

O maior portal de comunicação da Barra

24
anos



A Folha do Bosque

Ano XXIV - Nº 295 - Dezembro de 2022



O rei do Café

Dono do Café Soho fabrica a bebida na própria cafeteria e atrai a cada dia mais amantes do café



As dicas de marketing digital para 2023

Bairro ganha o aparelho de radioterapia mais moderno do Brasil



Sorria! O Praia para todos está de volta

Jacaré aparece em piquenique de amigos no Bosque da Barra



A Folha do Bosque

O maior portal de comunicação da Barra



@atolhadobosque



/afolhadobosque

SITE:

afolhadobosque.com.br



Versão impressa distribuída diretamente nos escaninhos



99274-3202
99914-4222

Expediente

Editor: Luiz Neto.

Repórteres:

Marcela Prado, Flávia Loureiro,
Lúcio Soares, Marcelo Alaerte.

Direção de marketing:
Marta de Souza.

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.

EDITORIAL

Acredite se quiser: acabou o medo de dentista! Já é possível realizar todos os procedimentos dentários sem nenhum tipo de dor. Com a sedação consciente, uma anestesia sem agulhas, o paciente realiza qualquer tratamento no dente sem sentir nenhum incômodo. Com uma notícia maravilhosa dessas (na pág. 9), desejamos a todos um ano novo cheio de sorrisos. Entendedores que têm trauma de dentista entenderão.

Feliz 2023 :)))))))))

Rumo ao octa

Enquanto esperamos pelo hexa, essa dupla já conquistou o hepta! **Esther e Henrique Rios (foto abaixo)**, que comemoraram 98 anos dia 28 de novembro, no dia do níver dela (ele fez em setembro), são casados há 71 anos. Podemos dizer que os moradores da Bosque Marapendi (Lake Buena Vista), assistiram a todas as Copas do Mundo, desde 1930, e, juntos, viram os cinco títulos do Brasil.



Sete troféus eles já conquistaram com o casamento e as bodas de zinco. Agora, Dona Esther e Seu Henrique seguem rumo aos 100 anos, outra marca histórica. Não custa nada, no meio do caminho, carimbar mais um título no curriculum vitorioso do casal com o hexa da seleção! Mas com ou sem campeonato, o importante é que eles seguem rumo ao octa (oitenta anos de casados).

Até quando?

Até quando a Avenida Evandro Lins e Silva (rua na frente do condomínio Barra Prime, sentido praia) continuará um breu? Até quando a Praça Pimentinha seguirá abandonada e no escuro também? Alô ABM, tudo bem por aí?

CHRISTIAN NAURATH
NEUROLOGIA

CONSULTÓRIO
QUALITATTI



NEUROLOGIA

Dr Christian Naurath

Consultas, Pareceres, Atendimento Domiciliar e Hospitalar

EXAMES DIAGNÓSTICOS

Eletroencefalograma e Mapeamento Cerebral

(Preços populares)

EQUIPE

Fisioterapia
Fonoaudiologia
Psicologia
Nutrição
Acupuntura
Auriculoterapia
Shiatsu e massagem

Atendimentos particulares

AGENDAMENTO

Todos os especialistas e exames

☎ (21) 3449-0070

☎ (21) 98806-0991

Dr Christian Naurath:

☎ (21) 3512-9188

(Central de Atendimento)

Av. Afonso Arinos de Melo Franco, 222
bloco 1, sala 212 - Barra Prime
Barra da Tijuca

📷 @Christiannaurath.neurologia

📷 @qualitatti

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



Psicoclínica
Mente sã para uma vida saudável

Psicoterapia para crianças,
adolescentes, adultos e idosos

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

Atendimento particular à partir de R\$ 50,00 (30 min / no pacote)

Convênios Sul-América e Unimed Rio

SulAmérica

Unimed



Atendimento presencial

Atendimento Online

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



JUNTOS



NOVA UNIDADE BARRA DA TIJUCA

AV. MINISTRO IVAN LINS - 650



COLÉGIO
**FORÇA
MÁXIMA**



HORÁRIO

INTEGRAL

DISPONÍVEL DESDE A EDUCAÇÃO INFANTIL. O ALUNO FICA NA ESCOLA DURANTE O DIA TODO, COM CONFORTO E SEGURANÇA, ALÉM DE UMA ROTINA SAUDÁVEL.



Pensamento COMPUTACIONAL

AS AULAS ESTÃO ALINHADAS COM AS NORMAS DA BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR (BNCC) E AJUDAM NO DESENVOLVIMENTO DOS NOSSOS ALUNOS POR MEIO DO TRABALHO EM EQUIPE, DA FORMAÇÃO DO MODO DE PERCEPÇÃO E DO INCENTIVO AO PENSAMENTO CRÍTICO, COGNITIVO E CRIATIVO.



PRESENTE DESDE A EDUCAÇÃO INFANTIL ATÉ OS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL. COM O NOSSO PROGRAMA BILÍNGUE, NOSSOS ALUNOS TÊM AULAS DE INGLÊS TODOS OS DIAS.

DESTAQUES APROVADOS



- 1º LUGAR EM DIREITO NA UERJ
- 5º LUGAR GERAL EM DIREITO NA UFF
- 3º LUGAR EM QUÍMICA UFRJ
- 5 APROVADOS PARA EFOMM
- 7 APROVADOS PARA EEAR



ADAPTADO AO NOVO ENSINO MÉDIO COM TODOS OS ITINERÁRIOS



CONTEÚDO EXTRA DE
PREPARAÇÃO ESPECIAL
100% ON-LINE

Life

PROGRAMA DE
PROJETO DE VIDA

PREPARADO PARA O FUTURO, VOCÊ É O PROTAGONISTA DO SEU DESENVOLVIMENTO

Esse programa busca orientar o aluno a fazer escolhas conscientes e responsáveis em sua vida, além de estimular a educação financeira, sempre desenvolvendo as habilidades socioemocionais de convivência.



Aponte o celular,
escaneie o QR code
e garanta sua matrícula
com vantagens exclusivas



COLÉGIO
**FORÇA
MÁXIMA**

colegioforcamaxima.com.br

📞 21 99914-8122 | 3040-6417

Jacaré invade piquenique na Barra

Grupo de amigos é surpreendido com a visita inesperada do réptil. Vídeo viraliza no Instagram da Folha do Bosque

Parecia mais uma manhã calma de domingo de piquenique com os amigos no Parque Natural Municipal Bosque da Barra. A nutricionista Sheila Balduino tinha reunido a galera para a confraternização de final de ano no local. Às 10h, entretanto, um dos donos da casa resolveu participar da festa. Um jacaré apareceu na reunião surpreendendo os convidados.

Enquanto parte do grupo filmava a cena, a outra parte tentava salvar os quitutes de serem abocanhados. Um dos vídeos, publicados no perfil da Folha do Bosque, no Instagram (que até o fechamento dessa edição já contava com mais de 90 mil visualizações) mostra o animal saindo calmamente de perto de um lago e indo em direção ao grupo de amigos.

As estacas fincadas no gramado ao redor da água não impediram o passeio do réptil. “Eles não costumam passar dali, foi uma fatalidade”, informou a direção do parque.

Arrumadas sobre uma toalha, estendida próxima a uma árvore, as comidas se tornaram



Sheila Balduino se arrisca na frente do jacaré para salvar o bolo

o alvo do réptil. Com a aproximação do animal, as mulheres começaram a retirar os alimentos. Apesar da movimentação delas, o animal seguiu avançando lentamente.

Sheila Balduino, que chega a aparecer nas imagens bem próxima ao jacaré, para evitar que o bolo fosse mordido pela visita inesperada, contou que teve uma reação instintiva. “Foi loucura mesmo. Minhas amigas falando “que lindo”, e ele se aproximando. Todo mundo fala que eu devia ter corrido. Mas a gente nem pensa nessas horas”, comenta Sheila, lembrando que nem deixava o filho ir ao Bosque por ter jacarés no local.

Uma das mulheres usou hambúrgueres como isca para mudar a direção do animal. Mantendo-se distante, ela jogou os sanduíches próximo a ele na tentativa de afastá-lo. Ainda calmo, o animal começou a desviar para o lado para pegar os quitutes lançados e então foi se distanciando de onde o grupo estava. O piquenique continuou em outro lugar do Bosque...



mybox

MARCENARIA MODERNA





- Móveis planejados
- Projetos personalizados
- 5 anos de garantia



(21) 97092-8861 / (21) 3798-2614
 barradatijuca@myboxmarcenaria.com.br
 @myboxmarcenaria_barradatijuca

Estrada da Barra da Tijuca, 1636 - Itanhangá
 (Shopping Espaço Itanhangá)



DESCONTOS INCRÍVEIS PARA OS LEITORES DA FOLHA DO BOSQUE

PA UNIMED - ABM
HOSPITAL VITÓRIA
HOSPITAL PRÓ CARDÍACO
DAVITA NEFROLOGIA
CLÍNICA FELIPE MATOSO
LABS A+
LAFE
PRO ECHO



Alexandre Almeida
(21) 98252-2191



Quarto Particular

| | |
|--------------|--------------|
| Até 18 anos | R\$ 350,90 |
| 19 a 23 anos | R\$ 317,57 |
| 24 a 28 anos | R\$ 480,21 |
| 29 a 33 anos | R\$ 537,83 |
| 34 a 38 anos | R\$ 591,61 |
| 39 a 43 anos | R\$ 650,78 |
| 44 a 48 anos | R\$ 780,93 |
| 49 a 53 anos | R\$ 898,07 |
| 54 a 58 anos | R\$ 1.032,78 |
| 59 ou mais | R\$ 1.394,26 |

FISIO
MOVE BARRA

CLÍNICA DE FISIOTERAPIA E ESTÉTICA

- ✓ Fisioterapia
- ✓ Pilates
- ✓ Osteopatia
- ✓ Drenagem
- ✓ RPG
- ✓ Nutrição
- ✓ Acupuntura
- ✓ Massagem
- ✓ Estética Facial e Corporal
- ✓ Terapia Holística

10% de DESCONTO
apresentando
esse anúncio

Feche um pacote
de tratamento
Ganhe 1 Sessão
de Terapia
Holística

Pacote
Promocional de
Emagrecimento!



fisiomoverj

www.fisiomoverj.com.br



2595-1516



97100-7397



AV. OLEGÁRIO MACIEL,
511 - SLA 302 - COB 02

Mkt digital 2023

Marqueteira da Folha do Bosque, Marta Corrêa aponta as tendências do mercado para o ano novo

Após a pandemia, quando as pessoas passaram a utilizar ainda mais a internet, não há mais dúvida de que profissionais ou empresas devem usar a web como ferramenta de marketing. Partindo do princípio que você já faz isso, e é um profissional liberal ou dono de pequena empresa e que coloca as mãos na massa pra cuidar do básico da sua presença online, vamos a algumas dicas sobre as principais tendências de marketing digital para o próximo ano.

Vídeos - Definitivamente, os vídeos precisam fazer parte das suas ações de marketing em 2023. Em 2021, os internautas gastaram 740 milhões de horas navegando por aplicativos que oferecem esse tipo de conteúdo. Quem conseguir oferecer informação útil para o cliente em vídeos curtos e interessantes, estará um passo à frente da concorrência.

TikTok x Instagram - O TikTok veio para mudar o formato dos conteúdos dos vídeos. Como a tendência de se consumir vídeos mais curtos, o TikTok decolou e levou o Instagram a criar os Reels. Em 2022, o TikTok foi o aplicativo mais baixado no mundo e agora passou a aceitar vídeos de até 10 minutos, buscando concorrer com o YouTube. Embora ainda não tenha tantos usuários quanto o Facebook e Instagram, o TikTok não para de crescer. Você deve usar o TikTok? Depende se o seu público está lá. Caso sim, isso significa que você deve parar de usar o Instagram como parte de suas ações de marketing? Provavelmente, não. Isso implica em mais trabalho para você? Então está na hora de contratar um profissional de marketing.

Microinfluenciadores - O marketing de influência está mais forte do que nunca. É cada vez maior a tendência em se fazer

parceria com influenciadores menores, principalmente se o seu negócio tem como alvo o público local. Influenciadores com milhões de seguidores têm uma audiência muito abrangente e pouco engajamento com o seu público. Influenciadores locais e com menor número de seguidores, mas que têm influência e proximidade com a audiência, trazem cada vez melhores resultados para seus parceiros.



Aprendizado - Já sabe o que é Metaverso e como isso irá influenciar a maneira como as pessoas fazem negócios online? Você sabe o que são chatbots? Seu WhatsApp business já responde automaticamente as mensagens? Você sabe como fazer tráfego pago sem gastar dinheiro à toa? Tudo muda muito rápido no mundo digital e você precisa se manter bem informado, para continuar cuidando do seu mkt digital básico, ou até para contratar alguém e poder avaliar a competência desse profissional e seus resultados. Em 2023, invista em aprendizado para não ficar para trás. As mudanças serão cada vez mais rápidas e vão acontecer com a mesma velocidade que um anônimo fica famoso fazendo dancinha no TikTok.

Mais informações, procure a Barra Comunica - Especialista em marketing digital e produção de conteúdo digital. WhatsApp: 99914-4222.

COMPRO



SEU CARRO



CUBRO 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



- » Aluguel
- » compra
- » venda
- » Administração

Shopping Downtown
(21) 99359-3235 | 99765-0025
www.rrnegociosimobiliariosadm.com.br



VENDO
PARQUE DAS ROSAS
2 QUARTOS

PREÇO PARA FECHAR
R\$ 770 MIL

Mexa-se: O Praia para todos está na área

Projeto oferece cadeiras anfíbias, redes para a prática do vôlei sentado e muitas outras alternativas para deficientes físicos

Uma estrutura que conta com cadeiras anfíbias, redes para a prática de vôlei sentado, além de total suporte de voluntários para a locomoção dos participantes. Assim é o projeto inclusivo Praia para todos, que acontece de 03 de dezembro a 30 de abril de 2023, na praia Barra da Tijuca (Posto 3). Além de ser realizado aqui no bairro, o PPT acontece também no Recreio (em frente ao Posto 11); e em Copacabana (entre os Postos 5 e 6, altura da rua Julio de Castilhos).

A estrutura – que completa 14 anos de atuação – fica disponível para os participantes, aos sábados e domingos, das 9h às 14h.

Iniciativa do Instituto Novo Ser, o Praia Para Todos nasceu de um sonho de transformar as



Voluntários ajudam na locomoção de uma participante do Praia para todos

praias em um local realmente democrático e inclusivo, onde as pessoas com deficiência pudessem frequentar a praia com autonomia e dignidade. O PPT é pioneiro na promoção da acessibilidade das praias no Brasil, oferecendo uma alternativa concreta e inovadora para a falta de oportunidades para uma demanda de público, que até então estava excluído do ambiente praiano.

No dia 30 de novembro, o Novo Ser lançou no shopping Barra Square uma camisa em comemoração aos seus 20 anos de atuação.

Os interessados em colaborar com o Instituto Novo Ser podem doar R\$ 70 ou mais e receber a camisa da campanha. Informações: novoser@novoser.org.br



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

NOVOS SERVIÇOS:

MOTOCICLETAS

MECÂNICA EM GERAL

ESTÉTICA DETALHADA

ELÉTRICA







Avenida Olegário Maciel, 531.
Seaside Corporate
No estacionamento - subsolo

WhatsApp
97650-6860
3807-4924

10% DE DESCONTO
com esse anúncio

Seg. a sexta: 8h às 17h

Radioterapia precisa



O Acelerador Linear Edge

Único no Brasil, aparelho que protege os tecidos saudáveis no tratamento é uma das novidades da nova unidade na Barra voltada para pacientes oncológicos

Maior rede de saúde integrada do país, a Dasa inaugurou, no dia 1º de dezembro, a sua primeira unidade exclusiva para pacientes oncológicos. Trata-se da unidade da Dasa Oncologia na Barra da Tijuca, com 8 mil m2 de área construída. O espaço premium conta com um equipamento de radioterapia único no Brasil. O Acelerador Linear Edge, da Varian, é a última geração nos procedimentos que demandam altas doses de radiação em regiões delicadas, como pulmão, cérebro ou coluna vertebral, onde a cirurgia tradicional não pode ser realizada.

“Na radioterapia, a palavra-chave é ‘precisão’. Com o Edge, atingimos o máximo em segurança e eficácia, evitando tecidos saudáveis durante o tratamento”, ressalta o diretor nacional de oncologia da Dasa, Dr. Gustavo Fernandes.

Com arquitetura inovadora e tratamento humanizado, a nova unidade conta com 25 consultórios, 30 salas de infusão individuais, posto avançado de coleta laboratorial, salas de emergência e pequenas cirurgias, farmácia completa de manipulação própria, salas de

triagem, área de conforto médico ambulatorial, salas de estética e terapias alternativas, além de um auditório com capacidade para 50 pessoas.

Estima-se que, a partir de 2027, o câncer será a maior causa de morte no Brasil. Esse crescimento está relacionado ao envelhecimento da população e, conseqüentemente, aos fatores de riscos favoráveis ao desenvolvimento da doença. Para o diretor geral de negócios hospitalares e oncologia na Dasa, Dr. Emerson Gasparetto, a empresa vem atuando tanto para atender melhor os pacientes, quanto para mitigar o impacto no sistema de saúde.

“Ao focar na melhor experiência para o paciente oncológico, reunimos todos os serviços necessários para que esse cuidado seja realizado em um só lugar, desde a consulta, passando pela realização de exames, tratamento, pequenos procedimentos e acompanhamento pós-tratamento com uma equipe multidisciplinar de excelência”, enfatiza Gasparetto.

A nova Dasa inaugurada na Barra fica na Avenida das Américas, 2.251, em frente ao antigo Extra/Barra.

FUN CIO NAL

ABM

*Para moradores e não moradores.

Quartas e Sextas
08h às 09h
09h às 10h

Prof. Vinicius
99686-1078

Quadra Poliesportiva
Av. Prefeito Dulcídio Cardoso, 1250

Pilates Fisioterapia

Agende uma aula experimental

Traumato-ortopedia / Dor lombar
Hérnia de disco / Desequilíbrio Postural

PROMOÇÃO DE NATAL:
Toda a estética com 20% de desconto apresentando esse anúncio

Limpeza de pele - Peelings - Drenagem Linfática - Eletroterapia
Toxina Botulínica - Carboxiterapia - Jato de plasma

96746-4731 @estudiosusanegorni

Rua Gildásio Amado 55, sala 705.
Bosque Marapendi

MASSAGEM RELAXANTE - ACUPUNTURA - RPG

PILARES
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 - 50.854-F

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

Dentista sem dor

Sedação consciente acaba com o medo do tratamento dentário. Especializada em implantes, a clínica Oral Unic já trabalha com o método de última geração

Acredite se quiser: acabou o medo de dentista! Já é possível fazer um implante, tratar o canal e realizar outros procedimentos dentários sem nenhum tipo de dor. Estamos falando da sedação consciente, uma anestesia sem agulhas, onde o paciente realiza todo e qualquer tratamento sem sentir nenhum incômodo. A Oral Unic – que faz parte de uma rede de clínicas especializadas em implantes dentários – já utiliza o método no seu consultório aqui na Barra da Tijuca, localizado no Barra Square.

O responsável pelo, digamos, tratamento dos sonhos, é um medicamento sedativo que não afeta a capacidade de funcionamento das vias aéreas e mantém o paciente com a capacidade de responder a estímulos físicos e comando verbal.

“Alguns pacientes chegam a dormir durante o tratamento, vai depender da reação de cada um ao medicamento”, diz a gerente da clínica Oral Unic Barra, Raphaella Alves.



A mensagem para a Oral Unic enviada pela paciente Angélica Silva. Ela precisou extrair todos os dentes e hoje exhibe o sorriso bonito e saudável

Composta por profissionais experientes, a Oral Unic está estruturada com equipamentos de última geração. Especializada também em lentes de contato e alinhadores transparentes, a clínica chega a oferecer garantia vitalícia em implantes dentários tamanha a qualidade do material utilizado.

“Além da qualidade, o nosso tratamento é humanizado. Procuramos entender a dor de cada paciente, que muitas vezes vai além da dor de dente”, explica o responsável pela clínica, o Dr. Felipe Dalcin.

É esse tratamento humanizado que vem mudando a vida de muitas pessoas, como por exemplo a de Angélica Silva, de 50 anos, que precisou extrair todos os dentes devido a um tipo de câncer. Hoje, com o sorriso perfeito, ela agradece a Oral Unic Barra. “Obrigado por estarem realizando o meu grande sonho”, disse ela, por mensagem (confira na foto).

Mais informações abaixo, ou pelo WhatsApp: 99447-2257.

somente nos dias

8, 9 e 10

de dezembro

PLANTÃO

SORRISOS DE NATAL



Viva de Frente

AVENIDA DAS AMÉRICAS, 3665,
LOJA 101, SHOPPING BARRA SQUARE EXPANSÃO
BARRA DA TIJUCA | RIO DE JANEIRO-RJ

Dr. Felipe Dalcin
CRO/RJ 51.871



IMPLANTES

com segurança e a mais alta tecnologia.

WHATSAPP: (21) 99447-2257 TEL: (21) 3738-7595

Réveillon cinco estrelas

Selecionamos três hotéis na orla, um no Bosque Marapendi e outro na Abelardo Bueno para virar ano com glamour

A verdade do réveillon é uma só: virada do ano cinco estrelas tem que ser em hotel. E aqui na Barra o que não faltam são opções como os hotéis cinco estrelas Windsor Barra e Windsor Marapendi, que estão localizados na orla da Barra e contarão com buffet completo com pratos tradicionais e pacote de bebidas incluído, além de música ao vivo e DJ. As unidades ainda promoverão queima de fogos para celebrar a data. Para os dois hotéis, o valor do ingresso sai a partir de R\$ 950 (por pessoa).

As festas acontecem das 21h às 2h. As ceias podem ser parceladas em até três vezes no cartão de crédito.

No Wyndham Rio Barra, outro cinco estrelas da orla, também rola open bar e open food para comemorar com amigos e família! A animação fica por conta do cantor Marco Vivan e sua banda, e a festa rola de 21h às 2h30. O valor do ingresso é de



R\$ 780 por pessoa.

No Bosque Marapendi – para a turma da ABM e Amapluc ir e voltar a pé – a opção é a festa que acontece no Radisson Barra. Rola open bar e open food, de 21h às 2h30, com show do grupo Samba do Gota. Tudo por R\$ 790 por pessoa.

Dá para subir no roof top e assistir aos fogos lá de cima. O terraço tem visão para o Bosque Marapendi, Pedra da Gávea e partes da praia.

Um pouco mais afastado, na Abelardo Bueno, a opção é o réveillon do Hilton Barra, com festão no salão principal, open bar e open food, DJ, show ao vivo e queima de fogos exclusiva em frente ao hotel.

De 21h às 3h, com ingresso a R\$ 1.099 por pessoa.

Feliz 2023 cinco estrelas!

APARTAMENTOS NA REGIÃO DA ABM E ARREDORES



BARRAMARES IMÓVEIS

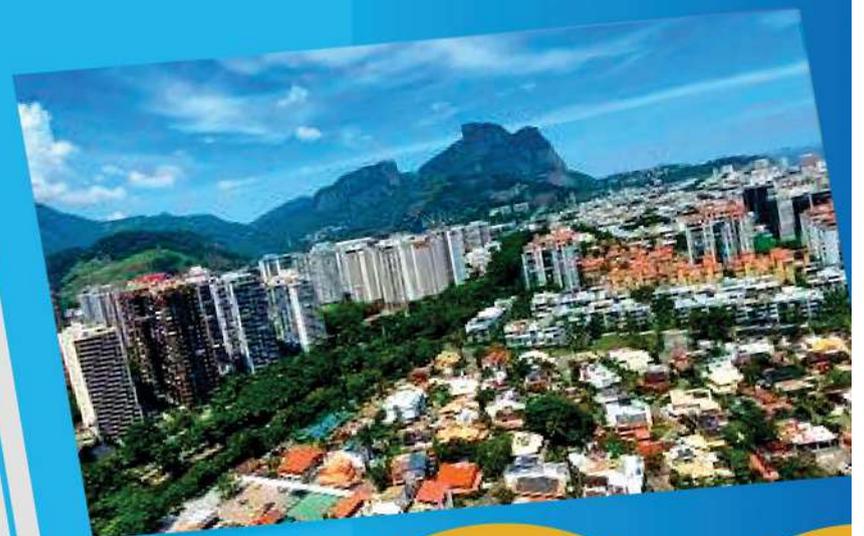
Querido cliente.

Me chamo Glauce Rocha e sou moradora da Barra da Tijuca há mais de 30 anos.

Atualmente, moro no Condomínio **Barramares** e tenho uma demanda enorme de clientes buscando apartamentos na região da **ABM** e arredores.

Vamos conversar?

Ligue pra mim ou me envie um WhatsApp para que juntos possamos vender o seu imóvel ou encontrarmos o apartamento dos seus sonhos.



Corretora Glauce Rocha

  (21) 99487-9924

 @barramares_imoveis

 glaucerochaferreira@gmail.com

 barramaresimoveis.com.br



Rejuvenescimento natural

Com os incríveis bioestimuladores de colágeno, envelhecer é coisa do passado

Pode parecer exagero, mas é verdade: o envelhecimento começa bem antes do que se acredita. A produção de colágeno, proteína cuja função é manter as células unidas, firmes e elásticas, entra em declínio por volta dos nossos 30 anos. Sem o colágeno, a tendência de nossa pele é ficar flácida. No rosto, isso se traduz em pálpebras e bochechas caídas, aparecimento do famoso “bigode chinês”, diminuição do contorno facial...

Felizmente, a medicina estética moderna nos oferece solução para esse problema com os incríveis bioestimuladores de colágeno, como explica a Dra. Camila Vila Flor, cirurgiã dentista com especialização em harmonização orofacial.

“Os bioestimuladores promovem a formação de novas proteínas de colágeno e recuperam a firmeza da pele perdida ao longo dos anos. Eles estimulam os chamados fibroblastos, células que produzem as fibras colágenas. Com a retomada da produção dessa proteína, nossa pele fica mais firme e viçosa.”, afirma Camila, lembrando que o tratamento promove um rejuvenescimento natural, gradual e duradouro.



“A produção de colágeno começa em 30 dias, atinge o seu pico em cerca de seis meses e os resultados podem ser notados mesmo dois ou três anos após a primeira aplicação”, lembra a dentista.

Existem diferentes tipos de bioestimuladores de colágeno no mercado. Entre eles, estão os famosos Fios de PDO. São, literalmente, fios que promovem a dermosustentação (lifting) sem intervenção cirúrgica, além de resultados eficazes no tratamento de rugas e sulcos.

“Diferentemente de uma cirurgia plástica, esse procedimento pode ser feito em consultório e seu resultado é bem mais sutil. As pessoas não notarão que você fez uma intervenção mas, com o tempo, notarão que você está com a aparência mais rejuvenescida.” diz Camila, que chama a atenção para o fato de que ninguém precisa esperar as rugas ou a flacidez aparecerem para começar a tratar: “Quanto antes começamos a cuidar melhor”.

A Dra. Camila trabalha com harmonização orofacial, ou seja, ela cuida desde os seus dentes até a pele do seu rosto. WhatsApp: 98243-3255. Mais informações abaixo...

Harmonização Orofacial

Fios de PDO
Bioestimuladores de colágeno
Preenchimento com ácido hialurônico
Botox - Skinbooster

Odontologia Avançada

Reabilitação Oral - Cirurgia - Implantes
Lentes de contato dentais

DRA.
CAMILA
VILA FLOR

14 anos resgatando sorrisos

@dracamilavilafior  98243-3255 

Av. das Américas, nº 3500 - Bloco 6
Le Monde Office - Barra da Tijuca 





Deiveson Figueiredo

AGENDA

UFC retorna à Barra

A espera acabou! No dia 21 de janeiro, o UFC retorna à Jeunesse Arena, na Barra da Tijuca, para um card que promete ser histórico. Em uma das lutas mais esperadas do evento, o brasileiro campeão peso-mosca, Deiveson Figueiredo, enfrenta o mexicano campeão interino da divisão, Brandon Moreno (ambos, nas fotos), pela unificação do título. Será a quarta luta entre Figueiredo e Moreno. É a primeira vez que dois atletas se enfrentam em uma tetralogia na história do UFC.

O primeiro duelo entre os dois aconteceu em dezembro de 2020. Na ocasião, o brasileiro fazia sua segunda defesa do título peso-mosca e manteve o cinturão ao empatar com o mexicano. Seis meses depois, os rivais se reencontraram, e desta vez quem levou a melhor foi Moreno, que venceu por finalização.

Em janeiro do ano seguinte, na terceira luta entre os dois, Deiveson recuperou o título com vitória por decisão unânime. Brandon, então, se credenciou para uma nova disputa contra Deiveson pelo cinturão linear da divisão ao vencer Kai-Kara France e conquistar o cinturão interino da divisão em julho. No Rio, os dois irão se reencontrar mais uma vez para definir o campeão linear do peso-mosca.

Entre outras lutas do card, a lenda do MMA e ex-campeão do UFC, Mauricio Shogun, enfrenta o ucraniano Ihor Potieria, em duelo no peso meio-pesado. Outra batalha fica entre o atual número 11 do ranking peso meio-pesado, Johnny Walker, que enfrenta Paul Craig, segundo atleta com mais vitórias por finalização na história da divisão.

Início das lutas: 20H. Ingressos: a partir de R\$ 390.



Brandon Moreno

REFORMAS EM SUA RESIDÊNCIA

AGENDE UM ORÇAMENTO:

98328-6275
97532-9190
contato@riofacilitiesexpress.com.br



Diária R\$ 250

Serviços de manutenção diária express. Solicite seu orçamento para reformas em sua residência.

Reparos
Elétrica
Hidráulica
Construção
Pintura



AQUI SE CONSTRÓEM RELAÇÕES!



COLÉGIO
INOVAR
Veiga de Almeida

DA EDUCAÇÃO INFANTIL
AO ENSINO MÉDIO

INOVAR É CONSTRUIR
UM FUTURO COM SUAS
PRÓPRIAS MÃOS,
AUTONOMIA,
CRIATIVIDADE
E EMPATIA.

MATRÍCULAS
ABERTAS **2023**



21 3326-1212
21 99966-0074

colegioinnovarveiga
innovarveigadealmeida.com.br

Estamos perto de você!

Agende uma

AVALIAÇÃO GRATUITA

e descubra do que precisam o seu
cabelo e couro cabeludo

Shopping Downtown - Av. das Américas, 500
Bloco 6, portaria A - sala 314 (próximo ao Outback)

"Venha mudar
a forma que se
vê no espelho."

Deborah Secco
Sócio e cliente
Mais Cabello

DESCUBRA O TRATAMENTO
IDEAL PARA VOCÊ!

- Estimulo de crescimento;
- Redução de queda capilar;
- Controle de oleosidade;
- Tratamento de processos inflamatórios, descamativos, coceira e desconfortos;
- Prevenção de afinamento capilar;
- Aumento de brilho e maciez;
- Redução de quebras e danos nos fios.

Faça como
a Deborah Secco
e cuide da sua
saúde capilar.

**mais
cabello**
SAÚDE CAPILAR INTEGRADA

[/maiscabello](#)
[@maiscabello.saudecapilar](#)
maiscabello.com.br

21 99981-2244 Shopping Downtown - Av. das Américas, 500
Bloco 6, portaria A - sala 314 (próximo ao Outback)

Riocentro vai virar Nova York

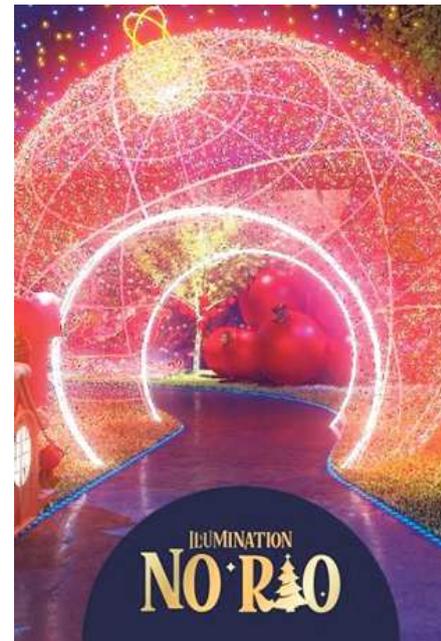
Inspirado no Natal de Nova York, onde durante o período dezembro e janeiro a cidade americana é preenchida com milhares de luzes brancas, amarelas, vermelhas e azuis, o "Illumination - Luzes e Natal" acontece no Riocentro, do dia 10 até o dia 30 de dezembro.

Localizado no Pavilhão 4, o evento conta com um percurso de 600 metros, dividido em quatro estações: Mundo das Fadas, Mundo Animal, Mundo do Ártico e Mundo de Natal.

São maravilhosos e incríveis túneis de luzes e diferentes cenários instagramáveis e sem limite de tempo para a pessoa curtir a experiência. Apenas se a pessoa sair, não pode entrar novamente.

O espaço é totalmente fechado, ou seja, mesmo de dia consegue-se ter a mesma experiência que nos horários noturnos. Ingressos: entre R\$ 40 e R\$ 60. No dia (bilheteria), R\$ 140.

De segunda à sexta, das 15h às 21h. Sábados, domingos e feriados, das 10h às 21h. O Riocentro fica na Rua Salvador Allende, 6555.




Gabari TÔ
curso

MATRÍCULAS ABERTAS

EXTENSIVO 2023

TURMA MED - ENEM - UERJ

GARANTA SUA VAGA!
[@Cursogabarito.oficial](#)

#tôcomfabão
(21) 995752022

Festa de milhões



O influenciador Théo, o @theodoro, comemora 2 milhões de seguidores no Instagram num evento que acontece no Qualistage. “Xiiuuu, caladinha” é o nome da festa que será realizada na quarta, 21 de dezembro, às 21 horas, na casa de shows localizada no Via Parque

O evento conta com a presença de diversos fãs, amigos e influenciadores, além de atrações musicais como Thiago Martins, Balacobaco, Clareou, entre outros artistas. Ingressos R\$ 120 + 1kg de alimento.



No mesmo local, na quinta, 19 de janeiro, às 21h, o cantor Frejat apresenta na casa o show Frejat Trio. O músico convida Maurício Almeida, seu atual guitarrista, para o projeto, que forma a

trinca com Rafael, filho de Frejat. Ingressos: de R\$ 120 a R\$ 280.

Ainda no Qualistage, na sexta, 20 de janeiro, às 20h, o cantor e compositor havaiano, Jack Johnson apresenta na casa a sua nova turnê mundial “Meet the Moonlight Tour”.

A turnê é fruto do oitavo álbum de carreira do artista e seu primeiro trabalho, desde 2017. Lançado em junho deste ano, com 10 faixas, o disco é uma reflexão sobre a correria do dia a dia e a busca do artista pela construção de um mundo melhor

O Qualistage fica a Avenida Ayrton Senna, 3.000 - Via Parque Shopping.



Espaço Tápias

COLÔNIA DE FÉRIAS
JANEIRO 2023

ARTES CÊNICAS

DANÇA CONTEMPORÂNEA • BALLET CLÁSSICO
INICIAÇÃO À DANÇA • DANÇAS BRASILEIRAS
HIP HOP • JAZZ • YOGA
TEATRO • CIRCO • GASTRONOMIA

Turmas: De 4 a 8 anos & De 9 a 12 anos

Temas Abordados:
Natureza • Corpo Humano • Reciclagem • Nossos Sentidos

09 a 13/01 – 16 a 20/01 – 23 a 27/01

Horários:
Integral - das 8h às 20h
(Almoço e lanche inclusos)
Parcial: das 8h às 12h / das 13h às 17h
(lanche incluso)

INFORMAÇÕES:
Whatsapp: 21 972799684

*Tolerância de 30min para buscar as crianças após cada turno.

| | |
|---|-----------------|
| Pé e Mão | RS 50 |
| Escova <small>A PARTIR DE</small> | RS 70 |
| Corte | RS 100 |
| Aplicação de Coloração | RS 70 |
| Nutrição | RS 99 |
| Manutenção Unha de Acrigel + Cutícula/Esmaltação | RS 100 |
| Maquiagem + Babiliss | RS 199 |
| Mechas <small>A PARTIR DE</small> | RS 499 |
| Nutrição Wella | RS 140 |
| Nutrição Kerastase | RS 140 |
| Colocação de Mega Hair Invisível | RS 200 |
| Prótese Capilar <small>A PARTIR DE</small> | RS 2.199 |

Studio SM Di Bellezza

Barra Prime Offices
Av Afonso Arinos de Melo Franco, 222, Bloco 2B, Sala 316

(21) 97749-1007
(21) 96447-5741

smdibellezza

SPA DOPÉS
RS 29,99

PODOLOGIA
RS 100

BRAZILIAN CONNECTION
CÂMBIO & TURISMO

30 ANOS DE EXPERIÊNCIA EM CÂMBIO E TURISMO

MELHORES TAXAS DA REGIÃO E ATENDIMENTO PERSONALIZADO

NOVA LOJA COM ESTACIONAMENTO PRIVATIVO E SEGURANÇA

Av. Olegário Maciel, 531 loja 105
Barra da Tijuca
(21) 2493-4459
(21) 99277-9321 (Câmbio)
(21) 95101-7477 (Turismo)

10% DE DESCONTO
no seguro viagem
com esse anúncio

Cafeteria e fábrica de café

Procure por Fernando Ferrari e você irá encontrá-lo provando, fabricando ou tomando café em algum lugar. O empresário, que nasceu trabalhando com café (seu pai também é do ramo desde pequeno), toma 15 xícaras de café por dia. “Até antes de dormir eu tomo café”, conta Fernando, que pilota uma cafeteria no Downtown, a Café Soho, que atrai a cada dia mais amantes do café para o centro empresarial. A vedete da loja é uma máquina de torrar e moer café, que funciona no local. “Meu sonho sempre foi ter uma cafeteria, que fosse também uma fábrica de café, já que fornecemos café também para restaurantes e cafeterias. E aqui eu consegui colocar isso em prática”, explica Fernando.

Até um café oriental, conhecido como café turco, pode ser degustado no local. Uma panela de esquentar areia, usada no preparo da bebida, faz o cliente se sentir no Oriente Médio, tomando o Café Soho feito pelo método turco.

Provador de café profissional, Fernando vai

O diferenciado Café Soho do Downtown



O empresário Fernando Ferrari na sua cafeteria Cafe Soho

buscar em diversos lugares do Brasil os melhores grãos de café para a sua loja. No andar de cima, mantém um laboratório onde trabalha e pretende realizar cursos e workshops em 2023.

Entre o tradicional e diversos tipos de Café Soho – que, na maioria dos casos, o cliente também pode levar para fazer em casa – a loja oferece ainda uma linha de cafés gelados como um delicioso suco de laranja com café e limão, até um gin tônica café, entre outras opções.

Uma linha de doces e salgados (assados na hora em um forno especial), sanduíches e saladas, também está a disposição no local, com destaque para uma coxinha de frango (testada e aprovada pela nossa equipe) de outro planeta.

A loja vende toda a linha de cafés pelo site www.cafesoho.com.br, ou através do WhatsApp 97365-4477.

O Café Soho fica no Downtown, bloco 2, loja 104 (em frente a entrada principal).

CONGELADOS COM E SEM CARDÁPIO

Você cria, a gente faz!



(21) 98845-8133



@NUTRICLARAREFEICOES



DESDE 2011



house forneria

CUPOM ABM ▶ **10%** DE DESCONTO*

VÁLIDO PARA O SITE OU APP

*NÃO ACUMULATIVO COM OS DESCONTOS DE PIZZA DA SEMANA E PROMOÇÕES DO DIA.

ACESSE NOSSO SITE:

☎ (21) 3449-0983
 📞 (21) 99969-0299
 📷 @houseforneria

Petiscos de qualidade

Vizinhando chega ao Vogue Square com belisquetes diferenciados

Com a proposta de reunir em um só espaço bar e restaurante, a Rede Vizinhando, comandada pelo casal Nair Rodrigues e Rodrigo Souza, chega ao Vogue Square. No cardápio com receitas exclusivas desenvolvidas pelo chef Dudu Mesquita, as novidades de belisquetes são a Batata Costelão, batata frita temperada, com cheddar, costela de boi desfiada, sour cream, molho chimichurri e farofa de bacon (R\$ 45); a Barrinha de Porco, torresmo com geleia de pimenta (R\$ 45); a Coxinha de galinha sem massa e com muito catupiry (R\$ 32); e a Croqueta de costela de boi assada e desfiada servida com molho chimichurri (R\$ 45). Continua...



A Batata Costelão do Vizinhando

Noite das Massas
Todas as quartas
Ravioli, Fettuccine, Capeletti, Nhoque

Todos os dias:
Pizzas
Argentinas,
Empanadas,
Pasteis,
Caldos e sopas

Festival de Camarão
Todas as quintas
Pizzas, empadão, bobó, pastéis

Quentinhas:
400g: R\$ 20
600g R\$ 24

DELIVERY GRÁTIS NO BOSQUE MARAPENDI
Buffet self service

Barra Prime Offices
Peça pelo WhatsApp 96852-8914

A GENTE SABE COMO DEIXAR O SEU DIA
Mais Doce!

VENHA NOS VISITAR OU FAÇA SEU PEDIDO ATRAVÉS DO **ifood**

SIGA A HELLO POP nas redes sociais:
@helloworldgourmet

ENCOMENDAS pelo Whatsapp:
(21) 99252-7830

HORÁRIOS de funcionamento:
TERÇA - QUARTA - QUINTA
13:00 - 18:00H
SEXTA
13:00 - 19:00H
SÁBADO
13:30 - 19:00H
DOMINGO - SEGUNDA - FERIADO
FECHADO

Avenida das Américas, 500 - Bloco 8 - Loja 138 - Shopping Downtown - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro

“O Vizinhandu ficou conhecido por seus petiscos que são a cara do Rio. Nosso desafio aqui é apresentar pratos inéditos sem perder a essência de comida de boteco”, afirma Nair.

Partindo para o almoço ou jantar, os destaques são os cortes especiais assados ou na grelha, que são exclusivos da unidade: Picanha (R\$ 69); Ancho (R\$ 79); e Assado de tiras (R\$ 86), servidos com até quatro acompanhamentos.

Para incrementar, as sugestões são as Tapas quentes: creme de espinafre; arroz de parrilha, farofa de ovos; e mini massa; e as Tapas frias: alho assado; azeitonas marinadas; cebolas em conserva; cogumelos ao creme; saladinha de grãos, tomate confit; mini massa temperada; molho à campanha; molho chimichurri e geleia de pimenta.

A chave de ouro vem com o

Assado de tiras



Corte especial do Vizinhandu

Brigadeiro, taça de sorvete de baunilha, chantilly e ganache de chocolate, chocolate Bis e morangos, servido na taça de brigadeiro e powerball (R\$ 30); e Doce de Leite, taça de sorvete de baunilha, com cobertura de ganache de chocolate e chocolate Bis, servido na taça de doce de leite e amendoim (R\$ 30).

Diversificada, a carta de bebidas é composta por vinhos, cervejas, chopes, caipirinhas e drinques autorais como, Só do VZ, coquetel refrescante e cheio de frutas vermelhas com espumante (R\$ 29); Penicilina, feito com whisky escocês, xarope de cumaru, limão siciliano, gengibre e mel (R\$ 29); entre outros.

De segunda a sexta, a casa oferece o happy hour com dose dupla de chope, de 16h às 19h. Toda as quartas têm drinque em dobro o dia inteiro.

ALÔ, BARRA!

OBRIGADO PELA PARCERIA NESTE ANO DE 2022, QUE EM 2023, CONTINUEMOS JUNTOS! O FORNO DESEJA A TODOS UM FELIZ NATAL E UM PRÓSPERO ANO NOVO!

FORNO pizza

CENTRAL DE ATENDIMENTO
(21) 3032-6999

Folhas Amarelas

O Espaço do Empreendedor Local

Confere também online todos os serviços em www.afolhadobosque.com.br/folhas-amarelas



WEBDESIGN
Seu website em Wordpress
com e-mail profissional

 21 99914.4222



Preparo para concursos

AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA
Desenho geométrico

Prof. Geisa:
Experiência
com os melhores
colégios do
Rio de Janeiro

No local (Open Mall) ou em domicílio

Ensino
fundamental
e médio

 99998-4197



**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

▶ OUTROS SERVIÇOS

▶ AULAS PARTICULARES

INFORMÁTICA P/ 3ª IDADE.
Professora paciente. Tel.: 99914-4222.

▶ FISIOTERAPIA

ACUPUNTURA, DRENAGEM,
Osteopatia, Massagem, Terapia
holística. Acupuntura. Estática facial e
corporal. Tel.: 97100-7397.

FISIOTERAPIA - RPG
Massagem modeladora. Limpeza de
pele. Tel.: 978593-2355.

▶ REFORMAS

REFORMAS EM SUA RESIDÊNCIA
Reparos, construção, pintura, elétrica,
hidráulica. Tel.: 98328-6275.

MARCENARIA MODERNA
MDF de alta qualidade. Móveis
planejados, personalizados, do seu
jeito. Tel.: 97092-8861.



MOUSSE DE LIMÃO

Taça (800g): R\$ 65 (Frete grátis ABM)

Faça a festa na Copa, Natal e Reveillon

Peça com 24h de antecedência

 21 99494-1541 (11h às 17h)
Maria Eugênia



**DONA COSTURA
BY KATITA**

AULAS

BORDADO
BONECA DE PANO
CORTE E COSTURA
PATCHWORK
COSTURA CRIATIVA
CROCHÊ
AMIGURUMI

 ACEITAMOS
ENCOMENDAS

 (21) 99215-6107

Barra Prime Offices @donacosturabykatita
Av. Afonso Arinos de Melo Franco, 222, Bl 2A, Sl 211.



*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



beleza e estética
ESPAÇO BELEZA MEDITERRÂNEO

Unhas de gel e fibra
Corte, Tintura, Lisoplastia, Mechas
Depilação, Massagem, Sobrancelhas...

**Pé e mão: R\$ 42,00
comum** todos os dias

Veja mais promoções no instagram:
 @espacobeleza_mediterraneo

 99659-9507

Rua Gastão Senegés,
185 lj.108 - Barra



**Gerenciamento
de Mídias Sociais**

Postagens profissionais
relatório de engajamento

 (16) 98223-9189

Moradora
da ABM



Studio Poliana Miranda

Pilates
Massagens Terapêuticas
Estética & Reabilitação

98805-3301 - Ed Office Tower

Instagram:
@studiopolianamiranda

TUDO PARA SUA EMPRESA DECOLAR NA INTERNET

- . Artes para Mídias Sociais
- . Marketing de Conteúdo
- . Anúncios Google,
Facebook e
Instagram
- . Loja online

 99914.4222

▶ VENDA APTS



VENDO APARTAMENTO

VIA BARRA/ABM

R\$ 750 MIL

ACEITA PROPOSTA

66 m² área útil

2 quartos
1 suite



VENDO APARTAMENTO

COND. PORTO SEGURO

R\$ 1.295.000 MIL

LINDÍSSIMO

132m² área útil

3 quartos
1 suite

Corretora Glauce Rocha: 99487-9924



VENDO APARTAMENTO

COND. BARRA ONE

R\$ 1.200.000 MIL

TOTALMENTE REFORMADO

100m² área útil

3 quartos
1 suite



VENDO APARTAMENTO

COND. KEYWEST

R\$ 700 MIL

ACEITA PROPOSTA

74m² área útil

2 quartos
1 suite



BOA VISTA

Planejados

- Equipe de Designers e Arquitetos
- Assessoria de Decoração
- Liberdade total de criação para o seu projeto
- Projetos executivos e obras (elétrica, hidráulica e rebaixo em gesso)

*CONSULTE CONDIÇÕES



CONTATOS:
(21) 3796-7146

WHATSAPP:
(21) 3490-3001

 DOWNTOWN
BLOCO 6 LOJA 114

speedywash
Lavanderia

PACOTES Mensais que cabem no SEU BOLSO

5%
DE DESCONTO
NO PIX OU
DINHEIRO

2 TERNOS
R\$

140

2 EDREDONS
R\$

110

Lavagem de
Tapetes

MENOR PREÇO DA BARRA

**CAMISA
SOCIAL**
A PARTIR
R\$ **13,00**
MÍNIMO 10 PEÇAS
LAVADAS E
PASSADAS

**CAMA &
BANHO**
R\$ **60,00**
10 PEÇAS LAVADAS
E PASSADAS

**DELIVERY
GRATUITO**

 (21)97174-3344 |  2439-4551

 speedy_wash_lavanderia

Av das Américas, 3.501
Subsolo - Loja 24
Guanabara Barra

@afolhadobosque

40 mil seguidores na internet

Divulgue no único veículo da Barra
com impresso e digital

WhastApp

99274-3202

99914-4222

