

revista

# essence

VOCÊ POR DENTRO DE TUDO!

Nº. 76  
ANO 13



## PREFEITO JÚNIOR

O prefeito interino compartilha sua visão sobre a cidade, os projetos em andamento e seus planos para garantir um futuro promissor para a população.

Gerson Motta Fotografia



“

Sozinhos podemos até ir  
mais rápido, mas juntos  
vamos mais longe.



## ENTREVISTA EXCLUSIVA COM O PREFEITO JÚNIOR: DESAFIOS, CONQUISTAS E O FUTURO DE PRESIDENTE KENNEDY

EM UM BATE-PAPO ESPECIAL, O PREFEITO INTERINO COMPARTILHA SUA VISÃO SOBRE A CIDADE, OS PROJETOS EM ANDAMENTO E SEUS PLANOS PARA GARANTIR UM FUTURO PROMISSOR PARA A POPULAÇÃO.

**1. Você foi eleito vereador pela primeira vez e, agora, assumiu o cargo de prefeito interino. Como tem sido essa experiência para você?**

Primeiramente, é uma grande honra e também uma responsabilidade muito grande assumir o cargo de prefeito interino de Presidente Kennedy. Como servidor, sempre estive próximo da população e acompanhei de perto o trabalho da gestão do prefeito Dorlei Fontão, que trouxe muitos avanços para nossa cidade. Agora, nesse novo desafio, meu compromisso é dar continuidade a esse trabalho, garantindo que os

projetos em andamento sigam beneficiando nossa população.

Nosso objetivo é só um: trabalhar para que o Município de Presidente Kennedy continue crescendo.

**2. Quais são suas principais prioridades durante esse período como prefeito interino?**

Nossa prioridade é manter a cidade no rumo certo, sem interrupções nos serviços essenciais e dando sequência aos projetos que já estão em andamento. Estamos focados na infraestrutura, na manutenção das estradas, no suporte à saúde e à educação, além

de continuar ouvindo a população para atender suas demandas. Minha missão aqui é garantir que Kennedy não pare.

**3. Como tem sido o diálogo com a população e quais demandas mais urgentes você pretende atender?**

Sempre manteve um contato próximo com a população, mesmo antes de assumir este cargo. Agora, como prefeito, reforço esse compromisso, ouvindo os secretários, servidores, lideranças e moradores para entender suas necessidades. Toda demanda é urgente. Toda necessidade do Município deve ser levada como

prioridade. A geração de emprego e renda continua sendo uma demanda latente em Presidente Kennedy. Muita coisa já avançou, e hoje podemos ver grandes empresas se instalando no Município, e nós trabalharemos para garantir que o desenvolvimento da nossa cidade se torne cada dia mais real.

**4. O que você considera como os maiores desafios para Presidente Kennedy hoje?**

O maior desafio é continuar avançando, garantindo que o desenvolvimento e o progresso cheguem para todos. Temos uma cidade em crescimento, com grandes investimentos chegando, e precisamos garantir que essa expansão aconteça de forma organizada, sustentável e com benefícios diretos para a população. Também precisamos manter o compromisso com a qualidade dos serviços públicos e a transparência na gestão.

**5. Há alguma ação ou projeto que você gostaria de deixar como legado?**

O meu maior objetivo é consolidar a continuidade da gestão eficiente que tem transformado Presidente Kennedy. Quero que meu legado como prefeito seja lembrado como um período em que garantimos a estabilidade administrativa e econômica de Presidente Kennedy. Nosso foco é deixar um município cada vez mais estruturado e preparado para o futuro.

**6. Qual mensagem você deixa para a população de Presidente Kennedy neste momento?**

Quero reafirmar meu compromisso de trabalhar com dedicação e responsabilidade para que nossa cidade continue crescendo e se desenvolvendo. Conto com o apoio da população para seguirmos juntos, mantendo Kennedy no caminho certo. Essa é uma gestão feita para as pessoas, com muito trabalho e compromisso com cada cidadão.





## #CAPA

Prefeito Júnior | **Presidente Kennedy-ES** | Gerson Motta  
Fotografias



“  
Acredito que a força de uma gestão está na união entre a administração pública e a população, e é assim que vamos continuar construindo um Presidente Kennedy cada vez melhor.

# EDITORIAL

**N**esta edição da revista Essence, a colunista Samára Menezes apresenta o Método RPP, uma abordagem inovadora para a recuperação pós-parto. Combinando técnicas estéticas e exercícios de respiração.

Na capa, trazemos o prefeito interino Júnior, de Presidente Kennedy. Em uma entrevista exclusiva, ele compartilha sua visão sobre os rumos da cidade, os projetos que já estão em andamento e suas expectativas para um futuro mais promissor e equilibrado para toda a população. Uma leitura essencial para quem deseja compreender os bastidores da gestão pública local.

Completando esta edição, registramos eventos importantes da nossa região e destacamos o novo posicionamento de imagem de Samanta Fernandes, profissional que vem se consolidando com autenticidade em seu segmento. Agradecemos a cada leitor que nos acompanha e fortalece essa caminhada. Um grande abraço do diretor da Revista Essence.



**Donnie Allison**



## EXPEDIENTE

**DIRETOR** Donnie Allison, **COLUNISTA** Samára Menezes, **DIAGRAMAÇÃO E ARTE** Donnie Allison, **CIRCULAÇÃO** Presidente Kennedy, Marataízes, Itacoa, Itaipava e Piúma.

A REVISTA ESSENCE não se responsabiliza por conceitos e opiniões emitidas em colunas assinadas e matérias divulgadas em anúncios publicitários.

### FALE CONOSCO

Donnie Allison: 28 99945-1095  
essencerevista@gmail.com  
instagram.com/revistaessenceoficial  
www.revistaessence.com

*"No qual temos ousadia e acesso com confiança, pela nossa fé nele" Efésios 3:12*

# MINECRAFT

Um Filme Minecraft é a primeira adaptação live-action para os cinemas do jogo mais vendido de todos os tempos, Minecraft. Neste universo onde a criatividade não só proporciona diversão como também é vital para a sobrevivência, quatro indivíduos desajustados — Garrett arrett “The Garbage Man” Garrison (Jason Momoa), Henry (Sebastian Eugene Hansen), Natalie (Emma Myers) e Dawn (Danielle Brooks) — são subitamente transportados para o Overworld, um mundo cúbico e bizarro onde a imaginação reina. Após passarem por um portal misterioso, eles se encontram em uma terra repleta de perigos e criaturas malignas, como Piglins e Zumbis. Para retornarem ao seu mundo, eles terão que dominar este novo ambiente com a ajuda de um construtor experiente e imprevisível, Steve (Jack Black). Durante essa jornada mágica, os cinco aventureiros precisarão redescobrir suas habilidades únicas, essenciais não apenas para sobreviver no Overworld, mas também para prosperar na vida real.

3 DE ABRIL DE 2025 NO CINEMA



## BEBIDAS DELIVERY



BEBIDAS • GELO • ÁGUA • CARVÃO

(28) 99951-8949

🕒 Segunda à domingo 📍 Praia de Marobá na Rodovia ES, 060 📱 schader.distribuidorabebidas



# MÉTODO RPP

## MAIS SAÚDE, MAIS BEM-ESTAR PARA VOCÊ!

NA CLÍNICA DE ESTÉTICA SAMÁRA MENEZES, OS RESULTADOS SÃO COMPROVADOS  
E APROVADOS POR QUEM MAIS IMPORTA: NOSSAS PACIENTES!

**E**laborado como solução para recuperação do corpo após a gestação, o método RPP (recuperação pós-parto) reabilita a mulher que quer sua independência corporal de volta, através de ferramentas estéticas e exercícios de respiração que tratam a diástase (condição em que as mulheres ficam com aspecto de abdome dilatado como se ainda estivessem grávidas). O método em mulheres após a gestação pode ser iniciado em apenas sete dias posteriores ao parto e foca nas principais afecções estéticas e funcionais deste período como: flacidez muscular, tissular e a famosa gordura localizada abdominal.



A diástase pode acometer homens e mulheres, e o método também pode ser aplicado em casos de até 4cm de diástase, fazendo com que muitas pessoas possam se beneficiar da técnica inovadora.

O procedimento deve ser realizado por profissionais habilitados e de confiança e os resultados se mostram em apenas quatro semanas.

Na clínica de estética Samára Menezes os resultados são comprovados!



*Tratamento diástase com apenas 6 sessões de 12.*

O tratamento constitui-se de técnicas com embasamento científico que proporcionam a eliminação das gordurinhas indesejadas, fortalece e reposiciona a musculatura abdominal, além de devolver a autoestima e funcionalidade do corpo das novas mães.

“  
Venha ser sua  
melhor versão  
comigo!



// **SAMÁRA MENEZES**

Estética Avançada

28 99971-0925

@samaramenezesestetica



## AUTENTICIDADE EM FOCO: O POSICIONAMENTO DE IMAGEM DE SAMANTA FERNANDES

SAMANTA FERNANDES, INICIOU SUA CARREIRA AOS 19 ANOS E, HÁ 10 ANOS, VEM TRANSFORMANDO E ELEVANDO A AUTOESTIMA DAS MULHERES COM SEU TALENTO.

O posicionamento de imagem é fundamental para expressar a trajetória e a essência de um profissional. Samanta Fernandes, que desde a infância sonhava com a profissão, iniciou sua carreira aos 19 anos e, há 10 anos, vem transformando e elevando a autoestima das

mulheres com seu talento. Para registrar essa jornada, ela se uniu à fotógrafa Karla Lima, que capturou sua essência em imagens marcantes, refletindo autenticidade e sucesso. Para entrar em contato com Samanta Fernandes, ligue para (28) 99907-3145.

*Karla de Lima – fotógrafa: 28 99930-1857*



Gerson Motta Fotografia

## O ENLACE DE ESTER LEAL E RAGSON LEAL

A ENTRADA DA NOIVA FOI UM DOS MOMENTOS MAIS EMOCIONANTES DA CERIMÔNIA, REPLETA DE LÁGRIMAS DE ALEGRIA E UM CORAÇÃO ACELERADO.

**N**o dia 26 de janeiro de 2025, o Vista Linda, em Marataízes, foi palco de um casamento inesquecível, celebrado com emoção e cercado pelo carinho de familiares e amigos. Cada detalhe foi pensado para tornar o momento especial, desde a decoração até a troca de votos, marcando um novo capítulo na

história do casal.

A entrada da noiva foi um dos momentos mais emocionantes da cerimônia, repleta de lágrimas de alegria e um coração acelerado. Já na festa, a energia contagiante tomou conta do ambiente, onde os noivos puderam aproveitar cada instante ao lado dos convidados. A decoração encantou a todos, e as flores das mesas foram oferecidas

como lembrança desse dia único.

Sob as lentes do fotógrafo Gerson Motta, cada sorriso e abraço foram registrados, eternizando esse momento especial. Mais do que uma celebração, o casamento foi um símbolo de amor, união e da importância de compartilhar a felicidade com aqueles que realmente importam.



# NOSSO PÃO É TOP!



Nossa padaria é top! Pão quentinho e carinho em cada detalhe.

RUA ANTÔNIO JACQUES SOARES, Nº 145  
CENTRO - PRESIDENTE KENNEDY

**(28) 99883-4573**



## SABOR QUE ARDE na medida certa

A Pimentas Gold é uma empresa comprometida com a excelência na produção de condimentos, combinando tradição e inovação para oferecer aos profissionais e amantes da gastronomia uma experiência culinária única.

Investimos em tecnologia de ponta para garantir que cada pimenta que chega à sua mesa mantenha sua frescura, aroma e sabor autênticos.

Nossos condimentos são cultivados com cuidado, selecionados e processados com rigor, resultando em produtos que atendem aos mais altos padrões de qualidade e que são capazes de transformar simples pratos em verdadeiras obras-primas gastronômicas.



**MOLHO DE PIMENTA SUAVE COM LEITE DE COCO**  
Molho suave somente com o sabor da pimenta, sem ardência. Ideal para moquecas e frutos do mar.

**MOLHO DE PIMENTA DEFUMADA PARA PICANHA**  
Molho prático e com sabor marcante de churrasco com uma leve ardência e sabor incomparável

**GELEIA DE PIMENTA**  
Produto moderno na medida certa para agradar todos os paladares, democrático no sabor e versátil em suas aplicações.

**MOLHO DE PIMENTA INSANO**  
Molho extremamente forte, nível profissional para satisfazer altos níveis sensoriais de sabor e ardência.

**CONSERVA DE PIMENTA TRINIDAD SCORPION**  
Tradicional conserva no óleo de soja com a pimenta maturada, podendo ser usada a calda

**MOLHO DE PIMENTA FORTE ESPECIAL**  
Molho para todos os gostos e ocasiões, delicioso sabor e uma leve picância que vai mexer com seus sentidos.

**MOLHO DE PIMENTA EXTRA FORTE**  
Molho muito forte e marcante para paladares de alto nível e todas as ocasiões.

**PICLES DE PIMENTA VERMELHA**  
Pimenta dedo de moça, com pouca ardência no vinagre de limão, podendo ser usado em todos os tipos de pratos.

**KETCHUP DE BANANA**  
Proporciona uma experiência única de sabor. Vai muito bem com massas, hamburgers, pães, torradas e saladas.

**CONSERVA DE PIMENTA MALAQUETA**  
Tradicional pimenta no óleo de soja maturada com sabor marcante e tradicional.

**CONSERVA DE PIMENTA BICOQUINHO**  
Ideal para enfeitar e dar sabor aos seus pratos. Feita na conserva de vinagre com limão, a calda possui muito sabor

**KETCHUP DE GOIABADA**  
O rei das hamburguerias gourmet, para quem procura sabores exclusivos. Vai muito bem com bovinos e suínos.

**MOLHO BARBECUE**  
Molho com a receita original do Tennessee (EUA). Seja o destaque do churrasco e buffets. Compatível com todos os tipos de carnes e sabor marcante

**LICOR DE BANANA**  
Sabor marcante da banana com características apuradas para todas as ocasiões. Combina com todos os tipos de pratos.

**VINAGRE SABORIZADO**  
Poderoso sabor que transforma um simples tomate e alface numa bela vinagrete, excelente em finalizações de todo tipo de carne.

**PICLES DE PIMENTA VERDE**  
Nenhuma ardência e muito sabor, delicioso aroma. Conserva no vinagre de limão, compatível com todo tipo de prato.



**CREME DE ALHO COM PIMENTA DEFUMADA**  
Explosão de sabor para os paladares mais exigentes. Excelente para todo tipo de prato, onde sua imaginação te levar.

Consultor de Vendas  
☎ 28 99964-4768 - Luciano  
☎ 28 99974-0992 - Regiane

Fale Conosco  
☎ 28 99909-5070  
☎ 28 99955-3713

Nossas Redes Sociais  
@pimentasgoldoficial  
pimentasgoldoficial  
pimentasgoldoficial@gmail.com  
www.pimentasgold.com.br

PRESIDENTE KENNEDY - ES



## SOBRE DUAS RODAS, ELE INSPIRA: A HISTÓRIA DE EMERSON E O PODER DO CICLISMO

PARA EMERSON, O CICLISMO É MAIS DO QUE UM ESPORTE: É UMA PONTE PARA AMIZADES VERDADEIRAS E MOMENTOS INESQUECÍVEIS.

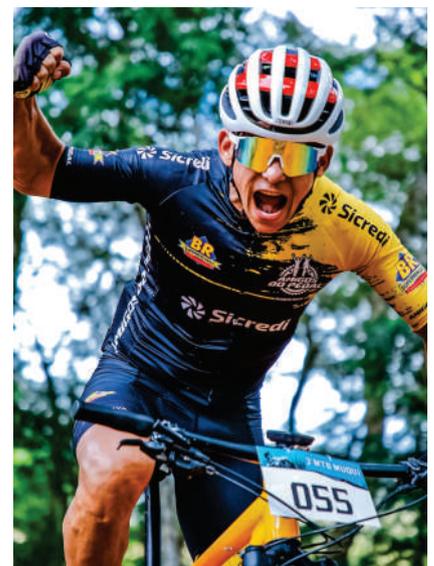
**E**merson Ribeiro é cabeleireiro, ciclista e um verdadeiro incentivador do esporte em Presidente Kennedy. Apaixonado pelo ciclismo desde 2008, quando ainda morava na Vila de Itapemirim, ele descobriu no pedal não apenas um exercício físico, mas uma forma de lazer e qualidade de vida. Mesmo após uma pausa ao se mudar para Presidente Kennedy em 2019, o incentivo dos amigos reacendeu a paixão pelas pedaladas, e desde então ele não parou mais. Para Emerson, o ciclismo é mais do que um esporte: é uma ponte para amizades verdadeiras e momentos inesquecíveis.

Ele é conhecido por motivar pessoas ao seu redor a iniciarem no ciclismo. Muitos amigos que

começaram a pedalar por influência dele hoje agradecem pela mudança de vida que essa prática proporcionou. Emerson se emociona ao ver que, com um simples incentivo, ajudou a transformar a rotina de várias pessoas, promovendo saúde, bem-estar e alegria. Ele acredita que o pedal vai muito além da atividade física — é também um tempo de lazer, conexão com a natureza e fortalecimento de laços.

Hoje, Emerson é líder do grupo Amigos do Pedal de Presidente Kennedy, que ele considera como sua segunda família. Fundado em 2020, o grupo se tornou referência na região, ganhando destaque nas redes sociais e sendo convidado para diversos eventos. Para Emerson, fazer parte do Amigos do Pedal é

motivo de orgulho. Ele define o grupo como “Top de luxo” e afirma com alegria: “Através do ciclismo, ganhei não só saúde, mas irmãos para a vida inteira.”





Felipe Lima Photography

## SURPRESA E EMOÇÃO MARCAM O CASAMENTO DE JAQUELINE RÔCHA E GUILHERME VIANA

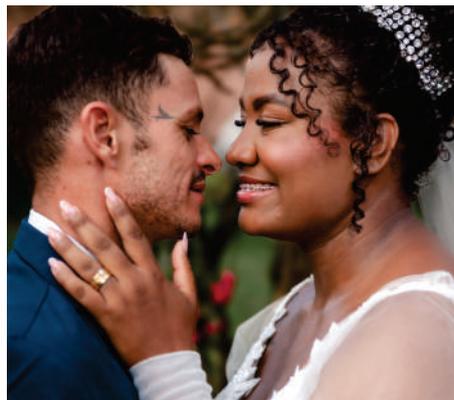
**O** que começou como em um concurso no Instagram do Lentes Capixaba virou em momento inesquecível na vida de Jaqueline Rocha. Ao compartilhar seu sonho de se casar vestida de noiva e celebrar a união com uma festa, ela foi selecionada entre diversos participantes. Com grande mobilização nas redes

sociais e o apoio de amigos, familiares e seguidores, a vitória foi conquistada.

O que Jaqueline não esperava era que, por trás das câmeras, um movimento ainda maior estava sendo organizado. Ronan Ribeiro, responsável pelo concurso, juntamente com a amiga Miriam e a irmã Rafaeli, planejou uma grande surpresa: o casamento

completo. Parceiros se uniram espontaneamente para garantir todos os detalhes para tornar o momento perfeito.

Marcada pela fé e solidariedade, a celebração foi a concretização de um sonho para Jaqueline e Guilherme Viana, que selaram sua união com a certeza de que Deus esteve à frente de cada detalhe.





## FERNANDA LYRIO REALIZA ENSAIO FOTOGRÁFICO DE 'POSICIONAMENTO DE IMAGEM DE ATLETA' COM GERSON MOTTA

**F**ernanda Lyrio, renomada atleta e empresária do ramo fitness, protagonizou um ensaio fotográfico especial com o fotógrafo Gerson Motta, intitulado "Posicionamento de Imagem de Atleta". A proposta foi mais do que capturar imagens impactantes — foi uma oportunidade de fortalecer sua presença como atleta e destacar o trabalho desenvolvido em sua academia, o Box312, localizada em Piúma.

O ensaio utilizou técnicas de iluminação criativa e flashes sofisticados, e o resultado surpreendeu até a própria Fernanda. "Eu esperava que ficasse bom, mas o resultado foi extraordinário!", afirmou. Ela destacou a sensibilidade e o olhar

criativo de Gerson, que, segundo ela, faz toda a diferença na forma como o atleta é representado visualmente.

Além da estética, Fernanda acredita que ensaios como esse ajudam a inspirar outras pessoas e divulgar um estilo de vida mais saudável. "Muita gente se motiva ao ver o antes e depois de alguém que treinou, mudou hábitos e colheu resultados. A imagem fala muito, principalmente no universo fitness", comentou. Ela reforça ainda que os maiores benefícios da atividade física vão além do físico. "A prática melhora a disposição, autoestima e saúde mental."

Na academia Box312, da qual é sócia com Leonardo Rocha, Fernanda atua diariamente ao lado

de um time de professores, acompanhando os alunos de perto em seus desafios e conquistas. O espaço é voltado ao CrossTraining e vem ganhando destaque pela dedicação aos resultados e pela comunidade que se formou em torno dos treinos. Quem quiser acompanhar mais do trabalho pode seguir o perfil @box\_312 no Instagram.

Para quem deseja ingressar no mundo fitness como atleta ou empreendedor, Fernanda dá o recado: "Disciplina e constância são as palavras-chave. E como empresária, acredito que o conhecimento é essencial para entregar resultados reais."

**VEJA O ENSAIO COMPLETO  
EM: [WWW.REVISTAESSENCE.COM](http://WWW.REVISTAESSENCE.COM)**



**pknet**  
INTERNET / FIBRA ÓTICA

TECNOLOGIA

**WI-FI 6**

A NOVA REDE DE CONEXÃO SEM FIO

\* Consulte o plano



PLANO  
BÁSICO

**400**

**MEGA**

R\$ **69,90**

PLANO  
LAZER

**600**

**MEGA**

R\$ **99,90**

PLANO  
ELITE

**800**

**MEGA**

R\$ **149,90**

PLANO  
DELTA

**900**

**MEGA**

R\$ **199,90**

**ROTEADOR WI-FI GRÁTIS**

ASSINE  (28) 99920 0028 [www.pknet.com.br](http://www.pknet.com.br)