

LIVRO ILUSTRADO

de Menina a Mulher

by DRICA PINOTTI

Preço do Livro Ilustrado: R\$ 2,90
Envelope com 4 cromos: R\$ 0,50



**Ilustrações Lindíssimas e muitas dicas
para você ficar "antenada" com a galera!**

**E mais!!! Cartões com o seu perfil
astrológico para colecionar.**

180
CROMOS
apaixorantes



www.panini.com.br



BEM VINDA À TURMA!

Uma das coisas mais complicadas na adolescência é se “enturmar”. Parece muito difícil entrar num mundo onde as pessoas estão tão preocupadas com a aparência, marcas de roupas, calçados e outras tantas coisas, que não conseguem perceber o valor real das pessoas. Mas acalme-se! Nem tudo está perdido. É que quando entramos nesta fase, chegamos cheias de referências da infância, ainda muito valiosos para nós. A amizade, por exemplo.

Mas, aos poucos, a gente vai se chegando e percebe que no fundo essas preocupações excessivas com o cabelo, com a maquiagem e principalmente com os garotos, são apenas formas de conseguir atenção da galera e com isso ganhar alguns pontinhos com os meninos. Tudo muito natural!

Mesmo sabendo disso, dá um medinho de não ser aceita, né? Pois é, principalmente se não temos o mesmo estilo e não curtimos as mesmas coisas que a galera. Demora um pouco para você se sentir realmente parte da turma, mostrando quem você é, e tudo de bom que você pode compartilhar com os amigos.

Daili, Gaby, Carol, Hanna e Dani Jujuba já passaram por tudo isso e conseguiram formar uma galerinha muito especial. Cada uma delas tem preocupações diferentes, porém todas se respeitam e, na medida do possível, se ajudam mutuamente.

Agora que você está aqui, vá entrando, não faça cerimônia. Você vai ficar “enlouquecida” com o complexo mundo de uma garota. Conhecerá melhor como cada uma das meninas (Daili, Gaby, Carol, Hanna e Dani Jujuba) vive e se comporta. Em meio a cromos lindos e divertidíssimos você aprenderá alguns truques do universo feminino e dará boas gargalhadas.

Você vai adorar. Vale conferir !!!

Beijos, beijos...

Drica Pinotti

Os dez mandamentos da amizade



- Saiba ouvir.
- Sorria muito e fique iluminada.
- Elogie as amigas sinceramente.

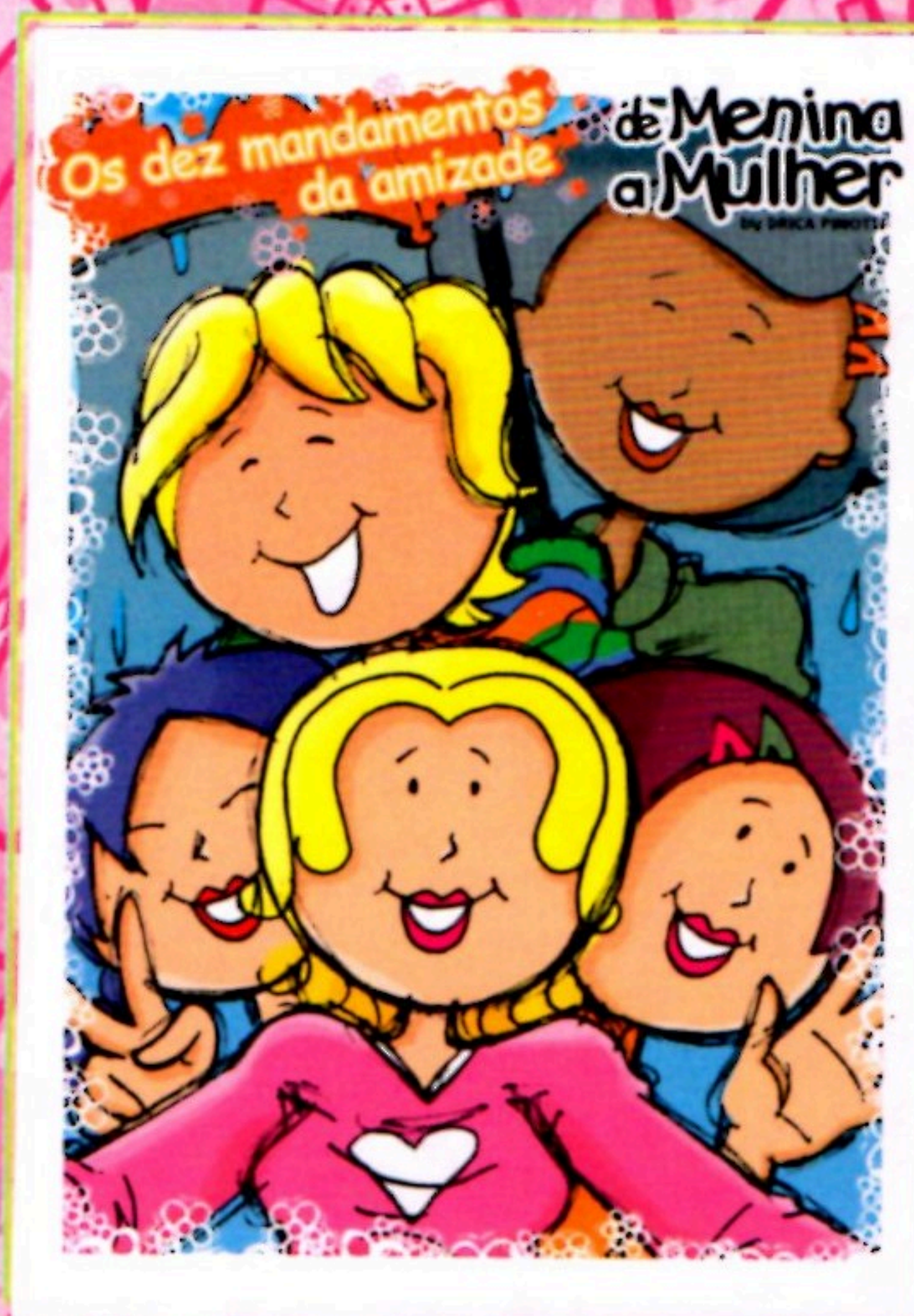


- Não confronte, nem crie polêmica.
 - E coloque-se sempre no lugar do outro.
- Assim você nunca magoará ninguém.

Fazer novos amigos não é difícil. Porém mantê-los não é tarefa fácil. Então fique ligada nos 10 mandamentos da amizade e torne-se a melhor amiga que alguém pode desejar.



- Converse sobre coisas interessantes.
- Admita a importância dos amigos na sua vida.

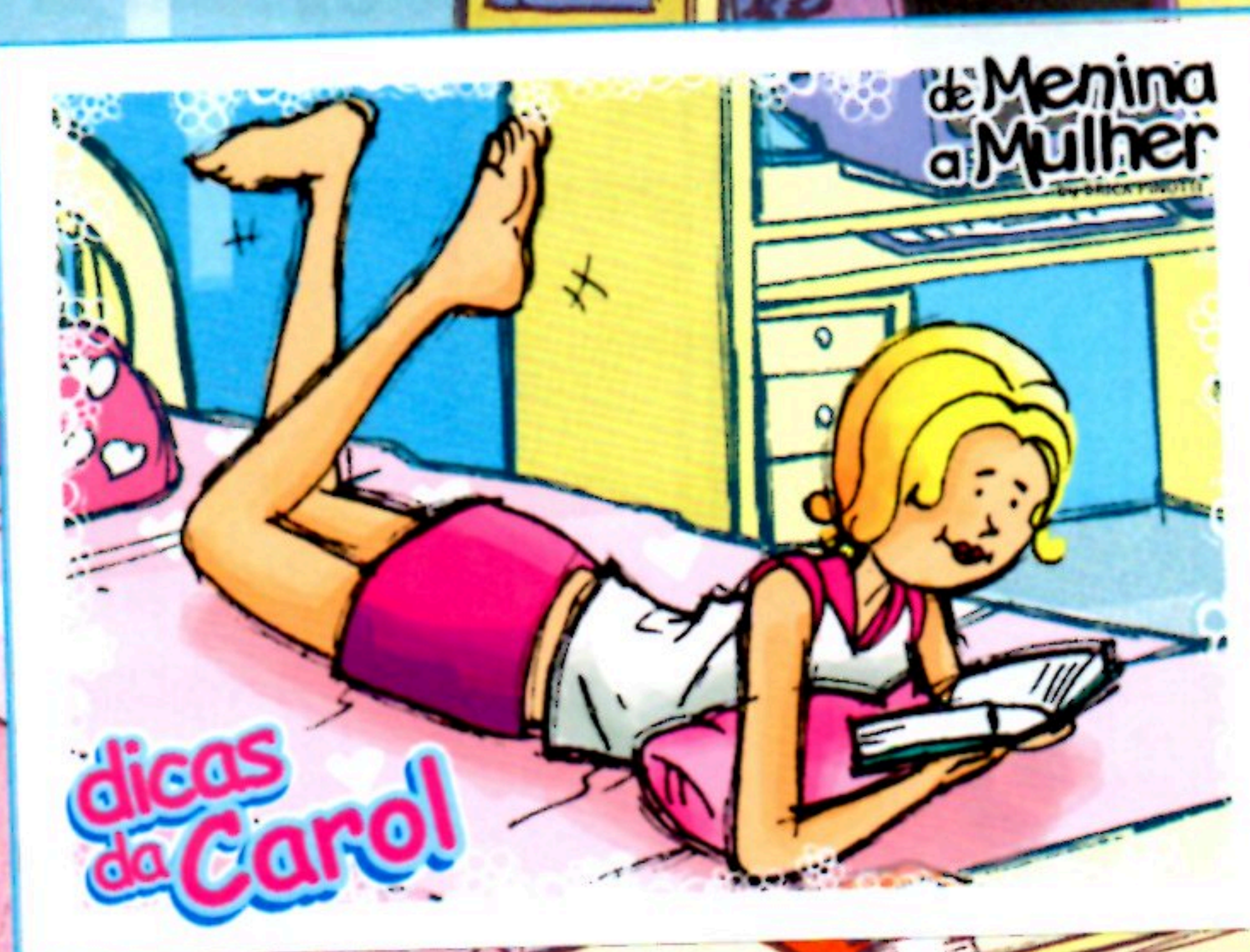
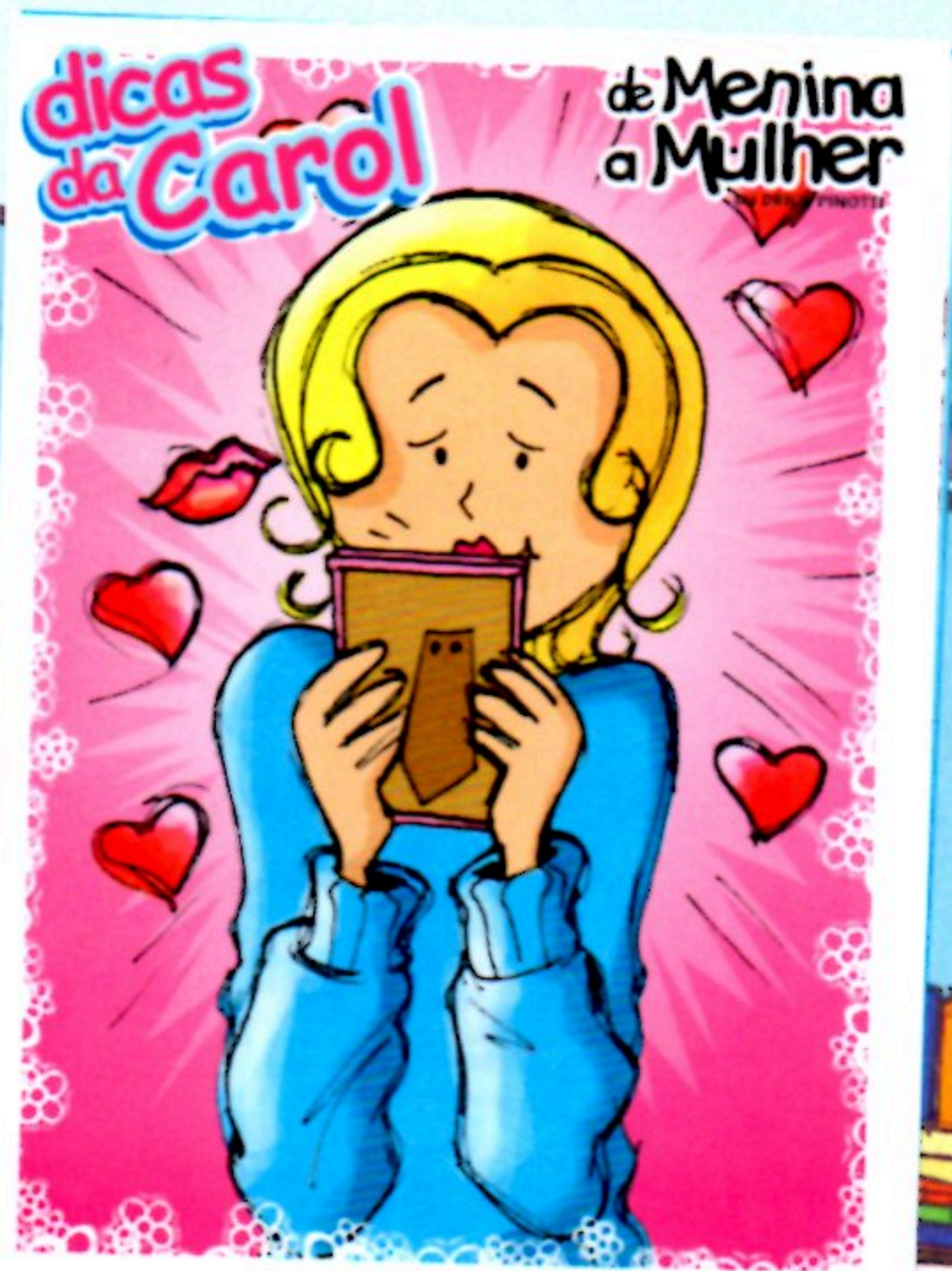


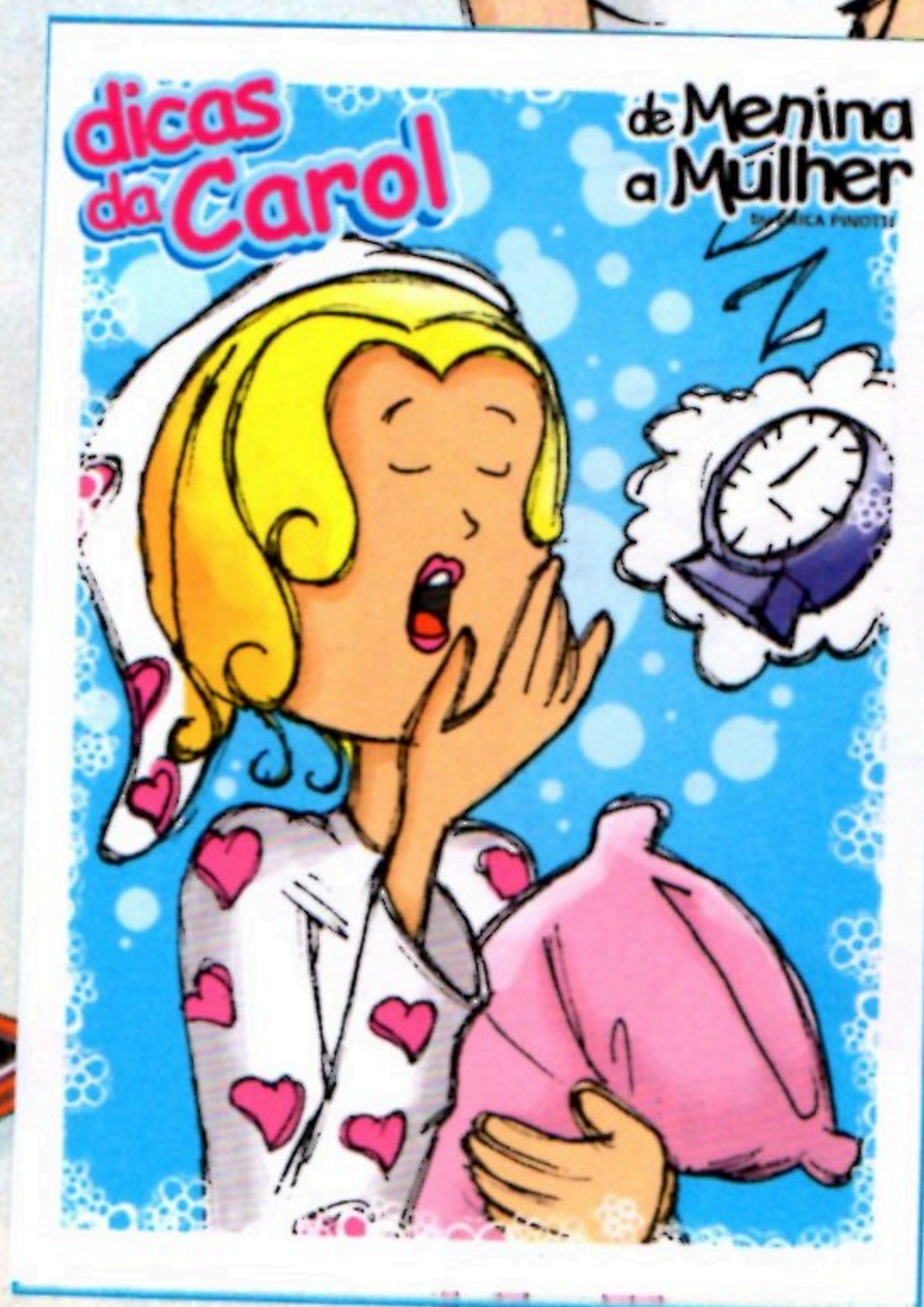
- Atenção!!!
Fique atenta ao nome das pessoas.



- Evite brigas, fofocas e desentendimentos.
- Cuidado para não ser "chatinha".

paixão + romantismo = Carol





CAROL

IDADE:

14 anos

SIGNO:

Peixes

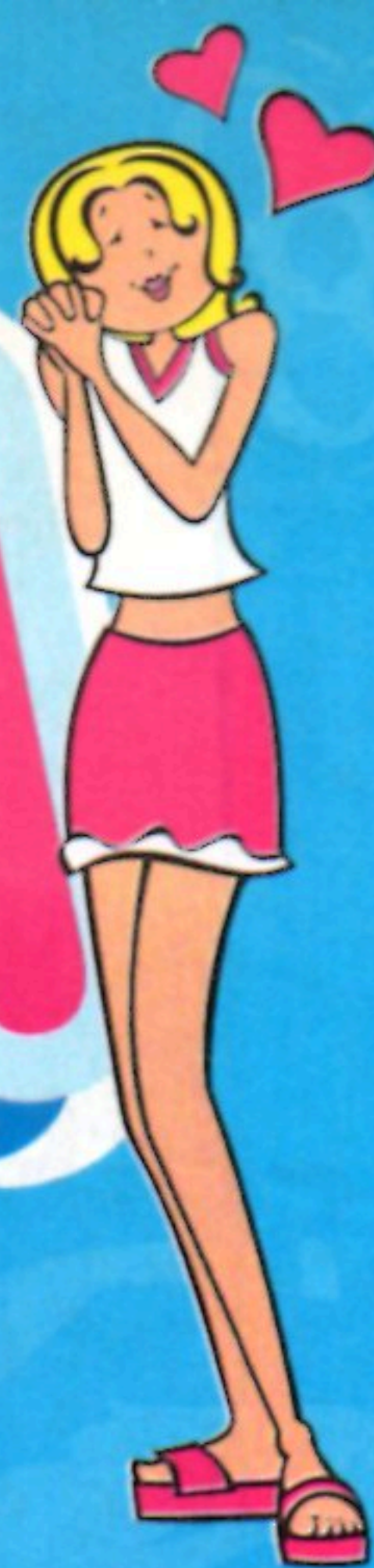
DOCE PREFERIDO:

Brigadeiro

IDEOLOGIA:

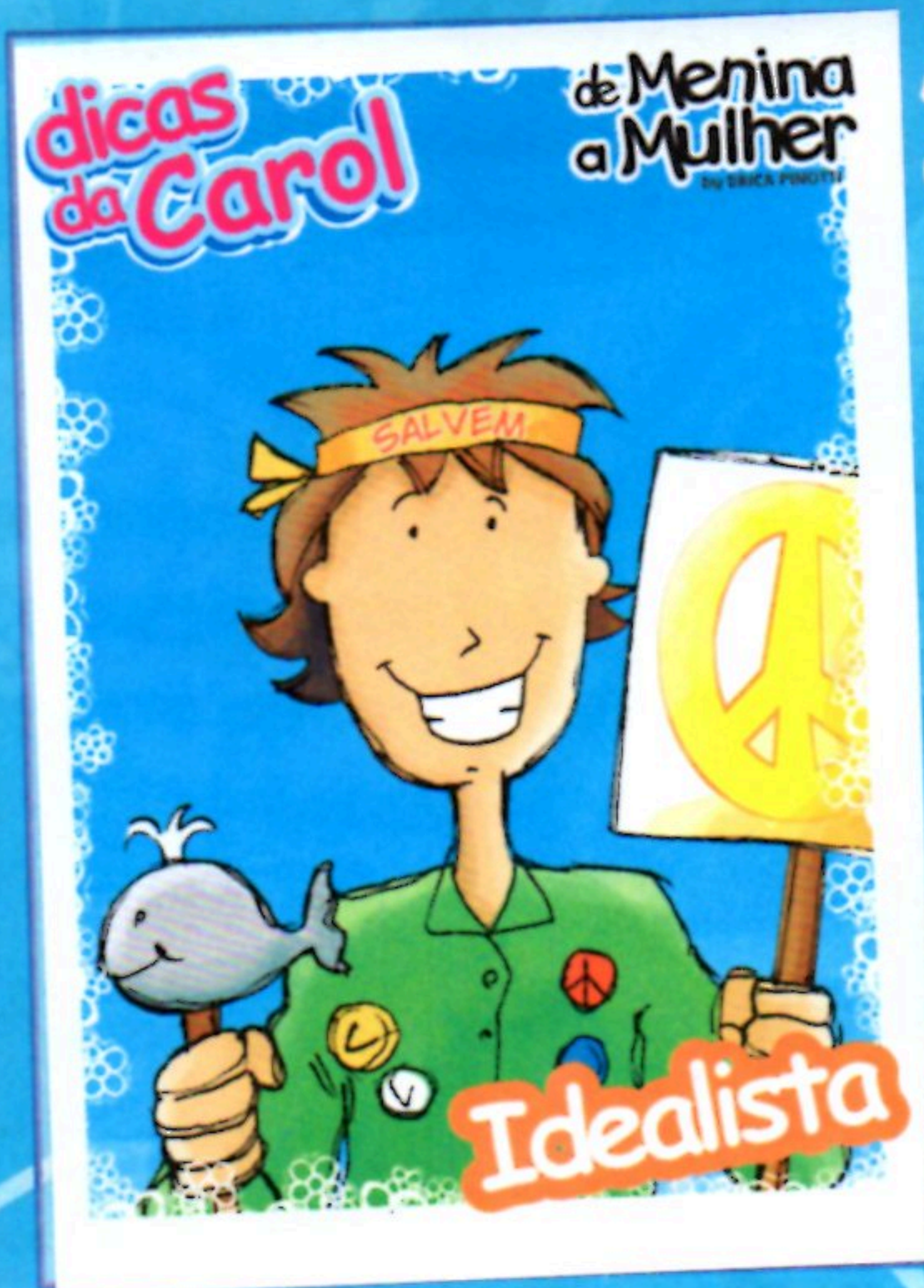
Ela é sensível, romântica, e adora dar conselhos. Passa pelos conflitos da adolescência com muito humor e tenta tirar as melhores lições de cada situação.

dicas da Carol

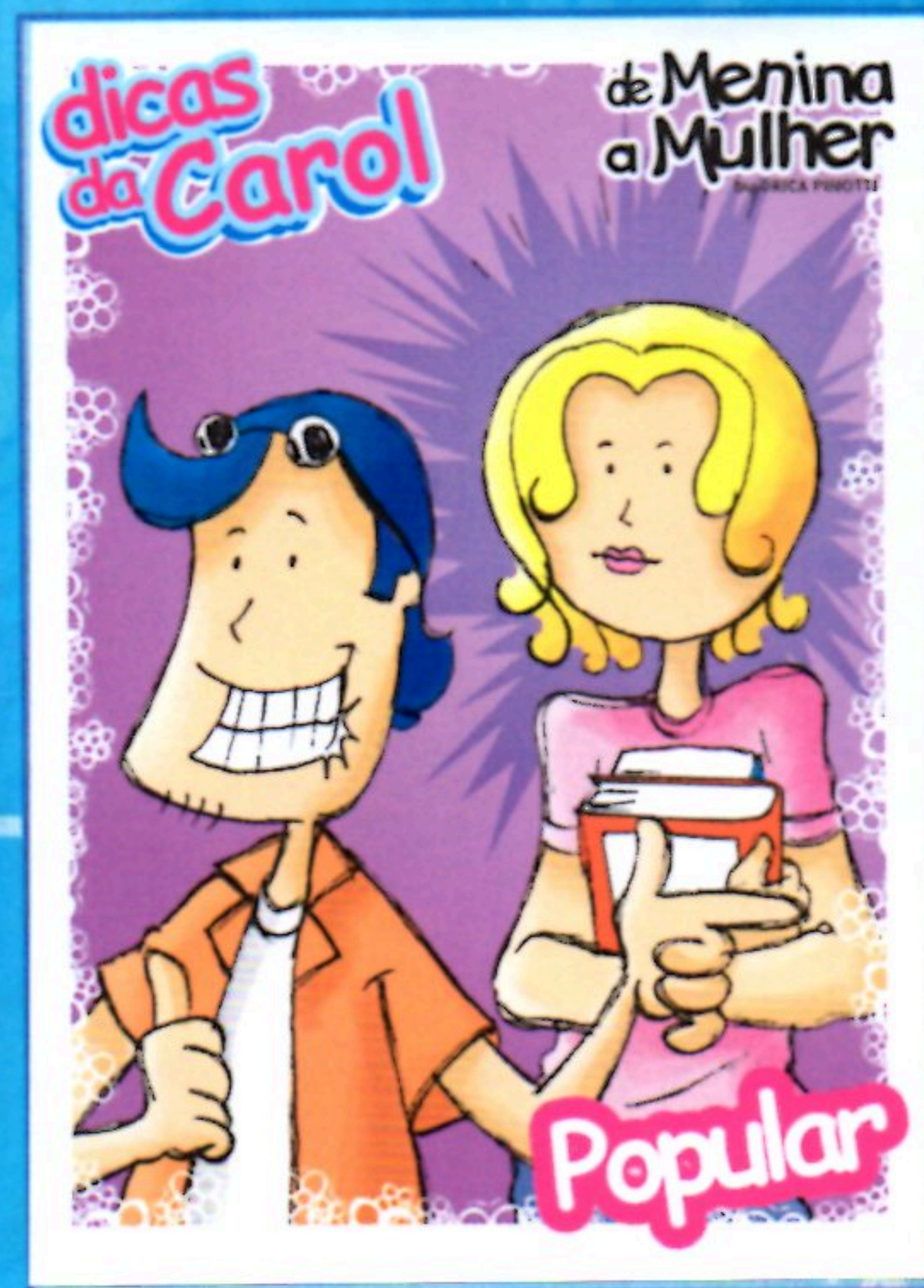


Faz o gênero "natureba".

Notícia extraordinária!!! O IPGE (Instituto de pesquisa de garotos estranhos) acaba de divulgar que existem mesmo vários tipos de garotos. Presta atenção e me diga: Você conhece alguém assim? E cuidado para não se apaixonar!



Adora uma causa perdida. Mas até que é simpático.



É o tipo mimadinho da mamãe!!!



Ele é uma mistura de carentes e chatinhos. Pode?



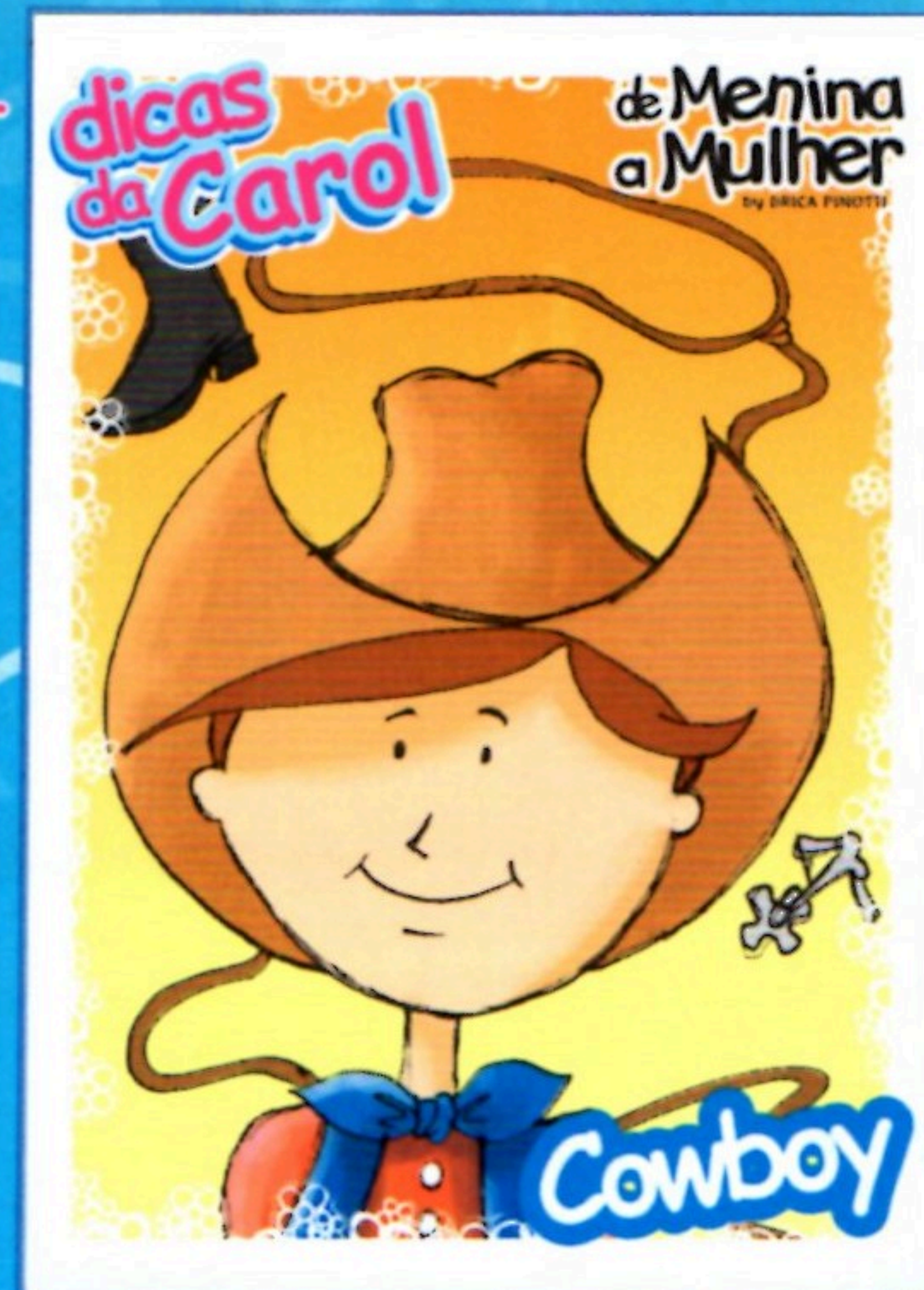
Esse tá na moda. O tipo "peão".



Ah!! Esse tipinho me irrita!



Esse é uma cilada. Todas as meninas do colégio gostam dele. Por que será?



Ele adora uma enciclopédia. Acho que não é o seu caso, é?

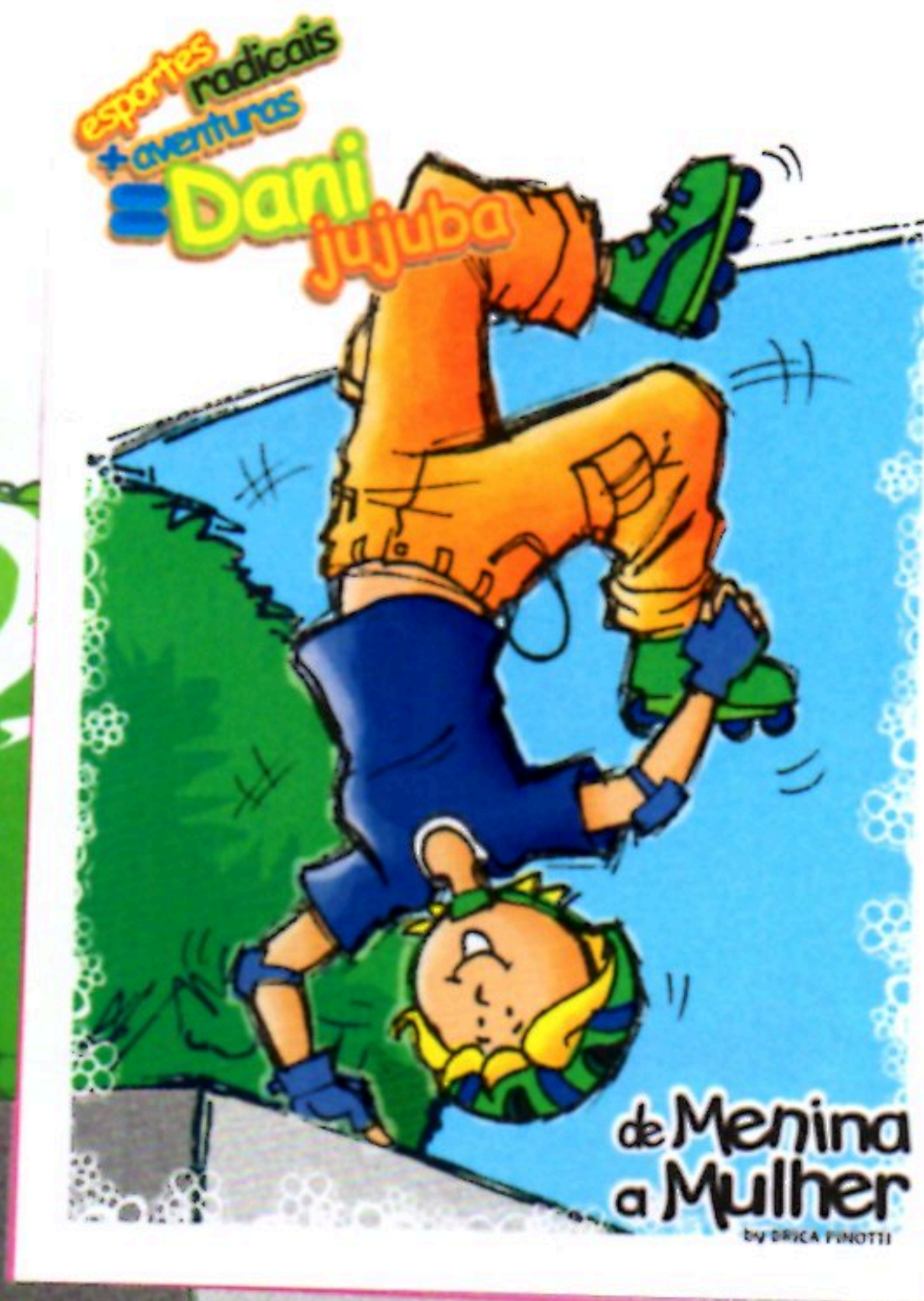


É bacana e adora ser amigo e confidente das meninas.



O bonitão. Um espécime perigosos!!! Pode ser a maior roubada.

Aviso as navegantes: Essa dose cavalgar dos estereótipos masculinos é apenas uma brincadeira. Não julgue um livro pela capa, ok?



esportes radicais + aventuras = Dani jujuba



DANI JUJUBA

IDADE:

14 anos

SIGNO:

Áries

DOCE PREFERIDO:

Jujubinha (é claro!!!)

IDEOLOGIA:

A prática de esportes como estilo de-vida.

Adora esportes radicais e aventuras. Ela é adorada pelos meninos, é fera em manobras radicais em seu skate. Ela aproveita isso pra ganhar alguns "gatinhos". E vive tentando convencer as amigas de que é assim que se consegue namorado.



dicas da Dani jujuba



Andar de Skate



Voleibol e vôlei de praia



Ajudar a sua mãe a limpar a casa.
(Arrumar a casa também ajuda a manter a forma!)



Basquete ou handebol

Esportes... Praticar esportes é uma das melhores coisas que você pode fazer pelo seu corpo. Porém eles precisam ser bem orientados e devem ser praticados de forma correta. Caso contrário, já viu, pode dar problemas. E tem mais, além de manter o seu corpinho saudável, atividade física também ajuda você a se manter em forma. Veja quantas calorias se perde em uma hora de prática esportiva!

Nadar



Estudar para a prova.
(Se a matéria for difícil,
pode-se gastar muito
mais!!!)



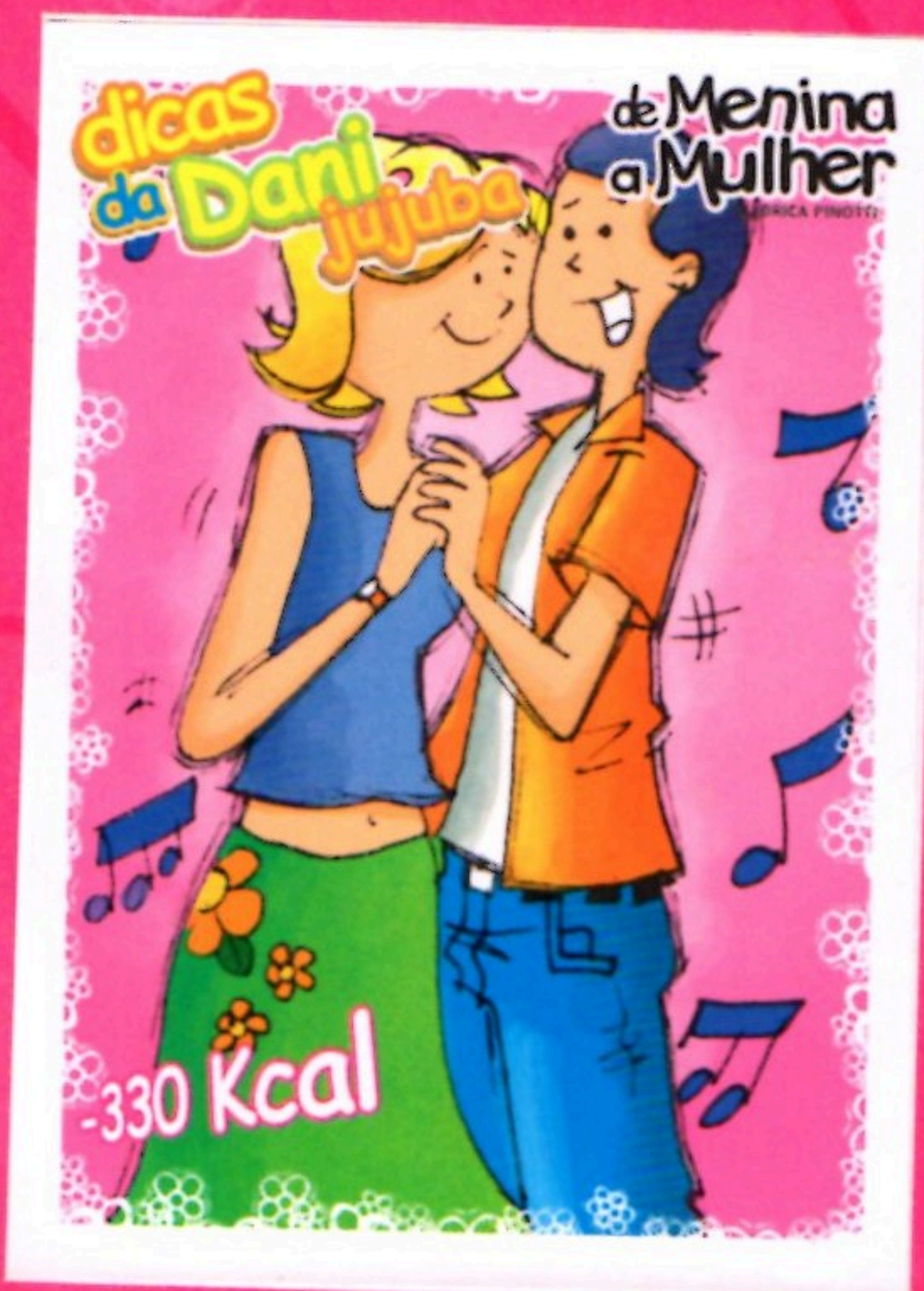
Correr



Assistir TV.
(Sem comer pipoca!)



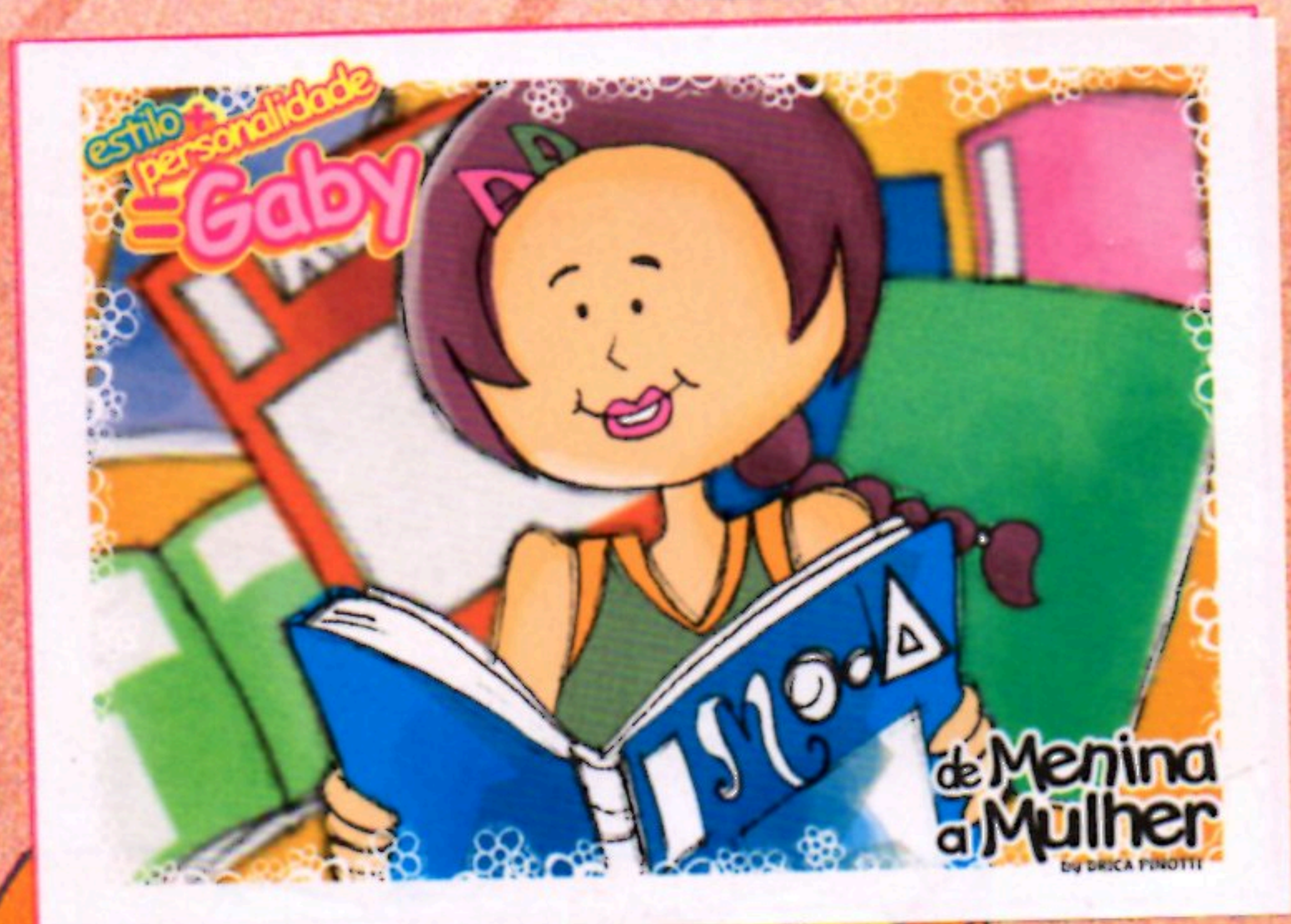
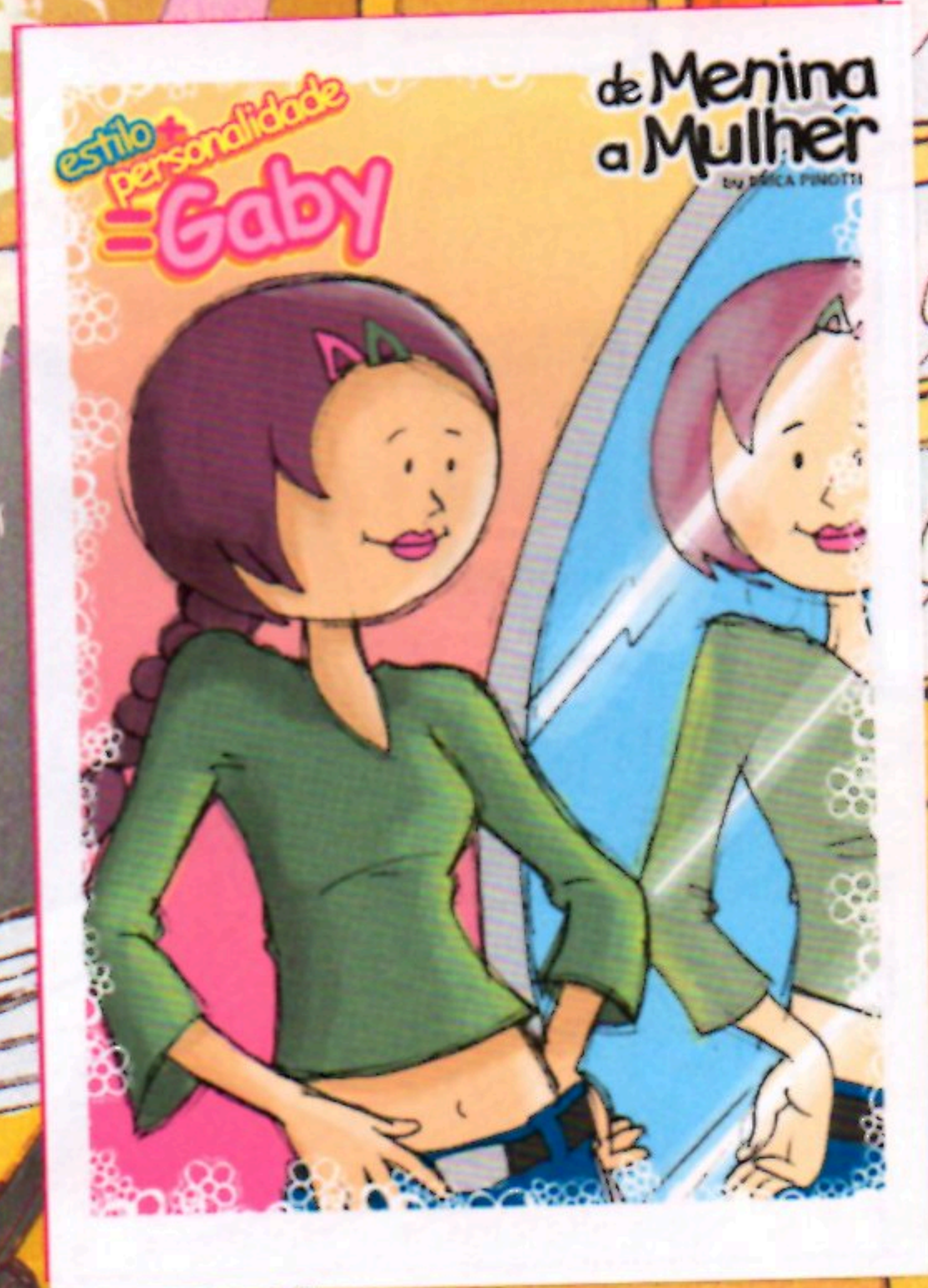
Andar de bicicleta

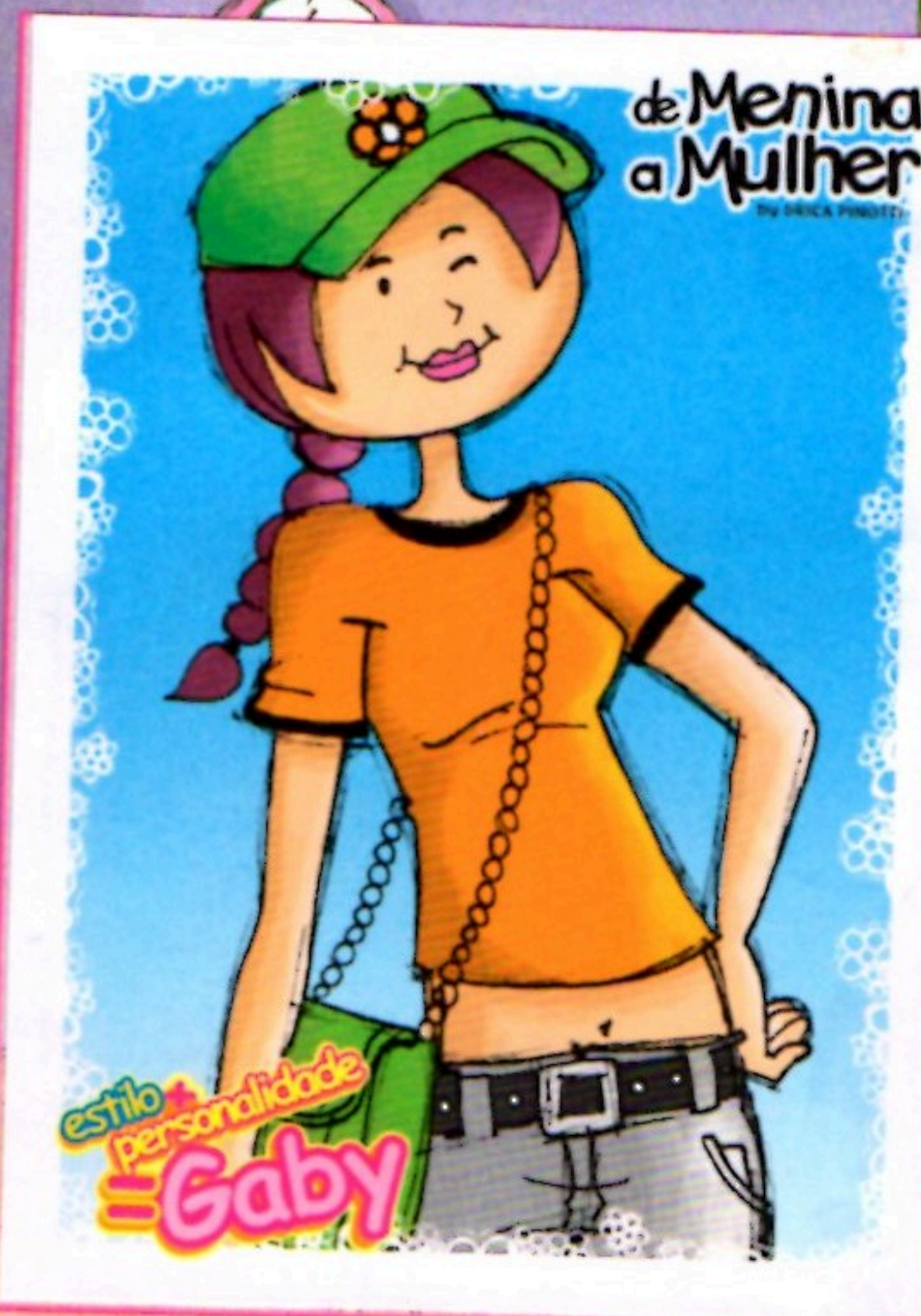


Dançar "forró"
empolgadamente.



estilo + personalidade = Gaby





GABY

IDADE:
15 anos

SIGNO:
Libra

DOCE PREFERIDO:
Beijinho (o doce!!!)

IDEOLOGIA:

Por ser uma garota moderna e antenada com tendências mundiais da moda, ela é a consultora de moda e beleza, ela também aconselha as amigas quando o assunto é etiqueta e boas maneiras.

dicas da Gaby



Use: golas rolês e colares largos.
Fuja: Corte de cabelo muito curto.



Nós mulheres sempre estamos interessadas em um "conselhinho" novo, "de grátis", que possa nos tornar ainda mais bonitas, não é? Então aí vão uns dez, que podem valorizar o seu visual e vão fazer milagres pela sua aparência. Aproveite e **USE COM MODERAÇÃO!!!**



Use: Blusas escuras e camisetas sequinhas, estilo "Baby-look".
Fuja: Ombreiras e mangas bufantes.



Use: Babados e volumes nas blusas.
Fuja: Camisetas justas.

Use: Calças estampadas e de cores claras. Saias e vestidos sempre abaixo do joelho.
Fuja: calças tipo "legging", ou justa demais.





Use: Blusas e vestidos de alcinha.

Fuja: Blusas escuras e decotes profundos.

Use: Muitos decotes.

Todos ficarão bem.

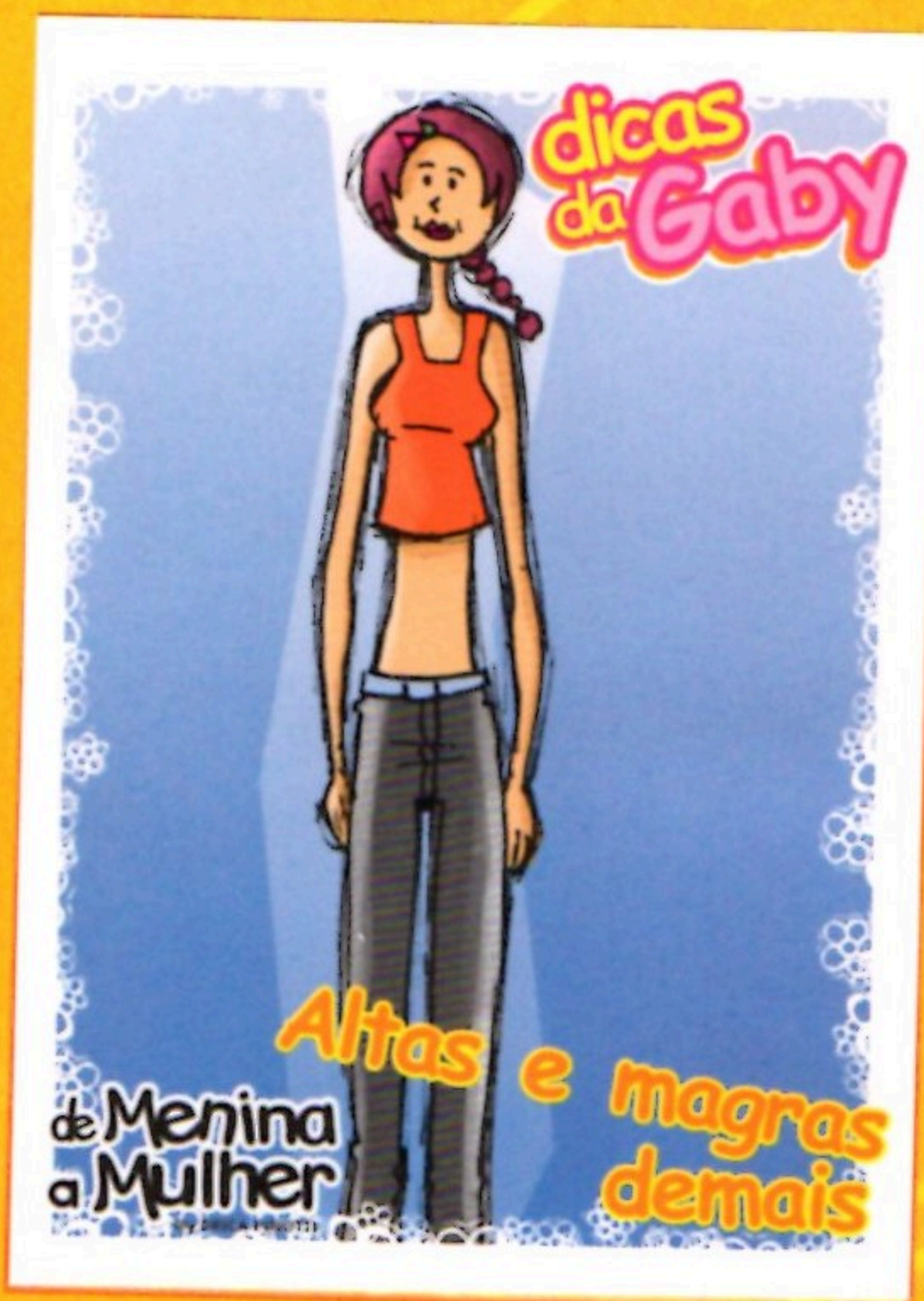
Fuja: Das golas altas.



Use: Blusas escuras, calças com cintura tradicional e vestidos soltos.

Fuja: Calça com cintura baixa, biquíni cortininha, tops e vestidos justos.

Use: Blusas em cima do cós da calça. Na parte de baixo use calças escuras.
Fuja: Calças com tecidos volumosos e camisa por dentro da calça.



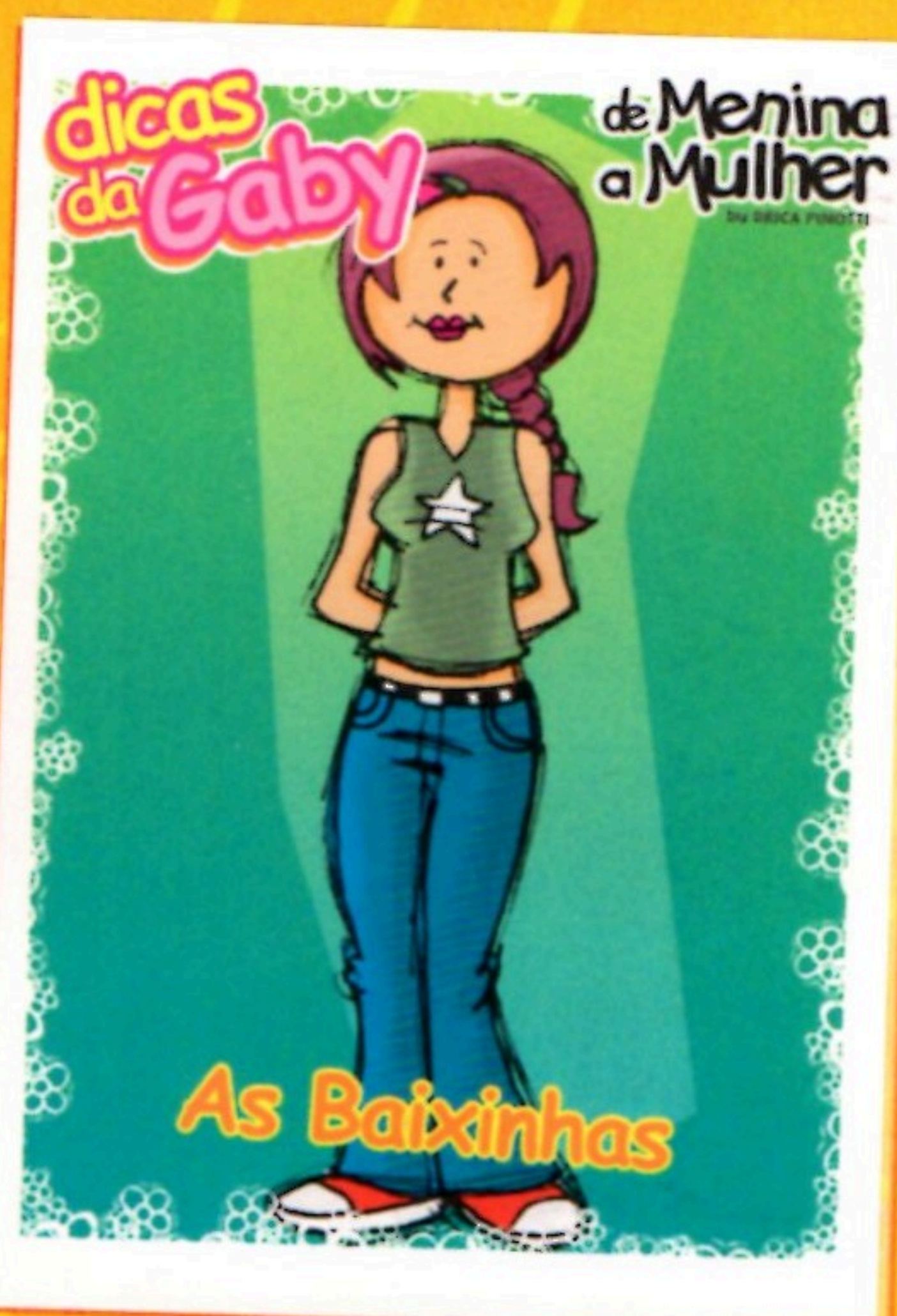
Use: Você pode quase tudo!!!

Fuja: Apenas de roupas escuras, você até pode usá-las, desde que moderadamente. E calças muito largas, estilo "pantalona".



Use: Roupas justas que valorizam o seu corpo, saltos altos e acessórios pequenos.

Fuja: Estampas grandes e acessórios gigantes.



Use: Sutiã de sustentação, camisetas justas, porém de cores escuras.

Fuja: Blusinhas com volume, babados, blusas de tecidos listrados.



ideologia +
atitude
= Hanna





HANNA

IDADE:

15 anos

SIGNO:

Aquário

DOCE PREFERIDO:

Bolo de Chocolate

IDEOLOGIA:

Ecológica convicta, ela pretende conscientizar as pessoas da importância da preservação da natureza e do amor pelos animais.



dicas da Hanna



- O que é reciclagem?

Reciclar é recolher parte do lixo das cidades e recuperá-lo. Transformá-lo em matéria prima para a produção de um novo produto. Evitando o desperdício de energia e recursos naturais.



- A reciclagem tem alguns símbolos, fique "ligada" para poder identificar o tipo de lixo existem no local.



- A decomposição do vidro demora aproximadamente... 1 milhão de anos.



- Você sabe quanto tempo demora a decomposição do chiclete? 5 anos.



- O Brasil está em primeiro lugar entre os países que mais reciclam latinhas de alumínio, no mundo.



- Outros materiais com grande potencial para a reciclagem são: papel, papelão ondulado, garrafas PET, caixinhas "longa vida", vidro e até os restos de alimentos podem virar adubos orgânicos.



- As latinhas de alumínio são 100% recicláveis.



FAÇA UMA CAMPANHA NA VIZINHANÇA E AJUDE NA RECICLAGEM DO LIXO. ISTO AJUDARÁ NÃO SÓ A SUA CIDADE COMO O PLANETA.

conexão Daili





DAILI

IDADE:

13 anos

SIGNO:

Escorpião

DOCE PREFERIDO:

Banana Caramelada

IDEOLOGIA:

Por ótima aluna, adora tecnologia, sabe tudo de computadores e internet, curte música eletrônica e apesar de seu jeitinho basquinho ela é uma garota com idéias supermodernas. Mas ela também tem outro lado, o espiritual. Daili é aprendiz de Kung-fu, pratica o Budismo e adora meditar.

dicas da Daili



7-Quando estiver com raiva, respire fundo e perdoe. Você vai se sentir melhor!



3-Acenda um incenso, no quarto, para renovar as energias.

2-Todas as noites antes de dormir passe um creme hidratante bem cheiroso em seus pés.



5-Medite para acalmar e desacelerar!



1-Evite o estresse !

8-Tenha pensamentos positivos e mantenha o otimismo.



6- Ao tomar banho, imagine que as gotas de água que caem do chuveiro, são cristais energéticos purificando você.



10 dicas para ficar "Zen"



10-Não deseje mal a ninguém, assim você ficará sempre "ZEN"...



4-Durma com a cama limpa e com lençóis cheirosos.

9- Quando o pessimismo tentar te pegar. Ligue o rádio bem alto e comece a dançar. A energia ruim irá embora, na hora!!!



os 10 erros da moda



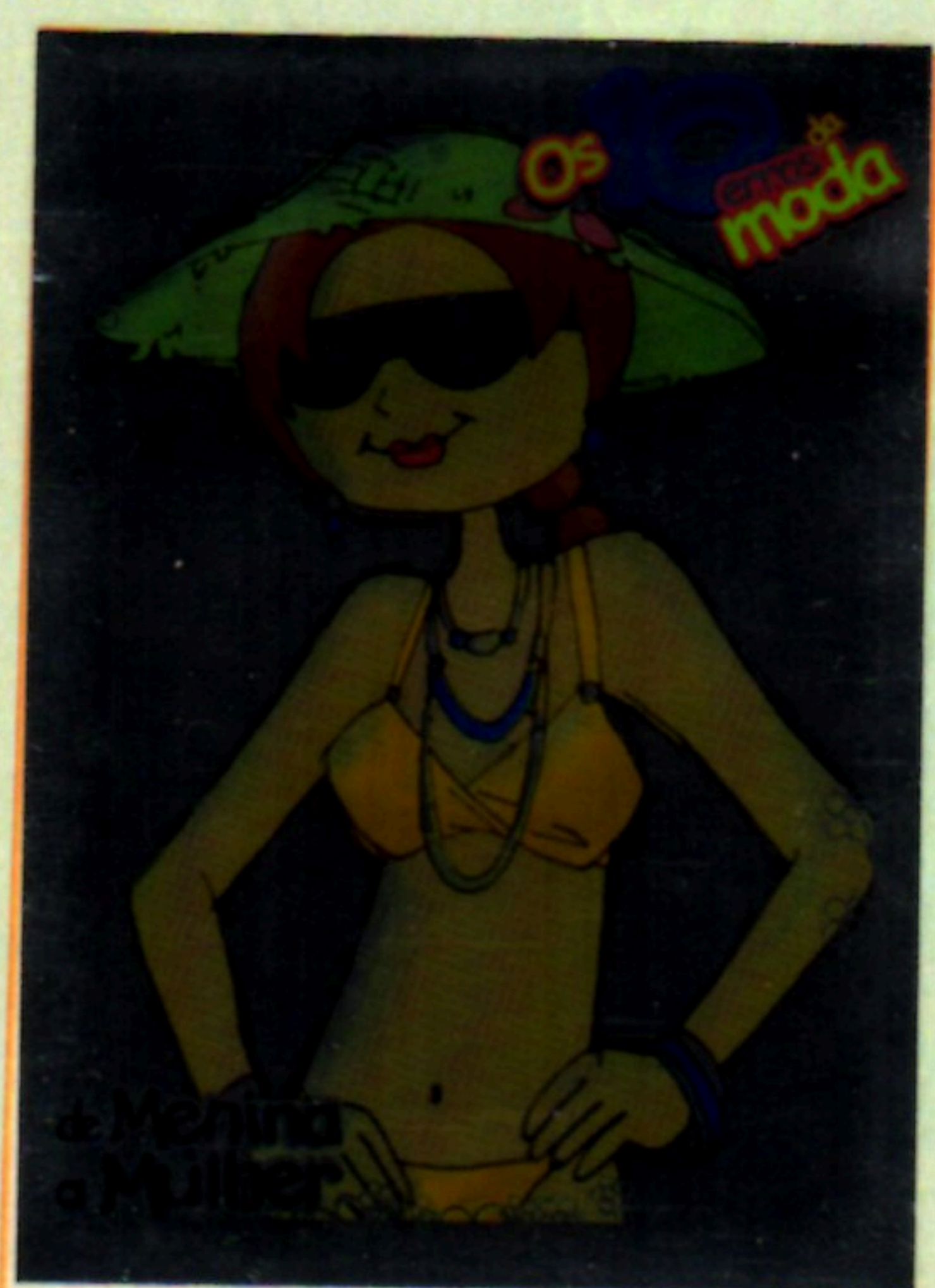
1-Saia muito curta.



2-Excesso de bijuterias!



3-Marca de sutiã ou calcinha em roupas apertadas.



4-Bijuterias na praia!



5-Alça de sutiã aparecendo onde não deveria.



6-Saias com fendas enormes.



7-A costura da calça entrando no bumbum!



8-Excesso de maquiagem!

9-Barra da calça jeans dobrada.



10. Roupas desconfortáveis, estão totalmente fora de moda !!!





Jura que é amiga de todo mundo, mas não perde uma oportunidade de desaparecer quando alguém precisa dela.



Sempre tenta te manipular para conseguir o que quer.



Ou "Interessybius chatilibus", ela tem nome científico por ser duas caras, mais falsa que nota de três reais. Interesseira e falsa. Pra que você precisa de uma amiga assim?



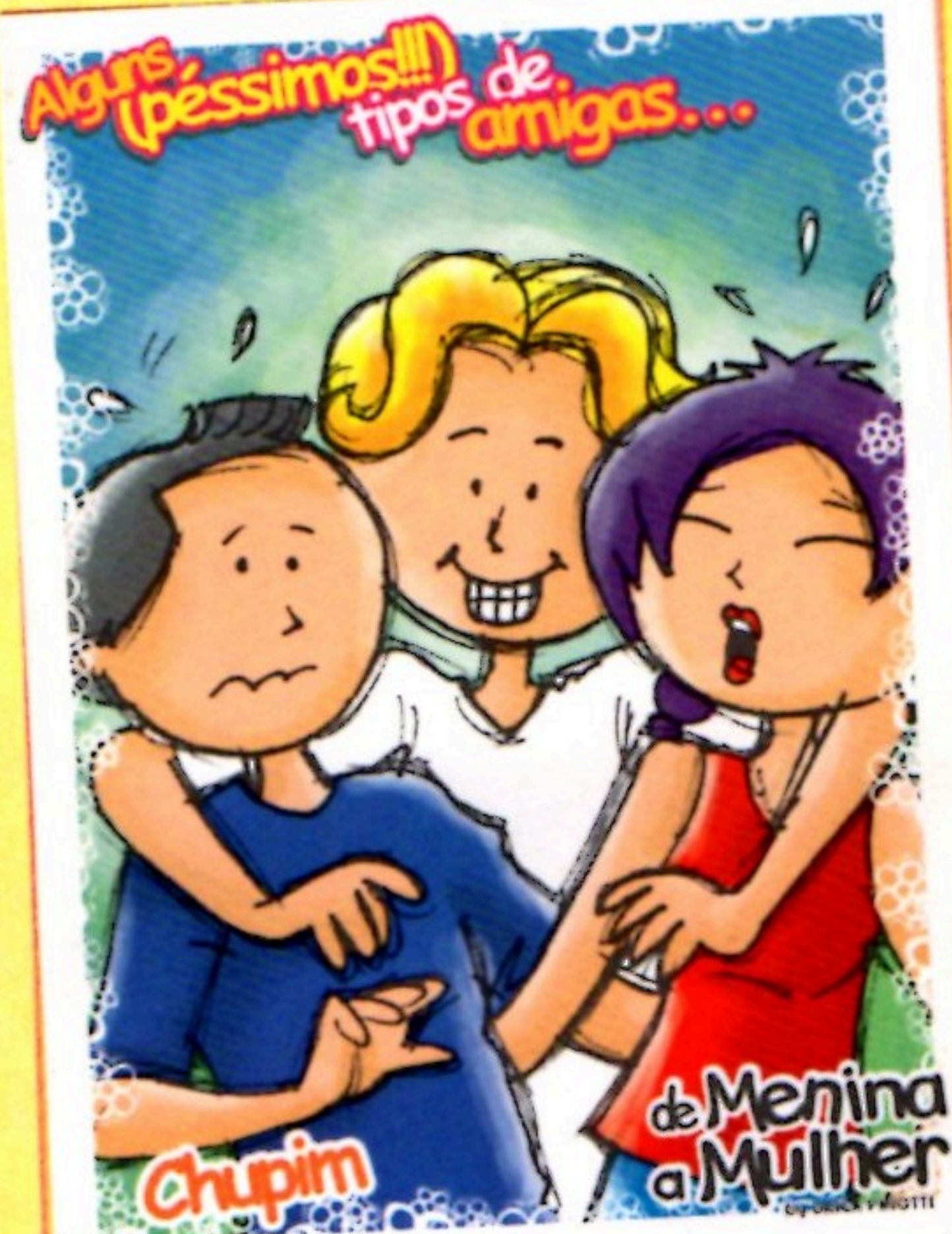
Ela não tem personalidade e adora imitá-la. Cuidado! Você já assistiu, aquele filme "Mulher solteira procura"?



Ela se acha vítima e perseguida por todos e vive pedindo elogios.



Alguns (péssimos!!!) tipos de amigas...



Adora copiar nossa lição. Vive pendurada em você na escola, não lhe deixa em paz nem pra namorar e está sempre precisando de uma roupinha emprestada. Essa não!!! Saia correndo desse tipo de amiga.



É a eterna carente. Adora ficar na sua casa, e não desgruda de você.

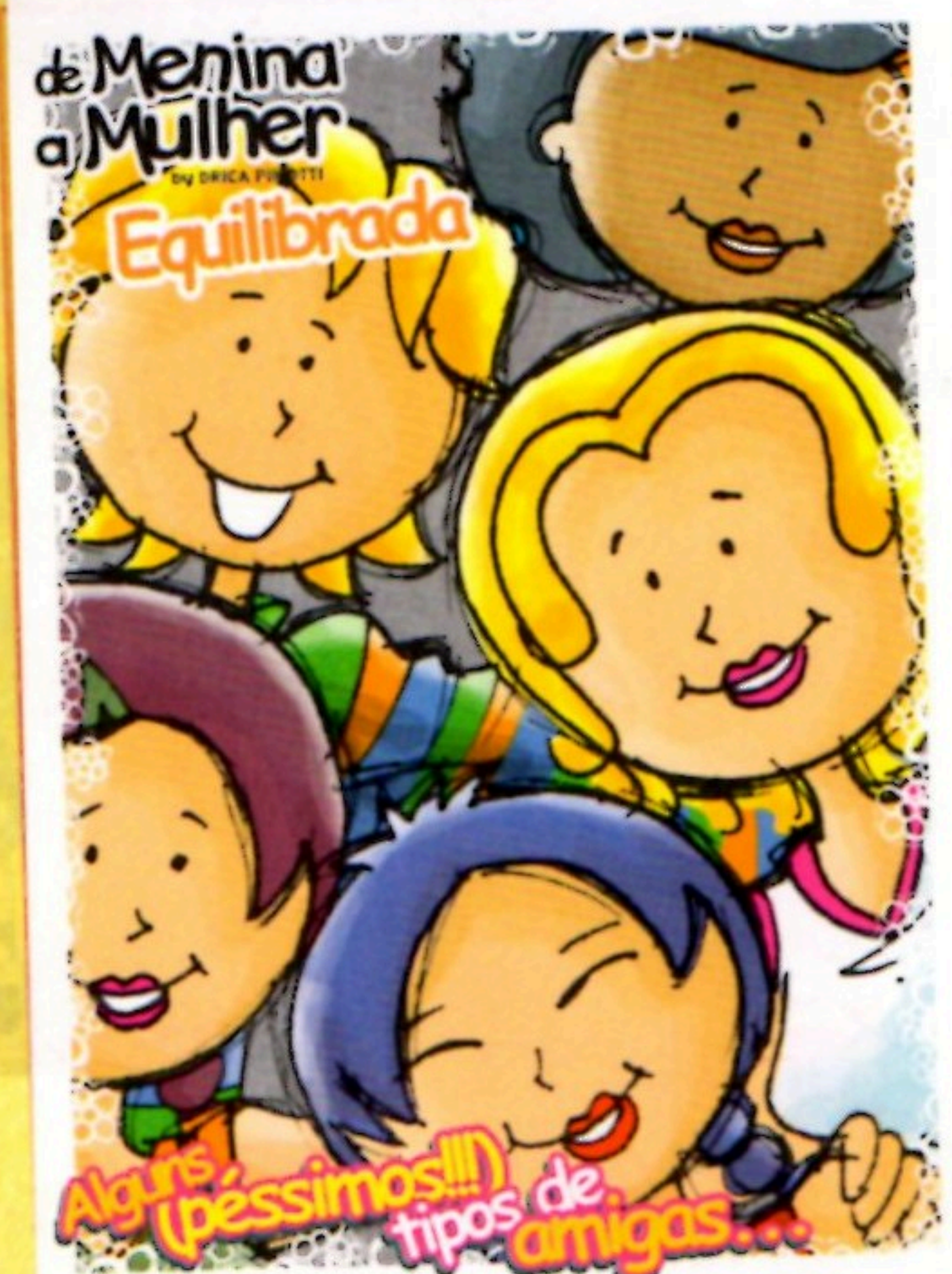


É a última que deve saber dos seus segredos... Ela é falsa e vive buscando um jeitinho de descobrir algo sobre você para publicar no jornal da escola.



Ela é "gente boa". Não chega a ser um tipo raro. Ela tenta ser madura, coloca-se no lugar dos outros e está sempre tentando entender o mundo. Ela tem senso de humor, é boa companhia, tenta ser amiga de todo mundo, dá atenção aos seus problemas e o melhor: de forma desinteressada. Preserve essa amizade!!!

O tipo de amiga que faz bem:

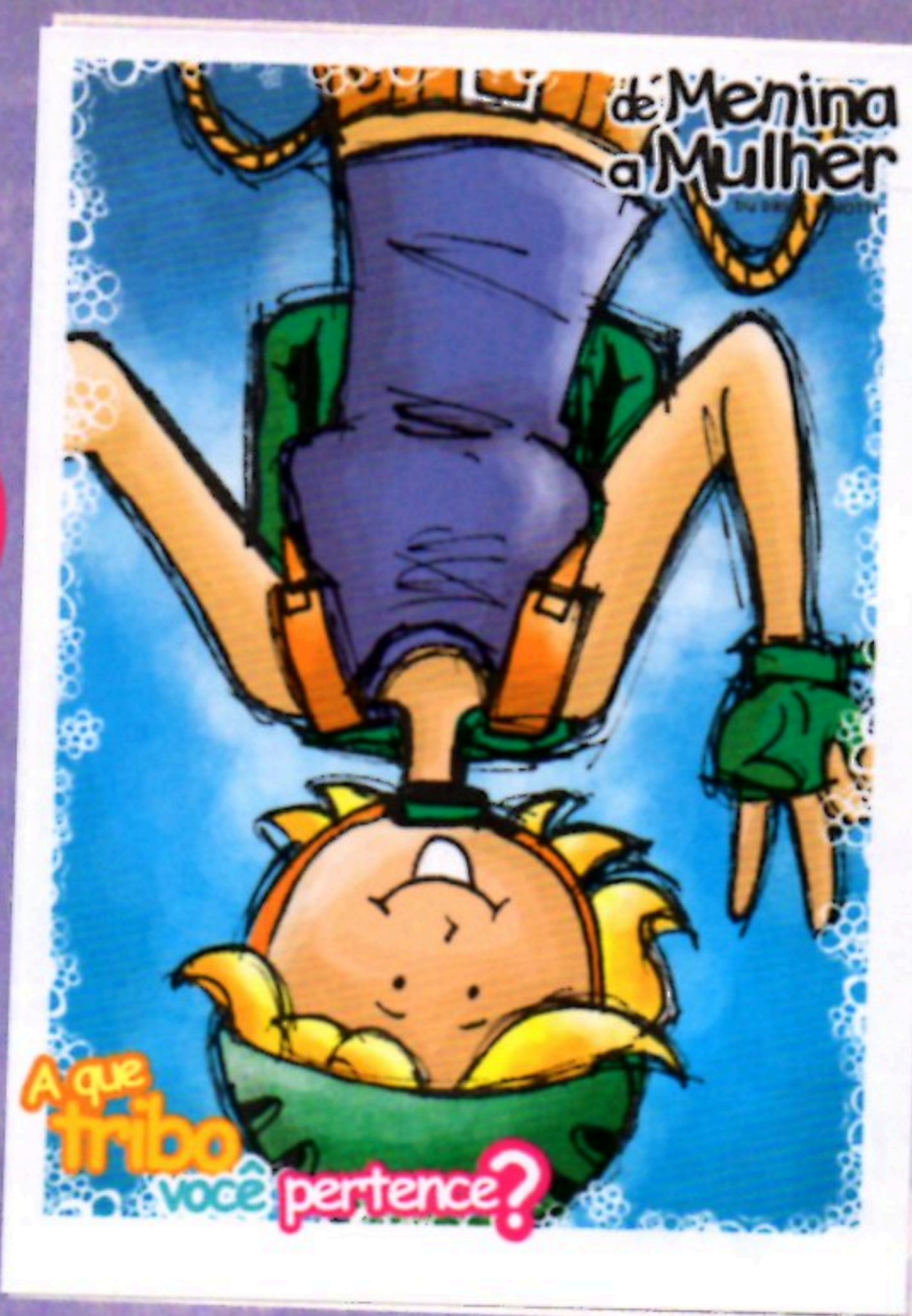


A que tribo você pertence?



Hippie anos 2000

Malhação ou
Geração Saúde



Punk

Clubber



Neo Dark ou Gótica





Intelectual

Metaleira



Surfista



Country



Patricinhas



Skatistas



a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Coxinha

110 Kcal

41 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Beijinho

270 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Sorvete Casquinha

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Chicle

19 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Cachorro quente completo

37 Kcal

733 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Refrigerante em Lata

136 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Suspiro

28 Kcal

a melhor **Dieta** de Menina a Mulher by BRICA PINOTTI

Tujuba



57 Kcal



580 Kcal



53 Kcal



a melhor Dieta

Alimentação é um assunto muito importante na fase em que você está. Você precisa comer bem e em boas quantidades para crescer forte e com todas as vitaminas e proteínas em equilíbrio, certo? Além disso, sua preocupação é não engordar? Pois é, aí que está o problema !!! Para comer tudo que é necessário para estar saudável e não engordar, você precisa manter uma dieta equilibrada e banir do seu cardápio tudo que só lhe trará calorias vazias, engordando sem nutrir (os salgadinhos) e alimentos padronizados que você come automaticamente sem perceber (fast-foods). Além disso, é necessário praticar exercícios físicos, é claro.

Mas fique por dentro das calorias dos alimentos que você adora. Eles não são proibidos para você, desde que os coma com cautela.

Profissões ...

Profissões ...



Administração



Design Gráfico

Profissões ...



Cinema e Vídeo



Artes Cênicas



Dança

Profissões ...





Marketing



Educação Física



Fotografia



Filosofia



Decoração



Jornalismo

Profissões ...



Medicina



Moda



Oceanografia



Música



Engenharias



É fácil completar sua coleção!

**Trocando os cromos repetidos com seus colegas
ou escrevendo para a Panini Brasil Ltda.**

Agora você já pode comprar as figurinhas faltantes das seguintes formas:

Preencha os números faltantes no folheto anexo ao álbum. Faça o pagamento em cheque nominal à **PANINI LTDA.**
Envie pelo correio para a Caixa Postal 210 - CEP 06455-972 - Barueri - SP. Se preferir, faça um depósito em qualquer
agência Bradesco com os seguintes dados: Banco (237) - Agência 3390-1, Conta Corrente 10977-0, em nome de
PANINI LTDA. Neste caso, você pode enviar o pedido pelo correio ou pelo fax (11) 4915-8989, ramais 122,132 ou 194.

Lembre-se: além de preencher o pedido com seu nome, endereço, CEP e data de nascimento, você deve enviar também o
comprovante de depósito.

Preço: R\$ 0,13 cada cromo + R\$ 4,00 para despesas de manuseio e postagem.

**Os pedidos estão limitados a 40 cromos por carta.
Serão atendidos os pedidos que chegarem até agosto de 2006.**

O livro Ilustrado



www.demeninaamulher.com.br

**É uma publicação da
Panini Brasil Ltda.**

Diretor-Presidente: José Eduardo Severo Martins

Diretor Administrativo e Financeiro: Roberto Augusto Bezerra

Gerente de Produção e Editorial: Ivam Ataíde Faria

Gerente de Distribuição e Marketing: Lúcio Flávio Baute

Assistente de Marketing: Laura Quaglia

PRODUÇÃO EXTERNA:

Coordenadora Editorial: Drica Pinotti

Coordenador Técnico: Lattin Media

Projeto Gráfico e Ilustrações: Estúdio HQEMFOCO

(Fabrício Sena, Line Sena, Daniel Esteves, Alex R., Wanderson S.)

**Visite nosso site:
www.panini.com.br**



PANINI BRASIL LTDA.

CNPJ 58.732.058/0001-00 - Inscrição Estadual 206.183.400.112

Atendimento: Al. Juari, 560 - CEP 06460-090

Centro Empresarial Tamboaré - Barueri - SP. Fone: 4195 8989

Todos os direitos reservados. Distribuído no país com exclusividade por
Fernando Chinaglia Distribuidora.

Participe do concurso cultural!

Escolha sua personagem preferida e a desenhe com uma roupinha bem bacana! As garotas que desenharem as roupas mais legais ganharão prêmios "De menina a Mulher". Você vai ficar fora dessa?



04 livros da série "De menina a mulher"
+ 01 bolsinha + 01 jogo + 01 caderno de
enquete + 02 cadernos.
Do 1º ao 30º colocado.



03 livros da coleção "Cinco coisas..."
+ 01 bolsinha + 01 jogo + 01 caderno
de enquete + 02 cadernos.
Do 31º ao 50º colocado.



01 jogo + 02 cadernos.
Do 51º ao 90º colocado.

02 cadernos.
Do 91º ao 120º colocado.



**De Menina
a Mulher**
by DRICA PINOTTI

www.demeninadamulher.com.br

Os prêmios mostrados neste anúncio são meramente ilustrativos.

credeal

Alegro

PANINI

BRINQUEDOS
Algazarra

STREET bag
Bolsas Promocionais