

O maior portal de comunicação da Barra



A Folha do Bosque

Ano XXV - Nº 306 - Novembro de 2023

25
anos



SEM VERGONHA

Curso de teatro para stories do Instagram!

A dose de coragem que faltava para você botar a cara na Internet e divulgar o seu negócio nas redes sociais

A Folha do Bosque

O maior portal de comunicação da Barra



@afolhadobosque



/afolhadobosque

SITE:

afolhadobosque.com.br



Versão impressa distribuída diretamente nos escaninhos



99274-3202
99914-4222

Expediente

Editor: Luiz Neto.

Direção de marketing:

Marta de Souza.

Repórteres:

Marcela Prado, Flávia Loureiro,

Lúcio Soares, Marcelo Alaerte.

e-mail: folhadobosque@gmail.com

Endereço: Rua Jornalista Henrique Cordeiro, nº 70, bloco I, 1406

Os artigos publicados são de inteira responsabilidade dos seus autores e não refletem, necessariamente, a opinião do jornal.

PROTEKTO

SOLUÇÕES RESIDENCIAIS

AQUI A HONESTIDADE NÃO É VIRTUDE. É PRÉ-REQUISITO.

HIDRÁULICA - ELÉTRICA - MARCENARIA
PINTURA - PISOS VIDRAÇARIA - DRYWALL
GESSO - PEQUENAS OBRAS CIVIS

(21) 97650-6860

VENDO SEU IMÓVEL AGORA!

Me chamo Glauce Rocha,
SOU CORRETORA
e moro na Barra da Tijuca
HÁ MAIS DE 30 ANOS.

CHAMA NO ZAP

99487-9924

@barramares_imoveis www.barramaresimoveis.com.br

EDITORIAL

Você anda precisando de uma dose extra de motivação e coragem para divulgar seu negócio nas redes sociais? Tem dificuldade de botar a cara e conversar com seus clientes através das mídias digitais? Sente vergonha de falar para o seu público? As aulas de teatro do professor Diego Braga, que acontecem no Barra Space Center, podem te ajudar. Confere na página 4.

A Freira do Bosque



Personagem dos vídeos da Folha do Bosque realizados no Oktoberfest do Downtown, a Freira do Bosque fez o maior sucesso com o público do evento. Crianças e adultos pediam para tirar uma foto com a personagem, que também quebrou recordes de visualizações no Instagram @afolhadobosque

Acidente

Acidentes com carros e motos vem se tornando cada vez mais comum nas pistas do BRT. Na noite de terça-feira, 07 de novembro, um trágico acidente tirou a vida do Agente Gustavo Ribeiro, do Programa Segurança Presente.

O policial estava na garupa de uma moto com outro militar, que entrou na pista exclusiva do BRT, na Avenida das Américas, altura do nº 6101 (sentido Recreio), próximo à estação BRT Bosque da Barra.

EXTENSIVO 2024



Gabari **TÔ** curso

Matrículas Abertas

ENEM, MEDICINA, UERJ e PUC

- ✓ Material exclusivo
- ✓ Professores experientes
- ✓ Preparação para provas

Garanta sua vaga!



@cursogabarito.official

#tôcomfabão



(21) 99575-2022



Extensivo 2024



Material Exclusivo



Barra Prime - Rua Afonso
Arinos de Melo Franco,
222 - BL2A - Saia 228



PROTEKTO - AUTO SERVICES -

- ✓ Estética automotiva
- ✓ Pequenos reparos
- ✓ Recuperação de vidros blindados
- ✓ Mecânica / Troca de óleo
- ✓ Diagnóstico de problemas por scanner
- ✓ Central Multimídia
- ✓ Farol de milha / Sensor de ré
- ✓ Calha de chuva / Centralina vidros



**OFICINA
MECÂNICA
NA BARRA
COM PREÇO
DE SUBÚRBIO**

Avenida Olegário Maciel, 531.
Seaside Corporate
No estacionamento - subsolo
Seg. a sexta: 8h às 17h

WhatsApp
97650-6860
3807-4924

PROTEKTO
- AUTO SERVICES -



O professor de teatro, Diego Braga

Um teatro necessário

Aulas trabalham até a dificuldade das pessoas de aparecer nos stories do Instagram

As aulas de teatro, nos dias de hoje, ganharam uma importância ainda maior. Quando gravar vídeos de si mesmo passou a ser primordial para alavancar qualquer trabalho, a velha dificuldade de comunicação de muitas pessoas se tornou uma inimiga ainda mais indesejável. Atento a essa demanda, o professor de teatro Diego Braga, em suas aulas que acontecem na Barra da Tijuca, exercita até a dificuldade que algumas pessoas apresentam em aparecer nos inovadores stories do Instagram.

“Trabalhamos muito a autoconfiança. Muitas pessoas não acreditam no que elas têm de

diferente. E que é o bom. Todo mundo tem algo especial, a pessoa precisa saber explorar isso”, explica o professor, lembrando também que exercita bastante a melhora na oratória com as suas turmas.

Formado pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, há 15 anos Diego atua no mercado como educador e professor de teatro em escolas, cursos e academias. Agora, ele está iniciando novas turmas de teatro para diversas faixas etárias, na Barra da Tijuca.

“O teatro favorece o desenvolvimento humano nas mais variadas idades. As aulas desenvolvem a capacidade de comunicação, estimulam a autonomia, integração com o grupo, além de expressividade corporal e vocal”, comenta Diego, que atuou em espaços de dança com aulas de interpretação para bailarinos.

“Muitas vezes são ótimos dançarinos, mas não trabalham a interpretação e ficam deficientes nesse quesito”.

As aulas acontecem às quartas-feiras, no Barra Space Center, sala 1.012. Endereço: Avenida das Américas 1155.

Turmas todas as quartas-feiras. Às 14h, para crianças de 06 a 11 anos. Às 17h, para adolescentes de 12 a 17 anos. E às 19h30, para adultos, a partir de 18 anos.

Leitores da Folha do Bosque têm desconto de 10% nas mensalidades.

Agende uma aula experimental gratuita e tire suas dúvidas pelo **Whatsapp 21 99792-3859**.

Melhor preço da Barra!

Conheça mais o trabalho do Diego Braga através do seu perfil no Instagram: **@diegobragaator**

Home & Office

BARRA PRIME

AGORA VOCÊ TEM UM PONTO DE COLETA CORREIOS PERTINHO DE VOCÊ!



TUDO QUE VOCÊ PRECISA PARA SEU LAR, SUA FESTA, SEU ESCRITÓRIO ENTRE OUTRAS PRESTAÇÕES DE SERVIÇOS!

(21) 3518-1943

(21) 99214-0931

imprimirhno@gmail.com

[loja.hno](https://www.instagram.com/loja.hno)

Afonso Arinos de Melo Franco, 222 - Barra da tijuca



PINGA PRIME

CACHAÇAS ARTESANAIS

Um presente que
agrada e surpreende



CACHAÇA
ALQUIMIA
GOGÓ DA EMA 750 ML

CACHAÇA
PINOCOS
BLEND 750 ML

CACHAÇA WEBER
HAUS EXTRA
PREMIUM 750ML

Temos mais de **300** rótulos de cachaças artesanais premiadas no Brasil, Estados Unidos e Europa, produzida nos melhores alambiques em todo o Brasil.

Uma excelente opção para presentear com imaginação e bom gosto



COMPRE PELO ZAP
ENTREGUE POR MOTOBOY



(21) 96935-5333

www.lojapingaprime.com.br

BARRA DA TIJUCA

Shopping Città América
loja 217 H (2508)
Av. das Américas, 700

Terça a sexta:
das 10:30 às 19:00 h
Sábado: das 10:30 às 17:00h

COPACABANA

Shopping Cassino Atlântico
Avenida Atlântica, 4220
das 12:00 às 20:00 horas.

Roteiro Natalino



Tiago, com sua família, na inauguração da árvore do BarraShopping

BARRASHOPPING

Queima de fogos de artifício, aos sábados, dias 25/11 e 02/12, no horário de acendimento da árvore, às 18h.

Na Praça de Eventos, a Estação Papai Noel oferece uma experiência imersiva em um vagão de trem, onde painéis de LED simulam uma viagem natalina. Para participar do passeio é necessário inscrição pelo app Multi. O espaço conta ainda com diversos cenários para fotos e vídeos.

O bom velhinho fica disponível para fotos e para atender os pedidos dos pequenos e grandes visitantes. Para os donos de pets, o espaço abriga ainda um trono destinado aos bichinhos.

NEW YORK CITY CENTER

“Estação dos Sonhos”, com contação de histórias para os pequenos em um lindo cenário. Personagens com figurinos exclusivos passeiam pelos corredores em pernas de pau, realizando acrobacias, fantasiados de duendes e renas. Tem também apresentações musicais nos corredores.

VIA PARQUE

Mega tobogã, que passa por dentro da tradicional árvore de Natal com 12 metros de altura. Além disso, tem escorrega em espiral que desce do 2º piso direto para uma piscina de espumas; um redário aéreo onde as crianças podem atravessar; cogumelos instagramáveis; jogo da memória; uma mesinha de atividades para os pequenos escreverem suas cartinhas para o Papai Noel e uma folha giratória.

Rola visitinha na Casa do Bob Zoom, com personagens 2D da turma. As atividades são gratuitas para todas as crianças

METROPOLITANO

Túnel instagramável, estrelas e guirlandas iluminadas, brinquedo gira-gira acessível e aquaplay gigante.



SORRIA: JÁ É NATAL

O local conhecido pelo totem com a clássica frase “Sorria, você está na Barra” ganha uma árvore em 2D de 8,3 metros de altura. A iniciativa é uma parceria da Acibarra, Med-Rio, Prefeitura do Rio e BarraShopping.

Com um espetáculo de fogos de artifício e apresentação de uma orquestra, o BarraShopping entregou um presentão para a cidade, no sábado, 11 de novembro, na inauguração da sua decoração natalina: Uma árvore de Natal com 75 metros de altura - o equivalente a um prédio de 27 andares.

O artefato possui 12 canhões de luzes, que chegam a até 1 quilômetro de distância. Além disso, uma ativação com vídeo em 3D, proporciona aos visitantes uma viagem virtual pela árvore. A estrutura tem mais de 36 mil metros de mangueiras de led, 1.800 mini projetores e 270 mil metros de cordões de fitas metálicas. A árvore enfeita o shopping até o dia 6 de janeiro de 2024.

Para o morador da Barra e jornalista Tiago Alves, que esteve no evento com a sua mulher, Luciana Gonçalves e o pequeno Luquinha, filho do casal, a festa bateu recorde de emoção: “Ouvir música clássica e ainda prestigiar o show pirotécnico e de luzes da Árvore de Natal do Barrashopping é fantástico. Esta foi a segunda vez que fomos. Posso afirmar que a inauguração bateu recorde de emoção. Foi lindo!”, disse o jornalista, que é apresentador da EBC e locutor do estádio do Vasco da Gama, São Januário.

Confere ao lado a programação natalina de alguns shoppings....

Psicoterapia cognitiva no Parc

A população brasileira está envelhecendo. Dados do censo demográfico de 2022, divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no mês passado, revelam que a população idosa do Brasil chega a quase 16%. Este é o maior percentual da história e só tende a aumentar.

O envelhecimento populacional traz diversos desafios nas áreas financeira, social e da saúde. De forma a minimizar problemas futuros, é preciso investir em iniciativas que promovam o envelhecimento saudável.

Na Barra da Tijuca, os residentes do condomínio Le Parc têm a sorte de contar com a assistência da moradora Flávia Dallalana da Costa que, por iniciativa própria, transformou uma das salas de uso comum do condomínio em um espaço para promover atividades com os idosos.

Formada em administração de empresas, Flávia é pós-graduada em psicopedagogia e neurociências. Por 20 anos, trabalhou na área pedagógica. Ao iniciar um trabalho voluntário, começou a inserir os idosos no mundo da tecnologia, ensinan-



Flávia Dallalana, em pé, com moradoras do condomínio Le Parc, em mais uma tarde de atividades trabalhando a memória, a coordenação motora e socializando

do-os o uso do celular.

“Me apaixonei. Comecei a estudar toda a parte cognitiva do idoso e retornei aos estudos na área.”, recorda.

Seu trabalho no Le Parc tem o objetivo de manter os idosos ativos cognitivamente, socialmente e emocionalmente. Na salinha recheada de livros, material escolar e brinquedos, pois o local também

é frequentado por crianças, Flávia aplica diversos exercícios de terapia cognitiva, que estimulam o cérebro para mantê-lo saudável por mais tempo. São atividades que vão desde jogos de tabuleiro e exercícios de memória, até musicoterapia, arteterapia, entre outras. As frequentadoras do grupo socializam uma com as outras e fazem dali o ponto de partida para pas-

seios e outras atividades.

“Elas têm até grupo no WhatsApp para focar e combinar os almoços.”, diz Flávia. Sobre a importância da terapia cognitiva, ela conclui: “Idosos ativos podem manter e preservar sua cognição e funções executivas. Idosos com declínio (as diversas demências), não podemos curar. Mas minimizar e, às vezes, estagnar a queda cognitiva, sempre com o objetivo de longevidade com qualidade de vida para ambos os casos”.

Além do trabalho no Le Parc, Flávia tem um espaço na Barra onde atende crianças, adolescentes e idosos. Fazem parte da sua equipe: psicopedagogas, fonoaudiólogas, psicólogas, entre outros profissionais.

- Para saber mais sobre as atividades no Le Parc e incentivar o seu condomínio a criar algo semelhante, visite o Instagram @afolhadobosque e clique no destaque ‘Barra Masters’.

- Visite também Flávia Dallalana:

Instagram: @aconexao_

@clinicaconnected

WhatsApp: (21) 999567-7810.

www.psicoclinica.com.br | Instagram: @psicoclinica.rj

Psicoterapia para crianças, adolescentes, adultos e idosos

Psicoterapia, TCC, Gestalt, Psicanálise, Aplicação de Testes e Laudos Psicológicos

Atendimento particular à partir de R\$ 75,00 (30 min / no pacote)

Convênios Sul-América e Unimed Rio

Atendimento presencial
Atendimento Online

Citta America Offices - Bl 3 Sala 118 3030-2838 97113-5102

Protocolo de Rejuvenescimento Facial

Uma série de procedimentos planejados e customizados para você, feitos periodicamente para melhor gerenciar o envelhecimento da face e retardar o aparecimento dos sinais do tempo.

- Botox
- Fios de PDO
- Preenchimento com ácido hialurônico
- Bioestimuladores de colágeno
- Fotobiomodulação
- Lipo de papada
- Bichectomia
- Skinbooster

NOVEMBRO BLACK

Condições especiais para quem agendar até 30/11

DRA. CAMILA VILA FLOR

AV. das Américas, 3500 - Barra da Tijuca
98243-3255 @dracamilavilafior

A intrépida Lenora Cavalieri

Sinônimo de arrojada, corajosa, destemida e ousada, “Intrépida” é o apelido carinhoso de Lenora aqui na redação do jornal A Folha do Bosque. “Desde que a conheci ela está sempre fazendo mil coisas, inventando mil projetos, pra lá e pra cá pela Barra da Tijuca.”, explica o editor do periódico, Luiz Neto, quando perguntado sobre o motivo da alcunha.

Mas, afinal, quem é Lenora Cavalieri? “Sou a pioneira em realizar projetos dedicados à população com mais de 50 anos de idade na Barra da Tijuca”, se autodefine. E não é à toa. Antes de existir o Estatuto do Idoso e a Carteira do Idoso já existia Lenora Cavalieri.

Moradora do Recreio dos bandeirantes, há 40 anos, Lenora é detentora de licenciatura em português e literatura. Ao longo de sua jornada acadêmica, porém, ela seguiu um caminho diferente e foi parar no mundo dos eventos. Criou sua empresa, a Cavalieri Produções de Eventos e decidiu se profissio-

nalizar investindo em diversos cursos na área.

Produziu mais de mil eventos ao longo de sua trajetória. Desde palestras e feiras até festas sociais e workshops. Cultivou uma paixão por elaborar projetos destinados ao público acima dos 50 anos. Começava assim a fazer jus ao título “Pioneira na Barra da Tijuca”, quando o assunto é terceira idade.

Em meados dos anos 90, criou na ACIBARRA - Associação Comercial e Industrial da Barra da Tijuca - o Grupo da Feliz Idade, promovendo desde bingos até bailes.

Em 1998, ela coordenou a UnATI - Universidade Aberta à Terceira Idade da Gama Filho Downtown. O projeto, que naquela época era novidade, oferecia atividades de extensão diversas especiais para os idosos. Em 2002, criou a Universidade da Maturidade da Estação em diversos campi.

Teve o trabalho tão reconhecido, que acabou sendo convidada pelo Secretá-

rio do município do Rio de Janeiro, na época, para assumir a recém-criada Secretaria Especial da Terceira Idade, onde liderou iniciativas para a Barra, Recreio e Vargens.

Lenora chegou a criar uma instituição, o Núcleo de Apoio aos Grupos de Terceira Idade do Brasil, que tinha até carteirinha que dava direito a benefícios como meia-entrada no cinema. Isso antes da criação da Carteira do Idoso pelo governo.

Lenora é mesmo pioneira e não só na Barra da Tijuca.

Hoje, ela continua produzindo eventos na Barra, representa uma operadora de turismo e reúne suas “meninas” (como ela chama carinhosamente as que participam de suas produções), no Grupo+50 Uma Nova Juventude, do Facebook. É lá que ela anuncia as datas das próximas festas ou viagens. Os ingressos acabam rápido.

Contato: (21) 99325-4687

Instagram: @cavalieriproducoes



Lenora na Festa Árabe, evento que ela produziu na Barra da Tijuca, em outubro. A roupa e acessórios, ela comprou em Dubai, na viagem que sua empresa promoveu



SAÚDE & ESTÉTICA

no aconchego do seu lar!



- * Reabilitação Motora
- * Drenagem Linfática - Pré e Pós Operatória
- * Estética
- * Terapia Capilar

Dra Vanessa Gonçalves
Fisioterapeuta
Crefito 124058F
(21) 98887-0748
fisio_nessa@yahoo.com.br

- * Reabilitação Vestibular
- * Shiatsu
- * Acupuntura
- * Auriculoterapia
- * Hipnose

Dra Dina Coelho
Fonoaudióloga
CRF6698-MG/T RJ
(21) 98314-0099
dinnahcoelho@gmail.com

ESPAÇO BELEZA MEDITERRÂNEO

PROMOÇÃO DE FIM DE ANO

- CABELOS**
FESTIVAL de PROGRESSIVAS para todos os tipos de cabelo
- UNHAS**
Pé & Mão, Spa dos pés. Colocação e manutenção de unhas em fibra ou gel.
- ESTÉTICA**
Drenagem linfática, extensão de cílios, design de sobrancelhas, depilação a laser / cera

Mechas a partir de R\$ 250

Corte + hidratação + escova = R\$ 99

Tintura + reconstrução + escova = R\$ 149

Manutenção de unhas em gel ou fibra R\$ 99

99659-9507 - Av. Gastão Senges, 185 / lj. 108 - Barra

Estacionamento gratuito @espacobeleza_mediterraneo

VOCÊ SOFRE COM:

HÉRNIA DE DISCO, DOR NA COLUNA, NO NERVO CIÁTICO E ALTERAÇÕES POSTURAIS?

NÓS PODEMOS TE AJUDAR.

Inaugurou na Barra da Tijuca, a maior franquia do mundo, especializada na prevenção e tratamento sem cirurgia das patologias da coluna vertebral! A Clínica Doutor Hérnia, possui um Método de Tratamento DOUTOR HÉRNIA que é composto por técnicas que são uma junção das melhores práticas da fisioterapia, incorporando técnicas desenvolvidas nas maiores instituições do mundo. A prova disso, é o percentual de recuperação TOTAL dos pacientes com hérnia de disco atendidos em toda a rede, ser de 95,7%. Esse é o maior índice mundial!

AGENDE SUA CONSULTA!

F: (21) **99427-5151**

DOUTOR HÉRNIA

Av. das Américas, 505 - Barra Medical, Sala 217, 2º Andar | Barra da Tijuca

MedSênior aterrissa na Barra da Tijuca

Localizada no Uptown, a estrutura tem espaços focados na prevenção, como o Núcleo de Autonomia e Independência, que tem até ônibus para simular embarque e desembarque com segurança

Com investimentos da ordem de R\$ 21,5 milhões, a MedSênior inaugura mais uma unidade no Rio de Janeiro. O espaço, que começou a funcionar na Barra da Tijuca (Av. Ayrton Senna, 5500 – bloco 4, loja 101), no dia 8 de novembro, oferece aos beneficiários uma gama completa de serviços e estrutura de ponta.

O lugar conta com um Pronto-Socorro Avançado 24 horas todos os dias da semana, atendimento ambulatorial, centro cirúrgico para cirurgias eletivas e de emergência, Centro de Medicina Diagnóstica e espaços destinados às oficinas ligadas à saúde preventiva.

Entre os destaques, está o Núcleo de Autonomia e Independência MedSênior, que oferece aos beneficiários

a possibilidade de preservar ou restabelecer a autonomia nas atividades do dia a dia e no ir e vir.

“O núcleo tem alcançado resultados muito positivos oferecendo acompanhamento especializado e uma estrutura que reproduz cenários do dia a dia. Há até um ônibus em tamanho real para auxiliar o idoso que precisa utilizar o transporte coletivo para se deslocar. Ele aprende a embarcar e desembarcar e, assim, ganha em segurança e autonomia”, explica a vice-presidente da MedSênior, Priscila Buteri Valentim.

Segundo ela, o investimento em estratégias de prevenção é o grande diferencial da empresa que tem a terceira idade como público-alvo. “Trabalhamos com o propósito de oferecer



condições favoráveis ao bem envelhecer e, assim, garantimos a satisfação e o bem-estar do cliente e a sustentabilidade do negócio. Como país, experimentamos a mudança de nossa pirâmide etária e nós, da MedSênior, queremos dar a nossa contribuição para que a população não apenas viva mais como também viva melhor. Essa nova unidade está alinhada com esse compromisso”, ressalta.

No espaço, o beneficiário também tem acesso a consultas com clínicos, médicos de família e geriatras, atendimentos de enfermagem, além de outras oficinas do Programa de Saúde Preventiva, como Cabeça Boa e Nutrição.

Além da nova unidade aqui na Barra da Tijuca, a MedSênior tem unidades ambulatoriais em Botafogo, Tijuca e Niterói.

SUNSET



PROBLEMAS COM BARATAS, RATOS, CUPINS E OUTRAS PRAGAS?

NÓS TEMOS A SOLUÇÃO!



DEDETIZAÇÃO E LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA

(21) 3592-2041

(21) 98283-2795

www.sunsetcontroledepragas.com.br



**MEMÓRIA - ATENÇÃO
DEPRESSÃO - ANSIEDADE
FOBIAS - PÂNICO
EMAGRECIMENTO SAUDÁVEL**

Leila Brand Silva



Ortomolecular - Homeopatia - Neuropsicologia

Psicopedagogia - Neurofeedback - Psicanálise

Orientação Vocacional - Dificuldade de Aprendizagem



(21) 99602-8881

@leilabrandsilva

AGENDA



O baile de Alexandre Pires

Um dos mais bem-sucedidos projetos da consagrada carreira solo de Alexandre Pires, "O baile do Nêgo Véio 2" aterrissa no Qualistage, na sexta, dia 15 de dezembro, às 21h30.

O cantor (considerado um dos nomes mais respeitados da música latina internacional) percorre todo o Brasil com o show que tem grande cenografia e um espetáculo de luzes e efeitos especiais. Com direção musical de Pedro Ferreira, cenografia de Zé Carratu e iluminação por Leandro Silveira, a performance tem duração de três horas e conta com inúmeras trocas de figurino.

Alexandre Pires, que assina a direção artística, selecionou a dedo repertório com mais de 40 verdadeiros hinos, que estão na boca do povo e mexem com a memória afetiva do público.

O repertório resgata também sucessos de diversos gêneros musicais como axé music, sertanejo, forró, além, é claro, o melhor do pagode.

Ingressos: de R\$ 140 a R\$ 320.

O Qualistage fica no Via Parque Shopping.

O rei do rock está de volta

Tributo a Elvis, que acontece no teatro Multiplan, é considerado por muitos como o melhor do mundo

Um tributo surpreendente ao Rei do Rock! Com performances esgotadas pelos palcos onde o próprio Elvis se apresentou, de Las Vegas até o West End de Londres, o cantor Ben Portsmouth apresenta o que para muitos é o melhor tributo a Elvis do mundo. O show acontece nos dias 21 e 22 de dezembro, no Teatro Multiplan, no Village Mall.

Fazendo história desde 2012, Ben quebrou recordes, tornando-se o primeiro europeu a ser coroado pela Elvis Presley Enterprises como o 'Worldwide Ultimate Elvis Tribute Artist' (Melhor artista de tributo a Elvis do



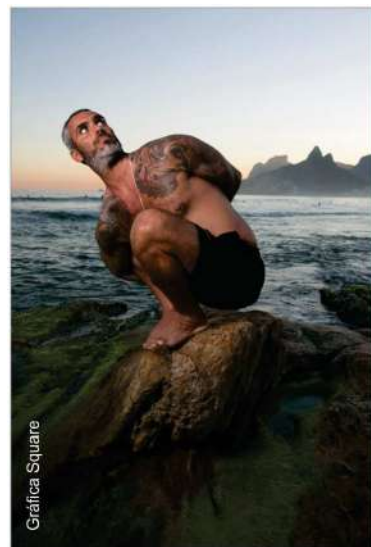
mundo), em Memphis. "Este é o mais próximo que você chegará do Rei", costumam dizer os seus fãs.

Desde então, Ben foi a atração principal do Late Show com David Letterman e atualmente está em turnê ao

redor do mundo com sua produção 'The King is Back; This is Elvis'.

Uma viagem ao passado para celebrar a vida de um showman icônico, com as suas músicas mais amadas.

Ingressos: de R\$ 120 a R\$ 390.



YOGA BHŪMI STUDIO DE YOGA

PRATICAR YOGA É MOVIMENTAR O CORPO, SILENCIAR A MENTE E ENCONTRAR O EQUILÍBRIO.

VENHA FAZER UMA AULA EXPERIMENTAL

Av. Afonso Arinos de Melo Franco,
nº 222 - Sala 230 - Bloco 2B - Barra Prime

97955-0392
@yogabhumiario

LÓTUS Boutique de Jóias

COMPRO JÓIAS EM OURO

JÓIAS EM OURO HUBLOT
RELÓGIOS BREITLING
ROLEX BVLGARI
CARTIER AUDEMARS PIGUET
OMEGA DIAMANTES

@LOTUSBOUTIQUEDEJOIAS

(21) 99417-2779

AV. DAS AMÉRICAS, 700, BLOCO 7 - SALA MONTEVIDEU -
BARRA DA TIJUCA - CENTRO EMPRESARIAL CITTÀ AMERICA



Folhas Amarelas

70%OFF

SOCIAL MEDIA



Eu administro as suas redes sociais, crio artes, faço copy (legendas) e envio relatório de engajamento

Chama no Zap!
(21) 96560-9189



Organiza Ateliê

Ateliê de daminhas, debutantes e madrinhas

ALUGUEL
VENDAS - AJUSTES

3400-7117
99202-0796

Av. Afonso Arinos de Mello Franco, 222
BARRA PRIME
Sala 227, Bloco 2A

PERSONAL TEACHER

AULAS ONLINE OU AO VIVO

Professora com experiência sólida
Aulas de inglês personalizadas
No seu tempo, no seu ritmo

Fátima: 99612-7355 Tel ou Zap



Ajustes - Consertos em geral
Bainhas - Troca de zíper
Customização - Reformas
Delivery

3576-6630 96481-4277

Barra Prime Offices
Av. Afonso Arinos de Mello Franco, 222 - sl. 272 / bl. 2b

VENDAS/ALUGUEL

VENDE-SE CADEIRA DE RODAS elétrica
Marca Buzzy. Trazida dos EUA, XL, around. Vermelha com farol e cestas uteis. Toda equipada. Nova, sem uso. R\$ 5 mil. Contato: 21 2493-4043 / 21 99983-7986.



Oportunidade! ALUGA-SE LOJA com Mezanino no shopping Città America, de frente para rua. Toda pronta com armários, divisórias, banheiro completo e copa. Tratar : 98181-0069.

MASSAGEM RELAXANTE - ACUPUNTURA - RPG



PILATES

CONFIRA NOSSOS
HORÁRIOS PROMOCIONAIS!

ESPAÇO PILARES ZEN

Massagem Relaxante
Fisioterapia
RPG
Acupuntura
Massagem Modeladora
Drenagem Linfática
Limpeza de Pele



Responsável Técnico:
Dr. Carlos Almeida
Crefito 2 - 90.852-7

Barra Prime Offices - bl. 2A salas 309 e 208 98593-2355 @3pilaresfisio

COMPRO



SEU CARRO



QUERO OFERTA

PAGO NO ATO!

Dinheiro, Transferência ou TED Vou ao local

Qualquer ano ou modelo / Mesmo com dívida
Rapidez e segurança
45 anos de mercado

Comunicamos venda ao Detran
Victor Leite ou José Leite / vgmídia@yahoo.com.br

Bolsa de Automóveis

www.compradecarrosrj.com.br

2493-2050 99953-3676

Espetáculo gastronômico

Primeira trattoria temática do Brasil, Circus abre as portas no BarraShopping

Respeitável público, o show já começou na primeira trattoria temática do Brasil. Recém-inaugurada no BarraShopping, a Circus Trattoria – que ocupa uma área de 800m², sendo uma das maiores operações do centro empresarial – oferece uma experiência imersiva completa para adultos e crianças. Tem performances de artistas, além de espetaculosas pizzas e inéditas massas artesanais coloridas, em formato de balas, 100% naturais.

A atmosfera é mágica,

divertida e elegante. Destaque para o teto no centro do salão, que remete a uma grande tenda de circo. Em todo o ambiente, malabaristas, mágicos e palhaços cuidam do entretenimento.

“Queríamos fazer algo diferente no BarraShopping e percebemos que ainda não havia um restaurante temático. Essas iniciativas, porém, não têm um olhar para a gastronomia de qualidade. Por isso, entregamos para crianças e adultos uma comida de excelência”, detalha o empresário Rafael Liporace, um dos sócios da casa.

O cardápio realmente surpreende, tanto quanto o ambiente e as atrações. Para a entrada, aposte no Globo de sabor

(próvola defumada em crosta de pizza e molho de tomate caseiro - R\$ 69). Já na ala das massas, não deixe de provar o Caramelle Circus, raviolis coloridos diferentes, em formato de balas recheadas com camarão e molho filadélfia (R\$ 79).

Servidas embaixo de minicircos, as pizzas são um capítulo à parte. Destaque para a fantástica Hot dog Circus (com molho pomodoro da casa, pimentões e tomates assados, cebola caramelizada, linguiça fina artesanal, milho cozido, queijo parmesão araxá com 12 meses de cura e aioli de mostarda (R\$ 64 - R\$ 88).

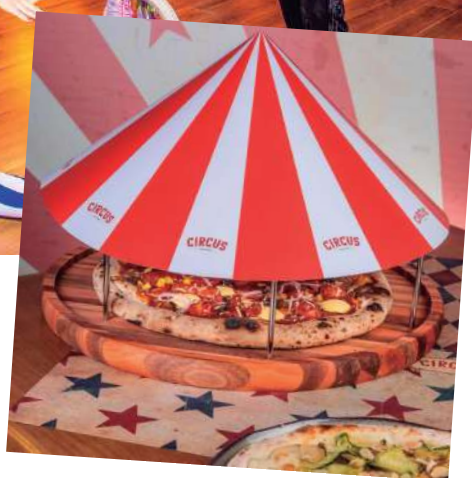
Para a chave de ouro pode ir tranquilo no Carrossel (espiral de churros com sorvete de caramelo, doce de leite e pipoca doce - R\$ 40).

A Circus Trattoria fica no nível Lagoa do BarraShopping, – Entrada Q. Funciona todos os dias, das 12h às 23h.



Os artistas circenses e a pizza instagramável da Circus Trattoria. O espetáculo não pode parar

Fotos Tomás Rangel



Pães

Baguete rústica
Sourdough
De forma integral

Bolos artesanais

Queijos

Tipo brie/Serra das antas
Coalhadas
Meia cura serra/Nata de prata

Pizzas pré-assadas ou refrigeradas

Lanches da casa

Pizza quadrada
Croque Monsieur
Pão de queijo canastra

PADARIA DE
FERMENTAÇÃO
NATURAL

NEMA

PRODUTOS
PRODUZIDOS
DIARIAMENTE

10% DE DESCONTO
COM O CÓDIGO
AFOLHADOBOSQUE
*até 30 de dezembro

AVENIDA AFONSO ARINOS
DE MELO FRANCO, 222, LOJA 107A

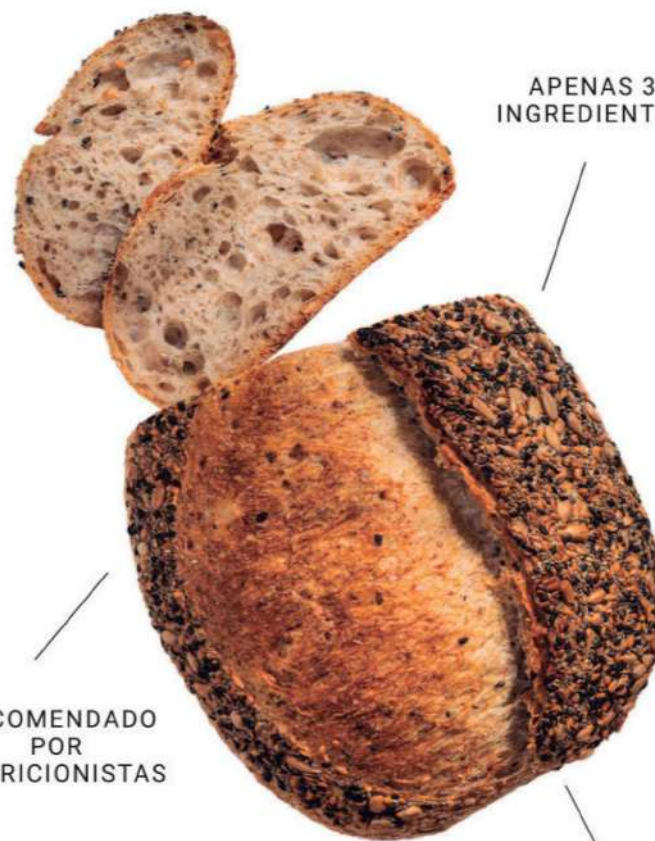
DELIVERY: (21) 99938-2803

“o pão saudável.”

APENAS 3
INGREDIENTES

RECOMENDADO
POR
NUTRICIONISTAS

FÁCIL DIGESTÃO



LAUNDRY service *Lavanderia*

Pacote Social

R\$ 170,00

(10 Peças Lavadas,
Secas e Passadas)



2 Edredons

R\$110,00



2 Ternos
R\$150,00



DELIVERY GRATUITO!

📞 96706-1601

☎ 3556-9409

Estamos na Av. das Américas, 3501 - Subsolo - Loja 24
(Dentro do Supermercado Guanabara)

A Folha do Bosque

Impresso + Instagram + REELS + Stories + Face + Wzapp

Principal área de distribuição da Folha impressa



400 MIL PESSOAS

+ de 45 MIL SEGUIDORES na INTERNET + Jornal Impresso

A ÚNICA mídia impressa que circula pela ABM, Amapluc e nos apartamentos de todos os prédios do Bosque Marapendi.

O único impresso da Barra com presença relevante na internet: Instagram, Facebook, Twitter, Youtube

Informações:

WhatsApp: 99274-3202 / 99914-4222.
www.afolhadobosque.com.br

Siga @afolhadobosque / FB e IG