

ELAS

GAZETA DO SUL | SÁBADO E DOMINGO | 26 E 27 DE AGOSTO | 2023 | NÚMERO 25

**BETINA
SAMPAIO:
BELEZA ALÉM
DO VISUAL**

PÁGINAS 4 E 5

**PRODUTOS
DE INVERNO**

*Condição aplicada apenas nos produtos de inverno. Consulte produtos participantes. Válido para compras acima de R\$1.000.

**INÉDITO!
20X
SEM JUROS**

NO CREDIÁRIO

Sujeito a análise de crédito

dullius

RECADO DA EDITORA

Olá! Hora de ler mais um *Caderno Elas*. Contraindo as expectativas, agosto não demorou tanto a passar e cá estamos novamente, te contando boas histórias.

A reportagem principal, aliás,

antecipa a participação da Miss Latina Rio Grande do Sul, Betina Sampaio, na etapa nacional da competição, que acontecerá em Santa Cruz, nos dias 6, 7 e 8 de setembro.

Além disso, uma cineasta santa-cruzeira premiada e dicas de moda e decoração também compõem esta edição. Boa leitura!



Heloisa Corrêa
Editora do Caderno ELAS

DESEJO DO MÊS



Direção: GS

E por falar em cabelos, o desejo deste mês é especial para as cacheadas. A Niely Gold lançou a linha Cachos Definição Prolongada, com o compromisso de resgatar a visibilidade de todas as belezas. Esse tratamento conta com um produto para cada etapa da rotina de cuidados capilares das crespas. A promessa é de 72 horas de definição. Os produtos são feitos à base de óleo de linhaça e manteiga de karité, o que proporciona alto poder de hidratação, conferindo aspecto mais sedoso, saudável, brilhoso e macio ao cabelo. A nova linha da Niely Gold inclui um ativador de cachos, um creme de pentear, um shampoo, um condicionador e um creme de tratamentos 3 em 1. Os preços sugeridos pela marca variam entre R\$ 9,09 e R\$ 16,19.

Queda de cabelo é normal?

PREVENÇÃO E TRATAMENTO

Para evitar a queda de cabelo, Rafaela Müller orienta que as pessoas prestem atenção em questões básicas: alimentação saudável, ingestão de água, qualidade do sono e atividade física. “Quando o paciente evita alimentos inflamatórios, ele absorve mais nutrientes; quanto mais água ele toma, mais toxinas elimina.”

Além desses cuidados básicos, quando o paciente perceber algo diferente, como dor no couro cabeludo, casquinhas ou queda mais acentuada, é hora de procurar um tricologista. “Não deixar o quadro se agravar, essa é a dica, porque, se piorar, demora mais tempo para recuperar”, finalizou.

Sempre dizem que é muito bom deixar marcas por onde se passa, mas isso não parece tão agradável quando as “marcas” são fios de cabelo espalhados pelo chão. A verdade é que muita gente sofre com a queda capilar. É claro que até certo ponto a situação é normal, mas a tricologista clínica e terapeuta capilar Rafaela Müller explica quando é necessário acender o alerta em relação às madeixas.

Segundo ela, a literatura indica que a variação normal é de que caiam entre 80 e 150 fios por dia. No entanto, disse Rafaela, o ideal é que cada pessoa perceba quando houver alguma alteração no volume de queda de cabelo. É que, conforme explicou, o que pode ser anormal para alguns ainda não precisa despertar preocupação em outros, devido à quantidade de cabelos de cada um.

As causas da queda capilar são muitas. “A queda capilar é a patologia que mais causadores tem”, afirmou Rafaela. Entre os fatores que contribuem para os fios caírem estão deficiência nutricional – falta de ferritina e vitaminas, como D e C –, período pós-cirúrgico, alterações hormonais – como da tireoide –, uso de medicamentos, ansiedade e má qualidade do sono. “As pessoas não levam o sono a sério, mas, ao dormir, são liberados hormônios importantes, que fazem reparos no dia seguinte”, detalhou.



Direção: GS

• MITOS E VERDADES

• ANESTESIA CAUSA QUEDA:

é mito! O que acontece é que as células de defesa do organismo focam na recuperação do trauma e “esquecem” do cabelo, o que pode causar mais queda.

• QUEDA DE CABELO É HEREDITÁRIA:

é mito! Hoje em dia, é muito mais importante a epigenética do que a hereditariedade. Isto é, hábitos para além do DNA, como alimentação, qualidade do sono, estresse e uso de medicamentos têm mais influência sobre a queda de cabelo.

• SHAMPOO E CONDICIONADOR FAZEM O CABELO CAIR:

é mito! É claro que o recomendado é que a pessoa procure um profissional para descobrir qual o produto ideal, mas os de uso mais comum não fazem cair cabelo – mas também não tratam uma provável causa.

• ESCOVA PROGRESSIVA CAUSA QUEDA:

é verdade! Todos os ácidos utilizados neste tipo de tratamento podem ser prejudiciais, causando não somente queda, mas também quebra dos fios.

• MEGA HAIR FAZ O CABELO CAIR:

é mito! O que acontece é que os cabelos que deveriam cair diariamente acabam ficando presos, dependendo da forma como o alongamento é preso. Como a manutenção é feita, em média, a cada 20 dias, a queda parece muito intensa.

• LAVAR TODOS OS DIAS É PREJUDICIAL:

é mito! Quem tem pré-disposição para a queda de cabelo, independente de quantas lavagens fizer na semana, vai perder fios. No banho é o momento em que acontece essa renovação. Esfregar mais ou menos também não interfere; o importante é deixar o couro cabeludo limpo, oxigenado, vascularizado e saudável.

EXPEDIENTE

Edição: Heloisa Corrêa heloisa@gaz.com.br ☎ 3715 7927 Capa: Lucas Martin (foto), Antigo Bistrô (locação) Diagramação: Derli Antônio Gonçalves Arte-final: Rosani Moller Klunk

Clínica Capilar
DNAVITAL
Rafaela Müller
Tricologista - Terapeuta Capilar

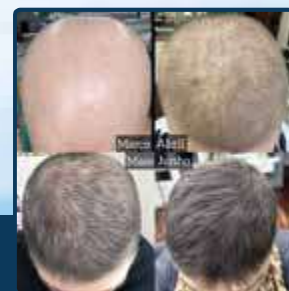
Atendemos



CONTAMOS COM MAIS UMA
NOVIDADE

Sempre em busca das
melhores tecnologias
para alcançar os
melhores resultados.

Capacete americano com
certificação pelo FDA



☎ 51 99511.0065 | 99872.8234 📧 tricologistarafaelamuller 📍 Rua Gaspar Silveira Martins, 2159 - sala 403 - Prédio Pronty - Centro

Apertem os cintos



Heloisa Corrêa
heloisa@gaz.com.br

Fotos: Divulgação/CS



Quando combinado com vestido, o cinto dá um toque mais casual ao *look*. A dica é pegar um cinto mais largo e de um tom diferente. Use na altura da cintura!

Não só pela funcionalidade, mas também pelo estilo que confere aos *looks*, há quem não dispense o uso dos cintos nas composições do dia a dia. Assim como óculos, brincos, lenços e outros acessórios, os cintos são atemporais e muito versáteis. Então, continue lendo e não subestime essa peça!

Outra tendência, para as mais ousadas, é usar dois cintos de modelos diferentes. Pode parecer um pouco estranho, mas é bem moderno e fashionista – e nada óbvio!



O cinto pode elevar o visual e vai muito bem em um *look* de trabalho. Se você apostar em uma calça de alfaiataria, um cinto tradicional vai muito bem.



Uma dica para agregar estilo a um *look* com cinto é optar por um bem comprido e dar um nó na frente. Com isso, um detalhe simples fará toda a diferença na composição.





IRIA
cabeleireira

Iria Cabeleireira completa 39 anos!

Celebre nosso aniversário com estilo!

Adquira um ritual Kerastase e ganhe a finalização como presente!
Aproveite essa promoção especial e traga mais brilho aos seus cabelos.
Venha nos visitar e desfrutar dessa oferta por tempo limitado.
Estamos ansiosos para tornar o seu dia ainda mais especial!

#AniversarioIriaCabeleireira #CabelosBrilhantes



📍 Rua Ernesto Alves, 400 - Santa Cruz do Sul 📞 51 99895-1828



Fotos: Lucas Martin

Alegria e pluralidade: r

Milena Bender
milena@gaz.com.br

Betina Nunes Sampaio sempre acreditou na comunicação como uma forma de potencializar falas e se conectar com pessoas. Esse, inclusive, foi o propósito da jovem santacruzense durante o reinado como Miss Rio Grande do Sul Latina: desconstruir a figura da miss limitada à beleza física e trazer, cada vez mais forte, o conceito de beleza integral – isto é, aquela que vem de dentro para fora.

Dessa forma, ela aposta na troca com outras mulheres, inclusive pelas redes sociais, focando na importância da personalidade feminina, destacando a mulher na sua pluralidade e na atuação nas mais diversas áreas. E Betina é exatamente isso: potência, delicadeza, determinação, resiliência, beleza. Uma mulher de verdade.

Assim como já encantou Santa Cruz e o Rio Grande do Sul, agora quer conquistar o Brasil e mostrar o poder da mulher latina.

A mulher pode estar onde e como quiser. E o Latina traduz isso, tanto que me encantei pela proposta na época em que fui convidada. Beleza é algo relativo; em um concurso, todas as meninas estão produzidas. Mas quando a gente consegue transmitir uma mensagem e impactar de alguma forma, é muito significativo. E isso é muito valorizado porque, até hoje, as pessoas me falam que lembram do que eu respondi na pergunta das seletivas, e isso faz sentido para mim”, explica a jornalista e Miss Latina Rio Grande do Sul Betina Nunes Sampaio.

”A miss é a mulher como um todo, com lutas, conquistas e, principalmente, a que compartilha e alcança sonhos e objetivos.

E esse momento, para a Miss Rio Grande do Sul, terá um toque de emoção. “Essa parte do traje típico mexe muito comigo, porque eu optei por conduzir pelo tradicionalismo e pela família, tanto na música de apresentação sobre a Guerra dos Farrapos, que é uma composição da minha mãe, quanto pelo meu pai, que é músico e vai estar atuando na parte do violão enquanto eu estiver fazendo a declamação e a defesa do traje. A ideia é levar essa mensagem e marcar o momento de alguma forma com a minha família, na minha cidade, e

falando sobre o meu estado”, conta. Sobre os principais desafios, Betina cita a importância da preparação interna para pensar em cada fala e, ainda, sintetizar o que deseja transmitir em um curto tempo de contato com os jurados. Tudo isso passa pelo coordenador, cabeleleiro e amigo pessoal Marlon Caminha Portela, que acompanha a jovem na caminhada. “Quero deixar como legado que miss é a mulher como um todo, com lutas, conquistas e, principalmente, aquela que compartilha e alcança sonhos e objetivos de vida.”

E agora, pouco mais de um ano após a coroação, ela se prepara para mais um desafio: a etapa nacional do Miss Latina, que ocorre nos dias 6, 7 e 8 de setembro, em Santa Cruz do Sul. A dinâmica do concurso, segundo Betina, é parecida com a estadual. Confinamento de três dias, provas preliminares de trajes de gala e banho, entrevista com os jurados e palco, onde ocorrem as eliminatórias. O que difere é a prova do traje típico, em que cada candidata apresenta, em uma vestimenta, elementos para caracterizar o lugar de onde vem.

Trabalhamos com viagens a lazer ou corporativas

Entre em contato conosco e conheça nossos serviços

- Passagens Aéreas • Hotéis • Seguro Viagens
- Aluguel de Carro • Aluguel de Motor Home
- Pacotes de Grupos aéreos e Rodoviários
- Pacotes Turísticos • Emissão de Vistos



e: retrato da **mulher latina**



Ser independente e conquistar espaço

Se o mundo Miss Latina valoriza a pluralidade da mulher, Betina representa essa característica muito bem também fora das passarelas. Aliás, vale salientar que a paixão por concursos foi incentivada desde muito cedo. Aos 5 anos, ela já portava o título de Miss Santa Cruz. Assim como boa parte das meninas que vivem em Santa Cruz do Sul, Betina tinha o sonho de ser soberana da Oktoberfest, o que não se realizou. “O concurso da Oktober tem uma veia afetiva muito forte. E eu me dediquei muito nas minhas duas parti-

cipações, com 18 e 20 anos. Foi frustrante, mas depois entendi que, apesar de ser uma grande realização, eu era muito nova na época e se tratava de uma grande responsabilidade. E hoje eu me sinto muito mais madura e preparada para lidar com isso.”

Formada em Jornalismo, a jovem – que pensava em atuar na linha do telejornalismo – teve oportunidades na comunicação empresarial e estratégica, consultoria de comunicação, onde virou autônoma, e hoje, fora da cidade natal, é diretora executiva de uma clínica com fo-

co em cirurgia plástica. A mudança para Porto Alegre, inclusive, fez com que ela passasse a curtir as horas vagas junto à família e aos amigos.

Libriana de 27 anos, a Miss Rio Grande do Sul Latina é torcedora do Grêmio e tem no sushi o prato predileto. Considera-se uma mulher que sempre lutou pela independência e por conquistar seu espaço. “Me destaco por quem eu sou e pela minha capacidade. Tenho orgulho de tudo o que conquistei e por ser lembrada de alguma forma”, descreve Betina.

PRATA
SEU TEMPLO DE ESTILO E MODA

Faça Agora seu
Cartão VIP em:

cartao.lojasprata.com.br



ou aponte a câmera do seu celular



Adriane Galisteu



Por trás da claquete



Aline Silva
aline@rdgazeta.com.br

Fotos: Divulgação/GS

Viver da arte – ou melhor, da sétima arte – foi uma decisão que Jordana Beck, de 26 anos, tomou ainda criança. Primeiro, em casa, observava o pai envolvido com o teatro, a mãe apaixonada por filmes e um dos irmãos imerso no mundo da mágica. Ela, uma apreciadora de vídeos, depois, na escola, aos 10 anos, as artes cênicas tomaram um espaço importante na sua vida. Auxiliada pela professora Simone Bencke, aprendeu cada detalhe que envolve um espetáculo.

Aos 16, já tinha claro que seu futuro era viver da arte. Não pretendia, porém, ficar em frente às câmeras, atuando, mas sim por trás delas, na direção. O desejo de cursar cinema fez com que Jordana se empenhasse para conseguir vaga em uma universidade federal que ofertasse o curso. Após alguns anos, foi aprovada em mais de uma e optou pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Com a experiência adquirida ao longo das vivências, Jordana viu aflorar o desejo de estar em contato com o elenco, na condução dos personagens. “Eu me entendi naquele momento, pois sempre gostei do envolvimento com o palco e o cinema”.

Na graduação, permitiu-se vivenciar diversas áreas, e no trabalho de conclusão a direção ganhou ainda mais espaço. Na condução de “Adorável Evolução”, curta-metragem que estimula a consciência ambiental em relação ao destino do lixo, Jordana se firmou como diretora. Além do trabalho de conclusão, a jovem teve ainda a experiência de um intercâmbio de oito meses na Wayne State University, nos Estados Unidos, onde dirigiu o curta “That Girl”, que passa agora por uma reedição para distribuição.

Todo esse processo culminou com a premiação no 48 Hour Film Project – Florianópolis, considerada simplesmente a maior competição de curtas do mundo. No entanto, a semente começou a ser cultivada ainda em 2021, com um convite para ser assistente. Nestor Ruiz, diretor de cinema catarinense, fez o convite para que ela integrasse a equipe dele. Naquele ano, o curta “Fita Vermelha”, dirigido por ele, venceu em 10 categorias.

Neste ano, surgiu o desejo de montar a própria equipe e competir. Assim nasceu a Vertigo. Com o curta “Te Espero às Quatro”, a equipe faturou Melhor Direção, com Jordana Beck; Me-

lhor Atuação, Melhor Edição, Melhor Filme pelo Júri Popular (Grupo B) e, o mais importante, Melhor Filme. Com a premiação, a Vertigo vai levar o curta e representar o Brasil para o Filmmapalooza 2024, que ocorre em março, em Lisboa. “Eu escolhi direção pelo contato com os atores, a troca de experiência e energia de construir um personagem, com todos os detalhes e sutilezas, como se estivesse construindo um ser humano. É muito mais do que técnica.” Em Lisboa, a equipe vai competir por um espaço no Short Film Corner, em Cannes, um dos festivais de cinema mais prestigiados do mundo.

A disposição e a mente aguçada de Jordana já projetam voos futuros. Ela e uma colega de trabalho, Kristel Kardeal, tiveram um projeto aprovado para o 7º CINEPITCHING. No fim do mês, a dupla embarca para São Paulo para a apresentação do projeto para grandes empresas, como Globo Filmes, Paramount, Galeria, entre outros *players*, na busca por investimento. Como sonho, a jovem projeta faturar um prêmio dentro de Cannes e ser reconhecida nacionalmente como diretora. “Quem sabe uma melhor direção no Oscar?!”

O 48 Hour Film Project é a maior competição de curtas-metragens do mundo. O evento acontece em mais de 130 cidades e, no Brasil, a disputa ocorre em Florianópolis. A competição consiste em produzir um filme inteiro em apenas 48 horas. Os participantes têm apenas dois dias para escrever, produzir, editar e finalizar um curta-metragem totalmente original.

• QUEM É JORDANA?

Jordana Beck nasceu em Santa Cruz do Sul; é a caçula de três filhos de João e Anísia Beck. Estudou no Colégio Mauá, onde teve início a paixão pelas artes. É formada em Cinema pela Universidade Federal de Santa Catarina.

• TE ESPERO ÀS QUATRO



Toda sexta-feira, às 16 horas, Nicole entrega um bolo para Dona Vera. Após descobrir mais sobre essa relação distante, a jovem acaba repensando o tempo que dedica à própria mãe.

Para a composição dos filmes do 48 Hour Film Project, existem itens obrigatórios, como personagem, objeto, frase de diálogo e gênero. No caso de “Te Espero às Quatro”, o gênero foi o “Film de Femme” temática direcionada à valorização das mulheres.



Dr. Rafael Antoniazzi Abaid
CIRURGIÃO BARIÁTRICO
CRM 28345 – RQE 32630



OBESITÀ
CIRURGIA DA OBESIDADE

Centro Clínico Gastro
Rua João Werlang, 44
Fones 3902-7615
98057-9177
@cirurgia_abaid

Itens **inusitados** podem virar decoração

É hora de soltar a criatividade e olhar para o mundo de outro ângulo! Nada mais legal do que deixar a sua casa com a sua cara, com itens que vão refletir a sua personalidade. E um jeito ótimo de fazer isso é incorporar alguns objetos inusitados nos ambientes, trazendo o seu toque – e olhar – à decoração. Vale dar uma conferida nos armários, nas coleções escondidas e até naquilo que estava arriscando ir para o lixo. Confira algumas inspirações para fazer coisas inusitadas se transformarem em beleza para a sua casa!



CAIXOTES

Os caixotes de madeira podem dar um charme ao ambiente, especialmente se combinados com plantinhas e outros itens.

Naiara Silveira Brasil
naiara@gaz.com.br



BEBIDAS

Que tal expor aquelas garrafas diferentes de vinho ou destilados? Um carrinho de bebidas fica perfeito em um ambiente descontraído. Também dá para incorporar as rolhas dos vinhos à decoração, por exemplo.



VINTAGE

Hora de tirar as câmeras antigas e os vinhos do armário! Itens com essa "pegada vintage" podem compor uma super decoração e ainda revelam a personalidade de quem curte guardar uma relíquia dessas.



CRISTAIS

Para os apaixonados pelo mundo místico: os cristais não servem apenas para emanar boas energias, também podem ser lindos itens de decoração quando usados do jeito certo. Aposte nas pedrinhas!



COLEÇÕES

Orgulhe-se das suas coleções – e use elas a seu favor. Na decoração, louças compradas em viagens, xícaras divertidas ou outros itens que sejam importantes para você podem fazer bonito.

elegance

MÓVEIS

☎ 99994.4143 ☎ 3711.4914

📷 @elegancemoveisoficial 📷 @elegancemoveisfilial

Rua Ernesto Alves, 1024, Centro, Santa Cruz do Sul-RS





Fotos: Divulgação/GS

Uma pitada de França no prato

Um ótimo prato para servir aos amigos em um almoço ou jantar é o filé ao molho de mostarda e purê de abóbora, ensinado aqui embaixo por uma das colaboradoras do Hotel Charrua. Combinando um dos melhores cortes de carne e um legume, é equilibrado e tem textura e sabor que agradam o paladar. Bom apetite!

RECEITA

Filé ao molho de mostarda e purê de abóbora

INGREDIENTES:

- 200g de filé mignon;
- 350g de abóbora;
- 20g de mostarda escura;
- 15g de oleaginosas picadas;
- 50g de manteiga;
- 650ml de água;
- Sal (QB);
- Pimenta (QB);
- Azeite (QB);
- Broto (opcional).



*QB: quanto basta.

PREPARO DO PURÊ

Em uma panela, ferva a água junto com a abóbora até ficar macia. Depois, escorra a água e amasse a abóbora, adicionando a manteiga e o sal para corrigir o sabor e manter um aspecto liso. Reserve.

PREPARO DA CARNE

Corte o filé em medalhões de aproximadamente dois dedos de espessura e tempere com sal e pimenta. Em uma frigideira bem quente, coloque um fio de azeite. Entre com a carne e vire a cada dois minutos até atingir o ponto de sua preferência. Depois, retire a carne e acrescente a mostarda, para compor o molho.

MONTAGEM DO PRATO

Coloque uma grande quantidade de purê no centro do prato e, com o auxílio de uma colher, puxe-o até a beira do prato. Em seguida, coloque os medalhões no centro e regue-os com o molho. Para decorar, use brotos de sua preferência e as oleaginosas. Prontinho!



Visite nosso restaurante!

CHARRUAHOTEL

CAFÉ DA MANHÃ

06:00 - 10:00 (segunda a sábado)
06:00 - 10:30 (domingos e feriados)

JANTAR

18:00 - 22:00 (todos os dias)

(51) 9 9296 7699

charruahotel

EM BREVE,
NOVO CARDÁPIO