



Ludmilla ganha Grammy Latino com 'Numanice 2', faz discurso emocionante e web vai à loucura



Prestes a cantar no Catar durante a Copa do Mundo 2022, Ludmilla só tem motivos para comemorar. O "Numanice 2", projeto de pagode idealizado por ela e que reúne dezenas de famosos nos shows, venceu a categoria "Melhor Album de Samba/Pagode" do Grammy Latino.

Na categoria, Ludmilla concorria contra grandes nomes dos gêneros, como Nego Alvaro, Martinho da Vila, Alfredo Del-Penho, João Cavalcanti, Moyses Marques e Pedro Miranda, e Péricles. Ao subir no palco, a cantora, que usou um vestido vermelho na premiação, se emocionou com o primeiro Grammy de sua carreira.

"Estou muito feliz, nunca imaginei ganhar um Grammy, um dos maiores prêmios da música no mundo, e receber esse Grammy por um sonho que veio da minha cabeça. Que muita gente não acreditou no início. Quero dedicar esse prêmio a Deus, minha família e todos os meus fãs. E nosso, Brasil!", disse Lud, cujo show no Rock in Rio foi u dos pontos altos do festival.

WEB VAI À LOUCURA COM PRÊMIO DE LUDMILLA

Nas redes sociais, Ludmilla publi-

cou dois vídeos sobre o momento. No primeiro deles, ela aparece beijando o troféu do Grammy Latino. "Obrigada, obrigada e obrigada Deus! É NOSSO, BRASIL ??NUMANICE #2 é Grammy Winner. Feriado no Brasil hoje, caralh*!", brincou a nova intérprete da Beija-Flor.

Já no outro, a cantora compartilhou o momento em que é anunciada a grande vencedora da categoria. "**NUMANICE #2 LEVOU O GRAMMY LATINO DE MELHOR ALBUM DE PAGODE!** Essa é a frase. Mais uma da série lugares que o Numanice me levou, gente. Muito obrigada a todos que acreditaram, a todos que amam o Numanice tanto quanto eu - esse aqui é pra você", escreveu a cantora.

Nos comentários, os seguidores da cantora vibraram com mais uma conquista de Ludmilla. "AAAA VOCÊ MERECE MUITO! QUE ORGULHO. Amo você e o Numanice", escreveu Maisa. "Parabéns, minha gata", comentou Pablo Vittar. "É só o começo, meu amor! Você merece, minha vida! Te amo demais. Vem logo pra gente comemorar", pediu Brunna Gonçalves, esposa de Ludmilla.

Ex-BBB Laís Caldas expõe que famosos estão de fora da sua lista de casamento com Gustavo Marsengo

Laís Caldas e Gustavo Marsengo começaram um romance dentro do "BBB 22", que consagrou Arthur Aguiar campeão e futuro dono de uma rede de padarias. Fora do reality, o casal continuou engatando um romance e estão prestes a casar. Em entrevista ao site Em Off, a médica contou como será sua lista de padrinhos para o casamento e explicou o motivo para não convidar nenhum famoso para ficar ao lado dos noivos no altar.

"Padrinhos é uma coisa muito íntima. Então, por enquanto, penso só em família. Mas temos amigos desde o BBB que compartilharam dessa história, desde o início e que estão sempre com a gente. Existe chance! Grandes chances dele convidar eles como padrinhos", disse.

Laís, que marcou presença no aniversário de Viih Tube, namorada de Eliezer, ex-BBB que fez parte da sua edição antes de começar um relacionamento com a influenciadora, contou que pretende convidar alguns colegas de confinamento. "Eu falo que do BBB um dos maiores presentes, além do Gustavo, foram meus fãs e seguidores. Estão comigo, são fieis e eu sou fiel a eles", disse a médica.

"Sempre falo que jamais vou soltar a mão deles, assim como eles estão sempre com a gente. São especiais demais na minha vida! Amo muito e

eles sabem disso. Um beijo grande e abraço apertado em cada um", afirmou Laís, que vive em São Paulo com o namorado.

ARTHUR AGUIAR DEFENDE PAULO ANDRÉ APOS SONIA ABRÃO DETONAR ATLETA

Separado de Maira Cardi há pouco tempo, Arthur Aguiar foi convidado para participar do programa de Sonia Abrão e a apresentadora detonou Paulo André, ex-aliado do ator dentro do programa.

"Eu quero falar sobre amizade, Arthur! Porque naquela cena que você saí lá no paredão falso e volta como coelhinho, que o PA tem aquela reação tão emocionada, emocionou o Brasil inteiro! Eu acho que você deve ter visto imagens do pessoal no restaurante vibrando como se fosse Copa do Mundo, aquela coisa toda", declarou.

"Depois ele passa para o outro lado, ele vira um traidor, vamos dizer assim, nós estamos falando do jogo! Foi uma coisa que deixou todo mundo muito triste com essa história! Hoje você vendo, entende o que aconteceu? Você se sentiu traído?", questionou.

"Eu não assisti nada! Eu vi poucas coisas, cortes de algumas coisas que eu vi. Acho que a minha relação com ele lá dentro foi verdadeira. Tanto da minha parte, como da dele!", rebateu Arthur.



Ex-atriz da 'Malhação' vira grande aposta de Boninho e estará no Camarote do 'BBB 23'

O público poderá acompanhar a estreia do "BBB 23" na segunda semana de janeiro, porém as especulações sobre os famosos que farão parte do elenco não param. Mesmo com o diretor do programa negando algumas participações, famosos já estão sendo cotados. Depois de uma atriz formada em "Malhação" estudar a proposta da emissora, Boninho se encantou por outra atriz da extinta novela global.

De acordo com informações do jornal Extra, o mesmo que cravou a negociação de Vitão com a produção do programa, a entrada de Caroline Dallarosa no Camarote do "BBB 23"

já está praticamente confirmada nos bastidores do programa. Aos 24 anos, a atriz encantou toda produção durante a fase de seleção dos participantes, incluindo Boninho, fazendo o nome de Caroline ser uma das grandes apostas da edição.

QUEM ESTARÁ NO CAMAROTE DO BBB 23?

Quem também pode entrar como aposta é João Guilherme, filho do cantor Leonardo. Com famosos sendo sondados, a confirmação da participação só vai acontecer no começo de janeiro, antes da grande estreia do programa que aumentou o valor do prêmio.

Caroline ficou conhecida pelo seu papel de Anjinha em "Malhação: toda forma de amar", em 2019. A atriz voltou a chamar atenção como Arminda, da novela "Além da Ilusão", marcada pela estreia de Larissa Manoela na Globo.

Outra atriz que está sendo sondada e com o nome ventilado nos bastidores do programa é o de Valentina Bandeira. A atriz está no ar com a novela "Todas as Flores" como par romântico de e amante de Oberdan, vivido por Douglas Silva.

KAROL CONKÁ REVELA SE VAI ACOMPANHAR PRÓXIMA EDIÇÃO DO BBB

Recentemente Karol Conká participou de um evento cheio de famosos em São Paulo. Durante o evento, Karol falou com o Gshow sobre acompanhar o "BBB 23" após marcar um das edições do programa.

"Eu vou tentar acompanhar o próximo, mas se conseguir", disse. "No passado fiquei tão presa nas minhas coisas e na terapia. Mas quero acompanhar", continuou. "Torço para que essa nova edição traga muita informação, seja justa, e as pessoas aqui fora, que acompanham, julguem menos e entendam que é um jogo", completou.



6 maneiras de diminuir o inchaço dos olhos

As bolsas embaixo dos olhos são um problema mais comum do que imaginamos, o que nos faz encontrar diversas dicas e truques para diminuir o inchaço dos olhos. Entre dormir mais horas ou melhorar a alimentação, às vezes parece que nada disso é o bastante para nos vermos livres das bolsas.

São diversos os fatores que levam ao inchaço dos olhos como genética, retenção de líquidos, alergia ou até mesmo exposição ao sol ou falta de sono, por isso o primeiro passo para o tratamento é identificar a causa. Após o diagnóstico feito, existem alguns truques que podemos combinar com o tratamento para diminuir o inchaço dos olhos e nós te contamos agora quais são eles.



Foto: Gwyneth Paltrow (Reprodução/Instagram)

Colher gelada

Um dos truques mais antigos para diminuir o inchaço nos olhos é utilizar uma ferramenta que está disponível na nossa cozinha: as colheres. Separe dois talheres e coloque no freezer de um dia para o outro, pela manhã, posicione uma colher em cada olho por alguns minutos. A explicação do truque se dá pelo fato das baixas temperaturas ajudarem a contrair os vasos sanguíneos, reduzindo o inchaço, e o efeito é potencializado quando usamos um acessório de metal, pois ele conduz melhor o frio.



Foto: @drewomaukeleghe (Reprodução/Instagram)

Use produtos com cafeína

A cafeína se tornou um ingrediente poderoso na nossa rotina de skincare, principalmente quando falamos de cuidados com a área dos olhos. O ingrediente ajuda na diminuição do inchaço, já que ele estimula a circulação sanguínea. O ativo ainda é antioxidante, o que protege a pele dos danos dos radicais livres. Logo, procure por géis e sérums que contenham o ativo.

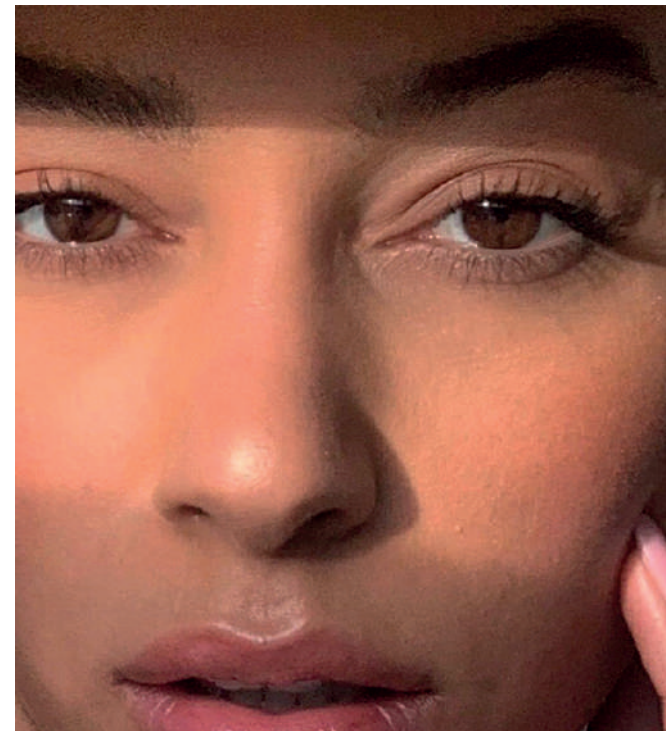


Foto: @b_shack (Reprodução/Instagram)

Se hidrate

Ok, parece óbvio, mas a hidratação é essencial para diminuir o inchaço - não só dos olhos como do corpo todo. Quando estamos desidratadas, nosso corpo tenta manter todo fluido possível, o que pode resultar nas bolsas nos olhos.



Foto: Shiya (Reprodução/Instagram)

Vitamina c, retinol e peptídeos também funcionam

A vitamina C, o retinol e os peptídeos já são conhecidos no mundo do skincare, e quando se trata da área dos olhos, eles ajudam a fortalecer a pele fina e sensível da região. Esse fortalecimento pode ajudar, aos poucos, na diminuição do inchaço, além de camuflar as olheiras. O único cuidado necessário a ser tomado é em utilizar produtos destinados à área dos olhos, pois esses ingredientes são altamente irritantes e, se usados de maneira incorreta, podem gerar reações. Depois, é só manter uma rotina de cuidados consistente e os resultados virão.



Foto: @willowsdayspa (Reprodução/Instagram)

Aposte em gadgets e acessórios

Além dos truques e cosméticos, outra maneira de diminuir o inchaço dos olhos é investindo em gadgets que ajudam a realizar uma massagem na região dos olhos, diminuindo assim as bolsas. Os rolos de pedra quartzo ou jade são excelentes para isso, pois, além de terem um tamanho ideal para a área, eles também possuem baixa temperatura. Para usar, basta aplicar o seu creme ou sérum, espalhar com os dedos e, em seguida, fazer a massagem de dentro para fora. Se você prefere um apetrecho mais tecnológico, aposte nos massageadores elétricos.



Foto: @kennedijames (Reprodução/Instagram)

E na massagem facial

A maneira que você aplica o seu creme para área dos olhos também irá influenciar na aparência da região. A maneira que irá ajudar a diminuir o inchaço é dando leve batidinhas e massageando os pontos para estimular a circulação.

10 técnicas avançadas da lei da atração para por em prática e atrair a vida que quer

Segundo a autora Rhonda Byrne, escritora do livro "O Segredo" - responsável por popularizar a Lei da Atração na modernidade - a lei é uma das leis do universo, como a lei da gravidade. Logo, ela está sempre em movimento e sempre ativada para todas as pessoas, queiram elas ou não, acreditem elas ou não. A Lei da Atração é uma técnica que parte do princípio de que nossa mente está conectada diretamente com o universo e nós somos co-criadores de nossa realidade, podendo atrair e conquistar absolutamente tudo o que desejamos.

Apesar de simples na teoria, na prática é um pouco diferente, e as coisas não acontecem em um passe de mágica, não é fazendo um pedido uma única vez, olhando para o céu, que você vai acordar no dia seguinte com seu desejo realizado, para atrair a vida que deseja e estar em harmonia com o universo, é preciso muita prática, autoconhecimento, gratidão e confiança.

O primeiro passo para pôr em prá-

tica a Lei da Atração é ter muito claro o que você deseja, não podem haver dúvidas ou inseguranças, independente do que seja, um apartamento, um carro, um relacionamento, morar fora do Brasil, etc. Tenha claro o que você quer. A partir daí começa o desafio, programar a forma como sua mente funciona. A grande maioria das pessoas está programada a pensar de forma negativa, ou não acreditar que é digno do que deseja, ou que está muito distante do seu sonho. Para usar a Lei da Atração é preciso barrar completamente esses pensamentos e sentimentos. Seja grato por tudo o que te cerca, até pelas situações mais difíceis e comece a se enxergar como merecedor daquilo que quer.

A partir dessa mudança de mindset vem as diversas técnicas da Lei da Atração. Para atrair seus sonhos e desejos, você não deve pedir por eles, por exemplo "eu quero morar em Paris", não, você deve agir como se isso já fosse seu, ele só ainda não se materializou no presente, mas já é

seu. Então, use as técnicas e práticas sempre no presente e aja como se seu sonho já fosse uma realidade. Tenha um caderno próprio para manifestar, e escreva aquilo que você quer na primeira pessoa do presente: "eu estou muito feliz e grato pois moro em Paris.", e visualize esse desejo já sendo uma realidade.

Agora que você já sabe das técnicas e de como funciona a Lei da Atração, é importante ter claro que se você não agir e não se mexer, seu sonho não vai bater na sua porta. Tomar medidas e ações sempre vai ser o passo principal para a Lei da Atração funcionar, não precisa necessariamente pensar em tudo o que você precisa fazer para alcançar seu desejo, basta dar o primeiro passo. Por exemplo, se o seu sonho é morar em Paris, porque não começar a fazer aula de francês? Dar esses pequenos passos pode abrir muitas portas, ainda mais se você combiná-las com as técnicas da Lei da Atração. Deseje, acredite e ponha em prática, é assim que se conquista

tudo o que quer.

Abaixo, fizemos um guia de técnicas avançadas para você começar hoje e praticar a Lei da Atração. Confira:

- técnicas avançadas:
1. tenha claro o que você deseja;
 2. comece sendo grato agora;
 3. programe a sua mente a pensar de forma positiva (até durante as situações mais difíceis);
 4. escreva aquilo que quer como se já fosse seu, ex: eu comprei um apartamento;
 5. visualize seu desejo já sendo uma realidade;
 6. aprenda a receber, e sinta-se digno do que você quer;
 7. não se coloque em segundo lugar e evite sentimentos negativos sobre si mesmo;
 8. espalhe imagens do seu desejo pela sua casa (recortes de revistas, jornais ou livros);
 9. não tenha pressa;
 10. sonhe muito, mas aja muito também.

DICAS

12 penteados de box braids com miçangas

As tranças são uma das maneiras favoritas das mulheres negras mudarem o seu visual. Elas trazem força, ancestralidade, transformam o look e ainda tornam o dia a dia mais simples. Entre vários modelos de tranças, as box braids com miçangas são a opção para quem ama ousar e investir em acessórios.

Sejam miçangas coloridas ou em tons terrosos, a combinação com o acessório garante um look super estiloso. Se você estava em busca de inspiração, vem com a gente, pois selecionamos alguns modelos de penteados de box braids com miçangas que irão te ajudar a arrasar por aí.



Foto: Léa Adelise (Reprodução/Instagram)

A trança nagô longa, aquela próxima à raiz do cabelo, fica ainda mais encantadora com as miçangas na ponta. Você pode misturar as contas de cores diferentes para criar um contraste lindo com os fios.

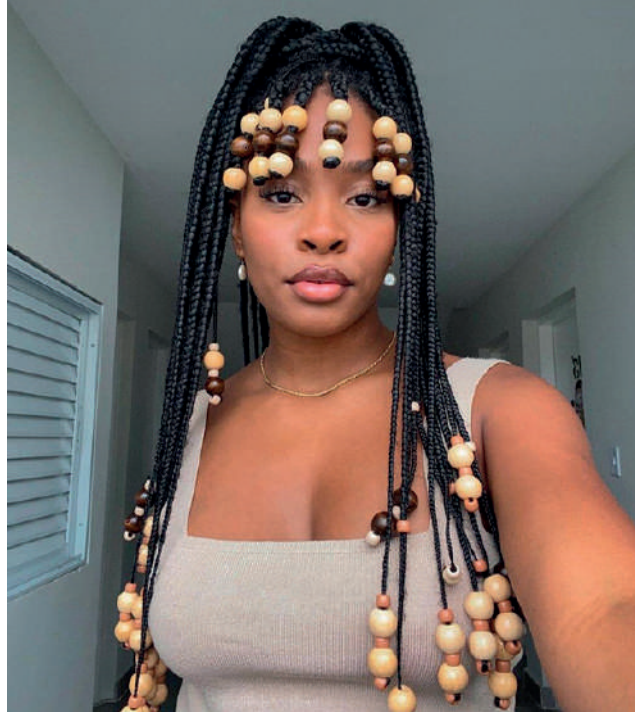


Foto: Nneamaka Edum (Reprodução/Instagram)

As mais ousadas apostam nas box braids com miçangas trançando também a franja. Assim, o rosto fica delineado, valorizando ainda mais a sua beleza.

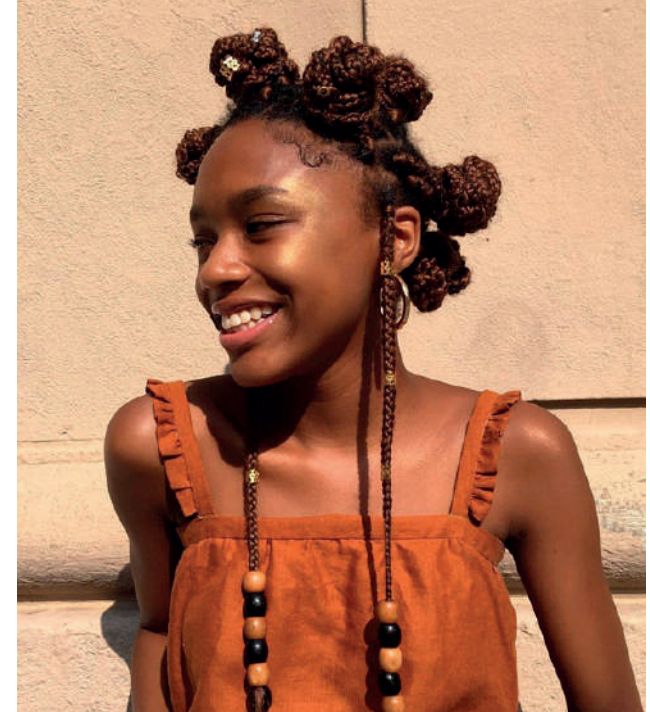


Foto: @brianna.who (Reprodução/Instagram)

Deseja apostar nas box braids com miçangas de uma maneira mais sutil e delicada? Então vale colocar os acessórios em apenas duas tranças, uma em cada lado do rosto.

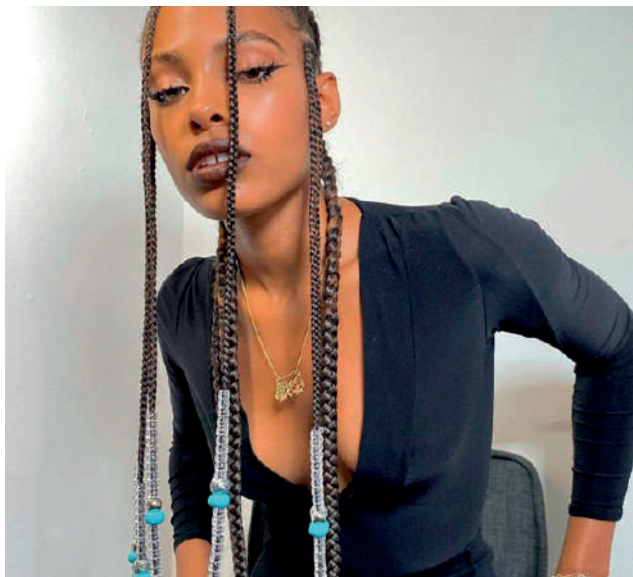


Foto: Claudiana Ribeiro (Reprodução/Instagram)

Para tirar a nagô curto do óbvio, a Clau, nossa analista de performance, apostou nas miçangas transparentes. O resultado é um visual delicado e super estiloso.



Foto: @dajiajay (Reprodução/Instagram)

Você não precisa de extensão de cabelo para apostar nas box braids com miçangas, vale colocar o acessório no seu próprio cabelo trançado.

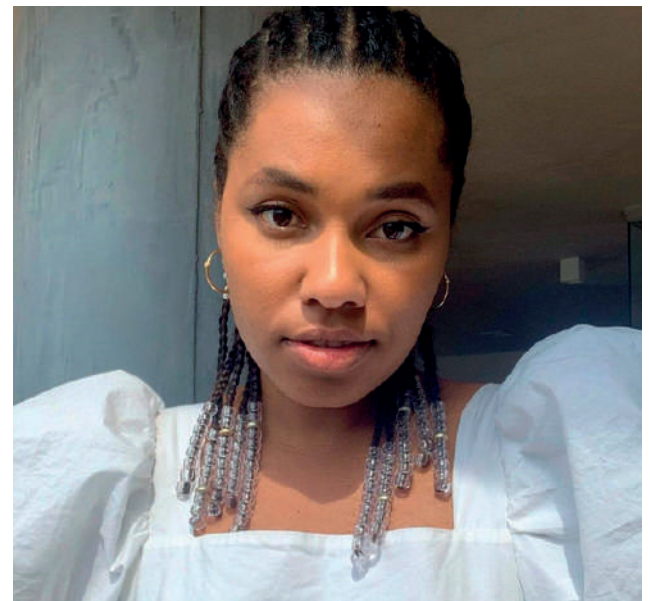


Foto: @breecolter (Reprodução/Instagram)

O mais legal desse penteado é que não há regras. Você pode usar várias miçangas ou até apenas duas.

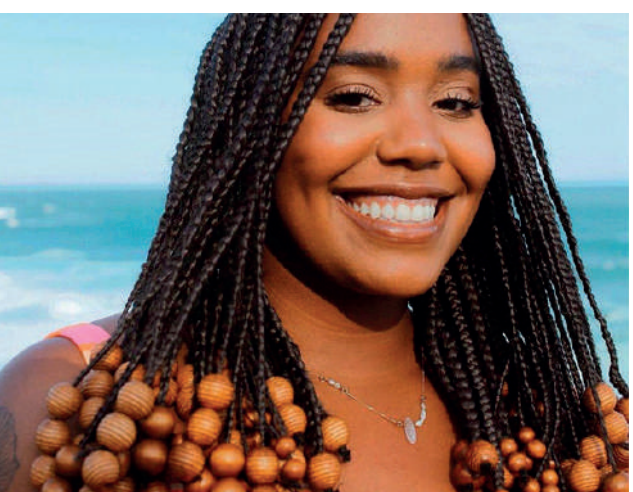


Foto: Mari Lobo (Reprodução/Instagram)

As box braids que poderiam ser simples, divididas ao meio e sem longas extensões, ganham um destaque com a aplicação das miçangas com textura.

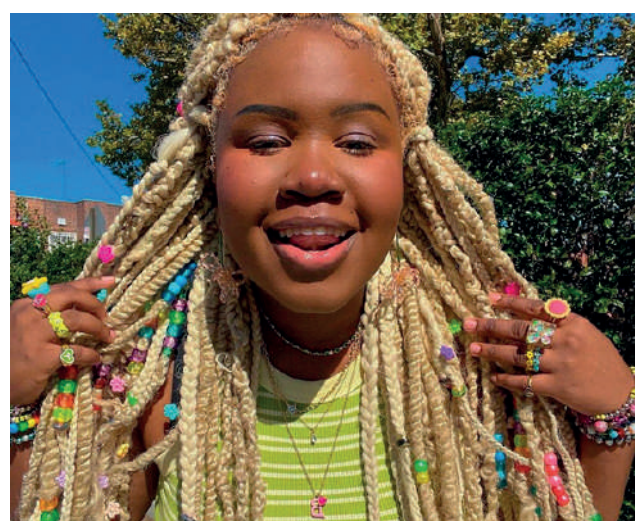


Foto: @b3v.ie (Reprodução/Instagram)

Aquelas que não abrem mão das cores podem variar nas tonalidades das miçangas, criando um visual super divertido.

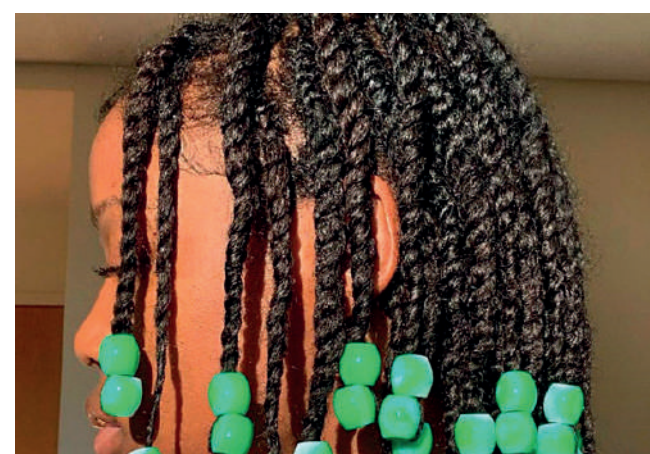


Foto: @0shunn (Reprodução/Instagram)

Além da oportunidade de escolher a cor das miçangas, existem também variedade de tamanhos, mas atenção, quanto maior, mais pesadas elas serão, o que pode causar desconforto.



Foto: Jacy Carvalho (Reprodução/Instagram)

O mais interessante das miçangas é que elas podem ser aplicadas em diferentes modelos de tranças.

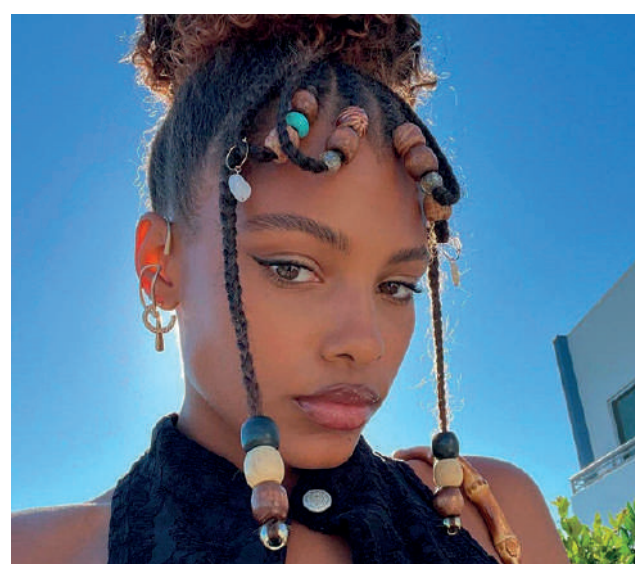


Foto: @breecolter (Reprodução/Instagram)

Já pensou em criar uma franja com as box braids com miçangas? Para isso, posicione os acessórios próximos a raiz do cabelo e, em seguida, prenda a trança com a ajuda de um grampo. Depois é só soltar para ter um novo penteado.

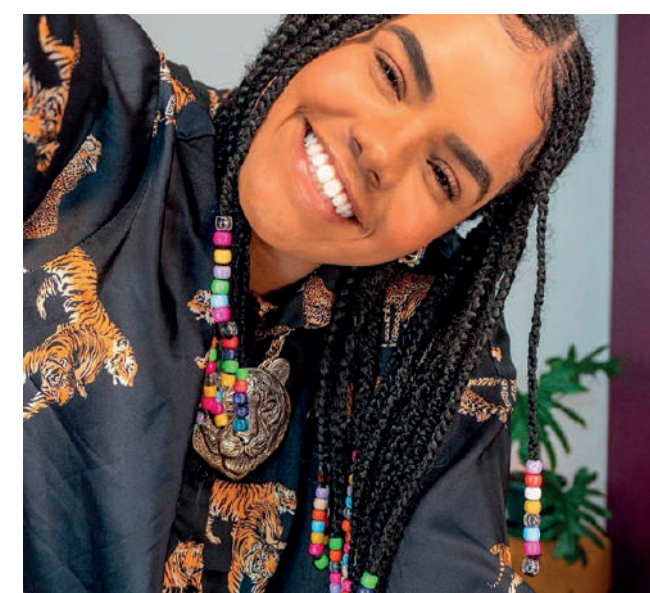


Foto: Josy Ramos (Reprodução/Instagram)

As box braids com miçangas são fáceis de serem feitas, basta ter em mãos uma agulha de crochê e passar o cabelo no meio das bolinhas. Finalize passando a ponta do cabelo do lado da miçanga.

Dicas Gastronômicas



5 receitas de suco detox que ajudam a eliminar as toxinas do corpo

Muito se falou em suco detox nos últimos anos, com o boom do wellness e da busca por uma vida mais saudável, mas pessoas começaram a querer incluir receitas e alimentos poderosos em suas dietas e o suco detox surgiu com essa proposta. O elixir funciona como um diurético natural em nosso organismo, ou seja, eliminando do corpo o excesso de resíduos e toxinas, como o sódio, e dependendo do que você escolher adicionar, pode ficar ainda mais nutritivo.

Nós amamos um bom suco - seja ele detox ou não - e precisamos incluir cada vez mais ingredientes frescos e saudáveis em nosso cotidiano. Então, para te trazer para esse lado da força, trouxemos 5 receitas de suco detox para você testar já! Vem comigo e corre pra cozinha:

O famoso suco verde

- 1 maçã;
- 1 limão;
- 2 folhas de couve;
- 1/2 dedo de gengibre;
- 400ml de água gelada;
- gelo a gosto.

É claro que existem várias versões do suco verde, mas essa receita é um clássico e é provavelmente o suco detox mais famoso que existe. Para começar, higienize bem todos os ingredientes, principalmente os que vão com casca. Pique a couve com as mãos, a maçã, tire a casca do limão e do gengibre, e bata tudo com a água no liquidificador, adicionando o gelo para servir.



Suco de couve, limão e pepino

- 1 folha de couve;
- suco de 1/2 limão;
- 1/2 de pepino com casca;
- 1 maçã;
- 150ml de água de coco.

A couve e o pepino possuem propriedades diuréticas e são ótimos aliados da nossa dieta. Lavar bem a couve, o pepino e a maçã. Cortar a maçã e o pepino em cubos e colocar no liquidificador. Adicionar os demais ingredientes e bater por 2 minutos. Este suco detox pode ser preparado e armazenado em garrafa ou outro pote bem vedado e mantido sob refrigeração por até 6 horas!



Suco vermelho

- 8 morangos maduros;
- 1 beterraba sem casca e crua;
- 5 cenouras sem casca;
- 2 laranjas inteiras.

Assim como o suco verde, existe o suco vermelho, poderosíssimo para nossa saúde e super saboroso! Esse suco detox com morango leva beterraba, cenoura e laranja, para juntar o ferro, a vitamina C, betacaroteno, potássio e magnésio. Sem falar que é rico em fibras e muito indicado para quem quer limpar por completo o organismo. Após lavar, descascar e picar todos os ingredientes, bata tudo no liquidificador com 300ml de água, e sirva com gelo! Ele é um pouco mais grossinho do que os outros, mas super gostoso e refrescante.



Suco de abacaxi potencializado

- 200ml de água;
- 3 rodela de abacaxi sem casca;
- 1 colher de sopa de sementes de chia.

O abacaxi é uma das melhores frutas para se incluir na dieta, além de poucas calorias, ele é super rico em nutrientes e propriedades e melhor muito a digestão. Para preparar um suco detox de abacaxi potencializado, adicione as sementes de chia, outro superalimento que quase não possui gosto e vai transformar a bebida em um elixir poderoso!



Suco de tomate com limão

- 1 tomate pelado;
- 1 limão sem casca;
- 300ml de água gelada.

Apesar de ser mais comum em saladas e pratos salgados, o tomate é uma fruta e seu suco é delicioso! Para preparar um detox com o ingrediente, junte-o com limão, fruta com propriedades diuréticas. Bata o tomate com o limão, ambos descascados com água e gelo! Se você gostar, pode temperar o suco detox com um pouco de sal e pimenta do reino, fica ainda melhor!

