

FRAN GALVÃO



ESTILIZE-SE

Fran Galvão é consultora de Imagem e Estilo, especialista em coloração pessoal e multiplicação do guarda-roupa. Fran atua há 6 anos no mercado de moda. Siga @fran.galvao

MODA CAPRICHE NA ANIMAÇÃO NESSES PRÓXIMOS DIAS. COLOQUE TODA SUA AUTENTICIDADE E BORO GODO NOS LOOKS DA FOLIA NESTE ANO

O QUE FAZER QUANDO A FOLIA ACABAR

ANO SÓ COMEÇA APÓS O CARNAVAL: ESSA É UMA EXPRESSÃO POPULAR QUE SIGNIFICA QUE MUITOS SÓ COMEÇAM A SE DEDICAR APÓS PERÍODO DE FOLIA

Quando você estiver lendo essa coluna, muito provavelmente estará em meio a folia e eu não quero ser aquela que irá estragar sua animação, mas como dizem por aí, “o ano só começa após o Carnaval”.

Essa é uma expressão popular no Brasil que significa que muitas pessoas só começam a se dedicar aos seus objetivos e metas após o Carnaval. Normalmente adiam tarefas que, na prática, poderiam ser iniciadas a qualquer momento, como aquela reeducação alimentar prometida após as festas de final de ano, iniciar uma “vida fitness” (eu me enquadrando nessa prorrogação aqui!), aprender um novo idioma/curso e até cuidar da sua imagem e estilo.

Li recentemente que “com maior ou menor intensidade, todos nós desejamos alguma mudança. Porém, muitas vezes preferimos nos acomodar em nossas rotinas, aparentemente seguros, que nos mantêm protegidos do medo do desconhecido, do fracasso, do erro que, em sua maioria, são pensamentos que surgem mais da imaginação do que da realidade. São dilemas comuns, mas que nos boicotam na hora de agir. Talvez por isso optamos por escolher uma data para concretizarmos planos, como uma maneira de adiar nossa coragem para encarar o novo, como se ela necessitasse apenas de

calendário e não de preparo mental.”

Acreditem se quiser, mas vejo isso acontecer muito quando se trata de nossa imagem e estilo pessoal. Sempre questiono minhas clientes e alunas sobre as mudanças que elas buscam e quando se trata de estilo – ou seja, nossa comunicação

não verbal – essas mudanças parecem sempre maiores do que realmente são, isso porque envolvemos a autoestima neste processo e muitas vezes postergar olhar para isso está muito ligado ao desconforto de sair de nossa zona de conforto.

No final do ano atendi uma cliente que me fez um pedido

inusitado. Ela me contratou para uma assessoria de estilo, ou seja, basicamente montamos diversos looks dentro do guarda-roupa dela para o mês, de acordo com a agenda e seus objetivos pessoais e profissionais. Logo no início, muitos desses looks, receberam o seguinte comentário: “são perfeitos, mas ainda não são para mim” e complementou com o pedido “seria possível escalonar a evolução dos looks? Não quero chegar assim já toda diferente e chamar muito a atenção.”

“Escalonar a evolução”? – me imagine dizendo isso com os olhos arregalados de surpresa.

Se você sempre espera o momento perfeito, o carnaval passar, o ano começar, as crianças crescerem, o Brasil sair da crise, estará só postergando a chance de evolução (seja qual for a sua). Não existe “momento ideal” para dar um passo na direção do que se quer. E eu te garanto que quando você entende isso, não dá vontade de esperar mais nenhum dia passar.

Então comece relendo as duas últimas colunas, eu trouxe opções de acessórios e looks que irão durar do Carnaval até o Natal. Capriche na animação nesses próximos dias. Coloque toda sua autenticidade e boro godó nos looks da folia e na próxima semana vamos tirar do papel a mudança de estilo e imagem que seu 2024 merece. ■



Divulgação

Parque Vicentina Aranha

programação completa:

www.pqvicentinaaranha.org.br

[f](https://www.facebook.com/parquevicentina) [@](https://www.instagram.com/parquevicentina) [v](https://www.youtube.com/parquevicentina) /parquevicentina

vicentina 100 anos

FEIRINHA DE ARTES E FEIRINHA VERDE

11 DOM

9h às 13h



Ao lado da Capela Sagrado Coração de Jesus

Arte e Cultura

BLOCO GALINHA D'ANGOLA

11 DOM

saída às 10h



Concentração em frente ao Parque Vicentina Aranha a partir das 9h

Educação, Identidade e Memória

CELEBRAÇÕES LITÚRGICAS: SANTA MISSA

11 DOM

12h



Capela Sagrado Coração de Jesus



ACESSE A PROGRAMAÇÃO
bit.ly/VicentinaFEV24



IOV INSTITUTO DE ONCOLOGIA DO VALE



CENTRO DE REFERÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA



Unimed



FM 94.3



afac



PREFEITURA
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS