

● PODEROSA

Muitos talentos

Atriz e cantora, Mariana Rios está lançando livro

Mariana Rios canta, atua, apresenta e também escreve. Seu primeiro livro, *Basta Sentir*, sai pela editora Planeta mês que vem. Na obra, ela conta sua história e revela o método que alevou a conquistar seus objetivos.

“A vida que eu tenho hoje é muito distante da minha vida na infância, na adolescência. E o livro conta isso. Eu divido com as pessoas qual é a minha maneira de pensar, como eu exercito o meu pensamento e o meu sentir com base naquilo que eu desejo de fato que se realize e a minha busca de expansão de consciência, de inteligência emocional. Mostro a maneira como eu lido com os meus

problemas, a maneira como eu enxergo as dificuldades e como eu faço para tentar me manter em paz de espírito, centrada no que eu realmente desejo e num lugar de positividade e felicidade”, diz Mariana, que desenvolveu um método para atrair tudo o que deseja através do pensamento. “Não é que vá funcionar para todo mundo. Mas é a forma que deu certo para mim. E escrever o livro é a forma que eu encontrei para dividir isso com as pessoas.”

Atualmente, Mariana também apresenta o reality show sertanejo *O Próximo Nº 1*. “Estou em um lugar que eu amo estar, que é como apresentadora e como cantora.”

DANILO BORGES / DIVULGAÇÃO



Mariana escreveu 'Basta Sentir'

RESUMO DAS NOVELAS

MALHAÇÃO — VIVA A DIFERENÇA

18h. Globo: Josefina permite que Jucate tente ajudar Julinho com seu vício em jogos. Clara se interessa por roupas do brechó e Keyla estranha. Lica e Samantha sentem ciúme uma da outra. Malu se desespera com o novo visual de Clara. Jota e Ellen decidem criar um game sobre a vida de Tonico.

FLOR DO CARIBE

18h25. Globo: Mantovani desconfia de Alberto quando o empresário denuncia à Aeronáutica pela existência de uma pista de voo clandestina em sua propriedade. Juliano briga com Hélio, depois que o executivo insinua que ele engravidou Natália por interesse.

HAJA CORAÇÃO

19h35. Globo: Durante o velório de Teodora, Tancinha aproveita para procurar foto do seu pai. Camila comenta com Enéas sua desconfiança de Leozinho. Cris contrata Shirlei como faxineira. Beto vai à mansão dos Abdalla atrás de Tancinha. Fedora chora por Teodora.

AMOR SEM IGUAL

21h. Record: Poderosa abre o presente e encontra uma Bíblia. Ela fica um pouco frustrada. Miguel a chama para uma dança. Tobias critica Miguel e Fernanda o defende. Miguel fica constrangido entre Poderosa e Fabiana. Poderosa manda Caio embora da festa para ficar com Duplex.

CHIQUITITAS

21h. SBT: Carmen chega ao orfanato acompanhada de um policial e um funcionário do Juizado de Menores para levar Mosca para um reformatório. Pata se desespera e todos os órfãos defendem o amigo, mas os dois homens levam o garoto.

A FORÇA DO QUERER

21h40. Globo: Eugênio fala para Caio que Irene não ameaça seu casamento com Joyce. Silvana briga com Simone por ter bloqueado seus sites de jogo. Ritinha confidencia para Marilda que trabalhará como sereia em um aquário. Bibi visita Rubinho na prisão.

Câncer também se combate com informação



Inscreva-se agora e tire todas as suas dúvidas com os melhores especialistas.

www.cancercomciencia.com.br

de 01 a 30 de novembro

gratuito e online



REALIZAÇÃO:



Com parceria de 21 ONGs, associações de pacientes de todas as regiões do Brasil.