

AT2

PAULO OCTAVIO

COM A COLABORAÇÃO DE: Larissa Altoé

po@redetribuna.com.br

Plantão do dindim

Essa é para quem precisa de socorro! Se você está no vermelho e não sabe o que fazer, a 4ª edição da Expo Money chega a Vitória para ajudar a organizar suas finanças pessoais nos próximos dias 26 e 27, no Centro de Convenções de Vitória.

Os organizadores explicam que para cada problema existe uma solução e que sempre há uma saída.

* * *

Vai com calma

Em busca de um modelo de vida mais saudável, o médico naturista e pesquisador da Universidade de Harvard, Andrew Weil, viajou o mundo e chegou à uma conclusão: o que traz paz interior é, entre outras coisas, a ingestão de oxigênio.

“Pessoas ansiosas respiram errado, inspiram pouco e expiram rápido. O saudável é o contrário, para oxigenar o cérebro”, disse.



ANDRESSA CARDOSO/AT

MAIRA SPONFELDNER em bate-papo com as amigas Daniele de Paula e Kezya Furtado

DIVULGAÇÃO



ISADORA Sodré e Karla Coser em festa de aniversário na Ilha do Frade que contou com apresentação especial de Amaro Lima

Na maioria das gestações, a ultra sonografia é o método de imagem mais usado para acompanhar o desenvolvimento do feto. Só que em casos de suspeita de lesão ou malformação, a ressonância magnética pode ser muito útil, segundo o radiologista Amphilophio de Oliveira Junior. “Ela ajuda a confirmar as alterações e auxilia no planejamento do parto”, explicou.

* * *

ANDRESSA CARDOSO/AT



O NATAL ESTÁ AÍ! Tânia Lorenzon entre os filhos Carla e Rafael

ALEXANDRE Theodoro e seu filho Henrique andam juntos nos negócios e nas corridas da família.



DIVULGAÇÃO

Glitter nos pés

Pelas ruas da capital - e nas boates, coquetéis e festas - as sandálias, sapatilhas e ankle boots com glitter ganharam os pés das mulheres. O brilho pode estar em um detalhe no salto, no bico da sapatilha ou no sapato todo. As cores? Pink, prata ou dourado metalizado, verde e o que mais a imaginação permitir.

* * *

Azul da cor do mar

O azul do verão 2012 não ficou restrito às bolsas, aos sapatos e às roupas. Os óculos de sol também aderiram à onda, conhecida por transmitir tranquilidade.

Guilherme Borges contou que a cor vai desfilor por aí no rosto das mulheres em modelos arredondados, gatinho ou wayfarer. “Os diversos tons de azul são ideais para quem adora fazer combinações estilosas”, explica.

Quem disse?

“O mais difícil nesse tipo de tratamento é você admitir que está doente. Não adianta alguém impor algo”. Da atriz Vera Fischer sobre sua dependência química.

Você sabia?

“Dar a volta de carro na ilha de Kauai, no Havaí, leva quase um dia, então planeje bem seus passeios pelas diferentes áreas e procure sair cedo, pois fica difícil voltar à noite. A natureza e o mar são luxuriantes”. Do livro “As melhores viagens do mundo”, de Craig Doyle.

Vitrine

THATY Pancieri se casa em maio do ano que vem, mas já está sofrendo a “síndrome pré-altar”. Como a maioria das noivas, ela só pensa nos detalhes do grande dia e montou várias planilhas com contatos e preços de fornecedores. Detalhe: ela compartilha todas as informações com as amigas. Paulinha Vetekesky, que sobe ao altar em outubro de 2012, foi uma das que pegou a “listinha mágica” emprestada. É... vida de noiva não deve ser nada fácil!

* * *



FLÁVIA Daroz na dúvida de qual brinco levar para casa.

* * *

UMA EQUIPE de médicos, enfermeiros e fisioterapeutas vai estar na Praça dos Namorados no próximo dia 30, dia da caminhada pela vida - que faz parte da campanha Outubro Rosa - para fazer acupuntura auricular, massagens rápidas e um aula de Tai Chi Chuan gratuito para os participantes.

* * *

DORION Soares embarca no dia 30 de novembro para a China, onde participa da exposição na Chaibai, a maior joalheria em tamanho da China, com 8 mil metros quadrados.

* * *

TERENCE Rangel abraçou o movimento Outubro Rosa e elaborou broches comemorativos personalizados, alusivos à causa. O envolvimento com questões sociais já rendeu prêmios a Terence como o “Maria Luisa Rodenbeck”.

* * *

ESPECIALISTAS em gestão de pessoas vão estar no Estado entre os próximos dias 19 e 21, durante o 23º Congresso Estadual de Administração de Recursos Humanos (CEARH), no Centro de Convenções de Vila Velha. Está confirmada a presença do coach Eduardo Carmello; da doutora em Sociologia das Organizações, Carmen Migueles; e da PhD em Filosofia com foco em Planejamento de Carreira, Dulce Magalhães.