

revista

# essence

VOCÊ POR DENTRO DE TUDO!

Nº. 74  
ANO 13



## FUTEBOL DOS ARTISTAS AGITA A PRAIA DE MAROBÁ

Show de bola, talento e espírito esportivo. O time Kennedense brilhou em casa, mas a verdadeira vitória foi a celebração da união e da alegria.

Gerson Motta Fotografia

# EDITORIAL

**N**esta edição da revista Essence, destacamos temas que unem tradição, inovação e identidade capixaba. A colunista Samára Menezes apresenta o Método RPP, uma abordagem inovadora para a recuperação pós-parto. Combinando técnicas estéticas e exercícios de respiração.

No campo do patrimônio histórico, acompanhamos a revitalização da Igreja de Nossa Senhora das Neves, em Presidente Kennedy. Tombado como patrimônio estadual, o santuário passa por um minucioso processo de restauro para preservar sua riqueza cultural e religiosa.

E, claro, não poderíamos deixar de exaltar um dos maiores ícones da culinária capixaba: a moqueca. Preparada na tradicional panela de barro, essa receita encanta pelo sabor autêntico e pela simplicidade dos ingredientes, destacando-se como um verdadeiro patrimônio gastronômico. Seja em casa, em um restaurante típico ou à beira-mar, degustar uma moqueca capixaba é mergulhar na essência da nossa cultura.



**Donnie Allison**



## EXPEDIENTE

**DIRETOR** Donnie Allison, **COLUNISTA** Samára Menezes, **DIAGRAMAÇÃO E ARTE** Donnie Allison, **CIRCULAÇÃO** Presidente Kennedy, Marataízes, Itaoca, 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*

# 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

**É FIBRA  
É RÁPIDO  
É PKNET  
INTERNET**



☎ 28 3535-1155

☎ 28 99920-0028

## **NOSSO AÇOUGUE É TOP!**



**Cortes frescos, qualidade insuperável.  
Transforme suas refeições com  
as melhores carnes do nosso açougue.**

**RUA ANTÔNIO JACQUES SOARES, Nº 145  
CENTRO - PRESIDENTE KENNEDY**

**(28) 99883-4573**





## IGREJA DAS NEVES PASSA POR REVITALIZAÇÃO E RESTAURO EM PRESIDENTE KENNEDY

A RESTAURAÇÃO É REALIZADA POR MEIO DE UMA PARCERIA FIRMADA ENTRE A DIOCESE DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM, ATRAVÉS DA CÁRITAS DIOCESANA, COM O INSTITUTO DO PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL (IPHAN).

**S**ímbolo da presença jesuítica no Espírito Santo, o Santuário de Nossa Senhora das Neves, no município de Presidente Kennedy, está na fase inicial das intervenções de revitalização e restauro dos bens integrados.

No intuito de preservar e revitalizar o valioso patrimônio histórico-cultural da região sul Capixaba, o templo, localizado na Praia das Neves, a 27 km do centro, está passando por intervenções de restauro que inclui a implementação de medidas de conservação que garantam a manutenção a longo prazo, como

pintura interna e externa, retirada de infiltrações, restauro dos púlpitos, restauro das porta laterais e prospecções. O local também receberá um Sistema de Proteção contra Descargas Atmosféricas (SPDA) – um conjunto de estruturas e dispositivos que captam e direcionam raios para o solo. A substituição de telhas danificadas e reconstituição de rufos no telhado, conclui a lista de intervenções do projeto.

A restauração é realizada por meio de uma parceria firmada entre a Diocese de Cachoeiro de Itapemirim, através da Cáritas Diocesana, com o Instituto do

Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan). Para a reforma ocorrer, o Iphan firmou um termo de colaboração junto com a Cáritas da Diocese de Cachoeiro.

Além da Igreja de Nossa Senhora das Neves, em Presidente Kennedy, serão revitalizadas as Igreja Nossa Senhora do Amparo, em Itapemirim e a Igreja São Pedro de Alcântara, em Mimoso do Sul, dentro do Sítio Histórico de São Pedro do Itabapoana. Os valores levantados para os projetos são provenientes de uma verba parlamentar.



# Moqueca: Tradição e Sabor Capixabá

A moqueca é um dos pratos mais emblemáticos do Espírito Santo, preparada com peixe fresco, tomate, cebola, coentro e azeite de urucum. Diferente da versão baiana, a capixaba não leva dendê nem leite de coco, mantendo o sabor autêntico e leve. Cozida lentamente na panela de barro, que realça o aroma e a textura do prato, a moqueca capixaba é um convite para apreciar a gastronomia local. Seja à beira-mar ou em um restaurante tradicional, experimentar essa delícia é essencial para quem visita o Espírito Santo!

“ Venha conhecer a praia de Marobá e Neves e saboreie algumas das melhores moquecas da região, preparadas com tradição e muito sabor! ”



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

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

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

**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.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**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**



## FUTEBOL DOS ARTISTAS NA PRAIA DE MAROBÁ





Gerson Motta Fotografia



## FUTEBOL DOS ARTISTAS NA PRAIA DE MAROBÁ





## O SECRETÁRIO DE GOVERNO FABRÍCIO CORDEIRO DA CRUZ FALA SOBRE SUA PARTICIPAÇÃO NO FUTEBOL DOS ARTISTAS

EVENTOS COMO ESSE REFORÇAM O PAPEL DO ESPORTE NA NOSSA CIDADE, PROMOVEDO NÃO APENAS O LAZER, MAS TAMBÉM A INTEGRAÇÃO E O FORTALECIMENTO DOS LAÇOS COMUNITÁRIOS

Foi uma experiência incrível participar do Futebol dos Artistas na Praia de Marobá. A energia do evento, a união entre todos os envolvidos e o espírito esportivo que predominou durante toda a partida foram emocionantes. Mesmo com o time de fora mostrando muito talento, a vitória foi de todos que se uniram em nome

da diversão e do esporte. Fiquei muito feliz em poder contribuir com três gol para a nossa equipe, mas o mais importante foi ver a comunidade se reunindo em torno desse evento.

Eventos como esse reforçam o papel do esporte na nossa cidade, promovendo não apenas o lazer, mas também a integração e o fortalecimento dos

laços comunitários. O sucesso desse jogo é uma prova de que, juntos, podemos celebrar a nossa cultura e as nossas tradições de uma maneira divertida e saudável. Espero que possamos continuar a promover mais eventos assim, sempre incentivando a participação e a união dos kennedenses.







# Khaillanny dos Santos

A GATA FOI GAROTA VERÃO 2024  
E CAPA DA REVISTA ESSENCE!

**S**er capa da revista Essence foi uma experiência única para Khaillanny dos Santos Batista, vencedora do concurso Garota Verão 2024, realizado pela prefeitura na cidade de Presidente Kennedy. Com 21 anos e natural de Praia de Marobá, ela se sentiu realizada ao ser reconhecida não apenas por sua beleza, mas também por sua trajetória de determinação. “Ser capa da revista Essence me impulsionou a ser reconhecida como Garota Verão, e sou muito grata ao Donnie pela oportunidade”, conta.

A jovem, que já havia conquistado o segundo lugar em concursos como Miss Marataízes e Miss Espírito Santo, reflete sobre sua jornada pessoal. “Aprendi que precisamos nos amar do jeito que somos, sem buscar aprovação de ninguém”, afirma. Para Khaillanny, sua vitória vai além da aparência — representa autoconfiança e a busca pelos seus sonhos.

Com planos de estudar estética e se tornar uma grande modelo, ela enxerga um futuro repleto de viagens e conquistas profissionais. Sua mensagem é clara: “Seja forte e guerreira!”. Essa é a força que ela transmite não só nos concursos, mas também em sua trajetória de vida.



## FUTEBOL DOS ARTISTAS NA PRAIA DE MAROBÁ





## O SECRETÁRIO DE TURISMO DE PRESIDENTE KENNEDY, FILIPE VIANA, DESTACA A IMPORTÂNCIA DO ESPORTE E DO TURISMO.

O ESPORTE TEM O PODER DE APROXIMAR AS PESSOAS, E EVENTOS COMO ESSE REFORÇAM A IMPORTÂNCIA DE INCENTIVAR O LAZER E O TURISMO NA NOSSA CIDADE.

**A** Praia de Marobá foi palco de um grande evento esportivo, reunindo atletas, artistas, amigos, colegas secretários e a comunidade em uma celebração inesquecível. Foi uma honra entrar em Quadra e viver essa experiência ao lado de tantas pessoas talentosas. O jogo foi disputado, cheio de emoção, e ainda tive a alegria de marcar um gol e comemorar a vitória com o time da casa. Mais do que o placar, o que realmente marcou foi o espírito de união e confraternização que tomou conta do evento. Além disso, a proposta desse encontro vai muito além do esporte: queremos criar um

ambiente para que as famílias saiam de casa e estejam conosco, compartilhando momentos de lazer e diversão juntos.

Agradeço imensamente aos artistas que aceitaram o convite e abrilhantaram essa festa com sua presença, aos colegas secretários, aos amigos, a todos os envolvidos na organização e ao público que compareceu e fez desse momento algo especial.

Um agradecimento especial à minha equipe, que trabalhou incansavelmente para que esse evento fosse um sucesso. O esporte tem o poder de aproximar as pessoas, e eventos como esse

reforçam a importância de incentivar o lazer e o turismo na nossa cidade. Que essa seja apenas uma das muitas iniciativas que ainda virão para fortalecer nossa identidade e valorizar Presidente Kennedy.

Nosso município tem um potencial incrível para receber eventos esportivos e culturais que movimentam o turismo e trazem benefícios para a economia local. Vamos continuar trabalhando para proporcionar momentos como esse, que integram moradores e turistas reforçando o orgulho de pertencer a essa terra tão especial.



**VERÃO 2025 | PRESIDENTE KENNEDY**



# 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

	<p><b>BIA MÓVEIS</b> Praça Manoel Fricks Jordão - nº 156 - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99910-2042</p>		<p><b>MEGA TRUCK DO ELVINHO</b> Rua Dona Senhora, Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99955-6386</p>
	<p><b>DROGARIA KENNEDY</b> Rua Átila Vivacqua Vieira, nº 03 - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 3535-1228 / 99981-5745</p>		<p><b>NA BRASA CHURRASCARIA E SELF SERVICE</b> Rua Presidente Willian dos Santos Borges, nº 55 - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99927-0075</p>
	<p><b>DESTAQUE TRANSPORTES</b> Rua Átila Vivacqua, nº 393 - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99939-9043</p>		<p><b>PK NET - INTERNET</b> Rua Presidente Willian dos Santos Borges, nº 56 - Presidente Kennedy Tel.: (28) 3535-1155 / 99920-0028</p>
	<p><b>DUCHEFF BY MÁRCIO</b> Nosso Sabor na sua Casa! Tel.: (27) 99995-0113</p>		<p><b>POSTO PETROMAX NAZARÃO</b> Rua Olímpio Pinto Campos Figueiredo, nº 315 - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99922-5947</p>
	<p><b>DISTRIBUIDORA SCHADER</b> Peça! Que levamos até você! Praia de Marobá - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99951-8949</p>		<p><b>PAPER INFO</b> Rua Olímpio Pinto Campos Figueiredo, nº 37 - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99900-0011</p>
	<p><b>EMERSON UTILIDADES</b> Rua Antônio Jacques Soares, nº 133, Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 3535-1174 / 99994-3754</p>		<p><b>SHINERAY PEROLLA MOTORS</b> Avenida Orestes Bahiense, S/nº - Centro, Presidente Kennedy-ES Tel.: (28) 99934-2317</p>
	<p><b>FAFFICO DELIVERY</b> Pediú, Chegou! Presidente Kennedy Tel.: (28) 99911-3422</p>		<p><b>SAMÁRA MENEZES - ESTÉTICA</b> Rua José Costalonga, nº 94 - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99971-0925</p>
	<p><b>GLAMOUR FASHION</b> Rua Átila Vivacqua, 265 - Centro - Presidente Kennedy-ES Tel.: (28) 99956-1594</p>		<p><b>SUPERMERCADO EMERSON</b> Rua Antônio Jacques Soares, nº 145, Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 3535-1174 / 99883-4573</p>
	<p><b>INFINITY COMPANY</b> Rua Átila Vivacqua Vieira - Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99932-4209</p>		<p><b>SUPERMERCADO FRIGO PEROLLA</b> Rua Átila Vivacqua, Centro - Presidente Kennedy-ES Tel.: (28) 99959-5227</p>
	<p><b>KARAMELLO KIDS</b> Rua Orozimbo Correa Jordão, nº 09, - Centro - Presidente Kennedy Tel.: (28) 99900-3105</p>		<p><b>VIVAZ</b> Rua Orozimbo Correa, nº 86, Centro - Presidente Kennedy/ES Tel.: (28) 99907-3280</p>

S-P

M-L



## Conheça a nova Orla de Marobá: o destino perfeito para o seu verão.

Com mais de 1KM revitalizado, o espaço oferece áreas de lazer, esporte e convivência, tudo isso com vista para uma das praias mais encantadoras da região. Um investimento que trouxe modernidade e realçou ainda mais a beleza deste cenário único.

**Nova Orla de Marobá:**  
pra se encantar, viver e relaxar.



**PRESIDENTE  
KENNEDY**  
PREFEITURA