

# DMULHER

# MULHER DO MOMENTO

Aos 40 anos, atriz Carol Castro brilha como Clarice na novela da faixa das 18h da TV Globo. 'Foi uma deliciosa surpresa!', diz ela, sobre elogios em cenas dramáticas.

**Págs. 4 e 5**





# Gardênia Cavalcanti

■ site: <https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia>

E-MAIL:  
gardeniacavalcanti@odia.com.br  
INSTAGRAM:  
@gardeniacavalcanti

## EDUCAÇÃO

# Como escolher a escola para os filhos?

Com o fim do ano, muitos responsáveis se veem na dúvida com a escolha da escola dos filhos. Nesse momento, os pais se perguntam o que levar em conta. A escola é perto de casa? Tem ensino bilíngue? Tem boa classificação no Enem? São muitas questões, mas não existe uma resposta certa.

Na hora de escolher a melhor escola para os filhos, é preciso ficar atento a vários fatores. Para Marcia Frederico, psicóloga e consultora pedagógica do LIV, a família deve fazer uma autorreflexão e descobrir os pontos que são importantes para ela. “A ideia é elencar, colocar em ordem de prioridade, o que é essencial para essa família quando ela está pensando na educação dos filhos”, comenta Márcia. Confira as dicas da especialista:

— O espaço físico e a política pedagógica são importantes, mas com as demandas atuais é necessário ampliar o olhar para além do ensino de disciplinas como português, matemática, história e geografia. É muito importante que a unidade escolar esteja alinhada com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

— Programa de educação socioemocional ou se ele está no currículo apenas de maneira pro for-



FOTOS REPRODUÇÃO

É preciso considerar vários fatores ao escolher a escola

ma. Os responsáveis devem procurar saber como é trabalhada a questão socioemocional dentro da unidade, como é a formação dos professores para esse ponto e se os alunos têm sempre um espaço de fala e escuta.

— Equilíbrio entre a educação digital e outras atividades que permitam a convivência entre alunos e se são abordadas questões éticas do mundo digital.

mais na região abdominal. Com menos músculos, o corpo queima menos calorias naturalmente. Por isso que os tratamentos personalizados são tão importantes”, destaca a médica nutróloga Ana Luisa Vilela.

O foco deve ser em estratégias de emagrecimento que envolvam a adoção de hábitos alimentares saudáveis e a prática regular de atividades que estimulem a manutenção muscular.



Bermuda é um clássico que vai bem nos dias quentes

## Moda: bermudas de alfaiataria

► Esqueça o shortinho, a tendência que está em alta nesse fim de estação é a bermuda de alfaiataria. Um clássico que vai bem nos dias mais quentes e também nos mais fresquinhos. Elas podem ser largas, costuradas com tecidos leves como o linho, em algodão ou em tecidos mais finos. Uma coisa não deixa dúvidas – elas são muito sofisticadas e elegantes.

As bermudas são as estrelas de muitas produções, mas ficam ainda mais modernas quando são usadas em conjunto. Os conjuntinhos estão super em alta. Elas também podem ser combinadas com cropped, saltinhos, mas uma dica que é o diferencial é usar com cintos alinhados em couro. Que tal aproveitar essa moda e dar um toque estiloso aos seus looks?

## MENOPAUSA E PERDA DE PESO

■ As mudanças que o corpo sofre com a chegada da menopausa causam alterações que afetam diretamente o metabolismo e tornam o processo de emagrecimento mais desafiador para a maioria das mulheres.

“A menopausa traz consigo uma série de transformações hormonais que impactam o equilíbrio metabólico. A redução dos níveis de estrogênio, por exemplo, influencia na distribuição de gordura corporal, que se concentra

## BELEZA DA ALMA

**“Aprendi com as primaveras a deixar-me cortar e a voltar sempre inteira”. (Cecília Meireles)**



Preto promete fazer sucesso no verão. Celebridades como Marina Ruy Barbosa e Anitta já foram vistas apostando no tom em produções leves e cheias de estilo

ISABELL ROSA

isabelle.rosa@odia.com.br

**T**radicionalmente associado à elegância e sobriedade, o preto promete ser uma tendência inesperada para o verão de 2025. Celebridades como Marina Ruy Barbosa, Anitta, Bianca Andrade, Zendaya e Hailey Bieber já foram vistas apostando no tom escuro em produções leves e cheias de estilo.

“Apesar da ideia de que cores escuras absorvem mais calor, o preto conquista espaço no verão devido à sua sofisticação e capacidade de se adaptar a diferentes ocasiões. O preto é uma cor atemporal que transmite confiança e elegância. No verão, ele aparece em tecidos leves, cortes mais soltos e combinações que deixam o visual descomplicado, mas sempre estiloso”, detalha a consultora de moda Luciana Peixoto.

Tom ‘curinga’, o pretinho é fácil de combinar e auxilia na criação de um guarda-roupa funcional. “No verão ele ganha ainda mais destaque porque permite criar looks versáteis e impactantes, do casual ao sofisticado”, diz a profissional, que ensina: “Materiais como algodão, linho, crepe e até malhas respiráveis são ideais para criar peças que sejam frescas e confortáveis”.

Para um visual estiloso, Luciana aconselha: “Invista em acessórios leves, como chapéus de palha, óculos de sol e sandálias neutras”.

A boa notícia é que o preto é democrático e funciona para todos os tons de pele e biotipos. “Não existe restrição para usar preto, mas é importante equilibrar as proporções. Quem prefere looks mais casuais pode apostar em combinações com peças claras ou estampadas, enquanto quem busca sofisticação pode investir em acessórios dourados ou prateados para destacar o visual”.

Entre as inspirações para arrasar na produção estão: blusa preta sem alça com jeans, biquínis e saídas de praia no tom escuro, o vestido ‘basiquinho’, blusão com saia curta, camisa ‘oversized’, macacões e mais. A influenciadora Amanda Wikhel é uma das mulheres que amam incluir o tom no visual. “Ele está sempre presente no meu guarda-roupa, porque ele pode ser tão básico como nada básico, né? O preto se encaixa em qualquer ocasião e estação. E eu também sempre busco o conforto além da peça”.

# Tendência inesperada

REPRODUÇÃO

REPRODUÇÃO DO INSTAGRAM

Anitta aposta em look preto para dia de praia



Marina também aderiu à tendência

REPRODUÇÃO DO INSTAGRAM



Amanda Wikhel gosta de usar preto



# ‘Não foi um caminho fácil’

No ar em ‘Garota do Momento’, a atriz Carol Castro avalia sua trajetória profissional de mais de três décadas

ISABELLE ROSA  
isabelle.rosa@odia.com.br

Carol Castro iniciou na carreira artística com apenas 9 anos no teatro, mas, foi só em 2003, na novela ‘Mulheres Apaixonadas’, da TV Globo, que ela ganhou notoriedade nacional com a personagem Gracinha. De lá pra cá, colecionou papéis marcantes nas telinhas como Ruth de ‘O Profeta’ (2006), Sheila de ‘Beleza Pura’ (2008), Sílvia de ‘Amor à Vida’ (2013), Iolanda de ‘Velho Chico’ (2016) e Helena em ‘Órfãos da Terra’ (2019), sem contar os trabalhos em séries e filmes. Ao avaliar a trajetória profissional de mais de três décadas, a atriz demonstra satisfação.

“Sinto muito orgulho de onde cheguei e da mulher e profissional que sou hoje. Não foi um caminho nada fácil, apesar de talvez parecer para quem vê de fora. Demorei alguns anos para me consolidar no cinema e também para entender que alguns ‘nãos’ precisam ser ditos. Assim como poder escolher melhor os próximos papéis e, com isso, mostrar habilidades e capacidades que ainda não conheciam. O que eu mais me orgulho é de não ter parado de trabalhar e de estar transitando entre comédia, drama, terror, suspense... e no cinema, séries e novelas”, lista.

Atualmente, a artista tem roubado a cena como Clarice em ‘Garota do Momento’, na faixa das 18h, da TV Globo, desde a estreia do folhetim. O nome dela, inclusive, chegou a ficar entre os assuntos mais comentados do X, antigo Twitter, nas primeiras cenas dramáticas da personagem em que, após uma briga com o Juliano (Fábio Assunção), foi atropelada por um bondinho e perdeu a memória. Carol garante que não esperava uma repercussão tão grande da sequência e os inúmeros elogios que recebeu.

“Fiquei muito feliz e surpresa com a repercussão, a onda de carinho e elogios... Mas foi uma deliciosa surpresa! Porque nada mais precioso do que ter seu trabalho reconhecido e ainda com tantos



**O que eu mais me orgulho é de não ter parado de trabalhar e de estar transitando entre comédia, drama, terror, suspense... e no cinema, séries e novelas”**

CAROL CASTRO, atriz

comentários positivos! Eu só sabia que tinha (e continuo) entregado uma Clarice meticulosamente, cuidadosamente, carinhosamente, honradamente defendida e trabalhada em cada detalhe. Foi tudo tão intenso! Minha história com essa personagem é muito forte. É o famoso: tinha que ser. Só agradeço! E me fortaleço com tudo isso. Vamos que temos muito chão pela frente e eu quero continuar a ‘ladrilhar”.

Para Carol, a mãe ‘postiça’ de Bia (Maisa Silva) é uma personagem desafiadora e cheia de nuances. “Isso é o que mais me chamou atenção nela. Os desafios me motivam e uma personagem como essa, que tem muitas camadas e possibilidades, é um prato cheio para qualquer atriz. Ainda mais eu, que amo poder mostrar versatilidade”, avalia ela, que aponta suas semelhanças com Clarice, que na verdade, é mãe biológica de Beatriz (Duda Santos). “Tenho esse senso de justiça aguçado. Não aguento injustiças... A lealdade. A vontade de ser independente do homem. Não depender de ninguém”, enumera.

Em sua 14ª novela, a atriz carioca diz que gosta deste formato. “Tenho muito carinho, até porque, apesar de ter vindo do teatro e cinema, foi na televisão aos 18 anos que veio o ‘reconhecimento””, lembra.





**Madura, Carol Castro confirma que se sente cada vez mais segura, sexy e potente**

## ‘Sei exatamente o que quero, o que não quero...’

► Em março deste ano, Carol completou 40 anos. A chegada dos ‘enta’, contudo, não foi como planejada. “Tinha planos para essa virada. Mas veio a vida e virou tudo de cabeça pra baixo. Queria fazer festa, viagens, me dar mimo, mas acabei lesionando meu joelho gravemente numa filmagem ano passado e ainda perdi meu pai, meu melhor

amigo, ídolo e muso inspirador, em dezembro. Só terminei a série final em janeiro deste ano e operei em fevereiro. Ou seja: no meu aniversário de 40 anos, estava no auge do pós-operatório, fora da minha casa e longe da minha cidade, da minha filha, dos meus bichos e família”, lembra.

A atriz conta que não sente o peso da idade e cita a ex-

periência que conquistou ao longo dos anos. “Estou muito mais tentando me recuperar de tudo isso, do que parando para pensar no peso da idade. Até porque, eu acho que (fazer) 40 anos, hoje em dia, ainda é como se fosse uns 30 e poucos, sabe? Não me sinto com esse peso todo de idade, mas sim de bagagem. E isso é o mais importante. Não trocaria o que

conquistei nesses anos todos de autoconhecimento, experiência e amor-próprio por nada!”, frisa.

Madura, ela confirma que se sente cada vez mais segura, sexy e potente. “Muito! Mas muito mais! Sei exatamente o que quero, o que não quero, o que gosto e do que não gosto. E isso é valioso”, acredita.

BEATRIZ DAMY / DIVULGAÇÃO

## ‘Minha autoestima nunca foi muito elevada’

► Linda e dona de belas curvas, Carol revela o que faz para manter a boa forma. “Tenho uma alimentação muito saudável, bebo muita água, evito besteiras, gorduras, mas me permito ser feliz. Agora, ainda estou voltando aos exercícios físicos com cautela, porque ainda estou fazendo fisioterapia para recuperar meu joelho e perna esquerda”, comenta ela, que também cuida da saúde mental. “Muita terapia. Contato com a natureza. Sempre que possível, um mergulho

no mar. Ou numa cachoeira. Fincar os pés descalços na grama. Tomar um sol. Tudo isso ajuda, e muito”.

Ela também assume que se sente lisonjeada ao receber elogios por sua beleza nas redes sociais. “Fico, claro! Até porque, pode não soar verdadeiro, mas minha autoestima nunca foi muito elevada! Às vezes, esses elogios me estimulam e me incentivam a continuar empoderada comigo mesma. Como todo mundo, temos dias e dias”, avalia.

## ‘Amor profundo’ pela filha

► Mamãe de Nina, de sete anos, fruto do antigo relacionamento com o músico Felipe Prazeres, Carol se derrete ao falar sobre a filha. “Ela está maravilhosa! É um amor profundo que só cresce... ela já viu alguns programas que participei, já viu alguns vídeos com compilados de personagens ou até mesmo com imagens dela bebê... ela ficou alucinada! Está toda toda que a mãe é atriz”, conta, empolgada.

Conhecida por suas per-

sonagens nas telinhas, a atriz revela o que poucos sabem sobre ela. “Eu amo rock! Rock pesado mesmo. Aliás, a música me motiva. Preciso de música todos os dias. Sou eclética, mas meu amor maior musical é o rock, seja mais pesado como ‘Metallica’, ‘Rage Against The Machine’ ou grunge como ‘Nirvana’, ‘Alice in Chains’... passando pelo indie rock e por aí vai... Meu sonho não realizado de adolescente: ter uma banda de rock”, entrega.

Carol Castro interpreta Clarice em ‘Garota do Momento’





## NOVELAS

## GAROTA DO MOMENTO

▶ 18h25 | GLOBO | 12 anos

## SEGUNDA

Clarice acolhe Beatriz (foto) e afirma que a transformará em uma modelo. Maristela conta a Bia que Beatriz será preparada por Clarice para ser a garota-propaganda da Perfumaria Carioca.

## TERÇA

Glorinha adultera a carteira de identidade de Beatriz. Guto confessa a Anita que está aliviado com o término do namoro com Eugênia. Beatriz assina seu contrato com a Perfumaria Carioca.

## QUARTA

Basílio diz a Beatriz que decidiu ficar no Rio e tentar a vida na capital. Teresa desmaia durante o programa, e Alfredo a ampara. Basílio planeja se aproximar de Bia.

## QUINTA

Beatriz desaprova a campanha publicitária da Perfumaria Carioca, e Raimundo e Juliano propõem que Beto integre o time da agência. Beto aceita a proposta.

REPRODUÇÃO/TV GLOBO



## SEXTA

Raimundo comemora a decisão de Beto. Guto cede à pressão de Eugênia para reatar o namoro. Maristela revela a Basílio que o ponto fraco de Beto é Lígia.

## SÁBADO

Clarice leva Beatriz a um restaurante chique, e percebe o constrangimento da menina. Guto se sente pressionado a responder ao amor de Eugênia.

## VOLTA POR CIMA

▶ 19h40 | GLOBO | 12 anos

## SEGUNDA

Gerson propõe aliança a Violeta contra Armando. Violeta não conta para Osmar sobre seu encontro com Gerson. Osmar promete atrapalhar Madalena novamente. Cacá passa mal, e Madalena a socorre.

## TERÇA

Madalena questiona Cacá sobre sua possível doença. Violeta se surpreende ao receber uma encomenda de Gerson. Madalena questiona Tati ao ver a foto da proposta da festa de Edson no celular da irmã.

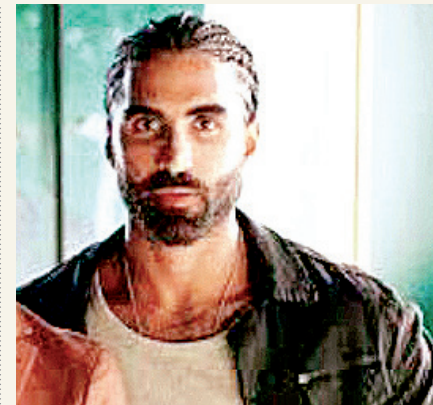
## QUARTA

Tati finge interesse no trabalho de Madalena. Jô (foto) vê Osmar dar dinheiro para Jayme. Cacá confirma sua gravidez.

## QUINTA

Cacá desiste de contar sobre a gravidez para João. Violeta tem uma ideia para afastar Jayme de Osmar.

TV GLOBO / MANOELLA MELLO



## SEXTA

O ônibus de Jayme detecta o erro e não dá a partida. Jayme se desespera ao saber que seu ônibus foi sabotado e liga para Osmar, acusando Violeta.

## SÁBADO

Violeta confirma que mandou sabotar o ônibus de Jayme. Violeta avisa a Osmar que não dará mais dinheiro para Jayme e Tereza. Chico descobre que João é o pai do filho que Cacá está esperando.

## A CAVERNA ENCANTADA

▶ 20h30 | SBT | Livre

SBT / LOURIVAL RIBEIRO



guiu informações de Nina sobre a Safira. O Pet Shop Bolhas & Bolhas tem lotação de clientes.

## QUARTA

Felipe o consola. Norma chama as meninas para jogar beach tennis. Algumas fogem, mas a diretora faz questão de Anna participar. Pedro mostra a passagem secreta que leva até a caverna.

## QUINTA

Isadora revela a Pedro que a caverna pertence à família de Anna. Pedro descobre que as meninas entram na caverna por meio de outra passagem. Após finalizar os serviços, Elisa é trancada por Norma em uma sala.

## SEXTA

Pedro, André e Moisés esbarram cara a cara com Anna, Isadora e Manuela na caverna. Safira acorda do sono invernal e tenta hipnotizar os meninos.

## SEGUNDA

Anna, Isadora e Manu (foto) encontram Nina vestindo a fantasia do monstro do lago da Caverna Encantada e suspeitam que ela esteja por trás da pegadinha feita na gruta.

## TERÇA

Para surpreender os alunos, Gabriel prepara um acampamento na quadra. Lavínia comenta com Flora que não conse-

## MANIA DE VOCÊ

▶ 21h20 | GLOBO | 14 anos

TV GLOBO / MANOELLA MELLO



## QUARTA

Iberê (foto) tenta convencer Mavi a desistir da ideia. Luma conta a Viola o plano de Mavi para destruir a comunidade e a lona cultural. Marcel e Rudá se unem contra o plano de Mavi.

## QUINTA

Viola incentiva a comunidade a resistir à desapropriação. Mavi sente a reação dos seus funcionários que moram na comunidade. Luma conta a Mavi que foi ela quem contou a Viola que o empresário está envolvido na desapropriação dos imóveis.

## SEXTA

Rudá pede ajuda a Luma. Viola repreende Rudá por ter falado com Luma. Mavi avisa a Luma que o restaurante está indo mal.

## SÁBADO

Luma decide ir ao Rio de Janeiro para ajudar Rudá. Luma tenta motivar a equipe do restaurante e promete resolver a questão da desapropriação da comunidade.

## SEGUNDA

Viola rejeita a ajuda de Mavi. Viola inaugura uma lona cultural da comunidade Pedra Branca. Luma demonstra a Mavi e a Mércia arrependimento pelo que fez com Viola.

## TERÇA

Luma revela seu arrependimento a Viola e pede perdão à chef. Mavi pensa em um plano para acabar com a lona cultural. Mavi pensa em destruir a comunidade.



PASSATEMPOS

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Causa frequente de tédio  
Perecido

Grande sucesso de Djavan

Excitar; estimular  
Tecla de micros

(?) Pitagor, cirurgião e "imortal"

Duas formas de energia limpa

Cômico  
Fecho comum em tênis

A 4ª nota musical  
Muito; numeroso

"Pedra que rola não cria (?) (dito)

Relativo à lágrima  
Iniciais do Rei da MPB

Instrumento do mergulhador

Letra "puxada" no sotaque caipira

1.200, em algarismos romanos

Tipo de bife enrolado (cul.)

Bento Teixeira, poeta brasileiro

Olavo (?), letrista do Hino à Bandeira

Atmosfera (símbolo)

Aspecto; aparência  
Norma, em inglês

R O L E

Giselle (?), atriz da TV

(?) Parker, cineasta inglês

Examinei o texto

www.coquetel.com.br

@Revistas COQUETEL

BANCO 3/esc — lvo. 4/alim — ité — norm.

SUDOKU

			8	9	4			
		1				5		
		8		1		3		
2			1		9			6
7		9		5		4		3
6			4		7			2
		5		2		9		
		7				8		
			3	7	5			

INSTRUÇÕES: Preencha os espaços vazios com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça uma vez na linha. O mesmo em cada coluna. Nenhum número pode se repetir e todos de 1 a 9 se encontram presentes.



SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel f /editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!  
www.coquetel.com.br



SOLUÇÕES

V	N	R	E	L	N	V	L
C	V	L	I	B		I	
I	L		L		C	R	
L	V	M	I	R	C	V	L
O		R		O	M	I	L
E	L	O	R			D	
E	L	N	V	L	S	V	B
R	V		R		V	F	
V		O	R	C	L	E	V
L	E	V	I	S	I	R	
O	D	I	C	E	L	F	
S			V			L	

5	3	6	8	9	4	2	7	1
9	2	1	7	6	3	5	4	8
4	7	8	5	1	2	3	6	9
2	8	4	1	3	9	7	5	6
7	1	9	2	5	6	4	8	3
6	5	3	4	8	7	1	9	2
1	4	5	6	2	8	9	3	7
3	6	7	9	4	1	8	2	5
8	9	2	3	7	5	6	1	4



HORÓSCOPO

ÁRIES

21/3 A 20/4

■ O dia é bom para você cuidar de algumas tarefas pendentes. Depois, o astral fica tenso. No amor, lidar com a rotina talvez seja o maior desafio. Cor: AMARELO.

TOURO

21/4 A 20/5

■ A Lua promete muita energia para se divertir. Mas pegue mais leve nas críticas também. No amor, controle o ciúme e fuja de brigas à noite. Cor: PRETO.

GÊMEOS

21/5 A 20/6

■ Suas expectativas para curtir o dia bem com a família aumentam. Se quer fazer ajustes em casa, vá em frente! No amor, cuidado com o ciúme. Cor: ROXO.

CÂNCER

21/6 A 22/7

■ O céu tá favorável para você passear com as pessoas queridas. Mas escolha bem as palavras. O astral fica tenso, mas não deixe isso atrapalhar o amor. Cor: VIOLETA.

LEÃO

23/7 A 22/8

■ Você pode ter boas novas envolvendo grana. Mas cuidado, porque se você exagerar nos gastos, uma hora a conta chega. No amor, fuja de cobranças. Cor: MAGENTA.

VIRGEM

23/8 A 22/9

■ O dia começa com muito pique pra ver as pessoas queridas, mas pode ser preciso pegar leve nas cobranças. Mantenha o astral leve no amor. Cor: VERDE-CLARO.

LIBRA

23/9 A 22/10

■ Você pode sonhar com paz pra fechar o final de semana no seu canto. Só precisará de paciência pra sair de uma briga. No amor, drible a desconfiança. Cor: BRANCO.

ESCORPIÃO

23/10 A 21/11

■ O dia começa animado, inclusive se tem planos para um passeio. Também vale conhecer gente nova e circular por aí. Mantenha a paz no amor. Cor: VERMELHO.

SAGITÁRIO

22/11 A 21/12

■ O dia começa tranquilo para quem tem planos de passear. Mas o céu não será tão favorável para as relações. No amor, não exagere nas críticas. Cor: VERMELHO.

CAPRICÓRNIO

22/12 A 20/1

■ O dia começa bem animado, ainda mais se tem planos para fazer um passeio diferente. À tarde, sua saúde pode sair perdendo. Vá com calma no amor. Cor: SALMÃO.

AQUÁRIO

21/1 A 19/2

■ Sua intuição pode ficar em alta hoje, e há chance de descobrir um grande segredo. Mas o resto do dia fica meio tenso. A atração física cresce no amor. Cor: CINZA.

PEIXES

20/2 A 20/3

■ O dia promete muita diversão na companhia das pessoas queridas. Mas você precisará de paciência pra lidar com familiares. Sintonia em alta no amor. Cor: ROSA.



# Convite a uma pausa

Valéria Grassi lança livro de poesias: 'Quero acreditar que podemos prestar mais atenção'

ISABELLE ROSA  
isabelle.rosa@odia.com.br

LETÍCIA PESSOA  
leticia.pessoa@odia.com.br

**S**e eu pudesse, daria uma vírgula para as pessoas'. O verso da poeta Valéria Grassi resume o sentimento do seu livro de estreia 'Intermitências Apenas', que reúne poemas em que o amor pelas palavras é evidenciado pela pausa, pelo silêncio e pela constante vontade de se construir espaços sem pontos, em uma sequência interminável. A obra será lançada no dia 27 de novembro, na Janela Livraria, no Shopping da Gávea.

A autora descreve o processo de escrita em meio a um mundo cada vez mais imediatista. "Foi demorado no sentido de atravessar os anos, enquanto o projeto ainda estava em andamento, e as pessoas me perguntavam: 'Ué, ainda está escrevendo?'. Nesse tempo, eu estava profundamente concentrada, respeitando o ritmo do livro. Era quase como seguir o rastro de uma vírgula, investigando onde ela poderia me levar. Esse respeito ao tempo e à investigação foi muito interessante, porque me permitiu descobrir um caminho e chegar a um formato único", explica.

"Acho que todo livro tem seu período de gestação. No entanto, ao contrário de uma gravidez, em que você sabe mais ou menos quando o bebê vai nascer, este livro teve um aspecto angustiante; eu não sabia quanto tempo mais levaria para terminar, nem até quando eu continuaria nesse processo", conta.

Numa analogia a parar um pouco e se permitir dar um tempo, a obra traz a poesia entre vírgulas e em dez linhas, um formato construído a partir de uma investigação artística que levou cinco anos. "Eu diria que o livro quer evidenciar a necessidade

de um tempo dedicado. A pausa, nesse sentido, é o espaço criado para que haja alguma observação um pouco mais focada. Talvez a pausa permita alguma outra descoberta que a correria impossibilita. Mas quero a pausa como um gesto consciente", diz.

Valéria criava suas poesias ao mesmo tempo em que construía manuscritos com flores que recortava e colava junto às palavras, também recortadas. "Era como se eu estivesse realmente me permitindo encarar a escrita como uma coisa mais artística, mais demorada, mais investigativa. Esse manuscrito grandão foi ficando lindo e depois de um tempo eu comecei a achar que a beleza dele estava atrapalhando porque eu queria toda a atenção voltada para a escrita. Então, aos poucos, ele foi se transformando no livro".

A escritora aconselha quem precisa encontrar a pausa em sua própria vida. "Sei que cada um de nós tem lá os seus motivos para correr, mas quero acreditar que podemos prestar mais atenção, principalmente em nós mesmos. Nesse sentido, a vírgula é uma opção que vale a pena ser considerada. Aí eu te pergunto, se eu te desse uma vírgula hoje, onde você a colocaria?"



DIVULGAÇÃO

## SERVIÇO

- Lançamento 'Intermitências Apenas'
- Autora: Valéria Grassi
- Editora Cambucá
- Quarta-feira, a partir das 19h
- Local: Janela Livraria - Shopping da Gávea
- Endereço: Rua Marquês de São Vicente, 52, 3º piso

Valéria Grassi aconselha quem precisa encontrar uma pausa na vida. No detalhe, a capa de seu livro