

ANA CRISTINA AVILA  
HELEN BIGARELLI



*Cores*

VIVER | SENTIR | VESTIR

# COMO TUDO COMEÇOU

Tudo começou por causa das CORES!

Se conheceram, mais precisamente, no dia 23 de janeiro de 2020, em uma palestra da Ana Cris na loja Artefacto, em Curitiba, sobre "Tendência das cores no Brasil e no mundo para 2020", quando também falou sobre arquitetura da felicidade e o poder das cores em nosso habitar e tudo que ela pode nos proporcionar de positivo. Na ocasião, Helen estava lá prestigiando o evento e, como sempre, observando as cores.

A sintonia foi imediata, pois quem ama e trabalha com cores se conecta facilmente. Em uma breve conversa, já foi acordado que se encontrariam para interagir mais sobre este assunto.

Alguns dias depois da palestra, Ana Cris realizou a coloração pessoal com a Helen, afinal, o prestígio foi recíproco. Com a realização de mais de um encontro, nasceu uma amizade.

Afinidade não só nas cores, mas por terem o mesmo objetivo: transformar a vida das pessoas através das cores, seja em suas casas ou em seu estilo de viver e vestir.

Entre uma garfada de um delicioso bolo e um gole de café, Ana Cris propõem:

"Que tal escrevermos um E-book sobre: Cores! Viver, Sentir e Vestir?"

E assim, de momentos de felicidade, nasceu este primeiro E-book.



# ANA CRISTINA AVILA



*Ana Cristina Avila é uma mulher apaixonada por cores!*

Formada em arquitetura e urbanismo pela Universidade Tuiuti do Paraná, em 2003, atua no mercado de arquitetura de interiores residencial e corporativo desde sua formação. Com mais de 17 anos no mercado, aplicando o conceito de arquitetura da felicidade, leva cores com fundamento e espiritualidade, para que, através desta vibração a alegria esteja presente na vida de seus clientes.

Em 2006, se formou em fotografia, pelo Centro Europeu, pois a paixão por composições, cores, luz e sombra já era grande. Traz em sua história alguns concursos de fotografia, onde pode mostrar um pouco do seu olhar e percepção de composição, o que lhe rendeu alguns prêmios. A emoção da cor já estava presente e, a partir daí, com mais técnica para apreciá-la.

Desde 2016, participa efetivamente do mundo profissional das cores, representando o Comitê Brasileiro de Cores em Curitiba, sendo membro do Pro-Cor do Brasil e participando das pesquisas de tendências de cores mundiais no Color Marketing Group®.

Já realizou palestras sobre cores em diversas empresas do segmento de arquitetura e decoração, como na High Design SP, na Sherwin Willians, em Recife, e na ShawContact, entre outras.

# HELEN BIGARELLI

Imagine uma menina com cinco anos de idade ir eufórica para a frente do espelho e passar um batom de COR vermelha e depois ficar horas sem falar, só para não sair aquele brilho.

Esse fascínio pela maquiagem, roupas e cores a acompanhou pela vida, inclusive durante os cursos de Especialização em Marketing, pela FAE, e MBA em negócios, pelo IBMEC, na gerência de lojas conceituadas e na supervisão comercial e visual merchandising na C&A. Nessa trajetória, as amigas sempre lhe pediam dicas de moda. Um dia, alguém muito especial em sua vida perguntou-lhe: "E se tempo e dinheiro não fosse um problema, o que você estaria fazendo hoje?" De pronto, a imagem daquela menina na frente do espelho lhe veio e uma sensação de euforia lhe tomou conta.

Em 2019, Helen tomou a decisão inevitável de seguir a sua vocação. Formou-se pelo renomado Centro Europeu em Consultoria de Imagem. Em Curitiba, especializou-se em CORES pelo Studio Immagine (referência mundial em coloração pessoal) e criou a sua própria empresa de Consultoria de Imagem, Estilo e Comportamento.

Hoje, a sua missão é valorizar a identidade de cada mulher por meio de um serviço completo, personalizado e transformador. Também faz palestras e workshops para Imagem Corporativa em empresas e no varejo. Para Helen, a moda vai muito além do vestir. É sobre demonstrar sua personalidade; sobre manifestar um ideal; sobre se autoconhecer e valorizar a beleza; sobre ousar e expressar quem você é. Seu trabalho já impactou positivamente a vida de várias mulheres e empresas.





# Cores

- Como usá-la?
- Quais são as suas cores?
- Que cor tem a sua casa?
- Qual energia das cores você precisa?
- O que o seu vestir e morar diz sobre você?

# A ROUPA QUE HABITO

Antes de pensar em como usar ou vestir cores, ou que tonalidade deve ter a minha casa ou empresa, é preciso saber qual o objetivo que temos para atingir.

Todos os ambientes devem ter a sua identidade, as suas referências e o seu DNA. A sua imagem, seu estilo e seu comportamento devem sempre valorizar o seu DNA e representar verdadeiramente a sua essência interior.

O local que você habita é o santuário da sua alma. A roupa escolhida é como você vestirá a sua alma.

A roupa que habito! Viver, sentir e vestir em Cores! Viver, sentir e vestir são necessidades básicas que se completam e que traduzem muito do que somos.

E para que estas necessidades sejam atendidas com estilo, design, funcionalidade e muita harmonia, existe um elemento essencial a ser considerado: A COR!

A cor é vibração, a cor é emoção, a cor é vida. Entender as suas tonalidades, as que valorizam a sua imagem, qual a melhor escolha para vestir a sua casa, qual retrata melhor o objetivo da sua empresa, é primordial para o seu sucesso.

***"A vida é feita de cores.  
Escolha sempre a melhor tonalidade para  
colorir a sua vida e alegrar a sua alma."***

Ana Cristina Avila



# COR É EMOÇÃO

A vida é feita de emoções.

São as emoções que nos movem todos os dias para fazer ou não fazer um projeto, tomar ou não uma decisão, são elas que nos movem.

Quando estamos felizes é muito mais fácil escolhermos cores, ao contrário de quando estamos tristes, que existe uma tendência de escurecermos as cores ou acinzentá-las. Isso está ligado a energia emanada por cada cor e a sintonia que ela encontra com você.

Qual emoção você pretende passar com a sua imagem e com a sua casa?

Você já parou para pensar que podemos trabalhar com a cor para trazer exatamente aquilo que buscamos, ao invés de escolher somente a nossa preferida? A sua cor preferida é mesmo a mais adequada?

Todas elas podem estar alinhadas com os nossos objetivos? Sim! As cores devem estar sempre alinhadas com o seu objetivo.

Observe com carinho e entenda o que cada cor pode e deve transmitir. Tenha emoções positivas para conquistar uma vida equilibrada e de muito sucesso.

Está com dúvida?

A Ana Cris poderá te ajudar no seu habitar familiar e empresarial, e a Helen a te deixar ainda mais incrível.



# ARQUITETURA X MODA

Já é provado que a cor possui uma forte influência sobre as impressões e percepções das pessoas, sendo capaz até mesmo de alterar o estado de espírito de um indivíduo. A espiritualidade nas cores ajuda muito a trazer esse conforto e bem estar na arquitetura.

Na arquitetura, cores são uma excelente ferramenta para trazer personalidade a um ambiente e, por isso, a escolha deve ser feita de acordo com o seu perfil cromático, depois de uma avaliação especializada, já que as cores podem realmente interferir de maneira expressiva nas sensações.

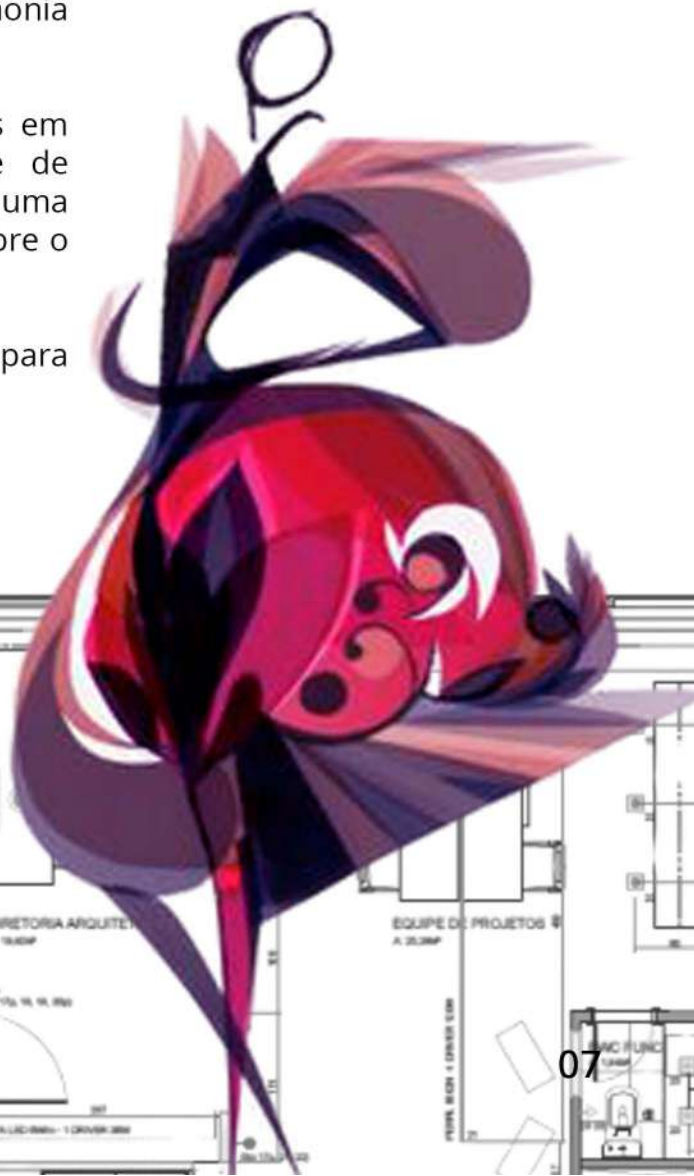
Na moda funciona da mesma maneira, como já dizia nossa querida Coco Chanel:

*“Moda é arquitetura. É uma questão de proporções”.*

Sabidamente, Coco Chanel já observava a arquitetura e a composição de suas obras. Podemos acrescentar nas questões de proporção o perfil cromático e a harmonia entre estampas e texturas.

Arquitetura e moda são atividades fundamentadas em composições e formam um conjunto resultante de proporção, equilíbrio e contraste, que podem enviar uma mesma mensagem, seja ela sobre seu habitar ou sobre o seu modo de vestir.

Aí está a importância de um trabalho especializado para um resultado perfeito da sua imagem.





# VIVER SENTIR VESTIR

Viver, sentir e vestir são necessidades básicas que se completam e que traduzem muito do que somos. E, para que estas necessidades sejam atendidas com estilo, design, funcionalidade e muita harmonia, existe um elemento essencial a ser considerado: **A COR!**

*Que delícia poder sentir as cores com a mesma harmonia em todos os aspectos da vida. Não é mesmo?*

*Hoje, as cores da sua casa refletem a sua identidade e o que costuma vestir?*

*Vamos mostrar que algumas cores que são naturalmente usadas no vestir podem estar presentes em seu habitar e no seu viver.*

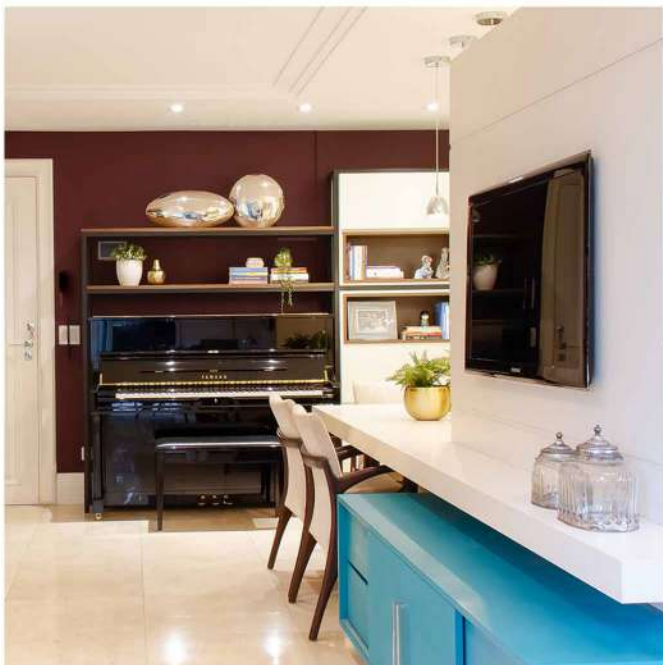




@avilaarquitectura

Dias de inverno trazem cores profundas e de grande intensidade no look marrom frio com ponto de cor no acessório.

### PALETA: INVERNO



Os materiais nobres e tom leves foram unidos ao aconchego dos tons fortes.

### PERFIL CROMÁTICO



## PALETA: INVERNO



Look como uma noite escura contrastando com o brilho das estrelas.



@avilaarquitectura



Ambientes com a elegância do preto e branco trazem aqui o clássico com modernidade.

## PERFIL CROMÁTICO



## PERFIL CROMÁTICO

Suntuoso e com o poder do preto, acolhe em pontos especiais o espiritual azul Tiffany.



@avilaarquitectura



Fluidez, movimento e diversidade em cores fortes.

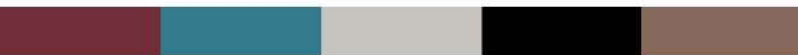
**PALETA: INVERNO**



*"Saber dizer que cor se gosta é saber dizer estou vivo."*  
Leoncio Spencer Pedrosa



## PERFIL CROMÁTICO



A composição de cinco cores trouxe dinamismo e personalidade para o este home office.



PALETA: INVERNO

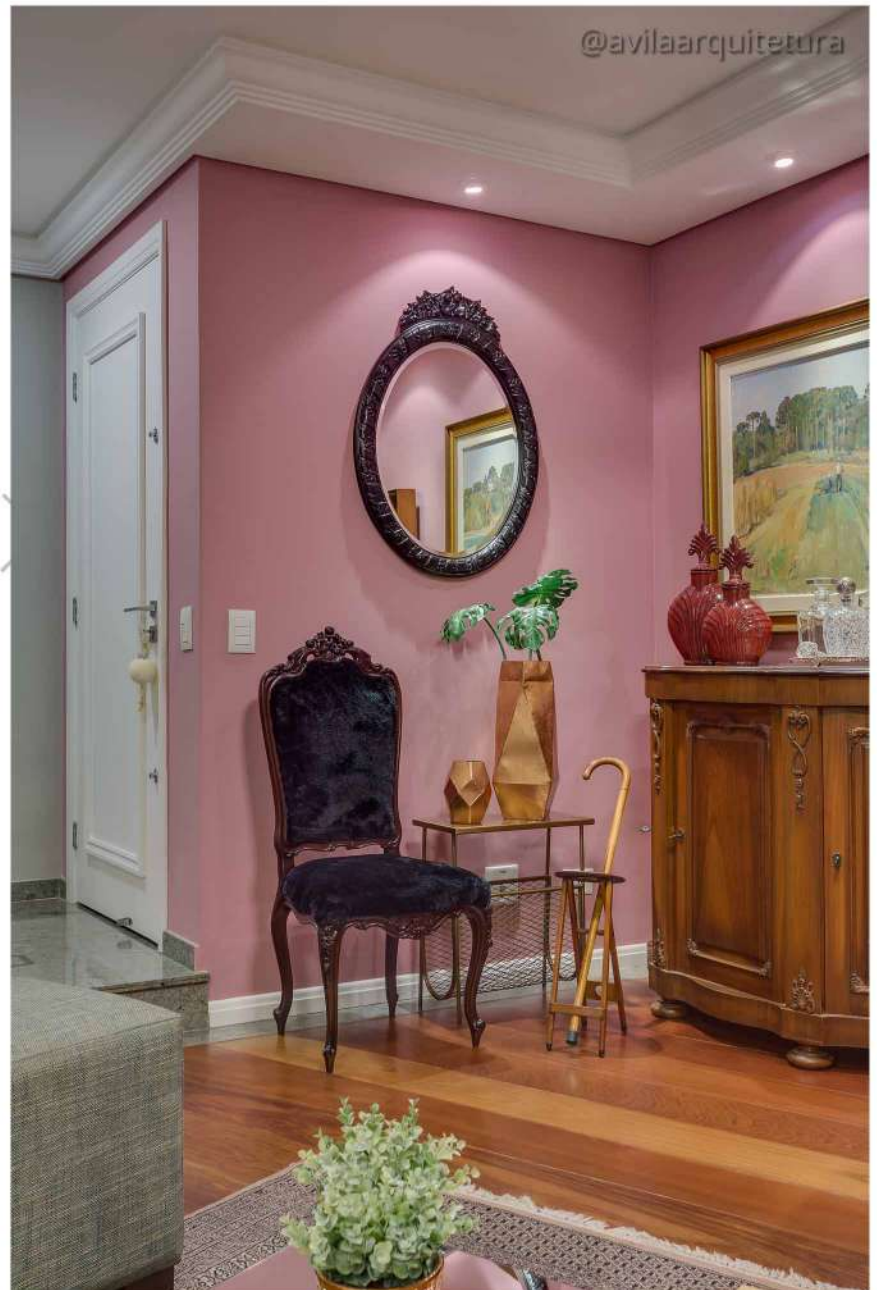
Look monocromático como uma boa taça de vinho no inverno.





**PALETA: INVERNO**

Tons frios , contraste equilibrado e profundidade sofisticada.



Cadeira e espelhos pretos ganham o rosa das paredes, que abraça a família com amor.

**PERFIL CROMÁTICO**



*"Aonde quer que eu vá, serei cor."*  
Helen Bigarelli



## PALETA: INVERNO

P&B clássico com saturação sofisticada.



## PERFIL CROMÁTICO



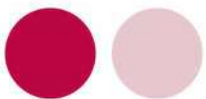
O brilho do clássico, com a justiça do preto, compõe este sóbrio lavabo.

*"Moda é arquitetura. É uma questão de proporções".*  
Coco Chanel

## PERFIL CROMÁTICO



O aconchego está na composição dos elementos.  
Os painéis em veludo cinza ganham vida com a emanção amorosa do rosa.



### PALETA: VERÃO

Cores da cartela de verão, não necessariamente tão claras, dando acessibilidade a imagem transmitida pelo look.

*"A cor demonstra que é possível ver um mundo mais feliz."*  
Leôncio Spencer Pedrosa







## PALETA: VERÃO

Elegância nas cores claras e suaves.  
Baixo contraste e alto refinamento.



Romântico e sofisticado para o relaxar diário.  
Aqui nunca faltará amor e acolhimento!

## PERFIL CROMÁTICO





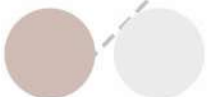
Mármore retro iluminado é a representação do refinamento.

### PERFIL CROMÁTICO



Rosas e nudes se entrelaçam suavemente.

### PALETA: VERÃO



## PERFIL CROMÁTICO



O movimento com as formas e a união de várias cores, que foi composta de forma ousada e elegante para essa suíte.



Tons frios, suaves e acinzentados com baixo contraste de cores.

## PALETA: VERÃO



## PALETA: VERÃO



Cinzas e azuis se misturam na nobre paleta de verão suave.

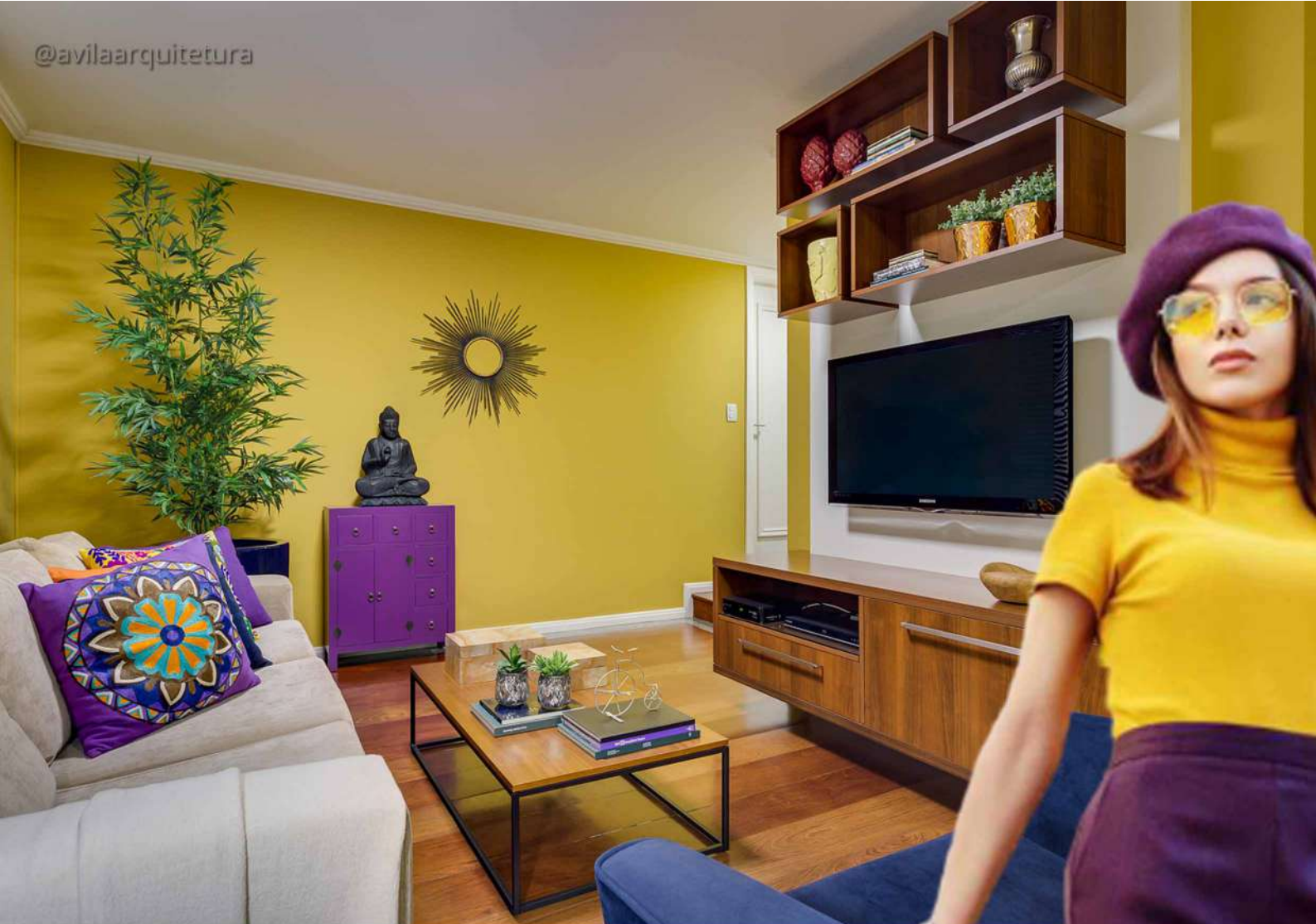


O cinza sempre agrada e traz muita versatilidade.

Para agregar valor e ficar perfeito, um percentual pequeno de azul Tiffany.

## PERFIL CROMÁTICO





## PERFIL CROMÁTICO



Cor é vida!  
E o amarelo do sol é ter dentro de casa a luz divina todos os dias.

*O nosso corpo é o nosso primeiro lar. As roupas, o segundo. E a casa, o terceiro, mas não menos importante. Usamos todos estes elementos para expressar nossa personalidade e comunicar uma mensagem. Basta olhar para como alguém trata seu corpo, as cores que ela escolhe para vestir e a decoração do seu lar para entender um pouco aquela pessoa.*

Luciana Ulrich- Studio Imagine

PALETA: PRIMAVERA



Explosão de cores e energia compõem esta personalidade vibrante.



## PERFIL CROMÁTICO



Funcionalidade do neutro e um toque de cor é o que vemos nesse ambiente.  
Harmonia atemporal com vida e criatividade.

## PALETA: PRIMAVERA



Luminosidade vibrante que demonstra como é simples unir o branco com personalidade.

## PERFIL CROMÁTICO



Um ambiente alegre e quente para reunir a família e os amigos com muito estilo.



## PALETA: PRIMAVERA



Sabedoria de mostrar a fluidez,  
a ousadia e a alegria da primavera.

## PERFIL CROMÁTICO



Cores com harmonia sempre trazem diversão, sem perder a elegância.



PALETA: PRIMAVERA



Divertido e saindo do óbvio, sem perder a harmonia.



## PERFIL CROMÁTICO



Alegria, dinamismo e muita sabedoria para uma empresa de tecnologia. Modernidade e vida para todos os dias.

*Um novo Olhar...*

*"Usar a criatividade nas cores, é um novo olhar para uma nova trajetória de sucesso para sua vida." Ana Cristina Avila*



### PALETA: PRIMAVERA

Beleza da primavera, com as cores que repetem as flores da natureza.



## PERFIL CROMÁTICO



Integração e neutralidade ganham a sabedoria e dinamismo do laranja.



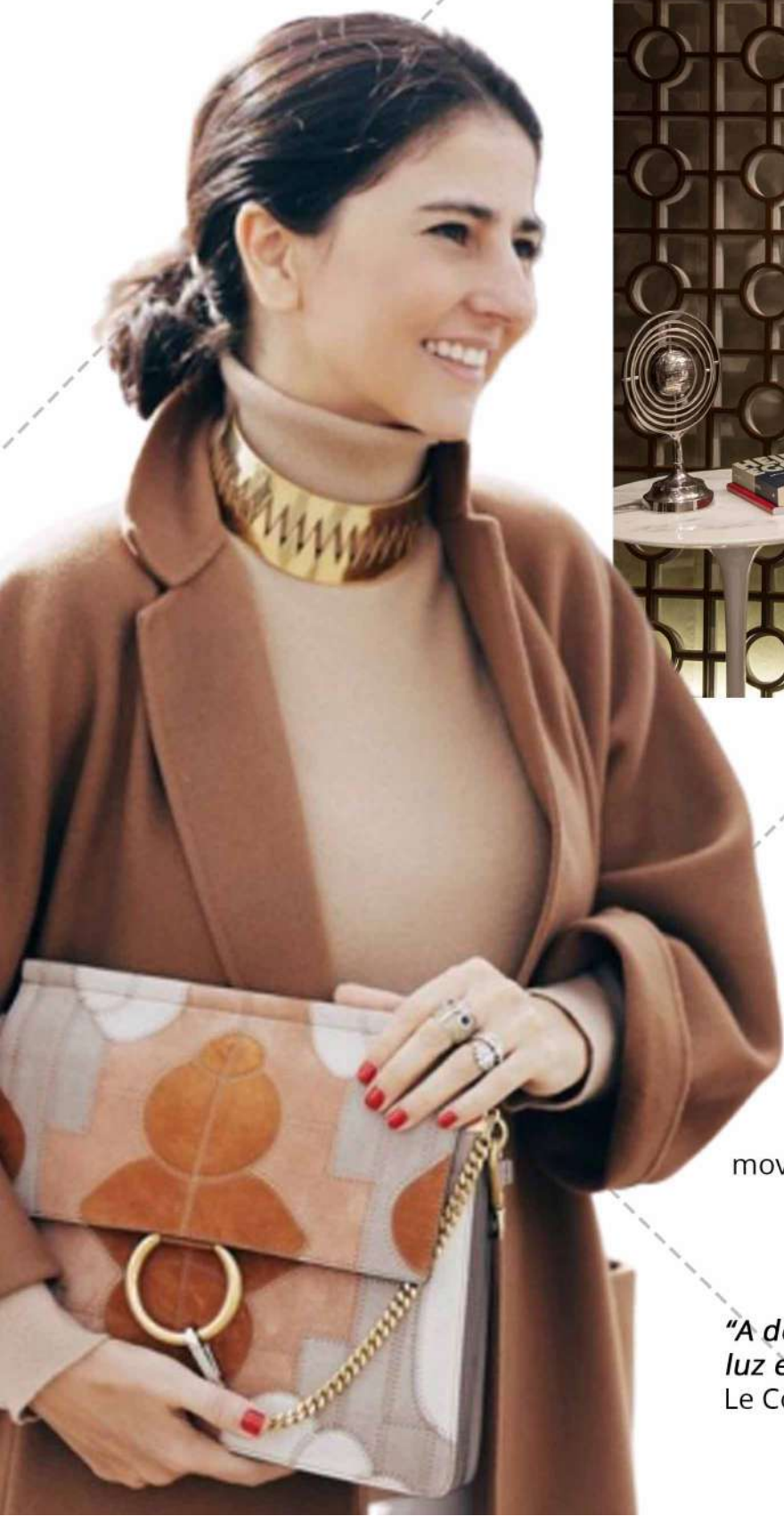
## PALETA: OUTONO

Dinamismo em tons de bege e laranja seco como um dia esmaecido de outono.



## PALETA: OUTONO

Tons neutros misturados com muito estilo.



## PERFIL CROMÁTICO



Os tons neutros ganharam charme e movimento através da textura dos desenhos personalizados.

*"A decoração de interiores é um reflexo da luz e da cor bem usadas."*

Le Corbusier.



@avilaarquitectura

## PERFIL CROMÁTICO



Cor é vida! Montanhas coloridas inspiram este ambiente e nos mostram o poder que a cor tem de transformar o básico e neutro com refinamento e elegância.

## PALETA: OUTONO



Um bom look monocromático de um azul quente é um truque de estilo, composto de fluidez e elegância.

*"A cor é a expressão da alma e o movimento da luz. Cor é Vida e emoção."*  
Ana Cristina Avila



**É com muita alegria que levamos cores e felicidades para você  
VIVER, SENTIR E VESTIR EM CORES!**

Nosso sincero e carinhoso **MUITO OBRIGADA** para todos que estiveram conosco para realização deste trabalho incrível. Em especial, aos nossos maridos e companheiros de vida, Leôncio Spencer Pedrosa e Luiz Bigarelli, filhos, familiares que estão sempre conosco nessa jornada linda de cores.





ANA CRISTINA AVILA  
arquitetura + interiores

@avilaarquitetura 41 99911-9028  
Visconde de Guarapuava, 4628 - Sala 1006  
Curitiba - PR Cep 80240-010



**HELEN BIGARELLI**  
CONSULTORIA DE IMAGEM

@helenbigarelli 41 99737-5000

# CRÉDITOS

## PÁGINA 01

Foto: Fotógrafa Lucy Lima

## PÁGINA 02

Foto: Fotógrafa Lucy Lima

## PÁGINA 03

Foto: Fotógrafa Lucy Lima

## PÁGINA 04

Foto: <https://www.madeiramadeira.com.br/tapete-redondo-wevans-degrade-de-cores-94cm-1851284.html>

## PÁGINA 05

Foto: <https://edu.glogster.com/glog/skyline/2m9kxpsrsod> | <https://www.kpbs.org/news/2020/may/08/students-call-college-that-got-millions-in/>

## PÁGINA 06

Foto: <https://www.pinterest.ca/pin/471963235935485658/>

Foto: <https://www.pinterest.ca/pin/846958273664035107/>

## PÁGINA 07

Foto: <http://capturingthe7.blogspot.com/2010/01/tobie-giddio-illustrator.html>

## PÁGINA 08:

Foto Look: <https://jayneweddingsblog.wordpress.com/2019/05/23/spring-style-guide/>

## PÁGINA 09

Foto Look: <https://pin.it/1InRaNt>

Foto Ambiente: Fotógrafa: Ana Gabriela Amorim

## PÁGINA 10

Foto Look Branco: <https://shesheshow.com/2018/05/10/our-best-and-worst-dressed-met-gala-2018/>

Foto Look Preto: <https://images.app.goo.gl/re69w7QQFmgwwo0Q7>

Foto Ambiente: Fotógrafo Marcelo Stammer

## PÁGINA 11

Foto Look: <https://www.bianza.com.br/produto/blusa-canelada-punhos-solto/>

Foto Ambiente: Fotógrafo: Marcelo Stammer

## PÁGINA 12

Foto Look: <https://tr.pinterest.com/pin/393572454937074427/>

Foto Ambiente: Fotógrafo: Nenad Radovanovic

## PÁGINA 13

Foto Look: <https://br.pinterest.com/pin/515380751093240007/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 14

Foto Look: <http://istemodabu.com/pronovias-elbise-modelleri-2016/en-guzel-pronovias-elbise-modelleri/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 15

Foto Look: <https://girlsonthehighstreet.wordpress.com/2016/05/14/hot-colour-combo-pink-and-red/knitted-pink-top-dark-red-skirt/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 16

Foto Look: <http://fashioncoulture.com.br/look-keds-rose/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 17

Foto Look: <https://images.app.goo.gl/bZsE1CMaBosNxs3dA>

Foto Ambiente: Fotógrafo: Nenad Radovanovic

## PÁGINA 18

Foto Look: <https://pin.it/4QOJBA2>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 19

Foto Look: <https://www.pinterest.com/pin/835980749565401914/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 20

Foto Look: <https://www.sitebebezaemoda.com.br/looks-com-mix-de-cores/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 21

Foto Look: <https://www.pinterest.com.mx/pin/754704850028914520/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 22

Foto Look: <https://br.pinterest.com/pin/124623114673544819/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 23

Foto Look: <http://vanessajackman.blogspot.com/2012/02/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 24

Foto Look: <https://br.pinterest.com/pin/44824896157523045/>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 25

Foto Look: <https://gramho.com/explore-hashtag/silviabraz>

Foto Ambiente: Fotógrafo Nenad Radovanovic

## PÁGINA 26

Foto Look: <https://images.app.goo.gl/8YuxgBY5VZ9h9VD37>

Foto Ambiente: Fotógrafa Carol Sábio

## PÁGINA 27

Foto Look: Fotógrafo Gerson Lima

Foto Ambiente: Fotógrafo Gerson Lima

## PÁGINA 28

Foto Look: Fotógrafa Lucy Lima

EDIÇÃO: **EIGHTOCT**   
@eightoct 81. 99838-5772