SUCCESSFUL BUSINESSES | CULTURE | LIFESTYLE | LANGUAGES | ARTISTS | EURRITMIA PORTUGAL | EDITION 1 | 2024

PHOTO: JOÃO MOUTINHO

EURRITMIA

PORTUGAL

MAGAZINE

INTERNATIONAL

PHOTO: KELLY PINHEIRO



“Live boldly, dress beautifully, and let your confidence shine”

Em entrevista exclusiva a empresária ELMA AVEIRO, irmã do jogador de futebol CRISTIANO RONALDO, nos conta sobre sua nova linha de cosméticos e seus planos pessoais

Eduardo Volpato traz o premiado Seventh Brunch ao Porto: Uma experiência vibrante e única no coração da Invicta!

ELMA AVEIRO

Legendary Fighter: Inside the Life of Rodrigo ‘Minotauro’ Nogueira

August & September | English & Portuguese | EURRITMIA Transcending Geographical Limits

PHOTOS: JOÃO MOUTINHO




ELMA AVEIRO

EURRITMIA
INTERNATIONAL

EURRITMIA Transcending
Geographical Limits, and
connecting people worldwide

WELCOME
TO YOUR BUSINESS
&
LIFESTYLE
MAGAZINE



PHOTO: TALITA SANTOS @LEMONSANTOS



PHOTO: TALITA SANTOS @LEMONSANTOS

The challenges we encounter throughout life are inevitable, whether personally or professionally. We don't always have enough control or wisdom to deal with the obstacles we encounter. We make wrong decisions and fail, but we must not forget that it is all a matter of time. Yes, time is the most precious asset we have in our lives and we must use it wisely. When in darkness you find yourself, be wise to use the time to your advantage. Feel unmotivated, destroyed, failed, cry, but remember it is a matter of time for you to lift your head and start again, with even more determination and wisdom.

Viviane Soares

RAIZ

@OFICIALRAIZ





Sweets

Sra Lopes

Bolos e Doces finos e Catering
Instagram: @lopes.sra_oficial
Contato: 934 885 513

Brunna Lopes, a chef, owns Sra Lopes Ateliê, specializing in crafting cakes, exquisite sweets, and providing catering and buffet services. Based in Costa da Caparica, they cater to Almada, the surrounding region, and Lisbon.

Brunna Lopes, Chef é proprietária da Sra Lopes Ateliê, onde ama fazer designer de bolos, doces finos, serviço de Catering e buffet. São da Costa da Caparica mas atendem Almada, região e Lisboa e arredores também.

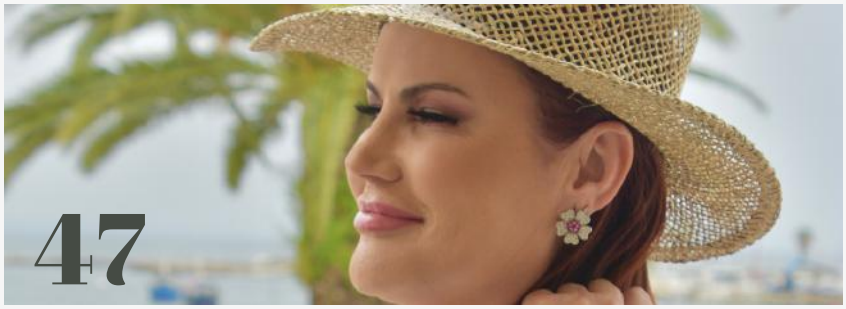








CONTENTS







10 SEVENTH BRUNCH

Experience the elegance of the Seventh Brunch at Seventh Liberdade, an exclusive event where Elma Aveiro unveiled her latest cosmetics line.

15 LETÍCIA ALMEIDA

Explore the remarkable journey of Letícia Almeida, her rise to fame, and her impactful contributions to the entertainment industry.

19 ISABEL CORREIA

Discover the innovative work of Isabel Correia, a trailblazer in sustainable fashion, and her vision for a greener future.

24 FLAVIA STELLY

Unveil the creative world of Flávia Stelly, an artist whose unique approach to design is transforming contemporary aesthetics.

28 EXPLORE PORTUGAL

Discover the rich history, vibrant culture, and stunning natural beauty of Portugal, from Lisbon's ancient landmarks to the pristine beaches of the Algarve.

30 WINE WITH ERIKA

Join us for an insightful interview with Erika as she discusses her dual passions for law and wine, and how she balances both fields.

34 EVENT DECORATION

36 RODRIGO MINOTAURO

Dive into the life of MMA legend Rodrigo Minotauro, exploring his journey from fighter to mentor and his ongoing impact on the sport.

38 LA CLASSE BY ANGELA

44 RENATA REVIEW

46 LUCIANA JOST

Discover the inspiring story of Luciana Jost, her journey in the fashion world, and her influence as a leading figure in the industry.

48 HEALTH - ANA NETTO

Ana Netto's expert insights on health, diets, and wellness, and learn how her innovative approaches are transforming lives.

51 ELMA AVEIRO

Join us as we celebrate Elma Aveiro's 50th birthday, featuring exclusive photos from her glamorous event and a sneak peek into her new cosmetics collection.

57 LIMONGE

58 NASSAUS CASCAIS

Uncover the hidden gems of Nassau, exploring its breathtaking beaches, rich history, and vibrant local culture.

62 FAROL HOTEL

65 ELMAS B-DAY

68 CONCIERGE

The exclusive services of PGS Concierge, offering bespoke luxury experiences and personalised assistance to elevate your lifestyle.

70 HELÔ PLANTIER

72 BUSINESSWOMAN - LAMYRIAN

74 BRAE HAIR CARE

Learn how Braé Hair Care is revolutionising the beauty industry with innovative products and expanding its reach to global markets.

76 CRIS SANTOS

78 BUSINESSWOMAN - VANESSA

79 DJ - MARCELA

80 FIGO & MEL

83 IWOMAN AFTER 40 - MIA

76 MARIAM BURNS ART

Meet abstract expressionist artist Mariam Burns, whose journey from a corporate career to the art world has led to powerful, emotive creations.

92 FORRÓ DO PORTO

100 BOSSA MARKET

COLUMNISTS

CATEGORIES

LUCIANO DIBALBINO - CULTURE

ERIKA ETTORI - WINE

VERA GASPAR - DECORATION

LUCIANA JOST - PERSONAL IMAGE

WELLNESS - HOLMES PLACE

CRIS SANTOS - ENTREPRENEURSHIP

ANA NETTO - EATING WELL

MARIAM BURNS - ARTIST

DANIELA COIMBRA - HAIR CARE

BRUNA RODRIGUES - IMMIGRATION



EURRITMIA PORTUGAL
ELMA AVEIRO, PHOTO: JOÃO MOUTINHO, PLACE HOTEL BAÍA - CASCAIS

TEAM

EDITIOR IN CHIEF

Viviane Soares
& Martin Hampton

JOURNALIST

Luciano Dibalbino

CEO

Viviane Soares

SALES DIRECTOR

Gisele Santos
Contact: +44 7533 739094

STUDIO DESIGNER

Viviane Soares
& Jeane Ferraz

PUBLISHERS

EURRITMIA Magazine Limited
Blu Bracknell, Bracknell
RG42 1AF, England

ADMINISTRATIVE

Thaís Ferreira

ACCOUNTS DEPARTMENT

Larissa Pereira

@EURRITMIAPORTUGAL
@EURRITMIAMAGAZINE
@BRITISHEURRITMIA



THE SEVENTH BRUNCH ARRIVES IN PORTO, PROMISING DELIGHT FOR LOCALS AND TOURISTS

PORTO has welcomed a new brunch venue with the arrival of "Seventh Brunch." Already established in Lisbon and Cascais, this is the fourth branch of the popular chain in Portugal, now located on Rua da Picaria. After a successful soft opening, the new establishment is ready to delight both locals and tourists.

Vibrant, delicious, and welcoming — these are the defining characteristics of the new Seventh Brunch in Porto. Staying true to the ethos of its sister locations, the venue promises to offer distinctive experiences. The brunch, recently recognised as the best in the country by TripAdvisor, remains the highlight of the menu, featuring a selection of items such as toast, bagels, eggs, and the renowned tall, fluffy pancakes.

Strategically situated in the city centre, the location aims to attract both residents and visitors. "Porto is a dynamic city, steeped in history and culture, making it the perfect setting for the growth of the Seventh brand," said Eduardo Volpato, CEO of Seventh Brunch. "This new venue reinforces our mission to provide unique and unforgettable experiences through brunch. We hope to engage a broader audience with our 'brunch with love' concept. Every detail has been meticulously arranged to ensure that every visit is more than just a meal, but a true encounter of unity and happiness."

The space underwent substantial renovations, preserving the brand's original concept while adapting to the unique environment and atmosphere of Porto. The interior design aims to harmonise modern elements with a lively ambiance, featuring padlocks on the walls, industrial grilles, and neon signs displaying motivational phrases to cultivate an energetic and inviting setting.

Spanning 190 square meters, the new venue can host 60 individuals indoors and 24 on the terrace. Operating hours are daily from 9 am to 4 pm, extending to 6 pm on weekends, featuring daily brunches. The menu comprises traditional dishes such as eggs Benedict and pancakes, alongside fresh additions for a diverse and enticing selection.

Brunch choices include the English (€20), featuring fried eggs, bacon, sausages, beans, grilled tomatoes, toasted bread, sweet granola yogurt, fruit salad, and a juice selection; the Lisbon (€20), offering scrambled eggs, caldo verde with chorizo, roasted cherry tomatoes, traditional toasted caco cake, cream cheese and 7th jam, granola yogurt and 7th jam, fruit salad, and a beverage of your preference; and the Veggie (€20/22), providing vegan alternatives such as toast and pancakes.

The menu also features unique offerings like Florentine eggs (€15), Aphrodite toast (€15), and Twist pancake (€14). The beverage selection includes coffee, wine, sparkling wine, and a variety of cocktails including Mojito, Margarita, Caipirinha, Bloody Mary, and Mimosa. Reservations are advisable, particularly for weekends.

Eduardo Volpato, the founder of Grupo Volpato and the Seventh Brunch chain, is an Italian-Brazilian entrepreneur with an inspiring journey. A best-selling author and philanthropist, he established Seventh Brunch with the goal of providing a serene and inviting environment, representing relaxation and happiness.

With expansion plans underway, the upcoming establishment will be located in Madrid. "Our strategy involves launching 24 stores by 2028, with undisclosed investors involved in the initiative," disclosed Eduardo.







SEVENTH BRUNCH CHEGA AO PORTO E PROMETE ENCANTAR LOCAIS E TURISTAS

O PORTO acaba de ganhar um novo espaço dedicado ao brunch. O "Seventh Brunch", já conhecido em Lisboa e Cascais, abre seu quarto local em Portugal, desta vez na Rua da Picaria, após um soft opening bem-sucedido.

Vibrante, delicioso e acolhedor; são as palavras que definem o novo espaço no Porto. Mantendo a mesma filosofia dos seus outros estabelecimentos, o "SeventhBrunch" promete proporcionar experiências únicas. O brunch, recentemente premiado como o melhor do país pelo TripAdvisor, continua a ser o destaque do menu, acompanhado por opções individuais como tostas, bagels, ovos e as famosas panquecas altas e fofas.

A escolha da localização, no coração da cidade, visa atrair tanto os locais quanto os turistas. “O Porto é uma cidade vibrante, rica em história e cultura, o local ideal para a expansão da marca Seventh. Este novo espaço consolida ainda mais a expansão da nossa visão de oferecer experiências únicas e memoráveis através do brunch,” explicou Eduardo Volpato, CEO do projeto Seventh. “Com este spot, esperamos alcançar mais pessoas com o nosso conceito de 'brunch with love'. Cada detalhe foi cuidadosamente planejado para que cada visita transcenda uma simples refeição, transformando-se numa verdadeira experiência de conexão e alegria.”

O espaço passou por reformas significativas, mantendo o conceito original da marca com adaptações ao ambiente e à atmosfera do Porto. O design interior busca equilibrar o moderno e o vibrante, criando um ambiente acolhedor e inspirador, com cadeados nas paredes, grades industriais e néons com frases motivacionais que fomentam um ambiente divertido.

Com 190m², o novo local acomoda 60 pessoas no interior e 24 na esplanada. Está aberto todos os dias, das 9h às 16h, e até às 18h aos sábados e domingos, mantendo a oferta de brunchs diários. A ementa inclui clássicos favoritos como ovos Benedict e panquecas, sempre com inovações para manter o menu excitante e variado.

Entre as opções de brunch estão o English (20€), com ovos estrelados, bacon, salsichas, feijão, tomate grelhado, pão tostado, iogurte com granola doce, salada de fruta e sumo à escolha; o Lisbon (20€), com ovos mexidos, caldo verde com chouriço, tomate cherry assado, bolo do caco tradicional tostado, queijo creme e doce 7TH, iogurte com granola e doce 7th, salada de fruta e bebida à escolha; e o Veggie (20/22€), com opções veganas de tostas e panquecas, entre outras.

O menu também oferece sugestões individuais, como ovos Florentine (15€), tosta Aphrodite (15€) e panqueca Twist (14€). A carta de bebidas inclui café, vinho, espumante e cocktails variados, como Mojito, Margarita, Caipirinha, Bloody Mary e Mimosa. Reservas são recomendadas, especialmente aos fins de semana.



Eduardo Volpato, fundador do Grupo Volpato e da rede Seventh Brunch, é um empreendedor ítalo-brasileiro com uma trajetória inspiradora. Autor de best-sellers e filantropo, ele criou o Seventh Brunch com o intuito de oferecer um espaço descontraído e acolhedor, simbolizando descanso e alegria.

Com planos de expansão, a próxima unidade será em Madrid. “Nosso plano inclui a abertura de 24 lojas até 2028, com alguns investidores ainda não revelados participando do projeto,” revelou Eduardo.








HELP
CHILDREN IN HAITI
@VITORAUGUSTOCHAVEZ
"HOPE FOR
HUMANITY
SUPPORT OUR
DONATE NOW
THE CHARITY AMOR Y GRACIA HAS BEEN HELPING CHILDREN WITH FOOD AND EDUCATION IN HAITI FOR OVER 20 YEARS.
AMORYGRACIA.ORG

LETÍCIA DE ALMEIDA



The Woman of Many Talents Who Turns Challenges into Achievements

By Luciano Dibalbino

Eurritmia Magazine Portugal is pleased to present Letícia de Almeida, an extraordinary woman who masterfully balances the roles of mother, lawyer, and trainer. As the co-founder of Liberum Advogados at the age of 27, Letícia's journey is one of resilience and dedication.

With more than 100 clients acquired before the age of 30, Letícia became a patron after just five years of her career (the regulatory minimum). She considers herself a fundamental rights activist within the community, with extensive experience in pro-bono processes, which she reconciles with the firm's major cases, always dedicated to defending her clients' rights.

Whether it is an exaggeration or not, the truth is that this girl, now a woman, soon showed that she was not afraid of anything. From her childhood in Cacém, Letícia Almeida fondly remembers the community spirit that existed. Despite being very different, she had a sense of belonging, mutual help, and care for everyone around her.

In the neighbourhood where she grew up, Letícia does the honours and presents some of the iconic places of her childhood, such as Largo dos Firefighters, the Municipal Swimming Pool, Ribeira das Jardas, and Escola Secundária Ferreira Dias.

At the age of 14, she had her first professional experience in the construction industry and since then has worked in a wide range of areas, including business marketing, insurance companies, banks, training and mentoring services, as a social judge, and currently as a lawyer and trainer.



LETÍCIA DE ALMEIDA

A Mulher dos Sete Ofícios que Transforma Desafios em Conquistas

Por Luciano Dibaltino

A Eurritmia Magazine Portugal tem o prazer de apresentar Letícia de Almeida, uma mulher extraordinária que equilibra com maestria os papéis de mãe, advogada e formadora. Co-fundadora da Liberum Advogados aos 27 anos.

Com mais de 100 clientes angariados antes dos 30 anos. Patrona ao fim de apenas 5 anos de carreira (o mínimo regulamentar); ela se considera uma ativista dos direitos fundamentais junto da comunidade. Vasta experiência em processos pro-bono, conciliando-os com os grandes processos do escritório. Sempre ao serviço dos direitos dos meus clientes.

Eufemismo ou não, a verdade é que esta menina, rapariga, agora mulher cedo mostrou não ter medo de nada. Do Cacém da infância, Letícia Almeida sente falta do espírito de comunidade que existia. Apesar de serem todos muito diferentes tinha uma sensação de pertença, de entreajuda, até de cuidado para com todos os que a rodeavam.

Naquele que é o bairro que a viu crescer, Letícia faz as honras da casa e apresenta alguns dos lugares icónicos da sua infância, seja o Largo dos Bombeiros, a Piscina Municipal, a Ribeira das Jardas e a Escola Secundária Ferreira Dias.

Aos 14 anos teve a sua primeira experiência profissional na área da construção civil e desde então somou trabalhos nas mais variadíssimas áreas, marketing empresarial, seguradoras, bancos, serviços de formação e mentoria, juíza social e atualmente advogada e formadora.

No dia em que fez 18 anos preferiu estar a realizar o exame final para obter a tão aguardada carta de condução. O automobilismo é e sempre será um dos seus hobbies. Frequentou a Universidade Católica de Lisboa e a Universidade Clássica de Lisboa, tirou sua licenciatura em Direito, tirou um Mestrado e duas Pós-Graduações, mas em vez do ensino, foi a experiência que levou a melhor, fundando a Liberum Advogados com apenas 27 anos.

Sente que a advocacia não é uma luta de sexos é sim uma luta de resistência e só os mais fortes prevalecem. Ser mãe fê-la crescer imenso. Aprendeu a não deixar nada por fazer ou dizer. Apesar de ter tipo sempre posições de liderança o que gosta mesmo é de conversar com as pessoas, partilhar ideias e de criar pequenas democracias com liberdade criativa e bem-estar para com as pessoas que estão sobre a sua alçada.

On the day she turned 18, she preferred to take the final exam to obtain her long-awaited driving license. Motorsport is and will always be one of her hobbies. She attended the Catholic University of Lisbon and the Classical University of Lisbon, where she obtained her degree in Law, a Master's degree, and two postgraduate degrees. Instead of teaching, experience led her to found Liberum Advogados at just 27 years old.

Letícia feels that law is not a fight between the sexes but a fight of resistance, where only the strongest prevail. Being a mother made her grow significantly, teaching her to leave nothing undone or unsaid. Despite always having leadership positions, what she truly enjoys is talking to people, sharing ideas, and creating small democracies with creative freedom and well-being for those under her responsibility.

She is firm in her ideas and convictions, but she likes people to be happy, and that is the most important thing for Letícia. She claims to have an unbelievable profession, despite the instability that plagues the majority of Professional Orders, including the Portuguese Bar Association. She feels there is a latent precariousness in the air, and everyone needs more and better.

But she always stops and thinks: "I'm very grateful for the life I built with everyone I care about. I can't imagine myself in a routine profession; for me, it would be a life devoid of meaning. We have to have a purpose in life, and I found my role in being a lawyer and helping those who turn to me. Thankfully, it gives me hope and strength to overcome life's adversities."

BIOGRAPHY

- Degree in Law from the Faculty of Law of the Universidade Católica Portuguesa (Lisbon)
- Master in Forensic Legal Sciences from the Universidade Católica Portuguesa (Lisbon)
- Postgraduate in Criminal Investigation and Evidence Law from the Faculty of Law of the Universidade Clássica de Lisboa
- Postgraduate in Legal Sciences from the Faculty of Law of the Catholic University of Portugal (Lisbon)
- Alumni of the Lisbon School of the Faculty of Law of the Catholic University
- Invited speaker for academic lectures at the Autonomous University of Lisbon, at the Classical University of Lisbon and in the corporate sphere at Siemens, S.A., at Construções Pragosa, S.A., at Let´s Talk Group, Lda., at Novotel, S.A. among others.
- Languages: Portuguese; English; French; Mandarin
- Works published in Wolters Kluwer Portugal: "Organisational and Procedural Problems of Peace Courts in Portugal" (2010) o "The Dematerialisation of Executive Titles" (2009)
  Registered with the Portuguese Bar Association

Biografia

É firme nas suas ideias e convicções, mas gosta que as pessoas estejam felizes e isso é o mais importante para Letícia. Afirma ter uma profissão inacreditável, apesar de todas estas questões de instabilidade que assolam a maioria das Ordens Profissionais, às quais a Ordem dos Advogados Portugueses não é alheia. Sente que agora existe uma precariedade latente no ar e todos precisam de mais e melhor.

Mas sempre para e pensa: "Sou muito grata pela vida que construí junto de todos os que me são queridos, não me consigo imaginar naquelas profissões rotineiras, para mim seria uma vida desprovida de sentido.

Temos de ter um propósito na vida, eu encontrei o meu ser Advogada e ajudar a quem a mim recorre. E ainda bem, isso dá-me esperança e força para superar as adversidades da vida!



- Licenciada em Direito pela Faculdade de Direito da Universidade Católica Portuguesa (Lisboa)
- Mestre em Ciências Jurídicas Forenses pela Universidade Católica Portuguesa (Lisboa)
- Pós-Graduação em Direito da Investigação Criminal e da Prova pela Faculdade de Direito da Universidade Clássica de Lisboa
- Pós-Graduação em Ciências Jurídicas pela Faculdade de Direito da Universidade Católica Portuguesa (Lisboa)
- Alumni da Escola de Lisboa da Faculdade de Direito da Universidade Católica
- Oradora convidada para palestras no âmbito académico na Universidade Autónoma de Lisboa, na Universidade Clássica de Lisboa e no âmbito empresarial na Siemens, S.A., na Construções Pragosa, S.A., na Let´s Talk Group, Lda., no Novotel, S.A. entre outras.
- Línguas: Português; Inglês; Francês; Mandarim
- Trabalhos publicados na Wolters Kluwer Portugal:
- o “Problemas Organizativos e Processuais dos Julgados de Paz em Portugal” (2010)
- o “A Desmaterialização dos Títulos Executivos” (2009)
- Inscrita na Ordem dos Advogados Portugueses

LIBERUM
ADVOGADOS

Instagram:@leticia_de_almeida_advogada
Facebook: Leticia Almeida
LinkedIn: Leticia-de-almeida-advogada

ROSE PEREIRA



Rose Pereira, a lawyer with a postgraduate degree in Administrative and Constitutional Law and an MBA in Public Management, is also a Dance Therapist, writer, speaker, and founder of Project MovimentaR. Currently engaged in significant initiatives in Portugal, Rose focuses on women's well-being and the quality of life for the elderly.

As the Vice-President of the Brazilian Union of Writers of Paraíba (UBE-PB), a correspondent in Lisbon, and a member of Mulherio das Letras in both Brazil and Portugal, she has diligently worked to unite and empower writers of the Portuguese language across Portuguese-speaking nations.

Rose Pereira's artistic journey began through dance, which she initially explored by wearing skirts. She later volunteered with women affected by domestic violence and abuse, using movement to help rebuild their self-confidence. This transformative experience inspired her to write the book "IN GUARDA." Since then, writing and dancing have become her primary pursuits. As the author of "ESTAVA ESCRITO" and various short stories in published collections, Rose recognised the importance of merging expertise and uniting like-minded partners. This realisation led to the establishment of MovimentaR, a venture that has expanded alongside collaborators Elliane Belloti, who focuses on aesthetics and basic care, and Izis Oliveira, who specialises in local tourism.

In her view, each artistic expression serves as a gratifying avenue for liberation, ultimately leading to enhanced physical and spiritual well-being.

Rose Pereira, advogada, Pós-Graduada em Direito Administrativo e Constitucional, com MBA em Gestão Pública, além de Dançaterapeuta, é escritora, Palestrante, e fundadora do Projeo MovimentaR, onde venho desempenhando atualmente em Portugal, atividades relevantes, voltadas ao bem estar feminino e a qualidade de vida da pessoa idosa.

Como Vice-Presidente da União Brasileira de Escritores da Paraíba UBE-PB, correspondente em Lisboa, e integrante do Mulherio das Letras no Brasil e em Portugal, tem atuado incansavelmente, para fortalecer e aparoximar escritores da lingua portuguesa entre paises lusofonos.

Rose Pereira iniciou a vida artística por meio da dança com saias e passou a trabalhar de forma voluntária, com mulheres vitimas de violência domestica e abusos intrafamiliares, usando o movimento do corpo para resgatar a autoestima. A experiência levou a escrever o livro intitulado IN GUARDA. A escrita e a dança passou a ser o foco principal. Autora também da obra ESTAVA ESCRITO e de outros contos publicados em antologias e coletâneas, Rose Pereira, percebeu a necessidade de unir conhecimentos e agregar parceiras com o mesmo foco. Daí a iniciativa a frente do MovimentaR - que vem crescendo juntamente com as sócias Elliane Belloti - estética e cuidados basicos, e Izis Oliveira - com turismo local.

Na sua experiência toda expressão artística é um meio prazeroso de libertação, resultando, sobretudo, em saúde física e espiritual.



ISABEL CORREIA

"Hello, I'm Isabel Maria Maciel Correia. I'm 34 years old and from Viana do Castelo, where I live with my husband Mário Barros and our 13-year-old son, Gonçalo Diego. I am a dedicated person with extensive training in aesthetics, which I am passionate about. I constantly strive to evolve, as I consider myself a determined woman focused on achieving my goals. I am always seeking new knowledge to provide the best service to everyone who comes to me. My purpose is to help people feel good and achieve the best version of themselves."

How did your interest in aesthetics begin?
I have always been interested in health and beauty. At 17, while living in Spain, I started attending a hairdressing course. However, I had to return to Portugal in 2010 and decided to enrol in the Aesthetics Massage Therapist course. Since then, I have continuously updated and specialised in massage and advanced aesthetics. I continue to attend specialised training to provide the best results in all services for my clients.

How did your entrepreneurial journey begin?
My journey as an entrepreneur began in March 2018, when I realised the opportunity to apply my passions and knowledge to developing my own business in the area of aesthetics. With a clear vision of what I wanted to achieve and a determination to overcome the initial challenges, I took the first steps toward creating my company. Since then, I have worked hard to build and expand my business, always looking to innovate, learn from the best professionals in the field, and grow sustainably. Today, I have many loyal clients who have been with me since the beginning of my journey, supporting me and helping me evolve both professionally and personally. Entrepreneurship has become not just a profession but a lifestyle that motivates me to overcome obstacles and achieve my goals.

Can you tell us about your current project?
Currently, I am immersed in an exciting project within the cosmetics industry. I have developed my first product under my brand, the Isabel Correia facial cream, with plans to expand into other cosmetic products in the future. My objective is to maintain a commitment to delivering excellent results in both body and facial treatments.



How did you decide to open your own space?
In 2010, I enrolled in the Aesthetics Massage Therapist course, marking the beginning of my journey into massage and advanced aesthetics. Over the years, I dedicated myself to continuous learning and specialisation in this field. After gaining six years of valuable experience working in a spa setting, I made the decision to open my own space.

Located within a health club on Cabedelo beach in Viana do Castelo, I officially launched my aesthetics office on March 15, 2018. The decision stemmed from my desire to offer personalised treatments tailored to each client's unique needs. I strongly believe that every individual deserves a customised protocol to achieve the best possible results. This entrepreneurial step allows me to apply my passion and knowledge directly, ensuring that my clients receive top-quality care and attention.

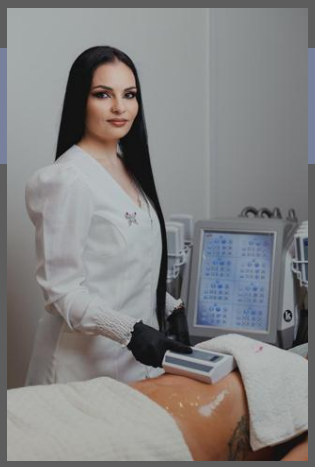
Do you receive support from your family?
Yes, I receive tremendous support from my family. My husband, Mário, is an essential pillar of support in every aspect. His encouragement gives me the strength to take risks and invest more in my business. With his unwavering support, I feel confident in facing challenges and pursuing new opportunities. Additionally, Mário actively contributes ideas and solutions, which significantly aid in my personal and professional growth. His involvement is invaluable, fostering a collaborative environment that allows me to thrive.

What are your plans for the future?
For the near future, I have several plans and goals that I aim to achieve. Firstly, I plan to enhance my expertise in facial and body aesthetics through specialised training. Additionally, I am focused on expanding my market presence by launching new products and services under my personal brand. I also intend to create engaging content for social media to connect with a wider audience.

On a personal level, maintaining a healthy work-life balance is crucial. I prioritise my well-being and cherish quality time with my family and friends. Looking ahead, I am optimistic and driven by the belief that anything is possible with dedication and perseverance.

I wish to express my gratitude to all individuals who have backed me and maintained unwavering faith in my achievements.
Thanks to the family, clients, and friends who support me.
Especially my close friend Ana Santarelli for her constant support and unwavering belief in me.
And to my spouse Mário for his constant presence by my side.
Thank you sincerely.

ISABEL CORREIA



"Olá, eu sou a Isabel Maria Maciel Correia. Tenho 34 anos e sou natural de Viana do Castelo, onde resido com o meu marido Mário Barros e o meu filho Gonçalo Diego, de 13 anos. Sou uma pessoa dedicada, com uma vasta formação na área da estética, pela qual sou apaixonada. Procuro constantemente evoluir, pois considero-me uma mulher determinada e focada em alcançar os meus objetivos. Estou sempre em busca de novos conhecimentos para proporcionar o melhor a todos os que me procuram. O meu propósito é ajudar as pessoas a sentirem-se bem e a alcançarem a sua melhor versão."

Como começou o seu interesse pela estética?
Sempre me interessei pela área da saúde e da beleza. Aos 17 anos, enquanto vivia em Espanha, comecei a frequentar um curso de cabeleireira. No entanto, tive de regressar a Portugal em 2010 e decidi inscrever-me no curso de Massagista de Estética. Desde então, sempre me atualizei e especializei na área da massagem e estética avançada. Depois de seis anos a trabalhar num spa, optei por abrir o meu próprio espaço, situado num health club na praia do Cabedelo, em Viana do Castelo. Continuo a frequentar formações especializadas para proporcionar os melhores resultados em todos os serviços prestados aos meus clientes.

Como foi o início da sua trajetória empreendedora?
O meu percurso como empreendedora teve início em março de 2018, quando percebi a oportunidade de aplicar as minhas paixões e conhecimentos no desenvolvimento de um negócio próprio na área da estética. Com uma visão clara do que pretendia alcançar e determinação para superar os desafios iniciais, dei os primeiros passos na criação da minha empresa. Desde então, tenho trabalhado arduamente para construir e expandir o meu negócio, sempre procurando inovar, aprender com os melhores profissionais da área e crescer de forma sustentável. Hoje, tenho muitas clientes fidelizadas desde o início da minha jornada, que me apoiam e me ajudam a evoluir profissional e pessoalmente. O empreendedorismo tornou-se não apenas uma profissão, mas um estilo de vida que me motiva a superar obstáculos e alcançar os meus objetivos.

Pode-nos falar sobre o seu projeto catual?
Atualmente, estou focada num projeto muito interessante na área da cosmética. Desenvolvi o meu primeiro produto com a minha marca, o creme facial Isabel Correia, com o objetivo de expandir a marca com outros produtos cosméticos. O meu objetivo é continuar a proporcionar os melhores resultados tanto nos tratamentos corporais como faciais.

Como decidiu abrir o seu próprio espaço?
Em 2010, decidi inscrever-me no curso de Massagista de Estética. Desde então, sempre me atualizei e especializei na área da massagem e estética avançada. Após seis anos a trabalhar num spa, decidi abrir o meu próprio espaço, que está situado num health club na praia do Cabedelo, em Viana do Castelo. A 15 de março de 2018, aceitei a proposta para a exploração do gabinete de estética no health club mencionado. A minha maior motivação foi poder criar os meus tratamentos personalizados, pois acredito que cada cliente é único e merece um protocolo exclusivo.

Recebe apoio da sua família?
Sim, recebo um grande apoio da minha família. O meu marido, Mário, é um suporte fundamental em todos os sentidos. Ele dá-me força para arriscar e investir cada vez mais no meu negócio. Com o seu suporte, sinto-me confiante para enfrentar os desafios e buscar novas oportunidades. Além disso, o Mário contribui activamente com ideias e soluções, ajudando-me a crescer e a evoluir tanto pessoal como profissionalmente.

Quais são os seus planos para o futuro?
Para o futuro próximo, tenho vários planos e objetivosque pretendo alcançar. Desejo continuar a aprimorar as minhas competências na área da estética facial e corporal através de formações especializadas. Além disso, estou a planear expandir a minha presença no mercado, lançando novos produtos e serviços. Também quero consolidar a minha marca pessoal e produzir conteúdo relevante para as redes sociais. Em termos pessoais, pretendo manter o equilíbrio entre o meu trabalho e a minha vida pessoal, garantindo tempo para o meu bem-estar e para estar com a minha família e amigos. O futuro enche-me de expectativas, e acredito que acreditar que tudo é possível é fundamental para seguir em frente.

"Gostaria de agradecer a todas as pessoas que me tem apoiado e que nunca deixaram de acreditar no meu sucesso.
Obrigada a família que me acompanha, clientes e amigas .
Em especialmente a minha grande amiga Ana Santarelli por estar sempre comigo e por acreditar sempre em mim.
E ao meu marido Mário por estar sempre comigo.
Muito obrigada"

Instagram: isabelcorreia_ic



SUD LISBOA HALL

Um venue de referência para a realização de eventos “tailor made“ em segurança.
Um evento no SUD Lisboa é a certeza de uma experiência marcante. Os grandes espaços são adaptáveis para pequenos eventos. Onde cada ocasião, se transforma num momento único!
SUD Lisboa venues are adjustable to events of all sizes, allowing bespoke setups while reinforcing the safety of our patrons. We make it happen!



EVENTOS CORPORATIVOS
CORPORATE EVENTS

EVENTOS SOCIAIS
SOCIAL EVENTS

CASAMENTOS
WEDDINGS

Av. Brasília – Pavilhão Poente, 1300 – 598 Lisboa, Portugal | +351 211 592 700 | comercial@sudlisboa.com | www.sudlisboa.com

FLAVIA STELLY

The Sertanejo and Piseiro Voice Conquering Hearts

Flávia Stelly, the accomplished country singer and piseiro artist, shares her dynamic life and professional journey in an engaging interview with Viviane Soares, the CEO of EURRITMIA Magazine. From her early years to the present, Flávia reveals aspects of her life, presenting a narrative of resilience, love for music, and dedication to her family.

By Luciano Dibalbino

Flávia Stelly's musical journey began in an extraordinary way. At 6 years old, under the encouragement of her grandfather, she participated in a matinee to help her neighbor, affectionately known as "Aunt Virgínia," win an iron in a talent competition. Virgínia still used a heated iron at the time, and as expected, Flávia emerged victorious, gifting the prize to her dear neighbour. "I recall she shed tears of disbelief," she reminisces.

> "I have always dreamt of the artistic world"

From a young age, Flávia imitated children's program presenter Mara Maravilha and showcased her vocal talent in school performances. Despite taking on numerous responsibilities early on, including caring for her siblings, managing household tasks, and singing at the family farm with her cousin and uncle, Flávia persevered. At 16, she became pregnant and welcomed her daughter, Bruna, at 17.

"I faced challenging circumstances, yet I received considerable support from numerous individuals during that period. I have friends who continue to support me," she says sentimentally.

From that point forward, she had to support herself, working as a waitress at Labaredas, a renowned bar and local youth gathering place in Coração de Jesus, Minas Gerais. Another opportunity to nurture Flávia's love for music came in a Karaoke competition, where her exceptional voice garnered admiration and kind remarks, motivating her to persist in her musical aspirations.

During that period, Karaoke was popular, and Flávia performed the Mastruz song "Meu Vaqueiro Meu Peão," reflecting the vaquejada culture of her region. Impressing the audience, her friends praised her beautiful voice, encouraging her to continue singing. She subsequently collaborated with a local artist, recorded a CD with Gaúcho, and uploaded videos showcasing her youthful voice on her YouTube channel. This led to opportunities singing with regional bands, notably from Montes Claros, renowned in the northern region of Minas Gerais.



Her career started to gain recognition, performing at various regional festivals, including the renowned vaquejada de Coração de Jesus, one of the largest agricultural events in Minas Gerais. At 22, Flávia relocated to São Paulo, showcasing her talent with bands like Perfil and Banda Halls. Despite challenges and difficult travel conditions, she always maintained respect and responsibility towards her fellow band members. Initially unsupportive, her family eventually assisted her, particularly in caring for her daughter.

As her daughter grew up, she would leave her in someone else's care to attend performances. Once, she found herself stranded in a gas-powered Kombi that ran out of fuel in a desolate location. Despite the situation, the individual she was performing for ensured her safe return home. Every experience concluded harmoniously.

Facing financial challenges, Flávia diligently worked as a waitress and at events to improve her living situation. Residing in modest conditions, she gradually acquired necessary amenities with the crucial support of friends.

Flávia chose to pursue English studies and, upon a friend's invitation, traveled to London. Initially planned as a 6-month course, it evolved into a new lifestyle. She worked in various roles, including restaurants and as a cleaner, and showcased her talent in different venues.

Extending her stay in London to provide for her daughter, she sent money for her mother's expenses and maintained communication through MSN. Despite emotional challenges, she made frequent trips to Brazil and eventually brought Bruna to London, where they now reside.

In addition to her music background, Flávia holds a degree in aesthetics and has professional experience in London and Belfast, where she currently resides. In Belfast, she established her own Aesthetics Center, which faced challenges due to the COVID-19 pandemic. Despite this, she persevered, working as a beautician, at Amazon, and even as a cleaner. With regained stability, Flávia redirected her focus to music, her lifelong passion. "Following this ordeal, my daughter, now 25 and happily married, prompted me to reignite my musical dream, driven by my deep passion," she expressed.

Flávia is currently expanding her performances, having produced her DVD and participated in Buteco dos IO in London and Portugal. She is open to new connections and performances, encouraging fans to engage with her on social platforms. Upcoming engagements include recording Buteco dos IO in the United States and performing at the launch of EURRITMIA Magazine Portugal in Cascais. Flávia teases that more projects and updates are on the horizon, urging fans and enthusiasts of Piseiro and Sertanejo to stay connected through her social media channels.

Flávia Stelly's narrative demonstrates that resilience and commitment can transform aspirations into reality. Her life story is both inspiring and impactful, illustrating that with perseverance and passion, any obstacle can be conquered.

When talent and hard work align, the possibilities are limitless.





SCAN ME

FLAVIA STELLY

A Voz do Sertanejo e Piseiro que Conquista Corações

Flávia Stelly, a talentosa cantora de sertanejo e piseiro, compartilha sua emocionante trajetória de vida e carreira. Em uma conversa sincera com Viviane Soares, CEO da EURRITMIA Magazine. Flávia revela detalhes desde sua infância até os dias atuais, mostrando uma história de superação, paixão pela música e dedicação à sua família.

Flávia Stelly começou sua jornada musical de forma inusitada. Aos 6 anos, incentivada pelo seu avô, participou de uma matinê para ajudar sua vizinha, "Tia Virgínia,"como era tratada por Flávia. O objetivo era ganhar um ferro de passar roupas em um concurso de talentos, pois sua querida vizinha, naquela época, ainda usava um ferro à brasa. Não podia ser diferente, ela ganhou o concurso e presenteou Virgínia com o prêmio alcançado. "Lembro que ela chorou muito sem acreditar", rememora.

> "Eu sempre sonhei com o mundo artístico"



Flávia e desde cedo imitava a apresentadora de programas infantis da época; Mara Maravilha, e já mostrava sua voz em apresentações escolares. A vida de Flávia não foi fácil, com muitas responsabilidades desde jovem, ela ajudava a cuidar dos irmãos e dos afazeres da casa, visitava a roça da família, onde cantava com o primo e o tio. Aos 16 anos, engravidou e, aos 17, deu à luz sua filha, Bruna.

"Passei por momentos difíceis, mas tive muita gente que me ajudou, me apoiou naquele momento. Tenho amigas que me apoiam até hoje", conta emocionada.

A partir desse momento, precisou se virar sozinha, trabalhando como garçonete, no Labaredas, um famoso barzinho da época, que era o Ponto de Encontro da juventude local de Coração de Jesus – Minas Gerais. Outra oportunidade de manter a paixão de Flávia pela música, foi um concurso de Karaokê, no qual ela participou, chamando a atenção de amigos e das pessoas que participavam. Sua voz marcante sempre foi motivo de elogios e palavras amigas, para que ela continuasse em busca de seu sonho.

"Naquela época o Karaokê dava ponto; cantei a música do Mastruz com Leite "Meu Vaqueiro Meu Peão", porque lá onde eu moro é terra de vaquejada. Então tive a nota máxima. Meu amigo me disse que eu tinha a voz muito bonita, que precisava voltar a cantar. Então eu voltei, cantei com um artista da minha cidade, o povo gostava. Cantei também com o Gaúcho e gravei CD. Tem vídeos no meu YouTube que ainda estou com voz de criança. Depois disso comecei a cantar em bandas regionais, cantei com uma banda de uma cidade próxima da minha, que é Montes Claros, que é bem conhecida no Norte de Minas Gerais.

Sua carreira começou a ganhar visibilidade. Cantou em várias festas regionais, incluindo a famosa vaquejada de Coração de Jesus, uma das maiores festas agropecuárias de Minas Gerais. Aos 22 anos, Flávia mudou-se para São Paulo, onde cantou em bandas como Perfil e Banda Halls. Enfrentou desafios, viajando em condições precárias, mas sempre com respeito e responsabilidade dos colegas de banda. Sua família, que inicialmente não a apoiava, passou a ajudar, especialmente com os cuidados de sua filha.

“Minha filha foi crescendo, deixava-a sempre com alguém e ia fazer shows. Já fui de Kombi que era movida a gás; o gás acabava e a gente ficava no frio, no relento, no meio do nada, não tinha nada. Só que tudo era no respeito, a pessoa para quem eu cantava tinha responsabilidade comigo, de me levar de volta para casa e, graças a Deus sempre assim, tudo tranquilo”, relembra.

Mesmo enfrentando dificuldades financeiras, Flávia trabalhou duro como garçonete e em shows para melhorar suas condições de vida. Morou em um ponto de comércio com poucas comodidades, mas conseguiu, aos poucos, comprar o essencial. Suas amigas foram fundamentais, oferecendo apoio sempre.

Flávia decidiu estudar inglês e, com o convite de uma amiga, foi para Londres. O que era para ser um curso de 6 meses, se tornou a nova vida de Flávia Stelly. Onde trabalhou em restaurantes, como Cleaner entre outras funções. Também colocou sua voz para fora, fazendo apresentações em alguns lugares.

“Acabei ficando mais tempo em Londres e assim pude dar o melhor para minha filha; sempre mandava dinheiro para minha mãe, para fazer compras, material escolar, computador Naquela época a gente se comunicava pelo MSN; ela era pequena, assim ela podia me ver e eu a via também. Eu chorava muito, foi muito difícil”, conta com um brilho no olhar. Para amenizar a saudade da filha, viajou várias vezes ao Brasil e
continuou a enviar dinheiro para sua família. Com o tempo, levou Bruna para Londres, onde ela vive até hoje.

Além da música, Flávia se formou em estética e trabalhou em Londres e Belfast, onde vive hoje. Lá ela iniciou seu próprio negócio, um Centro de Estética e, com poucos meses de funcionamento, o inesperado aconteceu.

Veio a pandemia do COVID-19, que a obrigou a encerrar suas atividades, o que lhe trouxe novos desafios, mas ela continuou a lutar, trabalhando como esteticista, na Amazon e até como cleaner. Com a estabilidade alcançada, Flávia voltou a focar na música, sua paixão desde criança. “Depois de toda essa saga, minha filha hoje com 25 anos, já está casada e bem. Então
eu percebi que era hora de voltar a lutar pelo meu sonho, para minha música, que eu faço por paixão”, atesta a cantora.

Atualmente, Flávia busca expandir suas apresentações e já gravou seu DVD e participou do Buteco dos IO em Londres, o mesmo projeto no Jardim do Éden, em Monsanto, Portugal. Está aberta a novos contatos e shows, seus fãs podem acompanhá-la nas redes sociais. Em breve, participará da gravação do Buteco dos IO nos Estados Unidos e, se apresentará no lançamento da EURRITMIA Magazine Portugal, em Cascais. Flavia ressalta que outros projetos e novidades estão por vir e pede aos seus fãs e amantes do Piseiro e Sertanejo que a acompanhem pelas redes sociais, que são seus elos de ligação com seu público.

A história de Flávia Stelly nos mostra que com resiliência e dedicação tudo se transforma e os sonhos se tornam realidade. Sua biografia inspira e emociona, mostrando que, com determinação e amor, é possível superar qualquer desafio.

“Quando temos o talento e trabalhamos duro não há limites‘



SCAN ME

EXPLORE PORTUGAL

From Glorious History to Natural Beauties and Cultural Charms

Portugal's history is rich and complex, tracing back to ancient times. The land that is now Portugal has been home to various civilisations, including the Celts, Lusitanians, Romans, Suebi, Visigoths, and Moors. The establishment of Portugal as a sovereign nation began in 1139, when D. Afonso Henriques proclaimed himself king following his victory at the Battle of Ourique, solidifying the region as an autonomous kingdom.

During the 15th and 16th centuries, Portugal emerged as a leading global force during the Age of Discovery. Explorers like Vasco da Gama and Pedro Álvares Cabral extended the boundaries of the known world, creating maritime pathways to India, Brazil, and beyond. This era brought significant prosperity and cultural influence to the nation.

However, the 17th century marked the beginning of the decline of the Portuguese empire, exacerbated by territorial losses and domestic strife. The Napoleonic invasion and subsequent occupation of Portugal in the early 19th century further weakened the nation. The 1910 Revolution led to the fall of the monarchy and the establishment of the First Portuguese Republic, ushering in a period of political and economic instability. It wasn't until the Carnation Revolution of 1974 that Portugal began its transition to modern democracy.

Portugal boasts a rich literary heritage, with notable figures like Luís de Camões, renowned for "Os Lusíadas," and Fernando Pessoa, a leading poet of the 20th century. The visual arts scene is equally distinguished, with artists like Paula Rego achieving global acclaim.

Fado, a melancholic musical genre expressing homesickness, is one of Portugal's most iconic cultural expressions. Amália Rodrigues epitomises this style. Alongside fado, popular music and folk dances like vira and corridinho showcase the cultural diversity of Portugal's various regions.

Portuguese cuisine is celebrated for its diverse and authentic flavours. Popular dishes like bacalhau à Brás, pastéis de nata (custard tarts), and caldeirada (fish stew) are enjoyed by locals and tourists alike. Port wine, produced in the Douro region, is one of the world's most renowned wines. As one enthusiast puts it, "It's truly a delight worth savouring."

Portuguese culture is characterised by hospitality, resilience, and a strong connection to traditions. The essence of "saudade," embodying a deep nostalgia and longing for the past, plays a pivotal role in Portuguese culture.

Traditional holidays and festivals, such as São João in Porto and the Festas de Santo António in Lisbon, feature parades, music, dance, and traditional cuisine, fostering a strong sense of community.

Lisbon, the capital, is a vibrant city with a profound history and a distinctive blend of antiquity and contemporary elements. Landmarks like São Jorge Castle, the Jerónimos Monastery, and the Belém Tower highlight the city's illustrious heritage. Lisbon features numerous historic elevators, including the Santa Justa Elevator, and the Glória and Bica elevators, which connect the city's hilly neighbourhoods. Lisbon is also renowned for its decorative tiles that adorn many buildings with various patterns and colours. The Lisbon Oceanarium, Europe's largest, houses a vast array of marine species from around the world. The Vasco da Gama Bridge, spanning 17.2 km, is one of Europe's longest bridges, connecting Lisbon to the southern bank of the Tagus River. Alfama, one of Lisbon's oldest and most characteristic districts, is famous for its charming narrow streets, colourful houses, and authentic atmosphere, offering fado performances in many restaurants and bars.

Porto, renowned for its wine and medieval architecture, is Portugal's second-largest city. The historic centre, Ribeira, is a UNESCO World Heritage Site and a favourite tourist destination.

Coimbra is notable for its historic university, established in 1290, serving as a centre of learning and culture. The city is also known for its unique style of fado music.

For nature enthusiasts, Portugal offers exceptional destinations, including the Peneda-Gerês National Park in the north, known for its mountainous terrain, lush forests, and diverse wildlife. In the southern Algarve region, visitors can enjoy golden beaches, stunning cliffs, and clear waters, with popular spots like Lagos and Albufeira attracting tourists from around the globe.

The **Azores** and **Madeira** archipelagos offer breathtaking volcanic landscapes, abundant vegetation, and a unique culture. These islands are ideal for hiking, whale watching, and water sports.

Portugal, with its rich history, vibrant culture, and stunning natural scenery, remains a captivating and enchanting destination for visitors. Whether exploring ancient cities, enjoying traditional music and cuisine, or discovering natural wonders, Portugal offers a diverse and unforgettable experience.

DESCUBRA PORTUGAL

Da História Gloriosa às Belezas Naturais e Encantos Culturais

A história de Portugal é rica e complexa, remontando aos tempos pré-históricos. O território que hoje conhecemos como Portugal foi habitado por diversos povos ao longo dos séculos, incluindo celtas, lusitanos, romanos, suevos, visigodos e mouros. A formação de Portugal como nação começou em 1139, quando D. Afonso Henriques se declarou rei após a vitória na Batalha de Ourique, consolidando o território como um reino independente.

Nos séculos XV e XVI, Portugal se destacou como uma potência global durante a Era dos Descobrimentos. Navegadores como Vasco da Gama e Pedro Álvares Cabral expandiram as fronteiras do mundo conhecido, estabelecendo rotas marítimas para a Índia, Brasil e outras partes do mundo. Este período trouxe grande riqueza e influência cultural para o país.

No entanto, o século XVII marcou o início do declínio do império português, exacerbado pela perda de territórios e conflitos internos. A invasão napoleônica e a subsequente ocupação de Portugal no início do século XIX também enfraqueceram o país. A Revolução de 1910 levou à queda da monarquia e à instauração da Primeira República Portuguesa, seguida por um período de instabilidade política e econômica. Só em 1974, com a Revolução dos Cravos, Portugal iniciou sua transição para a democracia moderna. Portugal tem uma tradição literária rica, com figuras como Luís de Camões, autor de "Os Lusíadas", e Fernando Pessoa, um dos maiores poetas do século XX. As artes visuais também são significativas, com artistas como Paula Rego ganhando reconhecimento internacional.

O fado, um estilo musical melancólico que expressa o sentimento de saudade, é uma das formas de expressão cultural mais emblemáticas de Portugal. Amália Rodrigues é a figura mais icônica deste gênero. Além do fado, a música popular e as danças folclóricas, como o vira e o corridinho, refletem a diversidade cultural das diferentes regiões do país.

A culinária portuguesa é famosa pela sua diversidade e sabores autênticos. Pratos como o bacalhau à Brás, pastéis de nata e a caldeirada de peixe são populares tanto entre os locais quanto entre os turistas. O vinho do Porto, produzido na região do Douro, é um dos vinhos mais famosos do mundo. “Vale muito a pena saborear essa delícia”.

Os portugueses são conhecidos por sua hospitalidade, resiliência e apego às tradições. O conceito de "saudade" é central na cultura portuguesa, refletindo um sentimento profundo de nostalgia e desejo pelo passado. O povo português celebra numerosos feriados e festas tradicionais, como o São João no Porto e as Festas de Santo António em Lisboa. Estes eventos são marcados por desfiles, música, dança e culinária típica, fortalecendo o senso de comunidade.

Aqui, vamos falar sobre as principais cidades de Portugal, como a capital **Lisboa**, que é uma cidade vibrante com uma história rica e uma mistura única de antigo e moderno. Atrativos como o Castelo de São Jorge, o Mosteiro dos Jerónimos e a Torre de Belém são testemunhas do passado glorioso da cidade.

A cidade possui vários elevadores históricos, como o Elevador de Santa Justa e os elevadores da Glória e da Bica, que ajudam a conectar os bairros mais altos da cidade. Lisboa é famosa pelos seus azulejos decorativos, que adornam muitos edifícios e contêm uma variedade de padrões e cores. O Oceanário de Lisboa é o maior da Europa, abrigando uma vasta coleção de espécies marinhas de todo o mundo.

A Ponte Vasco da Gama: Com 17,2 km, é uma das pontes mais longas da Europa, ligando Lisboa à margem sul do rio Tejo. Um dos bairros mais antigos e tradicionais de Lisboa é Alfama, conhecido por suas ruas estreitas, casas coloridas e a atmosfera autêntica, onde o fado é cantado em muitos restaurantes e bares.

Já a cidade do **Porto**, é conhecida pelo seu vinho e arquitetura medieval, é a segunda maior cidade do país. O centro histórico, a Ribeira, é um Patrimônio Mundial da UNESCO e um destino turístico popular.

Coimbra entra na lista por causa da sua histórica universidade, fundada em 1290. É um centro de aprendizado e cultura. A cidade é conhecida pela sua rica tradição académica e pelo fado de Coimbra.
E para os amantes da natureza, aqui há sítios que não deixam a desejar me nada; prova disto é o Parque Nacional da Peneda-Gerês, Localizado no norte do país. Éconhecido pela sua paisagem montanhosa, florestas densas e uma rica biodiversidade. A região do Algarve, ao sul, é famosa pelas suas praias de areia dourada, falésias impressionantes e águas cristalinas. Destinos como Lagos e Albufeira atraem turistas de todo o mundo.

Os arquipélagos dos **Açores** e **Madeira** também oferecem paisagens vulcânicas deslumbrantes, vegetação exuberante e uma cultura distinta. As ilhas são ideais para atividades como caminhadas, observação de baleias e desportos aquáticos. Em fim, Portugal, com sua rica história, cultura vibrante e belas paisagens naturais, é um país que continua a fascinar e encantar aqueles que o visitam.

DOUBLE LIFE: LAWYER BY DAY, WINE ENTHUSIAST BY PASSION

Meet Erika, a dynamic professional who seamlessly balances her career between Law and the world of wine. Erika's journey into wine began as a passionate interest, evolving into a dedicated vocation that complements her legal expertise. Her story is one of tireless pursuit and immersion, from her initial love of unique wine labels to her deep dives into the wine regions of Europe and South Africa. Erika is not only a successful lawyer and businesswoman but also a respected wine educator and sommelier. Join us as she shares her fascinating experiences, insights into the global wine scene, and her role in prestigious wine competitions.

Today you divide your career between Law and the world of wine. How did you get into wine and what has this journey been like?

I have liked wine for as long as I can remember. I vividly recall the first time I sought out a label that was different from the usual ones on the market in 2005. By 2009, I was already in love with wine and everything related to it. However, it wasn't until 2013-2014 that I fully immersed myself in the wine world. Until then, my dedication was entirely to Law, and wine was just a subject of specific studies and fun. Since then, I have progressively divided my time between Law and Wine, working 12 to 16 hours daily. As long as I have energy, passion, and disposition, I remain happy. I find that my mind functions better with this balance. I've always been active and a bit of a "workaholic," feeling a need to stay busy and productive as long as it is organised. With only one area of focus, mental fatigue was frequent. This way, I can switch topics in my mind. I often say I move daily between problems (law) and pleasure (wine). Today, I am a businesswoman by vocation, working with civil law, especially notary and registry real estate at Affonso & Éttori Advogados. I also run a wine company, The Blend Wines, focusing on end-consumer sales, events, training, and restaurant menu preparation. Additionally, I am starting my own import business, teaching Wine Courses from basics to Sommelier Training and post-training specialisations, and providing content creation and event organisation services.

Did you recently spend time traveling through the wine regions of Europe? What was that experience like and what caught your attention the most?

I recently immersed myself in the wine regions of Europe and moved there for about three months. I feel the need to truly integrate into another culture occasionally. My recent journey began with the call for the Port Wine Educator in October 2023. I had tickets to London, but I embraced the opportunity and flew directly to Porto, Portugal. After finishing the course and tastings in Porto and the Douro River Valleys, I headed to Austria to meet my husband.

Plans were to explore the Wachau Valley wine route and visit Eastern European countries, but without an International Driver's License, we had to travel by bus and train and tour Wachau by bicycle in the approaching winter's extreme cold. It was a delightful surprise to cycle through the vineyards, witnessing locals' daily lives. I continue to savour the memory of high-quality Austrian wines, particularly Smaragd Rieslings from “Weingut Franz Hirtzberger” and Grüner Veltliners from “Alzinger” and “Nikolaihof.”

Returning to Brazil, I was called to Portugal again in November 2023, this time to Alentejo. Each sub-region and winery there offered unique charms and high quality. Personally, I love wines from Portalegre, Borba, and Vidigueira, along with classics from Évora, Redondo, and Reguengos. The hospitality of the producers was also remarkable.

After Alentejo, I flew to Paris, then to Jura with my husband. Although my English was not very useful, I enjoyed learning French wine terms. I explored Arbois, L'Étoile, Chateau Chalon, and Côtes du Jura, particularly appreciating the Vin Jaune from Chateau Chalon paired with Comté AOP cheese and Belle de Morteau sausage.

I took unpaid leave in December to stay in Beaune, Burgundy, working remotely and studying French wine. This immersion allowed me to understand Burgundy's wine production intricacies deeply. I was warmly welcomed by renowned producers, visiting all sub-regions and enjoying various styles and wines worth knowing, including:

- Domaine Thierry Glantenay (Premier Cru Puligny-Montrachet, Volnay Premier Cru Cailleret, Pommard Premier Cru Rugiens)
- Domaine Jean-Marc and Thomas Bouley (Pommard Premier Cru Rugiens Hauts, Volnay Premier Cru Mitans)
- Domaine Bertagna (Corton Grand Cru, Clos Vougeot Grand Cru)
- Domaine Marc Roy (Gevrey-Chambertin Clos Prieur)
- Domaine Chevrot (Maranges, Aligoté Vielles Vignes)
- Domaine Philippe Garrey (Mercurey Premier Cru Clos du Paradis)
- Domaine Thibault Liger-Belair (Beaujolais Moulin à Vent, Gevrey Chambertin Em Créot)
- Domaine Michaut Jacob (Premier Cru Beauroy in Chablis)
- Domaine Pierre Guillemot (Premier Cru Aux Serpentiers)

Between Christmas and New Year, I visited Chablis and stayed in Dijon, near the wine schools. I explored Savoie, Alsace, Aosta Valley in Italy, Swiss Grand Crus of Neiroud Fonjallaz, and German wines from Baden.



You also travelled to South Africa visiting some wineries. What were the highlights of the land of Pinotage?

South Africa is enchanting, with beauty that photos cannot capture. I would return a thousand times!
Near Cape Town has some magnificent wineries. I'll highlight some that are really worth seeing for people to include in their next trip.

I stayed in front of Strand Beach in the Western Cape, offering a more pleasant stay via Airbnb, with fair prices and stunning views every evening. The scenery is breathtaking, with lush countryside greens, terracotta mountains, and a blend of red, orange, and gold hues in the sunset. This location is also strategically positioned for exploring the wineries of Stellenbosch and Franschhoek.

In Stellenbosch:

- VERGELEGEN (highlighting Semillon, Merlot and Cortes reds), offers a beautiful garden landscape where you can enjoy a glass

- KEN FORRESTER is known for its high-quality Chenin Blanc and evolving Mourvèdre.

- RUST EN VREDE (with a special mention for the new Grenache and Cinsault winemaking project) boasts a winery restaurant run by Chef Fábio, a Brazilian chef who creates exceptional flavour combinations. I highly recommend stopping by for lunch or dinner – it's unforgettable!

- DELAIRE GRAFF is worth a short stop to enjoy the breathtaking views, various restaurant spaces, and a delicious snack board for those who like to enjoy a good glass of wine while immersed in the outdoor environment.

- OLDENBURG WINES is a winery with an unparalleled exuberance, both for its location and the innovative style developed by winemaker Nic Vanaarde. Nic has revolutionised winemaking with a more sustainable approach, using indigenous yeasts, slow fermentation, and creating lighter, fresher wines. A special mention to the red blends and Cabernet Franc.

- KANONKOP WINE ESTATE is a symbolic winery for Pinotage. If you're looking to explore South African Pinotage wines, this is a great place to start.



- GLEN CARLOU offers a range of whites and reds, from Chardonnay to Petit Verdot. However, the Quartz Stone Chardonnay Single Vineyard by winemaker Johnnie Calitz truly stands out. The winery also boasts a restaurant with stunning views and an extensive menu, highly recommended for inclusion in your itinerary.

In Franschoek: a 'little French corner' that encompasses a small area with boutique producers, rich and full of little shops, craft fairs, bars, gastronomy, and extensive tourist facilities.

- LA BRI WINE caters to groups for tastings and even pairs chocolates or biltongs and droëwors—snacks made from sausages and dried/cured meats. Special mention goes to the Cap Classique sparkling wine, and Merlot and Syrah wines in French styles that are un-oaked: these wines have phenomenal acidity, power, intensity, and capacity for evolution.

- STONY BROOK is a winery with a wine bar-style store. Their production is small, and their wines offer excellent value for money! I suggest trying as many wines as possible, but if you have to choose one, go with the Ghost Gum red blend—a true explosion of flavours.

In Constantia:

- KLEIN CONSTANTIA (emblematic Vin de Constance, special mention of the 2017 vintage, and Sauvignon Blancs in different elegant styles)

Tell us a little more about your collaboration with the Best Sommelier of Alentejo Competition in Brazil. What can we expect from this year's edition?

Alentejo has always been a passion. This region made me dive into the world of wine. I recommended this competition to my husband in 2019, and he was a finalist. I continued following it and participated as a finalist in 2022. Since then, I have assisted with Vinhos do Alentejo Brasil in promoting the brand and organising the “Best Sommelier in Brazil in Alentejo Wines” competition. I am part of the organising committee and a panel judge. This year’s candidates from all Brazilian regions can expect well-prepared tests, dynamic stages, and fair judgment. The final trip will be full of fun, excellent wine, and cuisine!

What would today's Erika say to Erika at the beginning of her career?

Your time is yours alone. Don't let others dominate you because it is your most precious asset. Avoid living in a rush; fast is not forward. Slowly, step by step, you go much further. After all, if you do everything today, what will you have left for tomorrow?
Calm down, flying is for planes!



EVENT DECORATION

Professional Event Decoration

By Vera Gaspar



About Vera Gaspar



Creativity and a passion for challenges and transforming environments are my mottos!

I have been planning and producing events, backstages, dressing rooms, exhibitions, and floral and interior decorations for over two decades. I hold degrees in Floral Design, Landscaping, and Gardening from the International School of Floral Art; Interior Design, Window Dressing, Decoration, Ceremonial and Protocol in Events, and a BA in Gastronomy from Anhembi Morumbi University in São Paulo, Brazil.

More than 2,000 clients served, including:

Nestlé, Fiat, Ferrari, Renault, Mercure Almada Hotel, Zara Home Portugal, Tupperware Brands, The Boticário, EMS, Pfiser, Boehringer, Edwards Lifecience, Eudora, RR Passion, Globo Brasil TV, Santander Bank, Itaú Bank, Google and others.

SERVICES

Professional Event Decoration

1- Planning and creating the decoration idea, following the event briefing: colour palette, specific themes, products, launches, flowers, furniture, ambience, landscaping

2- Execution and implementation: Analysis, quotation and purchase of products; operational assembly and disassembly

3- National and International Creative Consultancy - Face-to-face and Online: Creating the decoration for the event, budgeting and hiring local suppliers, monitoring and supervising assembly

4- Technical and Motivational Talks

5- Exclusive and personalised interior design projects

Social and Business events



DINNERS



FACILITIES



WEDDINGS



GARLANDS



THEMES

The power of transformation



Olmaya Israel, Jerusalem



Tupperware São Paulo, Brasil



Beurs van Berlage Damrak, Amsterdam



Versace Mansion Miami, EUA

The freshness and enchantment of flowers



National and international events





Evento VIPNYC no The Legacy Castle
NJ, Estados Unidos



Details that make a difference



Tangará Palace

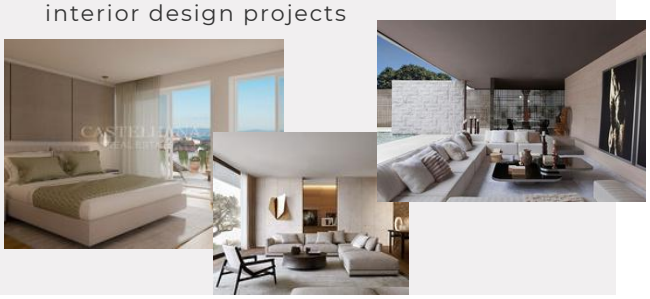


Santander Bank



Tupperware Company

Exclusive and personalised interior design projects



Contacts

E-MAIL
veradecoreventos@gmail.com

TELEMÓVEL/WHATSAPP
+351 911 860 334

INSTAGRAM / FACEBOOK
@eventosveragaspar

Cascais - Portugal

CLIENTES SATISFEITOS

RODRIGO 'MINOTAURO' NOGUEIRA



MINOTAURO
ENERGY DRINK

The Life of Overcoming and Inspiration of Rodrigo Minotauro

Rodrigo Minotauro, a four-time world champion, is a revered figure in the realm of mixed martial arts (MMA). Renowned for his exceptional achievements, he holds the distinction of being the only fighter to have claimed the heavyweight championship titles in both the UFC and PRIDE organisations. Embraced as a living legend within and beyond the Octagon, Minotauro currently serves as a distinguished ambassador for the UFC on a global scale. Additionally, he hosts the program "Viver para Lutar," which has aired 18 episodes, and is actively engaged in various entrepreneurial pursuits.

Born Antônio Rodrigo Nogueira on June 2, 1976, in Vitória da Conquista, Brazil, Minotauro earned his moniker 'Minotaur' due to his unwavering strength and indomitable fighting spirit. His journey is characterised by moments of profound resilience. At the age of 11, he endured a life-altering accident when he was struck by a truck, resulting in a week-long coma and nearly a year of hospitalisation. This pivotal event forged his tenacity and unwavering resolve.

A Vida de Superação e Inspiração de Rodrigo Minotauro: A Lenda Viva do MMA

Rodrigo Minotauro, quatro vezes campeão mundial, é uma lenda viva das artes marciais mistas (MMA). Único lutador na história a conquistar o cinturão dos pesos-pesados no UFC e no Pride, Minotauro é uma figura reverenciada tanto dentro quanto fora do octógono. Atualmente, ele é embaixador do UFC no mundo, apresentador do programa "Viver para Lutar", que já conta com 18 episódios, e um empresário com atuação em diversas áreas.

Minotauro, cujo nome completo é Antônio Rodrigo Nogueira, nasceu em 2 de junho de 1976, em Vitória da Conquista, Brasil. Seu apelido, 'Minotauro', é inspirado em sua força e espírito de luta. Sua trajetória é marcada por momentos de superação extrema. Aos 11 anos, foi atropelado por um caminhão, acidente que o deixou em coma por uma semana e internado por quase um ano. Esse incidente moldou sua resiliência e determinação.

Commencing his training in judo at the age of 14, Nogueira diversified his skill set to encompass boxing and Brazilian jiu-jitsu, laying a robust groundwork for his future in MMA. Making his professional MMA debut in 1999, he swiftly garnered acclaim for his distinctive fighting style and unyielding perseverance. In 2001, Minotauro clinched the PRIDE Heavyweight title by triumphing over Heath Herring, a feat he repeated in subsequent defences. Transitioning to the UFC in 2007, he secured the interim heavyweight championship by defeating Tim Sylvia at UFC 81. Noteworthy battles include iconic matchups against Randy Couture, Frank Mir, Mirko Cro Cop, Bob Sapp, and Fedor Emelianenko.

Começando no judô aos 14 anos, Nogueira expandiu suas habilidades para incluir o boxe e o jiu-jitsu brasileiro, estabelecendo uma base sólida para sua futura carreira no MMA. Ele estreou no MMA profissional em 1999 e rapidamente ganhou reconhecimento por seu estilo de luta e resiliência. Minotauro conquistou o cinturão da categoria Peso-Pesado do PRIDE em 2001, derrotando Heath Herring, e defendeu esse título várias vezes com sucesso. Em 2007, ingressou no UFC e tornou-se campeão interino dos pesos pesados ao derrotar Tim Sylvia no UFC 81. Suas lutas memoráveis incluem encontros épicos com Randy Couture, Frank Mir, Mirko Cro Cop, Bob Sapp e Fedor Emelianenko.

Induction into the Hall of Fame and Enduring Legacy

In 2016, in acknowledgment of his profound influence on the sport, Minotauro was enshrined in the UFC Hall of Fame, cementing his status as one of MMA's preeminent competitors. His career played a pivotal role in popularising jiu-jitsu in Brazil, inspiring numerous fighters to pursue training and mastery in this martial art. Beyond his competitive triumphs, Minotauro remains dedicated to mentoring and guiding young fighters, imparting his wisdom and expertise to the next generation of MMA athletes.

Inclusão no Hall da Fama e Legado Duradouro

Em 2016, em reconhecimento ao seu impacto no esporte, Minotauro foi incluído no Hall da Fama do UFC, solidificando seu legado como um dos maiores lutadores da história do MMA. Sua carreira ajudou a popularizar o jiu-jitsu no Brasil, inspirando inúmeros lutadores a buscar treinamento e aperfeiçoamento nesta arte marcial. Além de seu sucesso competitivo, Minotauro continua a orientar e treinar jovens lutadores, transmitindo seu conhecimento e experiência para a próxima geração de atletas de MMA.

Social Initiatives and Entrepreneurship

As the president of Instituto Irmãos Nogueira, established in 2009, Minotauro has been a fervent advocate for integrating sports into the lives of underprivileged youth and communities. Operating across four Brazilian states, the institute impacts approximately 15,000 children in public schools in cities such as Várzea Grande (MT), Ribeirão das Neves (MG), Vitória da Conquista (BA), Barra do Choca (BA), and Itacoaquecetuba (SP).

In addition to his sporting contributions, Minotauro has been delivering lectures since 2011, sharing his life narrative and insights. Emphasising the significance of perseverance, he asserts that everyone faces daily battles and must never surrender. Tailored for managers, sales teams, entrepreneurs, executives, and educational institutions, his lectures aim to inspire, motivate, engage, and foster a commitment to planning, objectives, goals, and desired outcomes. With his charismatic demeanour and unwavering confidence, Minotauro underscores that each individual is the protagonist of their own journey and a catalyst for change, emphasising the importance of focus, preparation, behavioural introspection, transcending limitations, and navigating through setbacks and challenges.

Projeto Social e Empreendedorismo

Como presidente do Instituto Irmãos Nogueira, criado em 2009, Minotauro tem sido um defensor fervoroso da introdução do esporte na vida de jovens e comunidades carentes. O instituto, presente em quatro estados brasileiros, atende cerca de 15 mil crianças em escolas públicas em cidades como Várzea Grande (MT), Ribeirão das Neves (MG), Vitória da Conquista (BA), Barra do Choca (BA) e Itacoaquecetuba (SP).

Além de suas contribuições ao esporte, Minotauro ministra palestras desde 2011, compartilhando sua história de vida e experiências. Ele enfatiza a importância de jamais desistir, afirmando que todos somos lutadores e travamos batalhas diárias. Suas palestras, voltadas para gestores, equipes de venda, empreendedores, executivos e instituições de ensino, são elaboradas para inspirar, motivar, engajar e estimular o comprometimento com o planejamento, objetivos, metas e resultados desejados. Com carisma e segurança, Minotauro explica que cada um é protagonista de sua vida e agente de mudança, destacando a necessidade de foco, preparação, revisão de comportamentos, superação de limites e lidar com frustrações e adversidades.

Influence and Inspiration

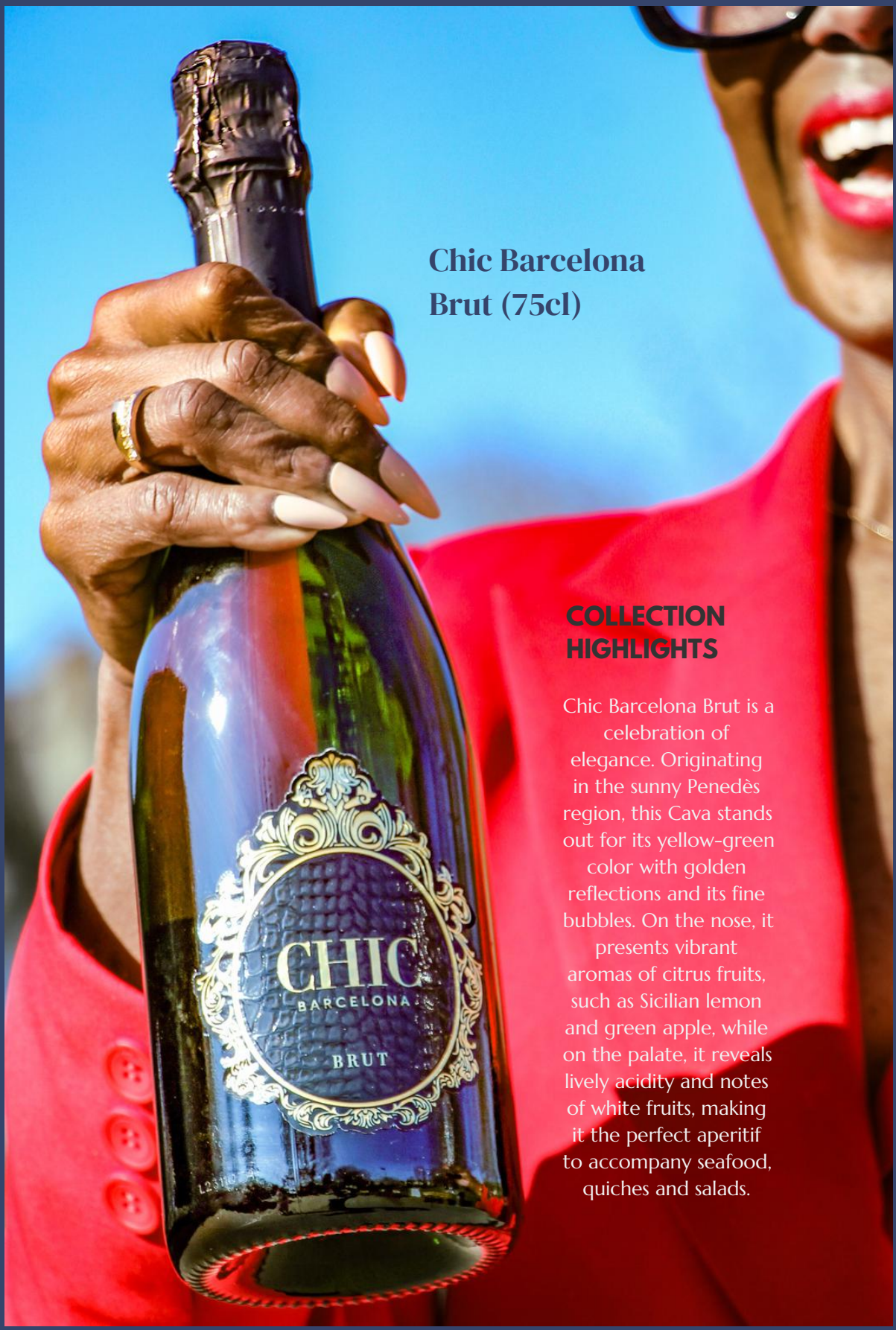
Rodrigo Minotauro, with his humility, sportsmanship, and resolute determination, remains a beacon of inspiration for aspiring fighters and MMA enthusiasts worldwide. His innovative initiatives and strategic approach have significantly influenced the evolution of MMA, shaping new training methodologies within the sport. As a UFC ambassador and presenter, he continues to champion the sport and motivate individuals of all ages to pursue their aspirations and conquer adversity in the pursuit of triumph. Through his fights, lectures, and social endeavours, Minotauro exemplifies that the fighting spirit transcends the confines of the octagon, permeating all facets of life, urging individuals to be architects of their own transformation and to persistently strive for self-improvement.

Impacto e Inspiração

Rodrigo Minotauro, com sua humildade, espírito esportivo e determinação, continua a ser uma fonte de inspiração para aspirantes a lutadores e fãs de MMA em todo o mundo. Seu trabalho inovador e abordagem estratégica contribuíram significativamente para a evolução do MMA, influenciando o desenvolvimento de novas táticas de treinamento no esporte. Como embaixador do UFC e apresentador, ele continua a promover o esporte e motivar pessoas de todas as idades a perseguirem seus sonhos e superarem as adversidades em busca da vitória.

Minotauro, através de suas lutas, palestras e projetos sociais, demonstra que o espírito de luta não se limita ao octógono, mas permeia todos os aspectos da vida, incentivando todos a serem agentes de sua própria mudança e a buscar sempre a superação.

LA CLASSE BY
ANGELA



Chic Barcelona Brut (75cl)

COLLECTION HIGHLIGHTS

Chic Barcelona Brut is a celebration of elegance. Originating in the sunny Penedès region, this Cava stands out for its yellow-green color with golden reflections and its fine bubbles. On the nose, it presents vibrant aromas of citrus fruits, such as Sicilian lemon and green apple, while on the palate, it reveals lively acidity and notes of white fruits, making it the perfect aperitif to accompany seafood, quiches and salads.

SPARKLING ELEGANCE: LA CLASSE BY ANGELA

Founded by the talented Angela Tavares, is a brand that stands out for its selection of high quality crèmants, Cava and Champagnes.

By Andre Peixoto

Angela, with a deep passion for refinement and sophistication, created a collection that meets the most demanding palates, offering a unique and unforgettable experience.

Angela Tavares' dedication to excellence is reflected in every detail of her brand. At La Classe by Angela, each sparkling wine is rigorously selected, ensuring that only the best products reach consumers. Angela personally chooses renowned producers, ensuring that each bottle offers a perfect combination of flavour, aroma, and effervescence.

Clos Amador Brut Delicat Reserva (75 cl) is a refined expression of the Cava tradition.
Produced with grapes carefully harvested overnight to preserve their freshness, this sparkling wine is a harmonious combination of Macabeu, Xarel-lo, and Parellada. Its yellow-green colour with golden reflections is complemented by fresh aromas of citrus, green apple, and subtle notes of dried fruits. In the mouth, it offers balanced elegance and refreshing acidity, ideal for accompanying seafood, grilled fish, and savoury pastries.

Uma Visão de Elegância por Angela Tavares La Classe by Angela, fundada pela talentosa Angela Tavares, é uma marca que se destaca pela sua seleção de crèmants, Cava e Champanhes de alta qualidade.

Angela, com uma paixão profunda pelo requinte e pela sofisticação, criou uma coleção que atende aos paladares mais exigentes, oferecendo uma experiência única e inesquecível.

A dedicação de Angela Tavares à excelência reflete-se em cada detalhe da sua marca. Na La Classe by Angela, cada espumante é selecionado com rigor, garantindo que apenas os melhores produtos cheguem aos consumidores. Angela escolhe pessoalmente os produtores renomados, assegurando que cada garrafa ofereça uma combinação perfeita de sabor, aroma e efervescência.

Clos Amador Brut Delicat Reserva (75 cl)
O Clos Amador Brut Delicat Reserva é uma expressão refinada da tradição de Cava.
Produzido com uvas cuidadosamente colhidas durante a noite para preservar a sua frescura, este espumante é uma combinação harmoniosa de Macabeu, Xarel-lo e Parellada. A sua cor amarelo-verde com reflexos dourados é complementada por aromas frescos de citrinos, maçã verde e subtis notas de frutas secas. Na boca, oferece uma elegância equilibrada e uma acidez refrescante, ideal para acompanhar mariscos, peixes grelhados e pâtisseries salgadas.



La Classe by Angela brings to Luxembourg a selection of sparkling wines that redefines standards of quality and sophistication. The brand is synonymous with refinement and each bottle distributed is a testament to Angela Tavares' commitment to excellence. It is an experience that elevates the simple act of drinking sparkling wine to a celebration of elegance and sophistication. With Angela Tavares at the helm, the brand continues to redefine quality standards, offering Luxembourg the most refined in the world of sparkling wines. For those who appreciate refinement and perfection in each glass, La Classe by Angela is the ideal choice. Raise your glass, toast to elegance, and experience the difference that dedication to quality can make.

For more information about the products offered by La Classe by Angela, follow us on Instagram @laclassebyangela or scan the QR code below. Discover how each bottle can transform any occasion into an unforgettable moment.

Distribuição no Luxemburgo
La Classe by Angela traz ao Luxemburgo uma seleção de espumantes que redefine os padrões de qualidade e sofisticação. A marca é sinónimo de requinte e cada garrafa distribuída é um testemunho do compromisso de Angela Tavares com a excelência – é uma experiência que eleva o simples ato de beber espumante a uma celebração de elegância e sofisticação. Com Angela Tavares à frente, a marca continua a redefinir os padrões de qualidade, oferecendo ao Luxemburgo o que há de mais refinado no mundo dos espumantes. Para aqueles que apreciam o requinte e a perfeição em cada taça, La Classe by Angela é a escolha ideal. Levante a sua taça, brinde à elegância e experimente a diferença que a dedicação à qualidade pode fazer. Para mais informações sobre os produtos oferecidos pela La Classe by Angela, siga-nos no Instagram @laclassebyangela ou escaneie o QR code ao lado. Descubra como cada garrafa pode transformar qualquer ocasião num momento inesquecível.

LUXANDFIT

O LUXO IN DISPENSÁVEL





STYLE, ELEGANCE AND SOPHISTICATION!
YOUR PERFECT CHOICE FOR EVERY OCCASION!
@luxandfit



PHOTO: TALITA SANTOS @LEMONSANTOS

WHERE BRAZILIANS ARE FINDING NEW BEGINNINGS

Portugal Emerges as a Favourite Destination for Brazilians Seeking Life Abroad

By Luciano Dibalbino

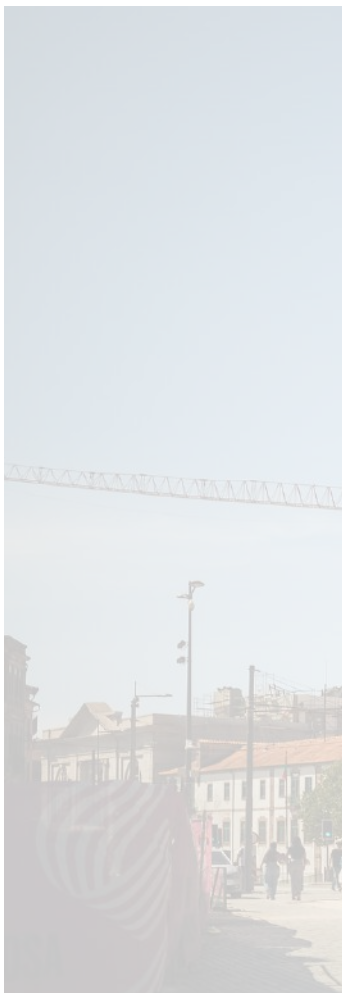
This phenomenon is not just a passing trend but rather reflects deep historical, cultural, and economic ties uniting the two countries. This article explores the reasons that make Portugal home to the largest Brazilian community in Europe, analysing the factors that attract these immigrants and the implications of this migratory movement.

According to data from the Brazilian Ministry of Foreign Affairs, as of August 2023, there are 1,490,745 Brazilians living in Europe, constituting 32.42% of the total number of Brazilians residing outside the country. The document indicates that Portugal houses the second largest Brazilian community, with 360,000 individuals, trailing only the United States.

Data from the Portuguese government, formerly SEF and now AIMA, from 2022, reveals that Brazilians are the largest foreign community in Portugal, representing 30.7% of the total number of foreign residents. In 2022, this community grew by 17.1% compared to 2021, reaching a total of 239,744 individuals with legal status. However, the actual number could be significantly higher, as AIMA is currently undergoing internal reorganisation due to the transition from the old SEF. Consequently, many immigrants are still awaiting legalisation of their status in the country.

The relationship between Brazil and Portugal dates back to the colonial period when Portugal established Brazil as a colony in the 16th century. This historical connection has left a lasting cultural legacy that manifests itself in language, religion, traditions, and even gastronomy. For many Brazilians, Portugal represents cultural and linguistic continuity, facilitating adaptation and integration in the new country. The common language is one of the main attractions, eliminating the language barrier that so many immigrants face in other parts of the world.

> *"Portugal is frequently highlighted in international rankings as one of the countries with the best quality of life. Safety, accessible, an efficient healthcare system, and quality education are aspects that attract many Brazilian families. Furthermore, the cost of living in Portugal, although rising, is still considered affordable compared to other European countries. Especially in regions outside large urban centres such as Lisbon and Porto. These factors are essential to make the community grow even more."*





The presence of a large Brazilian community in Portugal creates a welcoming environment for new immigrants, with support networks such as associations, social media groups, and companies that facilitate the transition playing a crucial role in newcomers' adaptation. These groups offer emotional support, practical guidance, and a sense of belonging, which makes change less challenging.

Despite the many attractions, migrating to Portugal also presents challenges. Integration into the job market, bureaucracy in obtaining visas, and adapting to a new culture and way of life are some of the obstacles faced by Brazilians.

However, resilience and adaptability have shown that, with time and adequate support, it is possible to overcome these difficulties and prosper in Portugal.

Portugal has established itself as one of the main destinations for Brazilians abroad due to a combination of historical, cultural, economic, and quality of life factors. The Brazilian community in Portugal not only enriches the country's cultural diversity but also contributes significantly to the Portuguese economy and society. With increasingly stronger ties, the tendency is for this relationship to continue to deepen, benefiting both countries and their populations.

This migratory phenomenon reflects a search for better opportunities and superior quality of life, demonstrating how Portugal has become a true home away from home for many Brazilians.



PHOTOS: TALITA SANTOS @LEMONSANTOS

SUCCESSFUL WOMAN

RENATA FRANÇA

The Woman Behind the Success of Renata Review

A Mulher por Trás do Sucesso de Renata Review

EURRITMIA MAGAZINE



EURRITMIA Portugal brings you in this first edition the story of Renata França, better known in the digital world as "Renata Review".

EURRITMIA Portugal trás para vocês nesta primeira edição a história de Renata França, mais conhecida no mundo digital como "Renata Review".



She is a 33-year-old native of Pernambuco who managed to transform her passions into a true empire of creativity and entrepreneurship. Married and the mother of two children, Renata is a living example of how it is possible to balance the multiple roles of mother, wife, businesswoman, and content creator.

Since childhood, Renata demonstrated an innate talent for creation. This passion, which accompanied her throughout her life, guided her along paths full of challenges and achievements, shaping the professional she is today. Her ability to transform simple scenes into engaging and exciting stories made her stand out in the world of video editing, consolidating the Renata Review brand as a reference in the field.

Renata's work goes beyond video editing. She is also intensely dedicated to social media management, helping brands stand out in the digital market. Her objective is to provide an authentic and strong online presence for her clients, helping them achieve their goals and conquer new heights. Renata finds fulfilment in seeing the success of her clients, knowing that she is part of this successful journey.

“Recently, I fulfilled an old dream by opening my online women's clothing store, Afetto. This project is very special to me, as it is an extension of my love for fashion and creation. Each Afetto piece is chosen with great care, thinking about valuing the beauty and individuality of each woman. I want everyone to feel empowered and confident when wearing our clothes, transmitting a message of strength and self-esteem,” explains Renata in the Eurritmia Portugal report.

Renata França is an example of how hard work, passion, and determination can turn dreams into reality. “My path is a mix of hard work, passion, and determination. I believe that every day is a new opportunity to learn and create something special,” she says. The constant desire to innovate and challenge herself, always seeking to leave a positive mark on the world, is what motivates her.

Whether through her videos, social media strategies, or Afetto collections, Renata continues to inspire others to follow their dreams and discover the power of creativity. She is proof that, with love and dedication, it is possible to achieve success and make your most ambitious dreams come true.

“Thank you for being part of this journey with me. Let’s continue creating and dreaming together!” she concludes, inviting her followers and readers of Eurritmia Portugal to discover her work on Instagram, @renatareview.

Ela é uma pernambucana de 33 anos que conseguiu transformar suas paixões em um verdadeiro império de criatividade e empreendedorismo. Casada e mãe de um casal de filhos, Renata é um exemplo vivo de como é possível equilibrar os múltiplos papéis de mãe, esposa, empresária e criadora de conteúdo.

Desde a infância, Renata demonstrou um talento inato para a criação. Essa paixão, que a acompanhou ao longo da vida, a guiou por caminhos repletos de desafios e conquistas, moldando a profissional que é hoje. A sua capacidade de transformar cenas simples em histórias envolventes e emocionantes fez com que ela se destacasse no mundo da edição de vídeos, consolidando a marca Renata Review, como uma referência na área.

O trabalho de Renata vai além das edições de vídeo. Ela também se dedica intensamente ao gerenciamento de redes sociais, ajudando marcas a se destacarem no mercado digital. Seu objetivo é proporcionar uma presença online autêntica e forte para seus clientes, contribuindo para que alcancem seus objetivos e conquistem novos patamares. Renata se realiza ao ver o sucesso de seus clientes, sabendo que faz parte dessa trajetória vitoriosa.

“Recentemente, realizei um sonho antigo ao abrir minha loja online de roupas femininas, a Afetto. Esse projeto é muito especial para mim, pois é uma extensão do meu amor pela moda e pela criação. Cada peça da Afetto é escolhida com muito carinho, pensando em valorizar a beleza e a individualidade de cada mulher. Quero que todas se sintam empoderadas e confiantes ao usar nossas roupas, transmitindo uma mensagem de força e autoestima”, explica Renata a reportagem da Eurritmia Portugal.

Renata França é um exemplo de como trabalho árduo, paixão e determinação podem transformar sonhos em realidade. “Minha trajetória é uma mistura de muito trabalho, paixão e determinação. Eu acredito que cada dia é uma nova oportunidade para aprender e criar algo especial”, afirma e diz que o desejo constante de inovar e se desafiar, sempre buscando deixar uma marca positiva no mundo é o que a motiva.

Seja através dos seus vídeos, das estratégias de redes sociais ou das coleções da Afetto, Renata continua a inspirar outras pessoas a seguirem seus sonhos e a descobrirem o poder da criatividade. Ela é a prova de que, com amor e dedicação, é possível alcançar o sucesso e realizar os sonhos mais ambiciosos.

“Obrigada por fazerem parte dessa jornada comigo. Vamos continuar criando e sonhando juntos!”, finaliza e convida aos seus seguidores e leitores da Eurritmia Portugal a conhecerem seu trabalho no Instagram, @renatareview

LUCIANA JOST
IMAGEM & ESTILO

TRANSFORMING LIVES THROUGH STYLE

I am Luciana Jost, a Personal Image and Style Consultant based in Lisbon. I hold a degree in Fashion from UNISINOS and a specialisation in Image Consultancy from Persoona School. Currently, I am completing a Master's in Marketing Management at IPAM Lisbon. Passionate about transforming lives through style, I love travelling, discovering fashion trends, and exploring visual worlds different from my own. My mission is to help women rediscover themselves and feel confident and empowered at all stages of life.

With over seven years of experience, I have dedicated the past six years to deeply studying the impacts of body diversity on self-esteem and self-perception.

I believe that image consultancy is a transformative journey that goes far beyond fashion. It is about reconnecting with your essence, accepting yourself with love, and expressing yourself authentically. After all, clothes should serve you, not the other way around.



Each consultation with me begins with a detailed analysis of your lifestyle, preferences, and goals. This way, I can create personalised strategies that not only practically improve your appearance but also boost your confidence and self-esteem. My services include personal colour analysis, wardrobe organisation, and personal shopping.

We are often pressured to conform to rigid aesthetic standards, but I believe your unique beauty deserves to be celebrated. Together, we will discover your best version in a genuine and empowering way.

My work is about making you feel good, look in the mirror, and deeply love yourself. I am here to guide you on this journey of self-discovery and transformation, so you can live a more confident and fulfilling life.

Ready to start?

Contact:
E-mail:
lucianajostconsultoria@gmail.com
Instagram: @lujostconsultoria
Phone: +351 931872505

LUCIANA JOST

IMAGEM & ESTILO

Sou Luciana Jost, Consultora de Imagem e Estilo Pessoal com mais de 7 anos de experiência, baseada em Lisboa. Sou formada em Moda pela UNISINOS e especializada em Consultoria de Imagem pela Persoona School. Atualmente, estou concluindo um mestrado em Gestão de Marketing no IPAM Lisboa.

Apaixonada por transformar vidas através do estilo, adoro viajar, descobrir tendências de moda e entrar em universos visuais diferentes do meu.
Minha missão é ajudar mulheres a redescobrir-se e sentirem-se confiantes e empoderadas em todas as fases da vida.

Sobre consultoria de imagem e padrões estéticos apresentados pela indústria da moda:

Sou uma consultora de imagem apaixonada por ajudar mulheres a descobrirem sua melhor versão. Com mais de 7 anos de experiência, dediquei os últimos 6 anos a estudar profundamente os impactos da diversidade corporal na autoestima e na percepção que temos de nós mesmas.

Acredito que a consultoria de imagem é uma jornada transformadora que vai muito além da moda. É sobre se reconectar com a sua essência, se aceitar com amor e se expressar de forma autêntica. Afinal, a roupa deve servir a você, não o contrário.

Cada consulta comigo começa com uma análise detalhada do seu estilo de vida, preferências e objetivos. Dessa forma, posso criar estratégias personalizadas que não apenas melhoram sua aparência de forma prática, mas também elevam sua confiança e autoestima. Meus serviços incluem coloração pessoal, organização de guarda-roupa e personal shopping.

Sei que muitas vezes somos pressionadas a nos encaixar em padrões estéticos rígidos. Mas acredito que sua beleza única merece ser celebrada. Juntas, vamos descobrir sua melhor versão de forma genuína e empoderada.

Meu trabalho é sobre você se sentir bem, se olhar no espelho e se amar profundamente. Estou aqui para guiá-la nessa jornada de autodescoberta e transformação, para que você possa viver uma vida mais confiante e plena.

Pronta para começar?

LUJOSTCONSULTORIA

Contato
E-mail: lucianajostconsultoria@gmail.com
Instagram: @lujostconsultoria
Phone: +351 931872505





WAIST UP, HEALTH UP

By Dr. Ana Netto

Hello, dear readers! Let's talk about something very important: our waist size and how it reflects our health, especially after the age of 40. Did you know that a larger waist circumference can indicate a higher risk of problems such as diabetes and heart disease? But don't worry, this doesn't mean we need to go on crazy diets. The key is to change our lifestyle in a sustainable and enjoyable way.

Recent research from the Pennington Biomedical Research Center in Baton Rouge, Louisiana, has shown that reducing our caloric intake a little can do wonders for our health. In this study, 53 people participated, with some maintaining their normal diet and others reducing calories by 25%. The result? Those who cut calories lost weight and had a more efficient metabolism. This means that their bodies started to use energy more intelligently, generating fewer free radicals, which are the culprits of aging.

But what are these free radicals? They are unstable molecules that can damage our cells, accelerating aging and contributing to various diseases. Reducing the production of these radicals can help you live longer and better.

In addition to weight loss, the study showed that those who reduced calories also had a drop in blood pressure, triglyceride, and cholesterol levels. These are important health indicators and can directly influence our longevity.

Now, let's talk about something crucial: I don't believe in miracle diets. These diets may even work in the short term, but they often lead to the famous rebound effect. The secret is to change your mindset and lifestyle. This includes a balanced diet and regular physical activity, always with professional guidance.

Cutting calories doesn't mean starving yourself or cutting out entire food groups. It's about making smart and balanced choices. Small changes, like reducing portion sizes and choosing more nutritious foods, can make a big difference.

It is also essential to take care of your emotional health. Stress and anxiety can sabotage our efforts. Therefore, activities that promote well-being, such as yoga, meditation, and pleasurable hobbies, are as important as good nutrition.

Health is not just about numbers on the scale! It's about feeling good, having energy, and living a fulfilling life. I'm with you on this journey of self-knowledge and care for your body and mind.

This is the first column of many that I will write for Arrhythmia, thinking mainly of you, a woman over 40 who experiences pressure from society in search of an unrealistic standard. Together, we will discover true nutrition for body and mind.

I'm Ana Netto, a master's student in human metabolism, Health Coach, Nutritionist, weight loss and well-being consultant for families, and mentor to nutritionists. Mother of two children and creator of the WELCOME NUTRITION method. Anyone who follows me knows about my passion for women's health, so Nutrition was the science and profession I chose to be able to care, educate, entertain and live in this world where I am a mother, a woman, a daughter, and all the adjectives we carry as women.

Before finishing my degree, I already knew that my big dream would be to help people maintain full health through nutrition. Since that time, I have been thinking about integrated care, where the patient is treated to ensure comprehensive well-being and health. Therefore, I studied beyond nutrition and specialised and trained as a health coach, a specialist in behavioural food therapy, and a master's student in human metabolism.

I moved to Portugal in 2023 with the purpose of bringing real and sustained long-term nutrition beyond Brazil's borders.

To make my purpose real, as soon as I arrived in Portugal, I opened the Acolher + Program. A 6-month program where I help you reprogram your mind about food and lose weight permanently. In the program, I work with the CMMA pillars - Body + Mind + Movement + Food.

Contact me: phone +351 962133404 And if you are a nutritionist and want access to all the materials I use in my program and consultations to accompany the patient in their particularity, food spreadsheets, evolution, and protocols for existing diseases, send a message on my Instagram. If it makes sense for your moment, you can have access to my nutritional embrace protocol box.

Instagram: @acolher.nutricao
Take good care of yourself, not just for aesthetics, but for your health and well-being.
Hugs and see you in the next edition.

CINTURA EM DIA, SAÚDE EM ALTA

Pela Dr.Ana Netto



Olá, queridas leitoras! Vamos conversar sobre algo muito importante: A medida da nossa cintura e como ela reflete nossa saúde, especialmente depois dos 40 anos. Sabia que uma circunferência abdominal maior pode indicar riscos maiores de problemas como diabetes e doenças cardíacas? Mas calma, isso não significa que precisamos entrar em dietas malucas. A chave é mudar o estilo de vida de forma sustentável e prazerosa.

Pesquisas recentes do Centro de Pesquisas Pennington Biomedical, em Baton Rouge, Louisiana, mostraram que reduzir um pouco a ingestão calórica pode fazer maravilhas para nossa saúde. Nesse estudo, 53 pessoas participaram, sendo que algumas mantiveram a alimentação normal e outras reduziram as calorias em 25%. O resultado? Aqueles que cortaram calorias perderam peso e tiveram um metabolismo mais eficiente. Isso significa que o corpo deles passou a usar energia de forma mais inteligente, gerando menos radicais livres, que são vilões do envelhecimento.

Mas o que são esses radicais livres? Eles são moléculas instáveis que podem danificar nossas células, acelerando o envelhecimento e contribuindo para várias doenças. Reduzir a produção desses radicais pode ajudar a viver mais e melhor.

Além da perda de peso, o estudo mostrou que quem reduziu calorias também teve uma queda na pressão arterial, nos níveis de triglicérides e colesterol. Esses são indicadores importantes de saúde e podem influenciar diretamente nossa longevidade.
Agora, vamos falar sobre algo crucial: não acredito em dietas milagrosas. Essas dietas podem até funcionar a curto prazo, mas muitas vezes levam ao famoso efeito rebote. O segredo está na mudança de mentalidade e estilo de vida. Isso inclui alimentação balanceada e atividade física regular, sempre com orientação de profissionais.

Diminuir calorias não significa passar fome ou cortar grupos alimentares inteiros. É sobre fazer escolhas inteligentes e
equilibradas. Pequenas mudanças, como reduzir o tamanho das porções e escolher alimentos mais nutritivos, podem fazer uma grande diferença.

Também é essencial cuidar da saúde emocional. O estresse e a ansiedade podem sabotar nossos esforços. Por isso, atividades que promovem bem-estar, como yoga, meditação e hobbies prazerosos, são tão importantes quanto uma boa alimentação.
A saúde não é só sobre números na balança! É sobre se sentir bem, ter energia e viver uma vida plena. Estou com você nessa jornada de autoconhecimento e cuidado com o corpo e a mente.
Essa é a primeira coluna de muitas que vou escrever na Arritmia, pensando principalmente em você, mulher com mais de 40 anos que vive uma pressão da sociedade em busca de um padrão irreal. Juntas, vamos descobrir a verdadeira nutrição para o corpo e a mente.

Sou a Ana Netto, mestranda em metabolismo humano, Helth Coach, Nutricionista, Consultora de emagrecimento e bem estar para as famílias e mentora de nutricionistas.
Mãe de duas crianças e idealizadora do método ACOLHER NUTRICÃO. Quem me acompanha sabe da minha paixão pela saúde da mulher, com isso a Nutrição foi a ciência e a profissão que escolhi para poder cuidar, educar, divertir e conviver com esse mundo onde sou mãe, mulher, filha e todos os adjetivos que carregamos quanto mulher.
Antes de terminar a minha graduação, eu já sabia que o meu grande sonho seria ajudar as pessoas em manter plena saúde através da alimentação. Desde essa época já pensava num atendimento integrado, onde o paciente fosse tratado para garantir bem-estar e saúde de forma integral. Por isso, fui estudar além da nutrição e me especializei e fiz formação health coach , especialista em terapia alimentar comportamental, mestranda em metabolismo humano.

Me mudei para Portugal em 2023 com o propósito de levar uma nutrição real e sustentada a longo prazo para além das fronteiras do Brasil.
Para tornar real meu propósito, assim que cheguei em Portugal, abri o Programa Acolher +. Um programa de 6 meses onde te ajudo a reprogramar sua mente sobre alimentação e perder peso de forma definitiva. No programa trabalho com os pilares CMMA - Corpo + Mente + Movimento + Alimentação.
Entre em contato comigo: telefone +351 962133404
E se você é nutricionista e quer ter acesso a todos os materiais que uso no meu programa e consultas para acompanhar o paciente em sua particularidade, planilhas de alimentos, evolução e protocolos para doenças já existentes, envie uma mensagem no meu instagram. Se fizer sentido para o seu momento, você poderá ter acesso ao meu box de protocolo acolher nutricional.

Instagram: @acolher.nutricao
Cuide-se bem, não apenas pela estética, mas pela sua saúde e bem-estar.
Abraços e até à próxima edição. Ana Netto.

EURITMIA

MAGAZINE

Could this be you? We're looking for unique stories, products, or services to feature in our magazine. Interested? Get in touch now!



+44 7533 739094

BUSINESSES & ARTISTS

Elma Aveiro

A RADIANT DEBUT
CELEBRATING THE LAUNCH OF OUR FIRST EDITION IN PORTUGAL

It is with great excitement that EURRITMIA magazine expands from British soil to Portuguese soil, featuring a renowned personality on the cover: Elma Aveiro. Known for her talent as a businesswoman and digital influencer, Elma lends her shine and charisma to our debut, symbolising the essence of the magazine that promises to captivate the Portuguese public.

By Luciano Dibalbino



PHOTO: JOÃO MOUTINHO

Beyond a Pretty Face

Elma Aveiro, the cover star of our debut Portuguese edition, is not just a pretty face. Her career as a successful businesswoman and her strong presence on social media make her an inspiring figure for many. In an exclusive interview, Elma shares her story, allowing us to get to know Cristiano Ronaldo's sister a little better.

Elma is the daughter of José Dinis Aveiro and Dolores Aveiro and the older sister of Hugo Aveiro, singer Kátia Aveiro, and one of the most famous footballers in the world: Cristiano Ronaldo. As a businesswoman and digital influencer, she has garnered more than 700,000 followers on her Instagram account.

Determined and fearless, Elma has always embraced work and projects that bring her happiness. "Since I was young, I've always worked, and throughout my life, I've always liked to look for something new, new experiences. My brother didn't push me at all because even before he was born, I was already working, and a lot... But with his help, later I managed to diversify and do other things," reveals Elma, highlighting her independence and determination.

Regarding her role in the fashion world with her refined look, Elma says she is always updating herself. “It's a great passion; I really like fashion. Since I was young, I've always followed trends,” she says, reflecting her commitment to style and innovation.

Mother's Love: Sparkle in the Eyes

When the subject is her daughter, Elma Aveiro cannot hide her emotions. Her eyes light up, revealing a mother's love in every word. “I have an adult daughter, and we both manage to balance our lives together,” shares Elma.

The relationship between mother and daughter is marked by an unshakable partnership. “She is very much my partner and my best friend,” Elma says, highlighting the close bond they share. This friendship is an invaluable treasure for Elma, who does not hesitate to say: "She is my greatest treasure in the world."

For Elma, the secret lies in their ability to reconcile their lives together, respecting each other's individuality and strengthening the bonds that unite them. This special connection not only highlights the beauty of the mother-daughter relationship but also serves as an inspiration.

Pleasure of Discoveries

Elma knows how to make the most of her free time. When discussing her favourite activities, her face lights up with happiness as she describes her passions. “What makes me happy is being able to travel, discover cities, and explore other realities,” says Elma enthusiastically.



PHOTO: PERSONAL GALLERY

PHOTO: PERSONAL GALLERY



Traveling is more than just a pastime for Elma; it is a source of joy and learning. Each new city she visits represents an opportunity to immerse herself in different cultures and experience various ways of life. This desire to discover the world motivates her to plan her next adventure.

But travel isn't Elma's only source of joy. Being with friends is another time she deeply values. “Being with friends is also another moment of happiness,” says Elma, highlighting the importance of personal relationships in her life. For her, hours spent in good company, whether in a cozy cafe or at a lively party, are precious. These social interactions involve supporting each other and creating unforgettable memories.

Family Life, Business Success, and Media Exposure

Elma Aveiro opened up about different aspects of her life, from dealing with media exposure due to being Cristiano Ronaldo's sister, to creating her own line of perfumes and body care products.

When asked about how she faces the notoriety associated with being the football star's sister, Elma admits that, over time, she has learned to handle the situation better. "Nowadays, we deal better with exposure in the media. In addition to being the best family in the world, we have a life, a life very well lived, with ups and downs, but happy ones," she points out. She emphasises that, despite the prominence her brother's name brings, the family has always had a full and rewarding existence in its own right.

Elma expresses immense pride in her family roots. “I am enormously proud to have been born into this family, and even more proud to have a brother like Cristiano Ronaldo, who, in addition to being an example at work, is an example of a human being,” she states truthfully, highlighting the inspiration that CR7 represents.

We also explored Elma's business side, particularly the creation of her line of perfumes and skincare products. When asked about the origin of this initiative, she revealed: "Perfume? Because I'm addicted to good smells, of course, and the line of creams because I've always been very careful, and everyone complimented my skin. So that's when I decided to create my own line." Her passion for fragrances and personal care was the major impetus behind this endeavour.

Through her career, Elma demonstrates that a life in the spotlight can be balanced with dedication. Her ability to find happiness in the simple moments of family life and her determination to pursue her business passions are inspiring examples for many. Thus, Elma continues to shine not only as the sister of a football legend but as a successful businesswoman and an admirable person in her own right.



Elma Aveiro

Elma Aveiro Brilha na Capa da Primeira Edição da Eurritmia Magazine Portugal
É com grande motivação que a revista EURRITMIA expande do solo Britânico ao solo Português, trazendo como destaque na capa uma personalidade de renome: Elma Aveiro. Conhecida pelo seu talento como empresária e influenciada digital, Elma empresta seu brilho e carisma à nossa estreia, simbolizando a essência da revista que promete cativar o público luso.

Por Luciano Dibalbino





A Estrela da Capa

Elma Aveiro não é apenas um rosto bonito. Sua trajetória como empresária de sucesso e sua presença marcante nas redes sociais torna-a uma figura inspiradora para muitos. Em uma entrevista exclusiva, Elma compartilha um pouco de sua história com a nossa reportagem. Conheça um pouco mais sobre a irmã do CR7.

Filha de José Dinis Aveiro e Dolores Aveiro, Elma é a irmã mais velha de Hugo Aveiro, da cantora Kátia Aveiro e de um dos futebolistas mais famosos do mundo: Cristiano Ronaldo. Elma é empresária e influenciadora digital, contando com mais de 700 mil seguidores em sua conta no Instagram.

Batalhadora e destemida, sem medo de mergulhar no trabalho e em projetos que a faz feliz, ela sempre foi em busca de desafios. "Desde nova, sempre trabalhei, e em toda a minha vida sempre gostei de buscar o novo, novas experiências. O meu irmão em nada me impulsionou porque mesmo antes de ele nascer, eu já trabalhava e, muito… Mas com a ajuda dele, mais tarde consegui diversificar e fazer outras coisas", revela Elma; destacando sua independência e determinação.

Sobre sua atuação no mundo da moda com um olhar refinado, Elma conta que está sempre se atualizando. "É uma grande paixão, gosto muito de moda, desde nova sempre andei dentro das tendências", diz ela, refletindo seu compromisso com o estilo e inovação.

Amor de Mãe: Brilho nos Olhos

Quando o assunto é sua filha, Elma Aveiro não consegue esconder a emoção. O brilho no olhar muda, revelando um amor de mãe que transparece em cada palavra. "Tenho uma filha já adulta e nós duas conseguimos conciliar nossas vidas em conjunto", compartilha Elma.

A relação entre mãe e filha está marcada por uma parceria inabalável. "Ela é muito minha parceira e minha melhor amiga", diz, ressaltando a cumplicidade que define a convivência das duas. Essa amizade é um tesouro inestimável para Elma, que não hesita em afirmar: "Ela é o meu maior tesouro no mundo".

Para Elma, o segredo está na capacidade de conciliar as vidas em conjunto, respeitando a individualidade de cada uma e fortalecendo os laços que as unem. Esta conexão especial não apenas realça a beleza da relação mãe e filha, mas também serve de inspiração.

O Prazer das Descobertas de Elma

Elma é uma mulher que sabe como aproveitar ao máximo seu tempo livre. Quando se trata de falar sobre suas atividades favoritas, seu rosto ilumina-se de felicidade ao descrever suas paixões. "O que me faz feliz é poder viajar, conhecer cidades e, além disso, explorar outras realidades", conta Elma com entusiasmo.

Viajar é mais do que um simples passatempo para Elma; é uma fonte de alegria e aprendizado. Cada nova cidade visitada representa uma oportunidade de mergulhar em diferentes culturas, e vivenciar modos de vida diferentes. Esse desejo de descobrir o mundo a motiva a planejar sua próxima aventura.
Mas as viagens não são a única fonte de alegria para Elma. Estar com os amigos é outro momento que ela valoriza profundamente. “Estar com os amigos também é outro momento de felicidade”, diz Elma, destacando a importância das relações pessoais em sua vida. Para ela, as horas passadas em boa companhia, seja em um café acolhedor ou em uma festa animada, são preciosas. Essas interações sociais envolvem apoio mútuo e a criação de memórias inesquecíveis.

Vida em Família, Sucesso Empresarial e Exposição na Mídia

Elma Aveiro abriu o coração sobre diversos aspectos de sua vida, desde lidar com a exposição na mídia por ser irmã de Cristiano Ronaldo, até a criação de sua linha de perfumes e cuidados para o corpo.

Quando questionada sobre como enfrentar a notoriedade associada ao fato de ser irmã do astro do futebol, Elma admite que, com o tempo, aprendeu a lidar melhor com a situação. "Hoje em dia lidamos melhor com a exposição na mídia. Para além de ser família do melhor do mundo, temos uma vida, uma vida muito bem vivida, com altos e baixos, mas felizes", pontua. Ela enfatiza que, apesar do destaque que o nome de seu irmão traz, a família sempre teve uma existência plena e gratificante por si só.

Elma expressa um orgulho imenso de suas raízes familiares. “Tenho um orgulho enorme de ter nascido nesta família, e maior orgulho ainda de ter um irmão como Cristiano Ronaldo, que, para além de ser um exemplo no trabalho, é um exemplo de ser humano”, afirma com verdade e destaca a inspiração que CR7 representa.



A entrevista também explorou o lado empresarial de Elma, especialmente a criação de sua linha de perfumes e produtos de cuidado com a pele. Quando questionada sobre a origem desta iniciativa, ela revelou: "Perfume? Porque sou viciada em cheiros bons, lógico, e a linha de cremes porque sempre fui muito cuidadosa, e toda a gente elogiava minha pele. Então foi aí que decidi criar minha própria linha". Sua paixão por fragrâncias e cuidados pessoais foram o grande impulso.

A empresária, através de sua trajetória, demonstra que uma vida sob os holofotes pode ser equilibrada com dedicação. Sua capacidade de encontrar felicidade nos momentos simples da vida familiar e a determinação em seguir suas paixões empresariais são exemplos inspiradores para muitos. Assim, Elma continua a brilhar não apenas como irmã de uma lenda do futebol, mas como uma empresária bem-sucedida e uma pessoa admirável por seus próprios méritos.



LIMONGE
CHEF IVANNA



Chef at Limonge Gourmet Catering Firm

Food specialties from Minas Gerais, Brazil, Portugal, Italy, and various other countries.

Especialidades comidas Mineira, Brasileira, portuguesa, italiana e alguns outros países

Rely on us for your festivities.

@limongegourmet

NASSAUS CASCAIS BEVERAGES & SWEETS



How did Nassaus Cascais earn the nickname "Pirate's Paradise" in the port of Cascais?
Nassaus Cascais earned the nickname "Pirate's Paradise" due to its wooden structure and pirate-themed decor. The concept for the bar originated in Nassau, the capital of the Bahamas, which is famously known as the city of pirates. One of the partners was inspired by this theme while on vacation in Nassau, and they decided to bring this unique concept to Cascais.

What inspires the pirate theme and how is it manifested in the design and experience provided at the venue?
The pirate theme at Nassaus Cascais is inspired by Nassaus historical significance as a hub for pirate ships, revelry, and merrymaking. The bar aims to transport visitors back in time to an era of pirates, providing a fun and immersive experience.

Could you provide further details about Espaço Lounge Terrace? What sets this space apart for visitors?
Espaço Lounge Terrace is dedicated to cocktails and summer gatherings, featuring music and a sunset ambience curated by DJs, live bands, and solo performers. This space aims to revitalise the Cascais area and its marina, offering a unique option for bars and entertainment venues where patrons can enjoy drinks, great music, and a vibrant atmosphere.

How does Nassaus Cascais sustain a hospitable and enjoyable ambiance year-round, even during the winter season?
During the summer, Nassaus Cascais is a perfect venue for sunset gatherings and private parties, with a lively and laid-back ambiance from Thursday to Sunday. In the winter, the venue remains accessible on sunny days, ensuring a peaceful and enjoyable environment for patrons to have a drink. The commitment to providing a hospitable atmosphere is maintained throughout the year.

What are the most popular dishes and beverages at Nassaus Cascais?
Our best-selling beverages include our gins and summer cocktails like Mojitos, caipirinhas, and a variety of tasty cocktails. Choosing from the sweetest, most bitter, and non-alcoholic options can be challenging for our patrons. In terms of food, our popular choices are our toasts and Spanish tapas.

How does the Nassaus Cascais team create unique cocktails, and which one is most popular among customers?
The most popular cocktails include "Sunset Feels," featuring rum and sweet, tasty fruits, and the "Captain Hendricks" cocktail, inspired by a legendary pirate ship captain and offering a unique twist on a classic gin cocktail. These beverages are meticulously crafted by skilled bartenders using natural juices and fruits to ensure deliciousness and a unique experience with each drink.

How do DJs and entertainment enhance the experience provided at Nassaus Cascais?
Music's presence is pivotal to our success, as it enhances the overall experience. Our venue stands out from others in the area, offering visitors the assurance of enjoying sunsets accompanied by talented DJs and artists. Guests can relish our space before heading to a restaurant for dinner. Situated in the marina, our venue complements the dining establishments, providing entertainment until 2 am for patrons to revel in.

What genres of music are performed and how is this determination made?
Our venue is devoted to House music, Deep House, and related genres. However, in the summer, we host samba circle events on Thursdays and weekend parties featuring guest DJs and artists.

What is your philosophy or mission regarding creating memorable and distinctive visiting experiences?
Our mission is to ensure enjoyment in Cascais, as there are fewer and fewer venues offering quality music in the area. We aim to impart musical knowledge and create a welcoming atmosphere for our clientele in our establishment.

What characterises your typical customer profile?
Our clientele consists mainly of foreigners, with a significant number being Portuguese. The ambience and music of our bar give it the essence of an Ibiza establishment, a characteristic that resonates with foreign patrons. These visitors typically enjoy commencing their revelries early. Predominantly, our customers hail from England, Belgium, the United States, Brazil, and Portugal.

How does Nassaus Cascais ensure guests enjoy an exceptional experience during their visit?
We focus on offering excellence in service, beverages, and entertainment to engage customers from the moment they arrive until they leave. Continuous entertainment and high-quality offerings distinguish the bar within the marina, ensuring an exceptional experience for guests.

Does Nassaus Cascais offer any special events or promotions to attract and engage customers?
Promotional events are held in collaboration with our beverage suppliers, exclusively featuring special promotions on select drinks.







How does Nassaus Cascais engage with the local community and promote culture and entertainment in the Cascais region?
Nassaus Cascais is well-recognised in the Cascais area, with patrons frequently discussing our venue. The bar promotes its events through social networks, various communication channels, and public relations efforts. Musical gatherings at the venue serve as platforms to showcase emerging artists and bands

What future plans or innovations does Nassaus Cascais have to sustain growth and differentiation in the entertainment market?
The future vision for Nassaus Cascais centres on continuous innovation and exceptional service to distinguish itself in the market. The goal is to host events featuring talented artists and establish the bar as the premier destination in Cascais known for its breathtaking sunsets and vibrant atmosphere.





NASSAUS CASCAIS DRINKS & DESSERT



Como o Nassaus Cascais se tornou conhecido como o "paraíso dos piratas" no porto de Cascais?
O Nassaus ficou conhecido pelo Paraíso dos Piratas pela sua estrutura toda montada em madeira e sua decoração lesiva ao tema, como a ideia do bar foi criada e pensada na cidade de Nassau por um dos nossos sócios em férias gostamos de associar o bar a esse tema por Nassau ser conhecida por a cidade dos Piratas.

Qual é a inspiração por trás do tema pirata e como isso se reflete no design e na experiência oferecida no local?
A inspiração do nassaus vem da capital das Bahamas nassaus que ah muitos anos atras era o sitio onde os barcos dos piratas atracavam e onde os mesmo se divertiam e passaram as noites de grandes copos e muita diversão.

Pode nos contar mais sobre o Espaço Lounge Terrace. O que torna esse espaço único para os visitantes?
O espaço é um Lounge dedicado ao conceito dos cocktails e festas de verão com o conceito de Musica e sunsetstocada por Djs, Bandas ao vivo e atuações com músicos a solo, a ideia da sua criação foi dar vida á zona de Cascais e á própria marina de cascais que tem muitos restaurantes mas poucos bares e locais de diversão para se poder beber um copo antes ou depois de jantar ao som de boa musica e bom ambiente.

Como o Nassaus Cascais mantém um ambiente acolhedor e divertido durante todo o ano, incluindo os meses de inverno?
O Nassaus durante o verão é um espaço apropriado para eventos de sunsets e festas a porta fechada onde de quinta a domingo temos sempre diversão e um ambiente descontraído e divertido, Nos meses de inverno sendo o nosso espaço todo aberto apenas nos dias com sol conseguimos trabalhar tentando manter o mesmo objectivocom os nossos clientes de forma a que possam beber um copo tranquilamente.

Quais são os pratos e bebidas mais populares no Nassaus Cascais?
As nossas bebidas com mais saída são sem dúvida os nossos gins, e as bebidas de verão como os Mojitos ,caipirinhas e os nossos saborosos cocktails que é complicado escolher o melhor pois temos dos mais doces, aos mais amargos entre os sem álcool para os mais conservadores, a nível de comida as nossas tostas têm imensa saída e as nossas Tabuas espanholas.

Como a equipe de Nassaus Cascais desenvolve os coquetéis exclusivos e qual é o mais pedido pelos clientes?
Os cocktails com mais saída são sunset Feels, com rum e frutas sendo doce e saboroso, capitão Hendricks cocktail dedicado ao capitão do grande barco dos piratas uma experiencia diferente de beber um Gin. As nossas bebidas são criadas com carinho por os nossos barmans de forma a serem saborosas com sumos naturais e frutas. A ideia é cada bebida ser uma experiência única.

Como a presença de DJs e animação complementa a experiência oferecida no Nassaus Cascais?
A presença da musica é a nossa chave para o sucesso pois isso completa todo o resto , é ai que o nosso espaço mostra a diferença entre os outros espaços presentes no local, pois quem vem nos visitar já sabe que terá um sunset sempre com bons Djs e artistas, podendo usufruir do nosso espaço antes de ir a um restaurante jantar, o nosso espaço na marina completa os restaurantes que antes de depois de jantar onde quem frequenta o local pode se divertir no mesmo local até as 2 horas da madrugada.

Quais tipos de música são tocadas e como isso é decidido?
O nosso espaço é dedicado á musica de House, DeepHouse entre outros derivados, contudo durante o verão nos dias de semana temos a quinta feira com roda samba, fim de semanas festas variadas com djs convidados e artistas.

Qual é a filosofia ou missão de Nassaus Cascais em relação a proporcionar momentos memoráveis e únicos à visita?
A nossa missão é garantir diversão em cascais pois cada vez mais se vê poucos espaços com musica na zona de cascais e com qualidade a nível musical, no nosso espaço queremos dar conhecimento a nível musical e proporcionar bom ambiente aos nossos clientes.

Qual é o perfil típico do cliente do Nassaus Cascais?
O nosso cliente é mediamente estrangeiros, temos muitos portugueses mas o nosso bar pela decoração e musica é um perfil de bar de Ibiza que os estrangeiros adoram e se identificam. Os estrangeiros adoram diversão mais cedo pois estão habituados a começar a festa mais cedo. O nossos clientes são muito ingleses, belgas, americanos, brasileiros e portugueses.

Como o Nassaus Cascais garante que os clientes tenham "momentos incríveis" durante sua visita?
A nossa ideia é dar qualidade tanto a nível de serviço, bebidas e animação de forma a prender o cliente no local desde que se sente na mesa, até á sua saída, a animação constante faz do local um bar diferente de todos os locais na marina.

Existem eventos especiais ou promoções que o Nassaus Cascais oferece para atrair e engajar os clientes?
Nos sim fazemos alguns eventos de promoções que os nossos fornecedores de bebidas realizam em conjunto connosco, apenas nesses eventos temos algumas promoções de algumas bebidas.



Como Nassaus Cascais se envolve com a comunidade local e promove cultura e entretenimento na região de Cascais?
O nassaus neste momento já é conhecido pela zona de cascais onde os próprios clientes por si já falam do nosso espaço, nos nossos eventos nos promovemos por as redes sociais e por outros meios de comunicação , e relações publicas. Os nossos eventos são todos a nível musical onde acabamos por promover alguns novos artistas e bandas.

Quais são os planos futuros ou inovações que Nassaus Cascais tem para continuar a crescer e se destacar no mercado de entretenimento?
A ideia do futuro do Nassaus é estarmos sempre a inovar e a garantir um bom serviço de forma a nos destacarmos no mercado tanto em qualidade como a nível de eventos eatuações de bons artistas no nosso espaço . A nossa ideia éconseguirmos ter em nossas mãos o melhor bar de cascais a nível de sunsets.



FAROL HOTEL
on the water
★★★★★
CASCAIS | PORTUGAL

HISTORIC LUXURY AND STUNNING VIEWS IN ENCHANTING CASCAIS BAY

By, Luciano Dibalbino



Situated in the picturesque bay of Cascais, Farol Hotel is a jewel that combines history and luxury by the sea. This 19th-century aristocratic mansion, originally belonging to the Count of Cabral, has been transformed into an elegant boutique hotel, offering 180-degree panoramic views of the Atlantic Ocean.

Just minutes from Lisbon and Sintra, the hotel is next to the iconic Santa Marta Lighthouse, restored by architect Aires Mateus. This lighthouse is a historic piece, having guided Christopher Columbus back to the European continent after his first expedition to America. Farol Hotel maintains its elegant, classic architecture, with 33 rooms and junior suites decorated with a mix of contemporary design and historical details. Each space offers stunning views of the ocean or tropical gardens. The Junior Suite, with its glass walls, allows you to fall asleep to the sound of the waves and wake up to an unparalleled view.

The Mix and Sushi Design restaurants elevate the gastronomic experience, offering Mediterranean and Japanese cuisine. The Mix stands out for its decor, including a giant coral-shaped sculpture, while Sushi Design presents authentic delicacies with an innovative twist. During the day, guests can relax in the saltwater pool or explore the many outdoor activities such as cycling, golf, surfing and sailing. In the evening, the sunset provides a perfect setting for a cocktail or sangria by the sea.



O Farol Hotel também é um destino popular para casamentos e eventos. Com espaços versáteis e um serviço impecável, oferece um ambiente sofisticado e romântico para celebrações inesquecíveis.
A poucos minutos a pé do vibrante centro de Cascais e a uma curta distância de Lisboa, o Farol Hotel é a escolha ideal para quem busca um refúgio luxuoso e repleto de história à beira do Atlântico.

AV. REI HUMBERTO II DE ITÁLIA, Nº7, 2750-800 CASCAIS, PORTUGAL | GPS: 38.690313 N ; -9.422289 W
TEL +351 214 823 490 | FAROL@FAROL.COM.PT | RESERVATIONS@FAROL.COM.PT

FAROL HOTEL
on the water
★★★★★
CASCAIS | PORTUGAL



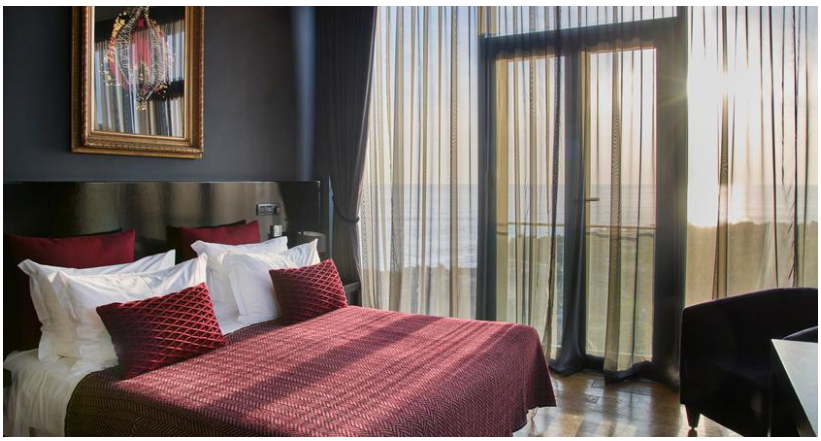
FAROL HOTEL ON THE WATER

Luxo Histórico e Vistas Deslumbrantes na Encantadora Baía de Cascais

Situado na pitoresca baía de Cascais, o Farol Hotel é uma joia que combina história e luxo à beira-mar. Esta mansão aristocrática do século XIX, originalmente pertencente ao Conde de Cabral, foi transformada em um elegante hotel boutique, oferecendo uma vista panorâmica de 180 graus sobre o Oceano Atlântico.

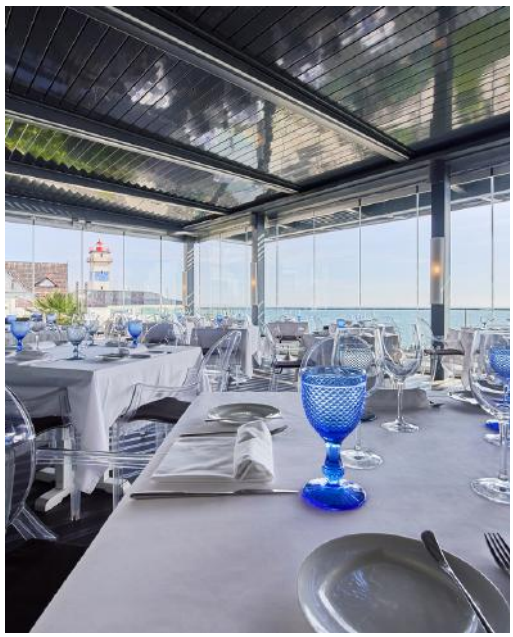
A poucos minutos de Lisboa e Sintra, o hotel está ao lado do icônico Farol de Santa Marta, restaurado pelo arquiteto Aires Mateus. Este farol é uma peça histórica, tendo guiado Cristóvão Colombo de volta ao continente europeu após sua primeira expedição à América.

O Farol Hotel mantém a elegante arquitetura clássica, com 33 quartos e junior suites decorados com uma mistura de design contemporâneo e detalhes históricos. Cada espaço oferece vistas deslumbrantes do oceano ou dos jardins tropicais. A Júnior Suite, com suas paredes de vidro, permite adormecer ao som das ondas e acordar com uma vista inigualável.



Os restaurantes The Mix e Sushi Design elevam a experiência gastronômica, oferecendo pratos da culinária mediterrânea e japonesa. O The Mix destaca-se pela sua decoração, incluindo uma escultura em forma de coral gigante, enquanto o Sushi Design apresenta delícias autênticas com um toque inovador.

Durante o dia, os hóspedes podem relaxar na piscina de água salgada ou explorar as diversas atividades ao ar livre, como ciclismo, golfe, surf e vela. À noite, o pôr-do-sol oferece um cenário perfeito para um cocktail ou uma sangria à beira-mar.



O Farol Hotel também é um destino popular para casamentos e eventos. Com espaços versáteis e um serviço impecável, oferece um ambiente sofisticado e romântico para celebrações inesquecíveis.
A poucos minutos a pé do vibrante centro de Cascais e a uma curta distância de Lisboa, o Farol Hotel é a escolha ideal para quem busca um refúgio luxuoso e repleto de história à beira do Atlântico.









SEVENth BRUNCH







50TH BIRTHDAY ELMA AVEIRO

Photographs captured during Elma Aveiro's 50th birthday celebration at Seventh Brunch, an event orchestrated by Eduardo Volpato at Seventh Liberdade, where Elma unveiled her latest cosmetics collection. An exceptional and private gathering, brimming with delightful interactions among attendees and Cristiano Ronaldo's sister




elma














MOËT
MOËT
MOËT
MOËT











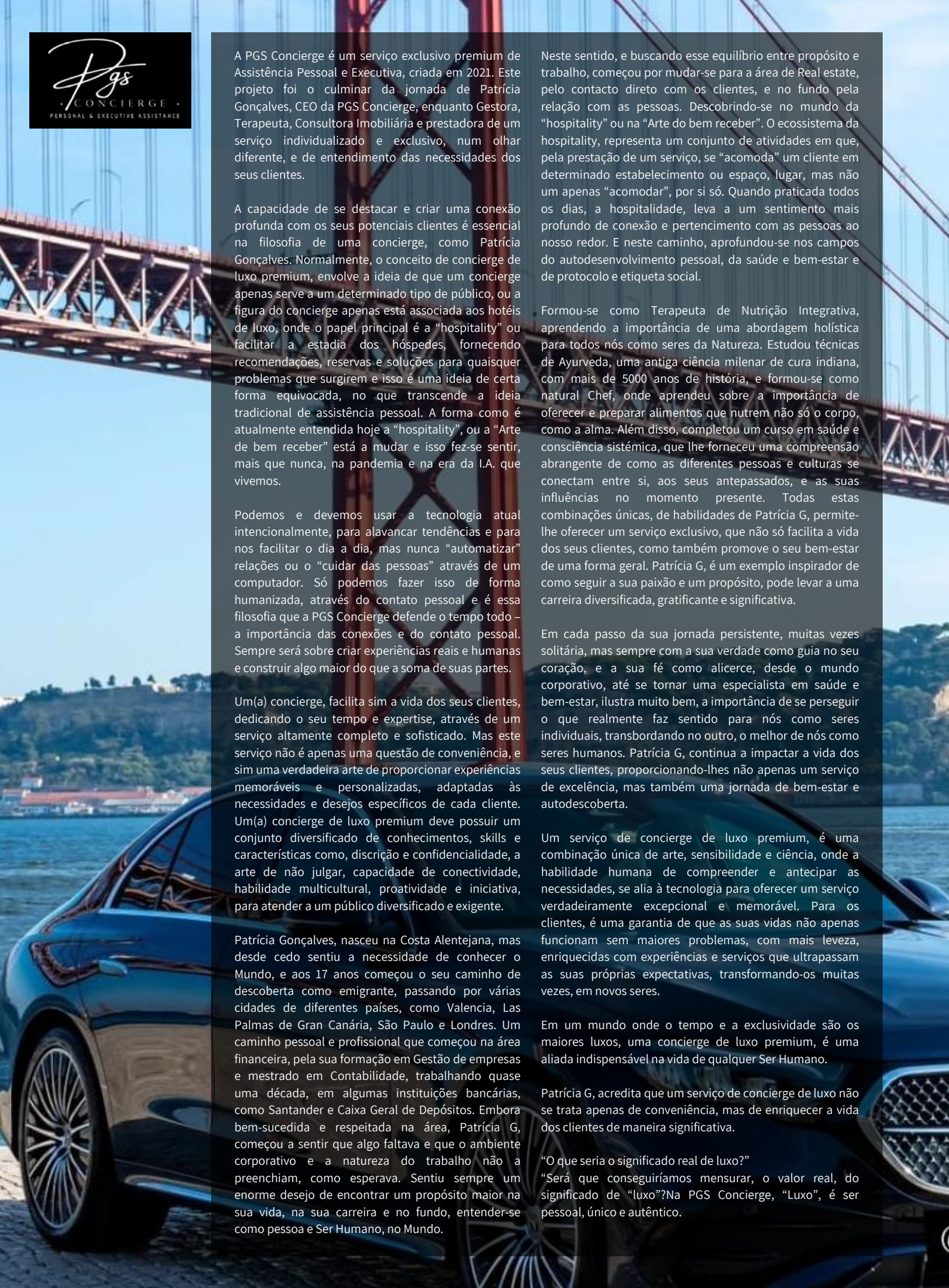




ANIVERSÁRIO DE 50ANOS ELMA AVEIRO

Fotografias tiradas durante a celebração dos 50 anos de Elma Aveiro no Seventh Brunch, evento organizado por Eduardo Volpato na Seventh Liberdade, onde Elma apresentou a sua mais recente linha de produtos de beleza. Um encontro excepcional e privado, cheio de interações agradáveis entre os presentes e a irmã de Cristiano Ronaldo.





A PGS Concierge é um serviço exclusivo premium de Assistência Pessoal e Executiva, criada em 2021. Este projeto foi o culminar da jornada de Patrícia Gonçalves, CEO da PGS Concierge, enquanto Gestora, Terapeuta, Consultora Imobiliária e prestadora de um serviço individualizado e exclusivo, num olhar diferente, e de entendimento das necessidades dos seus clientes.

A capacidade de se destacar e criar uma conexão profunda com os seus potenciais clientes é essencial na filosofia de uma concierge, como Patrícia Gonçalves. Normalmente, o conceito de concierge de luxo premium, envolve a ideia de que um concierge apenas serve a um determinado tipo de público, ou a figura do concierge apenas está associada aos hotéis de luxo, onde o papel principal é a "hospitality" ou facilitar a estadia dos hóspedes, fornecendo recomendações, reservas e soluções para quaisquer problemas que surgirem e isso é uma ideia de certa forma equivocada, no que transcende a ideia tradicional de assistência pessoal. A forma como é atualmente entendida hoje a "hospitality", ou a "Arte de bem receber" está a mudar e isso fez-se sentir, mais que nunca, na pandemia e na era da I.A. que vivemos.

Podemos e devemos usar a tecnologia atual intencionalmente, para alavancar tendências e para nos facilitar o dia a dia, mas nunca "automatizar" relações ou o "cuidar das pessoas" através de um computador. Só podemos fazer isso de forma humanizada, através do contato pessoal e é essa filosofia que a PGS Concierge defende o tempo todo – a importância das conexões e do contato pessoal. Sempre será sobre criar experiências reais e humanas e construir algo maior do que a soma de suas partes.

Um(a) concierge, facilita sim a vida dos seus clientes, dedicando o seu tempo e expertise, através de um serviço altamente completo e sofisticado. Mas este serviço não é apenas uma questão de conveniência, e sim uma verdadeira arte de proporcionar experiências memoráveis e personalizadas, adaptadas às necessidades e desejos específicos de cada cliente. Um(a) concierge de luxo premium deve possuir um conjunto diversificado de conhecimentos, skills e características como, discrição e confidencialidade, a arte de não julgar, capacidade de conectividade, habilidade multicultural, proatividade e iniciativa, para atender a um público diversificado e exigente.

Patrícia Gonçalves, nasceu na Costa Alentejana, mas desde cedo sentiu a necessidade de conhecer o Mundo, e aos 17 anos começou o seu caminho de descoberta como emigrante, passando por várias cidades de diferentes países, como Valencia, Las Palmas de Gran Canária, São Paulo e Londres. Um caminho pessoal e profissional que começou na área financeira, pela sua formação em Gestão de empresas e mestrado em Contabilidade, trabalhando quase uma década, em algumas instituições bancárias, como Santander e Caixa Geral de Depósitos. Embora bem-sucedida e respeitada na área, Patrícia G, começou a sentir que algo faltava e que o ambiente corporativo e a natureza do trabalho não a preenchiam, como esperava. Sentiu sempre um enorme desejo de encontrar um propósito maior na sua vida, na sua carreira e no fundo, entender-se como pessoa e Ser Humano, no Mundo.

Neste sentido, e buscando esse equilíbrio entre propósito e trabalho, começou por mudar-se para a área de Real estate, pelo contacto direto com os clientes, e no fundo pela relação com as pessoas. Descobrindo-se no mundo da "hospitality" ou na "Arte do bem receber". O ecossistema da hospitality, representa um conjunto de atividades em que, pela prestação de um serviço, se "acomoda" um cliente em determinado estabelecimento ou espaço, lugar, mas não um apenas "acomodar", por si só. Quando praticada todos os dias, a hospitalidade, leva a um sentimento mais profundo de conexão e pertencimento com as pessoas ao nosso redor. E neste caminho, aprofundou-se nos campos do autodesenvolvimento pessoal, da saúde e bem-estar e de protocolo e etiqueta social.

Formou-se como Terapeuta de Nutrição Integrativa, aprendendo a importância de uma abordagem holística para todos nós como seres da Natureza. Estudou técnicas de Ayurveda, uma antiga ciência milenar de cura indiana, com mais de 5000 anos de história, e formou-se como natural Chef, onde aprendeu sobre a importância de oferecer e preparar alimentos que nutrem não só o corpo, como a alma. Além disso, completou um curso em saúde e consciência sistémica, que lhe forneceu uma compreensão abrangente de como as diferentes pessoas e culturas se conectam entre si, aos seus antepassados, e as suas influências no momento presente. Todas estas combinações únicas, de habilidades de Patrícia G, permite-lhe oferecer um serviço exclusivo, que não só facilita a vida dos seus clientes, como também promove o seu bem-estar de uma forma geral. Patrícia G, é um exemplo inspirador de como seguir a sua paixão e um propósito, pode levar a uma carreira diversificada, gratificante e significativa.

Em cada passo da sua jornada persistente, muitas vezes solitária, mas sempre com a sua verdade como guia no seu coração, e a sua fé como alicerce, desde o mundo corporativo, até se tornar uma especialista em saúde e bem-estar, ilustra muito bem, a importância de se perseguir o que realmente faz sentido para nós como seres individuais, transbordando no outro, o melhor de nós como seres humanos. Patrícia G, continua a impactar a vida dos seus clientes, proporcionando-lhes não apenas um serviço de excelência, mas também uma jornada de bem-estar e autodescoberta.

Um serviço de concierge de luxo premium, é uma combinação única de arte, sensibilidade e ciência, onde a habilidade humana de compreender e antecipar as necessidades, se alia à tecnologia para oferecer um serviço verdadeiramente excepcional e memorável. Para os clientes, é uma garantia de que as suas vidas não apenas funcionam sem maiores problemas, com mais leveza, enriquecidas com experiências e serviços que ultrapassam as suas próprias expectativas, transformando-os muitas vezes, em novos seres.

Em um mundo onde o tempo e a exclusividade são os maiores luxos, uma concierge de luxo premium, é uma aliada indispensável na vida de qualquer Ser Humano.

Patrícia G, acredita que um serviço de concierge de luxo não se trata apenas de conveniência, mas de enriquecer a vida dos clientes de maneira significativa.

"O que seria o significado real de luxo?"
"Será que conseguiríamos mensurar, o valor real, do significado de "luxo"?Na PGS Concierge, "Luxo", é ser pessoal, único e autêntico.



PGS Concierge is a premium Personal and Executive Assistance service, founded in 2021 by CEO Patrícia Gonçalves. This initiative represents the culmination of Patrícia's extensive professional journey, which spans roles as a Manager, Therapist, Real Estate Consultant, and provider of personalised and exclusive services. Patrícia's unique approach prioritises understanding and addressing the nuanced needs of her clients.

The ethos of a concierge service, especially one led by someone like Patrícia, lies in the ability to distinguish oneself and establish deep connections with clients. Traditionally, luxury concierges are associated with upscale hotels, offering hospitality through recommendations, reservations, and issue resolution. However, the role of a concierge has evolved, particularly in the modern landscape shaped by the pandemic and advancements in AI. While technology can simplify daily routines, genuine human interaction remains irreplaceable. PGS Concierge upholds this principle by emphasising relationships and direct interaction, ensuring every client experience is personalised and meaningful.

A concierge's role is to enrich clients' lives, offering a sophisticated service that transcends convenience to deliver memorable and tailored experiences. A top-tier luxury concierge possesses a wide array of skills and traits, including discretion, confidentiality, non-judgment, networking abilities, multicultural competence, proactivity, and initiative, catering to a diverse and discerning clientele.

Patrícia Gonçalves was born on the Alentejo Coast but felt the urge to explore the world from a young age. At 17, she began her journey as an emigrant, living in cities across various countries, including Valencia, Las Palmas de Gran Canaria, São Paulo, and London. Her career began in the financial sector, backed by a background in Business Management and a master's degree in Accounting. She spent nearly ten years in banking institutions such as Santander and Caixa Geral de Depósitos. Despite her success, Patrícia felt unfulfilled by the corporate environment and sought a deeper purpose in her life and career.

This quest led her to the Real Estate sector, where she engaged directly with clients and embraced the "Art of Hospitality." Through this, she developed a profound sense of rapport and inclusion with those around her. Her journey continued into personal growth, health and well-being, and social decorum and manners. She trained as an Integrative Nutrition Therapist, emphasising a holistic approach to health. She explored Ayurveda, an ancient Indian healing practice, and trained as a natural Chef, learning the importance of nourishing meals. Additionally, she completed a program in health and systemic awareness, gaining a deep understanding of how individuals and societies interconnect.

Patrícia's diverse expertise enables her to offer an exclusive service that not only simplifies her clients' lives but also enhances their overall well-being. Her career exemplifies how following one's passion and purpose can lead to a fulfilling and significant life. Her journey from the corporate world to health and wellness expert highlights the importance of pursuing paths that resonate with our true selves, enriching others with the best of humanity.

A premium luxury concierge service is a distinctive blend of art, sensitivity, and science. It combines human insight with technology to provide an exceptional service, ensuring clients' lives run smoothly with added convenience and enriched experiences. Such services often lead to personal transformation, offering more than just luxury but also a path to well-being and self-realisation.

In a world where time and exclusivity are paramount, a premium luxury concierge is an essential ally. Patrícia believes that luxury concierge services go beyond mere convenience, aiming to significantly enhance customers' lives.



PGSCONCIERGE.COM

HELÔ PLANTIER





WHO IS HELÔ PLANTIER?

BRAZILIAN BORN ON AN ISLAND IN THE NORTHEAST OF BRAZIL.
ARCHITECT BY TRAINING.

An artist who creates unique pieces, someone who stands out for their originality and singularity. That's me, I'm dedicated to exploring innovative techniques, materials and concepts to produce truly unique works of art.

These pieces can reflect personality, experiences and creativity, making each one an authentic expression of my artistic vision.

The focus on creating unique pieces can also mean focusing on bespoke projects for specific clients, ensuring that each work is special and exclusive.

She held exhibitions in Brazil, Italy and Portugal.
Currently Artistic Director of BPW PORTUGAL Participate in Fairs and Events making Live Painting a live art.

I believe that art can beautify a space in many ways.
It can add colour, texture, and interesting patterns that make a room more visually pleasing.

Furthermore, art conveys emotions, tells stories and reflects the personality of the owner of the space. By choosing artwork that complements existing decor and creates a focal point, you can completely transform the atmosphere of a room.





QUEM É HELÔ PLANTIER?

Brasileira nascida em uma Ilha ao Nordeste do Brasil. Arquiteta de formação.

Acredito que, a arte pode embelezar um espaço de diversas formas. Ela pode adicionar cor, textura e padrões interessantes que tornam um ambiente mais agradável visualmente.

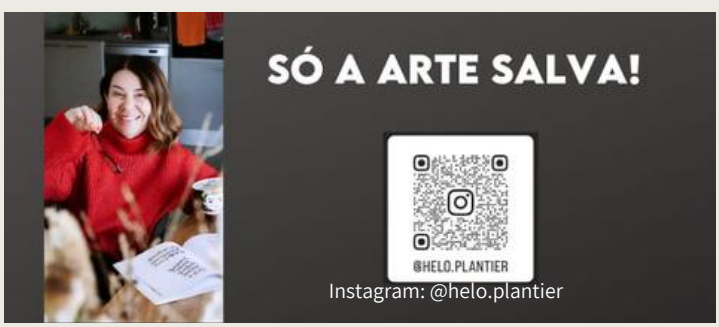
Além disso, a arte transmite emoções, conta histórias e reflete a personalidade do dono do espaço. Ao escolher obras de arte que complementam a decoração existente e criam um ponto focal, é possível transformar completamente a atmosfera de um ambiente.

Uma artista que cria peças únicas alguém que se destaca por sua originalidade e singularidade. Essa sou eu, me dedico a explorar técnicas, materiais e conceitos inovadores para produzir obras de arte realmente únicas.

Essas peças podem refletir a personalidade, as experiências e a criatividade , tornando cada uma delas uma expressão autêntica de minha visão artística.

O foco em criar peças únicas também pode significa pra mim me concentrar em projetos sob medida para clientes específicos, garantindo que cada obra seja especial e exclusiva.

Realizou exposições no Brasil,Itália e Portugal.
Atualmente Diretora Artística da BPW PORTUGAL
Participar de Feiras e Eventos fazendo Live Painting uma arte ao vivo.





LAMYRIAN SILVA

From Belo Horizonte to Triumph: Minas Gerais Woman Overcomes Challenges

In an exclusive interview with Eurritmia Magazine, Lamyrian Silva shared her inspiring story of life and success. “Sharing my story here today is a privilege and a dream come true. In fact, it's beyond what I planned,” she declared emotionally.

By Luciano Dibalbino

In an exclusive interview with Eurritmia Magazine, Lamyrian Silva shared her inspiring story of life and success. “Sharing my story here today is a privilege and a dream come true. In fact, it's beyond what I planned,” she declared emotionally.

Lamyrian Silva was born on October 19, 1988, in Belo Horizonte, Minas Gerais, Brazil. She is the mother of Samuel Almeida, her miracle, and married to Leonio Ferreira for 15 years. She has two wonderful brothers, Mariane Letícia, 31 years old, and Vitor Emanuel, 9 years old. Furthermore, she proudly declares herself the aunt of little Prince Benício.

Lamyrian's passion for caring for people's beauty began early, at 10 years old. It was on the stairs of her grandparents' house, in the interior of Minas Gerais, that she began her first manicure and eyebrow design practices. Even facing financial difficulties, she dedicated herself to her studies and work to buy the necessary materials.

Her father Jânio lived in another city and whenever he could he also helped. Lamyrian's mother, Petrina Patrícia, in search of a better life, decided to move to Portugal, leaving Lamyrian in the care of her grandparents and her sister with a friendly family. “It was difficult for all of us, but it was necessary for our growth in all areas of our lives,” Lamyrian reflected. At the age of 14, during breaks from her work at a computer centre, she juggled her activities to continue serving her aunts, cousins, and friends.

In 2006, Lamyrian's mother brought her and her sister to Portugal, where they lived for eight years. During that time, she met her husband and began building her professional experience. She worked in a dental clinic, but quickly realised her true calling was in the field of beauty. “I had other experiences in different professions, but the one I identified with most was in the area of beauty,” she said.

Lamyrian expresses enormous gratitude for the opportunity given by Paula Barradas, owner of Sb Nails, where she worked as an instructor and assistant manager. “It was a journey of a lot of learning,” she recalled. Upon returning to Brazil, Paula trusted Lamyrian, allowing her to take materials to teach courses and make sales. This helped Lamyrian realise her dream of opening her own space.

In February 2023, Estilo Beleza Academy (Aesthetics and Barbershop Studio), located in Jaguaré, Espírito Santo, celebrated nine years of history. Lamyrian remembers the inauguration as a surreal and incredible moment. She credits her friend, pastor, and lawyer Cláudio Corgozinho, with helping her choose the name and create the logo.

Connecting with your customers over the years is one of the greatest rewards for a businesswoman. “I met wonderful people, clients who became friends. It's very gratifying when a client from 17 years ago meets me again and says he wants to continue being my client,” she shared.

In March 2024, Lamyrian returned to Portugal with new projects in mind, not yet revealed, but she told our reporter that she will soon talk about this new venture. Currently, she lives in Paivas, Seixal, and remains dedicated to highlighting the beauty of people, transmitting everything she has learned throughout her career. “Giving up is not an option,” she states with conviction.

Lamyrian Silva is the owner of Estilo Beleza Academy in Brazil, a specialist in Eyebrow Design for 18 years, an artist at Retir AS Design and a mentor and Micropigmentation Artist. With gratitude to God, she celebrates each achievement and faces challenges with faith and determination. “I am grateful to God because he has sustained me thus far,' she concluded, citing 1 Samuel 7:12 and Proverbs: ”Consecrate to the Lord everything you do, and your plans will be successful.”

Follow Lamyrian's work on Instagram @estilobeleza_estetica

LAMYRIAN SILVA

Uma Mineira de Belo Horizonte Escreve sua Própria História de Resiliência e Realização

Por Luciano Dibalbino

Em uma entrevista exclusiva para a Eurritmia Magazine, Lamyrian Silva compartilhou sua inspiradora história de vida e sucesso. **"Compartilhar hoje a minha história aqui é um privilégio e uma sensação de um sonho realizado. Na verdade, é além do que planejei"**, declarou emocionada.

Lamyrian Silva nasceu em 19 de outubro de 1988, em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. Ela é mãe de Samuel Almeida, seu milagre, e casada com Leonio Ferreira há 15 anos. Ela tem dois irmãos maravilhosos, Vitor Emanuel, de 9 anos, e Mariane Letícia, de 31 anos. Além disso, orgulhosamente se declara tia do pequeno príncipe Benício.



A paixão de Lamyrian pelo cuidado da beleza das pessoas começou cedo, aos 10 anos de idade. Foi na escada da casa dos avós, no interior de Minas Gerais, que ela iniciou suas primeiras práticas de manicure e design de sobrancelhas. Mesmo enfrentando dificuldades financeiras, ela se dedicava aos estudos e ao trabalho para comprar os materiais necessários.

Seu pai Jânio morava em outra cidade e sempre que podia ajudava também. Sua mãe, Petrina Patrícia, em busca de uma vida melhor, decidiu se mudar para Portugal, deixando Lamyrian sob os cuidados dos avós e, sua irmã com uma família amiga. "Foi difícil para todos nós, mas foi necessário para nosso crescimento em todas as áreas das nossas vidas", refletiu Lamyrian. Aos 14 anos, durante os intervalos de seu trabalho em um centro de informática, ela conciliava suas atividades para continuar atendendo suas tias, primas e amigas.

Em 2006, a mãe de Lamyrian trouxe ela e sua irmã para Portugal, onde ela viveu por oito anos. Com isso, conheceu seu esposo e começou a construir sua experiência profissional. Trabalhou em uma clínica dentária, mas rapidamente percebeu que seu verdadeiro chamado era na área da beleza. "Tive outras experiências em diferentes profissões, mas a que mais me identifiquei foi com a área da beleza", contou.

Lamyrian expressa uma enorme gratidão pela oportunidade dada por Paula Barradas, proprietária da Sb Nails, onde atuou como instrutora e subgerente. "Foi uma jornada de muito aprendizado", relembrou. Ao retornar ao Brasil, Paula confiou em Lamyrian, permitindo que ela levasse materiais para dar cursos e fazer vendas, ajudando-a a realizar o sonho de abrir seu próprio espaço.

Em fevereiro de 2023, o Estilo Beleza Academy (Studio de Estética e Barbearia), localizado em Jaguaré, Espírito Santo, comemorou nove anos de história. Lamyrian relembra a inauguração como um momento surreal e incrível, marcado pela ajuda de seu amigo, pastor e advogado Cláudio Corgozinho, na escolha do nome e criação da logomarca.

A conexão com seus clientes ao longo dos anos é uma das maiores recompensas para empresária. "Conheci pessoas maravilhosas, clientes que se tornaram amigos. É muito gratificante quando um cliente de 17 anos atrás me reencontra e diz que quer continuar sendo meu cliente", compartilhou.

Em março de 2024, Lamyrian retornou a Portugal com novos projetos em mente, ainda não revelados, mas disse a nossa reportagem que em breve contará essa nova empreitada. Atualmente, reside em Paivas, Seixal, e continua dedicada a realçar a beleza das pessoas, transmitindo tudo o que aprendeu ao longo de sua carreira. "Desistir não é opção", afirma com convicção.

Lamyrian Silva é proprietária do Estilo Beleza Academy no Brasil, especialista em Design de Sobrancelhas há 18 anos, artista em Retir AS Design e mentora e Micropigmentadora. Com gratidão a Deus, ela celebra cada conquista e enfrenta os desafios com fé e determinação. "Gratidão a Deus porque até aqui ele tem me sustentado", concluiu, citando 1 Samuel 7:12 e Provérbios: "Consagre ao Senhor tudo o que você faz, e os seus planos serão bem-sucedidos."

Para acompanhar o trabalho de Lamyrian, siga @estilobeleza_estetica no Instagram.

BRAÉ HAIR CARE:

REVOLUTIONISING WOMEN'S HAIR CARE GLOBALLY

Expansion is the guiding principle behind Braé Hair Care. Established in Miami and headquartered in São Paulo, the company was founded in 2015 by mechatronics engineer Renato Antunes with a mission to share the beauty and expertise of Brazilian women's hair globally. In less than a decade, Braé has solidified its position in the beauty industry, emerging as a successful contender against major brands like L'Oreal and Wella.

Braé products encompass professional and home care lines, crafted by esteemed professionals. Each formula is exclusive and adheres to the highest quality standards. The brand boasts a diverse portfolio exceeding 100 products, featuring comprehensive hair care lines for various needs such as reconstruction, hydration, nutrition, and protection, alongside hair and body fragrances.

Braé operates in numerous countries, including the United States, Portugal, Spain, Switzerland, England, Russia, Ukraine, Bahrain, United Arab Emirates, Paraguay, Poland, and Germany, and maintains a strong presence across Brazil. Its products are distributed in over 25,000 beauty salons and 5,000 multi-brand stores. The upcoming expansion plan for 2024 involves venturing into additional European, Asian, and African markets. This strategic growth mirrors the worldwide need for high-quality hair products, positioning Braé to establish itself as a globally renowned brand in these developing regions.

In five years, Braé aims to achieve even higher targets: generating 1 billion reais in revenue, diversifying into additional product segments for women's care, and strengthening its brick-and-mortar footprint by establishing kiosks. Currently, there are 11 kiosks across Rio de Janeiro and São Paulo, and one in New York, situated within the brand's exclusive salon, The Boutique, managed by renowned Brazilian hairstylists.



Braé Hair Care

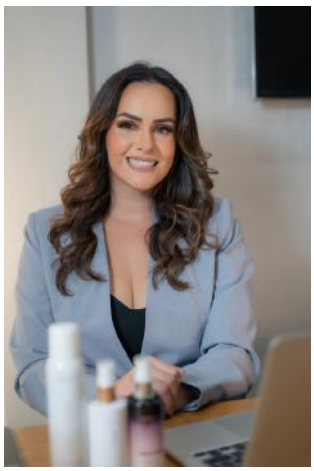
TRANSFORMANDO O CABELODAS MULHERES NO BRASIL E NO MUNDO
A empresa brasileira de cosméticos de alta performance expande sua operação internacional eaposta agora em outros países da Europa, Ásia e África

Expansão. Essa é a palavra-chave que norteia a Braé Hair Care. Criada em Miami e baseada em São Paulo, a empresa brasileira fundada pelo engenheiro mecatrônico Renato Antunes surgiu em 2015 com a ideia de "levar a beleza e a experiência dos cabelos das mulheres brasileiras para o mundo". Assim está sendo. Com menos de dez anos no mercado beauty, a Braé se consolidou e, hoje, é um player de sucesso e concorrente de grandes marcas, como L'Oreal e Wella.

Com linhas profissionais e home care, os produtos da Braé são desenvolvidos por profissionais renomados, cada fórmula é exclusiva e segue os mais altos padrões de qualidade. Atualmente a marca apresenta amplo portfólio com mais de 100 produtos e oferece linhas completas de hair carecom diferentes finalidades como reconstrução, hidratação, nutrição e proteção, além de perfumes capilar e corporal.

Presente em todo o Brasil, a Braé também atua nos Estados Unidos, Portugal, Espanha, Suíça, Inglaterra, Rússia, Ucrânia, Bahrein, Emirados Árabes, Paraguai, Polônia e Alemanha. Seus produtos são vendidos em mais de 25 mil salões de beleza e 5 mil lojas multimarcas. O projeto de expansão para 2024 inclui entrar em outros países da Europa, Ásia e África – este crescimento reflete a demanda global por produtos capilares eficazes e de qualidade, e a Braé está posicionada para se tornar uma marca internacionalmente reconhecida nesses mercados emergentes.

Em cinco anos, a meta é ainda maior: faturar 1 bilhão de reais, ampliar para outras categorias de produtos para o cuidado da mulher, e consolidar sua presença física com a abertura dos quiosques – no momento, são 11 entre os estados do Rio de Janeiro e São Paulo, e um em Nova York, no salão próprio da marca, o The Boutique, comandando por grandes hair stylists brasileiros.



Who is Taliane?

Taliane, an experienced distributor in the hair cosmetics industry, has a 13-year history. Over the last 7 years, she has collaborated with Braé Hair Care, a renowned brand in the hair care sector. Throughout her career, Taliane has served as a distributor in Portugal and England. She presently serves as the global agent for Braé Hair Care, overseeing and advancing the brand globally.

Taliane é uma distribuidora experiente na indústria de cosméticos capilares, com uma trajetória de 13 anos. Nos últimos 7 anos, ela trabalha com a Braé Hair Care, uma marca conhecida no setor de cuidados capilares. Durante sua carreira, Taliane atuou como distribuidora em Portugal e Inglaterra. Atualmente, ela ocupa o cargo de agente global da Braé Hair Care, coordenando e promovendo a marca em escala internacional.



VISION FOR ENTREPRENEURSHIP

VISÃO EMPREENDEDORA

Who among us has never missed a chance in life?

Perhaps this was due to a lack of vision for the specific business opportunity at that time. Upon reflection, we often realise we overlooked a significant opportunity, as such chances are rare. It is essential to be ready for any opportunity that arises.

A visionary typically avoids the conventional and instead opts for innovative approaches. However, it is acknowledged that not all individuals possess this capability.

If you lack a visionary profile, rest assured that you are trainable.

As an entrepreneur looking to initiate or expand your business, possessing a broad vision is essential. This perspective is cultivated not only through courses, studies, and research but also through networking and engaging in mastermind groups. By doing so, you can establish connections with individuals who have already accomplished your goals and can provide guidance.

Investing in reliable coaches and mentors can significantly boost your outcomes. In my role as a women's mentor, I assure you that unlocking individuals' full potential to improve their results is achievable. Success hinges on your dedication.

If you seek to broaden your perspective to avoid missing further opportunities, rely on me.

Quem de nós nunca perdeu uma oportunidade na vida?

Provavelmente porque não tínhamos visão para o determinado negócio naquele momento. E então depois de analisarmos, notamos que perdemos uma grande chance, muitas oportunidades batem nas nossas portas somente uma vez. Por isso devemos estar preparados para toda ocasião.

A pessoa visionária geralmente não escolhe o óbvio, ela sempre escolhe caminhos inovadores. Mas nós sabemos que nem todos tem essa habilidade.

E se você não tem um perfil visionário, saiba que é treinável.

Você empreendedor que deseja iniciar o seu empreendimento ou até mesmo expandir o seus negócios, definitivamente precisa ter uma visão ampla. E isso não é somente adquirido em cursos, estudos, pesquisas; mas também em Network e Master Mind , assim se conectará com pessoas que já alcançaram aquilo que você deseja e podem dar o caminho das pedras.

Vale a pena lembrar que investir em Coaches e Mentores de confiança, aceleram seus resultados. Eu como Mentora de Mulheres garanto que é possível extrair de dentro de cada ser humano o que existe de melhor para potencializar os seus resultados. Tudo dependerá do seu comprometimento.

Então se você quer Desenvolver uma visão mais ampla Para não perder mais nenhuma oportunidade, conte comigo.



Cris Santos
@crissantosmentora

HELLMARY
SPIRITS

HellMary Spirits, the project is now over 2 years old. The partners undertook this challenge while confined to their homes during the pandemic, driven by their passion for gin.
It began with experiments in a pressure cooker, leading to the launch of the brand in 2022, known for its organic, and gluten-free products.
Hélder Gavaia, partner and Master Distiller, possesses academic expertise in chemistry and botany, making him well-versed in the processes and attributes of various plants and botanicals utilised in production. Conversely, his wife and partner Mariana Roque de Aguiar specialises in Marketing and Sales.
www.hellmary.pt General@hellmary.pt

A HellMary Spirits , o projeto já possui mais de 2 anos. Os sócios abraçaram este desafio quando, durante a pandemia, estiveram confinados na sua habitação, e amantes de gin.
Tudo começou com experiências numa panela de pressão quando decidiram em 2022 lançar a marca, que prima por ser orgânico biológico e glúten free.
Hélder Gavaia, sócio e Master Distiller, possui formação académica na área da química e botânica, logo conhecedor dos processos e das características de cada planta, de cada botânico usado no processo de produção. Por sua vez a sua esposa e sócia Mariana Roque de Aguiar é uma expert na área de Marketing e Vendas.
www.hellmary.pt
Geral@hellmary.pt



FLÁVIA BECK

Flávia Beck was born in Rio de Janeiro, the daughter of migrants from the North and Northeast of Brazil who settled in popular communities in Rio de Janeiro. She viewed education as a pathway to transform her life. Flávia migrated to Portugal to further her studies and invest in her children's education as well as her own. She integrated seamlessly into Lisbon life, engaging in writing, publishing, singing at the Lisbon Carnival, making friends, and actively participating in the city's cultural and political spheres.

Flávia holds degrees in Literature from the State University of Rio de Janeiro (UERJ) and Social Sciences from the Federal University of Rio de Janeiro (UFRJ). She also completed a specialisation in Health Communication and Information at the Oswaldo Cruz Foundation (FIOCRUZ) and is pursuing a master's degree in Anthropology at the University of Lisbon. Over the course of more than 20 years, she has taught in schools and universities and worked extensively in the social sector, collaborating with institutions such as UFRJ, UN Habitat, and the State Government of Rio de Janeiro.

Driven by her belief in the democratisation of education, Flávia founded Polieducare, an online learning platform. Polieducare offers a range of educational opportunities including Youth and Adult Education (EJA), Technical Courses, Bachelor's Degrees, Specialisations, and MBAs, accessible to any Brazilian, migrant or otherwise, with valid documentation from Brazil. The platform allows learners to advance their studies and expand their skills at their own pace and convenience.

Currently, Flávia is seeking partnerships in the field of online education in Portugal to enhance the educational offerings of Polieducare and broaden its impact.

Flávia Beck nasceu no Rio de Janeiro, filha de migrantes, que vieram do Norte e Nordeste do Brasil para comunidades populares do Rio de Janeiro, viu na educação uma oportunidade para transformação de sua vida. Migrou para Portugal a fim de continuar os estudos e investir na educação dos filhos e na sua, inseriu-se bem na vida lisboeta, escreveu, publicou, cantou no Carnaval de Lisboa, fez amizades e hoje tem participação na vida cultural e política da cidade.

Formada em Letras (UERJ- Universidade do Estado do Rio de Janeiro) e Ciências Sociais (UFRJ- Universidade Federal do Rio de Janeiro) com Especialização em Comunicação e Informação em Saúde (FIOCRUZ- Fundação Oswaldo Cruz), entrou no mestrado de Antropologia (Universidade de Lisboa). Foi professora em escolas e universidades, também trabalhou na área social por mais de 20 anos, em parcerias com UFRJ, ONU Habitat, Governo Estado do Rio de Janeiro, entre outros.

Sempre viu na democratização da educação uma forma de transformação e materializou esse ideal em uma plataforma de ensino à distância, a Polieducare, onde todo brasileiro, migrante ou não, qualquer pessoa que tenha documento emitido no Brasil pode avançar nos seus estudos e ampliar sua formação.

A Polieducare tem EJA, Educação de Jovens e Adultos, Cursos Técnicos, Superiores na área de gestão, Bacharelados, Licenciaturas, Especializações e MBAs, que você pode concluir dentro da sua comodidade.

Atualmente Flávia busca parcerias na área de educação online em Portugal, para ampliar a oferta educativa em sua empresa.



Os sites de sua empresa são:
www.faculdade.polieducare.com.br
www.polieducare.com.br
Instagram:
@flavia1.beck
@poli_educare
Email: suporte@polieducare.com

INNOVATIVE AND PASSIONATE AESTHETICS: Vanessa Paula



Vanessa Paula is a visionary in the field of aesthetics, characterised by her relentless pursuit of exceptional outcomes and her fervour for changing lives. Globally acknowledged for her groundbreaking approaches and the efficacy of her skincare products, she is a trailblazer who not only develops aesthetic remedies but also motivates her clientele to celebrate their inherent beauty with enhanced confidence and self-worth.

Values and Professional Philosophy

Integrity and innovation form the basis of Vanessa's work. Self-taught and continuously learning, she is committed to enhancing her skills to deliver remarkable outcomes in a holistic and gentle manner. Her mission transcends mere aesthetics; it strives to promote wellness, revitalise, and fortify muscles through tailored VIP coaching.

Vanessa has developed 20 exclusive rejuvenation methods, such as the well-known "Bumbum Brasil180" for buttock enlargement and "Mamo Up" for breast enlargement. Her "Guru Redux" method, which can reduce measurements in just 30 minutes, showcases her talent in blending science and nature for exceptional outcomes. Vanessa's treatment creams have garnered global acclaim from clients spanning America, Europe, and Dubai, owing to their remarkable effectiveness. Beyond delivering top-notch products, Vanessa offers tailored guidance to help clients achieve their utmost beauty and wellness potential.

Recognition and Contributions

Vanessa, a presenter on SBT Brasil and a judge at the esteemed Miss Bumbum Brasil event on two occasions, has not only influenced trends but also elevated the benchmark in the aesthetics sector. Her skills have also enabled her to assist a range of individuals, such as celebrities and influencers, who rely on her knowledge to reach their aesthetic objectives.

Vanessa's future vision entails embarking on an innovation journey driven by her passion for pushing boundaries. She is dedicated to creating groundbreaking approaches that surpass conventional standards. Her objective is to encourage self-love, promote graceful aging, and deliver remarkable outcomes using organic and enduring techniques. Operating at the intersection of science and beauty, Vanessa Paula stands out as a genuine trailblazer, constantly pursuing the extraordinary to enhance the welfare and confidence of her clientele. She focuses on revitalising health, fostering muscle rejuvenation, and guiding VIPs who serve as key influencers in their respective fields.

Vanessa Paula é uma visionária no universo da estética, cuja trajetória é marcada pela busca incessante por resultados extraordinários e pela paixão em transformar vidas. Reconhecida mundialmente por seus métodos inovadores e pelo sucesso de seus cremes de tratamento, ela é uma líder que não apenas cria soluções estéticas, mas inspira suas clientes a abraçarem sua beleza natural com confiança e autoestima elevadas.

Valores e Filosofia Profissional
Integridade e inovação são os alicerces do trabalho de Vanessa. Autodidata e constantemente atualizada, ela se dedica a estudar e evoluir suas técnicas para proporcionar resultados surpreendentes de forma natural e não invasiva. Sua missão vai além de simplesmente estética; ela visa restaurar a saúde, rejuvenescer e fortalecer muscularmente através de mentorias VIPs personalizadas.

Cremes e Métodos de Rejuvenescimento Vanessa é a criadora de 20 métodos exclusivos de rejuvenescimento, incluindo o renomado "Bumbum Brasil180" para aumento dos glúteos e o "Mamo Up" para aumento dos seios. Seu método "Guru Redux", capaz de reduzir medidas em apenas 30 minutos, é um exemplo de sua habilidade em combinar ciência e natureza para alcançar resultados extraordinários. Os cremes de tratamento desenvolvidos por Vanessa são amplamente aclamados por clientes ao redor do mundo, da América à Europa e Dubai, devido aos seus impressionantes resultados. Além de oferecer produtos de alta qualidade, Vanessa proporciona mentorias personalizadas para garantir que suas clientes alcancem o máximo potencial de beleza e saúde.

Reconhecimento e Contribuições Como apresentadora no SBT Brasil e jurada do prestigiado evento Miss Bumbum Brasil por duas vezes, Vanessa não só ditou tendências como elevou o padrão na indústria estética. Seu talento também a levou a atender diversas personalidades, incluindo misses e influencers, que confiam em sua expertise para alcançar seus objetivos estéticos.

Visão Futura Para Vanessa, a jornada de inovação está apenas começando. Sua paixão por desafiar limites a motiva a continuar desenvolvendo métodos inovadores que superam expectativas. Seu objetivo é inspirar as pessoas a se amarem mais, envelhecerem com qualidade e beleza, e alcançarem resultados extraordinários através de práticas naturais e sustentáveis. No universo onde a ciência e a estética se encontram, Vanessa Paula brilha como uma verdadeira pioneira, sempre buscando o surreal e o excepcional para elevar o bem-estar e a autoestima de seus clientes, restaurando a saúde e promovendo o rejuvenescimento muscular através de mentorias VIPs que são verdadeiros diferenciais em sua carreira.



Marcella Castellano



Marcella Castellano, a Brazilian DJ based in Portugal, lives between music and meditation.
The Brazilian artist, known for her fusion of House Music styles, donates part of her earnings to social impact actions aimed at awakening consciousness.

Her passion for music emerged at an early age through her participation in the church choir, playing radio games with cousins and listening to an aunt's vinyls in the countryside of Minas Gerais. It was at the age of 16 that he found his parallel universe at an electronic music event. After that, she focused on her studies and was certified at the International School of Electronic Music, when she made a career transition to fulfil a purpose and decided to create her first project as a professional DJ.

With her daily devotion and a vast repertoire of music, from world classics to the most current, she develops creative instrumental techniques and a method for working with people in a fun way, using electronic music to deepen self-knowledge and share messages of empowerment.

In addition, in 2023 she entered the opening contest of RFM SOMNNI - European Summer Festival where ALOK, JAMES HYPE, DIEGO MIRANDA and other great artists have already played, and in 2024 she has played at private and public events in Portugal and abroad, such as for EURRITMIA and festivals like ROCK IN RIO LISBOA, being recognised for fusing strands of House Music such as Organic, Melodic Techno, Afro House and Tech House and for producing creative mixes and live sets that transmit surprising energy. Follow the DJ on Instagram @marcellacastellanoo to keep up to date with upcoming releases and her YouTube lives.

"Bringing joy through my work was the best thing that ever happened in my life"

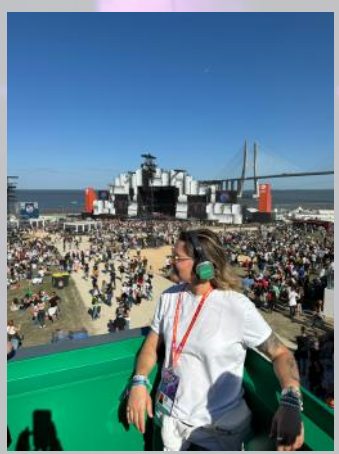
CONHEÇA MARCELLA CASTELLANO

Marcella Castellano, DJ brasileira radicada em Portugal, vive entre a música e a meditação. A artista brasileira, conhecida pela fusão de estilos da House Music, destina parte dos seus rendimentos a acções de impacto social que visam o despertar da consciência.

A paixão pela música surgiu desde cedo com participação no coral da igreja, brincadeiras de rádio com primos e a escutar os vinis de uma tia no interior de Minas Gerais. Foi aos 16 anos que encontrou o seu universo paralelo em um evento de música eletrónica. Depois disso, focou nos estudos e foi certificada em Escola Internacional de Música Eletrónica, quando fez uma transição de carreira para cumprir um propósito e decidiu criar o seu primeiro projeto como DJ profissional.

Com a sua devoção diária e um vasto repertório de músicas, desde clássicos mundiais aos mais atuais, desenvolve técnicas instrumentais criativas e um método para trabalhar com as pessoas de forma divertida, a utilizar a música eletrónica para aprofundar o autoconhecimento e partilhar mensagens de empoderamento.

Para além disso, em 2023 entrou no concurso de abertura do RFM SOMNNI - Festival Europeu de Verão onde já tocaram ALOK, JAMES HYPE, DIEGO MIRANDA entre outros grandes artistas, em 2024 tem tocado em eventos privados e públicos, em Portugal e no estrangeiro, como para a EURRITMIA e festivais como o ROCK IN RIO LISBOA, sendo reconhecida por fundir vertentes da House Music como Organic, Melodic Techno, Afro House e Tech House e por produzir misturas criativas e sets ao vivo que transmitem uma energia surpreendente. Siga a DJ no Instagram @marcellacastellanoo para ficar por dentro dos próximos lançamentos e suas lives no Youtube.



"Trazer alegria através do meu trabalho foi a melhor coisa que aconteceu na minha vida"



FIGO & MEL

EXPLORE THE ESSENCE OF FIGO & MEL GRAZING CUISINE

Figo & Mel is more than a brand; it's the materialisation of a deep passion for gastronomy and art, which was born from the heart and creative mind of Karolini, its founder and creator. Karolini has always had an intimate relationship with cooking, improving her skills over the years and constantly seeking new ways to express herself through the flavours and presentation of food.

A Figo & Mel é mais do que uma marca; é a materialização de uma paixão profunda pela gastronomia e pela arte, que nasceu do coração e da mente criativa de Karolini, sua fundadora e idealizadora. Karolini sempre teve uma relação íntima com a culinária, aprimorando suas habilidades ao longo dos anos e buscando constantemente novas formas de se expressar através dos sabores e da apresentação dos alimentos.

Figo & Mel emerged as an opportunity for personal reinvention, a means of channeling Karolini's creativity and emotion into each product offered. With an innovative Grazing Food concept, Figo & Mel creates unique and sophisticated gastronomic experiences. From charcuterie boards and cold cuts tables, to appetisers and breakfast baskets, each item is carefully selected and assembled to delight palates and provide memorable moments.

Our mission is clear: to delight and surprise through gastronomic art. At Figo & Mel, we believe that every meal should be a celebration of life and moments shared with those we love. We provide unique and sophisticated experiences, where every detail is thought out with love and dedication, transforming simple occasions into unforgettable celebrations.

We want every meeting with friends, corporate event or family celebration to be special. Our vision is to make every moment of sharing and joy unforgettable, through products that not only nourish, but also inspire and move. For us, it is essential to be part of people's important moments. We want to bring joy and sophistication to moments of celebration, as we believe that the greatest good is relationships between people and the sharing of happy moments. We are here to be a part of those precious memories.

There are several reasons to entrust an order to Figo & Mel:

- **Practicality**: Receive your products ready to eat.
- **Elegance:** Harmonious combination of items and details that enchant.
- **Sensory experience:** We combine flavours, aromas and visual presentation for a complete experience.

At Figo & Mel, food goes beyond simply nourishing the body; It is an expression of affection and an invitation to celebrate life and precious moments with friends and family. Come and discover the world of Figo & Mel and allow yourself to be enchanted by a gastronomic experience like no other.

A Figo & Mel surgiu como uma oportunidade de reinvenção pessoal, um meio de canalizar a criatividade e a emoção de Karolini em cada produto oferecido. Com um conceito inovador de Grazing Food, a Figo & Mel cria experiências gastronômicas únicas e sofisticadas. Desde tábuas de frios e mesas de frios, até antepastos e cestas de pequeno-almoço, cada item é cuidadosamente selecionado e montado para encantar os paladares e proporcionar momentos memoráveis.

Nossa missão é clara: encantar e surpreender através da arte gastronômica. Na Figo & Mel, acreditamos que cada refeição deve ser uma celebração da vida e dos momentos partilhados com aqueles que amamos. Proporcionamos experiências únicas e sofisticadas, onde cada detalhe é pensado com amor e dedicação, transformando ocasiões simples em celebrações inesquecíveis.

Queremos que cada reunião com amigos, evento corporativo ou celebração familiar seja especial. Nossa visão é tornar cada momento de partilha e alegria inesquecível, através de produtos que não apenas alimentam, mas também inspiram e emocionam. Para nós, é fundamental fazer parte dos momentos importantes das pessoas. Queremos levar alegria e sofisticação aos momentos de celebração, pois acreditamos que o bem maior são as relações entre as pessoas e a partilha de momentos felizes. Estamos aqui para fazer parte dessas memórias preciosas.

Há vários motivos para confiar um pedido à Figo & Mel:

- **Praticidade:** Receba seus produtos prontos para comer.
- **Elegância:** Combinação harmônica de itens e detalhes que encantam.
- **Experiência sensorial:** Combinamos sabores, aromas e apresentação visual para uma experiência completa.

Na Figo & Mel, o alimento vai além de simplesmente nutrir o corpo; é uma expressão de carinho e um convite para celebrar a vida e os momentos preciosos com amigos e familiares. Venha descobrir o mundo da Figo & Mel e permita-se ser encantado por uma experiência gastronômica como nenhuma outra.

Karolini - 912 446 541 Instagram: @figoemel.pt

UNSTOPPABLE AT FORTY

A New Chapter of Empowerment and Self-Love

By Luciano Dibalbino

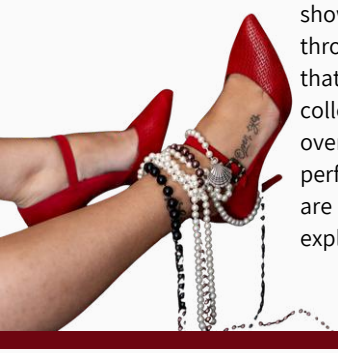
The "Women After 40" project was born from a challenge initiated by André, the marketing director of MZ Fashion, and inspired by CEO Mia's passion for shoes. This initiative aims not only to open minds and combat prejudices but, above all, to restore self-love and help women overcome society's stereotypes.

Upon turning 40, Mia, the founder of the project, questioned the limitations imposed by age: "I reached 40, and then what? In fact, I was born in 1981 and am 43 years old, to be more exact. Who said I can't be what I want? Who said I don't feel sexy? Who said sex is over? No. Now, a woman's life begins," Mia highlights.

She argues that maturing means taking responsibility for one's life and refusing to simply survive and follow the rules of a "hypocritical" and stereotypical society. For her, life at 40 is a phase of rediscovery, intense emotions, and reevaluation of personal relationships. According to Mia, sexuality should be lived fully and without taboos, as at 40, sex can become even more satisfying.

The project emphasises that women over 40 are sensual, regardless of their physical characteristics. In a world where age stereotypes still prevail, it's important to remember that many women change careers at 40, challenging prejudices and showing that age is just a number. Age discrimination is unacceptable and illegal, as seen in advertisements that limit hiring to "employees up to 35 years of age." Furthermore, many women choose to become mothers after 40, proving that this stage of life can be a time of great achievements.

“After the official presentation of the project in September, the objective is to choose a person over the age of 40 every month, photograph them, and tell a little of their story. This way, these people will be able to give their testimony on a professional level and participate in a more sensual photo session, showing how good they felt about themselves through this experience. We want to demonstrate that, from the age of 40, we can be whatever we want, collecting real testimonies from people who face and overcome the fears and anxieties of not having a perfect body. Showing that it doesn’t matter if they are not perfect as society’s stereotypes demand,” explains Mia about the project's execution.



As CEO of MZ Fashion, Mia hopes to address crucial societal issues, restoring self-love to women who feel powerless and anxious due to stereotypical standards. She aims to combat prejudices and taboos, showing that after 40, there are still many dreams to be fulfilled and that this phase is just the beginning. Mia herself returned to fashion three years ago, after a seven-year break, and despite not considering herself a "Barbie" and having curves, she feels extremely sexy and fulfilled. She emphasises that, like any real person, she has good days and bad days.

Mia acknowledges that this project would not be possible without the collaboration of several people and partners. She gives special thanks to photographer António from Oeestudio44 for his dedication, makeup artist Simone Ferreira for enhancing her beauty, model and friend Bruno for his partnership, model Helena Lutts for her willingness to collaborate, and RP André Cascalho for his constant support, as well as her friend Vitor Figueiredo.

“Gratitude also to the marketing director, who prefers to remain anonymous; to the Ouro e Others jewelry store; to the accessories brand @miup; and to dear Cátia Franco, who takes care of my hands and feet. Special thanks to TwentyOne Motel (Porto/Gondomar) for the sponsorship and for providing a princess atmosphere in the suites during the photo shoots. Solário Pimenta, responsible for tanning, and FafeVisão, for sunglasses looks, are also essential to the success of the project. Finally, a thank you to Cícara Confeitaria, who takes care of brunches on event days and photo shoots," Mia concludes.



MULHERES APÓS OS 40
Um Novo Capítulo de Empoderamento e Amor-Próprio

Por Lucino Dibalbino

O projeto "Mulheres Após os 40" nasceu de um desafio lançado pelo diretor de marketing André, da MZ Fashion, inspirado na paixão de sua CEO, Mia, por sapatos. Esta iniciativa visa não apenas abrir mentalidades e combater preconceitos, mas, acima de tudo, devolver amor-próprio e ajudar mulheres a superarem os estereótipos da sociedade.

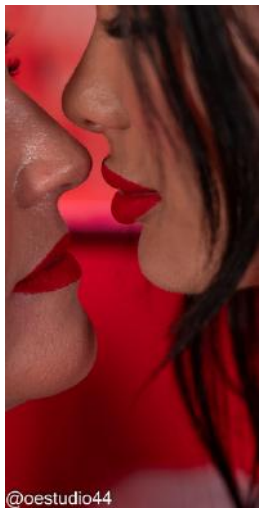
Ao completar 40 anos, a fundadora do projeto questiona as limitações impostas pela idade: "Cheguei aos 40 e depois? Aliás, 1981 e 43 anos de idade, para ser mais exata... E quem disse que não posso ser o que quero? Quem disse que não me sinto sexy? Quem disse que o sexo acabou? Não... Agora sim, começa a vida de uma mulher", destaca Mia.

Ela argumenta que amadurecer significa assumir responsabilidade pela própria vida, recusando-se a simplesmente sobreviver e seguir as regras de uma sociedade "hipócrita" e estereotipada. Para ela, a vida aos 40 é uma fase de redescoberta, emoções intensas e reavaliação das relações pessoais. A sexualidade, segundo ela, deve ser vivida plenamente e sem tabus, pois aos 40 o sexo pode se tornar ainda mais satisfatório.

O projeto destaca que as mulheres acima dos 40 anos são sensuais, independentemente de suas características físicas. Em um mundo onde estereótipos de idade ainda prevalecem, é importante lembrar que muitas mulheres mudam de carreira aos 40, desafiando preconceitos e mostrando que a idade é apenas um número. É inaceitável e ilegal a discriminação por idade, como visto em anúncios que limitam a contratação a "funcionários até aos 35 anos". Além disso, muitas mulheres optam por ser mães após os 40, evidenciando que esta fase da vida pode ser um momento de grandes realizações.



“Após a apresentação oficial do projeto em setembro, o objetivo é escolher uma pessoa a partir dos 40 anos, todos os meses, fotografá-la e contar um pouco de sua história. Dessa forma, essas pessoas poderão dar seu testemunho a nível profissional e participar de uma sessão fotográfica mais sensual, mostrando como se sentiram bem consigo mesmas através dessa experiência. Queremos demonstrar que, a partir dos 40, podemos ser o que quisermos, recolhendo testemunhos reais de pessoas que enfrentam e superam os medos e ansiedades de não terem um corpo perfeito. Mostrar que não importa se não são perfeitas conforme os estereótipos da sociedade exigem”, esclarece Mia a cerca da realização do projeto.



Como CEO da MZ, a idealizadora do projeto espera abordar temas cruciais da sociedade, devolvendo amor-próprio a mulheres que se sentem impotentes e ansiosas devido a padrões estereotipados. Ela quer combater preconceitos e tabus, mostrando que após os 40 ainda há muitos sonhos a serem realizados, e que esta fase é apenas o começo. Ela mesma voltou à moda há três anos, depois de uma pausa de sete anos, e, apesar de não se considerar uma "Barbie" e ter curvas, sente-se extremamente sexy e realizada. Ela enfatiza que, como qualquer pessoa real, tem dias bons e maus.

Mia lembra que este projeto não seria possível sem a colaboração de diversas pessoas e parceiros, e faz agradecimentos especiais como para o fotógrafo António, do Oeestudio44, por sua dedicação; à maquiadora Simone Ferreira, por realçar a beleza da CEO; ao modelo e amigo Bruno, pela parceria; à modelo Helena Lutts, pela disposição em colaborar; e ao RP André Cascalho, pelo constante apoio, assim como ao amigo Vitor Figueiredo.
“Gratidão também ao diretor de marketing, que prefere permanecer anônimo; à joalheria Ouro e Outros; à marca de acessórios @miup; e à querida Cátia Franco, que cuida das mãos e pés da CEO. Um agradecimento especial ao TwentyOne Motel (Porto/Gondomar) pelo patrocínio e por proporcionar um ambiente de princesa nas suítes durante as sessões fotográficas.

O Solário Pimenta, responsável pelo bronzeado, e a FafeVisão, pelos looks de óculos de sol, também são essenciais para o sucesso do projeto. Por fim, um agradecimento à Xícara Confeitaria, que cuida dos brunches nos dias de eventos e sessões fotográficas.

ANA CAROLINE
Building Beauty, Building a Business

Eurritmia Magazine is pleased to present Ana Caroline, an exemplary professional in the field of aesthetics. Born in Salvador on April 24, 1981, Ana Caroline brought her talent and dedication to Portugal in 2022. With a passion for aesthetics that began at the age of 14, she dedicated herself to constant improvement, studying skin, podiatry, laser, and many other aspects of this art.

By Luciano Dibalbino



Having lived in Portugal for almost 23 years, Ana Caroline achieved the goal of setting up her own beauty studio, a feat achieved with a lot of effort and determination. In addition to being a successful entrepreneur, she is the mother of three children: Tauan, aged 27, Luan, aged 14, and little Yasmin, aged three months. Living in a modest house and managing her business, Ana Caroline is an example of struggle and perseverance.

Eurritmia Magazine is proud to share the inspiring story of Ana Caroline, a true warrior who built her path with hard work and unwavering dedication.

"DIVAS DON'T SPEND MONEY, THEY MAKE INVESTMENTS"

What were the biggest challenges you faced when starting your business?
The biggest challenges I faced when starting my business were related to financial support. At the beginning, I wasn't fully prepared and had to take out a loan. I wasn't completely ready for the business venture, but it was an opportunity that arose, and since it was a dream of mine, I seized it.

How do you describe the aesthetics market in Europe compared to Brazil?
The market is growing a lot here in Europe, but it still doesn't compare to the Brazilian market. In Brazil, women live aesthetics. Unfortunately, it's still not possible to compare the two markets. Although the area of aesthetics has been growing in Europe, it is growing more and more every day, and I hope and believe that it will continue to grow. I think this is very important.

What are the main services offered by your business?
The main services offered by my business are nails, with a focus on gel nails. I also offer regular pedicures and podiatry services. In addition, I provide various aesthetic treatments, including laser hair removal and facial skin cleansing. I have recently partnered with Pestana to offer additional services.

Have you introduced any innovative or differentiating services to your salon?
One innovative service that I have introduced to my salon is skin cleansing with a Lady mask and laser. This treatment has been very well received by my clients and has helped to differentiate my salon from others in the area. I am always looking for new and innovative ways to improve my services and provide my clients with the best possible experience.

Do you prioritise local products or import products from Brazil? Why?
I prioritise local products. I don't import products from Brazil, but we have some to carry out some work. The majority are from here in Europe, especially Portugal, because I think we have good brands here. I really like the brands I work with. My priority is the quality of my product. So I'm faithful to him and I won't change. I usually say that 50% is my work and 50% is the quality of the material, so, in a team that is winning, I don't move.

What are the main skills that you consider essential for managing an aesthetics business?
I believe being professional is absolutely essential. This means adhering to strict hygiene and quality standards. It's paramount to treat customers with respect, and I think this comes before anything else. Friendliness is also crucial. Thankfully, many of my clients become close friends because, in addition to providing high-quality work, I offer them my empathy and genuine care. I really enjoy that aspect of my business.

Can you share a success story or memorable experience with a client?
I honestly don't know where to begin! In addition to the experience of maintaining my clients, I have many who have been with me for seven years. Some even call me their 'Personal Beautician,' which is truly wonderful to hear. Their loyalty and affection mean the world to me. They've stuck by me even in difficult times. For example, I was away for a month or two, and they wouldn't consider going to another salon. As soon as I returned, they came right back. That kind of dedication and trust is remarkable to me.

If you could go back in time, would you do anything differently? What and why?
I don't think so. I got into aesthetics because I loved what I do. Every day, I thank God for the opportunity to work on something I'm passionate about. I'm always learning and growing, seeking out new training and discovering the latest products on the market. I'm completely satisfied and so grateful to have my own business and work on something I love.

ANA CAROLINE

"Da Bahia à Portugal, a Jornada Inspiradora de Ana Caroline; Empreendedora de Estética"

Por Lucino Dibalbino

A Eurritmia Magazine tem o prazer de apresentar Ana Caroline, uma profissional exemplar na área da estética. Nascida em Salvador no dia 24 de abril de 1981, Ana Caroline trouxe seu talento e dedicação para Portugal em 2022. Com uma paixão pela estética que começou aos 14 anos, ela se dedicou ao aprimoramento constante, estudando pele, podologia, laser e muitos outros aspectos dessa arte.

Residente em Portugal há quase 23 anos, Ana Caroline conquistou a realização de montar seu próprio estúdio de estética, um feito alcançado com muito esforço e determinação. Além de ser uma empreendedora de sucesso, ela é mãe de três filhos: Tauan de 27 anos, Luan de 14 anos, e a pequena Yasmin de três meses. Vivendo em uma casa modesta e gerenciando seu negócio, Ana Caroline é um exemplo de luta e perseverança. A Eurritmia Magazine se orgulha de compartilhar a história inspiradora de Ana Caroline, uma verdadeira guerreira que construiu seu caminho com trabalho árduo e dedicação inabalável.

Quais foram os maiores desafios que você enfrentou ao iniciar seu negócio?
Ana Caroline: Os maiores desafios, que eu enfrentei foram para iniciar o meu negócio. Foi justamente o apoio financeiro, logo no começo, eu não tava propriamente preparada e eu tive que fazer um empréstimo. Não tava totalmente preparada para aquele negócio. Foi uma oportunidade que surgiu e, como já era um sonho, eu agarrei.

Como você descreve o mercado de estética na Europa em comparação com o Brasil?
Ana Caroline: O mercado está crescendo muito aqui na Europa, mas ainda não se compara ao mercado brasileiro; porque no Brasil as mulheres vive a estética. Infelizmente ainda não dá para comparar. Apesar que a área da estética tem crescido na Europa é cada dia mais e eu espero e acredito que vai crescer mais, então eu acho que isso é muito importante.

Quais são os principais serviços oferecidos pelo seu negócio? Você introduziu algum serviço inovador ou diferenciador em seu salão?
Ana Caroline: Os principais serviços que ofereço aqui no meu espaço é unha, e o ponto forte aqui é a unha de gel. O Trabalho de pedicure normal e a podologia. Temos outros serviços ligado à estética, como laser, limpeza de pele facial. Trabalhamos também com Pestana. O que é que eu poderia chamar de inovador, seria uma limpeza de pele com máscara Lady e o laser, que foi uma coisa que eu implantei há um ano. Tem dado muito certo e espero que cresça a cada dia.

Você prioriza produtos locais ou importa produtos do Brasil? Por quê?
Ana Caroline: Eu priorizo produtos locais, não importo produtos do Brasil, mas temos alguns para realizar alguns trabalhos. A maioria é mesmo daqui da Europa especialmente de Portugal, porque eu acho que aqui nós temos boas marcas. Gosto muito das marcas com que eu trabalho. A minha prioridade é a qualidade do meu produto. Então eu sou fiel a ele e, não troco. Costumo dizer que 50% é o meu trabalho e, 50% é a qualidade do material, então, em time que está ganhando não se mexe.



"DIVA NÃO GASTA DINHEIRO, DIVA FAZ INVESTIMENTO"

Quais são as principais habilidades que você considera essenciais para gerenciar um negócio de estética?
Ana Caroline: Eu acho que é ser profissional acima de tudo; respeitar as regras de higiene e de qualidade. Acho que isso é uma das primeiras coisas depois de respeitar o cliente. Simpatia também é essencial. Porque graças a Deus, a maioria das minhas clientes se tornam minhas amigas justamente porque além de oferecer um bom trabalho, uma boa qualidade, eu também ofereço a minha simpatia e, gosto muito disso.

Você pode compartilhar alguma história de sucesso ou uma experiência marcante com um cliente?
Ana Caroline: Sinceramente não sei. Além da experiência de manter as minhas clientes, eu tenho clientes que estão comigo há sete anos e algumas delas diz que sou a "Personal Esteticista" delas. Isso para mim é maravilhoso. O cuidado e carinho delas de não me trocar por outra pessoa, mesmo em dificuldade… Já aconteceu de eu ficar fora por um mês ou dois e, elas não iam procurar outro lugar, ou se iam, assim que eu conseguia voltar ao trabalho, elas voltavam. Isso para mim é uma coisa muito importante, é marcante.

Se pudesse voltar no tempo, faria algo de maneira diferente? O quê e por quê?
Ana Caroline: Acho que não… Eu entrei na estética por gostar do que eu faço. Eu costumo agradecer a Deus todo dia pela oportunidade de estar trabalhando em algo de que eu gosto, que eu sou apaixonada; onde busco crescer a cada dia. Eu estou sempre indo em busca de novas formações, conhecendo novos produtos que são lançados no mercado. Então eu acho que eu não mudaria nada, sou e estou completamente satisfeita e agradecida pela oportunidade de ter o meu próprio negócio e trabalhar em algo que eu amo.

HOLMES PLACE ANNOUNCES PILAT3S, AN INNOVATIVE CONCEPT

PILAT3S is a new concept that aims to combine the best of traditional Pilates with dynamic movements and cutting-edge technology.

Combining the benefits of traditional Pilates - developed at the beginning of the 20th century and known for improving flexibility, strength, and posture - with immersive technology and dynamic movements performed in a controlled and safe manner, the new PILAT3S studios will offer Holmes Place members an innovative opportunity to complement their training plans through routines that enhance confidence in both body and mind.

Through the three types of routines developed - Align, Tone, and Power - each member can choose the desired activity according to their objectives. Each 50-minute routine has a predefined focus based on the benefits it provides in terms of mobility, endurance, or strength. All programs include progressions and regressions, allowing the class to be adapted to the physical capabilities of each person, ensuring that this new concept is accessible to everyone.

This concept was developed by TRIB3 and follows the growing global trend around the Reformer Pilates modality. Holmes Place partners will have exclusive access to the implementation of the PILAT3S brand in the national market, with plans to expand to the Netherlands, Spain, and the United Arab Emirates later this year.

The first club to open this innovative studio was Holmes Place Gaia on June 19th, followed by Holmes Place Cascais, which is scheduled to open in the summer months.

About Holmes Place:
For more than four decades, Holmes Place has been a tireless advocate for promoting health and well-being. Since 1980, it has maintained its pioneering concept of creating a space that meets all the necessary conditions to motivate people to adopt a truly healthy lifestyle. The company currently has 13 Health Clubs in Portugal.

FOR MORE INFORMATION:

CLÁUDIA LIMA
CLAUDIA.LIMA@HOLMESPLACE.PT
HOLMES PLACE PORTUG



HOLMES PLACE ANUNCIA PILAT3S, UM CONCEITO INOVADOR

PILAT3S é um novo conceito que visa aliar o que de melhor tem o Pilates tradicional a movimentos dinâmicos e tecnologia de ponta.



Aliando os benefícios do Pilates tradicional - desenvolvido no início do século XX e conhecido por melhorar a flexibilidade, força e postura - com tecnologia imersiva e movimentos dinâmicos executados de forma controlada e segura, os novos estúdios de PILAT3S irão oferecer aos sócios do Holmes Place uma oportunidade inovadora para complementar o seu plano de treino através de rotinas que aumentam a confiança no seu corpo e mente.

Através dos três tipos de rotinas desenvolvidas - Align, Tone e Power - cada sócio poderá escolher a atividade pretendida de acordo com os seus objetivos. Cada rotina, com duração de 50 minutos, tem o foco predefinido de acordo com os benefícios que podem proporcionar em termos de mobilidade, resistência ou força. Todos os programas incluem progressões e regressões, de modo a adaptar a aula em função das possibilidades físicas de cada um, proporcionando que este novo conceito seja acessível a todos.

Este conceito foi desenvolvido pela TRIB3 e segue a tendência crescente no mercado mundial em torno da modalidade de Reformer Pilates. Os sócios do Holmes Place serão contemplados com acesso exclusivo à implementação da marca PILAT3S no mercado nacional, que estará também presente ainda este ano nos Países Baixos, Espanha e Emirados Árabes Unidos.

O primeiro clube a inaugurar este estúdio inovador foi o Holmes Place Gaia no dia 19 de junho, seguido do Holmes Place Cascais cuja abertura está prevista para os meses de verão.

Sobre o Holmes Place:
Há mais de quatro décadas que o Holmes Place tem sido um defensor incansável na promoção da saúde e bem-estar. Desde 1980, que mantém o seu conceito pioneiro inalterável: criar um espaço que reúna todas as condições necessárias para motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida verdadeiramente saudável. Atualmente a empresa conta com 13 Health Clubs em Portugal.

PILAT3S > DYNAMIC REFORMER STUDIO > ELEVATE YOUR LIFESTYLE

HAIR CARE CLINIC

Rediscover Hair Vitality through Hair Treatments

By Luciano Dibalbino



Hair treatment using painless and healthy methods is increasingly popular, driven by a rising focus on hair well-being and aesthetics. These treatments are recognised for their efficacy in enhancing scalp health, fortifying hair strands, and stimulating hair growth, all without any discomfort or pain. Moreover, these techniques are naturally derived, offering a milder and safer approach to hair care. This article delves into the newest hair therapies available at the Daniela Coimbra Hair Health Center, a facility at the forefront of hair loss treatment in Lisbon.

Dr. Daniela Coimbra provides expertise and services concerning hair care for residents of Lisbon at the Hair Health Center. She offers an innovative and non-invasive approach to addressing baldness, eliminating the need for surgical interventions. Dr. Daniela created a distinctive therapy involving metal and parasite detoxification to purify the body and biological environment. This procedure not only rejuvenates the hair but also enhances its role as a health indicator. "Hair signifies overall health; we are pioneers in introducing this method to the community," states Daniela, expressing pride in her groundbreaking work for hair wellness.

The distinguishing factor of the Hair Health Center is its holistic approach. Daniela and her team recognise the interconnectedness between hair condition, overall health, and emotional well-being. "Our efforts extend beyond mere hair treatments. We utilise quantum frequencies to enhance not just the hair's physical health but also emotional and energetic equilibrium," she elaborates.

One of the standout treatments pledges to halt hair loss within a mere two months and encourage the development of new follicles within two to three months. By the fourth month, noticeable results emerge, showcasing stronger and nourished hair. This treatment integrates manual methods, devices, and specialised cosmetics to address and avert hair issues.

Daniela Coimbra, the founder of the establishment, is an expert in trichology. She provides customised assessments and therapies for conditions like hair loss, dandruff, seborrheic dermatitis, and alopecia.

Isabela Sá, an Integrative and Hair Medicine Doctor from Ceará, graduated from the University of Fortaleza. She holds a postgraduate certification in Nutritional Adequacy and Homeostasis Maintenance, as well as a Master's degree in Healthy Longevity, Herbal, and Traditional Chinese Medicine. With a background in international practice, Dr. Isabela Sá integrates conventional medicine with alternative treatments to address her patients' needs comprehensively. Presently, she also serves as a postgraduate instructor in medical ozone therapy in Portugal..

Trichology

Trichology is a dermatology specialty that concentrates on researching hair and scalp conditions. It involves diagnosing and treating issues like hair loss, breakage, inflammation, and scalp ailments. Hair conditions may indicate underlying health concerns like thyroid disease, anaemia, or vitamin deficiencies, underscoring the importance of a thorough medical assessment.

Innovative Therapies

- **Ozonetherapy:** A therapy utilising ozone (O3) for its antioxidant and anti-inflammatory properties. Benefits include enhanced blood circulation, antimicrobial effects, immune system stimulation, and inflammation reduction. Potential risks include lung irritation, high-dose toxicity, allergies, and air embolism.
- **Rife Therapy:** This involves exposing the body to particular frequencies to eliminate pathogenic microorganisms.
- **Phototherapy:** Utilises visible or ultraviolet light to address medical conditions, particularly those concerning the skin.
- **Nutrient Infusion:** The intravenous delivery of vital nutrients to promptly and efficiently address nutritional deficiencies.

The Hair Health Centre's methodology ensures a thorough and customised experience, guaranteeing tailored treatment for each individual patient.

CENTRO DE SAÚDE CAPILAR

Redescubra a Vitalidade dos Seus Cabelos com Tratamentos Capilares

Por Luciano Dibalbino

O Tratamento capilar com métodos indolores e saudáveis tem ganhado cada vez mais popularidade, devido à preocupação crescente com o bem-estar e a estética dos cabelos. Esses tratamentos são conhecidos por sua eficácia em melhorar a saúde do couro cabeludo, fortalecer os fios e promover o crescimento capilar, sem causar desconforto ou dor.

Além disso esses métodos são desenvolvidos de forma natural, o que proporciona um cuidado mais suave e seguro para os cabelos. Nesta matéria, exploramos os mais recentes tratamentos capilares disponibilizados pelo Centro de Saúde Capilar Daniela Coimbra; que estárevolucionando o tratamento da calvície em Lisboa.

A Doutora Daniela Coimbra disponibiliza seus conhecimentos e tratamentos relacionados aos cabelos dos lisboetas no Centro de Saúde Capilar com um método inovador e indolor de combate à calvície, que não envolve procedimentos cirúrgicos.
A Doutora desenvolveu um tratamento único que utiliza a detoxicação de metais e parasitas, visando a limpeza do corpo e do terreno biológico. Esse processo não apenas restaura o cabelo, mas também reforça sua função como marcador de saúde. "O cabelo não é apenas cabelo; é um indicador do estado geral de saúde. Nós somos os primeiros a trazer essa abordagem para a cidade", diz Daniela, orgulhosa de sua contribuição inovadora para a saúde capilar.

O diferencial do Centro de Saúde Capilar é sua abordagem holística. Daniela e sua equipe entendem que o estado do cabelo está intimamente ligado ao estado de saúde e ao bem-estar emocional do indivíduo. "Nosso trabalho vai além do tratamento capilar específico. Trabalhamos com frequências quânticas, abordando não apenas a saúde física do cabelo, mas também o equilíbrio emocional e energético," explica.

Um dos tratamentos de destaque promete interromper a queda em apenas dois meses e estimular o crescimento de novos folículos em dois a três meses. Em quatro meses, os resultados visíveis são notáveis, com cabelos mais fortes e nutridos. Este tratamento combina técnicas manuais, aparelhos e cosméticos específicos para tratar e prevenir problemas capilares.
Daniela Coimbra, fundadora do espaço é especialista em tricologia. Ela oferece diagnósticos e tratamentos personalizados para problemas como queda de cabelo, caspa, dermatite seborreica e alopecia.

Doutora Isabela Sá, médica cearense formada pela Universidade de Fortaleza, possui uma pós-graduação em Adequação Nutricional e Manutenção da Homeostase e um Master em Longevidade Saudável e Medicina Herbal e Tradicional Chinesa. Com experiência internacional, Doutora Isabela Sá combina medicina convencional e terapias complementares para tratar seus pacientes de forma holística. Atualmente, ela também é docente de pós-graduação em ozonoterapia médica em Portugal.



Tricologia
A tricologia é uma especialidade da dermatologia focada no estudo dos cabelos e couro cabeludo. Esta área abrange o diagnóstico e tratamento de problemas como queda e quebra de cabelo, inflamações e doenças do couro cabeludo. Distúrbios capilares podem ser sintomas de problemas internos, como doenças da tiroide, anemia ou deficiências vitamínicas, tornando essencial uma avaliação médica cuidadosa.

Terapias Inovadoras

- **Ozonoterapia:** Uma terapia alternativa que utiliza o ozono (O3) devido às suas propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias. Benefícios incluem melhoria da circulação sanguínea, ação antimicrobiana, estímulo ao sistema imunológico e redução da inflamação. Contudo, existem riscos potenciais como irritação pulmonar, toxicidade em altas doses, alergias e embolia gasosa. Além deste tratamento, O Centro de Saúde Capilar tem em sua lista, outros procedimentos como os seguintes
- **Terapia Rife:** Baseada na exposição a frequências específicas para destruir microorganismos patogénicos.
- **Fototerapia:** Utiliza luz visível ou ultravioleta para tratar condições médicas, especialmente relacionadas à pele.
- **Infusão de Nutrientes:** Administração intravenosa de nutrientes essenciais para corrigir deficiências nutricionais de forma rápida e eficaz.

A abordagem do Centro de Saúde Capilar promete uma experiência abrangente e personalizada, garantindo que cada paciente receba um tratamento que atenda às suas necessidades específicas.

MARIAM CREMADES



Mariam Cremades is an abstract expressionist artist, born and based in Alicante, Spain. My start in the artistic realm was unconventional. With a background in Chemical Engineering and nearly two decades as the executive director of the top global fashion company, Tempe Inditex, I developed a strategic, innovative, and tech-savvy perspective that enriched my creative endeavours.

My artistic journey commenced in 2014, inspired by my father's influence, evolving into a significant personal and essential endeavour. I create art driven by emotions, which has been a transformative experience leading me to a meditative state focused on self-improvement.

In painting, I discovered my most intimate sanctuary of tranquility, serenity, contemplation, and self-improvement. It evolved into my primary outlet for unleashing creativity without constraints or boundaries. Consequently, the act of creation metamorphoses into an exclusive realm of liberty, connection, and enlightenment. The canvas embodies my abstract ideas, allowing me to fluidly craft a lexicon of forms, patterns, and dimensions that conjure ethereal realms and a spectrum of sentiments.

The pursuit of self-awareness and personal growth is the impetus to delve into the relationship with oneself and with life in all its aspects. My initial artworks showcase a passionate and expressionist style that has transitioned towards more intimate and minimalist conceptual directions. My artworks, created in both oil and acrylic, are distinguished primarily by the utilisation of colour, shapes, textures, and prominent reliefs that signify a new direction towards sculptural painting. Similarly, I have been self-educating while balancing it with my professional journey until May 2024, when I chose to commit fully to my profound passion and concentrate solely on my artistic path.

From the intensive process of development and experimentation emerged "LIFE," a monographic exhibition featuring 30 works. This unique collection symbolises my journey towards self-awareness and personal growth. Each piece reflects self-discovery, striving to be the optimal self, connecting with others, and drawing inspiration from nature to fuel a meditative state that nurtures the reflective process. The continual evolution of life has instructed me to reflect on the past, present, and future. Embracing the ability to comprehend, acknowledge, and honour it is integral to this captivating voyage.

"LIFE" commenced in 2022 at the Exhibition Hall of the Almoradí City Council, the city of my childhood, and extended into 2023 at the Alicante Municipal Arts Center. During that year, my piece "Coraza" was chosen as a finalist in the VIII National Painting Contest of Pozuelo de Alarcón and featured in a collective exhibition at the Espacio MIRA in Madrid.

In 2024, I have showcased my work in various exhibitions across Paris, Madrid, Barcelona, Girona, and Alicante. My upcoming engagement is a group exhibition in July in the vibrant heart of Manhattan, New York, which I am eagerly anticipating. Following this, I will present a solo exhibition in September at the Ciutat Vella venue in Valencia, and subsequently participate in another group exhibition in central London. I am deeply appreciative of all my current experiences. This year has been both intense and exhilarating, and I am thoroughly enjoying it. Being inherently restless, I am constantly eager to learn, accomplish, and explore new opportunities.
For those interested in closely following all my projects, please connect with me on my Instagram profile @mariam_cremades_art and visit my website at mariamcremades.com.





PORTO PRODUCTIONS

Porto Produções Revolutionises the Cultural Scene with Brazilian Music

By Luciano Dibalbino

Porto Produções is revolutionising the cultural scene in Porto, Portugal, by focusing on Brazilian music. Founded with the mission to enrich the city's cultural landscape, the initiative addresses a noticeable gap by offering events that celebrate the vibrant diversity of Brazilian music genres such as samba, forró, and samba de gafieira. This endeavour not only bridges cultural ties between Brazil and Portugal but also provides comfort to the Brazilian community in Porto while offering Portuguese music enthusiasts the chance to experience renowned artists from both countries.

With nearly four years of experience, Porto Produções has earned recognition for organising events that not only entertain but also authentically showcase Brazilian culture. From its inception, the company has been dedicated to delivering high-quality cultural experiences, contributing to its steady and substantial growth over the years.

According to Daniel Orlando, CEO of Porto Produções, forró and samba have proven to be the most prominent aspects of their focus on Brazilian music. "We have been producing events in these formats for almost four years now, and the growth has been evident not only for us, but also for the public," Daniel remarked. With changes in locations and continuous improvement of structures, Porto Produções has successfully attracted an increasingly larger and more engaged audience.

Looking ahead, Porto Produções has ambitious plans for future growth. The company aims to surprise the public with larger international attractions in the coming years. "We are planning to bring many surprises in terms of international attractions this year and next," stated Daniel.

Currently, Porto Produções hosts its events at the Quarteirão Cultural WOW, situated in Vila Nova de Gaia, along Cais de Gaia, offering a breathtaking view of the Douro River. Recently, the company participated in the São Pedro Festival held on June 29th. The upcoming 21st edition of Samba in Porto, scheduled for July 20th, will feature singer Arlindinho, son of Arlindo Cruz, a renowned figure in Brazilian music and highly respected in the world of samba. Looking ahead to September, Porto Produções will organise the Root Escape Festival on the 6th, 7th, and 8th of the month.

"Recently, Porto Produções hosted the International Forró Festival, which brought together over 5,000 people in WOW's central square. Bringing together so many people without any complaints is something difficult to achieve, and we are very happy with this achievement."

In an interview with Eurritmia Magazine, Daniel Orlando emphasised that the company is always open to new artists, which contributes to the growth of the music scene. The CEO of Porto Produções added that those interested in presenting their work can send their materials for review via WhatsApp: +351 965 422 749. "The future promises even more growth and new experiences, solidifying Porto Produções as a reference in cultural events in the city," concluded Orlando.



Instagram:
@no.porto_producoes @forro_no.porto @samba.no_porto

PORTO PRODUÇÕES

Porto Produções Revoluciona a Cena Cultural com Música Brasileira

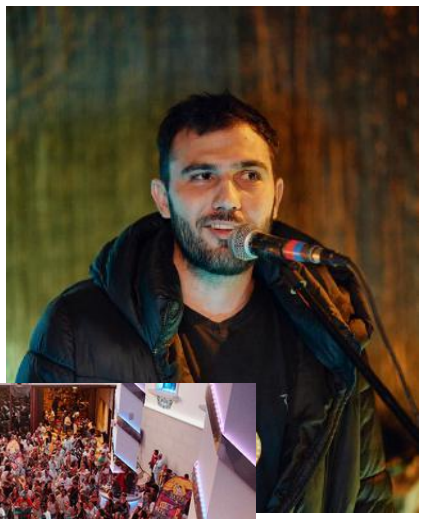
Por Lucino Dibalbino

A Porto Produções surgiu com a missão de trazer eventos culturais de qualidade para a cidade do Porto, em Portugal, com um foco especial na música brasileira. Essa iniciativa nasceu da necessidade de preencher uma lacuna na oferta cultural da cidade, oferecendo eventos que celebram a rica diversidade da música brasileira, como samba, forró, e samba de gafieira. O que garante e reafirma a proximidade cultural entre Brasil e Portugal, trazendo para a comunidade brasileira o aconchego da música brasileira e, para os portugueses que tanto gostam da diversidade musical brasileira, a oportunidade de presenciar artistas de renomes no cenário brasileiro e português.

Com quase quatro anos de trajetória, a Porto Produções tem se destacado pela organização de eventos que não apenas entretêm, mas também valorizam a cultura brasileira. Desde o início, a empresa tem se empenhado em proporcionar experiências autênticas e de alta qualidade, conquistando um crescimento evidente e contínuo.

Foco na Música Brasileira

De acordo com Daniel Orlando, CEO da Porto Produções, tanto o forró quanto o samba se mostraram como as vertentes mais destacadas, e a Companhia de Eventos tem mantido seu foco nesses estilos musicais. "Já faz quase quatro anos que estamos produzindo eventos nesses formatos, e o crescimento tem sido evidente não só para nós, mas também para o público", afirmou Daniel. Com a mudança de locais e a melhoria constante das estruturas, a Porto Produções tem conseguido atrair um público cada vez maior e mais engajado.





Planos para o Futuro

O crescimento não para por aí. A Porto Produções planeja trazer muitas surpresas para o público, incluindo atrações internacionais de maior porte. "Estamos buscando, ainda este ano e no próximo, trazer muitas surpresas em termos de atrações internacionais", disse o representante.

Eventos Recentes e Futuros

Atualmente, os eventos da Porto Produções são realizados no Quarteirão Cultural WOW, localizado em Vila Nova de Gaia, no Cais de Gaia, com uma vista deslumbrante do Rio Douro. Recentemente a empresa esteve presente no Festival São Pedro, que aconteceu no dia 29 de junho. Já a 21ª edição do Samba no Porto, que acontece no dia 20 de julho, trás o cantor Arlindinho, filho de Arlindo Cruz, um dos grandes nomes da música brasileira e respeitado no mundo do samba. Já em setembro haverá o Festival Root Escape, nos dias 6, 7 e 8 de setembro.

Em conversa com a reportagem da Eurritmia Magazine, Daniel Orlando, afirmou que a empresa está sempre aberta para novos artistas, o que contribui para o crescimento da cena musical. O CEO da Porto Produções acrescenta que os interessados em apresentar seus trabalhos podem enviar material para análise, pelo WhatsApp: +351 965 422 749. “O futuro promete ainda mais crescimento e novas experiências, consolidando a Porto Produções como uma referência em eventos culturais na cidade”, finaliza Orlando.

“Recentemente, a Porto Produções realizou o Festival Internacional de Forró, que reuniu mais de 5.000 pessoas na praça central do WOW. "Reunir tantas pessoas sem nenhuma reclamação é algo difícil de conseguir, e ficamos muito felizes com essa realização", destacou o representante da empresa” comemora Daniel.

Instagram:
@no.porto_producoes
@forro_no.porto
@samba.no_porto

ALMAPROUD



In the realm of digital agencies, Almaproud stands out for its innovative approach and relentless pursuit of cutting-edge technologies. With a mission to redefine the digital landscape, Almaproud integrates state-of-the-art technology with a unique methodology, delivering solutions that drive substantial client progress.

Central to their innovation strategy is the use of drones in video and photo production. "At Almaproud, we excel in capturing moments from unique perspectives," says their spokesperson. Armed with advanced drone technology, they adeptly navigate complex flight paths to capture striking aerial visuals. This distinctive viewpoint creates compelling visual content that captivates audiences and leaves a lasting impression, ideal for marketing campaigns, advertising, and infrastructure monitoring.

In website development, Almaproud meticulously designs each project to reflect the individual essence of their clients. They prioritise user experience and intuitive interfaces, ensuring seamless navigation and strategic effectiveness. Every website is crafted not only for visual appeal but also to achieve specific business objectives.
The synergy between skilled professionals and state-of-the-art equipment is key to Almaproud's success. Their comprehensive approach guarantees exceptional results, giving clients a competitive advantage in the digital marketplace.

With a forward-thinking vision and a commitment to innovation, Almaproud is poised to help businesses achieve new heights in the digital arena. Their unique blend of creativity, technology, and expertise positions them not just as trend followers, but as trendsetters in the industry.

No universo das agências digitais, a Almaproud destaca-se pela sua abordagem inovadora e pela busca constante de novas tecnologias. Com a missão de transformar o cenário digital, integra tecnologia de ponta e uma abordagem original, oferecendo soluções que realmente importam ao crescimento do cliente.
O uso de drones na produção de vídeos e fotografias é um dos pilares da sua inovação.

"Na AlmaProud somos capazes de capturar momentos com uma perspectiva incomum. Estamos equipados com tecnologia de última geração, que nos permite ter segurança para utilizar drones capazes de realizar trajectórias de voo dentro de instalações capturando imagens aéreas impressionantes."

A perspectiva aérea única oferecida pelos drones cria conteúdos visuais dinâmicos que capturam a atenção e deixam uma impressão duradoura. Estes serviços são ideais para campanhas de marketing, publicidade e monitorização de infra-estruturas.
No desenvolvimento de websites cada projecto é laborado com cuidado para reflectir a essência única de cada cliente. A Almaproud foca-se na experiência do utilizador e numa interface intuitiva, proporcionando uma navegação fluida e envolvente. Personaliza cada site para garantir não só um impacto visual, mas também a eficácia estratégica.
A complementaridade entre os recursos humanos especializados e equipamentos de ponta é a chave do sucesso da Almaproud. Esta abordagem abrangente e eficiente assegura resultados excepcionais e proporciona aos clientes uma vantagem competitiva no mercado digital.
Com uma visão de futuro e um compromisso com a inovação, a Almaproud está pronta para ajudar empresas a alcançar novos patamares de sucesso no mundo digital. A combinação única de criatividade, tecnologia e expertise faz a diferença para os clientes, destacando-se como uma agência que não só acompanha as tendências, mas também as define.

ADRIANA MATOS

The Sweetest Success Story

By Luciano Dibaltino



In a world where simple gestures can have profound impacts, 18-year-old Adriana Matos found a sweet way to spread positivity. Inspired by her mother, Cristina Matos, Adriana decided to combine two of her passions: chocolates and inspiring messages. This project was born when she was just 17 years old, and since then, mother and daughter have worked together to bring joy and motivation to people.

Adriana believes that small gestures can make big differences, and it was with this in mind that she decided to combine the sweetness of chocolates with phrases that motivate and inspire. “I want every piece of chocolate that people taste to be more than just a sweet experience – I want it to be a reminder that they are capable of incredible things,” says the young woman.

For her, believing in yourself is fundamental to achieving your dreams, and she hopes her creations strengthen this belief in everyone who enjoys her chocolates. 'I hope this little story of mine inspires you! And never forget, if a 17-year-old girl can come up with such an inspiring idea, we all can and can do it! Believe in yourself,' encourages Adriana.

Mother and daughter are an example of how family collaboration and inspiration can create something truly special. Together, they are spreading positivity and self-confidence, one chocolate at a time. Each message that accompanies the chocolates is carefully thought out to bring a smile and a moment of reflection, reminding everyone of the importance of believing in themselves.



So, when enjoying a chocolate from this dynamic duo, remember: you are capable of incredible things. Each piece celebrates human strength and determination. As Adriana knows, big changes start with small gestures. Let this chocolate inspire you and pass on this message of positivity. After all, a simple chocolate can be the beginning of something much bigger. Share the message of positivity with others.

Doçura que Inspira e Motiva: Os Deliciosos Chocolates com Mensagem de Adriana Matos

Em um mundo onde gestos simples podem ter impactos profundos, Adriana Matos, uma jovem de 18 anos, encontrou uma maneira doce de espalhar positividade. Inspirada por sua mãe, Cristina Matos, Adriana decidiu combinar duas de suas paixões: chocolates e mensagens inspiradoras. Este projeto nasceu quando ela tinha apenas 17 anos, e desde então, mãe e filha têm trabalhado juntas para levar alegria e motivação às pessoas.

Adriana acredita que pequenos gestos podem fazer grandes diferenças, e foi com esse pensamento que ela decidiu unir a doçura dos chocolates a frases que motivam e inspiram. "Quero que cada pedaço de chocolate que as pessoas degustem seja mais do que uma simples experiência doce - quero que seja um lembrete de que são capazes de coisas incríveis", afirma a jovem.

Para ela, acreditar em si mesma é fundamental para alcançar os sonhos, e ela espera que suas criações ajudem a fortalecer essa crença em cada pessoa que se delicia com seus chocolates. "Espero que este meu pequeno testemunho te inspire! E nunca te esqueças... Se uma jovem de 17 anos consegue ter uma ideia tão inspiradora, todos nós podemos e conseguimos! Acredita em ti", encoraja Adriana.

Mãe e filha são um exemplo de como a colaboração familiar e a inspiração podem criar algo verdadeiramente especial. Juntas, elas estão espalhando positividade e autoconfiança, um chocolate de cada vez. Cada mensagem que acompanha os chocolates é cuidadosamente pensada para trazer um sorriso e um momento de reflexão, lembrando a todos da importância de acreditar em si mesmos.

Assim, ao saborear um chocolate desta dupla dinâmica, lembre-se: você é capaz de coisas incríveis. Cada pedaço é uma celebração da força e da determinação humana. E, como Adriana bem sabe, grandes mudanças começam com pequenos gestos. Então, permita-se ser inspirado e passe adiante essa mensagem de positividade. Afinal, um simples chocolate pode ser o início de algo muito maior.


RAIZ
@OFICIALRAIZ



Foto: Kelly Pinheiro

EM BUSCA DE UMA VIDA MAIS SAUDÁVEL COM OS ÓLEOS DE CRISTIANA MIGUENS

By Luciano Dibalbino

Cristiana Miguens, uma portuguesa de 33 anos, está prestes a celebrar mais um aniversário e comemorar as conquistas e desafios superados desde que se mudou para o Reino Unido há cinco anos. Mãe dedicada de um menino de seis anos, Cristiana encontrou na sua busca por um estilo de vida mais saudável, tanto para ela quanto para o filho, uma nova paixão: os óleos essenciais.

Um dos passatempos favoritos de Cristiana é o macramé, uma arte que a transporta para um mundo só seu. Esta prática não só lhe oferece um refúgio nos momentos mais difíceis, mas também se transformou numa fonte de rendimento, com Cristiana participando em feiras para vender as suas criações artesanais.

A virada para um estilo de vida mais saudável começou como uma forma de proporcionar uma melhor qualidade de vida ao seu filho. Cristiana percebeu que, para cuidar bem dele, precisava cuidar primeiro de si mesma. Em julho do ano passado, ela descobriu os óleos essenciais da dōTERRA, o que despertou a sua curiosidade e a levou a aprofundar-se neste universo.

Inicialmente cética, Cristiana pensava que os óleos essenciais não passavam de aromas agradáveis. No entanto, à medida que se informava e participava em cursos e formações, passou a entender as propriedades terapêuticas destes óleos. Este ano, começou a integrá-los na sua rotina diária, encontrando benefícios fantásticos que a motivaram a partilhar essa descoberta com outras pessoas.

Agora, Cristiana está empenhada em promover o uso dos óleos essenciais como uma solução natural para reduzir a carga tóxica no dia-a-dia. Através da sua página online, ela não só compartilha o seu conhecimento e experiências, mas também oferece orientação para aqueles que desejam explorar os benefícios dos óleos essenciais.

Por que dōTERRA?

A dōTerra é uma empresa americana com 16 anos - fundada em 2008 - com uma visão de criar soluções naturais para melhorar a qualidade de vida e oferece uma seleção de óleos essenciais únicos 100% puros e uma variedade de misturas especiais. Cada óleo essencial contém benefícios únicos, enquanto as misturas dos óleos criam um efeito sinérgico que aumenta ainda mais os potenciais benefícios e trabalham com o corpo para tratar os problemas na sua origem.

Cada pessoa desenvolve experiências individuais únicas ao usar óleos essenciais. Os óleos essenciais têm impactado positivamente a vida de milhares de pessoas de muitas maneiras. Reduz a tua carga tóxica mantendo produtos de origem mais natural em casa, na pele e no corpo.



BRUNA RODRIGUES ASSESSORIA DE IMIGRAÇÃO E RELOCATION

Quem somos?

Sou Bruna Rodrigues CEO do Escritório BRUNA RODRIGUES ASSESSORIA DE IMIGRACÃO E RELOCATION, brasileira, carioca e portuguesa, moro com o meu esposo Marcio a minha filha Maria Eduarda em Portugal. Venho de uma família de imigrantes da região dos Trás-os-Montes e Alto Douro que saiu de Portugal em 1859 com meu avô e minhas tias e se espalhou pelo Brasil, Alemanha e Angola. Sempre sonhei em voltar para Portugal e conhecer minhas raízes. No entanto, antes de falar sobre minha jornada atual, gostaria de compartilhar minha experiência profissional.

Em 2013, trabalhei como Analista de Desenvolvimento de Software na ALERT Science, em Vila Nova de Gaia, Portugal. Nessa posição, eu lidava com o sistema de saúde português e padronizei o software da empresa. Dois anos depois, atuei como Representante Comercial do Laboratório Espanhol Kin Cosméticos, o que me permitiu adquirir experiência e entender melhor a cultura espanhola.

Sou formada em Farmácia e Biologia no Brasil sempre trabalhei com atendimento a pessoas, seja ensinando ou atendendo em clínicas e hospitais. Durante esses atendimentos, ouvia muitos sonhos de mudança de vida, mas nenhum ainda concretizado. Foi nessa época que percebi o quanto poderia ajudar a impulsionar e concretizar esses sonhos.

Finalmente, depois de estudar Solicitadoria em Portugal e buscar conhecimento sobre as diferentes formas de imigração legal, decidi voltar para Portugal junto com minha família para finalmente viver e desfrutar desse país maravilhoso. Como alguém que entende os sonhos e as dificuldades de imigrar, tenho a oportunidade de ajudar outras famílias a realizar suas próprias mudanças. Com um orçamento realista, estou pronta para assessorar as famílias e ajudá-las a se ajustar à nova realidade de uma economia em recuperação pós-pandemia. Em resumo, minha história pessoal e experiência profissional me levaram a uma posição única para ajudar as pessoas que desejam mudar as suas vidas.

MISSÃO

E assim nasceu o escritório Bruna Rodrigues Assessoria de Imigração e Relocation com a missão de auxiliar outras famílias a fazer a transição para um novo país com o objetivo de fornecer informações úteis e práticas sobre como é viver no exterior, desde a obtenção de visto até a adaptação à cultura local.

Com a crescente procura pelos serviços, que se tornou referência no mercado de consultoria de imigração em Portugal, expandimos a atuação dos negócios com suporte jurídico, suporte acadêmico e suporte emocional personalizado aos imigrantes, tornando suas jornadas mais seguras e confiantes em Portugal, Espanha, EUA, Canadá, Itália e Brasil.

NOSSOS ESCRITÓRIOS

Com escritórios estrategicamente localizados em Portugal (na cidade do Porto e na cidade de Aveiro), Espanha e Brasil oferecemos uma assessoria imigratória completa com atendimento personalizado que vai desde a orientação sobre a documentação necessária até a indicação de escolas e serviços de saúde.

VALORES

Nossa equipe comprometida, experiente e dedicada está pronta para simplificar o seu processo e da sua família de forma assertiva e responsável, com suporte individualizado, garantindo que você tenha confiança e segurança em todas as etapas.

SERVICOS MENTORIA

Esse é o momento de conversarmos sobre sua mudança para Portugal e identificarmos suas necessidades. Nesse encontro falamos sobre as melhores opções de vistos, regiões para se estabelecer com sua família, escolas, documentos para sua chegada e regularização, além de aspectos da vida diária.

VISTOS DE RESIDÊNCIA NA EUROPA

Para quem deseja morar em terras portuguesas e ainda não possui uma nacionalidade europeia, é fundamental solicitar um visto para Portugal, e com a nossa equipe orientamos qual o tipo mais adequado ao seu perfil e da sua família. O escritório Bruna Rodrigues Assessoria de Imigração cuida dos formulários, documentos de apoio, petições, agendamento e preparação para a entrevista dos vistos para turistas, trabalhadores, estudantes, empreendedores, investidores, pesquisadores, artistas, aposentados e nômades digitais.

VISTOS PARA PORTUGAL
Para cada propósito de viagem, um visto específico seja de longa duração ou de curta duração.
Visto de Procura de Trabalho - o queridinho do momento. Para quem deseja procurar um emprego em Portugal de forma legal e regulamentada . Não precisa ter um contrato de trabalho para solicitar o visto, entretanto em Portugal em até 120 dias é necessário obter um.

VISTO D1 - Destinado aos trabalhadores que venham para Portugal com um Contrato de Trabalho de uma empresa portuguesa para exercício de atividade profissional subordinada por período superior a 1 ano.

VISTO D2 - Para profissional autônomo ou para pessoas que pretendem empreender em Portugal. Para quem pretende empreender, é necessário avaliar as possibilidades do mercado português, já que é preciso demonstrar que a empresa tem relevância econômica e social para o país. Esse visto de empreendedor também é útil para quem já possui seu próprio negócio no Brasil e gostaria de continuar trabalhando no ramo em Portugal. Aliás, essa é uma incrível oportunidade de expandir seu negócio para a Europa.

VISTO D4 - Estudo, Estágio e Voluntariado - é o sonho de muitos estudantes do mundo inteiro que desejam ter uma experiência acadêmica fora do seu país. A qualidade das universidades portuguesas contribui muito para aumentar esse desejo. Esse visto é voltado para quem realizará alguma formação educacional (graduação, mestrado, doutorado), um estágio ou trabalho voluntário por período superior a um ano.

VISTO D7 - Voltado para o perfil de pessoas que já são aposentados ou possuem rendimentos suficientes para se manter sem trabalhar em Portugal. Essa renda pode ser proveniente de direitos autorais, alugueis recebidos, lucros e dividendos de empresas, investimento financeiro, etc. Dessa forma, quem tira o visto D7 para vir morar no país ajuda na movimentação da economia local e na geração de renda ou de empregos.

VISTO PARA NÔMADE DiGITAL - Específico para quem trabalha de forma remota, seja autônomo ou subordinado a uma empresa e pretende exercer atividades cuja estadia em Portugal seja superior a 9 meses. Nosso escritório faz qualificação do candidato, orientação e obtenção de documentos.

Vistos para Espanha:
Visto Golden Visa
Visto Investidores
Visto Empreendedores
Visto Nômades digitais (teletrabalhadores)
Visto Profissionais altamente qualificados
Visto Docentes e pesquisadores
Visto Trabalhadores de um mesmo grupo de empresas
Vistos para EUA
Vistos para Canadá
Cidadania Portuguesa, Espanhola, Italiana

RELOCATION - ALUGUEL À DISTÂNCIA
A nossa Assessoria de Relocation - Aluguel à distância é um serviço completo que consiste na busca de um imóvel que corresponda às características desejadas pelo cliente, se inicia na pesquisa do imóvel até o acompanhamento e análise do contrato de aluguel, com o objetivo de proporcionar tranquilidade e segurança ao cliente e sua família, permitindo que ele se concentre apenas em desfrutar do processo de mudança para outros países.
Contamos com grandes parceiros, consolidados em Portugal, como as Imobiliárias REM/AX Move, a DS Soluções e a Centrury 21 que disponibiliza os seus consultores imobiliários nos permitindo oferecer qualidade, preço competitivo e agilidade aos nossos clientes.

CIDADANIA PORTUGUESA
Com o nosso auxílio você descobre se tem direito a ser um cidadão português através das buscas dos seus ascendentes nascidos em Portugal, podendo se tornar filho de português ou neto de português.

Existem outras formas para se conseguir a cidadania portuguesa: ser Casado com cidadão português; ser descendente de judeus sefarditas portugueses; Filho menor nascido antes da aquisição da cidadania portuguesa pelos pais; Nascido em ex-colônia portuguesa, mas quando esta ainda estava sob o controle de Portugal; Residente legal em território português, porém o tempo de residência deve ser superior a 5 anos; Filho estrangeiro adotado plenamente por cidadão português; Nascido em Portugal, filho de estrangeiros, maior de idade ou emancipado, mas que tenha permanecido por 10 anos no país; Filho menor de estrangeiros, nascido em território português, se o estrangeiro estiver de forma regular em Portugal ou irregular há pelo menos um ano.

CIDADANIA ESPANHOLA
A cidadania espanhola é concedida sob a Lei da Memória Democrática: Pessoas nascidas fora da Espanha, com pai, mãe, avô ou avó espanhois.

CIDADANIA ITALIANA
É uma oportunidade incrível adquirir a cidadania italiana jure sanguinis pois é transmitida a partir do(a) ascendente italiano(a)- nascido na Itália – aos descendentes sem interrupção e sem limite de gerações.

SERVICOS DE APOIO AO IMIGRANTE
Nós tramitamos a obtenção de documentos civis como o NIF e o NISS em Portugal, Estatuto de Direitos e Igualdade, Abertura de Conta bancária ainda no país de origem e Abertura de Empresas.
Serviços Consulares, Pedido de passaporte brasileiro, português e americano, cartão de cidadão, certidões, Assistência jurídica e contábil com nossos parceiros advogados.
Apoio Psicológico com nossa parceira e Terapeuta Geane Negreiros - com sessões para auxiliar o imigrante a identificar objetivos, alinhar expectativas e fortalecer vínculos, preparando a família para o novo contexto.

SERVICOS ACADÊMICOS
Matrícula Escolar, Equivalência de Ensino e Validação de diploma
Matrícula escolar com orientação a começar da escola de origem até a escola de destino.
Equivalência de Ensino e Validação de diploma é comparar e reconhecer uma graduação de ensino superior estrangeiro a uma do ensino superior português com toda a expertise da nossa CEO.
Após esse processo enviamos a documentação para a Universidade realizar a análise e outorgar o certificado de equivalência e validação para o nosso cliente.



Muitas pessoas de todas as partes do mundo já realizaram o sonho de morar na Europa, nos EUA e no Canadá com sucesso. E você, o que está esperando? Chegou a sua vez de concretizar o sonho de imigrar.

Contacte nossa equipe!
Redes Sociais
Instagram - @brurodrigues.assessoria
Facebook - Bruna Rodrigues

https://www.facebook.com/profile.php?id=788003251
Whatsapp - +351 966059630





















BOSSA MARKET

5 Years

Bossa Market é um evento diversificado e intercultural que reúne no mesmo local, empreendedorismo com mais de 100 expositores de moda, gastronomia e serviços, espaço dedicado às crianças, concertos de bossa nova, mpb e samba, djs, novos talentos e novas experiências com entretenimento para toda a família. Com o intuito de fortalecer laços e unir culturas, o Bossa Market é considerado o maior evento de cultura brasileira na Península Ibérica esse ano aconteceu nos dias 8 e 9 de junho, comemorando seus 5 anos na Fiartil, Estoril

A mítica cantora brasileira Fernanda Abreu, o ídolo dos anos 80, Sylvinho Blau Blau e uma das vozes do Natiruts, Izabella Rocha, são as grandes atracões musicais do cartaz do Bossa Market 2024, que vai decorrer dias 8 e 9 de junho na Fiartil, Estoril.

Fernanda Abreu, a mãe do "pop dançante brasileiro" e madrinha do "funk carioca", vai apresentar os maiores sucessos dos seus 33 anos de carreira a solo, num espetáculo especialmente preparado para o Bossa Market.

Sylvinho Blau Blau, ex vocalista do grupo Absyntho, promete a todos uma viagem no tempo através do seu amplo reportório musical que marcou gerações. O concerto intitulado de "Show do Melhor" funciona como uma jukebox que fará reviver as emoções dos anos 80.

Izabella Rocha uma das fundadoras e das belas vozes do Natiruts chega ao Bossa Market na noite de 9 de junho com o show "Bella ao Vivo", no clima da Bossa nova ao Reggae Power. O seu estilo musical, apelidada pela própria como "Jazz e afins", resulta de uma combinação de diversos estilos musicais jazz, bossa nova, samba e, claro, de reggae, que está na sua gênese artística e que a tornam numa referência única.

Este ano o Bossa Market trouxe mais uma novidade, o Espaço Experience SheerMe. A startup portuguesa SheerMe, já oferece mais de 150 mil serviços de bem-estar e marcou presença no evento com uma experiência imersiva de bem-estar. Durante o evento, os participantes puderam explorar a tecnologia da aplicação de forma interativa e personalizada, e podem também ter a oportunidade de usufruir dos serviços de bem-estar e beleza. Qualquer pessoa que adquiriu um bilhete de entrada para o evento recebeu um valor de 5€ na carteira virtual da sheerME, através de um código de carregamento exclusivo.

REDES SOCIAIS BOSSA MARKET:
Site: https://www.bossamarket.com/
Instagram: https://www.instagram.com/bossa.market/?hl=en
Facebook: https://www.facebook.com/bossa.market/?locale=pt_PT







A JORNADA DE UMA ARTISTA QUE CELEBRA A MÚSICA COMO EXPRESSÃO UNIVERSAL E ATEMPORAL

A música, uma expressão universal e atemporal da humanidade, desempenha um papel fundamental na nossa vida diária e no desenvolvimento cultural.

Por Luciano Dibalbino

Para a Eurritmia Magazine, explorar a importância da música é essencial, visto que ela se entrelaça com as nossas emoções, a nossa identidade e o nosso senso de comunidade de maneiras profundas e significativas. E por isso entregamos aos nossos leitores a história de Talia.

Tália, uma talentosa artista, cantora e acordeonista, nascida na Inglaterra e filha de portugueses, tem raízes profundas na música portuguesa, influenciada pelo pai que toca concertina. Sua herança musical e habilidades excepcionais abriram portas importantes, permitindo-lhe se apresentar para a Royal Shakespeare Company em Londres, no The Kings Head Theatre e na televisão para a BBC.

Em 2019, Talia foi destaque na RTP Television para o lançamento do seu álbum "Excited". Dois anos depois, em 2021, ela ganhou o prêmio de melhor compositora em um concurso organizado pelo Cat's Cradle Collective. Essa conquista a levou a participar do projeto audiovisual "Das Tripas Coração em Carne e Osso", comemorando o Dia Mundial da Língua Portuguesa. O evento ocorreu na Embaixada de Portugal em Londres, onde Talia compartilhou uma história pessoal sobre sua ligação com a música tradicional que a inspira. Sua composição também foi transmitida na Antena 2, em Portugal.

Atualmente, Tália é uma presença constante na cena musical de Londres, atuando em locais como o restaurante português Caravela e em diversos eventos, casamentos e festivais. Ela está trabalhando no estúdio em seu segundo álbum, que será lançado este ano.

A trajetória musical de Tália começou cedo. "Meu pai é músico e aprendeu a tocar concertina quando era novo. Ele sempre tocava para mim e eu adorava cantar ao lado dele," relembra talia. Aos sete anos, seu pai a levou a uma loja de acordeões em Londres e a encorajou a aprender a tocar. Aos doze anos, Talia conseguiu seu primeiro trabalho na BBC e, aos treze, participou da peça "Dr. Jekyll and Mr. Hyde" com a Royal Shakespeare Company em Londres.

Embora tenha começado como acordeonista, Talia descobriu seu talento vocal há seis anos, incentivada por um guitarrista de um duo do qual fazia parte. "Não acredito que a minha voz era o que é hoje quando comecei, mas ao longo dos anos, melhorou muito com prática e experiência," comenta.

Seu primeiro álbum, "Excited", foi uma coleção de covers, mas seu próximo trabalho promete ser ainda mais pessoal e envolvente, com músicas originais. "Quero sempre que o meu público sinta a alegria que eu transmito na minha música. Gosto de falar de coisas reais e espero que o público goste do meu próximo álbum," diz Talia.

O apoio da família é uma constante na vida da artista. "Meu pai é músico, minha mãe adora ouvir música e sabe sempre quando a gente erra! Meu irmão adora cantar e dançar e me apoia muito," compartilha com um sorriso. Com um novo álbum a caminho e muitas apresentações pela frente, Tália continua a encantar o público com sua paixão e talento inigualável



"ENTRE COMÉDIA, POESIA E VIVÊNCIA COM BRASILEIROS, ISABEL ROCHA CONSTRÓI PONTE CULTURAL ENTRE PORTUGAL E BRASIL"

É com grande prazer que damos início a esta entrevista com Isabel Rocha, uma portuguesa carismática que vem dando seus primeiros passos no stand-up. Isabel é uma figura multifacetada, cujo talento se estende desde a arte da comédia até à poesia, onde já recebeu vários prémios pelo seu trabalho. Nesta conversa a Eurritmia Magazine, explora a sua experiência de convivência com a vibrante comunidade brasileira, uma interação que tem enriquecido a sua visão artística e pessoal. Isabel vai partilhar connosco como essa convivência influenciou o seu humor e, como essa troca cultural tem sido uma fonte de inspiração.

By Luciano Dibaltino

Isabel, pode nos contar um pouco sobre sua trajetória e como começou sua conexão com a comunidade brasileira?
Sou portuguesa, porém vivo em Londres há 9 anos. Minha ligação com a comunidade brasileira começou quando morei nos Estados Unidos, e aqui em Londres essa conexão se intensificou. Há quase 2 anos, comecei a trabalhar numa clínica de estética em Londres, onde a maioria dos clientes são brasileiros.

Você mencionou trabalhar numa clínica de estética. Pode nos contar mais sobre isso?
Sou Técnica de Laser Estético e Terapeuta de Reiki. Mas minha verdadeira paixão sempre foi escrever. Gosto de fazer piadas e prefiro transformar as dificuldades da vida em sorrisos ao invés de lamentos. Acho que temos que sorrir, pois a vida já é bastante sombria por si só.

Isso é inspirador. Quando você começou a escrever?
Escrevi meu primeiro poema aos 12 anos para o Dia do Pai. Ganhei um prêmio na escola e meu poema foi exibido na Câmara Municipal da Amadora, em Lisboa. Aos 20 anos, fui para os Estados Unidos e continuei escrevendo nos meus tempos livres, sempre com um toque de humor.

Parece que você teve uma vida bastante ativa nos Estados Unidos. Pode nos falar mais sobre suas atividades lá?
Sim, tive várias experiências marcantes. Adoro contar anedotas e era a comediante ambulante da comunidade portuguesa e brasileira. Também fui voluntária no abrigo Shelter Missionaries of Charity em Harlem, Nova York, onde ajudávamos mulheres sem-teto e servíamos refeições na "Soup Kitchen". Sempre quis ajudar os mais necessitados, pois acredito que o mundo deveria ser igual para todos.

E como foi seu envolvimento com a escrita nos EUA?
Escrevi poemas para o jornal Luso Americano em Newark e, mais tarde, uma coluna para o Jornal, My Brazilian News sobre a comunidade portuguesa. Também formei uma equipe de futebol feminino e cantei no coro da igreja com a comunidade brasileira e espanhola para missas em português e espanhol.

Você realmente teve uma vida comunitária muito rica. E como foi sua experiência em cargos de liderança?
Fui Presidente da Assembleia do Clube Português de Long Branch, em New Jersey, por 4 anos e, depois, Presidente do Clube, com uma diretoria jovem. Nossa intenção sempre foi manter o orgulho de Portugal e a língua portuguesa vivos entre os mais jovens. Nunca perdi minhas raízes.



Recentemente, você recebeu um prêmio de poesia. Como foi essa experiência?
Em outubro de 2023, recebi um prêmio de poesia no Consulado Português em França, onde participei da V Coletânea Lusófona de Paris. Foi uma experiência transformadora, conheci vários escritores e poetas, e tudo começou a mudar. Devo muito ao escritor Frankelim Amaral e Adélio Amaral.

E quais são seus planos futuros na escrita e no humor?
Fui convidada pela diretora Izadora Valadares, da Editora Mágico de Oz do Brasil, para receber o prêmio de Personalidade do Ano, no Porto. Também participei de mais coletâneas, e um dos meus últimos poemas foi publicado no livro "Ó Brasil, que falar de ti a Portugal, nestes elos de corrente que nos une". Além disso, participei do Tropical Talent Show fazendo comédia, onde fiquei em terceiro lugar. Espero que seja o começo de um sonho como Stand Up Comedian.

Para finalizar, qual é o seu lema de vida?
Meu lema é espalhar pétalas em vez de espinhos, com gargalhadas e carinhos. O mundo já vive muito amargurado, então vamos fazer a vida mais leve. Um sorriso que eu possa oferecer a alguém é sempre uma grande alegria, pois pode ser o último sorriso que essa pessoa verá ou dará.

Isabel, muito obrigada por compartilhar sua história connosco. Foi realmente inspirador.
Eu que agradeço pela oportunidade. Foi um prazer!

Na próxima edição além de conhecer a fundo a incrível história de vida de Etelvina Costa e saber o diferencial do restaurante NETO e também o sucesso da FUSION SPOT BEAUTY DESIGN

O que conecta Etelvina Costa aos empreendedores?



Como presidente do júri do Miss Guiné-Bissau Benelux, Etelvina elevou o perfil de talentos emergentes e celebrou a riqueza da herança cultural guineense. Além disso, a sua marca de organização de eventos, Qvina, e o seu ambicioso projeto empreendedor associativo Quintal dos Empreendedores, da qual é presidente, destacam-se como testemunhos da sua visão inovadora e compromisso com o empoderamento empresarial.

Como o restaurante NETO te leva a Ibiza?

NETO®
RESTAURANTE

@netorestaurantes
@netorestaurantes
geral@netorestaurante.pt

Como Fusion Spot transforma vidas na area da beleza?

FUSION SPOT
BEAUTY DESIGN



Um projeto lindo que transforma vidas na área da estética. Localizado no Estoril, o Fusion spot foi criado para entregar a excelência em todos os serviços, dando lugar aos melhores especialistas no mercado da beleza.

MINOTAURO
ENERGY DRINK

"NEVER QUIT"



SEVENth



CHIADO | LISBOA | CASCAIS | PORTO