

33
Anos
DESDE
1992
CLASS

A REVISTA MAIS LIDA DO ES

Ano XXXIV • Ed. 431 • Fevereiro/2026 • R\$ 35 • Foto de @jampaparatise

JOÃO PESSOA

ONDE O SOL NASCE PRIMEIRO

Foto de Delpuppo Fotografia



MAESTRO
HELDER TREFZGER
UMA VIDA DEDICADA À MÚSICA

Novo Taos: prepare-se para se surpreender.

O SUV completo que une conforto, tecnologia e segurança.

Com design marcante, conectividade moderna e desempenho eficiente, o Novo Taos também oferece amplo espaço interno e tecnologias que elevam a experiência ao volante, acompanhando você em todas as aventuras, da rotina urbana às viagens mais longas.



Porta-malas
com 498 litros



Motor 250 TSI
de 150 cv



Elegância
em cada detalhe



Amplo espaço e
versatilidade

Vitoriaawagen

A melhor marca, os melhores negócios.

Imagem meramente ilustrativa. Consulte condições e disponibilidade na concessionária.



Fale conosco

Vitória 27 3331-8100
Serra 27 3298-3400
Guarapari 27 3361-8400



Desacelere. Seu bem maior é a vida.

EQUINOX 2026

*Presença que se destaca em qualquer cenário,
o SUV da Chevrolet com tecnologia avançada*

TETO SOLAR PANORÂMICO

GOOGLE ASSISTENTE INTEGRADO

TECNOLOGIA ANTICOLISÃO

CENTRAL MYLINK DE 11,3"



Fale conosco

SERRA
27 3298-9000

VITÓRIA
27 3232-6000

GUARAPARI
27 3361-8787

CACHOEIRO
28 3526-2666

GUAÇUÍ
28 3553-6222

COLATINA
27 3770-3737

NOVA VENÉCIA
27 3383-7900

f cvchevrolet

@cvcchevrolet

Imagem meramente ilustrativa. Consulte condições na concessionária.



DESCUBRA O EQUINOX 2026 NA CVC CHEVROLET



Desacelere. Seu bem maior é a vida.



CLASS

DESDE
1992

A REVISTA MAIS LIDA DO ES

DE VOLTA À REALIDADE

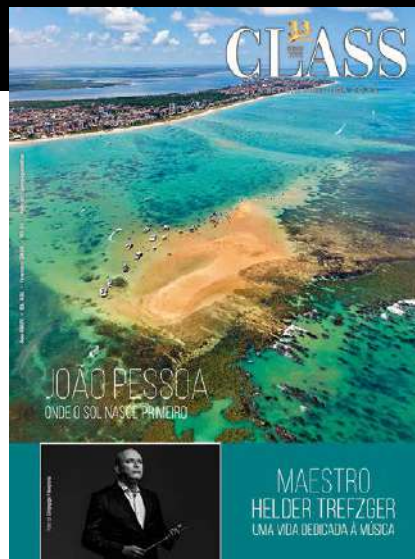
O fim do carnaval é um chamado à realidade. Não se trata de abandonar a alegria, mas de entender que a verdadeira resistência está em continuar de pé quando a música para e a euforia diminui. Agora é hora de reconstruir metas, equilibrar gastos, fortalecer alianças e trabalhar com foco. Nunca é demais lembrar que a folia é passageira, mas a responsabilidade deve ser permanente.

Depois daqueles momentos de relax, vêm a fatura do cartão, o extrato bancário magro e o despertar da realidade. Por mais otimistas que sejamos, as pesquisas acendem o sinal amarelo e avisam que qualquer descuido pode ser fatal. As “previsões negras” não se encaram com comodismo e purpura; enfrentam-se com estratégia e disciplina. Seria bom se os governantes do País - que demonstram saber estruturar um espetáculo grande e milionário - também soubessem organizar a sobrevivência do seu povo, sem lhe atribuir tantos impostos.

CLASS ainda está aqui, mantendo mais de 33 anos de periodicidade, graças ao compromisso de divulgar notícias que tragam alegria, glamour e esperança de que o mundo não é tão ruim como faz questão de demonstrar a grande mídia. Ficamos felizes quando acontece, do nada, uma demonstração de que nem só na high capixaba o nosso trabalho tem admiradores. Dias atrás, quando comprava água de coco em uma banca da rua Joaquim Lírio, uma senhora, de nome ANA MARIA SOUZA, se apresentou como doméstica, que trabalha em um prédio ali perto, e disse: “Todo mês, eu leio a sua revista. Me divirto muito com as LINHAS MALDITAS”. Isso



JORGINHO SANTOS
@jorgeclass



NOSSA CAPA

JOÃO PESSOA
E O MAESTRO
HELDER TREFZGER

é o que impulsiona o nosso trabalho. Levar alegria, em um país onde reinam as notícias sangrentas, é um privilégio.

Nesta edição, exaltaremos, com o louvor máximo, o maestro HELDER TREFZGER, que é uma referência na cultura musical e que, aos 25 anos, assumiu o cargo de diretor artístico e maestro titular da Orquestra Sinfônica do Estado do Espírito Santo. A jornalista e colaboradora CARMINHA CORRÊA JECKO assina a excelente matéria.

Fevereiro ainda é o mês preferido para dias de férias, e TERRY M. SANTOS foi ver o que existe de melhor no turismo para quem vai até JOÃO PESSOA. Como o nosso foco sempre - e para sempre - se concentra entre o GLAMOUR e o HUMOR, trouxemos uma matéria que esclarece o que é, de fato, a CARA DA RIQUEZA.

Os detalhes do NOVO TAOS, que já chegou à VITÓRIA-ÁGEN, estão numa matéria completa. Na Galeria First CLASS, destacamos o amigo JOÃO BOSCO COVRE. Nossos colunistas colaboradores completam a leitura com assuntos em

alta, de suas expertises, porque a CLASS te traz notícias variadas, feitas por quem realmente entende destes segmentos.

Enfim, graças a você, que assina, anuncia e divulga de alguma forma o nosso trabalho, continuamos sendo a revista referência no Estado do Espírito Santo, vencendo todas as intempéries para sobreviver, porque nunca deixamos de acreditar que só o papel é documento e pode mostrar a importância de um evento na história, com todos os detalhes, quando o futuro chegar. OBRIGADO! OBRIGADO! OBRIGADO!

ANO XXXIV - EDIÇÃO Nº 431 - FEVEREIRO DE 2026

Diretor Responsável: JORGINHO SANTOS

Diretora Executiva: TERRIELY M. SANTOS LEAL

Jornalistas e Colaboradores: ELIZA M. SANTOS, TERRY SANTOS E CID PAULO LEAL JR.

Departamento Comercial: JORGINHO SANTOS

Fotografias: ARNALDO PERUZO

Designer: ALEXANDRE BORGES DE QUEIROZ

Impressão: GRÁFICA & EDITORA GSA

A revista CLASS é uma publicação da Joletery Produções Gráficas e Eventos. Endereço de correspondência: Rua José Alexandre Buaiz, 160 - Sala 323 - Ed. London Office Tower - Enseada do Suá - Vitória/ES - Tel.: (27) 98143.2632. E-mail: anuncio@revistaclass.com.br.

*Os artigos assinados são de inteira responsabilidade do autor e não expressam, necessariamente, a opinião deste veículo.



QUINTA
da praia
EVENTOS À BEIRA-MAR

Mordomia à beira-mar

Restaurante Eventos à beira-mar Hospedagem

FUNCIONAMENTO AOS SÁBADOS, DOMINGOS E FERIADOS - DAS 11:00 ÀS 16:00 H

Serviço também na areia



Carnes - Frutos do mar - Petiscos - Bebidas - Drinks

@quinta_da_praia  **27 99532-6273 / 27 99981-1144**

Rua Fazendeiro do Ar, 34, Manguinhos/ES (Poste Azul)





MAISON ENCHANTÉE

CASA DE ALTA PERFUMARIA

A Maison Enchantée, localizada no Centro da Praia Shopping, se firmou como uma das boutiques sensoriais mais refinadas do ES. Especializada em haute parfumerie d'ambiance, a loja reúne difusores, velas, sabonetes, sais de banho, espuma de banho e sprays de fragrâncias selecionadas, seguindo padrões internacionais de alta perfumaria.



CENTRO DA PRAIA SHOPPING

revistaclass.com.br

LINHAS MALDITAS

by Jorginho Santos

Camila, Teresa, Renata, Arthur Luiz e Fernanda Bedran curtindo a Disney em família



☼☼☼ O governador RENATO CASAGRANDE, em suas andanças, levou um susto quando viu o nome de um bar: “DE FRENTE PARA O FUTURO DE VOCÊS”. É que ele fica em frente ao cemitério de Vargem Alta. Disse ele: “Aí você me quebra, né”? Quá... Quá... Quá...

☼☼☼ Um bar de Linhares também é sugestivo: BAR DAS ALMAS. E fica em frente ao cemitério. Como diria o saudoso TAO MENDES: “Macacos me mordam!” Quá... Quá... Quá...

☼☼☼ Quando não temos problemas de saúde, nem imaginamos o drama e as condições de atendimento que as pessoas enfrentam. Por exemplo: poucos sabem que o único hospital da Grande Vitória que faz radioterapia pelo SUS é o Hospital Santa Rita de Cássia, onde o tempo de espera pode chegar a três meses. A fila de pacientes é imensa, obrigando a que se tenha muita fé e paciência até o momento de ser chamado.

☼☼☼ Carinho e gratidão na potencialidade máxima: um grupo de amigos se reuniu para comemorar o sucesso do nosso tratamento, oferecendo-nos um almoço no restaurante WINE VIX. Eles mesmos apelidaram o time de “A TURMA DA SANTA CEIA”, com direito a convite digital, onde o nosso jargão “A VIDA É BELA! BELÍSSIMA!” aparece em destaque. São gestos assim que unem e fazem a gente valorizar amigos como: LACY RAMOS JR., ALÍPIO CESAR NASCIMENTO, SHEILA SILVA, CARMINHA CORRÊA, ANTÔNIO ELDER CARVA-

LHO, JÚLIO CÉSAR DE OLIVEIRA e MÁRIO AUGUSTO FERREIRA. Não poderia deixar de, mais uma vez, registrar o nosso tradicional: Obrigado! Obrigado! Obrigado!

☼☼☼ Já disse que não entro em debate nas redes sociais. Nunca faço críticas às postagens de ninguém. Se não posso curtir ou se não concordo, respeito, e ponto final. E, quando alguém se atreve a usar o meu espaço para desabafar o seu ódio, simplesmente bloqueio. Dias atrás, fiz uma postagem no Facebook sobre a derrota da escola de samba que homenageou LULA, registrando apenas o fato e uma gargalhada, e uma pessoa disse que eu era “invejoso”. Pois bem: para mim, inveja é querer o que o outro tem. Eu prefiro me espelhar no que o outro é, no sentido de admiração, e, sinceramente, CARÁTER não se copia. E tenho de sobra. Fica combinado assim.

☼☼☼ FLÁVIA NEFFA foi rever a maravilhosa ilha de ARUBA, o lugar em que seus pais, os saudosos TONINHO e MARIA HELENA NEFFA, mais gostavam de passear em tempos de férias.

HELDER TREFZGER

UMA VIDA DEDICADA À MÚSICA
E UM GRANDE SONHO

Foto de Delpuppo Fotografia



Em uma apresentação da Oses com o solista convidado Paulo Moura, em 1994

Por Carminha Corrêa Jecko

A Alemanha é considerada uma potência da música clássica há séculos, tendo produzido alguns dos compositores mais influentes de todos os tempos. BACH, BRAHMS, MENDELSSOHN, HANDEL, SCHUMANN e RICHARD WAGNER são alguns dos nomes que moldaram esse universo. O maestro **HELDER TREFZGER** tem raízes nessa tradição: sua família materna tem origem alemã. Aos 25 anos, ele assumiu o cargo de diretor artístico e maestro titular da **ORQUESTRA SINFÔNICA DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO (OSES)**. Já são 33 anos de vida capixaba dedicados a consolidar o conjunto, hoje reconhecido como um dos principais do País.

SONHO

“Eu preciso encontrar pessoas que queiram sonhar comigo para termos uma sala de concertos exclusiva para a Orquestra. Não é um teatro; é uma sala sinfônica, com acústica projetada para ensaios e apresentações. Essa sala funciona como um instrumento da Orquestra, fundamental para a sonoridade. Imagino um espaço para até 700 pessoas; sem luxo, mas com estacionamento. Um local para desenvolver acuidade e percepção, atingindo níveis mais altos de maturidade musical. Estão faltando pessoas que sonhem comigo. Quem sabe um dia!”

“Cultura com educação: trazemos estudantes ao teatro, o que é muito gratificante. Fazemos, por ano, mais de 30 concertos em escolas públicas no Estado”, lembra o maestro.



Com o solista Cristian Budu e o spalla da Oses, Diego Adinolfi



DESAFIO

“A Orquestra está preparada para apresentar peças extremamente difíceis, bonitas e envolventes, que nos permitem atingir outro patamar. Estamos tocando STRAUSS, RICHARD WAGNER e GUSTAV MAHLER.

Em MAHLER, por exemplo, cada sequência é um acontecimento. Temos a previsão de executar a sua ‘6ª Sinfonia’, que utiliza um martelo gigante nos últimos movimentos, gerando grande impacto. É uma obra de uma hora e meia que exige uma orquestra numerosa e músicos de excelência.”

“Sinto-me realizado, mas não totalmente. Pretendo atingir o modelo de orquestra que idealizei, com o nível de qualidade que almejo, para sermos tão bons quanto as melhores formações do Brasil”, afirma.



Recebendo a Comenda Jerônimo Monteiro

CAPIXABA ASSUMIDO

“Nasci no Mato Grosso do Sul. Minha família paterna é do Sul de Minas, de Três Pontas, e a materna é do Sul da Alemanha, de WEHR. Morei em Brasília, onde estudei na UNB, e em Belo Horizonte, onde me formei na UFMG. Depois, fiz mestrado na UFRJ, mas não residi no Rio. Maestros do mundo inteiro já regeram a nossa Orquestra; eles chegam, fazem três ensaios e apresentam o repertório. Esse é o nível dos nossos músicos.”

HELDER TREFZGER já regeu orquestras em diversas cidades brasileiras e no exterior. É um mato-grossense que leva o nome do Espírito Santo através da música. “O capixaba já abraçou a nossa Orquestra”, diz, satisfeito.



Desde 1991

fernanda julião
design | decoração | arquitetura

@arquiteturaemdupla
 @fernandajuliaooficial
 Arquitetura em Dupla
 (27) 98112-8940
 (27) 99938-6295

revistaclass.com.br



Por **JORGINHO SANTOS**

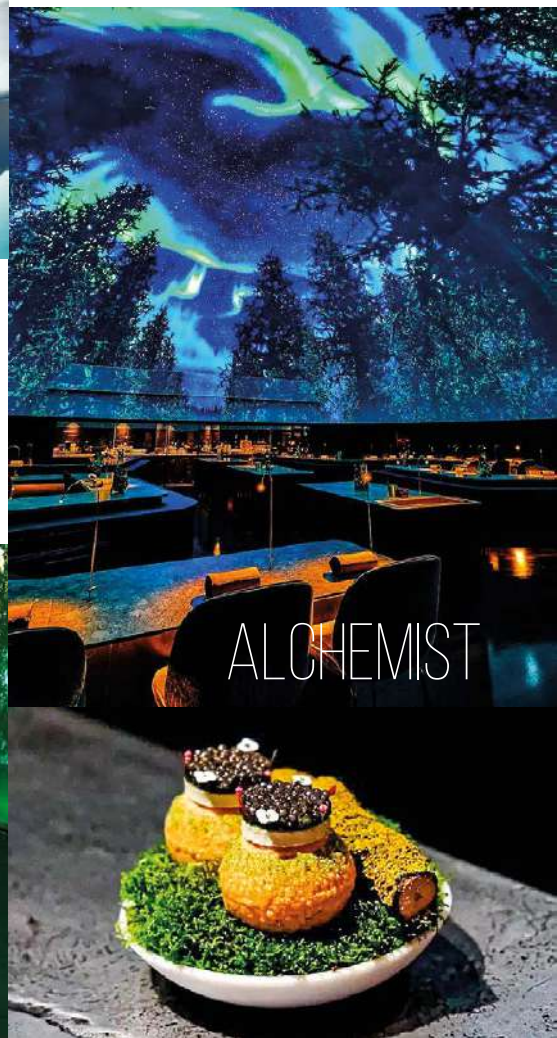
Embora atravessemos uma nova fase no estilo de vida, apelidada de QUIET LUXURY, há uma grande parcela de pessoas que utiliza o que consome para vender uma imagem de poder econômico. Para elas, o prazer não é tão importante quanto ser reconhecido como RICO - mesmo que não seja, e que tudo se limite ao “momento instagramável”.

A CLASS buscou, por meio de uma ampla pesquisa, o que realmente identifica os milionários: itens e experiências a que pouquíssimas pessoas têm acesso e que nem sequer são citadas nas redes sociais.

Para os amantes da boa gastronomia, por exemplo, o ápice do luxo e o preferido dos bilionários é o SUBLIMOTION, em IBIZA, na Espanha. Considerado o mais caro do mundo, oferece experiências multimídia imersivas e menus assinados por 10 chefs com estrelas Michelin, cujo custo por pessoa ultrapassa US\$ 2.400 - cerca de R\$ 12.740.



Em seguida, vem o ALCHEMIST, em COPENHAGUE, Dinamarca, que oferece um jantar sensorial, com dezenas de pratos e interação artística, por cerca de US\$ 2.000 (R\$ 10.600). Para os menos afortunados, há a esperança de conhecer o MASA, em Nova York, que oferece uma refeição na faixa de US\$ 950 (R\$ 5.040) por pessoa. Em todos eles, é preciso entrar na lista de espera para agendar a data.





Se o objetivo é mostrar PODER na hora de vestir, milionários e bilionários buscam exclusividade e raridade, optando principalmente pelas chamadas edições limitadas. Logomarcas grandes, jamais. Muitos não entendem - e é realmente difícil entender - a razão de uma pessoa investir, por exemplo, US\$ 400 mil na versão BIRKIN, da HERMÈS, feita de couro de crocodilo com diamantes. Experts garantem que é um grande investimento, que valoriza mais do que o ouro.

Nem todos conhecem a marca LORO PIANA, mas ela faz parte do chamado luxo silencioso. Seus casacos de VICUÑA ultrapassam a imaginação no custo de cada peça: nada menos que US\$ 20 mil. Já as malas personalizadas da LOUIS VUITTON são feitas sob encomenda para colecionadores ou para viagens em iates e jatos particulares. Nenhuma sai por menos de US\$ 100 mil.

Tudo isso define que milionários não se detêm em comprar objetos apenas considerados CAROS. O investimento é na história, na exclusividade, no status cultural, no acesso restrito e na experiência memorável. Mas deixamos uma dica para os não tão afortunados, que gostam da boa gastronomia e, mais ainda, de mostrar que frequentaram pontos exclusivos no Brasil.



O restaurante D.O.M., do chef ALEX ATALA, é considerado o mais caro do País. Localizado em São Paulo, seu menu degustação sai por R\$ 1.150 por pessoa. Vale a pena. Nós já tivemos a experiência, acompanhados de SANDRA e EDUARDO GUIGNONE (cada um pagou a sua parte).

Eu estou muito longe de ser RICO, e mais ainda de querer ser reconhecido como tal. Mas, quando possível, só nos interessa o que é melhor. Muitas vezes, até nos decepcionamos: numa delas, fomos conhecer o restaurante BVLGARI, em Milão, e saí de lá arrependido de ter gasto tantos euros em algo tão insignificante. O problema é que as pessoas não têm coragem de falar mal quando todos aplaudem. Eu, não! Ali pode ter a CARA DA RIQUEZA, mas o sabor era o retrato da POBREZA. Nunca é demais lembrar: **“Existe um mundo melhor, mas ele é caríssimo”!**

La Persona

(27) 981 18-3999

WhatsApp

Centro da Praia Shopping
lj. 04

LINHAS MALDITAS

by Jorginho Santos

☼☼☼ Outro dia, li que a ministra CÁRMEN LÚCIA teria afirmado que todo taxista que ela pega fala mal do Supremo. Não entendi nada. Duvido que algum ministro do STF ande de táxi. Pelo que se sabe, todos têm um séquito de seguranças e andam em carros blindados. Ô, ministra, invente outra coisa. Nem todo mundo é bobo como a senhora pensa. Como diria o saudoso CARLOS VACCARI: “Sem aquela, tá”!

☼☼☼ Para os 11 ministros, existem 125 seguranças à disposição. E são designados de acordo com os riscos. Pelo visto, D. CÁRMEN LÚCIA não corre risco algum. A não ser que, quando pega um táxi, os seguranças vão em comboio atrás.

☼☼☼ Curiosidade: o carnaval carioca movimentou mais de R\$ 8,8 bilhões quando se soma toda a cadeia econômica (incluindo hotéis, alimentação, transporte, consumo em espaços públicos etc.). Em 2020, antes da pandemia, foi menos da metade: R\$ 4 bilhões. O povo quer é ser feliz.

☼☼☼ Vocês viram uma senhora que trabalha fazendo sobancelhas, cobra R\$ 26 mil e garante que existe fila de espera? Mentirosa. Nem a mulher do bilionário ELON MUSK teria coragem de pagar isso. Com essa grana, ela faz uma cara nova. Quá... Quá... Quá...

☼☼☼ Outro dia, uma senhora quis processar uma profissional que atua nessa área porque pagou R\$ 500 e, dias depois de um banho de mar, lemanjá carregou as sobancelhas desenhadas e os cílios. Como diria o saudoso Sérgio Caseira: “Sacratíssimo coração de Jesus”! Quá... Quá... Quá...

☼☼☼ Melhor mesmo é a nova onda de DESBUNDAMOBILIZAÇÃO. O que é isso? Honestamente, fiquei em dúvida. Mas, com certeza, é alguma doença referente à bunda. Imagino que seja relativo àquelas aplicações que colocam na região

para ficar “à la KARDASHIANS”. Lembro de uma senhora, conhecida aqui na Ilha, que passou momentos terríveis porque a bunda caiu quando dançava numa festa. Parece mentira, mas é pura verdade. Quá... Quá... Quá...

☼☼☼ O carnavalesco TIAGO MARTINS, que foi responsável pelo desfile da Acadêmicos de Niterói, apresentou um mau gosto digno de ser reprovado até para criar fantasias e alegorias de bloco de interior. Sem noção nenhuma de paleta de cores, não teve o trabalho de mergulhar na verdadeira história do homenageado. Esqueceu os crimes de corrupção e aquela confissão, numa entrevista, de que seu primeiro contato sexual foi com uma cabra - trocando o tão declarado “PAZ E AMOR”, usado em suas campanhas anteriores, pelo “ÓDIO E VINGANÇA”. Nas redes, carnavalescos anônimos criaram com IA perfeitas alegorias e fantasias. A única coisa que ele soube captar foi o deboche proposto aos opositores na política do País. Isso é inegável.

☼☼☼ Hoje, um dos maiores influencers do Brasil é o SAPO BASTIÃO, que, segundo o DOMINGO ESPETACULAR, tem 18 milhões de seguidores. Deve ter muita perereca enciumada.

☼☼☼ Terá o prefácio do padre MARCELO ROSSI o livro que o decorador e promotor de eventos MÁRIO SALDANHA lançará este ano. Mário foi uma cria do saudoso CARLOS VACCARI e depois seguiu carreira solo. Hoje, ele vive em São Paulo.

☼☼☼ Em cartaz na NETFLIX, o filme “O MUNDO VAI TREMER” que, apesar de ser sangrento e mostrar a terrível e desumana perseguição dos nazistas aos judeus, é uma boa lição para quem reclama muito da vida. Se bem que aquilo não se pode dizer que seja VIDA.



revistaclass.com.br

Durante a última meia década, o espelho nos devolve uma imagem específica: a da **clean girl**. Cabelos meticulosamente presos em coques esticados, sobancelhas penteadas com gel transparente e uma pele que parecia não conhecer o conceito de base de alta cobertura. Sob a influência de ícones da geração atual, como Hailey Bieber e Sofia Richie, a beleza se tornou silenciosa, quase clínica. O objetivo não era transformar, mas polir. Contudo, como todo movimento artístico, o minimalismo extremo encontrou seu ponto de exaustão, dando lugar ao retorno triunfal do MAXIMALISMO.

A estética clean não era apenas um estilo de maquiagem; era um estilo de vida que exigia o privilégio de tempo e de genética. Para parecer que não se estava usando nada, eram necessárias uma rotina de skincare de dez passos e uma dieta impecável. O cansaço visual dessa “perfeição sem esforço” começou a surgir nas redes sociais. A padronização dos rostos, todos iluminados nos mesmos pontos e em tons de bege, drenou a diversidade criativa das plataformas digitais.

O público, saturado da sobriedade, começou a buscar o oposto: a maquiagem como performance, como rito e, acima de tudo, como diversão. O renascimento do MAXIMALISMO não é apenas um retorno às sombras azuis dos anos 1980, mas uma fusão da nostalgia Y2K com a liberdade artística da geração Z.



O FIM DA ERA "CLEAN" E A ASCENSÃO DO MAXIMALISMO

Onde antes havia apenas um gloss transparente, agora vemos lábios ombré contornados com precisão arquitetônica. Onde havia apenas uma camada de máscara para cílios, surgem, agora, delineados gráficos que desafiam a anatomia do olho.

A beleza de 2026 celebra a individualidade. Se a **clean girl** buscava o pertencimento por meio da uniformidade, o novo maximalista busca a distinção. É a transição do “menos é mais” para o “mais é necessário”. É o rosto sendo usado como uma tela de expressão política, artística e emocional, onde o único erro é a timidez.



POR MILLA PETROCCHI SANTOS

Maquiadora

@makeupbymillaps

(27) 99698-0701





Com parte da família, na Feijoadaça CLASS



Com
JG



Com as filhas, Beatriz Cristina
e Andréa Paola Covre



Flávia Cristina, João Covre e os filhos
Maria Filhinha e Joshua Covre

FIRST CLASS



Com a mãe, D. Filhinha, o saudoso pai, Sr. Estevão,
e os irmãos, Julia Helena, Nicolau e Dora



João Bosco Covre, Andréa Covre, José Eduardo Martins,
Beatriz Covre, Daniel Garcia e Andréa Paola Covre

JOÃO BOSCO COVRE

Por **JORGINHO SANTOS**

Tenho o privilégio de possuir grandes amigos que, mesmo sendo totalmente *low profile* e tendo histórias lindas de sucesso em suas atividades profissionais, respeitam o nosso trabalho. Este, que ocupará, mais que merecidamente, a nossa cobiçada galeria FIRST CLASS, é um deles.

Desde que o conheci, percebi que não faz questão de plateia; é daquelas pessoas que se mantêm firmes e seguras em ambientes barulhentos, onde cada um quer aparecer mais que o outro. Não disputa palco, não faz questão nenhuma de selfies com quem quer que esteja no Poder. Observa muito mais do que fala. Posiciona-se de maneira elegante em qualquer discussão envolvendo a política e os políticos.

JOÃO BOSCO COVRE, além de religioso e excelente chefe de família, é um amigo que seleciona com critério as suas amizades. Empresário de visão e bem-sucedido, mantém-se longe dos holofotes, mas tem o respeito de todos que conseguiram conhecer um pouco da sua história.

Dono de um coração generoso, participa de muitas campanhas filantrópicas sem querer nenhuma divulgação - como deve ser, embora nem todos ajam assim. A discrição, atualmente, é quase um ato de resistência. Como dizem por aí, é um "ato silencioso".

Vou mais longe: pessoas assim, obedecem com distinção à cartilha da elegância, que vem com a maturidade e o respeito por si mesmas. O nosso homenageado JOÃO BOSCO COVRE é tudo isso e muito mais. E bota mais nisso!



João com a mãe, D. Filhinha Covre, e os filhos, Filhinha, Beatriz Cristina, Joshua e Andréa Paola

Sheila Silva
CRISTAIS, PORCELANAS
E PRATARIAS

CENTRO DA PRAIA SHOPPING



 **sheilasilvapresentes**
 **(27) 99898-8938**

LINHAS MALDITAS

by Jorginho Santos

☛☛☛ O WINE VIX Bistrô sofreu um *up* na decoração durante os dias de folia. A casa tem um bom cardápio de almoço executivo, com um precinho especial, e está sempre cheia. Dias atrás, encontramos por lá: Nádia e Darinho Cruz, Sonia e Soninha Saadi e o corretor de imóveis André Curry Carneiro com amigos.

☛☛☛ O carnaval também já não é mais o mesmo. Agora, até cantor sertanejo e de seresta vai para a avenida com trio elétrico. O que uma cantora como SIMONE MENDES tem a ver com carnaval? Se fosse na Quarta-Feira de Cinzas, tudo bem, mas nos dias de folia, nada a ver. Como diria o saudoso CARLOS VACCARI: “Sem aquela, tá!” Quá... Quá... Quá...

☛☛☛ Houve uma época em que as prefeituras doavam camisinhas durante os dias de Momo; agora ligaram o f...-se! Mas uma senhorinha apareceu no noticiário da TV vendendo e trazia uma placa no peito: “COMPRE PARA NÃO SE ARREPENDER AMANHÃ”. Quá... Quá... Quá...

☛☛☛ Quem viveu as décadas de 1960, 70 e 80 teve a oportunidade de conhecer um carnaval diferente. Os dias de Momo eram uma festa familiar em que todos iam aos clubes, durante quatro noites, se divertir. Em alguns, existiam os concursos de fantasia, como no Álvares Cabral, em Vitória, e no Riviera, em Jacaraípe. Muitos romances começavam nessa época. As pessoas dançavam em círculos nos salões, ao som de “Máscara Negra” ou “A Cabeleira do Zezé”. Era maravilhoso! Aos poucos, os custos que o Ecad cobrava dos clubes foram se tornando impossíveis e virou essa zorra total.

☛☛☛ Uma amiga querida, que reside em Brasília, outro dia me dizia que está impressionada

como as pessoas estão ficando “sem dinheiro”. Imagine: se por lá, o ponto central onde o dinheiro é subestimado, está assim, o que não sentiremos em breve por aqui? Acho que é reflexo do rombo escandaloso do “PORCARO”. Acho que tem milionário usando fralda para não fazer o “número dois” na calça.

☛☛☛ Aliás, recentemente, o jornal CORREIO BRAZILIENSE fez uma interessante e ampla matéria mostrando que a ANSIEDADE ECONÔMICA virou um fenômeno global. A pesquisa do Instituto GALLUP, realizada em 107 países, comprovou que, hoje, a maior preocupação é garantir a sobrevivência com dignidade. Somente nos Estados Unidos e no Canadá, a primeira preocupação gira em torno da política.

☛☛☛ Caso decida mesmo ser candidata a uma vaga no Senado, a querida ROSE DE FREITAS terá de buscar um nome forte para suplente. É que o poderoso LUIZ OSWALDO PASTORE, que já foi seu parceiro, está comprometido com EDUARDO GOMES, pelo Tocantins.

☛☛☛ Dizem que um rapaz que sonha com a fama, e faz das tripas coração para estar em algum evento top, carrega uma energia tão ruim que, outro dia, num restaurante, o molho de pimenta virou uma pasta seca. Credo! É pior que secar pimenteira.

☛☛☛ Uma socialite do grupo reserva da high capixaba mal chegou de viagem, abriu o celular e encontrou o convite para uma festa de “aniversário surpresa”, daqueles em que você paga para cantar o HAPPY BIRTHDAY para os outros. Como sempre, mandou a resposta básica de quem não quer ir: “Desejo sucesso, mas viajarei”. Quá... Quá... Quá...

JAMPA

ONDE O SOL NASCE PRIMEIRO



Foto de @jampaparadise



Orla de Tambaú, tendo em destaque o antigo Hotel Tambaú, em formato circular, com arquitetura assinada por Sérgio Bernardes, fechado em 2020. Após leilão, o grupo que o adquiriu deve transformá-lo em um resort de luxo, com inauguração ainda este ano

Por Terry M. Santos

Apesar de ser a capital do estado da Paraíba, **JOÃO PESSOA** tem aquele ar de interior. A terceira cidade mais antiga do Brasil, fundada em 1585, segue, aparentemente, em ritmo lento. Mas isso não a impede de possuir o 10º maior shopping do Brasil - o Manaíra - em sua oitava expansão, e viver um *boom* na construção civil, com, por exemplo, projetos de arranha-céus assinados por Pininfarina, renomado estúdio italiano de design. O setor de serviços, incluindo comércio e turismo, representa mais de 80% de toda a riqueza produzida na cidade.

Jampa, como é apelidada, tem várias belezas naturais, mas a maioria depende da tábua das marés para ser apreciada. Então, antes de programar a sua ida, consulte-a para saber se a maré estará baixa durante horários que possibilitem passeios. Isso é muito importante.

JP também é conhecida como a "Porta do Sol" por estar no ponto mais oriental das Américas. Na orla, os prédios estão limitados por lei a, no máximo, quatro andares, garantindo que o sol chegue à areia por mais tempo e que a brisa circule livremente. E, todos os dias, das 5h às 8h, a via fica fechada para práticas esportivas.



Orla de Tambaú



Foto de @jampapapardise

A cidade é formada pelas praias de **TAMBAÚ**, a mais movimentada, onde se concentra a maior parte dos hotéis, restaurantes e a Feirinha de Artesanato. No Mercado do Artesanato da Paraíba, também ali, você encontra produtos com melhores preços; se procurar castanhas, doces e cachaças, no Mercado de Tambaú os valores ficam até pela metade. Dali, na maré baixa, partem os catamarãs para as piscinas naturais de Picãozinho.

Em seguida, vem a praia de **CABO BRANCO**, mais calma e residencial, que abriga um dos hotéis mais sofisticados da cidade - o BA'RA. No final dela, as belas falésias levam ao Farol do Cabo Branco e à Ponta do Seixas, a faixa mais oriental das Américas e mais próxima da África, a menos de 3.000 km. Depois dela, a praia do **SEIXAS**, o ponto onde o sol nasce primeiro no continente americano.

A praia do **BESSA**, com mar calmo e cristalino, protegida por uma barreira de corais, é ótima para curtir um dia ensolarado e para a prática de caiaque e stand-up paddle. Por ali, há alguns bares, estilo beach clubs, como o Praiano, Golfinho e Fulano. Já **MANAÍRA** é mais comercial, ideal para frequentar bons restaurantes e shoppings.



Rubacão, do Mangai



GASTRONOMIA

Como uma boa cidade litorânea, a gastronomia tem destaque nos pratos à base de frutos do mar e também com inspiração no sertão, como nos clássicos carne de sol com nata e Rubacão, uma variação mais cremosa e farta do Baião de Dois. Há pratos no estilo "surf and turf", misturando a carne de sol com mariscos. Para degustar iguarias locais, vá ao restaurante ESTALEIRO ou ao MANGAI.



Pratos de mariscos do Estaleiro



PISCINAS DO SEIXAS

Aqui, você depende completamente da maré baixa (o ideal é que esteja entre 0.0 e 0.4) para apreciar a riqueza da fauna e da flora que compõem o cenário. Formam-se aquários naturais a cerca de 2 km da costa. As saídas de Tambaú em catamarãs (indico o Atlântico), com serviço de bordo e opções de lazer como toboágua e trampolins, levam de 30 a 40 minutos de travessia. Se preferir algo mais calmo e exclusivo, alugue uma lancha com a [@jampaparadise](#). Eles também oferecem todos os tipos de passeios. Lembre-se de levar ou alugar sapatilhas de neoprene, para evitar cortes nos corais ou contato com ouriços, e máscara de mergulho.



Piscinas do Seixas



LITORAL NORTE

O destino é a cidade de **CABEDELO**, bem pertinho de João Pessoa (a 18 km do Centro). O município tem o maior PIB per capita da Paraíba e abriga um porto que tem entre os principais produtos movimentados os combustíveis (gasolina, óleo diesel e álcool) e voltou a receber cruzeiros este ano. Ali começa oficialmente a rodovia Transamazônica (BR-230), que atravessa o Brasil até Lábrea, no Amazonas.

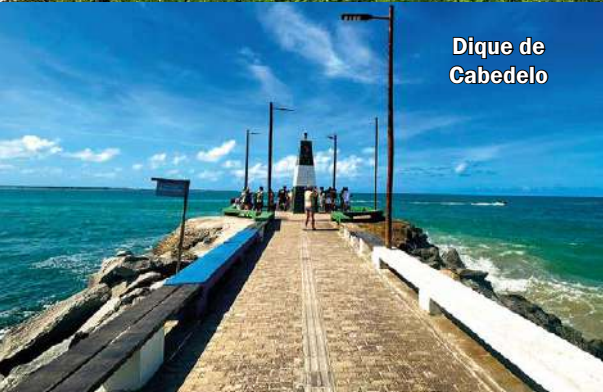


Ilha de Areia Vermelha

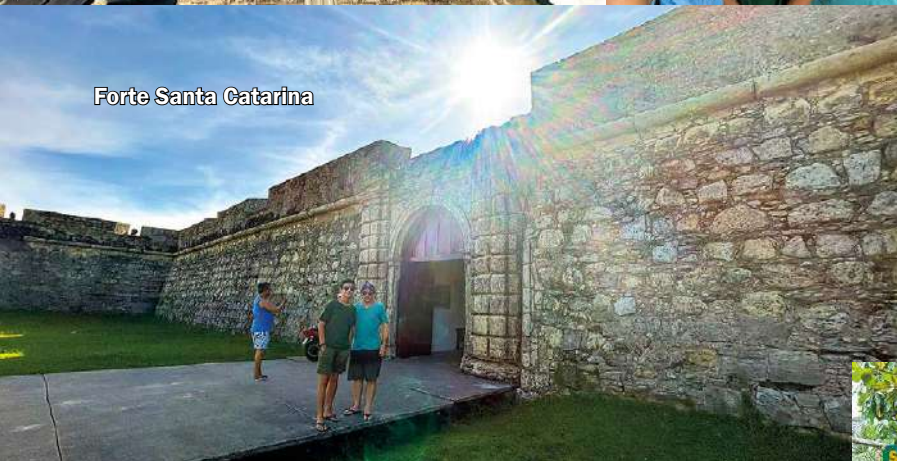
Pôr do sol na Praia do Jacaré



Dique de Cabedelo



Forte Santa Catarina



LITORAL SUL

Sem dúvida, aqui, no município de Conde, região metropolitana de João Pessoa, está o trecho mais exuberante em belezas naturais: falésias coloridas, formações rochosas, recifes, matas nativas e águas cristalinas. Mas a maré baixa (com menos de 0.5) também é necessária para o espetáculo. Na praia de COQUEIRINHO, que, como o nome sugere, é cercada de coqueiros e falésias, você encontra boa estrutura de restaurantes e pode passar o dia todo curtindo o local, que é uma delícia também para banhos. Se você fizer o passeio de quadriciclo (vale a pena) ou buggy, contemplará um cenário incrível no alto das falésias, no MIRANTE DO DEDO DE DEUS, que oferece uma vista panorâmica de tirar o fôlego. Há também o MIRANTE DAS TARTARUGAS, logo ao lado. No Canyon de Coqueirinho, há um belo cenário formado pela erosão nas falésias. No trajeto, você passará pelo charmoso Shopping Rural, com temática regional e lojinhas de artesanato e itens típicos.

As famílias mais ricas da Paraíba têm casa de veraneio na cidade. **CAMBOINHA** concentra condomínios e casas de luxo e é muito procurado por quem possui embarcações devido à facilidade de acesso à **ILHA DE AREIA VERMELHA**, maior atração local. É um parque estadual marinho, formado por um banco de areia que surge em alto-mar com a maré baixa. Se não tiver lancha própria, existem barcos e catamarãs que levam até lá saindo da praia, ou você pode alugar com a @jampaparadise. Ali, no local, é possível curtir as piscinas que se formam e a bela vista da cidade.

Cabedelo fica em uma península, cercada pelo Oceano Atlântico de um lado e pelo Rio Paraíba do outro. O encontro do rio com o mar é mais uma atração, assim como o **FORTE DE SANTA CATARINA**, construído em 1589 com pedra e coral.

Ao final do dia, todos seguem para ver o **PÔR DO SOL NA PRAIA DO JACARÉ**. O nome surgiu porque um hidroavião dos Correios, que tinha o desenho do réptil (por ser abastecido pelo querosene Jacaré), descia na região. As crianças iam ao local vê-lo e, quando as mães perguntavam onde estavam, diziam que tinham ido "ver o Jacaré".

Se o dia estiver com bom tempo, o espetáculo do sol pode ser apreciado nos deques ou embarcações ao som do Bolero de Ravel, tocado por Juran- dy do Sax, em um barco.

Indico que você opte por um passeio particular para fazer tudo no seu tempo e aproveitar melhor a praia de **CAMBOINHA**.



Shopping Rural



Mexicano e seu guaiamum "adestrado"



A próxima parada é em **TAMBABA**, a primeira praia de naturismo oficializada do Nordeste, mas que também tem uma pequena área onde o uso de roupas é permitido. A paisagem deste trecho é deslumbrante, com destaque para uma formação rochosa, dentro da água, onde um coqueiro solitário se mantém há décadas. No trajeto, você passa pela **PRAIA DO AMOR**, conhecida pela Pedra Furada - onde a lenda diz que casais que passam pela abertura garantem a união eterna - e pela **PRAIA DE TABATINGA**, tranquila e protegida por arrecifes.

A última parada é na **BARRA DE GRAMAME**, onde acontece o encontro do rio com o mar e, dependendo da maré, você escolhe se quer banho de água salgada ou doce. Quem recebe os visitantes é o bem-humorado Mexicano, um dos donos de bar do local, que faz uma apresentação com um guaiamum “adestrado” por ele.



Mirante Castelo da Princesa



Passeio de quadríciclo



Mirante Dedo de Deus

MUNDO SEM DEUS

A TRANSCENDÊNCIA REVELA ALTERNATIVAS À EXAUSTÃO DA IMANÊNCIA

Quando eu atuava como executivo, o filósofo holandês Karel van den Bergen me questionou sobre a dimensão “espiritual” no modelo de sustentabilidade que usávamos, pois na versão original esta se chamava “interacional”. Ele não entendia a mudança. Mas depois de explicar-lhe que

aquela dimensão representava o sujeito individualmente, suas peculiaridades e angústias, seus valores, ética, compaixão e autoconhecimento para se evoluir no senso moral - a alma de cada um -, ele se apaixonou pela ideia.

Disse que sua pergunta era movida pela curiosidade, vez que ele achava que o maior erro da filosofia era ter abandonado a transcendência no exercício do pensamento filosófico, limitado à imanência. Isso impediu reflexões continuamente mais profundas e amplas. Além disso, retirando-se os ideais do espírito

das perspectivas, sem a busca de um sentido mais pleno para a vida, algo deveria ter sido posto no lugar; mas não foi. E um grande

vazio se instalou. Lacuna que nenhuma satisfação parece preencher.

Fatos atuais confirmam que sem considerar a transcendência, patina-se na qualidade de vida. A natureza deixa de ser cultuada como algo divino que é e daí advêm desrespeito e desequilíbrios. A desvalorização do sagrado tem trazido infelicidade.

Que nunca se confunda espiritualidade com religiosidade, mas crenças e práticas religiosas, quando legítimas, também favorecem a estabilidade espiritual e a paz. Os mesmos países que fecham templos por falta de público estão entre os que encabeçam os rankings de depressão, drogas e suicídio.

O afastamento da sacralidade da vida tem feito mães ignorarem a tortura dos filhos em troca de alpinismo social. Fora as carnificinas em que pais matam os próprios filhos;

falta de diálogo, além de feminicídios, estupros e outros crimes domésticos. Nem nas escolas as crianças estão a salvo da desordem espiritual dos que se perderam da razão ou da ternura visceral.

Parece faltar DEUS em tudo. Ele é o amor incondicional em

todas as suas formas de manifestação. Países em guerras insanas por poder e territórios; psicopatas em posições de estadistas. Política imersa em corrupção, lucro

massacrando vidas e justiça cínica tanto quanto política. Refugiados são os novos êxodos; populações de rua reafirmam a dura face da exclusão e o velho desequilíbrio econômico nutrindo farta assimetria social.

Colocar DEUS nesse imbróglio é no mínimo injusto, pois a causa disso é humana. Mas a imanência se depara com a beira de um abismo. E cá no meio de tanto egoísmo racional;

tanto “cancelamento” e nenhum perdão, uma dose de transcendência e altruísmo talvez inspirasse o resgate das raízes emocionais da responsabilidade, para

que novos horizontes se revelem.

Com propósitos coletivos e de maior amplitude, a empatia pode ser a lição primeira e o precedente para a revolução positiva que as coisas genuínas do espírito oferecem. Se as dimensões da vida interagirem a contento, na utópica

busca do equilíbrio, aí sim, ter-se-á no planeta a melhor tradução de sustentabilidade: DEUS.

Ao excluir a transcendência do pensamento filosófico e da organização da vida social, a sociedade abriu espaço para um vazio existencial que nenhuma conquista material, avanço tecnológico ou crescimento econômico parece capaz de preencher de forma duradoura.

Entre crises morais, violência doméstica, desigualdade social e guerras por poder, talvez falte menos progresso e mais espírito; menos imanência isolada e mais responsabilidade com o sagrado da vida, capaz de resgatar empatia, sentido e equilíbrio coletivo.

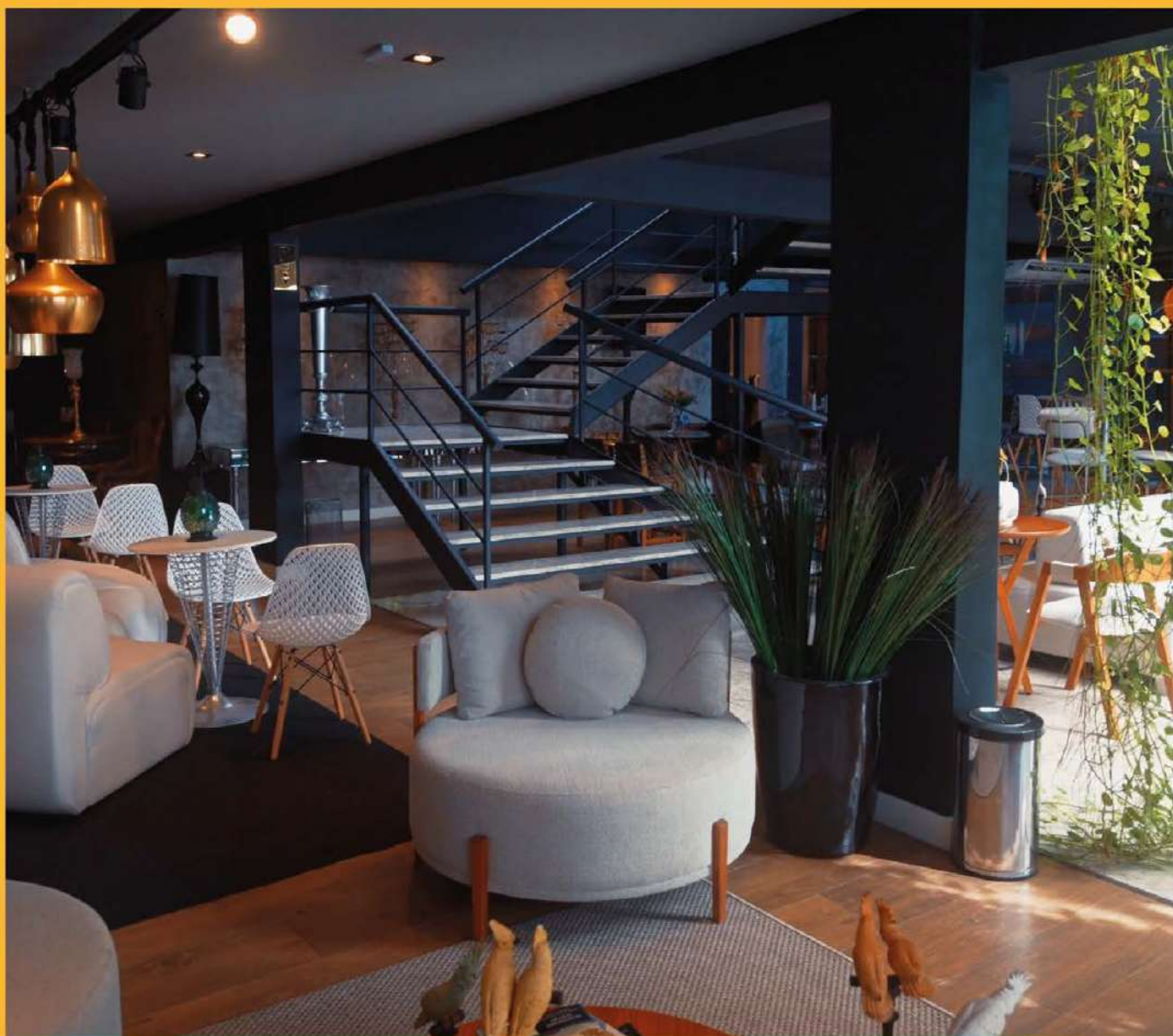


SIDEMBERG RODRIGUES

Membro da Academia Brasileira de Direitos Humanos, professor e palestrante

LOCAÇÃO DE MOBILIÁRIO COM CURADORIA.

A peça chave para eventos inesquecíveis.





Atendemos:

- Residências
- Empresas
- Hotéis
- Condomínios
- Restaurantes

Não jogue este impresso em via pública

Praia do Canto - Vitória - Rua Moacir Avidos, 189
(27) 3225-6695 / 99231-5256 / 99951-0458

Buscamos e entregamos em domicílio (toda a Grande Vitória)

ACESSE

WWW.REVISTACLASS.COM

INFORMATIVO | MODERNO | INTERATIVO



A SUA DOSE DIÁRIA DE GLAMOUR E HUMOR

**NÃO DEIXE DE SE ATUALIZAR
COM NOTÍCIAS EM PRIMEIRA MÃO**

MÉDICOS CAPIXABAS DIGNOS DE HONRARIAS

Por JORGINHO SANTOS

Particularmente, sempre fui daqueles que preferem confiar e dar credibilidade aos profissionais da terra, seja qual for o assunto. Quando veio o diagnóstico do meu problema cardíaco, e as opções de tratamento, também surgiram sugestões para fazer o procedimento em São Paulo. Na mesma hora, optei por algum médico daqui. Tinha em mente que haveria alguém tão capaz quanto qualquer medalhão paulista.

Depois de algumas indicações, fomos recomendados pelo nosso amigo, DR. GUSTAVO PEIXOTO, ao DR. BRUNO MOULIN MACHADO, e este nos levou a outro grande profissional, o DR. JOSÉ AIRTON ARRUDA. O DR. BRUNO já havia sido indicado pela grande amiga DRA. ELIANA CASER. Sabe aquela coisa traçada por DEUS? Após algumas decepções com outro profissional, você entende que só DEUS sabe o que é melhor para nós e que, no tempo certo, as coisas acontecem. Pois é, foi exatamente assim.

Nos dias de hoje, em que o tempo virou mercadoria e a pressa tenta ditar regras à dor alheia, é preciso preservar a FÉ e acreditar que ainda existem médicos que mantêm a humanidade e o profissionalismo. São pessoas que não veem apenas exames, laudos ou números, mas que olham nos olhos, escutam com atenção, respondem a todas as nossas dúvidas e reconhecem o ser humano por trás do diagnóstico. São RAROS, é verdade, mas ainda existem, e os dois citados fazem parte dessa preciosidade atuando na medicina.

De imediato, encontramos, tanto no DR. BRUNO quanto no DR. JOSÉ AIRTON, aquilo que qualquer paciente busca quando a doença fragiliza o corpo e a mente. Eles entendem que a cura começa no acolhimento, que uma palavra dita com respeito alivia tanto quanto um remédio e que a presença atenta é, na maioria das vezes, o primeiro passo para a ESPERANÇA. Entendem que a medicina nasce do compromisso com a vida e se sustenta pela empatia. Onde há humanidade, há dignidade. E onde existirem médicos assim, a fé na medicina permanecerá viva.

Não posso deixar de citar outros profissionais que foram incansáveis no período que antecedeu a cirurgia e no pós-operatório: DR. MOYSÉS NADER; DR. ANTONIO ELMO; DR. GUSTAVO PEIXOTO; DR. FABIANO PIMENTEL; DRA. ELIANA CASER; DRA. KAMILA SANTORIO e, ainda, a equipe de enfermagem da UTI da Unimed Vitória - em especial, à enfermeira ADRIANA, que nos cobriu de gentileza o tempo inteiro. Para todos, o nosso tradicional: OBRIGADO! OBRIGADO! OBRIGADO!



**Dr. Bruno Moulin
Machado**



Dr. José Airtton Arruda

MAGNÉSIO: UM ALIADO SILENCIOSO DA SAÚDE E DA PERFORMANCE ESPORTIVA

O magnésio é um mineral essencial para o bom funcionamento do organismo e, embora muitas vezes passe despercebido, participa de centenas de reações importantes no corpo. Ele atua na produção de energia, no funcionamento dos músculos, na saúde dos ossos e na transmissão dos impulsos nervosos. Para quem pratica atividade física, seu papel se torna ainda mais relevante, pois influencia diretamente a contração e o relaxamento muscular, a resistência ao esforço e a recuperação após o treino.

Grande parte do magnésio do corpo está armazenada nos ossos e nos músculos, enquanto apenas uma pequena fração circula no sangue - o que dificulta a identificação de deficiências leves. Atletas e pessoas fisicamente ativas podem apresentar maiores perdas desse mineral pelo suor e pela urina, além de maior demanda metabólica, o que aumenta o risco de níveis insuficientes.

Quando o magnésio está baixo, é comum surgirem sintomas como fadiga precoce, câibras, sensação de fraqueza muscular e pior recuperação após exercícios intensos. Estudos recentes indicam que sua suplementação pode ajudar a reduzir dores musculares tardias, melhorar o processo de recuperação e proteger as fibras musculares do excesso de estresse físico, especialmente em pessoas com deficiência do mineral.

Já os efeitos diretos sobre o aumento da performance esportiva ainda são variáveis. Os melhores resultados costumam aparecer em indivíduos com ingestão inadequada de magnésio, enquanto atletas com níveis adequados tendem a apresentar poucos benefícios adicionais com a suplementação.

Por isso, o magnésio não deve ser encarado como uma “fórmula mágica”, mas como um nutriente fundamental para a saúde muscular e energética. Uma alimentação



Mineral essencial e muitas vezes negligenciado, o magnésio é peça-chave na produção de energia, na saúde muscular e na recuperação pós-treino. Pode fazer a diferença entre fadiga precoce, lesões recorrentes e desempenho sustentável ao longo do tempo.

equilibrada, rica em vegetais verdes, oleaginosas, grãos integrais e sementes, é a principal forma de garantir bons níveis. A suplementação pode ser útil em casos específicos, desde que orientada por um profissional.

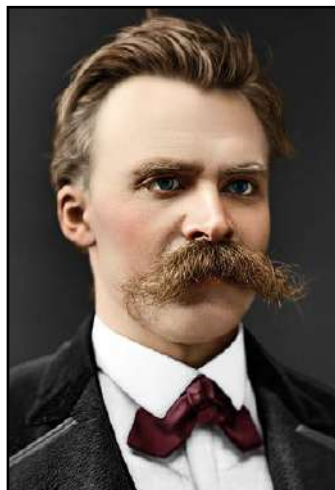
Cuidar dos níveis de magnésio é investir em saúde, recuperação e longevidade esportiva - bases sólidas para qualquer bom desempenho.



RICARDO SODRÉ
Nutricionista

@nutricardosodre
Nutrição Esportiva
e Saúde Integrativa

REFLEXÕESREFLEXÕESREFLEXÕES



“AQUELE QUE TEM UM PORQUÊ PARA VIVER PODE SUPORTAR QUASE QUALQUER COMO.”
- FRIEDRICH NIETZSCHE

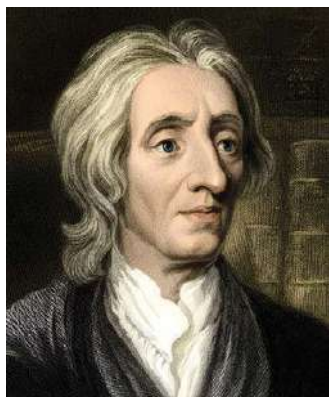
“Sucesso é ir de fracasso em fracasso sem perder o entusiasmo.”
- Winston Churchill

“O destino baralha as cartas, mas somos nós que as jogamos.”
- Schopenhauer

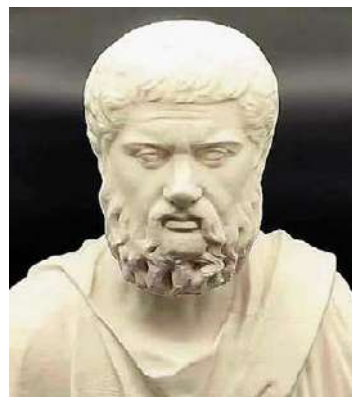


“Cada um lê com os olhos que tem. E interpreta a partir de onde os pés pisam. Todo ponto de vista é a vista de um ponto.”

“NÃO SE ENVOLVA COM QUEM NÃO COMPARTILHA DOS MESMOS VALORES QUE VOCÊ. NÃO EXISTE PACTO ENTRE LEÕES E HIENAS.”



“A leitura fornece ao espírito materiais para o conhecimento, mas só o pensar faz nosso o que lemos.” - John Locke



“Age apenas segundo uma máxima tal que possas ao mesmo tempo querer que ela se torne lei universal.” - Immanuel Kant

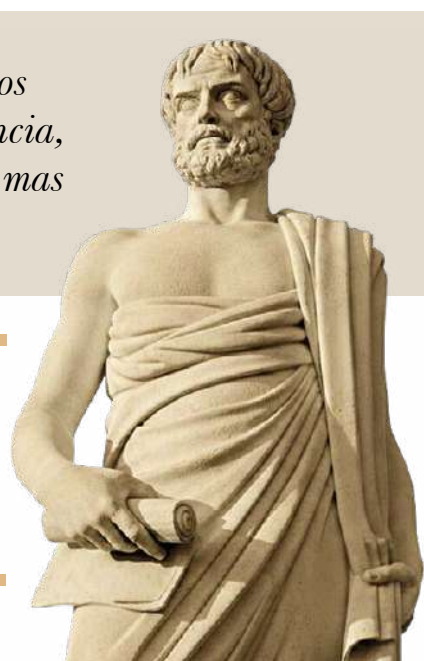
“ONDE NÃO HÁ IGUALDADE, A AMIZADE NÃO PERDURA.” - PLATÃO



“Todos veem o que você parece ser, mas poucos sabem o que você realmente é.”
- Maquiavel

“Nós somos o que fazemos repetidamente. A excelência, portanto, não é um ato, mas um hábito.” - Aristóteles

“A PAZ MENTAL COMEÇA QUANDO VOCÊ DECIDE ROMPER VÍNCULOS QUE NÃO SOMAM NA SUA VIDA.”



ENTRE A GENEROSIDADE E A PRUDÊNCIA: UM DETALHE QUE PODE FAZER A DIFERENÇA

Em tempos de mudanças tributárias no País, a doação tem ocupado lugar de destaque entre as famílias - não apenas como expressão de generosidade, mas como instrumento estratégico de planejamento patrimonial. E 2026 é um ano bastante relevante para quem deseja transformar essa intenção em realidade, em especial no Espírito Santo.

Isso porque, a partir de 2027, o IT-CMD (Imposto sobre Transmissão Causa Mortis e Doação) no ES - seguindo as diretrizes da reforma tributária e de outros estados - passará

a observar obrigatoriamente a progressividade, podendo atingir até 8% (enquanto hoje a alíquota é de 4%). Em termos simples: quanto maior o valor da doação, maior será a alíquota do imposto. Assim, antecipar-se na doação pode representar economia tributária significativa.

Mas é preciso cautela. A doação é, em regra, irreversível. Uma vez transferido o bem, ele deixa de integrar o patrimônio do doador. Por isso, doar exige convicção - e estratégia. É verdade que muitos já conhecem mecanismos clássicos de proteção: a reserva de usufruto, que assegura ao doador o direito de utilizar e fruir do bem; as cláusulas de inalienabilidade, impenhorabilidade e incomunicabilidade, que resguardam o patrimônio contra venda, dívidas ou partilhas conjugais. Contudo, há uma disposição de extrema relevância que frequentemente é esquecida ou tratada como excesso de zelo: a CLÁUSULA DE REVERSÃO.

Por meio dela, o doador estabelece que, se o donatário vier a falecer antes dele, o bem doado retornará ao seu patrimônio. Parece detalhe técnico, mas não é. Imagine um pai que doa um imóvel, ou cotas de uma empresa, ao filho, que é casado e não tem filhos. Esse filho sofre um acidente e morre antes do pai. Se a doação foi feita sem a CLÁUSULA DE REVERSÃO, a mulher do filho herdará em concorrência com os pais do falecido. Ou seja: o patrimônio doado como antecipação de herança ao filho poderá ser transferido à nora, mesmo que o doador ainda esteja vivo e mesmo se o filho for casado no regime de separa-



ção de bens.

E se, dias depois, essa nora também morrer, os herdeiros dela - ou seja, os pais dela, sogros do filho do doador - receberão essa parcela. Tudo conforme a lei, embora certamente não represente a intenção inicial do doador. Com a CLÁUSULA DE REVERSÃO, o cenário no exemplo seria outro: falecendo o filho antes do pai, os bens doados retornam ao patrimônio do doador, evitando que sigam para terceiros.

O direito brasileiro oferece soluções sucessórias sofisticadas e eficientes, mas é preciso conhecimento técnico e experiência para que haja precisão e segurança na escolha dos instrumentos adequados.

A doação é um ato de generosidade. Mas planejar essa doação para que ela resguarde os reais interesses de to-

dos os envolvidos é uma medida de prudência da qual não se pode abrir mão.



GILSON SIMÃO PASSOS

Advogado

Sócio do escritório

Guido Côrtes Advogados



NOVO TAOS

CHEGA À VITÓRIA WAGEN

Mais tecnológico e sofisticado, o Novo Taos chega com motor 1.4 250 TSI de 150 cv e transmissão automática de oito marchas, combinando desempenho e eficiência. O acabamento premium, o painel renovado e o porta-malas de 498 litros reforçam sua proposta de modernidade, espaço e versatilidade

O **Novo Taos** chegou às concessionárias **Vitóriawagen** com mais tecnologia, potência e um design ainda mais sofisticado, em sintonia com a nova identidade global da **Volkswagen**.

Em sua nova versão, ele mantém o compromisso com a excelência, aliando eficiência e desempenho. A transmissão automática de oito marchas garante um dos menores consumos de combustível entre os principais concorrentes, enquanto o motor 1.4 250 TSI, de 150 cv, proporciona uma das melhores acelerações de 0 a 100 km/h da categoria.



Referência em segurança, o Novo Taos conquistou nota máxima no Latin NCAP e oferece AEB, seis airbags e controles de tração e estabilidade, garantindo ainda mais proteção, tranquilidade e confiança a bordo

O modelo recebeu novos revestimentos, acabamento premium e painel renovado, com conectividade inteligente. O porta-malas de 498 litros - o maior da categoria - reforça a proposta de espaço e versatilidade. No exterior, o logotipo iluminado e os faróis interligados completam a estética moderna e refinada do **Novo Taos**.

Além do visual renovado e das novidades no pacote de equipamentos, a segurança continua sendo um dos pontos fortes do modelo, que reafirma sua posição como referência em proteção. O **Novo Taos** conquistou novamente a nota máxima no Latin NCAP, agora sob o protocolo mais rigoroso da instituição.

As duas versões contam, de série, com recursos avançados como frenagem autônoma de emergência (AEB), seis airbags, alerta de frenagem de emergência (ESS) e controles de tração e estabilidade. Construído sobre a plataforma MQB, reconhecida mundialmente por sua robustez e tecnologia, o **Novo Taos** utiliza aços de ultra-alta resistência em áreas estratégicas, garantindo máxima integridade do habitáculo e oferecendo mais tranquilidade e confiança para todos a bordo.



CAMARÕES COM SALADA DE LINGUIÇA E ABACATE

Ingredientes: 2 linguças cortadas em rodelas, 1 cebola roxa picada, 1 pimentão amarelo, 1 tomate médio, 2 abacates maduros, 1 colher (sopa) de cebolinha picada, 1 colher (sopa) de coentro picado, 1 colher (café) de pimenta malagueta picada, 1 colher (sopa) de azeite, suco de um limão, 1 colher (café) de cominho, 500g de camarão grande fresco, 3 dentes de alho picados, 1 xícara (chá) de vinho branco

Modo de preparo: tempere os camarões com a pimenta, o alho e o vinho branco e deixe marinar por pelo menos 6 horas na geladeira. Frite rapidamente a linguça em uma frigideira sobre um fio de azeite. Retire a linguça deixando o azeite na frigideira, onde se fritará os camarões. Corte todos os vegetais em cubos muito pequenos e misture-os em uma tigela. Adicione a linguça, o suco de limão, o azeite, a pimenta, a cebolinha, o coentro e misture. Tempere os camarões com cominho e pimenta. Salteie os camarões no azeite da linguça. Retire as cabeças e descasque o camarão. Disponha-os sobre uma porção de salada de linguça e abacate e sirva em seguida.



SALADA DE GRÃOS COM MOLHO CÍTRICO



Ingredientes: 2 xícaras de arroz 7 grãos, 1 xícara de lentilha, 2 dentes de alho picado, 100g de damasco, ½ maço de hortelã, 5g de castanha-do-pará, 1 manga pequena, 1 kiwi, 10g de pistache, 100ml de azeite, 1 limão-siciliano e 2 colheres (sopa) de Shoyu.

Modo de preparo: pique o damasco e quebre as castanhas em pedaços medianos. Rasgue as folhas de hortelã, corte a manga e kiwi em cubos médios e reserve. Leve uma panela ao fogo, adicione o azeite, junte o alho picado, refogue, e acrescente o arroz e a lentilha. Cubra com água, deixe cozinhar em fogo baixo por aproximadamente 25 minutos. Depois, retire do fogo e deixe esfriar. Transfira para uma tigela grande. Junte todos os ingredientes, tempere com azeite, limão e Shoyu.

ESTRESSE E O CORAÇÃO

O estresse, frequentemente visto apenas como um estado emocional passageiro, é na verdade uma resposta fisiológica complexa que afeta diretamente a saúde cardiovascular. Segundo o Dr. Adriano Faustino, especialista em medicina funcional, o corpo não diferencia o estresse emocional do físico; em ambos os casos, ocorre uma descarga química que coloca o coração em um estado de “emergência permanente”.

Esse mecanismo ativa o sistema nervoso simpático, elevando os níveis de cortisol e adrenalina, o que resulta em aumento da pressão arterial, inflamação das artérias e danos ao endotélio. O impacto no sistema cardiovascular ocorre de duas maneiras principais. A primeira é a reatividade crônica, onde a exposição constante a hormônios do estresse causa um desgaste gradual e disfunção metabólica ao longo dos anos.

A segunda são os gatilhos agudos, situações de choque emocional intenso que provocam descargas súbitas de adrenalina, podendo causar espasmos nas artérias coronárias e desencadear infartos em indivíduos que já possuem alguma vulnerabi-

lidade prévia.

Dados da Sociedade Brasileira de Cardiologia reforçam a gravidade do tema, registrando cerca de 400 mil mortes anuais por doenças cardiovasculares no País. Estudos internacionais confirmam que o estresse psicossocial é um fator de risco tão relevante quanto o tabagismo ou o sedentarismo, aumentando significativamente a probabilidade de infartos e AVC's. Além disso, o estresse potencializa comportamentos prejudiciais, como má alimentação e ganho de peso, criando um ciclo perigoso para o organismo.

A normalização da tensão cotidiana é um dos maiores obstáculos para a prevenção. Muitos indivíduos ignoram os sinais do corpo, encarando o esgotamento como parte inevitável da rotina. Contudo, a gestão do estresse - por meio de atividades físicas, sono adequado, técnicas de relaxamento e suporte psicológico - é uma estratégia essencial de sobrevivência. Como alerta o especialista, o coração não falha subitamente; ele se desgasta sob pressão contínua até atingir o seu limite.



O estresse do dia a dia não é apenas emocional, pois ele mantém o coração em estado de alerta permanente, eleva a pressão, inflama artérias e aumenta o risco de infarto e AVC, tornando a gestão da tensão uma questão vital de saúde.

do, técnicas de relaxamento e suporte psicológico - é uma estratégia essencial de sobrevivência. Como alerta o especialista, o coração não falha subitamente; ele se desgasta sob pressão contínua até atingir o seu limite.

PARA A SUA
SAÚDE, SÓ O
MELHOR!




FARMÁCIA
essência
MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA

Homeopatia • Manipulação • Florais •
Dermocosméticos • Fitoterápicos •
Suplementos • Cosméticos Orgânicos

Praia do Canto e Santa Lúcia

Televendas: (27) 3026 - 1080



ELETRODOMÉSTICOS INTELIGENTES QUE VEREMOS EM 2026

A KBIS - Kitchen & Bath Industry Show - se consolida como o principal palco mundial para lançamentos e tendências em cozinhas e banheiros. Reconhecida como a maior e mais prestigiada feira da América do Norte dedicada ao setor, o evento reúne fabricantes, designers, arquitetos e especialistas para apresentar soluções que combinam tecnologia, funcio-

nalidade e design de alto padrão.

A edição deste ano destacou inovações que apontam para um futuro cada vez mais inteligente, sustentável e integrado aos hábitos do consumidor moderno. A seguir, reunimos os principais destaques apresentados na feira, que prometem influenciar o mercado e redefinir a experiência dentro de casa.

GOLDEN HEATER - TECNOLOGIA DE COZIMENTO RÁPIDO

A Golden Heater é uma nova tecnologia de cozimento, apresentada pela Sharp, que combina três métodos de aquecimento: micro-ondas, convecção e infravermelho. Essa combinação permite preparar alimentos significativamente mais rápido do que fornos tradicionais, mantendo resultados uniformes e saborosos - por exemplo, biscoitos que normalmente levariam 15 minutos para ficarem prontos, assam em apenas 9 minutos; durante demonstrações. Essa inovação representa uma nova abordagem para eletrodomésticos de cozinha, reduzindo o tempo de preparo e oferecendo mais controle sobre o processo, ideal para quem busca eficiência no dia a dia ou deseja preparar refeições complexas sem perder qualidade.



LIMPEZA UV EM MÁQUINAS DE LAVAR

Algumas das novas lavadoras usam luz ultravioleta (UV) durante o ciclo de lavagem para combater bactérias mesmo em água fria. Essa abordagem higieniza roupas sem a necessidade de altas temperaturas, preservando tecidos delicados e garantindo maior eficácia contra microrganismos.

Além de promover uma limpeza mais profunda, a tecnologia UV também contribui para economia de energia, já que não depende de aquecimento intenso da água para alcançar resultados sanitários.

TANQUE SOUS VIDE EMBUTIDO NO FOGÃO

Alguns fogões mais avançados estão incorporando tanques sous vide diretamente no cooktop, possibilitando técnicas de preparo profissional sem equipamento extra. O sous vide confere precisão de temperatura e textura incomparável aos alimentos.

Esse recurso permite que cozinheiros domésticos e entusiastas da culinária explorem métodos sofisticados de preparo com a mesma facilidade de um fogão tradicional, elevando o nível das refeições caseiras.





**Há 50 anos
acolhendo o
primeiro
dia de aula
de muitas
gerações.**



MATRÍCULAS ABERTAS

 **3038-0199**

crescerphd.com.br

QUER CURTIR O VERÃO NO LITORAL SUL?



SÓ CLICA E VAI!

Vitória - Guarapari

A partir **R\$ 28,00**
Convencional

A partir **R\$ 39,90**
Executivo
Parador

Vitória - Marataízes

A partir **R\$ 59,40**
Convencional

A partir **R\$ 86,90**
Executivo
Parador

Vitória - Piúma

A partir **R\$ 44,50**
Convencional

A partir **R\$ 66,00**
Executivo
Parador

Com a **Viação Planeta** você vai para todo o **litoral sul capixaba** com todo conforto, segurança e economia.



Compre sua passagem
direto pelo nosso
WhatsApp!

PLANETA
TRANSPORTES RODOVIÁRIOS

