

MAKEUP

"Não adianta usar o mesmo que se já usou
muitas vezes, um corsete, um blusa,
um tênis, e já está. Vou mostrar bem
moldando como sempre foi o trabalho."

UM DIA DE
TRABALHO COM...

Muito estilo

Hoje em dia são cada vez
mais as mulheres que dão a
cara por profissões liberais.
Apresentadoras, fotógrafas,
produtoras de moda. Para
todas, o visual é fundamental.
Adriane Garcia não é
diferente de todas as mulheres
Cosmo, e ainda te deixa
algumas dicas

POR ANA PASSOS

Mocacão, H&M,
29,95€
Colar, Mango, 15€
Collants, Calzedonia,
4,95€
Casaco, Corameis,
369€
Botins, Schutz na
Gardenia, 169,80€
Anel, Alentiz, 145€

Menina do Rio

Adriane Garcia é a prova viva da simpatia brasileira além-fronteiras. Prestes a lançar-se num novo projeto online, a atriz e apresentadora foi eleita pela L'Oréal Professionnel para uma mudança de visual perfeita para o verão.

Natural do Rio de Janeiro, Adriane Garcia tem o cabelo e a beleza que faz sua fama entre os brasileiros e a cidade brasileira. De conversa solta e gargalhada fácil, a nova modelo brasileira da RTP sempre coloca sua carreira de modelo, mas foi como atriz que deu o salto para o mundo exterior. Depois de uma formação em teatro e de algumas participações em miniséries e telenovelas (como *Malhação* e *Rayos de Família*), veio a oportunidade de trabalhar como repórter, seguida de um convite para apresentar um programa de música na TV Record Europa, em Lisboa. Hoje, é um dos rostos do *Só Você!*, transmitido aos domingos pela RTP.

Como surgiu esta proposta para mudar de visual?
Foi um convite da L'Oréal Professionnel para experimentar um dos *It's a Show* que recebi com muito entusiasmo. Experimentei uma nova técnica de coloração, o tom *Blonde*, uma mudança constante e inovadora especialmente para as mulheres que querem ter um tom mais claro. E como os cabelos pintados requerem

mais cuidados, vou uma vez por semana ao Le Salon fazer uma hidratação Absolut Repair Lipidium da L'Oréal Professionnel.

Desde que chegou a Portugal nunca mais parou. Há ainda alguma área que gostasse de explorar?
Já passei por diversas áreas da moda à medida, apresentei programas de rádio, mas é na televisão que me sinto realizada. Agora estou com um projeto novo que me vai dar imenso prazer, uma vez que vou abordar uma das minhas paixões pessoais.

Em que consiste esse novo projeto?

Sempre fui apaixonada pelo mundo da consultoria. Posso mesmo afirmar que se trata de um nicho entre sempre aberta aos últimos lançamentos e às novas tendências. E quando a minha agência, a Central Models, me apresentou a Milena, uma agência de Digital Intelligence que estava interessada em transformar esta minha paixão num site, achei que poderia ser uma boa parceria.

Sendo carioca de genu, deve estar habituado a cuidar do seu corpo desde pequena.

Tendo nascido no Rio de Janeiro, a primeira coisa que aprendi foi a usar sempre protetor solar no rosto, mesmo sem estar na praia. O sol pode ser o inimigo número um da pele. Depois, tendo os cuidados básicos, lavar bem a pele, tonificar e hidratar, beber muita água e ter uma alimentação saudável.

As mulheres brasileiras são consideradas das mais bonitas do mundo. O que as distingue?

Além da alegria de viver, é saber cuidar de si e valorizar o que temos de melhor. É a autoconfiança que vem de dentro e faz-nos ter um *smile* leve e natural, mas pequenos gestos. Como é que mantêm a boa forma?

Eu acredito que a beleza começa de dentro e, como tal, preocupo-me com a minha saúde, por isso sou acompanhada pelo Dr. Humberto Barbosa na Clínica do Tempo O exercício também é fundamental, mas como tive uma lesão grave no joelho, tenho feito fisioterapia na Fisioquase, com os tratamentos e intervalos com tratamentos na Clínica Biothercare, para combater a celulite e a gordura localizada.

Vestido em musselina de seda, Gucci, na Fashion Clinic. Sandálias em pele envernizada, Luis Onofre

DISCURSO DIRETO



MARIA LOURENÇO
HAIRSTYLIST

ideal para o verão. Beach Waves (disponível exclusivamente em salões de cabeleireiro) prolonga até oito semanas as desejadas ondas que refe-

tem uma tão doce passada na praia. Não pensa em partilhar que acompanhou a mudança de visual de Adriane e descobriu os conselhos da *Paraglyst* para cuidar do novo visual, em www.maxima.pt.

A quem se destina este novo serviço?

Esta nova técnica é para as mulheres modernas entre pintar o cabelo de castanho ou de tons.

Há alguma altura ideal para fazer este serviço?

Qualquer altura é boa porque estas tons já existem há muitos anos, mas agora utilizamos uma técnica que permite combinar os dois de forma equilibrada.

NUDANÇA DE VISUAL
Injeção de cor e brilho em qualquer cor de cabelo em www.maxima.pt

Spray Beach Waves, 417,90, e máscara Absolut Repair Lipidium, 402, tudo L'Oréal Professionnel



"EM BREVE VÃO CONHECER O MEU VÍCIO"

ADRIANE GARCIA vai abraçar um novo desafio profissional e prepara o lançamento de um blog



A jornalista da RTP foi uma das embaixadoras do voto na 22.ª Assembleia da República, em Portugal. Terminada a campanha, voltou a Portugal e decidiu preparar para lançar o seu novo projeto a blog O Meu Vício

A CABEÇA mais um verão, termino também mais outra temporada a trabalhar no Algarve, onde sou uma das embaixadoras da disciplina de BTT, em Vila Real de Santo António. Pra quem não sabe, a RTP foi a responsável por trazer o BTT para a televisão. Lembro-me de como foi difícil, mas depois de um ano em Vila Real de Santo António, eu já não tinha dúvidas de que queria continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Apesar de estar a trabalhar consegue desenvolver?
Sim, sem dúvida. Não sei se posso considerar este desafio um "vício". Nesse aspeto, tenho sido a sorte de poder trabalhar sempre em projetos em que acredito e em que não tenho qualquer dúvida de que vou continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Emquanto esteve este papel de embaixadora não deixou de trabalhar no 32.º Voto, nem no 3.º Voto. Como pôde a vida de embaixadora e jornalista fazer sentido?
Não, é fácil para todos os tempos, tempo e, por vezes, pode ser complicado. Mas eu tenho a sorte de fazer o que gosto e acho que sempre tempo para tudo.

Quando a nível profissional, consegue ter dois projetos?
Sim, claro. Eu, a nível profissional, consigo ter dois projetos. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Como ficam essas propostas pessoais na sua vida?
Acordo que tudo tem uma hora para ser cumprido e quando essa hora chegar, vou cumprir. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Quando vai ser lançado e como se vai sentir?
Muito em breve. Não sei se vou lançar o meu blog. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Como é pensar o voto no Algarve?
É sempre maravilhoso, eu acho o Algarve um grande projeto, desde restaurantes, desde hotéis, desde tudo o que se pode fazer no Algarve. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Sendo as do 32.º Voto ou do 3.º Voto, desistir para o desistir?
No Algarve acho que não sei porquê de não desistir. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Quando a nível profissional, consegue ter dois projetos?
Sim, claro. Eu, a nível profissional, consigo ter dois projetos. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Como ficam essas propostas pessoais na sua vida?
Acordo que tudo tem uma hora para ser cumprido e quando essa hora chegar, vou cumprir. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Quando vai ser lançado e como se vai sentir?
Muito em breve. Não sei se vou lançar o meu blog. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Quando vai ser lançado e como se vai sentir?
Muito em breve. Não sei se vou lançar o meu blog. Não quero deixar o Algarve, mas quero continuar a trabalhar no Algarve até ao fim da minha carreira.

Carioca, COM ALMA LUSITANA



Conquistando o posto e deixando-se conquistar. Com muitas no pé, mas a fôlego em cartuchos, Adriana Cavetta Johnson dá seu parecer em Portugal

O que se espera de Portugal? Há diferenças? Você procurou uma cidade diferente, que fosse diferente de São Paulo? Você procurou uma cidade diferente de São Paulo? Você procurou uma cidade diferente de São Paulo?

Fluam cinco aspectos que são os maiores e positivos e negativos de trabalhar no Brasil. Mas a qualidade de vida, não por falta de recursos naturais brasileiros.

Você já teve alguma experiência com o trabalho?

No primeiro ano sim. Muito tempo não trabalhava que se passou. Então, preparei algumas ideias, como o E-Book, o Manual de Gestão "Comando" de projetos. Já no Porto, a empresa não me deu um projeto em um primeiro momento. Hoje trabalho em um escritório. Hoje trabalho em um escritório. Hoje trabalho em um escritório.

Trabalha em Portugal? Há diferenças? Você já teve alguma experiência com o trabalho?

Sim, sim e não de ser a liberdade e a parte de minha família para o trabalho e que gostei. Apesar de já saber tudo, não foi tão fácil assim, e ter liberdade em casa e trabalhar em casa, não foi tão fácil assim. Hoje trabalho em um escritório. Hoje trabalho em um escritório.

Trabalha em Portugal? Há diferenças? Você já teve alguma experiência com o trabalho?

Sim, sim e não de ser a liberdade e a parte de minha família para o trabalho e que gostei. Apesar de já saber tudo, não foi tão fácil assim, e ter liberdade em casa e trabalhar em casa, não foi tão fácil assim. Hoje trabalho em um escritório. Hoje trabalho em um escritório.

Responde rápido

Quanto tempo você mora em Portugal?
1 ano e 6 meses

Qual cidade você mora em Portugal?
Lisboa

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

apresenta a quem acredita e continua a acreditar em si.

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

Qual o maior desafio de trabalhar em Portugal?
A adaptação à cultura e ao ritmo de trabalho.

Qual o maior benefício de trabalhar em Portugal?
A qualidade de vida e o ambiente de trabalho.

Adriane Garcia

A MAIS PURA SENSUALIDADE TROPICAL...

O que fazer para captar a atenção do sexo oposto? As mulheres brasileiras são realmente mais "fogosas"? Adriane Garcia, uma das apresentadoras mais sensuais da nossa televisão, conta-nos tudo! Ora veja...

POR JOÃO MARBEDA FOTOGRAFIA: MÁRIO PRÍNCIPE REALIZAÇÃO: JOYCE DORET

Manequim, atriz, cantora, apresentadora de televisão e agora Mulher MH. Todas estas áreas estão interligadas. É uma sucessão natural ou apostar a sério na formação pessoal é uma obrigação?

No meu caso, com certeza uma coisa levou a outra, mas claro que uma formação é sempre fundamental. No momento em que decidi optar pelo mundo das "artes", procurei o curso mais adequado e licenciei-me na faculdade de atores em São Paulo. Mas como estagnar não leva (mesmo) a lado nenhum, continuei a tirar cursos e workshops relacionados com a área.

Estudou advocacia, mas optou pela interpretação e moda. Por que mudou de ideias? Quando era criança via imensos filmes com grandes duelos em tribunal e achava o máximo, o que me levou a acreditar que gostaria de ser advogada ou juíza. Cheguei a levar esse sonho para a frente e fiz o curso até ao quinto ano, mas quando comecei a lidar com o mundo da publicidade e da televisão, deixei-me levar pelo meu amor pelo mundo das artes. E não nos podemos esquecer que na versão hollywoodesca que vemos no cinema, também é necessária alguma veia de acting para convencer os jurados a deliberarem a nosso favor. (risos)

Numa altura em que o Primeiro-Ministro incentiva à emigração, o que a fez vir trabalhar para Portugal?

Muitas pessoas perguntam-me: "Menina, o que é que você está a fazer aqui? O seu país está a 'bombar', como vocês dizem aqui". Sorrio com a questão e costumo responder: "Se continuo cá é porque amo Portugal, e já o assumi como meu também". Há seis anos recebi um convite para participar num evento de música, por estar a divulgar o meu primeiro álbum, e não era suposto ficar mais do que um mês. Acabei por ficar dois. Depois comecei a ir e vir, vezes sem

conta, até receber um convite, na altura da TV Record, para apresentar um programa musical. Foi o clique para me mudar para Portugal.

Conhecida no Brasil pela participação no programa Casa dos Artistas, em Portugal tornou-se presença regular no programa Só Visto (atual 5 Sentidos). Quais as grandes diferenças entre a ficção portuguesa e a brasileira?

Já tinha feito muitas coisas no Brasil, desde apresentar um programa desportivo a participações em diversas novelas, mas foi a Casa dos Artistas, com a enorme exposição que tinha na altura, que me lançou no "estrelato" (digamos assim). Hoje em dia a ficção portuguesa não fica atrás da brasileira, e os prémios ganhos são mais uma prova disso. Quando gravei a série *Maternidade*, para a RTP, a única diferença que senti foi o meu realizador estar sempre a brincar e a dizer: "Adriane, menos, menos...", uma vez que nós, brasileiros, temos uma tendência para exagerar e nos entregarmos demasiado à personagem!

Como se sente por ser a primeira apresentadora brasileira a integrar uma emissora portuguesa?

Um orgulho imenso, mesmo! É a realização de um sonho poder fazer parte de uma emissora portuguesa. Recebo muitas mensagens de incentivo pelo Facebook, de brasileiros que vivem em Portugal, a dizer que sou um exemplo a seguir e que estão muito orgulhosos de mim. Dizem que sentem que há muito tempo que fazia sentido, tendo em conta que, para além de sermos a maior comunidade de imigrantes no país, também somos países irmãos.

A dada altura da sua carreira, a empresa com a qual trabalhava abriu falência. Viu-se sem emprego, mas não desistiu. Agora que se fala tanto em crise e o desemprego é uma realidade, como podemos manter o positivismo para dar a volta por cima? Costumo brincar e dizer que nós, brasileiros, já nascemos otimistas (mesmo os menos favorecidos) e temos uma frase que nos caracteriza: "Eu sou brasileiro e não desisto nunca!". Desde que cheguei a Portugal que ouço dizer que seria muito difícil, ou até mesmo impossível, vingar num canal português e que, no máximo, conseguiria fazer participações pontuais. No entanto nunca desisti e acabei por conseguir! Não nos podemos deixar ir abaixo

Raio X

Quem voltava a entrevistar, mas para a MH?

Adorava entrevistar a Gisele Bündchen. Tenho a certeza que daria uma fantástica Mulher MH.

Existe alguma praia portuguesa melhor que uma do Brasil?

Existem várias praias desertas na costa algarvia. Mas

ainda bem que lá têm acesso por barco.

Caipirinha ou Licor Beirão?

Caipirinha, pois claro.

O Facebook é bom ou mau (para uma relação)?

Funciona para os dois lados, mas muitas das vezes pelo lado mau. Várias pessoas utilizam o Facebook para

conhecer outras pessoas e, às vezes, podem aproximar-se demais do que é "seu".

Que cuidado pessoal masculino é indispensável?

Hidratar o rosto (de manhã e à noite), usar um bom protetor solar e um excelente perfume. Sinto-me facilmente atraída por fragrâncias. Adoro!



FLASH! EM FÉRIAS



ADRIANE GARCIA

"É UMA FASE ESPECTACULAR"

Feliz ao lado do namorado, o empresário Tiago Alves Ribeiro, a brasileira está a viver o Verão com grande intensidade: continua a fazer reportagens para o 'Só Visto', foi embaicadora da discoteca Bliss, em Vilamoura, apresenta o 'Três por Uma' na RTP Internacional e vai lançar um site

FOTO: JOSÉ LUCIO DIASKE | STYLING: SUZANA FERREIRA | MAKEUP: CAROLINA COSTA | CABELLO: KATI GONCALVES NELLO COM PRODUTOS L'ORÉAL



Adriane, Joana e Patrícia

Juntas apresentam o programa '3 por Uma', na RTP Internacional, um magazine de temas diversificados que pretende ser uma montra da criatividade e do talento que Portugal projeta no mundo. Quem são as três mulheres que, em cada emissão, promovem o lado inovador do nosso país?

Por Ana Cláudia Monteiro

UMA POR
TODAS,
TODAS
POR

MA

ADRIANE GARCIA

Prestes a fazer 33 anos, vive em Portugal há nove. Foi manequim e é atriz e apresentadora, tendo também feito incursões pelo mundo da música. A sua paixão é agora o '3 por Uma'. "Tenho um curinho especial por este projeto e muita sorte em ter excelentes colegas de trabalho e profissionais como a Joana Teles e a Patrícia Bull. Espero que possamos estar muitos anos juntas nesta aventura."
Integra também a equipa do 'Só Visto', na RTP1. É uma brasileira a apresentar programas na televisão pública, patamar que, por ser estrangeira, pensou ser difícil de alcançar: "Estaria a mentir se dissesse que não, mas sou uma pessoa que nunca desiste de lutar pelos seus objetivos, e assim continuarei a fazer. A minha área é difícil em qualquer lugar do mundo, e em qualquer canal, mas, graças a Deus, vivemos num mundo globalizado, onde cada vez há mais estrangeiros a coexistir o seu espaço em países que não os seus. Vejam o exemplo da Daniela Rush, do Joaquim de Almeida ou da Maria de Medeiros, numa versão mais hollywoodesa, o Ricardo Pereira no Brasil, etc." Adriane sente a falta do Brasil, não só por ter nascido lá, mas por ser onde tem a família e os amigos de infância. No entanto, construiu a vida aqui e, quando visita até Terras de Vem Cruz, tem saudades de Portugal: "Se pudesse: trazer um pouco de lá para cá e vice-versa, teria o meu mundo perfeito", sonha. O que mais a atrai no nosso país é a segurança, a beleza e a gastronomia: "A minha relação com Portugal é a que uma mãe tem com um filho adotivo. Não nasceu dela, mas o amor é incondicional, como se fosse de sangue." As saudades dos familiares são o mais difícil de suportar: "Eles acabam por vir visitar-me mais vezes do que eu a eles, tendo em conta as exigências do meu trabalho. No dia a dia, a tecnologia ajuda muito a manter contacto: temos um chat no WhatsApp em que trocamos mensagens, fotos e vídeos a toda a hora, e falamos por Skype, mas não é a mesma coisa!" Considera os homens portugueses muito ligados à família, estanhos e trabalhadores. O que mais a atrai no seu oposto é a compreensão, o cavalheirismo, o sentido de humor, a generosidade, a afetividade e a integridade. Não suporta a competitividade, a ingratidão e a falta de respeito. Estudou Teatro e acredita que essa formação lhe é ainda útil, principalmente nos diretos: "No início da minha carreira, o meu lado mais tímido dificultava-me contrair com pessoas que mal conhecias ou fazer cenas mais íntimas, como aconteceu com o Reynaldo Gianecchini. Adorava voltar a ter uma carreira como atriz e não é seguro que fui convidada recentemente para regressar, mas os meus compromissos atuais não permitiriam", explica. Está feliz com o seu percurso. "Este programa na RTP Internacional é sem dúvida uma grande conquista. É muito bom ver um projeto da nossa autoria tornar-se realidade, mas ainda me falta fazer muitas coisas. Por exemplo, um programa de viagens. Gostava muito de ter um programa mais formatado que fosse uma ligação entre uma emissora brasileira e uma portuguesa." Adepta de cuidar da linha, considera que um corpo saudável é sinónimo de um corpo bonito, mas que a beleza tem de vir de dentro: "Tento fazer exercícios físicos, pelo menos duas vezes por semana, no Fitness Hut, mas confesso que, na maioria das vezes, a minha agenda não permite. Tendo isso em conta, recorro a outros tratamentos de estética, como o Biotheque Diweh, da clínica Biotheque, para combater a celulite."

