

A Folha do Bosque

Ano XIX - Nº 235 - Dezembro de 2017

ELE NÃO MORREU



Rodrigo
Teaser

E AINDA FAZ SHOW NA BARRA, DIA 21 DE JANEIRO

Editorial

“Desde que Michael se foi nunca mais pisei num palco e posso fazer isso com você”. As palavras são do coreógrafo de Michael Jackson, Lavelle Smith, e têm uma direção: os ouvidos de Rodrigo Teaser, um brasileiro que ganha a vida como MJ. Seu show tem dois elevadores, ele não dubla uma frase e faz um moonwalk de deixar Billy Jean de queixo caído. Vá até as páginas 6 e 7 e conheça o espetáculo “Tributo ao rei do pop”, que aterrissa no KM de Vantagens Hall, no domingo, dia 21 de janeiro.

A Folha do Bosque

EXPEDIENTE

Editor: Luiz Neto.

Editor executivo: Felipe Britto.

Repórteres: Marcela Prado,
Flávia Loureiro e Rodrigo Marques.
Direção de mkt: Marta de Souza.
Publicidade: Lúcia Corrêa.
Diretora de arte: Giselle Nolasco.
Correção ortográfica: Celina Karan.

Telefones:

2491-0536 / 99274-3202.

e-mails:

folhadobosque@gmail.com

afolhadobosque@yahoo.com

site: www.afolhadobosque.com.br



afolhadobosque



@afolhadobosque



/afolhadobosque2



@afolhadobosque



99274-3202

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.

Imagem do mês: Flávia Loureiro



Após passar por uma reforma, o Bondinho da Banda da Barra foi reinaugurado no domingo, 26 de novembro, com um show da Grande Rio. A escola de samba de Caxias, que em 2018 terá Chacrinha como enredo, fechou parceria com a banda, que também homenageou o centenário do Velho Guerreiro neste ano, mantendo as imagens do apresentador na decoração. O bondinho fica na Avenida Lúcio Costa, ao lado do quiosque Ponto Certo.

Corte Masc. Fem. e Infantil - Coloração - Balayage - Trat. Capilar
Escova Botox/Progressiva - Manicure - Spa dos pés - Depilação Corporal

Escova +
Tratamento Wella
R\$ 78,00

Não válido para mega hair



Buço +
Sobrancelhas
R\$ 40,00

@acassiacoeffeur /acassiacoeffeur

97381-6961 / 3597-6220

Island Personal Offices - Rua Dalcídio Jurandir, 255, lj. 171.
Atrás do Supermercado Guanabara - Terça a sáb. - A partir de 9h

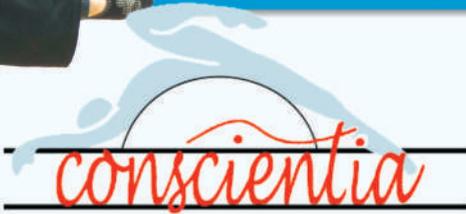
Aulas personalizadas com atenção a sua postura? Venha fazer Pilates!

Corpo tonificado e forte com
exercícios personalizados



Professora
Débora Rocha

Power pilates



nucleodeborarocho.com.br

Pilates Clínico
tratamentos de dores
e correção postural
Acupuntura
Massagens
Drenagem

Av, das Américas 1.155. sl 2009. Barra Space Center. Tels.: 2439-3731 / 99484-1327

Comunicação moderna a gente vê por aqui!

Anúncio = Jornal Impresso + Facebook + Site + Instagram



A Folha do Bosque



Extra
24h

Conviva

Área de
distribuição
das 15 mil
malas-diretas
da Folha

Città

Downtown

400 MIL PESSOAS

Número estimado do público que circula pela região

Jornal impresso distribuído por toda a Barra da Tijuca, além de 15 mil malas-diretas entregues há 19 anos na área mostrada acima. **Mais de 35 mil seguidores nas mídias sociais.**

Informações: 2491-0536 / 99274-3202 (WhatsApp) - folhadobosque@gmail.com



Fala, morador...

WhatsApp: 99274-3202 / Tel.: 2491-0536

E-mail: afolhadobosque@yahoo.com / Facebook: facebook.com/afolhadobosque

Polêmica abundante

Até mesmo o endereço da Igreja Life virou motivo de polêmica na edição anterior da Folha. Com o título “Vida abundante no Bosque”, a matéria, entre outras informações, mostra o novo templo no Bosque Marapendi. De fato, desde 2003 apenas os prédios que vão do Canal de Marapendi (em frente ao Downtown) à Avenida Afonso Arinos de Melo Franco fazem parte do local. Só que, se você der mais dois passos e for num dia de domingo, estará dentro da igreja, participando dos cultos pregados pelo bispo Robson Fontes. A Life fica na rua do lado, no novíssimo Hotel Marriot. E, como futebol e religião só não se discutem na teoria, confira parte dos comentários publicados nas postagens nas redes sociais do jornal.

“Mas uma para tirar dinheiro e pregar mentira. As igrejas verdadeiras estão em todo lugar”, (Maria Chaves).

“Somos uma Igreja Evangélica com a intenção de levar o amor de Cristo às pessoas”. (Bispa Rosana Fontes).

“Todas falam isso. Levam o amor, tiram o dinheiro dos otários. É só ver os pastores bilionários. Não confio. O bispo Macedo está pregando há 30 anos e a pobreza só aumenta. E ele fica mais rico”. (María Chaves).

“Casal abençoado. Congreguei com eles em Copacabana. Sempre que posso vou visitá-los. Farão grandes coisas. E também grandes bênçãos Deus derramará nesse lugar”. (Ecy Airoidi).

“Mais uma igreja engana bobo. Jesus disse: no mundo tereis aflições”. (Isolda Sousa Rocha).

“As pessoas falam sem conhecer. Continuam fazendo o trabalho de vocês com seriedade, como sempre fizeram, e deixa o resto com Deus. Grande abraço”. (Wesley Cunha).

“Vida abundante de quê?”. (Regina Célia Silva).

“Acho que deveria visitar para descobrir. Essa é uma comunidade séria e comprometida com bons valores cristãos. Que sejam bem-vindos! Nossa região é



O bispo Robson Fontes durante um culto no hotel Marriot

carente de bons conceitos. Nesses tempos difíceis de tanta gente voltada para grana e manipulação fico feliz com a presença de um grupo comprometido com a pureza do Evangelho de Jesus. Que Deus os fortaleça sempre nesses tempos tão confusos”. (Deusa Angélica).

“Vida abundante é Deus quem dá. Não preciso de igreja para isso. O que importa são as boas ações. Tem muita gente falando em nome de Deus, mas fazendo totalmente diferente do que ele ensinou. Acorda, meu povo”. (Elvira Costa Onofre).

“Que Deus continue usando a vida de vocês para pregar boas-novas aos que precisam ouvir e conhecer mais o Senhor”. (Susana Peixoto).

NOTAS

- **UM EVENTO ÚNICO** reúne dois grandes espetáculos no Uptown Barra. No primeiro, a magia do circo com o trupe do Halley Circus. Logo em seguida, a emoção do teatro no espetáculo “Um Natal mágico”. Os ingressos estão com 50% de desconto e saem de R\$ 30 por R\$ 15.

- **MAIS DO QUE CAMPEÃO.** O supermercado Campeão inaugurou uma unidade bem aqui no centro comercial Barra Prime Offices. Com o slogan “É mais do que Campeão, é Prime”, a rede promete superdescontos e produtos de primeira linha para os moradores.

MEDICINA ORTOMOLECULAR

Resolva o desequilíbrio do seu organismo



TRATAMENTOS

- | | | |
|------------------------------|-------------------------|------------------------|
| .Dificuldade de Perder Peso | .Câimbra/ Dor de Cabeça | .Hipertensão arterial |
| .Retenção de Líquidos | .Memória Ruim | .Arritmia |
| .Tensão Pré Menstrual | .Cabelos Quebradiços | .Diabetes mellitus |
| .Compulsão por Doce | .Unhas Fracas | .Depressão |
| .Alterações Gastrintestinais | .Fraqueza | .Infecções Virais |
| .Hipotireoidismo | .Colesterol Alto | .Infecções Bacterianas |
| .Pele ressecada | .Insônia, Stress, | .Recorrentes |



Dra. Hertha Weibel - CRM 52.28414-2

Cardiologia
Nutrologia (Dietas)
Clínica Médica
Medicina Ortomolecular

Convênios
BRADESCO SAÚDE
UNIMED
GOLDEN CROSS

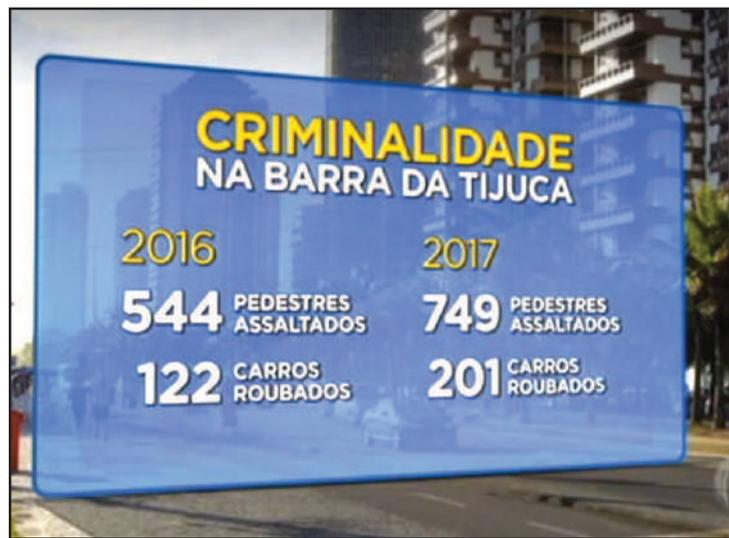
Barra da Tijuca: Centro Empresarial Office Tower
Avenida Evandro Lins e Silva 840, sala 1708.
Vila Isabel: Rua Teodoro da Silva, 539
CENTRAL DE MARCAÇÃO: Tels.: 97006-3086 / 99989-3872

Violência só aumenta na região

Números mostram o crescimento da criminalidade. Uma das vítimas recebe ameaças e até solicitação de amizade de bandido pelo Facebook

Os dados do Instituto de Segurança são claros: a criminalidade na Barra só aumenta! São 544 pedestres assaltados no bairro e 122 carros roubados, em 2016. Este ano, até outubro, 749 pedestres já haviam sido assaltados e 201 carros roubados na região.

Sem contar que os dados são medidos por meio dos registros de ocorrência e muita gente prefere o silêncio a ir até a delegacia. Foi o que aconteceu com uma das vítimas que estava no quiosque da orla, localizado



O quadro do programa “Cidade Alerta”, da Record, mostra números da criminalidade

em frente ao bar Devassa. Segundo ele, no domingo, dia 12 de novembro, um bandido armado desceu do carro e roubou todos os pertences dos

frequentadores do quiosque, enquanto o seu comparsa dava cobertura da janela do carro com um fuzil. “Virou terra de ninguém”, disse.

Na noite de terça-feira, dia 5 de dezembro, um assalto dentro do estacionamento do supermercado Zona Sul, na Avenida Érico Veríssimo, deixou clientes, pedestres e funcionários em pânico. Dois criminosos armados roubaram a motocicleta de um dos clientes. Na fuga, um dos seguranças percebeu a ação e tentou interceptar os criminosos.

Uma das vítimas da violência, que não quis se identificar, ainda tenta se recuperar do pesadelo vivido de carro ao seu prédio, por volta de meia-noite, ela e a sua amiga ficaram sob a mira de duas pistolas, enquanto outros quatro bandidos, armados de fuzis e revólveres, roubavam a sua

pick up Hilux. O assalto ocorreu na Rua Mário Covas Júnior, no dia 8 de novembro, e não na Rua Jornalista Henrique Cordeiro, como publicado na edição anterior.

“Já me pediram até amizade no Facebook com foto de fuzil na mão”

“A Barra da Tijuca está abandonada”, lamenta a vítima, que vem sofrendo ameaça dos bandidos. “Levaram nossas bolsas. Sabem nossos endereços e telefones. Já me pediram até amizade no Facebook com foto de fuzil na mão”, conta ela, que mora na Barra há 26 anos e garante que o bairro nunca esteve tão perigoso.

i.deas.store
Manutenção Especializada

Reparos de iPhone e iPad no mesmo dia

Manutenção de Mac

Upgrades - Formatações - Atualizações - Configurações
Cursos - Instalação e muito mais!

Città America - Loja 116 E - Barra da Tijuca
2025-2266 / 3529-3144 / 99551-8845

A Casa Nasi ilumina o seu bolso

LÂMPADAS DE LED COM ÓTIMOS PREÇOS

Lâmpada OR Led de Bulbo - 40W
Dura até 15 anos
branca ou amarela
R\$ 14,90

Lâmpada OR Led de Bulbo - 60W
Dura até 15 anos - branca ou amarela
R\$ 19,50

6X S/JUROS NO CARTÃO

Venha conferir esta promoção e conhecer o melhor em material elétrico e hidráulico

(21) 2494-5403
(21) 2433-2004

Casa Nasi
MATERIAL ELÉTRICO E HIDRÁULICO

ABERTO DE SEGUNDA A SEXTA, DAS 8 ÀS 18H
* preços válidos enquanto durarem os estoques

Av. das Américas, 500, Bloco 6 / Loja 119 - DOWNTOWN

LAVANDERIA

10% DE BAIXO CUSTO

JHENNY ANDRADE
Ring Girl do UFC
Cliente Lava e Leva

FLOR
Jurada do SBT,
Atriz e Apresentadora

1 PESSOA	40 PEÇAS/MÊS 10 PEÇAS/SEMANA R\$ 6,25 / PEÇA	R\$ 249,99
2 PESSOAS	80 PEÇAS/MÊS 20 PEÇAS/SEMANA R\$ 4,63 / PEÇA	R\$ 369,99
3 PESSOAS	120 PEÇAS/MÊS 30 PEÇAS/SEMANA R\$ 4,08 / PEÇA	R\$ 489,99
4 PESSOAS	160 PEÇAS/MÊS 40 PEÇAS/SEMANA R\$ 3,75 / PEÇA	R\$ 599,99

Edredom
A partir de R\$ 30,00

Tingimento
A partir de R\$ 30,00

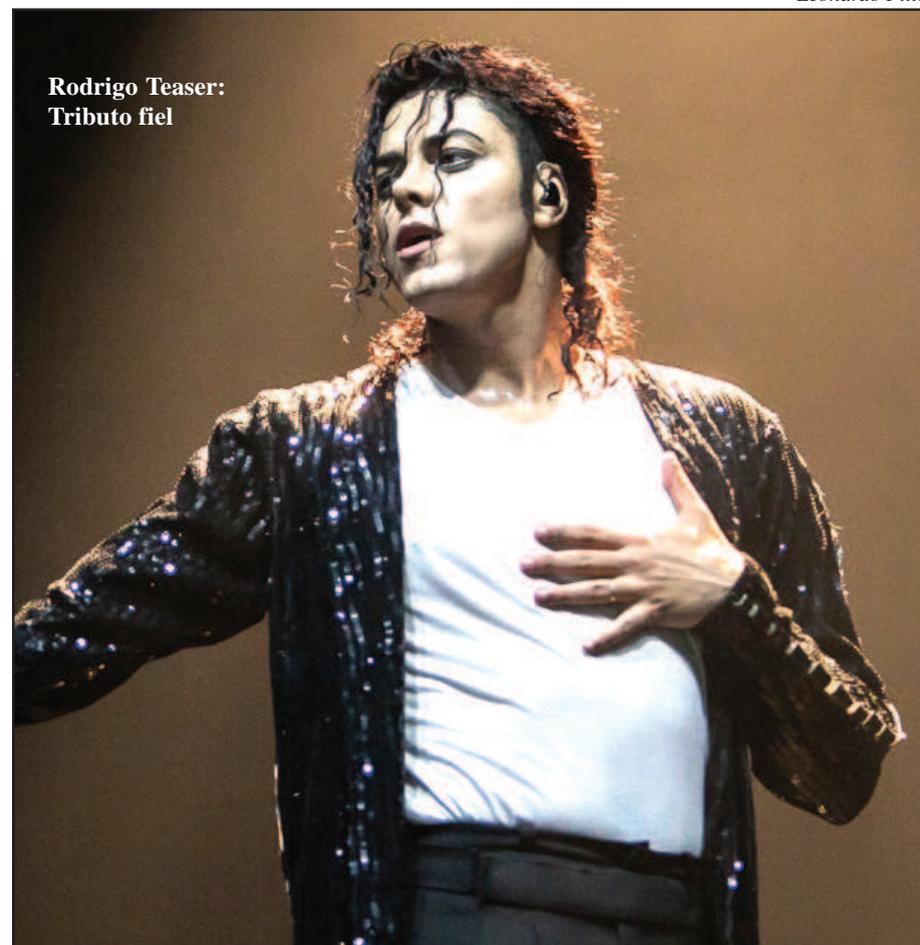
Tapete
R\$ 40,00 M²

Avulso
Confira nossos preços

Av. das Américas, 900 - Barra da Tijuca
Shopping Conviva - Subsolo

☎ 2486-4677
☎ 95904-0005

* Diga que viu este anúncio e ganhe o **DESCONTO** em qualquer plano acima. **Promoção válida até 30/11/2017.**
** Preços e condições podem ser alterados sem aviso prévio. Não estão incluídas roupas de festa, ternos, roupas de inverno, cobertores, edredons, tapetes e similares. Estes valores são para o cliente entregar e retirar na lavanderia.



Rodrigo Teaser:
Tributo fiel

Xerox autenticada

Até o coreógrafo do rei do pop se rende a Rodrigo Teaser, o cara que tem alma de Michael Jackson

Marcela Prado

As palavras a seguir são do coreógrafo de Michael Jackson, Lavelle Smith Jr., que conviveu com o rei do pop de 1986 a 2009: “Desde que Michael se foi nunca mais pisei num palco e posso fazer isso com você”. A frase tem uma direção: os ouvidos de Rodrigo Teaser, um cara que ganha a vida fazendo shows como Michael Jackson. Só que com uma pequena-gigante diferença. Teaser reproduz fielmente a superprodução que era utilizada nos espetáculos promovidos pelo astro. Seu show tem dois elevadores, ele não dubla uma frase (canta bem, inclusive) e faz um moonwalk de

deixar Billy Jean de queixo caído. Lavelle tem mais a dizer. Desde que conheceu Teaser nas redes sociais, em 2013, se impressionou com o rapaz e, um ano depois, veio ao Brasil por vontade própria para participar de suas apresentações. “Você tem um cuidado com tudo isso muito acima da média. Eu queria participar desse espetáculo”, elogiou Lavelle, antes de zarpar para o Brasil. Logo que chegou, disse para Rodrigo a frase lá do início do texto. Ambos choraram e o show, que já fazia sucesso, ganhava uma chancela de respeito. É esse espetáculo “Tributo ao rei do pop”, que aterrissa no KM de Vantagens Hall, no domingo, dia 21 de janeiro (continua...).

ORGTEC
ORGANIZAÇÃO E
TÉCNICA CONTÁBIL LTDA.

- **Contabilidade Geral**
- **Departamento Pessoal**
- **Legalização e Baixa de Empresas**
- **Assessoria Contábil Fiscal e Tributária**
- **Imposto de Renda Física e Jurídica**
- **Serviço de Despachante**

Tel.: 2210-1145
www.cariocacontabilidade.cnt.br
contato@cariocacontabilidade.cnt.br
Av. Franklyn Roosevelt, 23 / Sala 510 - Centro - RJ

Desde 1973

Inscrições: CNPJ - 42.183.913/0001.30 ISS - 00.923.613 | Filiações: CRC/ RJ - UNIPEC - SESCON/RJ

“É como se fosse uma reestrela. Para mim, foi um laboratório absurdo. Ele dividiu comigo histórias únicas e me explicou o porquê de muitas coisas. Disse como surgiram alguns passos, inclusive”, comenta Rodrigo sobre a parceria com o coreógrafo. “Em algumas músicas que íamos ensaiar ele dizia ‘Vou falar para vocês exatamente o que Michael falava quando ensaiávamos essa parte’”, diz o Michael Jackson brasileiro, lembrando que Lavelle fez apenas limpezas nas coreografias.

O show, porém, ganhou um upgrade. O “Tributo ao rei do pop” foi parar num especial para o Multishow, aterrissou no Palco Digital do Rock in Rio, invadiu o México com um pequena turnê e já é presença confirmada no Rock in Rio Lisboa. “A participação do Lavelle despertou também o interesse em outras pessoas que trabalharam com o Michael, que agora dizem que querem viver isso de novo”, conta Teaser.

Sem a maquiagem - que ele mesmo faz -, Rodrigo garante, entretanto, não ser parecido com Michael Jackson. “Dizem que lembro o Bruno Mars”, conta, admitindo que muitos acham os seus trejeitos parecidos com o do astro. “Eu acho que não tem nada a ver, mas o próprio Lavelle, durante alguns ensaios, comentava que alguns gestos que eu fazia eram bem parecidos com os de Michael e chegava a se emocionar”, lembra Rodrigo.

Sobre o assédio feminino, o cover diz que costuma escutar propostas indecentes. Nas redes sociais, recebe cantadas de mulheres casadas propondo uma relação extraconjugal de ambos, já que Rodrigo também é casado.

Com Priscila Freitas, ele divide o mesmo teto desde 2004. “O engraçado é que o Lavelle também se apegou muito a Priscila e disse uma vez que, se o Michael tivesse encontrado a mulher certa, talvez a vida dele tivesse sido diferente”, conta.

Teaser e Priscila se conheceram num evento de covers. Ela é sócia de Marilyn Monroe – Uma das maiores divas do cinema americano, que morreu de overdose por barbitúricos. Talvez não fosse bem essa aquela mulher certa para Michael, que faleceu devido ao uso abusivo de medicamentos. Uma química explosiva que, para sorte de Rodrigo, só existe na ficção!

TRIBUTAO AO REI DO POP
KM DE VANTAGENS HALL RJ
 Domingo, 21 de janeiro, às 19h.
 Ingressos: de R\$ 50 a R\$ 150 .
 Endereço: Av. Ayrton Senna, 3000.

Arte da capa:
 Diário de São Paulo/
 Daniel Ivanaskas



Teaser sem a maquiagem: “Pareço mais com o Bruno Mars”

BARBARA FICH
 MAQUIADORA PROFISIONAL

Maquiagem
 PARA

NOIVAS, MADRINHAS, FORMANDAS,
 DEBUTANTES, DIA E NOITE.

CURSO DE
AUTOMAQUIAGEM

PROGRAMAÇÃO

CONHECENDO OS PINCÉIS
 LIMPEZA DA PELE
 CORREÇÃO DAS SOBRANCELHAS
 APLICAÇÃO SOMBRA
 PREPARAÇÃO DA PELE
 APLICAÇÃO DE BLUSH, CONTORNO E ILUMINAÇÃO
 APLICAÇÃO DO DELINEADOR
 APLICAÇÃO DO BATOM

**MAKEUP
 ARTIST**

Barbara Fich

INFORMAÇÕES
 (21) 992-382-837

✉ bjfich@hotmail.com
 @barbiefich_makeup
 Barbara Fich Makeup

DANÇA

SOLTA

Associação dos moradores do Condomínio Mediterrâneo
 Av. Gastão Senges, 415.
 Segundas e quartas - 10h15. Terças e quintas - 19h

☎ 98193-5000

Professor: Mineirinho de Maceió
www.dancasolta.com

Depois de cinco anos atuando como supermercado virtual, a maior loja online de produtos orgânicos e naturais do Brasil, o Organomix, ganha sua primeira loja física. Trata-se de um verdadeiro complexo gastronômico saudável, com mais de mil metros quadrados, que abriga restaurante, casa de carne, boutique de pescados, boulangerie, gelateria e enoteca. Localizada no CasaShopping, a loja do Organomix terá, dispostos em suas gôndolas, mais de cinco mil itens, três vezes mais do que o disponível no site. Todos os produtos vendidos pela empresa seguem os seguintes princípios: oferecer a maior variedade possível de orgânicos, alimentos naturais e integrais ao consumidor, excluindo alimentos com gordura vegetal hidrogenada ou corantes, assim como adoçantes e aromas artificiais.

Para lançar a primeira loja física, o Organomix desembolsa R\$ 10 milhões. Um investimento que parte do desejo de se relacionar diretamente com os clientes, segundo o CEO da empresa, Augusto Amorim. “Temos um crescimento consolidado das vendas no site, ano a ano, e era muito importante investir em uma loja física para continuar crescendo. Era uma exigência clara do mercado e dos próprios clientes, para nos relacionarmos diretamente com eles e tornarmos tangível todos os conceitos e filosofia da marca”, explica ele, que tem a expectativa de inaugurar ainda mais três lojas, sendo a segunda também no Rio de Janeiro.

Lançado em 2012, apenas com pro-

Aula de alimentação saudável

Maior supermercado online de produtos orgânicos e naturais abre loja física na Barra



A projeção da entrada da nova loja, anunciada no site da Organomix

duto orgânico, o e-commerce do Organomix explodiu um ano depois, com a entrada de itens como carnes, produtos de limpeza e para pets. Sempre com linha saudável e sustentável.

O restaurante da loja será comandado pela Casa Graviola. Em formato de bufê, a pessoa pode escolher entre opções de salada, proteína e acompanhamentos. As sugestões mudarão diariamente com mais de 80 combinações sempre com o DNA orgânico e saudável da casa.

Frios sem glutamato monossódico estarão disponíveis na NaTaba Du Pain, que oferece pães artesanais, de longa fermentação, feitos com farinhas especiais e sem aditivos.

Na tradicional gelateria italiana Le Botteghe di Leonardo, sorvetes artesanais, com ingredientes 100% naturais, sem glúten, sem conservantes, sem gordura hidrogenada e sem adição de qualquer matéria-prima artificial. Enquanto na enoteca, a empresa The Wine Room disponibiliza cerca de 50 rótulos de vinhos de diversos países. Destaque para os vinhos orgânicos, que dispensam pesticidas, ou qualquer outro agrotóxico, e os biodinâmicos, produzidos com base na filosofia na qual a biodiversidade ao redor da vinícola é completamente respeitada.

O espaço dispõe de estacionamento e wi-fi gratuitos, além de transfer pelos principais condomínios em torno do CasaShopping.

Informações: 3180-0011. Horário: segunda a sábado, das 8h às 22h. Domingo, das 15h às 22h.

Natal
Ecoville
Brasil

O supermercado da limpeza

APROVEITE AO MÁXIMO AS FESTAS DE FIM DE ANO!
A Ecoville tem as soluções para a limpeza da sua casa

APRESENTE ESSE ANÚNCIO NA LOJA E GANHE OS DESCONTOS!

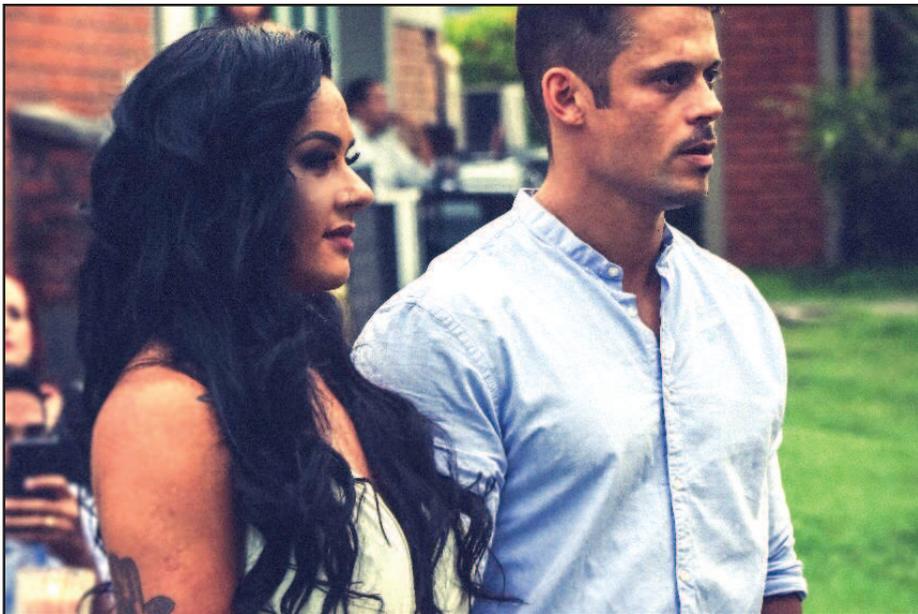
 <p>Limpa Pisos Limpax 5L De: R\$ 24,95 Por: R\$ 20,95</p>	 <p>Aromatizante de ambientes De: R\$ 37,85 Por: R\$ 27,85</p>	 <p>Lava Roupas Coco 500ml De: R\$ 5,95 Por: R\$ 5,00</p>	 <p>Lava Autos Concentrado 5L De: R\$ 39,95 Por: R\$ 29,95</p>
---	---	---	---

(21) 3986.1299 - SHOPPING DOWNTOWN - Bloco 9 Loja 108 - Barra da Tijuca/RJ

Ofertas válidas enquanto durarem os estoques.



Mais de 1 milhão de fãs de olho na Folha



Sue Lasmar, em seu casamento, recentemente, na Câmara Comunitária da Barra, com o empresário Fernando Barreto. Cobrança pelo corpo perfeito gerou depressão

Fenômeno na internet e considerada, em 2014, o corpo mais perfeito dos Estados Unidos, Sue Lasmar passa a escrever sobre saúde no jornal do Bosque

Uma máquina de 32 anos, com mais de um milhão de seguidores nas redes sociais, formada em letras, nutrição e educação física, inaugura uma coluna de saúde na nossa Folha, a partir desta edição.

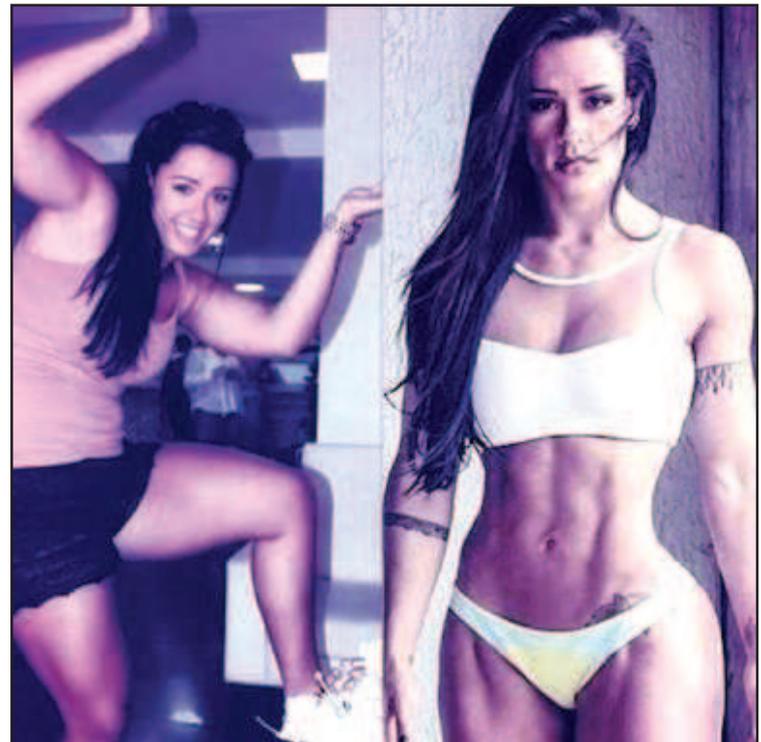
Sue Lasmar chegou a ganhar o título de “Corpo mais perfeito dos Estados Unidos”, em 2014. Na época, a musa, de 1,69m de altura, pesava 60kg e tinha 7% de gordura corporal. Elogiada por Ronnie Coleman, recordista com oito títulos do Mr. Olímpia, virou figura fácil

nas revistas americanas! A cobrança pelo corpo perfeito, entretanto, veio acompanhada de uma depressão.

“Foi tudo muito rápido. Quando percebi, já não tinha mais relacionamento nem tempo para nada. Minha rede social, telefone e e-mail não paravam. Estava em todos os lugares ao mesmo tempo e todo glamour do mundo era oferecido. Mas, quando percebi, estava sozinha”, recorda Sue. “As cobranças passaram a aumentar absurdamente, inclusive a autocobrança. Tive que me tratar, tomar remédios e sumir para cuidar da saúde”, revela a musa, que se casou recentemente numa cerimônia realizada na Câmara Comunitária da Barra.

“Estou superanimada com a oportunidade. Vai ser muito bom poder dividir com os leitores um pouco da minha experiência”, disse ela.

É músculo ou gordura?!



Aqui, eu, em 2012 e em 2015, com o mesmo peso na balança. Com o diferencial apenas da gordura e do músculo

Sue Lasmar

Muitas pessoas reclamam que, embora estejam treinando bem, o peso na balança não baixa e, às vezes, até aumenta! Isso pode até ser bom, pois, provavelmente, você estará adquirindo MÚSCULOS (que pesam mais) e perdendo gordura.

A diferença entre músculo e gordura é o volume. Se pegarmos, por exemplo, um copo cheio de gordura e um copo igual, cheio de músculo, o copo com o músculo pesará mais, devido à densidade maior do seu conteúdo. Da mesma forma, se colocarmos 1kg de gordura e 1kg de músculo lado a lado, a gordura terá um tamanho maior.

Resumindo, a gordura ocupa mais espaço. Essa é a razão pela qual é possível parecer mais magro no visual, sem que a balança demonstre perda de peso.

Portanto, não seja escravo da balança. O que importa é a sua composição corporal e o espelho é

uma ótima ferramenta. Observe também onde suas roupas estão ficando frouxas e onde estão apertando. Faça fotos comparativas (antes e depois), já que uma imagem vale mais do que mil palavras.

Se isso não for o suficiente para você esclarecer sua dúvida, um teste de percentual de gordura encerrará de vez a questão. O importante é ter a consciência de que ter mais músculos que gordura é sempre melhor, seja esteticamente, funcionalmente e, principalmente, para auxiliar no emagrecimento.

Vamos combinar uma coisa aqui? Quando falarmos em emagrecer, estaremos nos referindo à redução do percentual de gordura e, quando falarmos em aumentar, estaremos nos referindo a ganho de músculos (massa magra). A balança será apenas um referencial, junto com as medidas e, claro, os elogios! Estamos entendidos?

@sue_2485

contato.lasmar@gmail.com

Estética & Podologia *Al Corpore ESTÚDIO*

Limpeza de pele
+ Peeling de Diamante
+ Mascara de ouro

100,00

Massagem
Modeladora

65,00

No pacote c/ 5 ou 10 sessões
Total: R\$ 325
ou 650

terças e quartas

Pé e Mão

25,00

Promoções de Natal

Av. Afonso Arinos de Melo Franco, 222, sl 226, bl 2. Barra Prime Offices. Tels.: 2495.8295 / 99569.7395 wtzp

De rolé pela Barra...

Árvore do
BarraShoppingÁrvore
do Downtown

FIGHT

BarraShopping

X

Downtown

Afinal: Qual é a maior
árvore de Natal da Barra?!

Está lançado o desafio das árvores de Natal: Uma concorrente mede 55 metros de altura e a outra tem 53. Só que, como todo mundo sabe, tamanho não é documento numa briga. Diante disso, a menor sobe em um prédio de 15 metros de altura. Lá de cima, com 68 metros, ela chega para a outra que estava maior e fala: “E agora, vai encarar?”.

Traduzindo: A árvore de Natal do BarraShopping mede 55 metros de altura. A do Downtown mede 53, mas chega a 68 metros.

A assessoria do BarraShopping informa que o artefato foi construído com a intenção de ser o maior da Barra. Já o marketing do Downtown diz que ninguém alcança a sua árvore em altura! E agora, para qual das duas vai o seu voto?

Sua empresa
não tem Instagram,
Facebook nem
website?

Fale conosco

☎ 2491-0536

📞 999-144-222



MARCÃO REFRIGERAÇÃO
E ETC

- ✓ Instalação de ar split
- ✓ Consertos - Manutenções de geladeiras e ar condicionado
- ✓ Elétrica Residencial

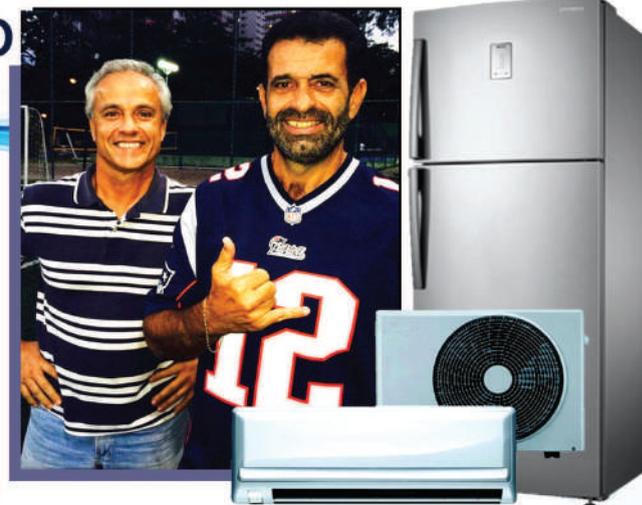
Técnicos formados pelo SENAI

Tel.: 97650-6860 (whatsapp)

marcobatuli@globo.com

frigeracaoeetc

marcao.refrigeracao



Bem-vindas ao mundo da maquiagem



Barbara Fich

Maquiadora profissional, a moradora do Bosque Barbara Fich oferece cursos de automaquiagem (na faixa de R\$ 150), que incluem correção de sobrancelhas, aplicações de sombra e blush, entre outros itens! “São cursos indicados para quem adora maquiagem, mas ainda tem dúvidas sobre como e quais produtos utilizar a fim de valorizar os seus pontos fortes. Dá para aprender o indispensável e ingressar no universo encantador da maquiagem, criando looks incríveis”, explica ela, que, em seu serviço de maquiagem para noivas, madrinhas, formandas e debutantes, dedica-se a cada rosto como se estivesse pintando uma tela para ser exposta. “O mundo se tornou minha galeria e os rostos dessas mulheres, minhas obras de arte”, afirma Bárbara. Informações: 992-382-837.

Rede de produtos premiados de limpeza residencial, a Ecoville oferece ótimos descontos para o Natal. Se, normalmente, na loja que fica no Downtown já dá para fazer uma economia de 70% em relação aos produtos similares dos supermercados, imagina agora... Confere na página 8 ;))

Boa vontade

Sabe aqueles vendedores que te atendem na maior simpatia, conhecem tudo do produto que está a venda, não forçam a menor barra para você comprar e ainda te deixam tão a vontade que você acaba virando brother dos caras? Prazer: Fabiano Barbosa e Tiago Silva. Setor de móveis e eletro, respectivamente, do Extra 24h. “O segredo é a paciência”, revela Tiago. “Muitas vezes vale mais a amizade do que a venda, que acaba sendo consequência”, ensina Fabiano. Humildes, são dessas pessoas que te fazem acreditar que o mundo ainda tem jeito...



Tiago e Fabiano: Atendimento Vip



Olga Passos com a tela Vida

Dá para conferir a poesia referente à tela da foto e um pouco mais sobre a artista em www.fofhadobosque.net

Poesias e textos

Misto de galeria e escola de arte contemporânea, a Ōko, localizada no Città America, apresenta o trabalho de 19 artistas plásticos, alunos do local. Um deles é o da psicoterapeuta Olga Passos, moradora do Barra Sol, que passou a expressar algumas de suas emoções através de poesias e textos.



A dança do verão

Localizada no New York City Center, a Cia Athletica inova com a Fitdance, uma mistura de coreografias de dança, com movimentos de fácil assimilação e exercícios físicos. Os alunos seguem os passos dos professores/dançarinos ao som de músicas de diferentes estilos. Promete ser a moda do verão.

O Yahoo dos anos 80



Antes mesmo de existir o e-mail, esse Yahoo já fazia sucesso! Famosa na década de 80 com a canção “Mordida de amor”, a banda se apresentou no Downtown, no sábado, dia 2 de dezembro. Na foto acima, a capa de um dos primeiros CDs do grupo, ainda com o seu fundador, Robertinho do Recife, à frente.

**ALUGUEL
DE IMÓVEL
SEM FIADOR**



**USE TÍTULO DE CAPITALIZAÇÃO
COMO GARANTIA EM LOCAÇÕES
SEM LIMITE DE VALOR**

RÁPIDO, SEM CONSTRANGIMENTOS
SEM BUROCRACIAS - AO FINAL
DO CONTRATO O INQUILINO AINDA
PODE TER DE VOLTA O VALOR
DO TÍTULO ATUALIZADO PELA TR

Tels.: (21) 98497-3713 / 98872-0608
5s@5scorretora.com.br

ALNS
tecnologia da informação

Administração de Redes
Suporte em Informática
Manutenção Preventiva

Instalação / Substituição de Hardwares
Instalação / Remoção de Softwares
Cabeamento Estruturado

☎ (21) 2493-0445 / 99993-3787
✉ contato@alns.com.br
<http://alns.com.br>





O hambúrguer de soja com arroz integral, alface, tomate cenoura e molho especial da Mr. Fit

“Baixa colesterol”

Esse é apenas o nome de um dos pratos do Mr. Fit, rede especializada em fast food saudável, que acaba de inaugurar mais uma filial na Barra

Especializada em fast food saudável, a Mr. Fit (que acaba de inaugurar uma nova unidade, desta vez, aqui na Olegário Maciel), traz opções como este hambúrguer de soja com arroz integral, alface, tomate cenoura e molho especial (R\$ 12,90). Seu nome, Baixa Colesterol, ilustra bem o cardápio focado na saúde e bem-estar, elaborado pela rede.

Criada pela administradora de empresas Camila Miglhorini, em 2013, a Mr. Fit segue em franco crescimento e já conta com 70 lojas em todo país. Até o fim de 2018, vão ser mais 22 lojas,

chegando a 92 unidades. São seis filiais no Rio, sendo agora duas na Barra e uma em Jacarepaguá. *Cotinue...*



A empresária Camila Miglhorini: franco crescimento

medicina em foco
UROLOGIA, ORTOPEDIA E ORTOPEDIA PEDIÁTRICA

www.clinicamedicinaemfoco.com.br

A Clínica Medicina em Foco é a sua nova opção em saúde na Barra da Tijuca. Com foco na prevenção para a qualidade de vida, a clínica oferece um atendimento humanista e especializado com o que há de mais avançado em medicina diagnóstica e tratamento.

A equipe, formada pelos médicos especialistas Dr Moacyr Simas, urologista, e a Dra Carolina Ritter, ortopedista e ortopedista pediátrica, garante um atendimento de alto nível com toda a confiança que você merece.

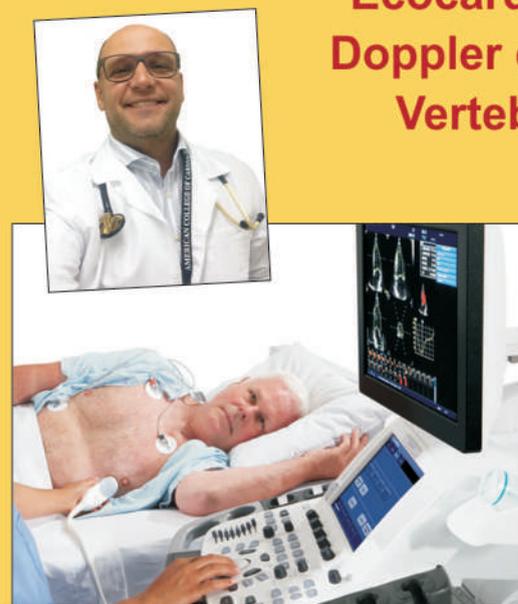


Av. das Américas, 4.200 - sala 108 A - Bloco 8 - Edifício Geneve - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ
Marque sua consulta pelos telefones: 3385-4128 | 96450-5470 | 97033-4869

Cardiologia - Geriatria
Dr. Bergsom Bastos



**Ecocardiograma - ECG
Doppler das carótidas e
Vertebrais - feitos no
consultório**



Particulares
e convênios

Unimed

CASSI

Golden Cross

Furnas

PETROBRAS

Consultas / Visitas domiciliares / Acompanhamento Hospitalar

BARRA PRIME OFFICES - BOSQUE MARAPENDI
Avenida Afonso Arinos de Melo Franco, 222, bloco 2A, sala 225.
Tels.: 3283-7607 / 97227-6667 / e-mail: bergsom@terra.com.br



Estrogonofe da Mr. Fit: feito com biomassa de banana verde, frango, arroz integral e chips de batata-doce (R\$ 15,90)

Rodízio nota 10!

Casal Gourmet

Fomos conferir a Skipper Barra, casa que marcou época na década de 90, em Búzios e no Leblon, para ver se o gostinho da pizza ainda era o mesmo!

E só faltou alguém usando perfume Free para acreditarmos que havíamos, de fato, nos teletransportado para aquela época! O mesmo sabor incrível, o mesmo molho gostoso e a mesma massa levíssima!

Apostamos no rodízio (R\$ 29,90) com destaque para a pizza de alho-poró com catupiry - Além dos calzones maravilhosos!

Lembra o rodízio do extinto Casanova, no Itanhangá! Nota 10!



Instagram @skipperbarra



FELIZ Sleep Time NATAL!

night and day

O MELHOR PRESENTE É AQUI!





www.sleepimerio.com.br @sleepimelingerie

O robalo é a vedete



Robalo ao molho de moqueca de camarão com cuzcuz marroquino

Festival apresenta diversas opções para degustar o peixe

O Amélie Creperie et Bistrot apresenta o seu Festival de Robalo, que fica em cartaz até o último dia do ano. Trata-se de um menu completo, com entrada, prato principal e sobremesa (R\$ 72), que abre os trabalhos com tartar de salmão ao molho de mostarda Dijon e maracujá com torradas de trigo sarraceno.

Na continuação, opções como o robalo ao molho de moqueca de camarão com cuzcuz marroquino; o peixe com banana-da-terra ao molho de mel e laranja com risoto de queijo coalho; ou o robalo com alho negro confit e linguine de camarões e manteiga de sálvia. Para fechar: pudim com caramelo de café e farofa de paçoca. E, para harmonizar, o argentino Norton Lady Chardonnay (R\$ 102); e o espumante francês Veuve du Vernay Rosé (R\$ 92).

O Amélie fica no nível lagoa - Loja 173, do BarraShopping.



Camarão Lula Polvo
Peixes Variados
Cavaquinha Lagosta
Catado de Siri

Sob Encomenda
Vieiras / Mexilhões na Concha / Ostras

PEIXES & FRUTOS DO MAR
Entregues em sua Residência

LIGUE E CONFIRA
98188-3678 (whatsapp)
99848-3678

Nossos Valores
1º QUALIDADE
2º QUALIDADE
3º QUALIDADE



Preços Abaixo do Mercado

www.ecpescados.com.br
f /ecpescados
contato@ecpescados.com.br

ENTREGAS NA BARRA DA TIJUCA E ADJACÊNCIAS
(Descontos para Entregas às Quintas e Sextas-Feiras)



LANÇAMENTO DE NATAL
TORTA DE

MAÇÃ COM NOZES

A MAIS NOVA DELÍCIA DA TRADICIONAL

Confira outras possibilidades para deixar seu Natal ainda mais gostoso!



BOLOS DE FESTA

PUDINS

TORTAS GELADAS

POOL CAKES

ED

R. Afonso Arinos de Melo Franco, nº222, Barra da Tijuca
SITUADO NO BARRA PRIME

97971 6987

3151 5658

/tradicional_bolos_barra • /tradicionalboloscaserosbarradatijuca • www.tradicionalboloscaseros.com.br

DELIVERY DE SEGUNDA À SÁBADO DAS 14H ÀS 18H



As rabanadas
do Rosita Cafe

Para se acabar na rabanaba

Embebida em calda de leite condensado ou no creme inglês? Escolha a sua! E prepare-se para ganhar aqueles quilinhos extras ;)

O chef do Deli Delícia, Daniel Lameirão, preparou um cardápio especial para as ceias de Natal e Ano Novo. Entre diversas opções de assados, bacalhau e quiches, destaque para estas minirabanadas de brioche (R\$ 30 – 10 unidades), feitas com brioche embebido em creme inglês, grelhadas na manteiga e polvilhada com açúcar e canela; e para as rabanadas tradicionais (R\$ 25 – 10 uni-

dades), com pão de rabanada embebido em calda de leite condensado, leite, ovos e canela, frito e polvilhado com açúcar e canela.

No Rosita Cafe, o chef Pedro Castro Neves promete rabanadas de outro mundo. Craque na cozinha portuguesa, ele cobra R\$ 50 por oito unidades da iguaria.

Informações - Deli Delícia: 3572-8539. Rosita Café: 3084-5203.



doceriadabarra@doceriadabarra.com.br

**KIT FESTAS
TORTAS / BOLOS
SALGADOS
DOCES EM GERAL
EVENTOS / BEBIDAS
TÁBUA DE FRIOS**

AS MELHORES TORTAS DA BARRA

Tortas especiais: sem Glúten e Lactose e Zero Açúcar



*Promoção não acumulativa. Somente um cupom por torta

 @doceriadabarra

 /doceriadabarra

DELIVERY  **2456-1955**

Città America
Av. das Américas, 700,
bl.8, lj. 108 K.

AGENDA

EVENTOS



Réveillon deslumbrante

O rooftop do hotel Grand Mercure: vista para as lagoas da Barra e montanhas do Maciço da Pedra Baranca, além de queima de fogos exclusiva

Vistão, queima de fogos exclusiva, shows de Roupa Nova e Sylvinho Blau Blau... Não faltam atrações na virada de ano pelos hotéis da região

Uma belíssima queima de fogos vai acontecer na virada do ano, em diversos pontos já confirmados na orla da Barra. Hotéis, como o Grand Nobile, Hilton Barra, Grand Mercure, Grand Hyatt, Ramada Hotel, Windsor Marapendi e Windsor Barra, já confirmaram presença na festa que terá 14 mil bombas, lançadas simultaneamente. Novo Leblon e Riviera Dei Fiori e shoppings como o

Village Mall e Barra World também aderiram a explosão pelos céus do bairro. Outros pontos certos de fogos são o Quebra-Mar e a Ilha Pura.

É dentro dos hotéis, entretanto, com vistão deslumbrante, comodidade e segurança, que o Réveillon 2017 promete muito glamour, birita, shows e alta gastronomia.

No Grand Mercure, por exemplo, a virada do ano acontece num rooftop de frente para a Lagoa de Jacarepaguá e cercado pelas montanhas do Maciço da Pedra Branca. Um vistão 360° de onde dá para ver o bairro inteiro. Localizado na cobertura do Mercure, o restaurante Í Bistrô oferece uma ceia criada pelo chef espanhol Victor Hugo, com saladas,

pratos quentes e sobremesas. O ingresso para o evento (R\$ 590, com 20% de desconto para moradores da Barra e mais 10% para membro do Le Club - programa de fidelidade da Accor) inclui ainda open bar com cerveja Heineken, vinhos tinto e branco, caipivodcas, gin Tanqueray, uísque 12 anos e espumante. Para esquentar a pista de dança, o famoso DJ Marcinho ataca com os maiores hits da atualidade e clássicos de todos os tempos.

Perto dali, na Avenida Embaixador Abelardo Bueno, outro cinco estrelas, o Hilton Barra, com vista panorâmica do bairro todo, faz a festa com DJ no seu charmoso terraço. O ingresso sai a R\$ 389 por pessoa, com direito a menu

especial e petiscos com toques inusitados, além de open bar com espumante Chandon, uísque 12 anos, vinho importado, cervejas e caipirinha. Depois da virada, os convidados poderão ter acesso ao salão principal, onde acontece a apresentação da banda Soul de Quem Quiser. No espaço nobre, conhecido como Bromélia, em que rola o show, o ingresso sai a R\$ 799, com DJ até o fim da noite e espaço Kids Club, além de bufê contemporâneo e open bar.

No Américas Barra Hotel, também com um rooftop de respeito e vista deslumbrante do bairro todo, haverá ceia por R\$ 190, festa no terraço por R\$ 250, ou os dois juntos por R\$ 380. Com direito a coquetel volante e open bar.

Também na Avenida das Américas, o Ramada Hotel (agora Ramada Encore Ribalta) usa a famosa casa de shows, que foi transformada em seu centro de convenções, para show com o grupo Roupas Nova, bufê especial e open bar premium. Tudo por R\$ 585.



Sylvinho Blau Blau: cantor anima a festa no Venit Barra Hotel



Mariana Féo, vocalista da Rádio Hits. Show no Grand Hyatt



Percussionista e vocalista do Roupas Nova, Paulo César, o Paulinho, vai estar com a banda toda no Ribalta, anexo do hotel Ramada

De volta à Abelardo Bueno, o cantor Sylvinho Blau Blau agita o réveillon do Venit Barra Hotel. A ceia será servida nos dois restaurantes do hotel: o Curi e o Matera. Ambas pelo mesmo valor (R\$ 480, com bebidas alcoólicas à parte). Assinado pelo chef Everton Valladão, o menu traz como destaque Magret de canard laqueado com mel e Dijon e molho cítrico, entre diversas opções.

Pela orla, ainda mais opções

O glamour continua nos hotéis localizados na orla: Grand Nobile, Hyatt, Windsor Barra e Marapendi.

No Nobile (ex-Sheraton Barra), acontecem duas festas: uma no restaurante Terral, localizado de frente para o mar, com ingresso a R\$ 1 mil; e outra no salão Atlântico, por R\$ 650 (com ambos os valores mantidos até 21 de dezembro).

No Windsor Barra, com o tema "Ano Novo iluminado", está programado show da banda Dancin Nights, bufê completo com bebidas não alcoólicas e alcoólicas e espaço exclusivo com atrações para o público infantil. Tudo por R\$ 890 (para compras até 15/12). Na unidade Windsor Marapendi, também com música ao vivo, kid's club e bufê completo, a festa sai a R\$ 590 + taxa por pessoa.

No Grand Hyatt Hotel quem comanda a festa é a banda Rádio Hits - o grupo musical oficial do Parque Olímpico nos Jogos Rio 2016. Por R\$ 880, com direito a open bar, buffet e café da manhã de 4h às 5h.

O quiosque do Joilton realiza uma grande festa com open bar, open food e palco na areia com som e efeitos de luz. Com direitos a três shows: Zen Serrano - Baile do Zen; 3deepsaxlive; e Cacá e Dodô - Sertanejo Universitário. Ingressos: R\$ 320.

No Yundú lounge, na Avenida do Pepê, a festa sai a R\$ 750, com tudo liberado e show de três DJs.

No quiosque do Lelê, a mesa para 4 pessoas sai por R\$ 350 com direito a um cardápio de entrada + 1 Chandon na mesa e show de pop rock e sertanejo.

- O caminho da felicidade para virar o ano



HOTEIS:

Grand Mercure
Av. Salvador Alende, 6555.
Tel.: 2153-1800.

Hilton
Av. Emb. Abelardo Bueno, 1430.
Tel.: 3348-1000.

Venit Barra Hotel
Av. Emb. Abelardo Bueno 2710.
Tel.: 3993-9000.

Américas Barra
Av. das Américas, 10.500.
Tels.: 3442-7241 / 99325-4687.

Ramada Encore Ribalta
Av. das Américas, 19.021.
Tel.: 2430-5500

Grand Nobile (ex-Sheraton)
Avenida Lúcio Costa, 3150.
Tel.: 3139-8000.

Windsor Barra
Av. Lúcio Costa, 2630.
Tel.: 2195-5000

Windsor Marapendi
Avenida Lúcio Costa, 5400.
Tel.: 2195-9900.

Grand Hyatt
Av. Lúcio Costa, 9600.
Tel.: 3797-1234.

QUIOSQUES

Joilton
Avenida Lúcio Costa, 3700.
Tel.: 96474-5100

Yndú Beach Lounge
Av do Pepê, 930.
Tel.: 98153-6223.

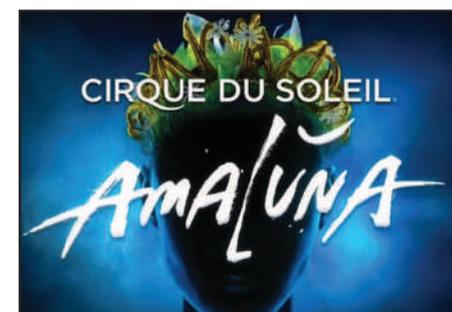
Quiosque do Lelê
Avenida Lúcio Costa, 3604. Tel.: 97191-1763.



TEATRO

Força feminina

Cirque du Soleil homenageia as mulheres no Parque Olímpico



Com uma nova superprodução, que enaltece a força e o empoderamento das mulheres, o Cirque du Soleil retorna ao Brasil com o espetáculo Analuna. Após uma temporada de sucesso em São Paulo, a turnê estreia na quinta, 28 de dezembro, no Parque Olímpico.

Pela primeira vez na história do Cirque du Soleil, um espetáculo apresenta um elenco majoritariamente feminino. "Amaluina é um tributo ao trabalho e à voz das mulheres", explica o diretor de criação do show, Fernand Rainville.

Cirque du Soleil - Amaluina

Local: Parque Olímpico

Endereço: Avenida Embaixador Abelardo Bueno, s/n.

Entre 28 de dezembro de 2017 e 21 de janeiro 2018.

De terça a sexta-feira, às 20h; (sessões às 16h30 em algumas datas durante a semana); sábados, 16h30 e 20h; e domingos, às 16h e 19h30.

Bilheteria: Shopping Metropolitan.

SE MEU APARTAMENTO

Falasse - espetáculo de Charles Möeller & Claudio Botelho. Com Marcelo Medici, Malu Rodrigues, Marcos Pasquim e Maria Clara Gueiros. Baseado no roteiro do filme "The apartment" - Oscar de melhor filme, de 1961. Em cartaz no Teatro Bradesco, de 15 de dezembro a 14 de janeiro. Sextas e sábados, 21h, domingos, 18h. Ingressos: de R\$ 50 a R\$ 150. Nos finais de semana do Natal e Réveillon não haverá espetáculo. O Teatro Bradesco fica na Av. das Américas, 3.900/Village-Mall. Informações: 3431-0100.

A maioria dos hotéis oferece ainda ceia de Natal, almoço do dia 25 e café da manhã no dia 1. Os telefones estão aqui em cima para você conferir e fazer a sua reserva. Feliz Natal e um Ano Novo deslumbrante :))

Só rindo...

PEGADINHAS & PIADINHAS

Odeio quando o chuveiro só tem duas opções



Queimadura de terceiro grau Ou andar nú na Antártida

- Com o bloqueio do WhatsApp, mãe reencontra filhana própria casa após meses sem vê-la



CURSO BÁSICO DE INGLÊS



Na aula de Química... Quais as principais reações do álcool?!

- Respondi:

Ligar para a ex-namorada. Chorar do nada. Beijar gente feia

É PRECISO AMAR AS PESSOAS COMO SE ELAS FOSSEM



Classibosque

SERVIÇOS

▶ ADVOCACIA

CONTABILIDADE GERAL
Legalização e baixa de empresas. Assessoria contábil e tributária. Ogtec. Desde 1973. Tel.: 2210-1145.

▶ BELEZA/ESTÉTICA

DIFICULDADE DE PERDER peso? Compulsão por doces? TPM? Fraqueza?
Procure uma ortomolecular. Tel.: 970-063-086. Herta.

▶ ALIMENTAÇÃO

As **TORTAS** mais **SABOROSAS**
e bolos para festas

Os mais variados sabores de tortas, tortas light, rocamboles, cheese cakes, bolos, mini-tortas, bombas, doces portugueses e doces para festas

MR. TORTA

2502-9695 • 25045114 • 98683-2710

Pedidos para o mesmo dia, até as 7h30
Entregas em domicílio **GRATUITAS**

ESCOVA + TRATAMENTO
Wella: R\$ 78 (não válido para mega hair). Buço + sobrancelhas R\$ 40. A Cassia Coiffeur. Tel.: 97381-6961 (Wzap).

Fisioterapia Domiciliar

Fisioterapia Respiratória e Motora.

Especialidade em Postura, Coluna e Geriatria.



Dra Aline Cardoso Abadie
CREFITO - 2 45651-F
99254-8526 • 98262-0457

BOLOS CASEIROS. DELIVERY.
Fabricação artesanal, frutas selecionadas, chocolate com maior concentração de cacau e farinha especial. No Barra Prime. 97971-6987.

LANCHES CASEIROS
Cookies, brownies, biscoito amanteigado, bolos, cheese-cake, quiche, torta salgada, bolinho de bacalhau. Encomendas. Cel.: 99297-4282.

▶ INFORMÁTICA

MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES. Notebooks. Instalação, Windows. Venda de PCs. Pequenas redes. Orçamento grátis! Tels.: 3649-4530 / 99702-9265. André.

VENDA

MESA EM MOGNO. Poliuretano, com tampo de granito. 6 cadeiras. R\$ 550. 2491-1814.

PURIFICADOR DE ÁGUA
Europa. Modelo Da Vince. Só funciona para água natural. Defeito na água gelada. R\$ 60. 99546-0595

TOYOTA COROLLA Gli 12/13. Automático, banco de couro. Super novo, 28.000 km. R\$ 49 mil. Tel.: 96404-0070.

▶ AULAS PARTICULARES

AULA DE ALEMÃO.
Professora nativa. Elizabeth. Tels: 99146-6922 / 2495-1861.

AULAS PARTICULARES INGLÊS.

Fale em pouco tempo!
Professores experientes. Conversação. Viagens. Todos os níveis. Preços acessíveis. Tels.: 2491-1814 / 99923-2625.

Imposto de renda em família



Duas empresas de contabilidade na mesma família. Uma é a Orgtec - Organização Técnica e Contábil - fundada por José Carlos Gomes Pinto em 1973. A outra é a Carioca Contabilidade, fundada em 2011 por Carlos José Gomes Pinto.

José Carlos é o pai e Carlos José o filho. E os dois são sócios nas duas empresas. Os 44 anos de perícia de um complementa o outro, mais antenado nos desafios atuais. Assim, a dupla presta assessoria contábil fiscal e tributária, faz legalização de empresas e Imposto de Renda de pessoa física e jurídica, entre outros serviços de contabilidade geral, unindo experiência e modernidade.

Por falar em Imposto de Renda, se aproxima aquela época quando o contribuinte deve se preocupar com a declaração. Basicamente basta baixar o programa da Receita Federal, preencher o formulário com as informações pedidas e enviar. Mas se em algum momento esses dados forem inseridos de forma inconsistente, ou de maneira incorreta, o cidadão poderá ser pego na malha fina.

“É necessário que se tenha uma assessoria contábil pois o contador é o expert da legislação tributária”, recomenda o experiente José Carlos, lembrando que só o contador sabe os caminhos e atalhos para elaborar a declaração evitando erros e recolhimentos indevidos.

Tanto a Orgtec quanto a Carioca Contabilidade podem ser contactadas pelo telefone 2210-1145

NASCEU UMA
NOVA IGREJA
EVANGÉLICA

NO CORAÇÃO DA
BARRA DA TIJUCA

<https://igrejaife.com.br>

Cultos todos os domingos,
às 18:00h.

Hotel Marriot Barra,
Av. Evandro Lins e Silva,
600, Barra da Tijuca



COMPRO SEU CARRO

Bolsa de Automóveis

Cubro oferta!

PAGO NO ATO!

Dinheiro, Transferência ou TED

Vou ao local

Qualquer ano ou modelo
Mesmo com dívida.

Rapidez e segurança.

24h - 40 anos de mercado

Comunicamos venda ao Detran

Victor Leite ou José Leite

vgmidia@yahoo.com.br



www.compradecarrosrj.com.br

2493-2050  99953-3676

Marlon Brum

Viver aqui que é Flórida

Quando desembarquei em Miami, a primeira impressão que tive era de que estava descendo na Avenida das Américas. Grandes outdoors, avenidas largas, shoppings para todo lado... Mas bastou um par de horas nessa cidade americana da Flórida para perceber que as semelhanças param por aí. E tudo por uma questão básica: aqui tudo funciona. Não há jeitinho. E as coisas são feitas sob a ótica do consumidor, do usuário. E os resultados aparecem.



A caminho do hotel, para começar, um festival de placas de sinalização permite que o turista, facilmente, se desloque por qualquer lugar acompanhado do simples Google Maps. Sem falar que por aqui não se corre risco algum de o dispositivo, coitado, inadvertidamente, te jogar em alguma favela. Fico imaginando um pobre de um americano querendo chegar a alguma rua do Recreio, por exemplo, vindo do aeroporto... Mais fácil obter a resposta nos búzios do que nas orientações de tráfego da Prefeitura.

No dia seguinte, fui ao mercado em frente à acomodação em que fiquei. Por conta do alto valor cobrado pelo breakfast calórico do hotel, optei por comprar produtos mais frescos e selfmade meu desjejum. E quanta diferença: primeiro pela limpeza quase asséptica dos corredores e balcões, depois pela qualidade e frescor de frutas, passando por uma variedade de opções de deixar qualquer um confuso. Fila para pagar, não existe também. Dada as dezenas de caixas.

Ou, se você preferir, há registradoras nas quais você mesmo passa os produtos pela leitora ótica e paga. Tudo igualzinho aos nossos Extras e Mundial, né?

E até mesmo a tão decantada similaridade dos shoppings... Quanta diferença!!! E olha que nem vou me ater ao preço das coisas, óbvio. Mas, para começo de conversa, praticamente todos os grandes malls de Miami não cobram por estacionamento. Aqueles achaques de Rio Design e BarraShoppings da vida, mesmo se você deixou seu salário lá dentro, aqui não tem. Cancelas com defeito, atravancando a saída, como aqui, também não. Num deles, perdi o tíquete e o segurança, educadamente, pediu meus dados e, por um sistema, viu o horário de entrada e fez a cobrança. Tal qual ocorreria aqui, né?

Resumindo, meus caros: de parecidas, Barra e Miami têm muito menos coisas em comum do que costumamos ouvir. Viver aqui, amigos, é que é Flórida!

marlon@extra.inf.br

Volta às Aulas 2018



(21) **3152-6095**

Whatsapp: (21) 99637-5192
WWW.PAPELIMPERIAL.COM.BR
www.papel.imperial@hotmail.com
Bloco 2, Loja 114

**MATERIAL DE ESCRITÓRIO
MATERIAL ESCOLAR
PRESENTES
ARTESANATO E PINTURA
FATURAMOS PARA EMPRESAS**

CÂMBIO É COM A AMITUR

Alternativa rápida e fácil para realizar suas operações de câmbio com total segurança e as melhores taxas

Atuando no mercado de câmbio e turismo desde 1990, a Amitur Câmbio e Turismo tornou-se uma empresa tradicional pela excelência, confiança e comodidade oferecida aos seus clientes. Sempre buscando satisfazer as necessidades dos mesmos.

Com as taxas mais competitivas do mercado.
Com uma equipe treinada e preparada para oferecer o melhor atendimento



CORRESPONDENTE
CAMBIAL DA BRX



Av. das Américas 700, lj. 117 F.
Tel.: 2025-2525

www.amitur.com.br

MAIS DE 25 ANOS DE EXPERIÊNCIA

Remessas Internacionais

- .Manutenção de residente
- .Disponibilidade de capital
- .Pagamentos

Traga esse anúncio e ganhe DESCONTOS no Câmbio