo na vida de muita gente"

KATIELE

A PARTIR DA FOTO À ESQ.
Anny, andando, com a irmã, Júlia; e Katiele com a caçula, ainda bebê

FOTOS ARQUIVO PESSOAL

ASSISTENTE DE FOTOGRAFIA **OTAVIO GUARINO**
BELEZA **VANESSA BARONE** STYLING E PROD. MODA **MELISSA BALTAZAR**
LOOK VESTIDO **FALA** MARCAFALA.COM.BR
BRINCO **STUDIO LAUNDRY** LAUNDRYSPCOM



CRENÇAS INDIVIDUAIS

O professor Leandro Karnal responde dúvidas sobre equilíbrio e fé. Mande as suas!

É possível encontrar equilíbrio entre a razão e a emoção quando se tem consciência da realidade? Como lidar com o conhecimento e ser feliz ao mesmo tempo?

BEATRIZ MOREIRA CARMO, DE JUIZ DE FORA (MG)

O conhecimento é, na verdade, a grande ferramenta para o equilíbrio e para a felicidade. Sem ele, somos tomados por medos irracionais ou exagerados. A capacidade de aprender revela coisas que não podemos mudar e outras que, com foco, podemos. O conhecimento de si e do mundo é poderoso para o bem-estar. Sem ele, somos invadidos por pavores sem sentido, que esgotam nossa resistência. Viver com medo é ser escravo. Saber o máximo possível, estudar sempre, conhecer-se, aprender sem cessar: a felicidade passa pela maneira com que eu lido com minha capacidade de conhecer.

Não entendo pessoas inteligentes como o senhor que se dizem ateias. Por que viver, se não acredita em Deus?

NARBAL TEIXEIRA, DE CRICIUMA (SC)

Imagine um gênio recente como Stephen Hawking. Ele era brilhante e viveu e morreu sem a hipótese de um deus. Lembre-se de que outro cérebro brilhante no mesmo campo, Isaac Newton, foi profundamente religioso. Assim, temos pessoas mais inteligentes do que você e eu que acreditam e outras que não acreditam. A fé ou a falta dela não indica inteligência, mas caminhos internos diferentes. A fé é uma adesão pessoal e não uma prova de abundância ou escassez de QI. Por que viver? Só posso responder por mim. Eu acordo feliz porque amo existir, estou cercado de pessoas que são significativas para mim, sorrio com a música e com bons livros. Eu me sinto feliz e completo, como alguns amigos religiosos também se sentem. Eu vivo porque é bom. Eu como chocolate porque sinto prazer nisso e nunca preciso pensar em um deus maia que teria criado o cacau. Eu apenas gosto de chocolate e como. Uma lembrança importante: se você tem fé e acha que gente inteligente deveria acreditar em Deus, isso pode ser vaidade, algo condenado pela filosofia e pela Bíblia.

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 OTAVIO / VAPOR 324

LANÇAMENTO

W RESIDENCES SÃO PAULO. DESCUBRA UM NOVO ESTILO DE MORAR A 300 METROS DO SHOPPING JK IGUATEMI*.

O W Residences São Paulo oferece aos futuros proprietários a oportunidade de fazer parte do exclusivo network do W Hotel e ter comodidades e tarifas especiais em mais de 50 destinos pelo mundo, além de acesso ao "backstage" dos eventos mais badalados da rede. Uma concepção sofisticada de moradia de luxo com os serviços Whatever/Whenever®, que atende a todos os seus desejos 24 horas, 7 dias por semana. Misture e se misture em um poderoso endereço e venha viver uma nova narrativa para seu estilo de vida.

RESIDENCES DE 53 A 102 M² PRIVATIVOS. CONHEÇA OS DECORADOS.

Rua Funchal, 65 - Vila Olímpia - São Paulo/SP
T: +55 11 2478-3007

Helbor
TOLEDO FERRARI
Construtora e Incorporadora

A incorporação imobiliária do empreendimento HELBOR VILA OLIMPIA HOME & STAY encontra-se registrada sob o R.9 em 17/9/2019 na matrícula nº 108.072 do 4º Oficial de Registro de Imóveis da Comarca de São Paulo. O W Residences São Paulo não é de propriedade da Marriott International, Inc., nem está sendo desenvolvido ou comercializado por ela ou suas afiliadas ("Marriott"). A HESA 150 - Investimentos Imobiliários Ltda. usa as marcas comerciais e os nomes comerciais "W" sob licença concedida pela Marriott. A HESA 150 - Investimentos Imobiliários declara ser a única responsável pelo conteúdo deste material, isentando a Marriott de qualquer responsabilidade sobre ele. HB Brokers Gestão Imobiliária Ltda. - Av. Vereador Narciso Yague Guimarães, 1.145 - 15º andar - Mogi das Cruzes - SP, CNPJ 02.967.401/0001-40, CRECI/SP 016797-J - tel. 3674-5500 - helbor.com.br. LPS São Paulo - Consultoria de Imóveis Ltda. - Rua Estados Unidos, 1.971 - Jd. América, CEP 01427-002 - São Paulo - SP, CNPJ 15.673.605/0001-10, CRECI/SP 24.073-J - tel. (11) 3067-0000 - www.lopes.com.br. Previsão de abertura do hotel em 2023. *Fonte: Google. Perspectiva artística da fachada. Todas as imagens do empreendimento são apenas para fins ilustrativos e estão sujeitas a alteração.

W
SÃO PAULO
THE RESIDENCES

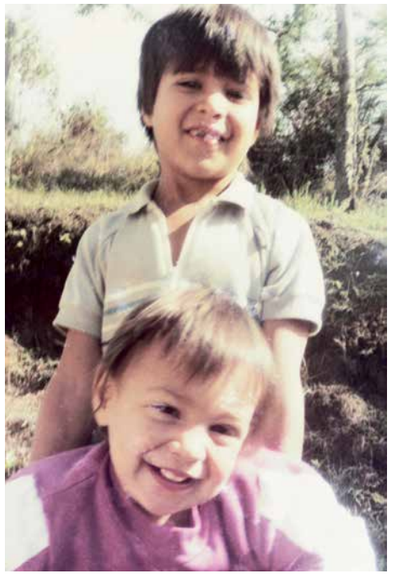
PRODUTO INTERNO BRUTO

Como a marca curitibana Öus, criada pelos irmãos Bruno e Rafael Narciso, revolucionou o mercado de streetwear e provou que a produção nacional tem qualidade

POR
Alana Della Nina

FOTOS
Carla Arakaki

Bruno e Rafael Narciso, irmãos e sócios da Öus



A PARTIR DA FOTO À ESQ.
Rafael (em pé) e Bruno, com 5 e 2 anos, respectivamente; e Rafael (à esq.) com os amigos Marquinhos e Alex Carolino, skatista profissional hoje

NA PÁG. AO LADO
Bruno, em Curitiba, há cerca de 18 anos

Até hoje, o skate define muito da identidade do curitibano Rafael Narciso, que começou no esporte aos 11 anos. Ainda na juventude, o skatista profissional também mostrava sinais de uma personalidade empreendedora, que iria delinear seu destino mais tarde – e ajudar a transformar o mercado de streetwear brasileiro. “Quando tinha 18 anos, decidi criar com alguns amigos a Latex, uma marca de moda masculina. Foi aí que comecei a aprender, na raça, como era fazer roupa, desenhar, comercializar. A gente ia viajar para andar de skate e levava os produtos na mala para vender”, conta ele, hoje, aos 39.

Cerca de cinco anos mais tarde, a Latex acabou, mas garantiu a Rafael bagagem e nome no mercado. “Comecei a trabalhar fazendo design de produto para marcas de skate e outras na área de confecção. Montei, então, um estúdio”, conta. Seu irmão Bruno, cinco anos mais novo, se juntou a ele. “Assim como o Rafa, andei de skate a vida inteira, mas não me envolvia em seus negócios porque era muito novo”, diz ele, que, formado em administração, foi trabalhar com o irmão para ajudá-lo, entre outras coisas, a organizar o negócio. Juntos, eles começaram a procurar uma oportunidade de fazer algo diferente, quando, em 2007, decidiram se lançar na confecção de tênis. “Surgiu a possibilidade de começarmos uma marca em uma fábrica que nos deu condição para pequenas quantidades”, conta Rafael.

Foi um ano de desenvolvimento do projeto, até que, em 2008, eles lançaram a Öus, marca de tênis 100% brasileira. “Nosso objetivo era criar uma marca de skate de alta performance com o melhor tênis produzido no Brasil, para quebrar aquele estigma de que produto nacional é ruim”, diz Rafael. Sempre de olho na inovação, eles tinham uma meta ambiciosa: lançar um tênis por semana. Hoje, 11 anos depois, seguem mantendo a promessa. “Desde a primeira coleção, usamos tecido de PET reciclado, coisa que era quase inexistente e deu supercerto”, afirma Rafael. Em 2013, a Öus também passou a confeccionar peças de roupa. Hoje, além do escritório em Curitiba, a marca tem sua sede de desenvolvimento de produto em Novo Hamburgo, no Rio Grande do Sul, e fábrica em Brejo Santo, no Ceará.

NA PISTA

A ÖUS EM NÚMEROS

30%
FOI O CRESCIMENTO DA MARCA NO ANO PASSADO

15
FUNCIONÁRIOS NA SEDE DA EMPRESA

1 MIL
TRABALHADORES CONFECCIONAM OS TÊNIS EM BREJO SANTO, NO CEARÁ

284
CIDADES VENDEM PRODUTOS DA ÖUS

546
PONTOS DE VENDA NO BRASIL E NO EXTERIOR

R$ 359
É O PREÇO MÉDIO DE UM TÊNIS

FOTOS GILBERTO NARCISO / LAURO NARCISO/ARQUIVO PESSOAL

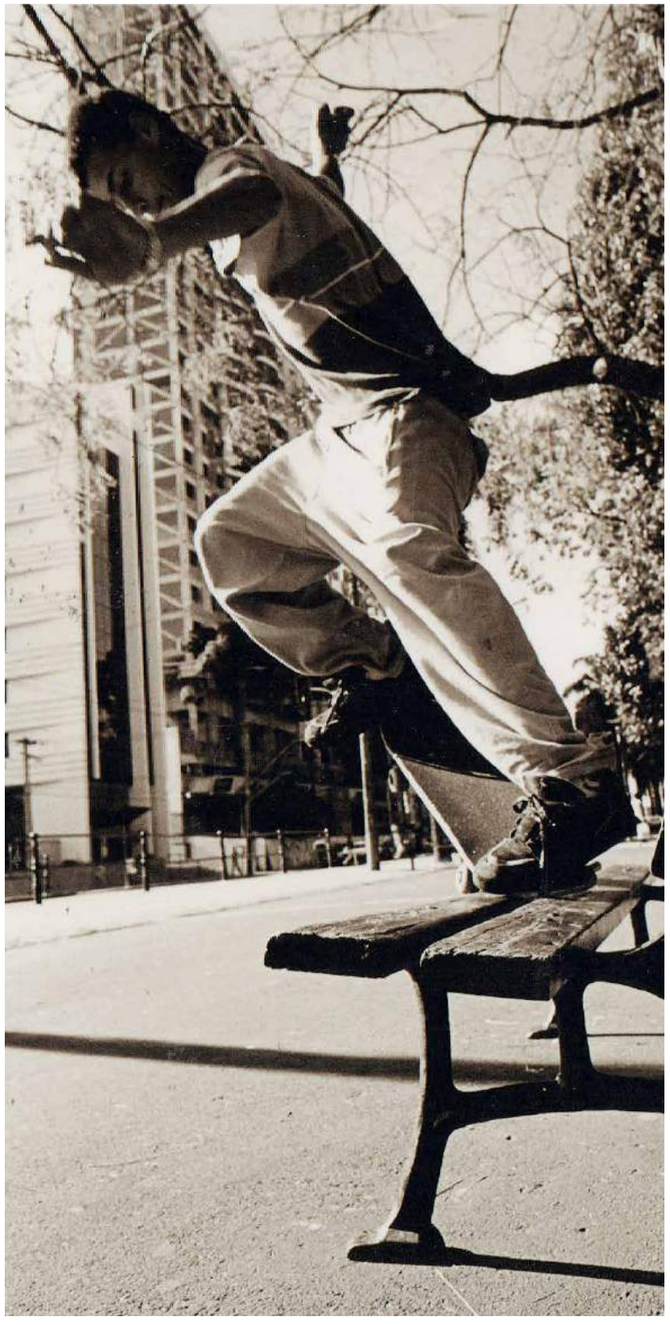
A COLABORAÇÃO FAZ A FORÇA

Como os irmãos Narciso já eram conhecidos tanto na cena de skate quanto no circuito do streetwear, a marca ganhou notoriedade antes mesmo de ser lançada. “Cerca de 20 lojas fizeram pedidos antes de os tênis ficarem prontos”, conta Bruno. A divulgação também contou pontos. “Foi um lançamento bem redondo, com um vídeo sobre toda a nossa história. Anunciamos nas principais revistas de skate e inauguramos a marca com uma equipe de skatistas, o que foi muito importante”, explica Rafael, referindo-se aos nove atletas patrocinados pela marca.

Além de usar, testar e divulgar a Öus, os skatistas também colaboram criativamente. Dwayne Fagundes, 30, que integra a equipe desde 2014, desenvolveu, recen-

“Nosso objetivo era criar uma marca de skate de alta performance com o melhor tênis produzido no Brasil”

RAFAEL NARCISO, SÓCIO DA ÖUS



Rafael em Barrerinhas, no Maranhão, em viagem de pesquisa para a Coleção Buriti, de 2014

FOTO ANTHONY NATHAN/ARQUIVO PESSOAL

temente, com o time de criação da Öus, o tênis DWF. No ano passado, Dwayne também lançou a coleção cápsula DWF Noite. "Era um conjunto de jaqueta e calça, além da customização de um tênis já existente. Foi muito legal. Pude desenvolver os produtos com liberdade." Para Rafael, a participação dos skatistas é fundamental, pois preserva a essência da marca. "É por meio dos feedbacks deles que continuamos testando e aprimorando." Além dos skatistas, a Öus já fez collabs com nomes de peso como Criolo, Mano Brown, o MC nova-iorquino Masta Ace e marcas como a Raider. "Minhas peças são mais conceituais. Nem sempre têm tanta saída, mas a gente fez pelo valor artístico", diz o grafiteiro curitibano Rimon Guimarães, 31, colaborador da marca. Segundo ele, o resultado é bom para os dois lados: para o artista, que consegue exercitar sua criatividade em novos formatos, e para a marca, que amplia seu alcance.

RUA AFORA

Ganhar o país talvez não fosse a ambição inicial dos irmãos, mas foi um passo natural, e não ter lojas próprias foi uma estratégia bem-sucedida de expansão – a Öus vende via e-commerce no Brasil e na Europa e revende em 546 lojas multimarcas no país, além de ter pontos na Austrália e na Noruega. Para Flavio Giannotti, dono da loja Ã Urban Shop, na capital paulista, a aposta na marca foi acertada. "Os diversos materiais, inclusive os sustentáveis, são um diferencial da Öus", diz o empresário, que compra cerca de 40 tênis por mês, além de outras peças, como jaquetas.

Rafael e Bruno também têm ao seu lado o crescimento do mercado de streetwear. Segundo o Iemi - Inteligência de Mercado, entre 2016 e 2019, o setor de vestuário casual, no qual está inserido o streetwear, cresceu mais de 10%, ficando acima da média da categoria de vestuário em geral no mesmo período. "O grupo de roupas casuais é hoje

"Os diversos materiais, inclusive os sustentáveis, são um diferencial da Öus"

FLAVIO GIANNOTTI, EMPRESÁRIO

Grupo EdsonQueiroz

EM TODA A NAÇÃO, 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. A sua eficiência e a sua versatilidade geram conforto e praticidade para todos os moradores e funcionários.
SEGURANÇA e **ALTO RENDIMENTO** tornam o GLP uma fonte de energia ideal para cocção de alimentos, climatização de ambientes, lavagem e secagem de roupas e aquecimento de água.

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.

0800 702 1200 • www.nacionalgas.com.br
/sounacionalgas @sounacionalgas Nacional Gás

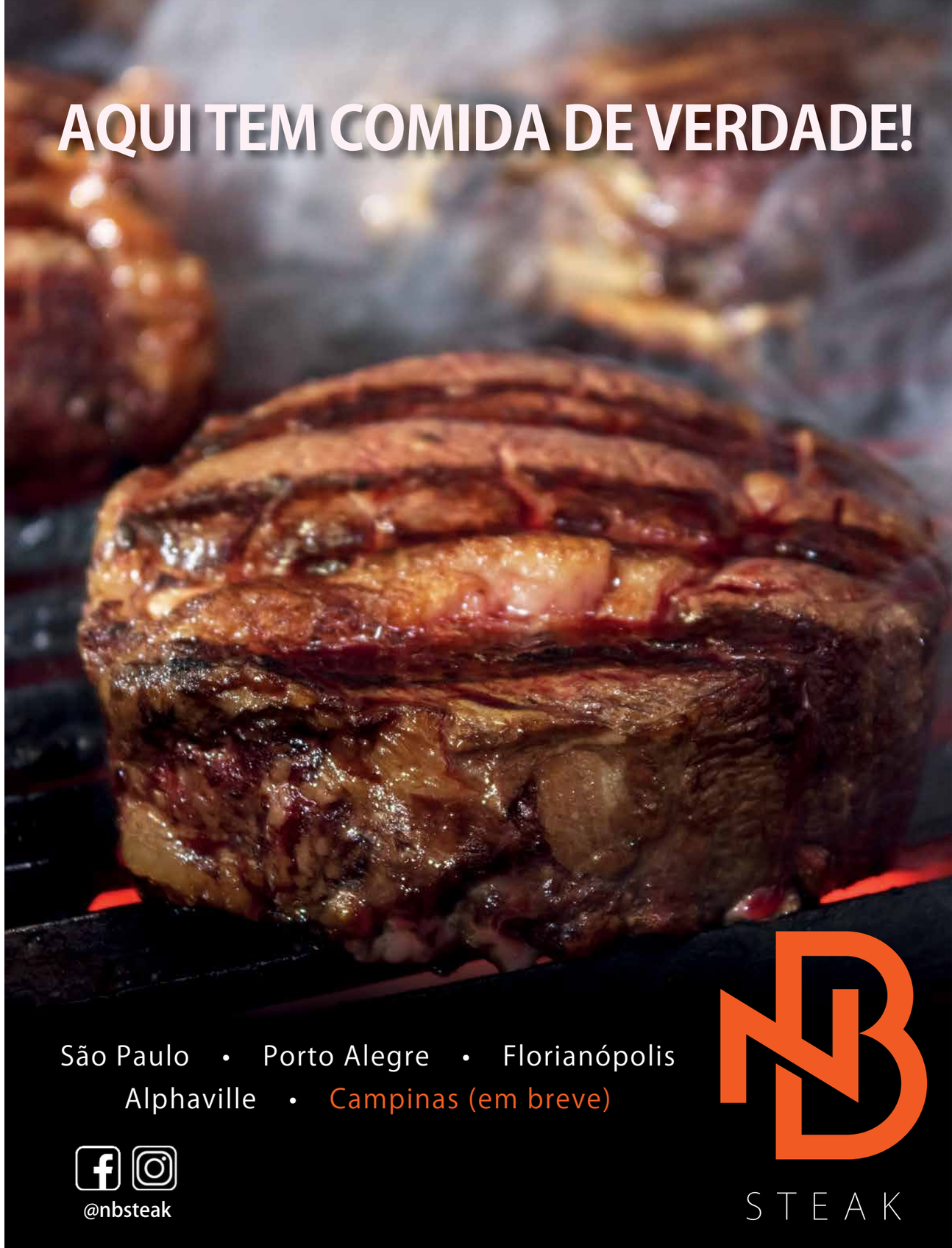
NACIONALGÁS

a principal linha de produtos do vestuário no Brasil. Seu crescimento está associado a um processo de 'informalização' do guarda-roupa do brasileiro, que cada vez mais adota um modo de vestir mais casual, o que também ocorre no exterior", explica Marcelo Prado, diretor do Iemi. Para Flavio Giannotti dono da Ã Urban Shop, o acesso a produtos de fora acabou, de certa forma, contribuindo para que marcas nacionais ganhassem espaço. "Há cerca de 10, 15 anos, era difícil comprar algo do exterior. Agora, você tem o que quer, de onde quer. Acredito que isso gerou um crescimento e atraiu mais gente para o streetwear. Marcas como a Öus aproveitaram esse movimento e entraram no mercado elevando o nível do produto no país. São peças com história, com design. Isso faz diferença", diz Flavio.

Nesse sentido, o encontro do streetwear com a moda de luxo também colaborou para a expansão do setor. "Você vê a Supreme, que era essencialmente uma marca americana de skate, fazer parceria com a Louis Vuitton. Tem também a Nike com a Dior, a Adidas com a Prada", comenta Rafael. A própria Öus molhou os pés – e um pouco mais – nessa tendência. Entre alguns parceiros estão a grife paulistana Neriage e o pichador Cripta Djan, que ficou famoso nas altas rodas por sua exposição na Fundação Cartier, em Paris. "Acho bem interessante esse movimento. Quando a gente formou a collab com a Neriage, fizemos experimentações, unimos nossas plataformas de produtos e criamos algo novo. Não se trata de fazer um produto caro, mas algo inédito", diz Bruno.

Pesquisar, testar e criar são verbos que seguem em ação nesses mais de dez anos. Além de celebrar sucessos, os irmãos gostam é de explorar caminhos. Desde o cuidado com as caixas dos tênis – assinadas por Bruno –, a dupla está constantemente em busca de novos materiais, tanto para criar produtos eficientes do ponto de vista da performance quanto para privilegiar o design em modelos únicos.

Mas a pesquisa não se limita aos materiais: a Öus cria peças que têm como foco investigar raízes do nosso país, como a coleção Buriti, com carteiras de palha do Maranhão, e a coleção Jaguaribe, inspirada na ciclogravura (arte de areia em garrafa) e nas redes do Ceará. "Tivemos que ir buscar quem desenhasse na rede. Encontramos um senhor em Santa Catarina", conta Rafael. A esta altura, já está claro que, ao mesmo tempo que a Öus mantém sua identidade bem fincada na essência do skate, transpõe essas fronteiras com fluidez. Com o olhar sempre inquieto da dupla, não teria como ser diferente.



4

#NOVAGOL

FOTO DIVULGAÇÃO

96 **CHECK-IN**
O novo uniforme, apresentado pelos Colaboradores

98 **BASTIDORES DA AVIAÇÃO**
Curiosidades sobre a criação das novas roupas

102 **INSTITUTO GOL**
Nossa parceria com a AACD

104 **NOSSOS SERVIÇOS**
Para seu conforto, escolha o GOL Premium Lounge

105 **GOL ONLINE**
Internet, filmes e TV. Curta o tempo do seu jeito

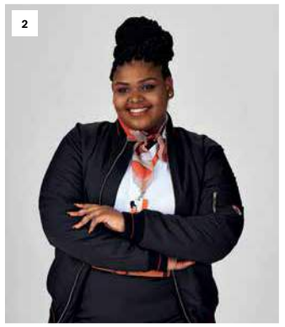
108 **SMILES**
Acumule milhas com seu cartão de crédito

110 **SERVIÇO DE BORDO**
Itens gratuitos: de snacks a refeições quentes

112 **MAPA DE AEROPORTOS**
Localize-se nos nossos principais terminais

119 **MAPA DE ROTAS**
Levamos você para o melhor do mundo

1


2

3

4

(1) Sueli Souza Oliveira da Silva
(2) Beatriz Bruno
(3) Vladson Santos
(4) Bernardo Silva

LUZ NO CORREDOR

A partir do dia 15, não vai ter como não reparar: nossos Colaboradores estarão com novos uniformes, assinados por Alexandre Herchcovitch

POR
Livia Scatena

Pela primeira vez em 14 anos de empresa, a Colaboradora Sueli Souza Oliveira da Silva poderá usar um uniforme feito especialmente para ela. "Como sou pequena, sempre tive de ajustar as roupas, mas nem todas as peças caem bem depois de adaptadas", conta ela, que tem nanismo. Com os nossos novos uniformes, a história de Sueli com as roupas de trabalho mudou. "Fui chamada para tirar medidas e, pela primeira vez, terei roupas e sapato feitos para mim."

Para desenhar os uniformes, que passam a ser usados oficialmente a partir do dia 15 deste mês – nosso aniversário de 19 anos –, convidamos o estilista Alexandre Herchcovitch, que criou as peças em conjunto com a companhia em um processo que levou dois anos. "Qaueremos que nossos Colaboradores se sintam representados e incluídos, que fiquem confortáveis em seus uniformes de trabalho", afirma Fernanda Cabral, do Marketing da GOL.

Foi pensando na representatividade que chamamos nossos Colaboradores para participar das fotos de divulgação da nova coleção. "Nós enviamos convites chamando-os para fazer parte dos ensaios e houve um grande interesse. Selecionamos um time diversificado, de 47 pessoas, para atuar como modelo", conta Fernanda.

Para Sueli, posar para as câmeras foi um momento especial. "Nunca imaginei que me chamariam para uma ação do tipo. Apesar de ter ficado nervosa, pois sou tímida, gostei muito", diz a Colaboradora, responsável pelo atendimento ao Cliente no aeroporto de Recife. Ela viajou a São Paulo para a sessão de fotos, que durou quatro dias, e já se acostumou com as novas roupas. "O novo uniforme é muito confortável e elegante, gostei muito. Além disso, nunca tinha usado o vestido da GOL, estava sempre de calça e camisa. Estou emocionada."

FOTOS DIVULGAÇÃO / FLORIDA CUP/DIVULGAÇÃO

GOL EM CAMPO

Quem estiver em Orlando do dia 13 ao 19 deste mês vai poder curtir a Florida Cup. O evento, que une futebol, shows e muito mais – como e-sport e corrida –, terá como estrela principal pelo segundo ano consecutivo a cantora Ivete Sangalo (à dir.). Em campo, jogarão Palmeiras, Corinthians, Atlético Nacional, Colômbia e New York City. Sabendo da importância do evento, pela primeira vez nós somos a companhia aérea parceira da Florida Cup. "Em dezembro, lançamos a nova rota direta de Manaus para Orlando e será esse o trajeto que o Palmeiras fará para chegar ao campeonato. Vamos levar todo o time em um voo regular com outros Clientes", diz Gabriela Cacciatore, do Marketing da GOL.

FALE COM O ESPECIALISTA

COMO A GOL CRIA AS NOVAS ROTAS?

Quem responde é Bruno Balan, gerente de Planejamento Estratégico de Malha Aérea

"Estamos sempre avaliando oportunidades para melhorar o atendimento, e usamos várias fontes de dados e estatísticas próprias para pensar em rotas e mercados inteligentes. Com o domínio que temos sobre nossos números, sabemos, por exemplo, quantos Clientes voam certo trecho em tal hora e onde há potencial para novos voos. Tudo isso ajuda a criar a melhor malha. Nos últimos meses, demos um passo certeiro quando voltamos a investir no crescimento regional, apostando em cidades como Sinop e Cascavel. E, claro, a expansão também acontece no exterior. Atendendo a demanda do mercado, lançamos no último ano e meio voos para Orlando e Miami e ampliamos nossa malha sul-americana, com Lima, Cancún e Quito."

ANO NOVO, ROUPA NOVA

Fique por dentro do processo de criação dos nossos uniformes

POR
Livia Scatena

ILUSTRAÇÃO
Bel Andrade Lima

BATE-PAPO

Em 2017, convidamos o estilista Alexandre Herchcovitch para criar novos uniformes. Ele viajou para oito cidades em que a companhia atua – o objetivo era conversar com os Colaboradores, que sugeriram melhorias, e entender as diferenças climáticas de cada região visitada. A partir daí, Herchcovitch começou a desenhar.

PRÁTICA

As peças foram desenvolvidas entre janeiro de 2018 e janeiro de 2019. O processo de criação envolveu muita pesquisa e a formação de um comitê consultivo, que era informado sobre todas as decisões. Para que o resultado fosse roupas com bom caimento e confortáveis, 120 Colaboradores testaram novas peças por 45 dias.

NÚMEROS

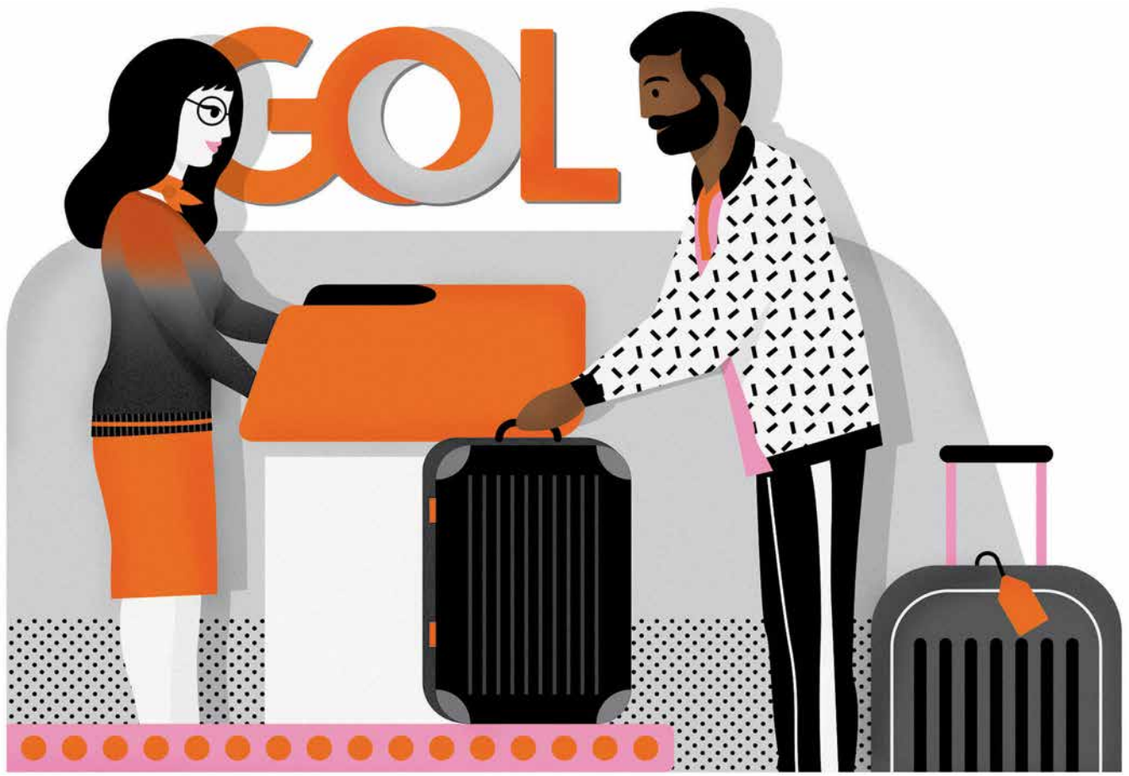
Mais de 12 mil Colaboradores usam nossos uniformes diariamente. No total, foram produzidas 334.644 mil peças – a coleção conta com 70 artigos ao todo e cada Colaborador recebeu, em média, 17 itens. As peças foram confeccionadas por cerca de 70 costureiros em São Paulo, João Pessoa e Curitiba.

NOVIDADES

Com os novos uniformes, buscamos uma unidade da marca para todas as equipes. Para isso, criamos dois grupos. No social estão os times de Tripulação Técnica, Tripulação Comercial, Despacho Operacional e Aeroportos. No de Serviço, estão as equipes de Manutenção, GOLLOG e Orange Cap.

CONCEITO

Aplicamos o lado humano da empresa nos uniformes, trazendo um novo tipo de tecido, mais inteligente e confortável. Agora, as roupas são feitas com algodão e elastano, entre outros produtos – amassam menos e têm melhor caimento. Além disso, por serem em grande parte brancas, as peças correm menos risco de desbotar.



TENDÊNCIAS

Jean Carlo Nogueira, diretor-executivo de Gente e Cultura da GOL, dá mais detalhes sobre os novos uniformes

O que significa ter o nome do porte de Alexandre Herchcovitch por trás dos uniformes?
A escolha reflete o momento da GOL, principalmente quando pensamos em nosso alinhamento com diversidade e sustentabilidade. Trata-se de um estilista brasileiro reconhecido internacionalmente, com ampla experiência em trabalhos plurais. Fiel à nossa essência simples, humana e inteligente e alinhado ao contemporâneo, ele representa a força criativa e o jeito brasileiro de misturar simplicidade com tecnologia, inovação vibrante com simpatia e humildade. É um nome importante para termos como aliado.

Qual é a importância da mudança dos uniformes?
Além de proporcionar mais conforto, satisfação e engajamento entre nossos Colaboradores, os uniformes foram desenvolvidos pensando em toda a diversidade da GOL. São modelos que se adequam bem a todos os corpos, ou seja, funcionam para todo mundo que trabalha aqui. Isso mostra aos Colaboradores que nosso time é o protagonista dessa nova proposta.

Qual foi a evolução dos uniformes da GOL, desde a criação da empresa?
Estamos em nossa quarta edição de uniformes, agora com uma modelagem mais democrática e com capacidade de unificar os times, mas sem perder a personalidade. Podemos dizer que as novas peças evoluíram com a marca GOL. Enquanto nosso primeiro conjunto, de quase 20 anos atrás, foi pensado para uma equipe jovem, que crescia e se desenvolvia em uma empresa igualmente jovem, as roupas de hoje refletem a maturidade da companhia.

PARA VALER

Referência nacional no atendimento a pessoas com deficiência física, a AACD tem o apoio do Instituto GOL

POR
Livia Scatena

Criada em São Paulo em 1950, a AACD nasceu para atender pessoas com deficiência física. Hoje, a instituição atende patologias diversas, como paralisia cerebral e lesões medulares, e fabrica itens ortopédicos, que são doados para a sociedade – só em 2018, mais de 55 mil produtos foram entregues em diversas partes do Brasil. "Temos um centro de referência e, hoje, atendemos também quem precisa de tratamento ortopédico após quebrar um braço, por exemplo", diz Edson Brito, superintendente de Marketing e Relações Institucionais da AACD.

Para se manter, a instituição conta, principalmente, com doações (para contribuir, acesse aacd.org.br/doe). "As organizações sem fins lucrativos, como a AACD, são fundamentais para a sociedade brasileira, pois o Estado não dá conta de suprir todas as demandas. E é por isso que doar é tão importante", afirma Edson.

O Instituto GOL, responsável por tocar os projetos sociais da GOL, sabe dessa importância e apoia a AACD. "Nosso objetivo é colocar em prática a máxima da companhia, que é ser a primeira para todos", explica Claudio Neves Borges, diretor-executivo de Relações Institucionais e Sustentabilidade e presidente do Instituto GOL, função que exerce de forma voluntária. O Instituto doa passagens aéreas durante todo o ano para que funcionários da AACD possam viajar para treinamentos e para acompanhar de perto o trabalho realizado nas unidades espalhadas pelo país e para o Teleton. "Temos cinco unidades em São Paulo, duas em Minas, uma em Porto Alegre e outra em Recife, por isso, o apoio do Instituto GOL é fundamental para nós", finaliza Edson.

Amanda Alves Ferreiro recebe tratamento na AACD

ESPERA COM CONFORTO

Com o nosso GOL Premium Lounge, você aguarda seu voo com tranquilidade

POR
Livia Scatena

Conforto enquanto espera o voo – ou entre um voo e outro –, quem não quer? É pensando nisso que nós oferecemos o GOL Premium Lounge, nossa sala VIP, para atender você da melhor forma nos aeroportos. "Nossos lounges são amplos, muito aconchegantes e oferecem privacidade aos nossos Clientes", conta Silvia Donatini, coordenadora do GOL Premium Lounge. Os espaços têm salas de banho, wi-fi, bufê com opções veganas e vegetarianas, serviço de engraxate e massagista disponíveis (pagos à parte). A decoração, em tons terrosos, reforça a brasilidade, ponto superimportante para nós, da GOL.

Além de todo o conforto, nós somos a única companhia aérea que oferece sala VIP no embarque doméstico. Nossos lounges estão na área de embarque nacional e internacional dos aeroportos de Guarulhos, em São Paulo, e do Galeão, no Rio de Janeiro.

O acesso às salas é gratuito para Clientes Smiles nas categorias Diamante e Ouro, portadores dos cartões de crédito Smiles Platinum voando conosco ou com nossas parceiras, Clientes da Premium Economy e, para quem viaja com nossas parceiras Air France e KLM na primeira classe ou na executiva. Clientes Smiles e Smiles Prata, assim como os demais, inclusive os que não estejam voando conosco, têm acesso ao espaço a partir de R$ 75.

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 viajem 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

hube.

Adquira um pacote de internet e tenha 30 dias de acesso gratuito às revistas do app Hube. Use o código VOEHUBE e baixe aqui

1 Coloque seu dispositivo móvel em modo avião e habilite a função **wi-fi**

2 Conecte-se à rede **"gogoinflight"**

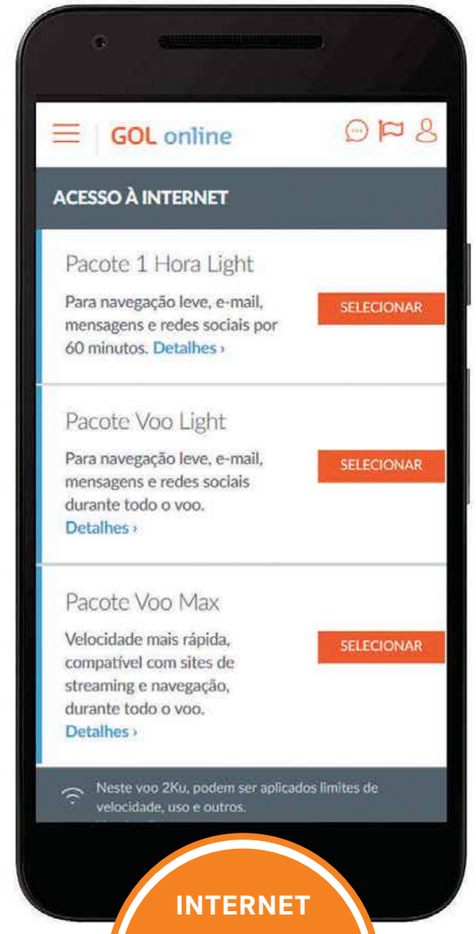
3 Abra o navegador e digite **wifionboard.com** e clique em **GOL Online** (se a navegação privada estiver ativada, desative-a para poder continuar)

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

4 Clique em Reproduzir

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

PARCEIRAS

GLOBO GLOBOSAT Claro

MÚSICA

CONHEÇA AS NOSSAS PLAYLISTS, QUE ENTRAM NA PROGRAMAÇÃO A PARTIR DESTE MÊS

Pitty, Dead Fish, Vanguart, Roberta Campos e Ratos de Porão são alguns dos artistas e bandas que integram a nova programação do GOL Online, chamada de *Viajando pelo Brasil*. Seguindo a fase de regionalização da GOL, disponibilizamos cinco playlists, para você curtir o som de cada região do país.

CURIOSIDADES DO NOSSO CONTEÚDO GRATUITO

X-MEN: FÊNIX NEGRA
FOI O FILME MAIS VISTO EM NOVEMBRO

27.600
VEZES O LONGA FOI VISUALIZADO NAQUELE MÊS

10.300
VIEWS TEVE O FILME *SHAZAM!*, QUE FICOU EM SEGUNDO LUGAR

216 MIL
VEZES NOSSOS CLIENTES VIRAM OS FILMES DO GOL ONLINE

100.759
VEZES NOSSOS CLIENTES VIRAM O CONTEÚDO DE TV DO GOL ONLINE

ESTREIAS

Confira títulos que acabam de entrar para o nosso catálogo

AD ASTRA – RUMO ÀS ESTRELAS
BRAD PITT EM UMA VIAGEM PELO INTERIOR DO SISTEMA SOLAR

MALÉVOLA: DONA DO MAL
MALÉVOLA E AURORA SEGUEM POR CAMINHOS DIFERENTES

CHERNOBYL
EPISÓDIO DA SÉRIE SOBRE O ACIDENTE NUCLEAR DE 1986

ARREBATADOR

O ator e diretor Silvio Guindane escolhe um filme de nosso catálogo

"*Lincoln* é um verdadeiro épico humano que se passa em um período muito simbólico dos Estados Unidos: a história de um presidente que está às voltas da Guerra Civil americana enquanto negocia a libertação dos escravos. Ainda que a história fosse ficcional, seria um sucesso no cinema, pois a montagem vai além do fato histórico, com um roteiro muito bom e bem estruturado, atuação impecável de Daniel Day-Lewis, que ganhou o Oscar com o papel, e direção genial de Steven Spielberg. Ele é um dos poucos diretores capazes de inovar e, ao mesmo tempo, conquistar o público, unindo popularidade e qualidade como ninguém."

PASSA NO CRÉDITO

Dicas para acumular milhas Smiles nas compras com o cartão e viajar mais

FOTO
Livia Scatena

FOTO DIVULGAÇÃO/SMILES

Quem gosta de viajar, ou mesmo quem sempre voa para lá e para cá a trabalho, sabe que, com milhas, é possível resgatar passagens aéreas e ir para onde quiser. Há diversas formas de acumular, e uma das principais é usando o cartão de crédito.

Nesse universo, é preciso ficar atento a algumas dicas que ajudam você a tornar esse acúmulo mais rápido – e, a sua viagem com milhas Smiles, mais próxima. Uma das primeiras ações é entender seus gastos no cartão de crédito para conseguir se planejar.

Outro passo importante é entender a taxa de conversão do seu cartão de crédito. Ela é o valor que cada dólar gasto gera em milhas – costuma ser de 1 a 3,5 milhas, dependendo da bandeira, do banco e da categoria. Você deve se informar com seu banco para saber se seu cartão gera pontos e qual é a taxa. A Smiles tem parceria com aproximadamente 30 bancos que possibilitam a transferência.

Além disso, tem outro ponto que é necessário o entendimento: a trava de transferência. Ela é a quantidade mínima de pontos que você precisa ter para transferir para a Smiles e acumular muitas milhas. Essa trava varia de banco para banco e é importante ficar atento às promoções de transferência: com a Smiles, você pode ganhar uma porcentagem em bônus sobre as milhas transferidas.

Agora o Cartão de Crédito Smiles funciona de maneira mais simples, sem trava de transferência: tudo o que você gasta vira milhas que caem automaticamente na sua conta, e eles ainda oferecem outros benefícios. Com os cartões Smiles Infinite e Platinum você tem acesso aos GOL Premium Lounges e direito à primeira bagagem gratuita voando com a GOL, entre outras vantagens.

Para ficar por dentro dessas e outras dicas, acompanhe o quadro *Quem quer ser um milheiro?*. Ele é apresentado pela especialista em finanças Ana Laura Magalhães (à esq.) no canal Te Levo de Milhas. Acesse e inscreva-se em youtube.com/televodemilhas.

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

DO TAMANHO DA SUA FOME

Nossos voos têm opções gratuitas, de minicookies a refeições quentes

1

2

3

4

Nossos parceiros:

SERVIÇO DE BORDO GRATUITO

VOOS NACIONAIS (1)
Bateu fome? Escolha um snack Mãe Terra, gratuito em voos acima de 38 minutos. E, no próximo voo, escolha seu lanche antecipadamente no site voegol.com.br

- 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 burguer 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.

* VERIFICAR DISPONIBILIDADE COM A TRIPULAÇÃO

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.

FOTO ANGELO DAL BÓ / DIVULGAÇÃO

PACIENTE VOLTA A JOGAR BASQUETE APÓS CIRURGIA NA COLUNA

Praticar atividade física e manter o corpo em movimento é essencial para estar em dia com a saúde, mas a intensidade dos exercícios ou a falta de acompanhamento de um profissional qualificado pode gerar alguns problemas.

No Brasil, ainda é comum encontrar pacientes lesionados que, por medo de operar, continuam sentindo dor e até largam o esporte, desenvolvendo outras doenças como diabetes, hipertensão e obesidade. Muitas pessoas acreditam que após uma cirurgia na coluna ficarão incapacitadas para realizar suas atividades.

Na verdade, a realidade é bem diferente. Uma forma de cortar o mal pela raiz são as cirurgias minimamente invasivas, indicadas para o tratamento de problemas tanto na coluna, quanto em pés e pernas, oferecendo ao paciente o retorno às suas atividades rotineiras.

O empresário **Dirceu Gonçalves Pereira Júnior, de 32 anos, era jogador profissional de basquete.** Em 2010, começou a ter crises e a não conseguir mais treinar com tanta frequência (na época eram quatro horas diárias de treino). O primeiro médico que ele procurou disse que era um desgaste normal da coluna, então ele continuou treinando o quanto conseguia. Foram dois anos de dor vai e dor vem. Em 2013, ele procurou outros especialistas e decidiu operar. No dia seguinte da cirurgia, ele saiu andando do hospital e voltou a trabalhar em dois meses, retomando a sua vida normal. Hoje, além de cuidar da sua academia, faz musculação todos os dias, treina kick box e joga basquete aos finais de semana. **"As pessoas não devem ter medo de operar. É importante se informar sobre o problema e procurar um médico de confiança. Depois de tanto sofrimento, levo uma vida normal",** conta.

"A cirurgia que o Dirceu realizou, consiste em uma estabilização dinâmica da coluna lombar, indicada para correção de hérnia de disco e estabilização da coluna para pacientes jovens e atletas, pois mantém a mobilidade do segmento tratada. Em alguns meses, o paciente já está fazendo tudo o que fazia antes, até jogando bola e correndo", explica **Dr. Marcelo Perocco, neurocirurgião especialista em coluna.**

Dirceu voltou a jogar basquete e praticar corrida sem dor alguma, o que não acontece nas cirurgias tradicionais. Antigamente, o médico fixava a coluna do paciente em um determinado local e o segmento de cima ficava doendo, o que ocasionava dor lombar crônica para o resto da vida.

De acordo com Dr. Perocco, "a cirurgia a laser é também uma boa opção de tratamento. Com ela, a recuperação do paciente é mais rápida, pois o procedimento diminui a lesão dos tecidos em volta e reduz a agressão ao corpo da pessoa. Outros métodos bastante utilizados são a radiofrequência e estímulo de choque para fascite plantar, muito comum em corredores que perdem o ritmo de treino pela dor na planta do pé. Esses tratamentos desinflamam a região e fazem o paciente parar de sentir dor, voltando às suas atividades".

Por último, uma cirurgia conhecida como Estabilização Interespinhosa, na qual você tira a hérnia de disco e fixa a vértebra sem ter que colocar pinos na coluna. "Essa é uma cirurgia pequena que utiliza apenas presilhas, dispensando pinos e hastes. Sendo assim, esse procedimento é bem menos agressivo, mais rápido e a recuperação do paciente é bem melhor", acrescenta Dr. Marcelo.

"Em alguns meses, o paciente já está fazendo tudo o que fazia antes, até jogando bola e correndo"

Dr. Marcelo Perocco
Neurocirurgião

CURIOSIDADE

Segundo publicação da revista Spine, pacientes que fizeram cirurgia para estenose de canal (ou estreitamento da coluna lombar), tiveram diminuição na taxa de diabetes. Foram estudados dois grupos de pessoas com diabetes e estenose de canal. O primeiro foi tratado apenas com medicamentos para dor e o segundo com cirurgia. Quem realizou a cirurgia conseguiu controlar a glicemia. Isso aconteceu porque a pessoa tratando com a cirurgia, começa a fazer atividade física e volta a ter taxas de glicemia mais baixas e melhores.

Responsável Técnico: Dr. Marcelo Perocco - CRM/SP 100.080

ENCONTRE-SE

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

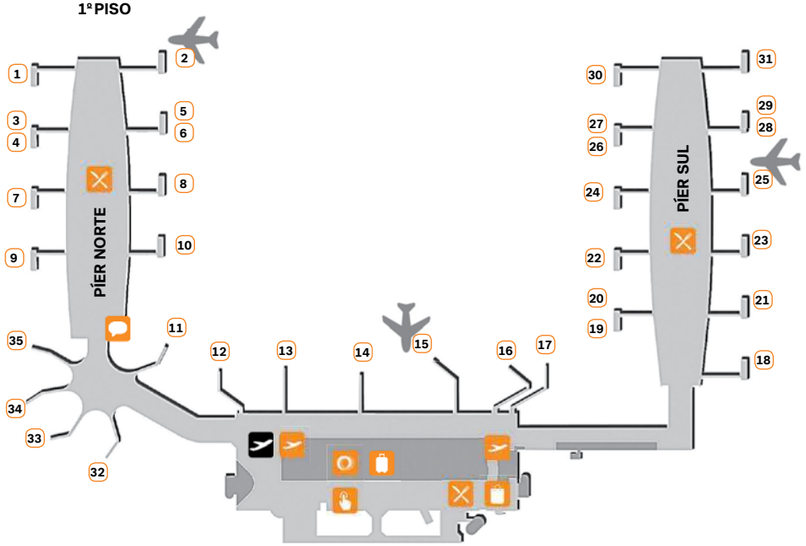
- ALIMENTAÇÃO
- AUTOATENDIMENTO
- CHECK-IN GOL
- CHECK-IN AIR FRANCE
- CHECK-IN KLM
- CONEXÃO GOL
- CONTE COMIGO
- DESEMBARQUE DOMÉSTICO
- DESEMBARQUE INTERNACIONAL
- DESPACHO DE BAGAGEM
- EMBARQUE DOMÉSTICO
- EMBARQUE INTERNACIONAL
- GOL BAGAGEM EXPRESSA
- GOL PREMIUM LOUNGE
- LOJA GOL
- 00 PORTÃO DE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

BRASÍLIA (BSB)

1º PISO

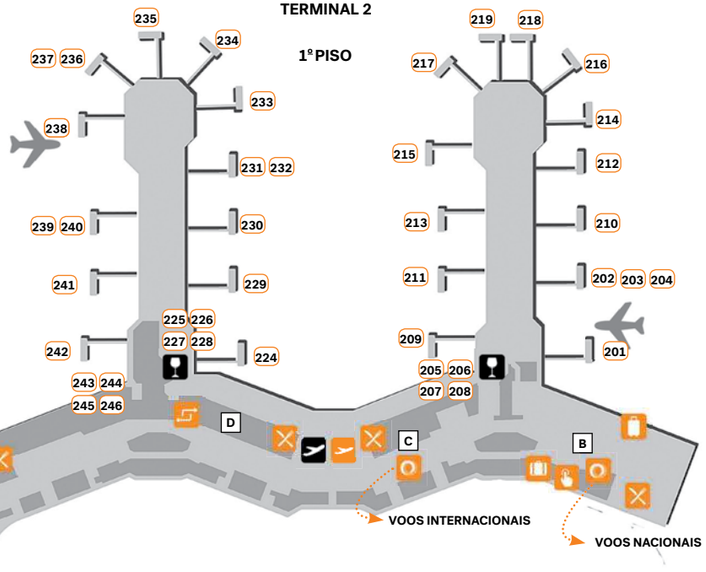


TÉRREO

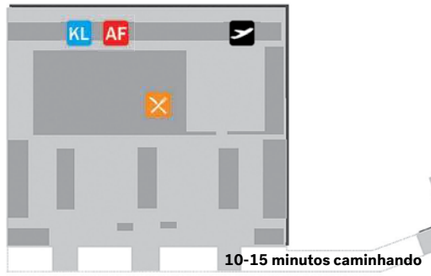
SÃO PAULO GUARULHOS (GRU)

TERMINAL 2

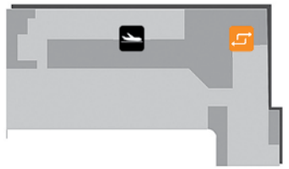
1º PISO



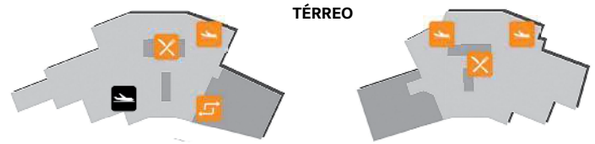
TERMINAL 3
1º PISO



TERMINAL 3
PISO INFERIOR



TÉRREO



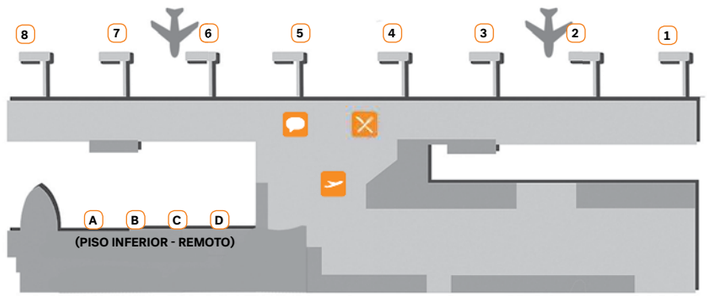
SÃO PAULO CONGONHAS (CGH)

1º PISO

TÉRREO

RIO DE JANEIRO SANTOS DUMONT (SDU)

1º PISO

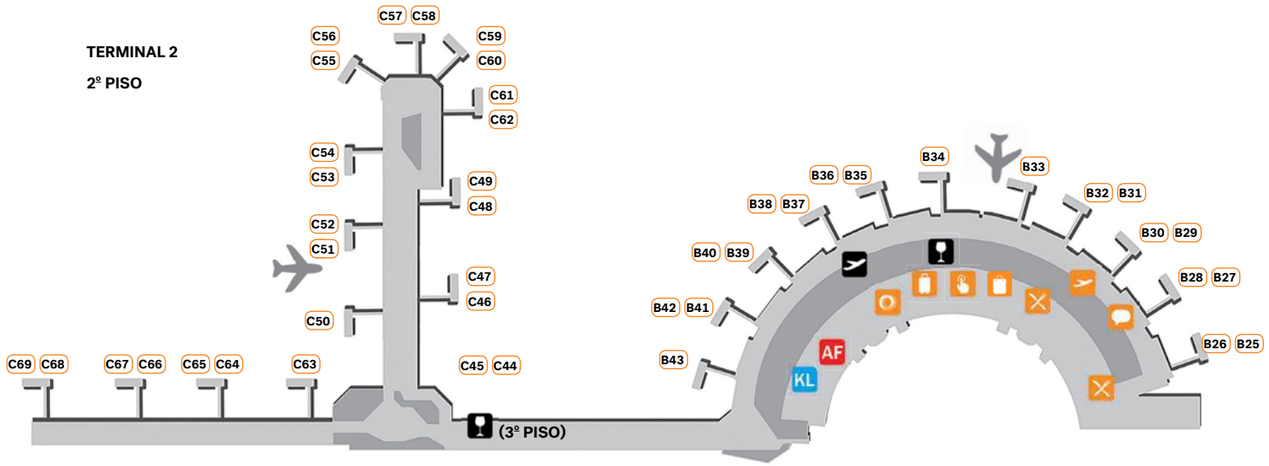


TÉRREO

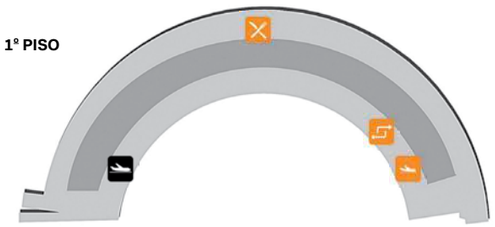
RIO DE JANEIRO GALEÃO (GIG)

TERMINAL 2

2º PISO



1º PISO



VoeBiz. O programa de fidelidade para empresas.

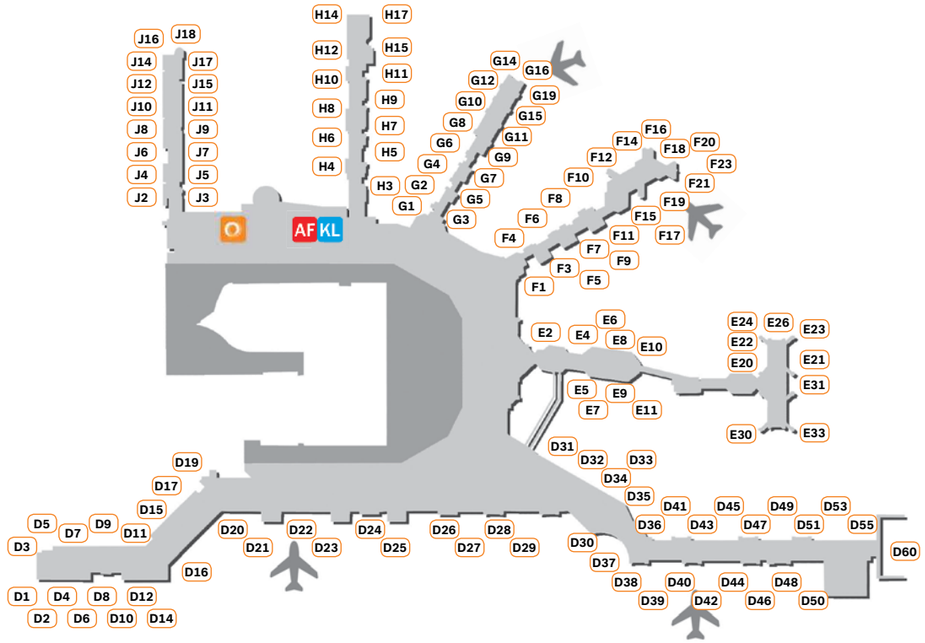
Voando com a GOL, Air France e KLM, sua empresa acumula pontos para trocar por passagens em viagens futuras.

Saiba mais e faça o cadastro sem taxa de adesão em: **voebiz.com.br**

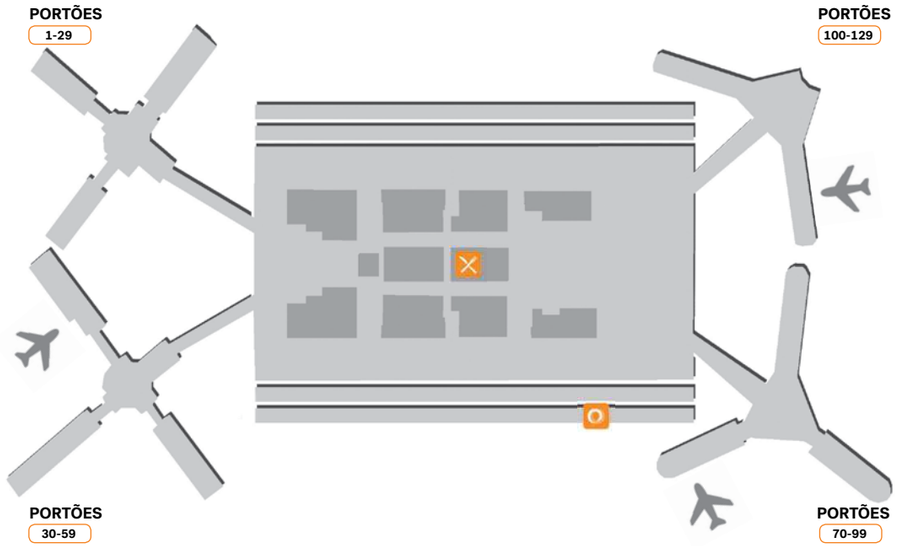
AlmapBBDO

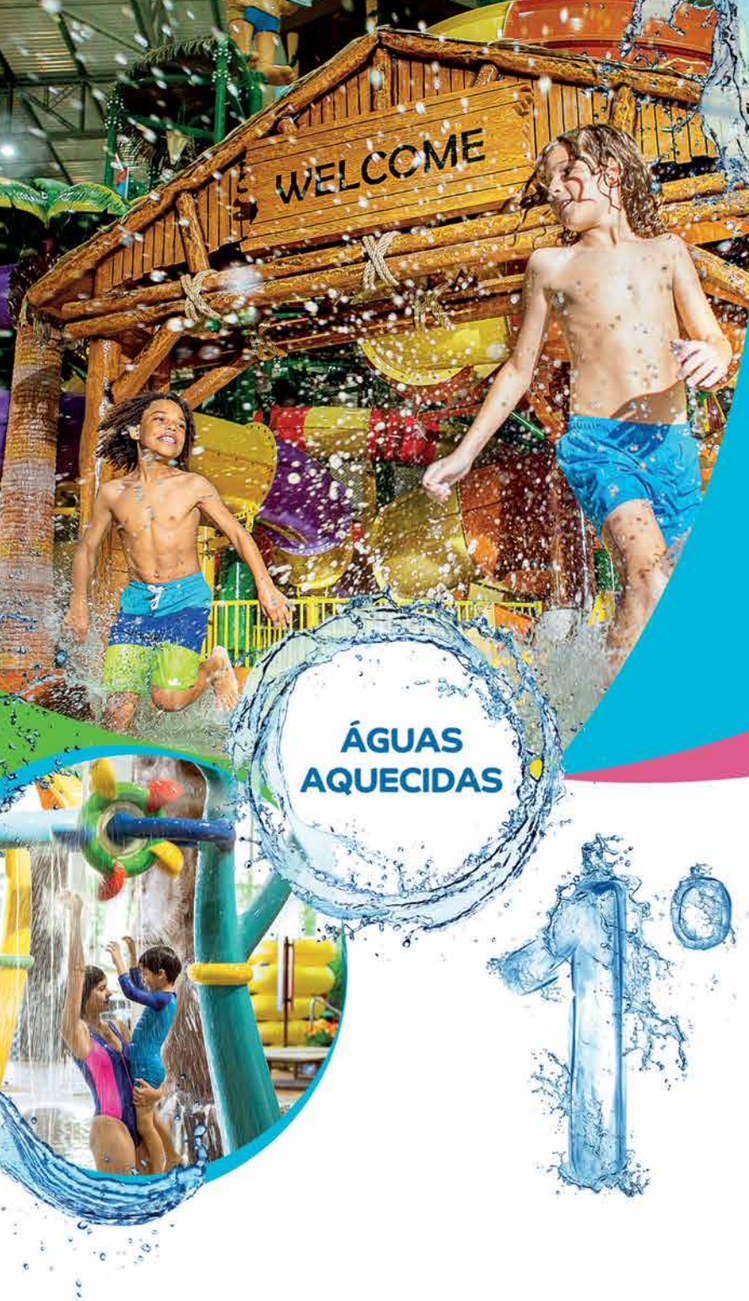
GOL AIRFRANCE KLM VoeBiz

MIAMI (MIA)



ORLANDO (MCO)





Tauá AQUAPARK INDOOR

Parque Aquático Indoor da América Latina tem outros grandes números para a diversão da sua família.

- Capacidade para 1.500 pessoas.
- Aquecimento da água a 29°C.
- 16 atrações, sendo uma com altura de 15 metros.
- 6 bangalôs com área VIP.
- 9 toboáguas.
- Rio lento de 180 m.
- Piscina com basquete.
- Piscina com biribol.
- Bar molhado.
- Lanchonete.
- Sorveteria.
- Piscina para crianças de 0 a 4 anos.
- SPA de hidromassagem com banheira extragrande.

Tauá
Resort & Convention
ATIBAIA

taua.com.br

COM A GENTE

Levamos você para 76 destinos em onze países nas Américas do Sul e do Norte e no Caribe

INTERIOR

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

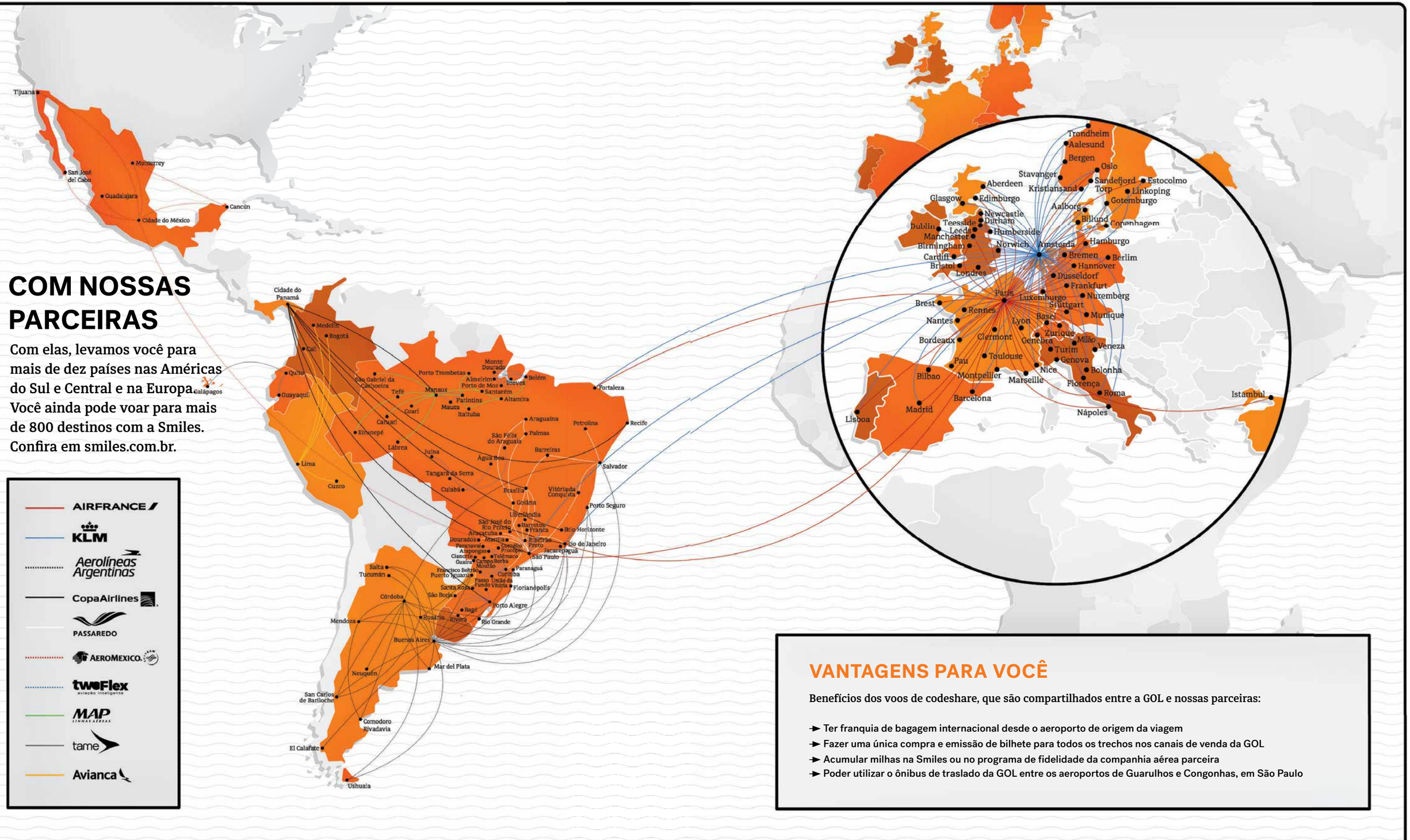
* Operação até 28 de março

** Operações até 29 de fevereiro

*** Operação a partir de março

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

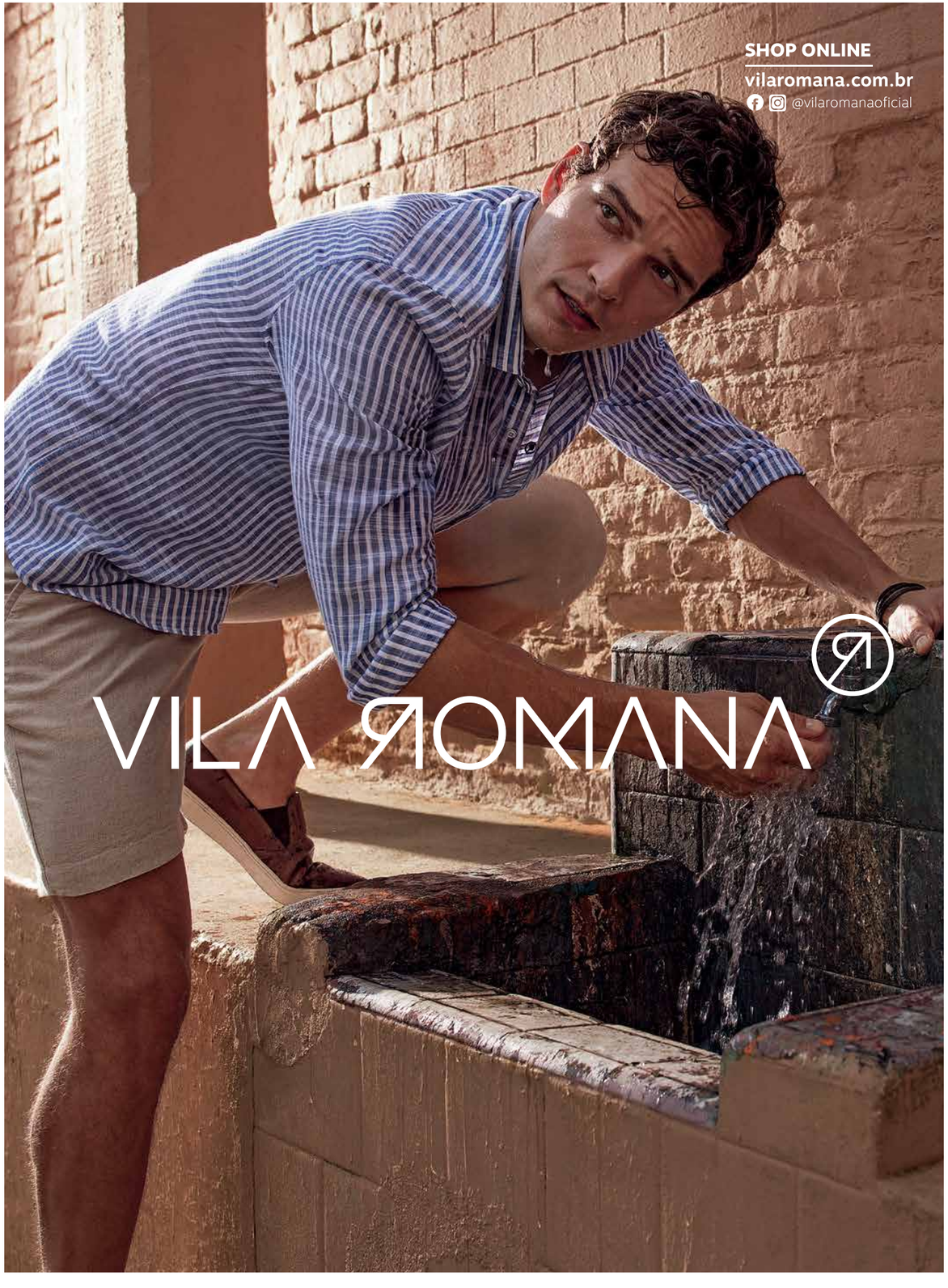
DE CABEÇA

O ator Tiago Abravanel tem mais de 800 bonequinhos de toy art

POR
Rodrigo Grilo

FOTO
Nino Andrés

"Coleciono objetos desde criança. De bonequinhos a DVDs de musicais, já juntei de tudo um pouco. Há cinco anos, mergulhei no mundo da toy art. Desde então, sou consumidor voraz da marca Funko. Se, antes, eu achava os bonecos cabeçudos e esquisitos por causa dos olhos grandes e negros, hoje tenho mais de 800 deles. Estou mergulhado em um buraco negro, compro um a cada lançamento de série ou filme. No meio deste ano, fui sozinho à Comic-Con de San Diego, nos Estados Unidos, só para comprar os bonequinhos. Saí de lá com o Carl e a Ellie, do filme *Up – Altas aventuras*. Coloquei os dois em um armário na minha casa, junto com os outros. Em uma outra viagem, voltando para o Brasil com a mala cheia deles, a Polícia Federal achou que eu estava fazendo contrabando. Expliquei que eram para a minha coleção e ficou tudo bem. Sou um nerd assumido mesmo. Meus amigos adoram. Sempre param para olhar meus bonecos, porque eles mexem com a memória afetiva."



VICTOR HUGO

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

BOLSA KAIA WOX 2 EM LEATHER FLY DUSTY BLUE - 10 X R$ 178,00 OU À VISTA R$ 1.780,00. • SCARF 60X60 ARABESCO DUSTY BLUE - 3 X R$ 105,00 OU À VISTA R$ 315,00. • WATCH VICTOR HUGO INOX GOLD - 10 X R$ 130,00 OU À VISTA R$ 1.300,00.

PREÇOS VÁLIDOS ATÉ 16/02/2020 OU ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES (PREVALECENDO O QUE OCORRER PRIMEIRO).

WWW.VICTORHUGO.COM.BR OFICIAL_VICTORHUGO @VICTORHUGO_OFICIAL