

revista **essence**

VOCÊ POR DENTRO DE TUDO!

ED.84 | ANO 14

HÉLLEN **CARLA**

4 Anos empreendendo em uma
Agência de Marketing.

Gerson Motta Fotografia



Posicionamento

Héllen Carla: Visão e Empreendedorismo Digital

Héllen Carla começou a empreender ainda muito nova. Por volta dos 11 anos, mesmo de forma amadora, já vendia diversos itens, como revenda de produtos e artesanatos. O empreendedorismo sempre foi um caminho natural. Criada próxima de pessoas que viviam esse universo no dia a dia, ela nunca se viu atuando em outra área que não fosse construindo algo próprio.

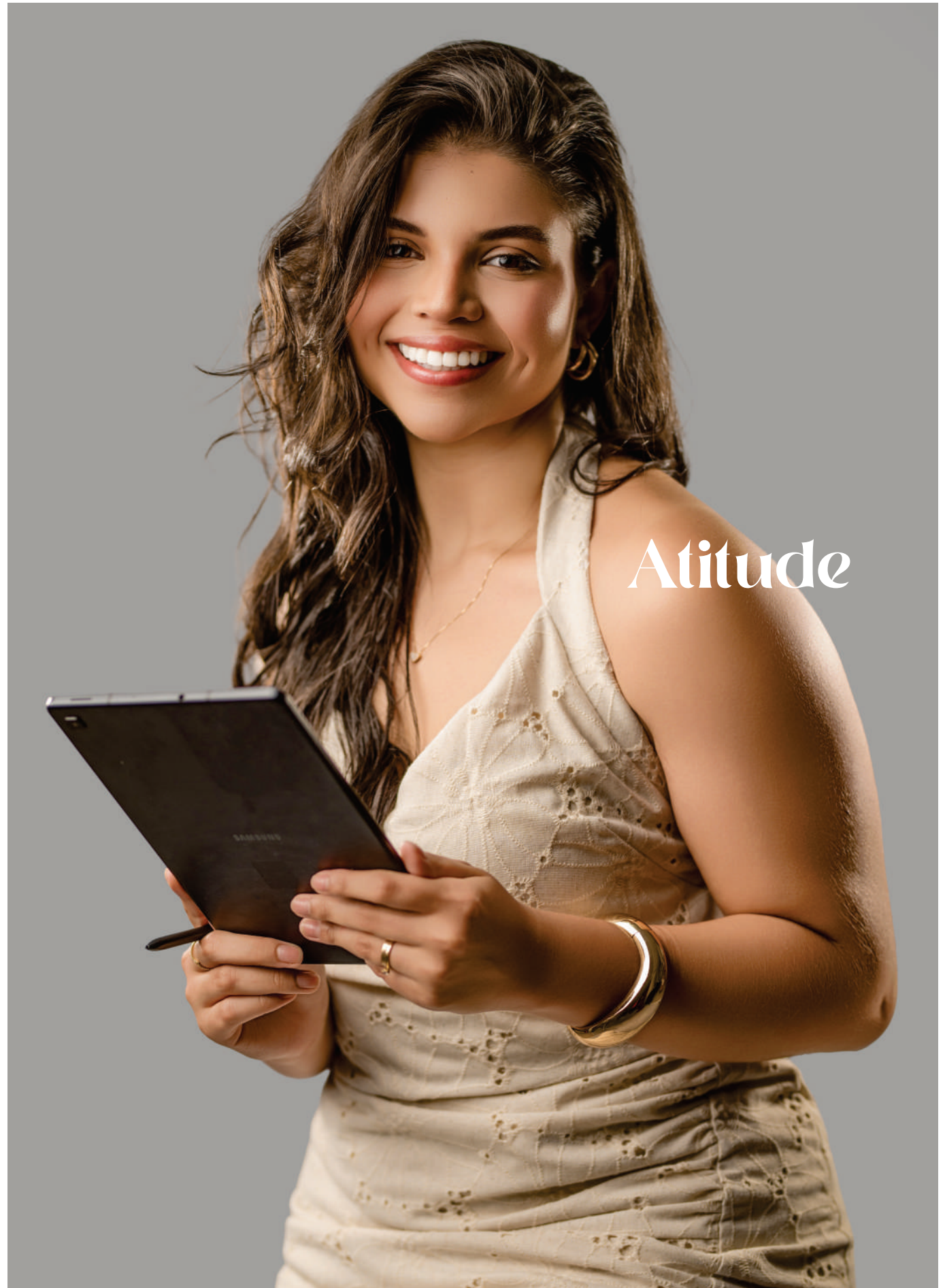
Com o tempo, após realizar stories para o próprio perfil, provando roupas e acessórios para lojas, Héllen passou a enxergar potencial nas redes sociais. Isso aconteceu em um período em que esse trabalho ainda era pouco valorizado na cidade. Enquanto muitos viam as redes apenas como algo secundário, ela entendeu que ali existia uma oportunidade real. A ideia foi direta: gerir perfis de empresas para ajudá-las a vender mais e a se comunicar melhor com seus clientes.

Foi assim que, há quatro anos, em 2021, nasceu a No Stress Company, nome que significa “Sem Estresse”. A proposta surgiu para assumir uma parte que costuma



ser cansativa para muitos empreendedores: cuidar das redes sociais. O que começou como um trabalho de social media evoluiu para uma agência de marketing, atendendo empresas da cidade e, com o tempo, também de cidades vizinhas como Cachoeiro de Itapemirim, Itapemirim e Marataízes, além de clientes no sul do país.

Hoje, a No Stress Company atua com serviços de Identidade Visual, Gestão de Redes Sociais e Tráfego Pago em parceria com outros profissionais. A empresa conta com um espaço físico no centro de Presidente Kennedy e segue focada em melhorar suas entregas, formar equipe e resolver, de forma prática, as demandas dos seus clientes.



Atitude



#CAPA

Héllen Carla | **Revista**
Essence | Gerson Motta
Fotografias | **Vivaz**



EDITORIAL

Nesta edição, a capa destaca Héllen Carla, que iniciou sua trajetória empreendedora ainda muito jovem e transformou uma oportunidade percebida nas redes sociais na No Stress Company, hoje consolidada como uma agência de marketing que atende Presidente Kennedy, cidades vizinhas e clientes de outros estados.

Também celebramos histórias de transformação e reconhecimento. Na coluna com Samára Menezes, Ana Amélia demonstra que o autocuidado é resultado de decisão e constância. Com o Método Harmony, eliminou 10 quilos, reduziu 22 centímetros e fortaleceu sua autoestima. Esta edição ainda homenageia mais de 40 empresas reconhecidas no Prêmio Essence Empresarial 2025. A todos os leitores, parceiros e empreendedores que constroem essa história conosco, meu sincero agradecimento.



Diretor Donnie Allison



Diretor: Donnie Allison
Colunista: Samára Menezes
Diagramação e Arte: Donnie Allison
Circulação: Presidente Kennedy

A Revista Essence não se responsabiliza pelas opiniões expressas em colunas assinadas e anúncios publicitários.

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

COM O MÉTODO HARMONY, ANA AMÉLIA ELIMINA 10 QUILOS, REDUZ 22 CM E DÁ UM NOVO PASSO NO AUTOCUIDADO.

Mãe e mulher, Ana Amélia decidiu mudar a própria rotina ao entender que o autocuidado precisava ocupar um espaço real em sua vida. A decisão a levou ao Método Harmony, sob acompanhamento de Samara Menezes, onde eliminou 10 quilos e alcançou uma redução de 22 centímetros, dando início a um processo de transformação que vai além da mudança corporal, refletindo também em hábitos e autoestima.

Ao longo do método, Ana Amélia passou a se reconhecer de forma mais positiva, compreendendo que o emagrecimento está diretamente ligado ao equilíbrio emocional e à constância no cuidado com o corpo e a mente. Os resultados obtidos — tanto físicos quanto emocionais — revelam uma mulher mais confiante, consciente de suas escolhas e orgulhosa da própria trajetória.

Histórias como a de Ana Amélia mostram que transformação não acontece por acaso, mas a partir de decisão e acompanhamento adequado. Para quem busca mudanças reais e sustentáveis, o exemplo reforça que o processo começa com informação, orientação profissional e a escolha de priorizar a própria saúde.

“

Venha ser sua
melhor versão
comigo!



// **SAMÁRA MENEZES**

Estética Avançada

28 99971-0925

@samaramenezesestetica

A CONSTRUART É HOMENAGEADA NO PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL 2025

A Construart – Material de Construção foi uma das empresas homenageadas no Prêmio Essence Empresarial 2025, evento realizado pela Revista Essence que reconheceu empreendimentos que contribuem para o desenvolvimento econômico de Presidente Kennedy e região, destacando histórias de trabalho, crescimento e compromisso com a qualidade; o prêmio foi recebido pelo empresário Ronielison Santos Marvila, que esteve presente ao lado de sua esposa, Rozana Paz Martins Marvila, representando a empresa nesse momento de reconhecimento e valorização do comércio local.



VEREADOR TÉRCIO JORDÃO GOMES RECEBE HOMENAGEM NO PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL 2025

O vereador de Presidente Kennedy, Tércio Jordão Gomes, foi homenageado no Prêmio Essence Empresarial 2025 como Destaque Político, em reconhecimento à sua atuação pública e ao trabalho desenvolvido em prol do município, contribuindo para o fortalecimento do diálogo entre o poder público e o setor empresarial; a homenagem ressalta a importância de lideranças políticas comprometidas com o desenvolvimento local e com iniciativas que valorizam o crescimento econômico e social da cidade.

Raissa Coqui: Um Ensaio sobre Gratidão

Em 2025, Raissa Coqui celebrou seus 30 anos e escolheu o ensaio editorial como forma de registrar uma fase marcada por maturidade, fé e gratidão. As imagens revelam identidade e uma estética segura, traduzindo presença, intenção e o reconhecimento por tudo o que Deus já construiu ao longo de sua trajetória. O editorial propõe uma leitura contemporânea do tempo, conectando vivência e consciência, sem excessos narrativos ou marcações óbvias.

Para 2026, Raissa segue com o olhar voltado para o futuro, guiada pela fé, pelo equilíbrio emocional e pelo desejo de continuar crescendo em todas as áreas da vida. Um tempo de consolidar escolhas, fortalecer propósitos e avançar com serenidade, mantendo Deus no centro e a família como base — valores que atravessam e sustentam este ensaio.



SICOOB PRESIDENTE KENNEDY APOIA O PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL 2025

A agência Sicoob de Presidente Kennedy, patrocinadora do Prêmio Essence Empresarial 2025, parabeniza a Revista Essence pela realização de um evento que marcou a cidade ao reconhecer empresas, incentivar o empreendedorismo e fortalecer o comércio local, evidenciando a relevância de iniciativas que promovem conexões, visibilidade e desenvolvimento econômico; a gerente da agência, Kamila Agrizzi, participou do evento com a presença de Tais Barcelos, representando o Sicoob e ressaltando que ações como essa contribuem diretamente para o crescimento sustentável e para o fortalecimento do setor empresarial do município.



PK NET INTERNET APOIA O PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL 2025

A PK NET, patrocinadora do Prêmio Essence Empresarial 2025, parabeniza a Revista Essence pela realização de um evento que movimentou Presidente Kennedy, valorizou empresários locais e reforçou a importância de iniciativas que fortalecem o comércio e a economia da cidade; a proprietária Ana Flávia Costalonga destacou que apoiar eventos como esse é investir no crescimento coletivo e na visibilidade de quem empreende, e esteve presente na solenidade ao lado de seu esposo Valdinei Costalonga e de sua filha Maria Elisa, representando a família e a empresa nesse momento especial para o município.

PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL

PRÊMIO ESSENCE EMPRESARIAL 2025 DESTACA MAIS DE 40 EMPRESAS QUE CONTRIBUEM PARA O CRESCIMENTO E O FORTALECIMENTO DO MERCADO LOCAL EM PRESIDENTE KENNEDY

A solenidade do Prêmio Essence Empresarial 2025 evidenciou o reconhecimento de mais de 40 empresas que se destacaram ao longo do ano. Conduzido por Máyson Rodrigues, o evento também reforçou o convite aos empreendedores de Presidente Kennedy para participarem das próximas iniciativas da Revista Essence, ressaltando que a participação em eventos estratégicos contribui diretamente para fortalecer e expandir a

presença de uma marca no mercado, especialmente quando associada a ações que transmitam visibilidade, credibilidade e profissionalismo.

A programação contou ainda com apresentação musical do Grupo Distaccato. Donnie Allison destacou a relevância das parcerias para a consolidação do evento e agradeceu o apoio dos patrocinadores Sicoob Presidente Kennedy e PKNET Internet, essenciais para a realização da cerimônia.



REALIZAÇÃO:

revista
essence
VOCE POR DENTRO DE TUDO!

APOIO:

 **SICOOB**

 **pknet**
CONECTANDO PESSOAS







PARABÉNS!

NA BRASA CHURRASCARIA • **Power Fitness** • LEOVANE BATALHA • **Frigo Perolla** • TÉRCIO JORDÃO GOMES
 • **Influence Boutique** • FARMÁCIA DO EDUARDO • **Qw kids Baby** • PKNET / INTERNET • **Karamello Kids**
 • SUPERMERCADO EMERSON • **Emerson Utilidades** • LINCCON FRICKS HERNANDES • **Pimentas Gold**
 • PIZZARIA D'LINI • **Nárnia Pizzas Artesanais** • LOJA FLOR DE VIOLETA • **Supermercado Embalar**
 • VIPCELL / ASSISTÊNCIA TÉCNICA • **Pradu BarberShop** • DISTRIBUIDORA DE BEBIDAS SCHADER
 • **Alve's Barbearia** • GISELE VIANA BEAUTY ARTIST • **Mara Rodovalho / Buffet e Decorações** • CONSTRUART
 • **Lc Lanches** • **Tropically** • SORVETERIA DI PRIMEIRA PK • **Floratta Boutique** • SARAH LATICÍNIOS
 • **Drogaria Kennedy** • SAMANTA FERNANDES • **Dr. Ramon Marangoni** • ELEVE CLINIC / MEDICINA & ESTÉTICA
 • **Cláudia Márcia Belonia** • GISELLE SEQUIM IMPORTADOS • **Felipe Lima Fotografia** • ROSA CHICK BOUTIQUE
 • **Rafick Belonia Terra** • DU CHEFF MARCIO • **Kennedy em Dia** • NO STRESS COMPANY • **Dra. Quésia Euclides**

Onde encontrar

Graças à colaboração dos anunciantes,
a REVISTA ESSENCE chega às suas mãos. Precisou de
algum produto ou serviço, dê preferência a eles:

J-D

 DR. RAMON MARANGONI Cirurgião - Dentista / CRO-ES 7311	DR. RAMON MARANGONI Rua Olympio Pinto Campos Figueiredo, nº 202 - Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99930-2106		NÁRNIA PIZZAS ARTESANAIS Pediu, Chegou! Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99918-6914
--	--	--	---

 Dra. Quésia Euclides CIRURGIÃ DENTISTA	DRA. QUÉSIA EUCLIDES Rua Pastor Ramos Agum, Praia de Marobá - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99916-8064		ROSA CHICK BOUTIQUE Praia de Marobá - Presidente Kennedy / Barra de Marataizes/ES Tel.: (28) 99918-5067
--	---	--	---

 UTILIDADES Emerson Alegria é ter você aqui.	EMERSON UTILIDADES Rua Antônio Jacques Soares, nº 133, Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99994-3754	 Supermercados Emerson Alegria é ter você aqui.	SUPERMERCADO EMERSON Rua Antônio Jacques Soares, nº 145, Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99883-4573
---	---	---	---

FLORATTA BOUTIQUE	FLORATTA BOUTIQUE Moda Feminina e Masculina Rua Átila Vivacqua, nº 170, Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99987-2739	 SCHADER DISTRIBUIDORA DE BEBIDAS	SCHADER DISTRIBUIDORA Peça! Que levamos até você! Praia de Marobá - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99951-8949
-------------------------------------	--	---	---

M-L

 Karamello MODA INFANTIL	KARAMELO KIDS Rua Orozimbo Correa Jordão, nº 09 - Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99900-3105		TROPICALLY Rua Átila Vivacqua, nº 90, Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99948-4217
---	--	--	--

Gerson
Motta®
FOTOGRAFIA . COM

PROMOÇÃO

Mês das Noivas

*Até 31/05/2026 fotografaremos seu Casamento
por apenas R\$2.990,00*

ÁLBUM 15X30

Contato:(28)99964-8842

