

2 revistas por apenas  
R\$ 3,50

a semana em

# Ana Maria

anamaria.uol.com.br

**O penteado  
que está na  
cabeça das  
famosas**

Ótimo para dias  
de cabelo rebelde!

**Qual a  
idade certa  
para dar  
um celular  
ao seu filho?**

**E mais:**

**"Ô mãe, dá  
um tempo!"**

A importância  
de respeitar a  
privacidade dos  
adolescentes

**5 ATITUDES  
PRA VOCÊ  
SER MENOS  
CONSUMISTA**

**SEXO**

*A massagem  
que deixa  
o maridão  
na sua mão...*

*Feliz Dia  
das Mães*

"Criança é o nosso  
combustível"

*Dira Paes,*

que acaba de ser  
mãe aos 46 anos

**PERCA**

**3 KG**

**EM 1 MÊS**

Comendo  
a deliciosa  
**SOBREMESA**

que turбина sua dieta



**16 maneiras de  
SEGURAR SEU  
EMPREGO**

**GRIPE**

Proteja-se com  
os alimentos  
que estão na  
sua despensa

**GUIA DE  
MODA  
PLUS  
SIZE**

Tem peça  
barata na  
internet!



ISSN 1413-804-2



01021

9 771413 804004

Nº 1021 - 6 DE MAIO DE 2016



## Novidades nas prateleiras

### Livre de veneno

O Tio João lançou o arroz integral orgânico. Sua embalagem a vácuo preserva o aroma e o sabor do alimento. Sai por R\$ 8,50 (1 kg).



### Lanchinho bom

A Taeq tem novidade: tapioca! O alimento é ótima opção para quem tem alergia ao glúten. Custa R\$ 15,80 (1 kg).



### Agora ficou mais fácil!

A Jasmine agora tem uma linha de cookies em embalagem individual. O saco é menorzinho e bem fácil de carregar. Por R\$ 5,99 (80 g).



## RECEITAS DE ANAMARIA PELO CELULAR

Todos os dias, 3 novas delícias com fotos e dicas pra tornar sua vida mais prática!

Se você é cliente Vivo\*,  
envie HA para 4000

Na TIM\*\*, envie RAM  
para 9797

Se você é cliente Claro\*\*\*,  
envie RECEITABRIL para 407

\* Na Vivo, o valor é R\$ 1,49/mês

\*\* Na TIM, R\$ 0,35/dia

\*\*\* Na Claro, R\$ 0,50 por MMS

### DIRETOR-SUPERINTENDENTE

Edgardo Martolio

### DIRETORES CORPORATIVOS

Marketing: Luis Fernando Maluf  
Editorial: Claudio Gurmino (Núcleo Celebidades) e Pablo de la Fuente (Núcleos Novos Leitores e Mensais)  
Publicidade: Luciana Jordão  
Circulação: Marciliano Silva Jr.  
Internet e Mídia Digital: Alan Fontevecchia  
Operações: Osmar Lara  
Jurídico e RH: Wardi Awada

### DIRETORES EXECUTIVOS

TI: Cícero Brandão  
Arte: André Luiz Pereira da Silva

### DIRETORES

Publicidade: Maria Rosária Pires (Núcleo Novos Leitores)  
Escritório Rio de Janeiro: Claudio Uchoa (Editorial)  
Arte: Juliana Cuttin (Núcleos Negócios, Bem-Estar, Casa & Mulher) e Kika Gianesi (Núcleo Novos Leitores)

### GERÊNCIAS

Logística: Gilberto Arcari  
Escritório Rio de Janeiro: Edinoel Silva Faria  
Circulação: Luciana Romano (Assinaturas)  
Marketing Publicitário e Eventos: Mariana Kotait  
Eventos: Walacy Prado  
Administração, Finanças e Controle: Adriano Bialli  
Tecnologia Digital: Nicholas Serrano

### EDITOR DE IMAGENS

Fotografia: Martín Gurfein (SP) e César Alves (RJ)

## AnaMaria Receitas

Redatora-Chefe: Lana Bitu;  
Editoras: Luciana Bugni e Raquel Maldonado;  
Reporter: Karla Precioso;  
Editora de Arte: Andreia Cristina Costa;  
Designers: Isabella Pisaneski, Lunna Bergami e Marília Filgueiras;  
Publicidade: Carolina Braz, Claudia Pardini, Silzer Draghi e Viviane Martos (Executivas de Negócios)\*

ANAMARIA 1021 (ISSN 1413-8042), ano 20, nº 32, é uma publicação da EDITORA CARAS. Edições anteriores: Ligue para 0800-777 3022 ou solicite ao seu jornaleiro pelo preço da última edição em bancas mais despesa de remessa; sujeito a disponibilidade de estoque. Distribuída em todo o país pela Dinap S.A. Distribuidora Nacional de Publicações, São Paulo. ANAMARIA não admite publicidade redacional.

IVC

IMPRESSA NA GRÁFICA ABRIL:  
Av. Otaviano Alves de Lima, 4400,  
CEP: 02909-900, Freguesia do Ó, São Paulo, SP

ANER

### REVISTAS DA EDITORA CARAS

ANAMARIA (SEMANAL - UNIVERSO FEMININO) | ARQUITETURA & CONSTRUÇÃO (MENSAL - CASA & MATERIAIS) | AVENTURAS NA HISTÓRIA (MENSAL - CONHECIMENTO & MEMÓRIA) | BONS FLUIDOS (MENSAL - BEM-ESTAR & SUSTENTABILIDADE) | CARAS (SEMANAL - ESTILO DE VIDA & SOCIEDADE) | CONTIGO! (SEMANAL - CELEBRIDADES & ENTRETENIMENTO) | MANEQUIM (MENSAL - MODA) | MÁXIMA (MENSAL - MULHER MODERNA) | MINHA CASA (MENSAL - LAR & DECORAÇÃO) | MINHA NOVELA (SEMANAL - TELEVISÃO) | PLACAR (MENSAL - ESPORTES) | RECREIO (SEMANAL - INFANTIL) | SOU MAIS EU! (SEMANAL - DEPOIMENTOS & SUPERAÇÃO) | TITITI (SEMANAL - FAMA & TV) | VIDA SIMPLES (MENSAL - AUTOCONHECIMENTO) | VIVA! MAIS (SEMANAL - FAMÍLIA) | VOCÊ SA (MENSAL - PROFISSÃO & FINANÇAS) | VOCÊ RH (BIMESTRAL - CARREIRA PROFISSIONAL)

### EDITOR RESPONSÁVEL

Wardi Awada