



20 CABELOS

Dicas para recuperar os danos causados nos fios durante o verão

24 BELEZA

Cosméticos manipulados para cuidar da pele

28 FITNESS

Hábitos pré e pós-treino potencializam os resultados dos exercícios

32 ESPECIAL

Empresas restauram óculos de todas as marcas e modelos

34 SEXUALIDADE

Produtos sensoriais para esquentar a relação

48 SOCIAL

Os flashes da sociedade rio-pretense

50 ALIMENTAÇÃO

Sementes podem ser incluídas nas refeições



54 GASTRONOMIA

Ingredientes alcoólicos se destacam em doces

EXPEDIENTE

A revista **Vida&Arte** é propriedade da Empresa de Publicidade Rio Preto S/A
Diretor presidente: Norberto Buzzini

Editor chefe: Milton Rodrigues
Editora da revista Vida&Arte: Ligia Ottoboni
Subeditora: Jéssica Reis

Vendas
Departamento comercial
comercial@diariodaregiao.com.br
Av. Feliciano Sales Cunha, 1515
Distrito Industrial
CEP: 15035-000 - São José do Rio Preto - SP
(17) 2139-2054

Executivos de vendas
Anadri Casseb, Bruno Carlos, Luiz Pinheiro,
Marcelo Straioto, Sara Soucheff e Osni Melo

Administração revista Vida&Arte
Av. Feliciano Sales Cunha, 1515
Distrito Industrial
CEP: 15035-000 - São José do Rio Preto - SP
Fone: (17) 2139-2032
E-mail: vidaearte@diariodaregiao.com.br

Produção de Moda
Cora Soares Consultoria
de Moda e Comunicação

Fotografia
Guilherme Baffi, Johnny Torres e Mara Sousa

Artes/Redação
Belisário e Jéssica Reis

Artes/Comercial
Cristiane M. Neves, José Roberto Fernandes
e Stênio Nomada

Tratamento de imagens
Luciana Nardelli, Belisário e Alessandro Guesse

Impressão
Oceano Gráfica São Paulo

Tiragem
21.000 mil exemplares

Publicação
Mensal

Post*
*Conteúdo Patrocinado

PubliDiário*
*PubliEditorial

Distribuição em 75 cidades
Exemplares exclusivos de assinantes nos municípios de: Adolfo, Altair, Américo de Campos, Auriflâma, Bady Bassitt, Balsamo, Cajobi, Cardoso, Catanduva, Catiguá, Cedral, Cosmorama, Elisiário, Estrela d'Oeste, Fernandópolis, Floreal, Fronteira, Frutal, General Salgado, Guapiáçu, Guaraci, Ibirá, Içém, Indiaporã, Ipiruá, Irapuã, Itajobi, Jaci, Jales, José Bonifácio, Macaúbal, Magda, Mendonça, Mirassol, Mirassolândia, Monte Aprazível, Monte Azul Paulista, Neves Paulista, Nhandeara, Nipoã, Nova Aliança, Nova Granada, Nova Itapirema, Novais, Novo Horizonte, Olímpia, Onda Verde, Orindiúva, Ouroeste, Palestina, Palmareis Paulista, Palmeira d'Oeste, Paraíso, Paulo de Faria, Pereira Barreto, Pindorama, Planalto, Poloni, Pontes Gestal, Potirendaba, Riolândia, Sales, Santa Adélia, Santa Fé do Sul, Severínia, Tabapuã, Tanabi, Termas de Ibirá, Ubarana, Uchoa, Urania, Urupês, Valentim Gentil, Votuporanga e Zacarias.



58 DRINKS

Bares e restaurantes para apreciar um bom chopp em Rio Preto

64 ESTILO

Cabideiros organizam e decoram ambientes

66 MOTOR

Carros elétricos chegam ao mercado brasileiro

70 ROTEIRO PAULISTANO

Musicais da Broadway estão em cartaz em São Paulo

72 PROGRAME-SE

Shows agitam a programação cultural de Rio Preto em março



18 VITRINE

Glitter, tons pastéis e nudes são algumas das apostas de esmaltes para a temporada



NOSSA CAPA

Modelo - Victoria Siqueira, da Agência André Pereira Models, (17) 3234-2352, www.apmodels.com.br
Roupa e brincos - Rosa Chá, (17) 3234-9624
Beleza - Vinícius Hipólito, do Romano Cabeleiros, (17) 3222-4476, www.romanocabeleiros.com.br
Fotografia - Johnny Torres
Stylin' - Cora Soares Consultoria de Moda e Comunicação, (17) 3227-0202, www.corasoares.com.br
Agradecimento - Hot Beach, em Olímpia, (17) 3280-2323 ou www.hotbeach.com.br

www.diariodaregiao.com.br

 /portaldiariodaregiao

 @diariodaregiao