



Siga @afolhadobosque no Instagram

27
anos

A Folha do B...

Ano XXVII - Nº 335 - Abril de 2026

Rodolfo Abrantes,
o ex-vocalista do
Raimundos: Ruptura
no auge para
entrar na
igreja



O diretor Daniel Ferro: nove meses isolado num coworking, na Barra, montando a série

Sexo, drogas e Jesus

Andar na Pedra: o documentário do Raimundos que todo mundo está comentando

EDITORIAL

Série-documentário que acaba de aterrissar no Globoplay, *Andar na Pedra – A história dos Raimundos* vem sendo tratada como um daqueles raros acertos que unem crítica, público e memória afetiva. Ao longo de nove meses praticamente enclausurado em uma sala de coworking na Barra da Tijuca, o diretor Daniel Ferro mergulhou em cerca de 250 horas de material bruto para lapidar uma narrativa enxuta e potente. Confira nas páginas 3 e 4.

A Folha do Bosque

O maior portal de comunicação da Barra

Impresso e digital

@afolhadobosque



e-mail: folhadobosque@gmail.com
www.afolhadobosque.com.br

99274-3202
99914-4222

Expediente

Editor: Luiz Neto.

Direção de marketing:

Marta de Souza.

Repórteres:

Marcela Prado e Marcelo Alaerte.

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.

Versão impressa distribuída diretamente nos escaninhos



O fim do Castelinho



Márcio Mizael, o Castelinho

A Subprefeitura da Barra demoliu, no dia 30 de março, o tradicional castelo de areia da Praia do Pepê. A estrutura, que há cerca de 30 anos se tornou um símbolo da região, também servia de moradia para o artista Márcio Mizael, conhecido como “Castelinho”, de 52 anos.

A retirada ocorreu após denúncias sobre as condições do local. De acordo com a subprefeitura, uma vistoria da Defesa Civil identificou risco de desabamento, já que a construção não possuía elementos permanentes que garantissem a segurança.

A obra deve ser reconstruída em formato menor e sem local para moradia. Em 2018, a vida de Márcio virou tema de diversas reportagens internacionais, em jornais como o espanhol El País e o britânico BBC. Em 2029 ele foi capa da Folha do Bosque.

SERVIÇOS ELÉTRICOS

CNPJ: 63.247.816/0001-34


MARKO & LUIZ

- AUMENTO DE CARGA;
- INSTALAÇÕES ELÉTRICAS RESIDENCIAIS, COMERCIAIS E INDUSTRIAIS;
- LIGAÇÃO NOVA - ADEQUAÇÃO COMPLETA AO PADRÃO DA LIGHT;
- LAUDOS E REFORMAS COM TÉCNICO RESPONSÁVEL;

CONTATOS:
MARCO HENRIQUES / LUIZ BASTOS

CHAME NO WHATSAPP E AGENDE UMA VISITA

↑↑↑ TÉCNICA ↑↑↑

☎ (21) 2135-8107

Você europeu

Assessoria para Cidadania Europeia



- ✓ + 3.500 famílias atendidas
- ✓ Advogadas no Brasil e na Europa
- ✓ Equipe de Genealogia
- ✓ Sede no Barra Prime Offices



Escaneie o QR Code ou fale agora pelo WhatsApp: 21 99328-2805



NOVO ESTÚDIO DE PILATES NA BARRA

3Rcorpus Pilates

20% DE DESCONTO NA PRIMEIRA MENSALIDADE PARA LEITORES DA FOLHA CONHECEREM O ESTÚDIO

Aula avaliativa gratuita!

☎ 21 97110-8284

📷 @3rcorpus



📍 Avenida das Américas, n. 1155, sala 1112 - Bosque Marapendi
Condomínio Barra Space Center

Fama e pressão no volume máximo

Documentário da Globoplay, *Andar na Pedra* mostra a montanha-russa da fama dos Raimundos

“É como escalar o Monte Everest. Se você olha pra cima, não vê o topo, só vê as dificuldades. E desiste.” A frase do diretor Daniel Ferro não é apenas um desabafo de bastidor. É o próprio espírito de *Andar na Pedra – A história dos Raimundos*, a série-documentário que acaba de aterrissar no Globoplay e já vem sendo tratada como um daqueles raros acertos que unem crítica, público e memória afetiva. Ao longo de nove meses praticamente enclausurado em uma sala de coworking na Barra da Tijuca, Ferro mergulhou em cerca de 250 horas de material bruto para lapidar uma narrativa enxuta e potente.

Morador do bairro desde 1989, o diretor carrega na bagagem não só a experiência de quem viu a Barra crescer, mas também de quem viveu de perto o fenômeno Raimundos. Especialmente nos tempos em que o grupo incendiava o palco do Metropolitan, entre 1995 e 1999. Era

ali, naquele caldeirão sonoro, que se desenhava uma das trajetórias mais improváveis e, ao mesmo tempo, mais brasileiras do rock nacional.

Andar na Pedra conta essa história como ela merece: sem filtro, sem pressa e sem romantização excessiva. É, antes de tudo, um retrato de quatro amigos que decidiram transformar barulho em projeto de vida. Um empreendedorismo à moda antiga. Ou melhor, à moda punk: correr atrás de gravadora, abrir espaço na marra, crescer na base da insistência até atingir o estrelato.

O documentário, entretanto, não para no sucesso. E é aí que ele ganha corpo, densidade e relevância. Falta de estrutura emocional, ruídos de comunicação, desorganização interna. O que antes era energia criativa passa a ser pressão. E o documentário vai fundo nessas fissuras.

Um dos momentos mais impactantes, e já apontado por muita gente como



A banda no começo de tudo e, abaixo, o diretor Daniel Ferro

revelador, é a saída do vocalista Rodolfo Abrantes, justamente quando a banda estava no auge. “Rodolfo saiu da banda para virar evangélico”, falava-se na época. É verdade, mas a série desmonta versões superficiais, mostra a realidade e o impacto dessa decisão na trajetória do grupo.

Na Barra da Tijuca, onde ideias nascem entre o mar e o concreto, a história de Daniel Ferro ganha um charme extra. É aqui, de um escritório aparentemente comum, que sai um dos documentários mais comentados do momento. Um trabalho que, assim como a escalada ao Everest que ele descreve, exige fôlego, persistência e uma boa dose de coragem.

E, pelo que dizem por aí, público e crítica em coro, a vista lá de cima valeu muito a pena.

Confere um bate-papo/jogo rápido com o diretor, na próxima página...

TREINAMENTO FUNCIONAL E MUSCULAÇÃO

- OMBRO
- QUADRIL
- COLUNA
- JOELHO

ATENDIMENTO DE EXCELÊNCIA

LOWBACKASSESSORIA
 (21) 9 9186-9461

SHOPPING DOWNTOWN
BLOCO 4A, SALA 240

PLANOS DE SAÚDE DOWNTOWN

50%

DE DESCONTO

NA PRIMEIRA MENSALIDADE DE QUALQUER PLANO COM ESTE ANÚNCIO

- PLANOS INDIVIDUAIS
- PLANOS EMPRESARIAS
- PLANOS POR ADESÃO

PROTEJA SUA FAMÍLIA

A NOSSA SAÚDE É O NOSSO MAIOR BEM

CARLOS FERREIRA

21 99104-9000

AV. DAS AMÉRICAS, 500

BLOCO 22 - UNIDADE 141

Continuação da página anterior

Jogo rápido/ Daniel Ferro

Qual o segredo para transformar 250h de arquivo em 5h?

“Fiquei nove meses isolado numa sala de coworking na Barra da Tijuca montando isso. Foi um processo longo e solitário. Se você olha para o todo, parece impossível. É tipo escalar o Monte Everest. Se você olha pra cima, não vê o topo, só vê as dificuldades, desiste. A gente enfrenta e aceita o desafio sem pensar muito. Mas é passo a passo. E no fim, depois de nove meses, conseguimos chegar lá”.

Histórias como um possível câncer do Rodolfo... Você já sabia ou descobriu na hora da entrevista?!

“Não vou dar spoiler, depois vocês me contam (risos). Mas na série têm tragédia, brigas, perdão tardio, arrependimento...”.

Você disse que, em todo momento, parecia que um dos integrantes do grupo ia escapar das entrevistas... O que eles falavam pra você?

“Demorou anos para conseguir reunir os quatro. Era essencial ter todos — as versões são complementares e contraditórias. Houve desconfiança, ciúmes, medo de favorecimento. Eu precisei reforçar minha ética jornalística para garantir liberdade editorial”.

Você esperava que os integrantes da banda fossem se abrir da forma como fizeram?

“Nunca fui só jornalista. Eu era um cara de banda com uma câmera. Isso gerou confiança. Eles se abriram de forma muito profunda, quase como uma sessão de terapia. Foi uma troca muito forte e isso fica muito evidente na série.

Para o Daniel Ferro: porque, afinal, o Rodolfo saiu dos Raimundos?

“Não existe uma resposta simples. É um processo, como o “jarro de Freud”: várias pequenas coisas que se acumulam até transbordar. A vida transforma as pessoas, e ele seguiu esse chamado. O documentário não dá respostas fechadas, cada um tira sua própria interpretação.”.

Leia a íntegra da entrevista em www.afolhadobosque.com.br

CLIENTES NOVOS NA BARRA? DIVULGUE NA FOLHA DO BOSQUE

Mais de 100 mil seguidores

O único veículo com digital + impresso e com penetração no Bosque Marapendi, ABM e Parque das Rosas, há mais de 27 anos

21 99274-3202
21 99914-4222

A Folha do Bosque

Porque o retorno é certo

Alcance gigante, mas ao mesmo tempo segmentado, garante resultado incrível para os anunciantes da Folha

Anunciar na Folha do Bosque é retorno certo! É muito mais do que ocupar um espaço publicitário. É associar sua marca a um veículo que construiu, ao longo de décadas, um relacionamento sólido com seu público. E é justamente essa confiança acumulada ao longo de mais de 27 anos de história que faz com que os anunciantes da Folha colham algo que toda marca busca: resultado real.

Ao longo desse tempo, o jornal construiu algo que não se compra nem se improvisa: credibilidade.

“Com essa mesma força expandimos para o digital. Nas redes sociais, a Folha do Bosque conquistou um engajamento impressionante”, destaca o editor do informativo, Luiz Neto.

“E há um detalhe que torna esses números ainda mais relevantes: todo o conteúdo é focado exclusivamente na Barra”, acrescenta a fundadora e gerente de marketing da Folha, Marta Corrêa.

Ou seja, trata-se de um alcance gigante, mas ao mesmo tempo extremamente segmentado. A Folha fala diretamente com quem vive, circula e consome na região. São moradores que se identificam com as pautas, comentam, compartilham e acompanham diariamente o que acontece no bairro.

Essa combinação de tradição no impresso, força no digital e público altamente segmentado cria um cenário raro no mercado de comunicação.

Para quem anuncia, isso significa falar diretamente com quem realmente importa: os moradores da Barra da Tijuca. Pessoas que frequentam restaurantes, academias, lojas, serviços e que valorizam as marcas que fazem parte do cotidiano do bairro.

Não por acaso, ao longo dos anos, muitos anunciantes transformaram a Folha do Bosque em um canal estratégico de divulgação, justamente porque sabem que ali a mensagem chega ao público certo.

Senac amplia oferta de qualificação profissional

O Senac RJ está com inscrições abertas para cursos de capacitação profissional nas áreas de gastronomia, tecnologia da informação, turismo, bem-estar e estética, saúde, administração, design e comunicação visual, decoração e design de interiores, na Barra da Tijuca.

Os interessados podem obter mais informações diretamente na unidade (Avenida das Américas, 3959), por telefone (21) 2018-9038, por e-mail barradatijuca@rj.senac.br e pelo WhatsApp (21) 99613-9519. Para saber mais sobre a gratuidade o candidato deve acessar o link <http://psg.rj.senac.br/Ext/Vagas.aspx>.

Confira os cursos de maio...

Confira as vagas na Barra para os cursos de maio



Informática Fundamental com IA
Início: 05/05/2026 | Terças e quintas-feiras, das 13h às 17h.

Cozinha Japonesa
Início: 05/05/2026 | Terças e quintas-feiras, das 18h às 22h.

Analista de Dados - Big Data Science
Início: 06/05/2026 | Segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h às 22h.

Workshop: Congelados - Um Negócio Pra Durar

Início: 08/05/2026 | Sexta-feira, das 18h às 22h.

Culinária Japonesa: Sushi e Sashimi
Início: 09/05/2026 | Sábados, das 9h às 13h.

Marketing Digital
Início: 11/05/2026 | Segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h às 22h.

Paisagismo - Técnicas e Projetos
Início: 12/05/2026 | Terças e quintas-feiras, das 08h às 12h.

Preparo de Massas Frescas e Recheadas
Início: 13/05/2026 | Quartas e sextas-feiras, das 18h às 22h.

Bolsa de Automóveis
COMPRO SEU CARRO
CUBRO OFERTA
PIX NO ATO

Victor Leite
Morador da ABM
De confiança

VOU AO LOCAL - QUALQUER ANO OU MODELO - MESMO COM DÍVIDA
RAPIDEZ E SEGURANÇA - 50 ANOS NO MERCADO

2493-2050 **99953-3676**

EXCELÊNCIA, MÉTODO E APROVAÇÃO.

GabariTô
curso

> Vestibulares:

- ✓ ENEM
- ✓ UERJ
- ✓ PUC
- ✓ FGV
- ✓ Medicina

> Aulas particulares:

- ✓ Médio/ Fundamental
- ✓ Individual ou Grupo
- ✓ Todas as matérias

> Por que escolher o GabariTô?

- ✓ Método estruturado
- ✓ Turmas reduzidas
- ✓ Professores experientes
- ✓ Material exclusivo
- ✓ Acompanhamento próximo
- ✓ Espaço acolhedor

GARANTA SUA VAGA!

Barra da Tijuca - Barra Prime - Rua Afonso Arinos de Melo Franco, 222 Bl 2A - Sala 228

@cursogabarito.official (21) 99575-2022



Guilherme Scheidemantel
 PSICANALISTA E PSICÓLOGO
 CRP 05/79674
 +55 21 981064727
 SHOPPING DOWNTOWN
 BARRA DA TIJUCA
 AV. DAS AMÉRICAS, 500 -
 BL 20 SALA 213



Angiologistas
 DR. ANTÔNIO VIEIRA DE MELLO
 DRA. CRISTINA TORRES S VIEIRA DE MELLO
 CENTRO PROFISSIONAL BARRASHOPPING
 3030-5354 / 3030-3625
 99832-4566 / 99662-0131

Direito da Saúde Direito Médico

- Tratamentos, exames e medicamentos negados
- Defesa de médicos e profissionais da saúde
- Cobranças abusivas no plano de saúde
- Cancelamentos inesperados de cobertura
- Resgate de FGTS e IR para doenças graves
- Internação ou Home Care recusados
- Medicamentos de alto custo
- Erro médico

R.M. ANDRADE
 ADVOGADOS

(21) 99655-1988

@rmandrade

www.rmandrade.adv.br



Dr. Ramon Martins Andrade OAB/RJ 188.374



Mistério no Joá

Construção gigante desperta teorias na internet

Tem coisa que nasce para virar assunto. E tem coisa que nasce para virar novela, com direito a teorias, conspirações e aquele tempero carioca de bom humor. Uma “Obra misteriosa”, lá no Joá, entrou fácil na segunda categoria. Bastou a gente fazer um vídeo sobre o assunto, apertar o “publicar” no Reels, que o Instagram fez o resto: mais de 400 mil visualizações, mais de 2 mil comentários e um festival de palpites que faria qualquer síndico de grupo de WhatsApp se sentir amador.

O vídeo viralizou! E com razão. A pauta era simples, quase inocente: uma construção gigante surgindo discretamente numa das áreas mais privilegiadas do Rio, com mais de 1.800 m² e uma vista de fazer corretor chorar de emoção. Fomos lá, claro. Jornalismo raiz: pé no chão, olho vivo e pergunta na ponta da língua. Resultado? Ninguém sabia de nada. Ou fingia muito bem.

Sem resposta na portaria, descemos até o Quebra-Mar, aquele camarote democrático da cidade, e resolvemos subir o nível. Literalmente! Drone no ar, imagens abertas, e pronto: lá estava ela, a tal obra, ainda mais intrigante vista de cima. Vários cômodos, estrutura robusta, jeitão de quem não está ali para brincadeira.

E aí, meu amigo, foi cada teoria... Teve gente cravando que era um novo Fasano (porque no Rio, qualquer obra com vista pro mar já ganha sobrenome italiano automaticamente). Outros apostaram num hotel boutique, desses discretos, sofisticados, com diária que dói mais que boleto de condomínio. Mas a maioria... ah, a maioria resolveu mirar na gente mesmo. “Fofoqueiros”, disseram.

E aí é que mora a graça. Porque no fundo, no fundo, o que a gente faz é exatamente isso. Com método, câmera e compromisso: observar, perguntar,



A capa do vídeo sobre a obra no Joá

mostrar. Contar o que está acontecendo na Barra, no Joá, na Zona Sudoeste. Transformar o cotidiano em conversa. Dar lupa ao que todo mundo vê, mas nem sempre para pra enxergar.

Se isso é fofoca, então que seja a mais bem informada da cidade. Enquanto a obra segue lá, cercada de mistério e vista privilegiada, uma coisa já está pronta: o interesse do público. E convenhamos: no Rio de Janeiro, poucas coisas são mais valiosas do que isso.

Outros Reels que bombaram no IG da Folha, no mês de março:

- **Incêndio** - Uma cobertura do Ocean Front pegou fogo e as imagens impressionaram.

- **Castelinho** - O fim de uma escultura que durou mais de 30 anos no Pepê.

- **Pouso forçado** - O helicóptero que caiu no mar da Praia da Barra.

- **Vinho ruim** - Elegemos o melhor pior vinho do mercado.

Para assistir tudo acesse: www.instagram.com/afolhadobosque

Assalto na frente do vigia

Bandidos roubam carro de motorista de Uber na frente de um segurança

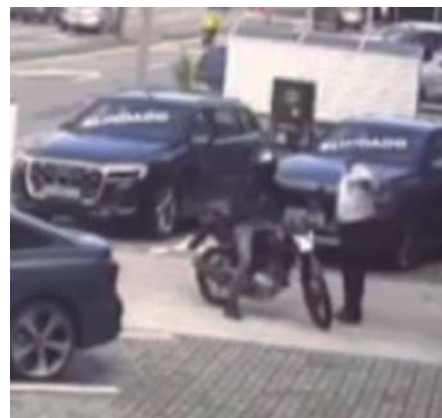
Os assaltos não param de acontecer pela Barra da Tijuca. Desta vez, no Parque das Rosas, na quarta, 8 de abril, por volta de 23h, quatro bandidos desceram armados de um carro e assaltaram um motorista de Uber. Eles levaram os pertences e o carro da vítima. Havia mais dois bandidos em uma moto e as câmeras que flagraram a ocorrência mostram ainda um vigia bem na frente do assalto assistindo a tudo.

No dia seguinte, na quinta, dia 9, por volta de 14h, um bandido assaltou um motorista que estacionava o seu carro em

frente a uma concessionária, na Avenida Ministro Ivan Lins.

Armado e dirigindo uma moto, o criminoso acompanhou o carro até a vítima estacionar. Durante esse tempo, ele ficou conversando com uma pessoa que estava no local, fingindo pedir informação. Assim que a vítima desceu do carro, o bandido foi até ela de moto e roubou a sua aliança e o seu relógio, fugindo em seguida.

O vídeo de ambos os assaltos podem ser conferidos no Instagram da Folha, através do @afolhadobosque



O bandido de moto finge pedir informação



A entrada do estúdio da Vivo

Estúdio gratuito

Acabou aquela desculpa de não ter lugar para produzir conteúdo. No meio do burburinho elegante do BarraShopping, onde vitrines disputam atenção com cafés e corredores infinitos, existe um pequeno segredo que não está à venda. Mas vale ouro para quem vive (ou quer viver) de produzir conteúdo. É o estúdio da Vivo. E o melhor: é totalmente gratuito.

Sim, você leu certo. Cliente Vivo não paga nada para entrar em cena. Basta fazer um agendamento e garantir de uma a duas horas num espaço que parece ter saído direto de um set profissional.

Lá dentro, o jogo é de alto nível. Dois refletores gigantes, daqueles que deixam qualquer produção com cara de cinema. Tripé firme, fundo verde pronto para te transportar para qualquer cenário – de Nova York à Lua, passando por um escritório minimalista. E tem mais: uma parede camaleônica, que muda de cor conforme a luz, permitindo criar diferentes atmosferas sem sair do lugar.

O áudio? Impecável. Microfone de lapela de qualidade, porque não adianta ter imagem bonita e som sofrido.

E para completar, poltronas confortáveis que convidam não só à gravação, mas à conversa. Aliás, sim: dá até para gravar podcast. É só levar mais uma pessoa e deixar o papo fluir.

Para reservar basta mandar um e-mail para vivoestudio@vivo.com.br

Manicômio Tributário

ITBI e ITCMD: a conta silenciosa

Kaiser Motta

Enquanto a Reforma Tributária foi apresentada como um avanço rumo à simplificação, mudanças relevantes ocorreram justamente na tributação do patrimônio, e com impacto direto no seu bolso.

A partir de 2026, com a regulamentação da reforma (LC nº 227/2026), o ITCMD (imposto sobre heranças e doações) passa a ser obrigatoriamente progressivo. Isso significa que quanto maior o patrimônio transmitido, maior será a alíquota, podendo chegar a até 8%. Além disso, a base de cálculo passa a refletir o valor de mercado dos bens, eliminando práticas que permitiam avaliações inferiores.

Na prática, transmitir patrimônio para filhos ou familiares ficará mais caro, especialmente em patrimônios mais elevados. Soma-se a isso a padronização da tributação sobre bens no exterior, ampliando o alcance do Fisco.

No caso do ITBI, incidente na compra e venda de imóveis, a lógica segue a mesma: o imposto passa a ser calculado com base no valor de mercado da operação, e não mais em referências muitas vezes inferiores. Isso tende a elevar a carga tributária nas transações imobiliárias e aumentar o rigor da fiscalização.

O discurso é de correção. O efeito é arrecadação. No fim, o contribuinte paga mais ao adquirir, ao transmitir e ao organizar seu patrimônio.

E, como sempre, a pergunta permanece: quem paga a conta?

Siga @kaisermottajr

ANA DESIGNER DECORAÇÕES

- Cortinas sob medida
- Persianas
- Papéis de parede
- Tapetes
- Almofadas
- Serviços de lavagem e reforma de cortinas
- Corporativo

*Modernidade - Beleza
Sofisticação*

Faça seu orçamento



21 98912-4139 ☎ 21 99547-2150

📍 anadesignerdecoracoes

A Força do aprendizado na terceira idade

Estudar após os 60 não é apenas uma ocupação de tempo; é uma estratégia para a longevidade e boa saúde mental

Antigamente, acreditava-se que o cérebro parava de se desenvolver na velhice, mas a ciência descobriu que ele é capaz de se adaptar sempre. Essa habilidade é a tal plasticidade cerebral: a criação de novas conexões entre os neurônios em qualquer fase da vida.

Quando uma pessoa aprende algo novo, ela fortalece o que se conhece por substância branca. Ela funciona como a “fiação” do cérebro. Se essa fiação está bem cuidada, os pensamentos viajam mais rápido e a mente continua ágil.

Não é difícil imaginar os benefícios que o estudo traz então para a popu-

lação que está envelhecendo, pois o esforço do aprendizado contínuo cria o que os médicos chamam de reserva cognitiva. Imagine que é uma “poupança” de conexões extras. Caso apareçam doenças como o Alzheimer, esse escudo protege a mente, permitindo que a pessoa mantenha a memória e a lucidez por muito mais tempo. Em resumo: manter a mente curiosa é a melhor forma de blindar o cérebro contra o tempo.

Além dos ganhos cognitivos, há o impacto emocional. A sensação de pertencimento e de estar atualizado no mundo combatem quadros de depressão e ansiedade, comuns após a saída do mercado de trabalho. E justamente por isso que o conceito de “aposentadoria” tem sido substituído pelo de “rejuvenescimento intelectual”. Em 2022, mais de 51,3 mil idosos estavam matri-

culados em cursos superiores no Brasil. E muitos optaram por uma maneira mais fácil e prática: o ensino à distância.

Se antes a locomoção e a rigidez de horários eram barreiras, hoje o EAD de-

democratizou o acesso ao saber. Dados recentes mostram um salto impressionante de mais de 670% nas matrículas de idosos em cursos online na última década.

A modalidade permite que o aluno sênior estude no conforto de sua casa, respeitando seu próprio ritmo e conciliando as aulas com outras atividades da rotina. A tecnologia, muitas vezes vista como um bicho de sete cabeças, torna-se uma ferramenta de empoderamento, conectando gerações em fóruns de discussão e salas de aula virtuais.



Neste cenário, uma das intuições que se destaca é a UniCesumar, que oferece suporte e metodologia adaptada ao público senior. A universidade oferece um ecossistema digital intuitivo, facilitando a navegação para quem está dando os primeiros passos no mundo virtual. Saiba mais visitando o website www.unicesumar.edu.br.

Aprender na terceira idade é um ato de liberdade. É a prova de que a curiosidade não envelhece e que o conhecimento é o único investimento que rende juros de vitalidade e autoestima.

Folhas Amarelas

leituras no
BARALHO DA
NAVALHA

Quer agendar a sua leitura?

Procure no TikTok:
Clara d'Navalha

Yogateca
Hatai

Aula de yoga e meditação
para crianças

na ABM
(Associação Bosque Marapendi)

Barra da Tijuca
Inscrições abertas

Mais informações:
Gabriela Carvalho

@yogatecaoficial
(21) 97672-9376

Jazigo perpétuo
No cemitério
do Cajú

VENDO MELHOR OFERTA
Chamar: (21) 99914-4222

Bonecas
que parecem
bebês de
verdade!

Veja no Instagram:
@carlanatalreborn

Carla Natal
Bebês Reborn

(24) 99311-3121

ESPAÇO BELEZA MEDITERRÂNEO

- CABELOS**
Corte, tintura, mechas, escova, cauterização...
Progressiva orgânica (sem formol)
- UNHAS**
Pé & Mão, Colocação e manutenção de unhas em fibra ou gel. Spa dos pés.
- ESTÉTICA**
Design de sobrancelhas
Depilação a laser ou com cera
Drenagem linfática. Corporal, facial, para gestantes ou pós operatório.
Massagem relaxante, modeladora...
Criofrequência facial e corporal,
Limpeza de pele, Hidragloss Lips e **PEELING COREANO!**

Corte + Hidratação + escova
R\$ 130,00
exceto cabelo extra longo e mega

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

@espacobeleza_mediterraneo

Pivetti: Arte urbana, emoção e espetáculo

A arte urbana e as expressões contemporâneas de jovens artistas plásticos são muito mais do que estética: para quem atravessa a maturidade, elas representam uma janela vibrante para a renovação e a saúde mental. Ao dialogar com o frescor do grafite e das novas linguagens visuais, o público idoso encontra não apenas um estímulo poderoso para a plasticidade cerebral e a memória, mas também uma forma valiosa de se manter conectado ao pulsar das novas gerações, transformando o olhar sobre a cidade em uma experiência contínua de descoberta e vitalidade.

Em celebração ao Dia do Artista Plástico, que acontece no dia 8 de maio, apresentamos o trabalho do artista Pivetti, morador da Barra da Tijuca.

Após ter suas obras expostas na mostra “Cromatismo: Alegoria das Cores”, realizada no Espaço Cultural Vogue Gallery BR, no Shopping Vogue Square, em fevereiro e março, Pivetti segue ampliando sua presença no circuito artístico contemporâneo.

A exposição reuniu cerca de 24 ar-

tistas e evidenciou a diversidade de linguagens da arte contemporânea. O artista plástico participou com as obras “Engolindo Sapo” e “Drag King”, reafirmando sua identidade marcada por intensidade emocional e traço urbano.

Pivetti desenvolve uma obra autoral influenciada pela vivência urbana do Rio de Janeiro, misturando referências de street art, expressionismo, abstração e cubismo, tendo a emoção como linguagem central de suas criações.

Suas obras carregam forte presença gestual, traço urbano marcante e construção simbólica intensa, características que vêm consolidando a identidade do artista no cenário contemporâneo. Cada peça possui tiragem limitada de dez unidades, reforçando seu caráter autoral e colecionável.

A atuação de Pivetti, entretanto, vai além das galerias. O artista vem conquistando novos espaços ao levar sua arte para festas e eventos corporativos, com uma proposta que une pintura, performance e entretenimento. Em suas apresentações, a criação da obra acon-

tece ao vivo, diante do público, que acompanha em tempo real todo o processo criativo.

Durante a performance, a tela se transforma em palco. Guiado pela atmosfera do evento, pela música e pela energia dos convidados, Pivetti constrói a pintura traço a traço, transformando o ato de pintar em um verdadeiro espetáculo visual.

Um dos grandes diferenciais está na escolha dos instrumentos: além de pincéis, o artista utiliza objetos do cotidiano como vassouras, esfregões, arminhas d’água e até as próprias mãos, criando texturas e efeitos únicos que tornam cada apresentação dinâmica e imprevisível.

“Eu gosto de usar coisas do dia a dia para pintar. Às vezes é uma vassoura, um esfregão, uma arminha d’água... A ideia é mostrar que a arte pode nascer de qualquer lugar”, explica.

As obras também exploram cores vibrantes e tinta reagente à luz negra, criando efeitos luminosos que intensificam a experiência visual e transformam a pintura em um elemento de impacto dentro do ambiente.

Em algumas apresentações, Pivetti incorpora ainda um figurino inspirado no universo da série Breaking Bad, assumindo uma estética baseada no personagem Walter White, o Heisenberg, reforçando o caráter performático e teatral da experiência.

“Eu brinco que faço a mesma coisa que o Heisenberg, mas com arte. No final, o que nasce é uma experiência artística que também é viciante”, comenta.

Mais do que observar o resultado final, o público acompanha cada etapa da criação, estabelecendo uma conexão



direta com a obra e com o artista.

“Quando eu pinto ao vivo, a arte deixa de ser algo distante. Cada movimento tem emoção e cada obra carrega a energia daquele momento”, afirma.

Ao final, a pintura se transforma em uma peça única, diretamente conectada ao evento em que foi criada, podendo se tornar uma lembrança exclusiva ou integrar a narrativa da ocasião.

Para Pivetti, essa proposta também aproxima o público da arte contemporânea e valoriza o processo criativo como parte essencial da experiência.

“É um espetáculo de pintura. As pessoas se envolvem, se emocionam e passam a fazer parte da obra”, conclui.

Ao unir arte, performance e entretenimento, Pivetti consolida um novo formato de expressão dentro do mercado de eventos, transformando a criação artística em uma experiência imersiva e inesquecível.

DR.ª CAMILA VILA FLOR

Realce sua beleza

Juntas vamos construir sua melhor versão!

Harmonização facial e odontologia

- *Reabilitação Oral
- *Cirurgias
- *Implantes
- *Próteses
- *Facetas em resina
- *Botox
- *Preenchimento com ácido hialurônico
- *Fios de pdo
- *Skinbooster
- *Bioestimuladores de colágeno
- *Lipo de papada

Um dia reservado para você renovar sua autoestima.
+ de 15 anos resgatando sorrisos

📍 dracamilavilafior 📞 (21)98243-3255

📍 Av. das Américas nº 3500 - Bloco 06
Le Monde Office - Barra da Tijuca

Compro Ouro Di-Gold

❖ NÃO GUARDE LEMBRANÇAS NO COFRE

❖ FAÇA DINHEIRO COM SUAS JÓIAS USADAS

- Avaliação gratuita
- Melhor avaliação do mercado
- Vamos até você

📞 99104-1618 - Morador do Bosque Marapendi há 27 anos

Estácio de cara nova

Universidade inaugura novo polo no Downtown



O polo no dia da inauguração

O novo polo da Universidade Estácio de Sá abre as portas no bloco 20 do Downtown e reposiciona, com elegância e praticidade, o caminho de quem decidiu investir no próprio futuro. Não se trata apenas de mais um endereço acadêmico. É quase um convite, desses difíceis de recusar, para quem vinha adiando o esperado diploma.

Inaugurado no dia 1 de abril, o espaço é amplo, distribuído em dois andares, com salas de estudo, além de laboratório equipado que dá ao ensino a dimensão prática que o mercado exige.

Localizado em um dos pontos mais estratégicos da Barra, com fácil acesso e cercado por conveniências, o polo da Estácio do Downtown entrega exatamente o que o aluno contemporâneo precisa: estrutura sem complicação.

Agenda



A história de Paulo Gustavo

Espectáculo reúne no Teatro Multiplan equipe ligada à trajetória do artista

Vinte anos após transformar a própria história em um dos maiores fenômenos do humor brasileiro, a trajetória de Paulo Gustavo ganha nova dimensão nos palcos com a estreia de “Meu filho é um musical”, a partir de 28 de maio, no Teatro Multiplan, no Village Mall.

Idealizado pela mãe do artista, Déa Lúcia, o espetáculo mostra a vida e o

legado de Paulo Gustavo (1978–2021) em uma superprodução que transforma sua história pessoal e profissional em um musical original de grande escala.

O espetáculo concretiza um desejo manifestado em vida pelo artista e agora conduzido por sua própria família.

A data de estreia carrega um simbolismo particular: marca os 20 anos da primeira apresentação de “Minha Mãe é Uma Peça”, monólogo que deu origem a uma das maiores franquias do entretenimento brasileiro. Duas décadas depois, é Déa quem retorna ao palco para retribuir ao filho a homenagem feita em vida, quando dividiram a cena em “O Filho da mãe”, em 2019.

MEU FILHO É UM MUSICAL

Local: Teatro Multiplan – Shopping VillageMall - Av. das Américas, 3900.

Temporada: 28 de maio a 19 de julho.

Sessões: quartas a sextas, às 20h. | Sábado, às 16h e 20h. | Domingos, às 16h e 19h30. Ingressos: de R\$ 25 a R\$ 360.

Turnê Três Graças

Belo, Xamã e convidados celebram a novela em show inédito e aberto ao público



Belo e Xamã são os anfitriões da Turnê Três Graças, evento promovido pela TV Globo que vai proporcionar uma experiência imersiva inédita no universo da novela de Aguinaldo Silva, Virgílio Silva e Zé Dasselva. O show acontece no dia 07 de maio, às 21h, no Qualistage.

A turnê dará origem a um especial musical que será exibido logo após o último capítulo da trama na TV Globo, no dia 15 de maio.

Ingressos: de R\$ 97,50 a R\$ 390.

MASSAGEM RELAXANTE - ACUPUNTURA - RPG



PILATES
CONFIRA NOSSOS
HORÁRIOS PROMOCIONAIS!

**ESPAÇO
III PILARES ZEN**

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



Responsável Técnico:
Dr. Carlos Almeida
Crefito 2 - 50.852-F

Barra Prime Offices - bl. 2A salas 309 e 310 98593-2355 @3pilaresfisio

Oficina na Barra com preço de subúrbio



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

Seg. a sexta:
8h às 17h

Avenida Olegário Maciel, 531. Seaside Corporate. Estacionamento/Subsolo
97650-6860 / 3807-4924

Marco Batulli - O Marcão
Morador da ABM

Fenômeno da Zona Sul, feijoada delivery do chef Renato Costa estaciona na Barra

Completa e com carnes selecionadas, prato chega com combos a partir de R\$ 51,90

O delivery da feijoada mais vendido da Zona Sul, segundo o iFood, acaba de atravessar o túnel e fincar bandeira na Barra da Tijuca. A Feijoada do Renato chega carregando um feito e tanto para um prato que, até então, parecia não se dar muito bem com a lógica do delivery. Mas o chef Renato Costa – sócio e cérebro por trás da panela – decidiu desafiar essa máxima. E venceu no detalhe. Sua feijoada é daquelas que respeitam o clássico, mas com inteligência contemporânea: carnes magras, cuidadosamente selecionadas, salgadas e defumadas na medida certa.

No elenco, lombo suíno succulento, carne seca macia, costelinha que se desfaz no olhar e um paio que entra em cena como coadjuvante de luxo, mas rouba aplausos. O resultado? Um caldo encorpado, profundo, mas que não pesa, envolve. É feijoada que abraça,



não que derruba.

E como manda o figurino, a experiência vem completa: arroz branco soltinho, farofa de alho com personalidade e uma couve mineira que equilibra o conjunto com frescor.

Para quem gosta de emoção, a pimenta da casa aparece como um convite (opcional, mas difícil de recusar).

Criada em junho de 2020, em um momento em que o mundo desacelerava, a Feijoada do Renato nasceu justamente para resolver um dilema clássico: a vontade de comer bem sem precisar passar horas na cozinha.



Renato Costa e a feijoada, no detalhe

E deu tão certo que transformou um prato caseiro em um campeão de pedidos — algo raro, já que praticamente não existia delivery de feijoada com esse nível de consistência.

Agora, com a chegada ao shopping Città America, a marca amplia seu alcance e passa a atender não só a Barra, mas também regiões como Recreio, Jardim Oceânico e Itanhangá. Um passo natural para quem entendeu cedo que, no Rio, comida boa não tem CEP – tem demanda. O presencial funcionará a partir da segunda quinzena de abril.

Com preços a partir de R\$ 51,90 e opções que vão do combo individual até porções generosas para a família, a Feijoada do Renato se adapta ao tamanho da fome. E do encontro. A operação entrega mais do que conveniência. Entrega aquela sensação rara de domingo bem vivido, mesmo quando se trata de terça-feira qualquer.

Pedidos: iFood, 99 Food, aplicativo próprio ou pelo site www.feijoadadorenato.com.br

WhatsApp: 21 99945-0814.

VAMOS ALMOÇAR A COMIDÁ MAIS CASEIRA DA BARRA?

BUFFET POR APENAS R\$ 7,59
100 GRAMAS

FeliCittà
HAPPY PEOPLE

Città America - Piso 1 - IJ. 115 H

WhatsApp: 96852-8914

ENTREGAMOS TAMBÉM AS MELHORES QUENTINHAS DA REGIÃO

NO PRECINHO!

400G: R\$ 24
600G: R\$ 30

Sem taxas de entrega para moradores do Bosque Marapendi, Downtown e Città!



LiLifefit
A ACADEMIA DO
DOWNTOWN

TREINE MAIS. PAGUE MENOS. VIVA MUITO

MENSALIDADE
R\$ 199
PARA ALUNOS 65+



Entrada de 9h às 17h

ENTRE EM CONTATO: 21 97237-9768 + 5% DE DESCONTO
EM TODOS OS PLANOS COM O CÓDIGO **LIFEFOLHA**