



APARELHOS AUDITIVOS

TESTE
EM CASA SEM
COMPROMISSO

Pgto. em até **12x**



Aparelhos 100% DIGITAIS
Até 3 anos de Garantia
Audiometria
Assistência Técnica

19
anos
AUDIÇÃO
Aparelhos Auditivos

Rua dos Andradas, 1755 / sala 51 / Centro / Porto Alegre
Fones (51) 3224.3242 / 981.40.4514
www.audicaors.com.br

ACABE COM OS CUPINS HOJE!

Descupinização - Desinsetização
Desratização - Controle de Voadores

Faça seu orçamento grátis!
contato.mrprotect@gmail.com
(51) 3377.3060 (51) 985.363.376

Gilberto A. Júnior Sindico Profissional



Visitas Periódicas (toda semana)

transparência, ética,
proximidade ao cliente
respeito e responsabilidade

telefone: **99754.1514**

E-mail: gilberto.junior.sindico@gmail.com

- DESENTUPIMENTO EM GERAL
- HIDROJATEAMENTO
- LIMPEZA DE RESERVATÓRIOS
- TRANSPORTE DE ÁGUA POTÁVEL
- DEDETIZAÇÃO
- INSTALADOR HIDRÁULICO
- CAÇA VAZAMENTOS
- ELETRICISTA
- REFORMAS EM GERAL

ATENDIMENTO 24H
trtubo.desentupidora@gmail.com
99954.7333 **99467.9000**

Caça Vazamentos

Paulo César Ribeiro

- Técnico em Elétrica e Hidráulica
- Caça vazamentos com GEOFONE
- Reparos em geral
- Consertos de máquina lava e seca

Serviços Gerais em casas, condomínios e empresas

ATENDIMENTO 24h
51 99690.2224 e 99594.2061
tecnicoczarribeiro@gmail.com
Riachuelo, 948, conj. 805 - Centro, Porto Alegre

ELETRICISTA

Instalações Elétricas em geral, residencial e comercial

PLANTÃO 24H

Chuveiro Disjuntor Luminária Ventilador de teto - conserto e instalação Paulo

vivo 9.9923.0717 9.8147.0297 9.8427.3379 9.9234.4781

LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO

CADEIRAS
CARPETES
COLCHÕES
POLTRONAS
TAFETES

(51) 999.437.337 / 994.202.488
www.limpasofa.com.br

GRUPO DINÂMICA

DESENTUPIDORA

Esgotos em Geral

desentupidoradinamica.com.br

ENTUPIU?

Chamou, chegou!

(51) **3334-9000**

Cel: 999.999.000 / 999.888.000

Indústria, Condomínio, Comércio e Residência
HIDROJATEAMENTO - LIMPA-FOSSA



LÉO FERRAGEM

Atendemos: Condomínios e Empresas
 Av. João Wallig, 303
CONSULTE TELE-ENTREGA
 3573.5152 98059.4585

Caça Vazamentos
 Equipamento eletrônico de alta precisão
 Sem quebra-quebra



WhatsApp 991.475.637
 3423.2521

Cada gota de água faz a diferença!

joseluislula@hotmail.com

HIDRÁULICO 24HORAS



Torneiras / Pias / Vasos / Válvulas
 Vazamentos / Colunas e desentupimentos
 51 3368.6087 / 991.215.842 / 985.026.567

Entre Costuras e afins



Confecção de Uniformes para empresas e comércio em geral.

- CONCERTOS
- REFORMAS
- MODELAGENS
- SOB MEDIDA

MASCULINO E FEMININO

Jeans, malha, tecidos em geral, zíper, bainha e ajustes.
 entrecosturaseafins

Fone e Whatsapp: (51) 3023-6331
 Rua Vitório Francisco Giordani, 200
 Jd. Planalto - POA/RS

LAVANDERIA M.Z

Promoção do Mês:
 Edredom....R\$ 30,00 / un (casal ou solteiro simples)
 Tapete.....R\$ 30,00 / m²
*só no dinheiro ou débito para pagamento antecipado.

Peças Individuais Roupas a RG Cama, Mesa e Banho Cobertores e Edredons Serviço de Passadoria

Facebook: Lavanderiamz Aceitamos cartões de débito e crédito
 51 3022.5273 | 99811.8202
 R. Dr. Eduardo Chartier, 80 - Higienópolis - POA/RS

camisaria **BLANC live**

- Camisas sociais
- Camisetas
- Camisa Polo
- Calças
- Jalecos
- Jaquetas
- Uniformes em geral

Filial POA: Rua Dr. Barcelos, 2645 loja 104 - Cavalhada - POA/RS
 Fone (51) 3248.2955 (51) 986.917.010
 www.blancluxecamisaria.com | E-mail: blancluxex8@gmail.com
 Matriz: Caxias do Sul/RS

www.mediodonto.net
DENTISTA, NUTRICIONISTA E PSICÓLOGA

PRÓTESE FLEXÍVEL
 A prótese dentária flexível é feita de forma personalizada, em materiais à base de resinas específicas. Pelas suas características, tornam a prótese totalmente flexível, mantendo a rigidez necessária para a sua função de substituição de dentes ausentes. Este novo tipo de prótese é muito popular entre pessoas que não se adaptam às próteses rígidas de acrílico convencionais. **Marque uma avaliação!**



Especialistas em Aparelhos Ortodônticos
 Implantes Dentários
 Clareamento
 Próteses
 Restaurações
 Limpeza

Marque sua hora!
3414.6767



Liliane Rigon CRO 17240
 Federico Braga CRO 18143

Av. Wenceslau Escobar 2667 Sala 301

TREINAMENTO PARA HABILITADOS PERCA O MEDO DE DIRIGIR



Insutor TIAGO (credenciado ao) 98918.6039
 51 989.196.039
 Aulas de Direção aulas_de_direcao

SURDEZ

O MÉDICO RONALDO M. BASTOS
EXPLICA A NOVA TECNOLOGIA DIGITAL:

1. DIFERENÇAS ENTRE AS PRÓTESES CONVENCIONAIS E A NOVA PRÓTESE DIGITAL

“O aparelho auditivo tradicional apenas amplifica o som para dentro do conduto auditivo do paciente, prejudicando especialmente os sons agudos, como o da buzina, e os ruídos do dia a dia. As novas próteses são reguladas por computador, selecionando todas as frequências de acordo com a perda auditiva de cada paciente, com uma qualidade sonora equivalente a indivíduos sem perda auditiva.”

2. O QUE É IMPORTANTE RESSALTAR COM RELAÇÃO ÀS NOVAS PRÓTESES AUDITIVAS

“Temos de alertar os pacientes com relação às empresas que vendem apenas o aparelho convencional, sem o acompanhamento adequado, oferecendo soluções “mágicas”. A perda auditiva necessita de acompanhamento médico e fonoaudiológico, no qual o aparelho é somente um complemento.”

“Frequentemente, recebemos pacientes com dificuldade de adaptação à prótese convencional, que dá a sensação de ouvido “abafado”. Além disso, a umidade criada dentro do conduto auditivo provoca infecções, como a otite externa. Já as próteses com tecnologia moderna, além de não gerarem problemas auditivos, garantem uma excelente qualidade sonora para o paciente.”

NOVA TECNOLOGIA.
**APARELHOS
100% DIGITAIS**

COM QUALIDADE SONORA 5X MAIOR
QUE OS APARELHOS ATUAIS.

clinicadaudicao.com.br

- ▶ Nova tecnologia de adaptação instantânea
- ▶ Aparelho digital automático
- ▶ Aparelho invisível



Aparelho
recarregável.
SEM
PILHA



**APARELHO AUDITIVO COM
CONEXÃO BLUETOOTH.**

Escute a televisão ou atenda suas ligações diretamente no seu aparelho auditivo!

AVALIAÇÃO MÉDICA.
GRATUITA

Vagas limitadas! Consulte nossa agenda.

51 **3061.7373**
51 **3377.7073**

**ACEITAMOS SEU APARELHO ANTIGO
COMO PARTE DO PAGAMENTO.**

+sons

centro
auditivo

Rua Silva Só, 54 - Santa Cecília, Porto Alegre/RS
ATENDIMENTO COM HORÁRIO MARCADO.

3392.3914 | 99446.0671



FARMÁCIA Monte Cristo

Medicamentos | Perfumaria | Cosméticos

ESTACIONAMENTO PARA CLIENTES →



JUNTO AO SUPERMERCADO
Av. Monte Cristo, Nº 430 - Vila Nova



Aviamos receitas
Tudo em até 6 x s/ acréscimo



Ótica Reis

Oculos - Jóias - Relógios - Artigos para presentes - Consertos em Geral

(51) 3336.6943

Av. Teresópolis, 3173

otica_reis@hotmail.com

Lar do Idoso
"O caminho que seu idoso merece!"

www.lardoidoso.com



- Oferecemos:
- * Enfermagem 24hs
 - * Médico
 - * Quartos individuais e coletivos
 - * Ambiente familiar

Fone: (51) 3343-6729

Cel: (51) 99287-7393

Rua Ricalde Marques, 114
Jardim São Pedro - POA - RS

SÉRIE MITOS SOBRE A PERDA AUDITIVA

Mito 2 - "Não vale a pena melhorar minha audição"

Verificação da realidade: Melhorar a audição beneficiará sua qualidade de vida, especialmente seu relacionamento com amigos, familiares e colegas de trabalho.

A perda auditiva pode ser frustrante para você e levar ao isolamento social e à depressão. Ela pode enlouquecer sua família quando eles constantemente têm que repetir o que falam ou sair da sala porque a TV está muito alta.

A melhor solução é lidar com a perda auditiva em vez de agir como se não fosse um problema.

Mito 3 - "Não importa se eu adiar o uso de aparelhos auditivos"

Verificação da realidade: Quanto mais cedo você resolver sua perda auditiva, melhor. A perda auditiva piora com o tempo.

Os pesquisadores até têm um nome para isso: "privação sensorial". Quanto mais você ignorar sua perda auditiva, mais você perderá a audição que nunca poderá ser recuperada.

Aparelhos auditivos podem ajudar, mas somente se você tiver audição suficiente para ser salva. E quanto mais você convive com a perda auditiva, mais difícil é se adaptar ao uso de aparelhos auditivos.

Não adie sua saúde, bem-estar e qualidade de vida. Procure um profissional da saúde auditiva.

SONATA APARELHOS AUDITIVOS
3022.2100 / 98201.0132

APARELHOS AUDITIVOS

▶ A partir de **R\$ 1.900,00**

▶ Parcelamento facilitado em até 72x



Cartela de pilhas*
R\$ 10,00



Aparelhos em pilha



Imperceptíveis

Estacionamento gratuito
Av. Dr. Nilo Peçanha, 2564
próximo ao Iguatemi

Agende agora seu teste gratuito!

51 - 3022.2100

51 - 98201.0132

www.sonata.med.br

SONATA
aparelhos auditivos



Até 60% de Desconto*

*Consulte regulamento / Não cumulativo / Na apresentação desse anúncio.

Maria Cecília Peixoto

Life Coach | Analista Corporal

Quer mudanças e não consegue?

Saiba que seu Corpo Explica® e traduz a resposta para você. A ciência do Corpo Explica® aliada ao Coaching Pessoal entrega clareza e novas possibilidades de mudança e crescimento para todas as áreas de sua vida.

O que você quer que o seu corpo explique?

AGENDA SUA SESSÃO DE CLAREZA

51 99673-9025

mcp@mariaceciliapeixoto.com.br

Residencial Santo Antônio



Equipe de Saúde nas Áreas:

Médica, Enfermagem, Fisioterapia e Nutrição

Local ensolarado e arejado com amplo espaço

Diária - Mensal

51 3268.6421 982.13.72.38

Av. Pereira Passos 976 - Assunção

DICAS DE SAÚDE PARA OS OLHOS

Assim como todas as fontes de energia, o sol é essencial e necessário, mas também pode provocar danos aos seres humanos. A radiação ultravioleta (UV) transporta a maior parte dos perigos da luz solar, queimando a pele e os olhos e provocando danos a longo prazo quando desprotegidos.

Os raios UV do sol são um perigo claro e presente nos dias ensolarados e igualmente nocivos nos dias nublados.

Para proteger os seus olhos dos danos provocados pelo sol e pelos raios UV:

- Use óculos de sol de qualidade, com proteção contra os raios UV comprovados.
- Use chapéu com aba longa e faça intervalos à sombra
- Nunca olhe diretamente para o sol, especialmente com binóculos ou durante um eclipse solar.

DISK ÓPTICA – A ÓPTICA QUE VAI ATÉ VOCÊ

Jane Gornicki Slaski – Técnica óptica responsável



DISK ÓPTICA

A ÓPTICA QUE VAI ATÉ VOCÊ

ÓCULOS E LENTES DE CONTATO

Relógios e artigos para presente - conserto de relógios

Av. Assis Brasil, 1806 - Porto Alegre/RS

☎ 3108.1017 / 99832.4159

✉ diskoptica@hotmail.com

POTENCIALIZE SUA VIDA

O que é Biodança? Quando se fala em dançar, as pessoas pensam logo em dança de salão ou em colocar malhas de balé e fazer passos mirabolantes. É difícil pensar em uma dança que vá além de padrões estéticos e ainda mais improvável conceber uma dança que possa induzir modificações existenciais. Essa é a proposta inovadora da Biodança.

Rolando Toro, um antropólogo e psicólogo chileno, através de seus estudos antropológicos, percebeu que a dança sempre foi usada desde tempos remotos, como instrumento de vinculação e comunicação. Assim, expressava com profundidade conteúdos emocionais humanos. Ela é usada para comunicar e unir membros do grupo, em ritos de passagem e celebrações. A dança, portanto, pode evocar e comunicar o que sentimos de forma profunda e reveladora.

A dança que Toro buscou foi o movimento pleno de sentido: cada participante se movimenta a partir do seu "sentir". O simples fato de alcançar essa coerência é por si só curativo, pois a possibilidade de atuar com fidelidade aos próprios sentimentos pode provocar mudanças profundas na vida de uma pessoa.

* Trecho do texto de Danielle Tavares

Conheça **Biodança**
Potencialize sua vida!

Sistema Rolando Toro

<p>Zona SUL Segunda Vera Maria Alvares R. Bororó 25 ☎ 51 99808 5763</p>	<p>Zona NORTE Quarta Luís Juan Castagnini R. Felicitismo de Azevedo 53 ☎ 51 99288 3472</p>
---	--

Realização

entera.com.br/biodanza

Horário: 19hs

Lar Ide

Hospedagem de idosos

PROMOÇÕES IMPERDÍVEIS

- Enfermagem 24 horas • Médico
- Enfermeiro Bacharel • Nutricionista
- Técnico de Enfermagem • Cuidador
- Manicure

Aceitamos todos os tipos de pacientes

☎ 4061.0304 / 98622.1179

Travessa Fortaleza 103 - Nonoai - POA/RS

5 DICAS PARA EVITAR QUEDAS DE IDOSOS



1. Cuidado com os tapetes, pois são escorregadios.

2. Má iluminação pode facilitar as quedas. Andar sempre em ambientes iluminados é fundamental para evitar

quedas.

3. Fazer atividade física e exercícios de alongamento todas as semanas para manter os ossos e músculos ativos.

4. Manter uma alimentação rica em cálcio e vitamina D, para evitar o enfraquecimento dos ossos e a osteoporose.

5. Fazer adaptações na casa para facilitar a locomoção do idoso, como manter uma boa iluminação, evitar tapetes e objetos pelo chão, além de usar barras de apoio em locais estratégicos, como banheiro e ao lado da cama.

Evelise Paim Fisioterapeuta
Fone: (51)98146-5989

Evelise Paim

Fisioterapeuta
CREFITO 243.613-F

Fisioterapia Home Care
Laserterapia

☎ 51 98146.5989

✉ evelise.paim@hotmail.com



- Médico - Enfermagem
- Terapeuta Ocupacional
- Pet Terapia - Fisioterapia
- Serviços de beleza
- Educação Física - Dança
- Animação sociocultural
- Musicoterapia - Nutrição
- Creche - Integral completo

100%
CONFIANÇA

f geriatriasantafe @geriatriasantafe

☎ 3276.9150 ☎ 98510.4861

Rua Moacir Godoy Ilha, 222 - Espírito Santo

Clínica
Odontológica

Corba
odontoestética



- Ortodontia • Próteses • Cirurgia
- Implantes • Dentística • Endodontia
- Botox na Odontologia
- Lentes de Contato

Av. do Forte, 1746 / 201 - Vila Ipiranga
www.corbaodontologia.com.br
Dr Daisy Corba - CRÕ RS 19411
Dr Vanessa Corba - CRO RS 20247

Agendamento de Consultas
51 3907.4771
99323 9280

Resp. Técnico Daisy V. Corba CRORS 18411 EPAO 2002

OralMob
Dentistas

SAÚDE E ESTÉTICA ODONTOLÓGICA

Av. Otto Niemeyer, 2597 | POA

51 3219.1985 | 51 98623.7486

Resp. Téc. Dr. Sérgio Brum Jr. CRO/RS 23272 EPAORS 4085

CRISTALINA ESOTÉRICA

Está com problemas financeiros? Sente que seu negócio não anda? Que a energia da sua casa está pesada e seus relacionamentos estão conturbados? Um desequilíbrio energético pode estar ocasionando isso, nós podemos resolver isso com nossos atendimentos de **mesa radiônica**, **harmonização de relacionamentos**, **reiki**, **radiestesia e radiônica**, **apometria bioquântica**. Agende seu horário e descubra a origem do seu desequilíbrio. Atendemos com **tarot e carta cigana** e ministramos cursos. Nossos atendimentos são presenciais ou a distância.

Cristalina Esotérica - Fone: (51)99229-4096

Cristalina Esotérica

51 992294096

📱 @cristalinaesoterica

📍 Cristalina Esoterica

PSICÓLOGA
TAÍS
ENDRES

CRP 07/28231

BAIRRO BOM FIM
BAIRRO SARANDI

FONE: 999 144304


**Residencial Geriátrico
A Grande Família**

O carinho que seu idoso merece

- Enfermagem 24 horas
- Creche diurna e noturna
- Designado para senhoras

 Av. Juca Batista, 1626 - Ipanema / Porto Alegre
 3013.8999 - 9 8619.0480 - 9 8510.8089

**anuncie
CONOSCO**

Quem não é visto não é lembrado
Quem anuncia é chamado

ProcureAche

Ligue: 51 997-889-686
BICHO DE PÉ (TUNGA PENETRANS)


Pulga que se aloja na pele do hospedeiro (homem ou animal) causando uma infecção caracterizada por inchaços dolorosos, localizados principalmente ao redor de onde o inseto penetrou.

Angélica Martins - Podóloga

Fones: (51)99954-0811 / (51)99303-3345

PODOLOGIA INFANTIL

Também conhecido como Podopediatria, a podologia infantil é o tratamento e diagnóstico da saúde dos pés da criança de zero a doze anos. Esse cuidado é fundamental para assegurar um crescimento correto para prevenção de possíveis disfunções que possam surgir ao longo dos anos.

Os três primeiros anos são muito importantes, pois estabelecem a forma básica dos pés. É preciso uma preocupação especial às extremidades do pé dos recém-nascidos, pois é um local onde se recebe e se perde mais calor.

Dicas e conselhos no cuidado com os pés dos bebês:

- Ao cortar as unhas, esteja de mãos limpas, com um cortador reto e não corte as extremidades dos mesmos. Melhor hora é durante o sono, estão mais relaxados.
- Segure o pezinho com firmeza e mantenha a calma.
- Nunca obrigar a criança a andar se ela não estiver realmente preparada.
- Os aparentes defeitos nos pés durante os primeiros anos são naturais e devem se normalizar. Porém, se no terceiro ano a criança ainda reclamar de dores e mal-estar, é a hora de procurar um podólogo.

Fran Nobre Podóloga - Fone: (51)99971-3730

Fran Nobre

Podóloga e Esteticista Facial

- Estética facial
- Podologia
- Peeling
- Hidratação da pele
- Microagulhamento (rejuvenescedor facial)
- Micropigmentação de sobrancelhas

Av. Getúlio Vargas 1244 - Bairro Menino Deus

51 9 99713730

Residencial Geriátrico Gávea

Oferecemos:

- Enfermagem 24 hs
- Médico Assistente
- Nutricionista
- Fisioterapeuta
- Terapia Ocupacional

Telefone: 3279.3603 / 99203.3868
 Rua Gávea, 362 - Ipanema
 Residencial Geriátrico Gávea


**Angélica Martins
Podóloga**

51 99954-0811 51 99303-3345

atendimento@anjosdospes.com.br

Rua Vigário José Inácio, 250 - Sala 74 - POA/RS

UM PAI PRESENTE É...



Luis Alves

Um pai presente é como a luz que guia o peregrino durante sua longa jornada, ajuda a escolher o melhor caminho, oferece o conforto e calor, dá abrigo e segurança nos momentos mais difíceis da vida. Reconhecer essa luz é a recompensa maior que um pai e um filho podem receber em suas vidas. Obrigado Pai por ser a luz presente em minha vida e por me fazer compreender a importância de eu ser a luz na vida de meus filhos.

A Revista ProcureAche deseja muitas felicidades a todos os pais, leitores e anunciantes da publicação que mais cresce em Porto Alegre!



Telefones Úteis

SAMU	-----	192
Hospital Pronto Socorro	-----	3289 7999
Defesa Civil	-----	199
Polícia Rodoviária Federal	-----	191
Polícia Militar	-----	190
Polícia Federal	-----	194
Polícia Civil	-----	197
EPTC	-----	156 (opção 1)
Corpo de Bombeiros	-----	193
Disque-Previdência Social	-----	135
Rodoviária	-----	3210-0101
Aeroporto Salgado Filho	-----	3358 2000
CEEE	-----	0800 721 2333
Dmae	-----	3289 9000
Detran	-----	0800 905 5555
Lista Telefônica	-----	102
PROCON	-----	3289 1774

Ressonância • Tomografia Mamografia • Ecografia RX • Densitometria



Zona Norte: Rua Álvares Cabral, 65 - Fone: (51) 3342.2606
Próximo ao Shopping Wallig

Centro: Rua dos Andradas, 945 / 955 Térreo - Fone: (51) 3286.5622 / 3226.4125

Central de Agendamento

(51) 3225.3000

www.clinicaimi.com.br

Descubra esta NOVIDADE!

Baixe Seu
Aplicativo

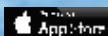


Grátis!

PÃO DE JUDÁ

O Portal da sua alimentação espiritual

5,0



Obtenha mais informações:

51 9 9321.8440

Livros de autoajuda

A causa genérica da depressão é o afastamento do homem do Onipotente. O livro e CD Livre-se da Depressão expõe as verdades divinas que possibilitam a cura e a liberdade aos que sofrem deste mal.



MUITA Gente querendo a mudança, POUCOS dispostos a mudar!

Muitas pessoas se sentem infelizes com o que fazem ou com o lugar onde trabalham. Em um dado momento, começam a adoecer. É gastrite, dor de cabeça, desânimo, estresse e muitos outros incômodos. Esses sintomas apenas revelam o estresse emocional. Ao aplicar ferramentas, o Coach te possibilita autoconhecimento podendo, assim, traçar metas para sair dessa situação. Luís Gabriel Gerevini – Coach, Analista comportamental e Corporal. Agende seu horário para um bate-papo (51) 40668076.

ExtraordináriaMente - Terapias, Desenvolvimento Pessoal & Profissional
Fone: (51)4066-8076

BARRAS DE ACCESS

As Barras de Access é uma técnica corporal que permite que você e o seu corpo comecem a desprender-se dos pensamentos, ideias, condicionamentos, emoções, atitudes e crenças limitantes que você tenha registrado sobre qualquer situação ou experiência.

- As Barras são 32 pontos na cabeça onde estão armazenados todos os pensamentos, ideias, crenças, traumas que você viveu ao longo de sua existência como um Ser.

- As Barras de Access podem ajudar com ansiedade, depressão, frustração, falta de sonho e é recomendável para pessoas com déficit de atenção, hiperatividade, personalidade obsessiva compulsiva, autismo, etc.

- Durante uma sessão de Barras, as ondas cerebrais abrandam permitindo que hábitos, crenças, emoções e pontos de vista que você tenha (mesmo sem saber) sejam acessados e libertados. A terapia é feita através do toque com as mãos na cabeça, nos pontos energéticos que correspondem a diferentes áreas da vida pessoal, emocional e material. Esses pontos são ativados, permitindo que a energia da própria pessoa se renove, mova e flua livremente e continuamente, sem limitações. Isso não significa apagar as suas memórias ou quem você é.

Maria Garroni - Facilitadora e Praticante de Barras de Access - Fone: (51)99738-2811

EXTRAORDINÁRIA MENTE

Terapias, Desenvolvimento Pessoal & Profissional

Psicologia - Barras de Access - Coach - BioSaúde
 Pilates - Constelação Familiar - Fisioterapia
 Massagem Terapêutica e Relaxante - Reflexologia
 Aromaterapia - Nutrição - Acupuntura
 Auriculoterapia - Reiki - Yoga - Terapia Floral

51 4066.8076

R. Baldoíno Bottini, 15 - Hípica - POA/RS (Próx. ao Banrisul da Hípica)

Maria Carolina

MODA PLUS SIZE

Do 44 ao 60
Fábrica Própria

Fone:
3225.2380



Maria Carolina
MODA GRANDE
 @Mariacarolinaplusize

(Shopping Center Sul)

Av. Voluntários da Pátria 263, Lj. 82/83
 Esquina Senhor dos Passos

Continue lendo este artigo em
 nosso site! Escaneie o QR CODE
 ao lado e acesse!



Maria Garroni

Facilitadora e Praticante de Barras de Access

Atendimento
 Espaço Kashai
 Dário Pederneiras 566
 Bairro Petrópolis - POA/RS



99738-2811

DICAS PARA MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Foco - um profissional focado e comprometido com seu trabalho sofre menos interferências do ambiente;

Afaste-se das fofocas - conversas fúteis sobre a vida dos colegas e superiores só alimenta um ambiente hostil. Afaste-se delas e procure eliminar esta conduta do seu dia a dia;

Aprenda a trabalhar em equipe - o trabalho em equipe é uma das principais habilidades exigidas pelas empresas. Colabore com seus colegas e aprenda com eles também;

Cumpra prazos e horários - atender suas demandas com qualidade e cumprir prazos e horários evita estresses e que seu desempenho seja questionado;

Cultive bons relacionamentos - mantenha boas relações interpessoais com seus colegas e superiores. Isso torna o ambiente melhor e mais favorável.

Residencial Geriátrico
REVIVER

Médico
Nutricionista
Enfermagem 24 horas
Hospedagem Temporária



Tel.: (51) 3391.0829

☎ 99453.5544

☎ 99360.5001

Rua Zeca Neto, 217 - Cristo Redentor - POA/RS



FISIOTERAPIA EM DOMICÍLIO

O Atendimento que você deseja, no lugar que você mais gosta



Geriátrico, Fisioterapia em grupo,
Neurológico, Traumatológico,
Ortopédico, Reumatológico e Pilates.

Marque sua avaliação grátis.

(51) 9.9600.9462

COMO EVITAR DORES MUSCULARES NO FRIO

Mantenha sempre o corpo aquecido, principalmente as extremidades (mãos, pés e pescoço e cabeça).

Pratique exercícios físicos. Geralmente as pessoas esquecem-se de fazer atividade física no frio. Independente da temperatura, sempre é importante se movimentar pois evita dores e futuras doenças.

Faça fisioterapia. Quem sofre de doenças ósseas degenerativas ou outras doenças crônicas pode realizar sessões de fisioterapia para alívio da dor e outros incômodos.

Realizar alongamentos é de grande importância pois ajuda evitar encurtamentos, o ideal sempre é realizar antes e após qualquer tipo de atividade física.

Evitar lugares úmidos, principalmente quando se tratar de idosos, procurar lugares secos e claros.

Daiane Nunes Ulinowski

Fisioterapeuta e Fundadora Humanize Home Care



CaeroClins

Clinica Odontológica

Edgar Pires de Castro, 1580
Lj. 3 - Lagos Strip Center

RT Dr. Luis Gustavo Zambialli Caero
ESPECIALISTA EM IMPLANTODONTIA
CRO/RS 18040 - EPAO/RS 9088

www.caeroclins.com.br

HÁ MAIS DE 10 ANOS CONQUISTANDO SUA CONFIANÇA

3072.3828 / 3414.2009

ORTODONTIA

APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS
DOCUMENTAÇÃO ORTODONTICA
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

IMPLANTES

PERIODONTIA

ODONTOLOGIA
TRATAMENTO CLÍNICO E
ODONTOLÓGICO PREVENTIVA

TRATAMENTO
ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

**PRÓTESE / RX /
CLAREAMENTO**

Matriz Canoas

Av. Rio Grande do Sul, 64 / sala 101 - Fone: 3425.1860

RT Dr. Marcelo Barboza Borille - CRO/RS 14520 - EPAO/RS 1841

Filial 1 Agronomia

Estr. João O. Remião, 1969 - Parada 4 - Fones: 3319.1573 - 3352.9644

RT Dr. Maria Luiza Rigon - CRO/RS 5486 - EPAO/RS 2137

Filial 2 L. Pinheiro

Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 16 A - Fones: 3319.7943 - 3072.2043

RT Dr. Maria Clarisse Teruel Cardoso - CRO/RS 11328 - EPAO 2138



BENGALAS
CRISTO
REDENTOR

TELE-ENTREGA

Segunda à Sexta das 8h às 19h
Sábados das 8h às 16h

BENGALAS CRISTO REDENTOR

Venda e Aluguel

- Cadeiras de Rodas • Bengalas • Andadores
- Camas Hospitalares • Coletes • Produtos Ortopédicos
- Fraldas Geriátricas

☎ 51 3362.2529 | 3341.4592 | 991.827.481

Rua Domingos Rubbo, 135 - Cristo Redentor - Porto Alegre - RS
www.bengalascristoredentor.com.br



MASSAGEM:
Bodyslimming (redução de medidas) - Relaxante, Terapêutica, Píndas Chinesas, Pedras quentes Liberação miofascial (dor ciática e fibromialgia)

LIMPEZA DE PELE:
Tratamento de Acne - Peeling de Cristal Peeling de Diamante - Designer de Sobrancelha

ENDERMOLOGIA:
Tensor (corrente russa) - Cellyse = Eletropolise **Radiofrequência** - Ultrassom

Rua Bogotá 610 - Lindóia - POA/RS
51 3093.0209 / 51 98605.5531
facebook.com/saletescentrodeterapias

REIKI - TUDO É ENERGIA

O Reiki nos auxilia a recuperar nossa energia vital e bem-estar através do alinhamento energético dos chakras. Pelo alinhamento energético eliminamos a ansiedade, o estresse, a raiva e o medo que nos aprisionam quando nos encontramos perdidos na rotina diária perdendo energia e a conexão com a Vida no Universo.

O tratamento de Reiki facilita: alívio de dores, limpeza emocional, quebra de vícios, desbloqueio da energia vital, aumento da vitalidade, auxílio pós-cirúrgico e quimio, alinhamento dos chakras, melhora do sono e relaxamento, aprofundamento e conexão espiritual, redução estresse, ansiedade e pressão, fortalecimento do sistema imunológico, renova sensação de alegria, amor e paz.

Conheça nossa filial: **Felipe Neri, 287**
Bairro Auxiliadora - Fone: (51)99467-5493
Cíntia Contursi

Salet's Centro de Terapias
Fones: (51) 3093-0209 / (51) 98605-5531

O PLANO PERFEITO PARA O SEU NEGÓCIO

PLANO DE SAÚDE A PARTIR DE 2 VIDAS PARA PEQUENAS E MÉDIAS EMPRESAS

Alessandro Vasconcelos
51 98024.8805




AQUI VOCÊ TEM AMIGOS

Há mais de 15 anos no bairro São Sebastião, a Semprefarma conta com uma ampla variedade de produtos e serviços, visando sempre a sua qualidade de vida e bem-estar.

Medicamentos, perfumaria e serviços de ambulatório.

Venha conhecer nossa loja totalmente reformulada e ganhe um brinde especial.

Semprefarma Farmácias Associadas
Fone: (51) 3344-4743

FAÇA SEU PEDIDO POR TELEFONE!

FARMÁCIAS Associadas Semprefarma

3344 4743

@SEMPREFARMA ASSOCIADAS

GANHE UM BRINDE ESPECIAL Trazendo ESTE ANÚNCIO!

RUA PRESIDENTE, JUAREZ, 120



Residencial Geriátrico A Grande Família

O carinho que seu idoso merece

- Enfermagem 24 horas
- Creche diurna e noturna
- Designado para senhoras

Av. Juca Batista, 1626 - Ipanema / Porto Alegre
3013.8999 - 9 8619.0480 - 9 8510.8089

TERAPIA

Realizar terapia proporciona um reencontro consigo mesmo, de forma que os constantes dilemas do dia-dia nos levam a buscar o sentido da vida; a possibilidade de encontrar novas maneiras de enxergar os obstáculos presentes no cotidiano, construindo novos horizontes para a busca da felicidade. Dê este tempo para você.

Psicólogo Luis Felipe P Lopes
Fone: (51) 99312-0830

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO

Psicoterapia para crianças, adolescentes e adultos



Psicólogo Luis Felipe P Lopes
CRP 07/29288
99312.0830
Av. Protásio Alves 3161/508 Petrópolis

HÉRNIA DE DISCO



A hérnia de disco acontece com o desgaste dos discos intervertebrais localizados entre as vértebras. Ela é causada pelo uso repetitivo desses elementos, por uma frequência ou mesmo uma ruptura do anel que contém o disco. Uma parte de seu conteúdo sai de sua posição normal, o que acaba por comprimir as raízes nervosas, causando dor.

Pode ocorrer em qualquer parte da coluna. Porém, é mais frequente na lombar.

Tipos de hernia

Protrusões: hérnias geralmente menores e contidas por parte do ânulo fibroso do disco

Hérnias extrusas: quando há lesão completa deste ângulo.

Hérnias sequestradas: onde o fragmento herniado se alonga pelo canal medular, chegando a se separar completamente do disco.

O paciente se apresenta com postura análgica, inclinando o tronco para o lado que lhe dê conforto.

Trate com Quiropraxia!!!

Dr^a Jane Difini Kopzinski

Fone: (51) 99684-2953



STUDIO
MOVIMENTO DO CORPO
Treinamento Funcional

Aula Experimental. Venha Conhecer!
Aulas com 1 hora de duração.
Treinamento personalizado,
focado no seu objetivo.

- Preparação física para concursos.
- Perda de peso, maior gasto calórico.
 - Aumento da resistência.
- Equilíbrio, força e flexibilidade em uma única aula.
- Aulas para terceira idade.

Av. Assis Brasil, 107 - Sala 02
Passo D'Areia - POA

(51) 3024.3097

(51) 9.9933.8767 João Paulo

Ótica

Óculos de grau *Solar
Aviamento de receitas

Consertos de relógios,
pilhas e pulseiras

Av. Osvaldo Aranha, 1208
Bom Fim - (51) 3019.5940



anuncie conosco

Quem não é visto não é lembrado
Quem anuncia é chamado

ProcureAche

Ligue: 51 997-889-686



QUIROPRAXIA, FISIOTERAPIA e FILOSOFIA CLÍNICA

A solução para suas dores

A sua saúde em primeiro lugar

Dr^a Jane Difini Kopzinski
Rua dos Andradas 1137 sala 1603

51 99684.2953

Elimine as suas dores!

Tratamento diferenciado

PALETA DE CORDEIRO COM MOLHO DE HORTELÃ

Ingredientes:

Carne:

- 1 unidade de paleta de cordeiro com cerca de 1,3 kg;
- 4 dentes de alho;
- 1/2 litro de vinho branco seco;
- 2 xícaras de folhas de hortelã frescas;
- 1 xícara de alecrim fresco;
- 1/2 xícara de azeite de oliva extravirgem;
- a gosto de sal;
- a gosto de pimenta-do-reino moída na hora

Molho:

- 1/2 xícara de vinho branco seco;
- 1/2 xícara de azeite de oliva extravirgem;
- 2 xícaras de folhas de hortelã;
- a gosto de sal;
- 1 pitada de açúcar

Modo de preparo:

Limpe o cordeiro, retirando os excessos de gordura. Em um mixer ou liquidificador, junte os dentes de alho, o vinho branco e a hortelã (somente as folhas). Processe rapidamente, para que não aqueça os temperos. Tempere a paleta com sal e pimenta-do-reino. Acondicione a carne em um recipiente com tampa ou em um saco plástico com fecho hermético. Acrescente os temperos processados e o alecrim e deixe marinando por pelo menos 12 horas, na geladeira. Vire a paleta pelo menos duas ou três vezes. Preencha o forno a 180 graus C. Coloque a paleta em uma assadeira,

regue com o azeite e cubra com papel alumínio. Metade da marinada vai junto no forno e a outra reserve. Deixe assar por aproximadamente 2h30. Passado esse tempo, retire o papel-alumínio, regue com parte da marinada que ficou reservada ou aquela que restou na forma e deixe dourar por 20 minutos. Para o molho de hortelã, no liquidificador, bata todos os ingredientes e reserve. Regue a carne com o molho na hora de servir.



 **Casa de Bolos**
Bolos caseiros feitos com carinho

Unidade Assis Brasil

Av. João Wallig, 563 - Passo D' Areia
(51)3110-4499

MERCADO E AÇOUGUE NAVEGANTES



Visite-nos e confira!

Linguiça de porco



Com queijo

Incremento Seu Churrasco
Cupim Bovino Resfriado

R\$ 15,98 kg

3311.0597
Av. Edgar Pires de Castro, 2649

Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina - Suína - Aves



R\$ 23,90 kg

Meia Ovelha



R\$ 24,99 kg

Pernil



R\$ 22,50 kg

Ovelha Inteira



R\$ 23,90 kg

Costela Com Carré

Miúdos de Ovelha



R\$ 4,99 kg

Rins

R\$ 7,99 kg

Lingua

R\$ 15,99 kg

Coração

R\$ 3,69

Paleta



R\$ 26,98 kg

Filé de Ovelha

R\$ 3,69

Tempero para carne de ovelha

R\$ 3,69

Tempero para carne de ovelha

SPAGHETTINI DELICIOSO



Ingredientes:

- 200g de espaguete;
- 1/2 colher de sopa de manteiga;
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva;
- 150g de cogumelos paris frescos fatiados;
- 6 corações de alcachofra em conserva;
- 2 tomates maduros sem

pele e sem sementes picados;

- 8 azeitonas pretas picadas;
- 80g de salame em cubos;
- sal e pimenta do reino a gosto;
- 100g de creme de leite;
- 3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado;

Modo de Preparo:

Aqueça a manteiga e o azeite e refogue os cogumelos e os corações de alcachofra. Acrescente o tomate e as azeitonas e por último, junte o salame. Cozinhe rapidamente e tempere com sal e pimenta do reino a gosto.

Cozinhe a massa de acordo com as instruções da embalagem, escorra e misture a panela do molho quente. Adicione o creme de leite, polvilhe o parmesão ralado e sirva.

Rendimento: 2 porções grandes

Comercial
KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

A mais completa linha de artigos para bares, restaurantes, churrascarias e hotéis

www.knetig.com.br / Av. Farrapos, 3059 - PoA - RS

(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773

e-mail: comercial@knetig.com.br

Mercado Caxias



AÇOUGUE - PADARIA - FRUTERIA



Horário: das 8h às 22h

Domingo: das 8h às 14h e das 16h às 22h

Av. Costa Gama, 5001

(51) 3239-3614

Filial: Estrada Barro Vermelho, 571

anuncie conosco



Quem não é visto não é lembrado

Quem anuncia é chamado

ProcureAche

Ligue: 51 997-889-686

UNISUPER Supermercado **BIG BOX**

51 3374-4105

Frutas - Verduras - Açougue - Padaria - Bebidas - Legumes
Material de limpeza - Refrigerantes - Higiene

Rua Bonifácio Nunes, 138, Parque Humaitá - Porto Alegre

ASSISTA O BRASILEIRÃO 2019 AQUI!

Happy Hour ou torcer pelo seu time!



Com 44 sabores de pastéis, 39 sabores de panquecas, e A la minutos

Arte do Pastel

Tele-Entrega pelos Apps:



f Arte do Pastel - Pastelaria e Lancheria

ig artedopastel

Av. São Pedro, 1378 - Bairro São Geraldo

(51) 3325.0320

TORTA DE FIGO COM MAÇÃ



Ingredientes:

- 3 gemas de ovos;
- 2 ovos;
- 1 lata de creme de leite;
- 1 lata de leite (use a mesma lata do creme de leite);
- 2 colheres (sopa) de açúcar;
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo;
- 200 gramas de doce de figo em calda;
- 2 maçãs cortadas em pedaços graúdos;
- 1/2 xícara (chá) de uva-passa;
- canela misturados a gosto

Modo de preparo:

1. Coloque no liquidificador as gemas, os ovos, o creme de leite, o leite, o açúcar e a farinha de trigo.
2. Bata até ficar homogêneo.
3. Em um refratário untado espalhe a maçã polvilhada com açúcar e canela e as uvas passas.
4. Entre os pedaços de maçãs, ponha os figos escorridos e cortados em cubos e despeje o creme batido.
5. Leve ao forno médio (170 °C a 190 °C), preaquecido, até dourar ligeiramente.



AV JUCA BATISTA, 2154

FONE: 3246.7307

RUA BECO DO PALADINO, 77

FONE: 3245.3245

Fabricação ao vivo Atacado & Varejo

CHOCOLATES ARTESANAIS

Linha de Presentes: Datas Comemorativas

☎ 3264.1290

Av. Edgar Pires de Castro, 2220 [f](#) Chocolate Trufão

BATATA ASSADA COM CATUPIRY

Ingredientes:

- 6 batatas médias;
- 1/2 vidro de requeijão cremoso (catupiry);
- Queijo parmesão ralado a gosto;
- Sal a gosto



Modo de preparo:

Lave as batatas e com um garfo faça alguns furos ao redor. Coloque-as em um recipiente com tampa e leve no Microondas por aproximadamente 20 minutos (até as batatas ficarem macias). Abra-as ao meio, fazendo uma cavidade com uma colher. Misture o requeijão e o parmesão e tempere com sal. Coloque dentro das batatas. Leve ao forno pré aquecido a 180 graus, por aproximadamente 15 minutos. Retire e sirva.

NSA Festas & Eventos

Decoração e aluguel de mesas, cadeiras, toalhas, louças e pegue e monte.

[☎ 51 98539-8141](#) c/ Marinês

Braga Split
Técnico com Formação SENAI

Instalação, Manutenção e Higienização
Orçamento para Instalação Gratuito

Consulca Electrolux SAMSUNG GREE LG

993.495.194 Mesmo número de telefone há mais de 10 anos

Serralheria Ferreira Ferro

Artesanato em ferro forjado

Portão Contrapeso, Automatizado, Grades, Janelas, Escada Caracol e Consertos em geral

Castelhano:
51-3245.5489 / 51-981.447.965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

AMIGO QUEBRA-GALHO
Júnior Dias

PRECISANDO DE ALGUM REPARO

ELÉTRICA • HIDRÁULICA • PINTURA E CAÇA VAZAMENTO

Instalações: Torneiras e Misturadores, Ventiladores de Teto e Luminárias, Chuveiros e Duchas, Tomadas e Interruptores, Suportes para Banheiro, Cozinha, Prateleiras, Cortinas, Varais, TV na Parede, Montagem de Móveis

(51) **99140.0404** | **99889.1902** Aceito todos os cartões de débito e crédito

A solução dos problemas da sua casa com qualidade, limpeza e honestidade.

Alkath Serviços

Mão de obra qualificada - Orçamento gratuito

Instalações de suportes, varais e ventiladores de teto

Elétrica - Hidráulica - Pintura

Serviços de pedreiro - azulejista - telhado

Manutenção e reformas

(51) **98589-3571** | (51) **99345-9033**

JD SERVIÇOS

João Daniel da Silva Jr.
jjdjr@hotmail.com

Elétrica • Hidráulica • Pinturas
Ar Split • Reformas
Instalações e Consertos
(Splits, Tvs, Máquinas, Home)

(51) **99298.0321** (Claro)

PERSIMAX
Indústria e Comércio

PLANTÃO AOS FINAIS DE SEMANA E FÉRIADOS

VERTICAIS / HORIZONTAIS / PERSIANAS
CONSRTO DE VENEZIANAS
TROCA DE FITAS, MOLAS, TALAS
TROCA DE CAIXA DE PERSIANA E ESQUADRIAS

3374.2512
98203.9771 TIM
99879.7588 vivo

DIVERSAS CORES E MODELOS

persimax_indcom@hotmail.com
PERSIANAS PERSIMAX

ELETRICISTA
Luís Augusto Silva

Instalações Elétricas em Geral
Projetos Elétricos com ART
Laudos Elétricos

Fone: (51) **984.696.349**

CLIMATIZAÇÃO BECKER
Especializada em SPLIT, AR DE JANELA E INVERTER

LG Consulca SAMSUNG Sparinger Electrolux EDENIAS MARCAS

INSTALAÇÃO - LIMPEZA - MANUTENÇÃO - ELÉTRICA
Prediais Residenciais Comerciais

Orçamento Gratuito

(51) 99378.6020 | 99675.0401 | 98579.8469 até 12h

ESTOFARIA LULU

ALMOFADAS FUTTONS
CABECEIRAS SOFÁS
CADEIRAS POLTRONAS

(51) **3109-9020** Central de Atendimento
(51) **99697-7221** Fale com o Vendedor

estofarialuluoficial | estofarialulu@gmail.com

www.estofarialulu.com.br

VISA MasterCard Hipercard BANI Verde Card etc

Av. Azeiteira, 1377 - Ipanema - Rio de Janeiro - RJ
 A.G. LOTERIAS
 (51) 3337-4647
 (51) 3219-6361
 Empresas parceiras que

dp Cont
Construção, manutenção e reformas

24 horas

ALVENARIA • HIDRÁULICA • ELÉTRICA • PINTURA
SERRALHERIA • REFORMAS • MÁRMORES E GRANITOS
MANUTENÇÃO COMERCIAL • REFRIGERAÇÃO EM GERAL

99533.5774 / 98030.6838

dpcont.reformas@gmail.com

SS Solução Service

Hidráulica • Elétrica • Pintura • Marcenaria
Alvenaria • Sinteco • Gesso • Piso • Persiana

Há 3 anos atuando na prestação de serviços para imobiliária
Orçamento gratuito / aceito cartões

(51) 984040992 | 994131484

ASSISTEC - SUL

REFRIGERAÇÃO E MÁQUINAS
Serviço Autorizado

AR CONDICIONADO (INSTALAÇÃO, MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO)
FREEZER - GELADEIRA
FROST FREE - LAVA ROUPAS

Serviços com garantia

51 3516-8189
999 230 145 • 991 223 074 • 985 181 587

Est. Costa Gama, 1582 - B. Velho - Técnico José Carlos

MARANATA
Telas Mosquiteiros

51 985-472-076
51 996-433-814

maranata.aluminio@gmail.com
Maranata esquadrias de alumínio

Promoção de Inverno

É o fim da picada!
Chegou a hora dos mosquitos ficarem de fora

Fixas - Removíveis
Articuladas - Deslizantes

Disponível nas Cores:
Fosco - Branco - Bronze

Proteja você e seus filhos contra picadas de insetos e invasão de morcegos

Instalação e Projetos Comerciais e Residenciais

www.maranatasm.com.br

ACEITAMOS CARTÕES: VISA • MasterCard • Elo

DESENTUPIDORA SERVITECH

Detector de vazamentos
Pias, sanitários, caixa de gordura
Lavatórios e ralos
Hidráulica em geral

INDÚSTRIA
COMÉRCIO
RESIDÊNCIAS
EDIFÍCIOS

24 ATENDIMENTO 24 HORAS

elo • VISA • MasterCard • American Express

(51) 3110.4164
(51) 980.555.362

desentupidoraservitech@gmail.com

Paulo Menezes
Serviços em geral

- Reformas
- Pinturas
- Hidráulica
- Construções

51 98597-7987
apoio.menezes@gmail.com

<https://www.facebook.com/people/Paulo-Menezes/100017504015692>

L.H. PINTURA E SERVIÇOS

Precisando de reparos em sua casa?

- Pintura e Texturas • Elétrica • Hidráulica • Impermeabilização
- Recolocação de Azulejos antigos e fora de linha • Chuveiro Queimado
- Fixação de Quadros e Espelhos • Montagem e Desmontagem de Móveis
- Instalação de Rack para TV e Varal • Troca de Tomadas e Interruptores
- Instalação de Ventilador de Teto • Limpeza de Calhas e Caixas D'água
- Lavagem de telhados • Pequenos Reparos em Geral

Mais serviços entre em contato.

Luis Henrique
(51) 99993-8456

luishenrique.94
l.h.pinturaseservicos@gmail.com

FIRMA REGISTRADA

Mister Máquinas
ASSISTÊNCIA TÉCNICA

REFRIGERAÇÃO COMERCIAL
GELADEIRAS FROST FREE
MÁQUINAS DE LAVAR
LAVA E SECA • LAVA LOUÇA
SECADORAS • FREEZER
FORNO ELÉTRICO • MICRO-ONDAS

Electrolux
Consul
Continental
BOSCH
LG

51 980.50.9800

Rua Gávea, 294 esq Av Tramandai - Ipanema

www.mistermaquinas.com.br

RAIVA EM CÃES E GATOS, COMO PREVENIR?



A raiva é uma doença altamente letal, que continua infectando milhões de pessoas e animais em mais de 150 países. Esta doença é causada por vírus e sua transmissão ocorre por meio de mordeduras e arranhaduras dos mamíferos suscetíveis ao vírus causador, como cão e gato.

O cão pode ser infectado pela raiva ao ter contato com outros animais positivos para o vírus, como outros cães ou um morcego, que terão o vírus na saliva e poderão transmiti-lo para outros animais ou para humanos ao morder. É importante ressaltar que nem todas as mordidas de cães transmitem a doença, por isso é preciso certificar-se de que há sinais da doença no cão que deu a mordida.

A raiva apesar de ser considerada uma doença grave, pode ser prevenida com uma medida simples: a vacinação. Cães e gatos devem ser vacinados anualmente contra a raiva. Aqui na Bichos e Caprichos temos um médico-veterinário pronto para iniciar o protocolo de vacinas do seu pet o quanto antes!

Bichos & Caprichos

CACHORRO COM DIARREIA – QUAL PODE SER A CAUSA?

Um cachorro com diarreia pode ser algo corriqueiro e simples – como uma mudança na dieta ou a ingestão de alimentos não apropriados em alguma ocasião – as causas que desencadeiam esse problema também podem ter vermes e parasitas como responsáveis, exigindo uma investigação apropriada para que o quadro não evolua. Entretanto, a diarreia também pode ser o sinal de alguma doença mais grave, incluindo insuficiência renal, tumores de intestino, algumas viroses importantes, entre outros. Com a ajuda de um médico veterinário, conseguimos diagnosticar e estipular o tratamento correto para a causa da diarreia, evitando complicações maiores na saúde do pet. **B&B Pet House**



- * Atendimento Veterinário Clínico e Especializado
- * Banho e Tosa
- * Atendimento Clínico Domiciliar
- * Loja, Produtos e Farmácia
- * Creche e hospedagem * Reiki
- * Book Fotográfico

Rua Paulo Blaschke 270 - B. Jardim Planalto - POA/RS

☎ 98499.0299 - 3368.7666

8 Promo Agosto

MES DO CACHORRO LOUCO

Vermifugo Grátis

Aplicando 3 vacinas anuais*
POLIVALENTE (V5)
ANTIRÁBICA
GRIPE

*Válido para vacinas aplicadas no mesmo animal
*Vermifugo utilizado Canex (CEVA)

Av. Assis Brasil, 3135 - Cristo Redentor - POA/RS
(51) 3136-3738 / 99138-3940



Agrocenter Coldebella

Qualidade, Preço e Bom Atendimento

Venda de pintos

Vestuário | Mudas | Rações | Medicamentos

3258.1108 / 981.048.785

ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA/RS

Tele-entrega de Rações



Nhock Classic Ad.
25kg R\$ 99,90



Vitta Natural Ad. Rças M.
15kg R\$ 95,00



Three Dogs Original
20kg R\$ 124,90



Matisse Ad. Carne
7,5kg R\$ 99,90



Whiskas Ad. Carne
10,1kg R\$ 109,90

Matriz

Av. Alberto Pasqualini, 1070 - Jd. Itú Sabará
Tel: 3084.0023
3029.9309

Filial

Rua Anita Garibaldi, 2253- loja 06 - Boa Vista
Tel: 3273.6316
Serviços de banho e tosa / Veterinário

www.armazemdosbichos.com.br



O QUE É MARKETING DIGITAL?

Por que
meu negócio
precisa dele?



**AGORA
TAMBÉM
DIGITAL!**

- ✓ CRIAÇÃO DE SITE
- ✓ CAMPANHAS
- ✓ SITE DE BUSCA
- ✓ MÍDIAS SOCIAIS

 **SEJA
UM
FRANQUEADO!**

 **(51) 997.889.686**

ProcureAche

**Unindo esforços para valorizar ainda
mais o seu negócio.**

www.impulsocriativo.com



Advocacia e Consultoria

Rogério Fraga Schwarzhaupt

Advogado - OAB/RS 102.351

51 98325-2323 | 99913-2595

rogeriofraga.jur@gmail.com

DICAS DE SEGURANÇA PARA VOCÊ COMPRAR PELA INTERNET

A facilidade proporcionada pela internet na nossa sociedade fez com que até os hábitos de consumo fossem alterados. Com isso, as lojas virtuais já são uma realidade lucrativa há muitos anos. Assim, toda a atenção na hora de comprar pela internet é bem-vinda.

Rogério Fraga Advocacia e Consultoria

Continue lendo este artigo em nosso site! Escaneie o QR CODE ao lado e acesse!



A RESTITUIÇÃO DO ICMS DA CONTA DE LUZ

A Jurisprudência tem cada vez mais firmado o entendimento de que a Taxa de Uso do Sistema de Transmissão de Energia Elétrica – TUST e a Taxa de Uso do Sistema de Distribuição de Energia Elétrica – TUSD não fazem parte da base de cálculo do ICMS. Isso é em razão de que o ICMS deve ser cobrado apenas sobre a energia elétrica consumida e não sobre demais taxas ou encargos.

No entanto, muitos consumidores vêm sendo indevidamente cobrados do referido imposto na conta de luz, onde são embutidas as taxas antes mencionadas na base de cálculo, o que é facilmente verificável através de um passar de olhos na conta de energia elétrica.

Sendo assim, os consumidores têm o direito de ingressar com demanda judicial a fim de pleitear a restituição dos valores pagos indevidamente de ICMS na conta de luz nos últimos cinco anos, além de requerer a redução das cobranças nas próximas faturas.

ALMIR SARMENTO & FILHOS ADVOCACIA

DIREITO DO TRABALHO
INSSDIREITO DE FAMÍLIA
DANO MORALCONSULTA
GRATUITA

Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS

(51) 3026-0303 / 3013-1928 / 998-750-370

almirsarmento@hotmail.com

Advogada
Dra. Tânia Knorr

OAB/RS 11.933

E-mail: tania.knorr@gmail.com

Site: www.knorr.adv.br

Previdenciário (INSS)

Cível - Família

Atendemos somente com hora marcada

9.9981.1294

PORTO ALEGRE: Av. Borges de Medeiros, 340 - CJ 121 - Centro - F.: 3224.4494

CIDREIRA: Rua Manoel Braz de Lima (Antiga Nordeste), 4840 - Salinas - F.: 3681.1815



MARTINS DIAS & ADVOGADOS

OAB RS 94.890

Advogados Especializados

TRABALHISTA:

- ⊗ Rescisão
- ⊗ Rescisão indireta
- ⊗ Hora extra
- ⊗ Doença e acidente de trabalho
- ⊗ Dano moral

51 99316.9779

rafaelmartinsdiasadv@gmail.com

O DIREITO DOS HERDEIROS AO SAQUE DE FGTS/PIS E DEMAIS VALORES DEVIDOS AO TRABALHADOR

Recentemente o Governo Federal autorizou o saque de parte do valor do FGTS pelo trabalhador. Assim como no ano de 2018 houve a liberação do saque do PIS a todos os cotistas que trabalharam entre 1971 a 1988. Um detalhe importante que muitas pessoas desconhecem, está no fato de que os herdeiros do trabalhador também têm direito ao recebimento dos valores de FGTS/PIS e demais verbas a que o trabalhador teria direito se vivo estivesse. Ocorre que nesses casos se faz necessário um pedido judicial, para que se identifique e autorize os herdeiros a sacarem tais valores. Portanto, ainda que você não tenha valores depositados em FGTS/PIS, provável que algum de seus familiares falecidos os tenha, o que garante o direito dos herdeiros a buscarem o Judiciário e receberem os valores devidos.

Flávio Braga Advocacia

Flávio Braga
ADVOCACIAOAB RS
5.801

Previdenciário

- INSS
- Aposentadorias
- Pensões
- Auxílios
- Revisões

Trabalhista

- Acidente de trabalho
- Rescisões
- Hora extra
- Adicionais
- Desvios

Cível

- Família
- Consumidor
- Indenizações
- Seguros
- Imobiliário

Fone: (51) 98310-8777

e-mail: contato@flaviobraga.adv.br - site: www.flaviobraga.adv.br

Av. José de Alencar, 868, conj. 705 - Menino Deus - POA/RS

MARZENARIA MFR

Móveis sob medida

Móveis residenciais e comerciais, tudo sob medida

Closets - Guarda Roupas
Cozinhas

Aceitamos todos os cartões

(51) 98566.5441



Varal de teto

Feito em alumínio anodizado, as varetas descem individuais

Orçamento gratuito

Sob medida

Fone:
(51) 3508-4167

www.dnadosvarais.com.br

TRUQUES PARA MANTER A CASA QUENTINHA NO INVERNO



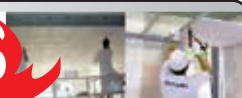
Uma maneira fácil é aproveitar a luz do sol ao máximo durante o dia. Para isso, abra as cortinas e deixe os vidros semiabertos para que o calor aqueça o ambiente e haja circulação de ar. Tome cuidado para que o sol não encontre obstáculos tais como plantas grandes ou mesmo móveis. Após o pôr do sol, ou ao final da tarde, a dica é fechar as cortinas e vedar bem qualquer fresta de vento para evitar a troca térmica inversa – de quente para frio. Esse efeito de calor que sentimos é derivado da radiação infravermelha dos raios solares. Esse princípio rudimentar de acumular energia é usado há centenas de anos no Ártico para a construção dos iglus, cujas paredes, assim como toda sua estrutura, são feitas de neve. Ou seja, por mais fria que sua casa ou apartamento sejam, está a muitos graus centígrados distante de se parecer com um iglu.

Como impedir que o frio entre à noite

Se você colocar a mão no vidro [da janela] perceberá que ele está gelado. Assim, qualquer obstáculo que você colocar nele irá melhorar. As cortinas blackout funcionam, mas uma cortina mais fina não, e pode até deixar o ar passar com mais facilidade nas frestas.

As roupas da casa

O uso de cobertores, tapetes felpudos, cortinas pesadas ou, em casos extremos, forrar paredes com livros, quadros, espelhos, etc, evita a difusão de umidade acumulada nas paredes.



Gesso Acartonado / Gesso Convencional
Decoração de Interiores / Consertos
Sanca / Rebaixamento / Drywall
Revestimento de Paredes e Teto

51 3242-5900 / 981.983.489

EMPALHADOR

NATURAL - THONART - SINTÉTICO

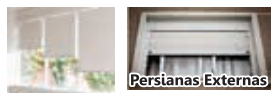
BUSCAS E ENTREGAS
GRATUITAS EM PORTO ALEGRE
E GRANDE PORTO ALEGRE



(51) 3102.2477 / 98622.8910

Av. Ceará, 503 Terceira Perimetral

Cláudio
Persianas
VENDA E
MANUTENÇÃO



(51) 992.975.314

MARZENARIA



REPAROS
PROJETOS
MANUTENÇÃO
ACABAMENTO

51 9 92056405

RAFAEL NOBRE artenobresolucoes@gmail.com

CONSTRUÇÕES e REFORMAS

Pedreiro
Carpinteiro
Hidráulico
Eletricista
Azulejista



Pintor
Impermeabilização
Colocação de Porcelanato
Serralheria
Funilaria

Grande POA e Litoral

3339.7670 | 991.016.399 | 984.649.159

construtora-emanuel@hotmail.com

ORÇAMENTO GRATUITO

VALE EUROPEU CATARINENSE

A herança cultural dos colonizadores alemães, italianos, austríacos e poloneses é a grande marca dessa região catarinense, localizada no Vale do Itajaí.

No Vale Europeu, a arquitetura, os costumes, a gastronomia e até os dialetos que se ouve remetem ao velho continente. Em Blumenau e Pomerode a herança cultural alemã é predominante. As paisagens incluem casas de estilo enxaimel, moinhos, rodas-d'água, capelas e engenhos.

Blumenau é oficialmente a Capital Brasileira da Cerveja e possui uma grande diversidade de cervejarias artesanais espalhadas pela cidade e em municípios vizinhos.

Em Pomerode, a herança cultural dos imigrantes vindos da Pomerânia, região histórica que ocupava o norte da Alemanha e a Polônia, é marcante. São mais de 300 casas em estilo enxaimel, que fizeram a Prefeitura reivindicar o título de município, fora da Alemanha, com o maior número de construções desse tipo. Lá também tem a maior quantidade de imóveis tombados pelo IPHAN entre as cidades que integram os Roteiros Nacionais de Imigração. O legado dos colonizadores também está presente na gastronomia, com destaque para o eisbein (joelho de porco), o kassler (bisteca de porco), o marreco recheado e também para os pães,ucas, bolachas e tortas. Tudo isso e muito mais pode ser apreciado no roteiro Vale Europeu Catarinense.

Pé na Tábua Tur - Fone: (51) 98142-2072

VIAJE COM A

PENATÁBUA TUR

FERIADÃO



FOZ DO IGUAÇU OU VALE EUROPEU
19 A 22/09

ENTRE EM CONTATO PARA MAIORES INFORMAÇÕES!

(51) 3907-1000
WWW.PENATABUATUR.COM.BR

CHAVES MARANATA



TELE-CHAVEIRO
AFIÇÕES: ALICATES E TESOURAS

99134.6708
98502.6940

seg à qui, das 8h - 18h
sex. das 8h - 16h30

João Correia
Rua Itapeva 07 - Passo D'Areia - POA/RS



TRANSPORTES

Marquinhos
FRETES - VIAGEM - MUDANÇA
Aceito Cartão de Crédito

Embalamos
Desmontamos e montamos
Fornecemos cobertores e
Caixa de papelão - Temos Guarda-Móveis

Atendemos Domingos e Feriados - Preços acessíveis

9.8150.3642 **TIM** / 9.8613.1854 **oi**

3 DICAS PARA TRANSPORTAR PEQUENOS OBJETOS



Transportar pequenos objetos pode se tornar um problema se a embalagem e o transporte não forem feitos de maneira correta.

Na hora de realizar uma mudança, alguns cuidados são fundamentais para facilitar o trabalho e evitar maiores transtornos.

1 - Planeje com antecedência a embalagem dos objetos, para evitar perda de tempo na hora de carregar os objetos no caminhão e atrasar o serviço dos carregadores.

2 - Embale tudo, se possível, em caixas de papelão, com jornais servindo de alcochoamento, e lacre bem para evitar que se quebrem ou se danifiquem no traslado.

3 - Organize as caixas em pilhas, separadas por peso ou tipo de objeto, deixando os mais resistentes em baixo, para melhor acomodamento dentro do caminhão e maior segurança no transporte.

Chavesul

ABERTURA DE PORTAS - CONTROLES
CARIMBOS - FECHADURAS

CHAVES CODIFICADAS

24h

3241.6376 | 994.049.594

AV. EDUARDO PRADO, Nº 330 LOJA 19 **BIG**
HO BIG EDUARDO PRADO

Ventura Oliveira

Reformas
Impermeabilizações
Jardinagem

Manutenções
Hidráulica
Elétrica
Pintura

51 99377-1833
51 98655-0408

VIDROS BARBIANI

Vidros - Boxes de Vidro - Boxes de Acrílico
Telhado de Vidro - Fechamento de Área
Colocação em Domicílio

3023.6017
981.081.684
981.081.685

Av. Juca Batista, 770 - Porto Alegre/RS

ALEXANDRINO
esquadrias

www.alexandrinoesquadrias.com.br

(51) 3246.0648 / 3245.6170 / 3248.1650
3245.6103 / 984.702.100 / 984.702.300

E-mail: vendas@alexandrinoesquadrias.com.br
Av. Juca Batista, 7580 - Bairro Belém Novo - Porto Alegre, RS

Hidráulica - Elétrica
Pinturas
Pequenos consertos
Reformas em Geral
CASA-CONDOMÍNIO-EMPRESAS

REFORMESUL
REFORMA E CONSTRUÇÃO

PRECISA CONSTRUÇÃO OU REFORMAR?

(51) 99533.9515 / (51) 99664.6577 vivo

www.reformesul.com.br E-mail: reformesul@outlook.com

Orçamento Gratuito

JE CONSTRUÇÕES
Soluções Inteligentes

Reformas
Pinturas
Elétrica
Hidráulica
Pisos e Azulejos
Gesso Acartonado

51 99727.6613 | 51 99698.9017

www.jeprestadora.com.br

EBENEZER REFORMAS

CONSTRUÇÃO, REFORMAS E SERVIÇOS (até médio porte)

ELÉTRICA
HIDRÁULICA
PISOS
AZULEJOS
ALVENARIA
E PINTURAS

FALE CONOSCO

Servindo Porto Alegre e região há 7 anos

51 99893.0830 | 98655.6076

CNPJ: 18.970.774/0001-00

www.facebook.com/reformaebenezer/

Construções & Reformas em geral

Elétrica Predial/Industrial
Pintura e Cerâmica
Paisagismo e Jardinagem
Limpeza Pós Obra

Ronaldo Lima Fagundes

51 98050.5918

ASSOALHOS E CONSTRUÇÕES

PARQUET E ASSOALHO SEM PÓ
PRODUTOS SEM CHEIRO - SECAGEM EM 4 HORAS

*Lixação de Parquet *Aplicação de Sinteko
*PU (Poliuretano) *Laka *Resina à Base D'água
*Assopalhos em Geral *Construções e Reformas em geral

Fones: 51 3221.6249 / 998.135.887
984.577.771

Rua Espírito Santo, 108 - Centro - POA/RS
souzadeantoni@gmail.com

FRTZEN

Manutenção Obra
Pintura - Elétrica
Hidráulica
Serviços em Geral

ORÇAMENTO GRÁTIS

Fone: 992.055.485

FUNILARIA SCHMIDT

Tudo para seu telhado

CALHAS
CHAMINÉS
COIFAS
TELHADOS

www.funilariaschmidt.com

(51) 3342.3449 / 984.246.025
992.646.712 / 993.365.516

STYLLUS CELL
 styluscell2018@gmail.com

PROMOÇÃO
 Película de Vidro
 a partir de
R\$ 10,00

- Troca de Telas
- Atualização Software
- Troca de Conectores
- Acessórios e Eletrônicos
- Troca de Vidro

☎ 3241.6426 / 99204.7434 / ☎ 99780.8003
 Rua José Montauray, 101 - Centro Histórico/POA

LINKWARE
 INFORMÁTICA

MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES E NOTEBOOKS
 TROCA DE TELAS DE NOTE, TABLET E IPAD
 CONFIGURAÇÃO DE REDES E WIRELESS, VENDA DE PEÇAS

Fone: 3062.1555 / 98411.1555
 www.linkwareinformatica.com

Serviços de Vigias e Portaria

R.P.R LINHA
 PREVENÇÃO A ASSALTOS!

VIATURAS DE VIGIA PARA BAIROS
 Orçamento Gratuito
 Trabalhamos com portaria,
 vigias 24h, monitoramento de
 CFTV, alarmes, jardinagem
 e serviços gerais.

Contato: Romero
(51) 99673.1694 / (51) 98463.1570
(51) 99151.2280
E-mail: guard-rail@hotmail.com

O FIM DAS CURTIDAS NO INSTAGRAM

As redes sociais estão em constante movimento, e se atualizando de acordo com as novas necessidades e demandas criadas por elas mesmas.

O caso mais recente foi uma alteração de grande impacto no Instagram onde a rede social deixou de exibir a quantidade de curtidas em suas publicações. Mas fique calmo! Algumas ferramentas nacionais como a ETUS e internacionais como HOOTSUITE permitirão a continuidade da análise desses dados.

O maior objetivo e desafio do Instagram sempre foi compartilhar conteúdo de qualidade e fazer com que seus usuários tenham interações reais de acordo com a qualidade das publicações. Essa ação busca novamente esse objetivo.

Os principais motivos são:

Curtidas Falsas:

O Instagram não nega a quantidade de interações falsas sendo realizadas por robôs. Funciona assim: o usuário interessado em mais curtidas paga por um sistema que ficará curtindo posts segmentados.

Proteção de Marcas:

As marcas poderão se basear em métricas mais relevantes para investir em influenciadores assim visando assim um melhor engajamento.

Autoestima:

Problemas de autoestima e ansiedade estão crescendo por causa de redes sociais, nas quais o número de curtidas acaba servindo como medida de aceitação e popularidade.

É para sempre ?

A mudança faz parte de testes realizados no Canadá e agora chega até o Brasil "Não dá para dizer se vai dar certo, mas é algo que estamos tentando para melhorar o ambiente", disse Adam Mosseri, principal executivo do Instagram. O #nolike parece ter sido bem recebido pela maioria dos usuários e tende a se expandir para todos os países caso confirmada essa melhoria.

Porém, alguns influenciadores parecem não ter gostado muito dessa mudança. Alguns chegaram a chocar a internet ao postar imagens ao qual comparava o fim da contagem de likes com a Lei Áurea e até captura de telas mostrando a quantidade de likes de suas postagens anteriores.

INFORMÁTICA PARA MELHOR IDADE

Não dependa de ninguém, faça você mesmo!

Aulas de Tablet, Computador e Celular

- Horários flexíveis de acordo com a sua disponibilidade
- Aulas individuais e didática própria para MELHOR IDADE
- Aulas de INGLÊS para MELHOR IDADE, com apenas 3 alunos em sala

Rua Uruguai, 299 / 7º andar / Centro
 www.onbyte-rs.com.br ☎ 51 3224.0335 | 3224.0527

Facebook
 UBER
 WhatsApp

ONBYTE
 FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Exauttec Climatização

Higienização

Instalação

Especializados em
Consertos e Manutenção

Split e Ar central

Fone:  51 9 8450.8317

E-mail: exauttec@gmail.com



Orçamento
gratuito

PAPA LÉGUAS

Hidráulica - Elétrica - Pequenos Reparos
Montagem e desmontagem de móveis



Móveis
Novos e
Usados



 997.930.802  984.339.161
paulodutra217@gmail.com

Cerutti Madeiras

Bancos - Mesas p/ churrasqueira
Balcão para pia de cozinha, etc.
Manutenção de portas e
janelas - venezianas
Madeiras para Vigamento



Orçamento sem compromisso!

 51 99831.6555

SERRALHERIA KISSER

[Grades | Portões de Contrapeso |
Portões Basculantes e Simples |
Portas Pantográficas |
Escadas Normais e Caracol |
Cortinas Enroladas | Serviços em Geral]

Cel.: 51 996.563.664  985.556.198 | 992.312.220

E-mail: vilmarmetal@hotmail.com

Av. 21 de Abril, 1092 | Sarandi | Porto Alegre

INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO RODRIGUES



Split | Elétrica
Ventilador de Teto

Pintura Residencial | Hidráulica e Cerâmica

(51) 9-9437.9469 | 9-9672.8822 | 9-8467.2544 

Rua Alfredo Neri Soares, 637 | Sarandi | POA

MULTISSERVIÇOS e PINTURAS

ARMANDO SANTOS

- Alvenaria • Telhado • Azulejista
- Impermeabilizações • Pinturas
- Outros

www.flashbrico.com.br

 (51) 984.379.605  Av. Borges de Medeiros, 993
sala 01 - Centro - POA/RS

NF Refrigeração

Doméstica e Comercial

- Instalação e manutenção de Split,
- Refrigeração doméstica e comercial



 (51) 992 529 251

CURRÍCULO PROFISSIONAL

Se você não sabe como começar um currículo, sente-se inseguro com as novas normas ortográficas e deseja um documento profissional harmônico e com acabamento de design gráfico, eu posso ajudar! Diversos modelos.

Peça seu orçamento! Preços acessíveis.

Jornalista Carine Lopes - MTB 12.749

 (51) 99913-8066



SERRALHERIA RODRIGUES

Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

Portas | Portões | Grades | Janelas
Cercas Elétricas | Escadas | Estruturas Metálicas
Alarmes | Câmeras | Concertinas



Ligue e peça orçamento gratuito 51 98411.1151 

3246.3902 Av. Lami, 1650 - Belém Novo

serralheria.rodriguesz@hotmail.com | www.gruporodriguesrs.com.br

Atendemos Porto Alegre e Grande Porto Alegre

Aceitamos cartões de crédito em 3x   

ESTOFARIA GOMES

Reformas, Estofados em Geral
Empalha-se Móveis, Consertos de Cadeiras de Praia
e Guarda Sol



(51) 3307.9466 / 98142.5692 Av. Cristóvão Colombo, 264

REPARO PREDIAL

AIVENARIA
Eletricista Predial
Instalação Ar Split
Gesso Acartonado

Leonardo Silveira

email: leonardosilveira33@yahoo.com.br

51. 99269.1032 / 99799.4111

LEICAM SERVIÇOS

Refrigeração e Climatização
Máquinas de Lavar Roupas e Microondas



Instalação e Manutenção
* Aceitamos Cartões

(51) 99662.9586

GLANZNER VENDAS E ASSIST.

75 anos

AQUECEDORES A GÁS
Vendas e assistência técnica.

Aquecedores digitais
Aquecedores passagem
Pressurizadores



Solicite um orçamento

☎ 3341.3856 - 9.8600.6500
📍 R. Piauí, 155 (próx. ao Zequinha)

Entupiu? Dia e Noite 24hs DESENTUPIDORA HIDRO MAK

Desentupimento, Limpeza de Fossas,
Hidrojateamento, Hidráulica

Caça Vazamento:

DETECTOR ELETRÔNICO DE VAZAMENTO

Cobrimos Qualquer Orçamento
(51) 3339.8800

Plantão: 992.477.905
desent.hidromak@yahoo.com.br

LAREIRAS ECOLÓGICAS



A lareira da vez agora é a lareira ecológica! Que não é elétrica nem a gás de cozinha, então COMO É?

As lareiras ecológicas funcionam com fluido líquido especialmente desenvolvido e licenciado para este fim, a partir do etanol. Não produz fumaça, resíduos inalantes nem cheiro. Que é despejado diretamente dentro do queimador. O acendimento é simples: só encoste uma chama no fluido líquido despejado diretamente dentro do queimador da ecolareira para acender. O mais recomendado é a utilização do acendedor que vem no kit de cada lareira. Elas esquentam bem? A queima do fluido produzirá calor e a intensidade do calor será determinada pelo tamanho do queimador por metro quadrado.

Algumas lareiras são portáteis e não precisam de qualquer tipo de instalação! E sua utilização poderá ser feita tanto dentro como fora de casa, em áreas externas utiliza-se uma tampa protetora contra chuvas e sujeiras!

REGELAR

Refrigeração - Climatização - Elétrica

- * Instalação e manutenção de ar split e janela
- * Câmaras frigoríficas * Freezer * Refrigeradores
- * Máquinas de gelo * Máquinas de lavar roupa
- * Balcões Refrigerados * Secadoras de roupas

Trabalhamos Multi Marcas



vivo 99621.5613
98298.6505

011 98613.1350
3364.6218

R. Vitório Francisco Giordani, 265 - Lj. 01 - Jd. Itu-Sabará

PERSIANAS SÓSTANES

Consertos em Geral

Esquadrias em Alumínio e Ferro

- Box p/ Banheiro
- Janelas e Portas
- Portões e Grades
- Corrimão em Inox

COLOCAÇÃO DE MURETA PARA BOX



Orçamentos

(51) 994.649.188 asms_airton@hotmail.com

CR EXTINTORES E SERVIÇOS

- PPCI, Caixas, Mangueiras, Fitas
- Central de Alarme de incêndio, Luz de Emergência
- Serviços de Hidráulica e Elétrica
- Extintores Novos e Seminovos
- Aluguel de extintores para eventos

Curso de

Prevenção de incêndio com certificação.

Fone/Fax: (51) 3387.2407
4100.2971

www.crextintores.com.br
crextintores@crextintores.com.br

Av. Protásio Alves, 3571 - P.Alegre



PINTURAS GASTRING

DEUS É FIEL



Pinturas prediais, telhados, grades.
Texturas decorativas e lavagens a jato.
Reformas em geral.

(51) 99184-1725 / (51) 99818-0264

Clim - A Limpeza Certa



- Limpeza Predial
- Pós-Obra
- Limpeza de Condomínios com 10 anos de Experiência
- Tratamento de Pisos

51 993.697.075

Serralheria CARACOL

- GRADES
- ESCADAS
- CORRIMÕES
- PORTAS
- PANTOGRÁFICAS
- PORTÕES
- ESTRUTURAS METÁLICAS

Em até 3x
no Cartão de Crédito



30 Anos

(Leandro)

ORÇAMENTO
GRATUITO

(51) 9.8484.1085

(51) 9.9905.5410

Av. Sartunino de Brito, 385 - Zona Norte
Seg. à Sáb. das 8h às 19h

EMPRÉSTIMOS

Precisando de
Dinheiro?

Venha conversar
com a gente.

Rua dos Andradas 1273, Galeria Edith, Lj 002 - Térreo
51 3023.6050 ou 51 3023.4101

Rua dos Andradas 1646, 7º andar, sala 73
51 3211.5757 ou 51 3227.1012



Pinturas comerciais e residenciais
Pisos e Azulejos / Porcelanato
Pergolados / Decks
Construções em geral
Gesso
Elétrica e Hidráulica
Impermeabilização
Ar Condicionado Split

PERES CONSTRUÇÕES

Luciano Peres

f PERESREFORMAS 997-398-157

REFORMAS EM GERAL

ELETRICISTA & HIDRÁULICO

Instalações, Manutenções, Reparos em Geral



Contatos:

(51) 99738.3955

(51) 98573.5180

Nelmo

Jeison

(51) 99329.0127

DESENTUPIR RALOS



Esta dica é ideal para desentupir ralos da pia da cozinha e do banheiro. Coloque no ralo uma xícara de bicarbonato de sódio e depois acrescente duas xícaras de vinagre branco de álcool. Quando a mistura não estiver mais efervescente, despeje água fervente e evite abrir a torneira por cerca de 30 minutos.

JS Marcenaria
Criando Beleza através da Madeira

- Móveis planejados
- Aplicação de Laca em móveis novos e usados
- Reformas de móveis
- Fabricação de Portas e Janelas

Jorge Santos

Orçamento GRÁTIS



(51) 3325.9643

99607.0184 / 99409.3786

✉ jsmbelez.madeira1993@gmail.com

Trav. Venezuela, nº 42 - Navegantes



CENTRO AUTOMOTIVO

**Surdinas e Catalizadores - Balanceamento e Geometria
Baterias - Lubrificantes minerais e sintéticos
Revisão de Correias e Filtros - Embreagens - Serviços de Mecânica**

3342.8189

Av. Benjamin Constant, 746
www.surdinascarautocenter.com.br



RODAS E PNEUS EM BOAS CONDIÇÕES SÃO IMPRESCINDÍVEIS!

Assim como os freios, o conjunto de rodas e pneus em más condições pode ocasionar sérios riscos à segurança dos ocupantes. O desgaste desses componentes acaba sendo frequente caso você tenha como costume trafegar em pisos ruins, repletos de buracos, irregularidades de obstáculos. Deste modo, faça a manutenção periódica das rodas e dos pneus, para assegurar a segurança e o conforto do motorista e dos passageiros.

Entre as recomendações, faça o alinhamento e o balanceamento a cada 5 mil km rodados, e também o rodízio a cada 5 ou 10 mil km. Você deve ficar atento ainda aos pneus carecas, que devem ser substituídos o quanto antes, e a danos na parte interna dos pneus. As rodas carecem de atenção nos parafusos e em alguns danos, que podem ser reparados. Porém, em caso de danos profundos, o recomendado é adquirir uma roda nova.

MANTENHA A BATERIA EM BOAS CONDIÇÕES PARA NÃO FICAR NA MÃO

Imagina você não conseguir destravar o seu carro pelo alarme ou até mesmo não conseguir dar partida no motor? Situação complicada, não? Sendo assim, você deve checar as condições da bateria do seu carro sempre que possível para evitar dores de cabeça.



Verifique a situação da fixação da bateria, cabo positivo e negativo, nível do eletrólito (líquido da bateria), tampas dos elementos, caixa da bateria e conexão dos cabos. Já a manutenção deve ser focada no reabastecimento dos elementos, carga e nível do eletrólito.

Jorginho
DESPACHANTE CREDENCIADO

DetranRS



- ✚ Transferência
- ✚ 2ª Via CRV/CRLV
- ✚ Regularização GNV
- ✚ Regularização Suspensão

Entre outros serviços

Parcelamos seus débitos de IPVA e multas em até 12x

(51) 98063.3292

Av. Protásio Alves, nº 4614 - POA/RS

GEO Point

CONSERTOS DE RODAS

**Geometria - Balanceamento
Suspensão - Freios - Pneus - Rodas**

Av. Geará, 238 - POA/RS E-mail: geo.point@yahoo.com.br
Fones: (51) 3337.7888 / 3273.7888 / 981.483.031



16 Anos de Jornalismo



Expediente:

Encontre uma de nossas revistas impressas:

procureacherevista.com.br/distribuicao-poa/



CNPJ: 11.248.576/0001-99 | Geramigos Comunicação Ltda

(51) 997.889.686

edição não encontrada impressa, basta fazer download
www.procureacherevista.com.br

[f](https://www.facebook.com/ProcureAcheRevista) /ProcureAcheRevista

[i](https://www.instagram.com/revista_procureache) revista_procureache

E-mail: geraamigos@gmail.com

Jornalista Responsável: Angelica Konzen - SRTE_MTE/RS nº 12.297

Tiragem: 123.000 exemplares

Editora: Maria das Dores Pereira | **Jornalista Revisora:** Carine Bidone Lopes MTB nº 12.749

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

É representado em uma superfície bidimensional através da projeção de Mercator	Jogo popular na escola de Hogwarts	Forte impacto ou emoção (fr.)	Mês da Revolução dos Cravos (Portugal)	Principal sintoma da bursite (pl.)	Estados Unidos
Estimulante tido como afrodisíaco			Urso, em inglês	Conjuntos de formas flexionadas das palavras (Gram.)	
Manufatura surgida no período Neolítico		Ação do motorista no posto de gasolina		Tribunal Arbitral do Esporte (sigla)	
Poemas líricos	Período histórico Repentinas		Provida de asas Criado particular		
"O Mundo É um (?)", canção de Cartola	Em + as Cidade do Tremeiro do Forró (PB)	Autor de "O Corvo" O acido da vida		Título britânico Gaiola, em tupi	
Também no jargão da internet				Moeda criada no Japão da Era Meiji (pl.)	
Cidades da Flórida muito visitadas por turistas brasileiros (EUA)	Cereal usado no fabrico da cerejeja	Disco de Dalva de Oliveira (1951)	Comando que fecha o aplicativo (inform.)		
Reflexão acústica		Adolescente (inglês) Jogo de cartas		Divisão de uma partida esportiva	
Peneirar (bras.)			Engua, em inglês Incisão		
Transitar por ruas ou estradas	Inexiste no sistema ciclico	Despido Região litorânea			
			Cubra: tampe	Opõe-se a "d.c.", em datas históricas	
Profissional que integra a ONG internacional MSF					
Babás					

BANCO 3/veel.4/beer—leem.5/palos—sueca.7/tnsson.9/quadrol



Curta a nossa página no Facebook!

/ProcureAcheRevista

Solução:

S	V	C	E	S	S	Y	W	Y		
E	J	V	L	O	C	I	O	E	W	
W	Y	R	V	E	J	V	W	N	L	
I	S	Q	V	N	N	A	L			
T	E	E	Y	S	S	S	E			
N	N	E	J	I	O	C	E			
C	S	E	C	V	L	R				
I	W	V	I	W	3	O	N	V	L	R
I	9	V	L	I	J	O	E			
R	I	S	S	V	N	R	L			
V	O	V	T	V	O	N	I	O	W	
S	V	I	I	R	N	S	R			
E	W	R	V	S	E	O	O			
R	V	E	R	V	I	R	V	L	O	
O	M	S	V	N	V	R	V	9		
D										



Hora da piada!



Minha mãe sempre quis tocar piano. Meu pai, então, comprou um de presente para ela. Dias depois, liguei para saber o que ela estava achando da experiência.

- Devolvi o piano. Convenci sua mãe a tocar clarineta - disse papai.
- Por quê? - perguntei.
- Porque com a clarineta ela não consegue cantar junto - explicou ele.

- Pai, todos os contos de fadas começam com "era uma vez"? - perguntou a garotinha.
- Não - respondeu ele.
- Muitos começam com as palavras: "Se eleito, eu prometo."

- Quem sugeriu que você viesse aqui? - perguntou o dentista ao menino no consultório.
- Um amigo meu - respondeu o garoto. - Depois de arrancar um dente aqui, ele ficou três semanas sem ir à escola.

- Sogrinha! Quanto tempo que a senhora não aparece! Quanto tempo vai ficar conosco desta vez?
- Oh, meu genro, até vocês ficarem cansados de mim!
- Sério? Não vai nem mesmo tomar um cafezinho?



ÁRIES	O ariano deve estar caminhando bem no setor sentimental de modo geral. Mesmo aqueles que são estão em seu ótimo, ainda são capazes de ao menos resolver algumas questões internas.	TOURO	O lema para este mês é: sinta-se bem. Sentir-se bem agora será mais importante do que de fato fazer a coisa certa. Passe mais tempo com a família e compense comparando àqueles almoços que você não andou aparecendo.
GÊMEOS	Em agosto, dois eclipses prometem abalar o mundo do geminiano. Comece o período reduzindo o ritmo das suas atividades cotidianas, e siga assim durante todo o mês — em especial nos dias que rondam os eclipses.	CÂNCER	O amor parece uma área sem grandes problemas, mesmo para os menos afortunados. É claro que existem questões a serem observadas e que precisam de certa atenção, mas a maioria deve desfrutar de um romance feliz e até pacífico.
LEÃO	Seria conveniente se iniciasse o mês já com um planejamento que tenha espaço para um pouco de descanso e momento no qual possa reduzir um pouco suas atividades junto à família e ao parceiro.	VIRGEM	O período é bastante espiritual, e assim permanecerá até o dia 22. Aproveite para participar de retiros e se envolver com pessoas mais espiritualizadas. Se preferir, pode ingressar em projetos de caridade e atividades altruístas.
LIBRA	Libra fará um grande e rápido progresso na vida pessoal. Isso significa que você se sentirá confiante e conseguirá cobrir vários aspectos da vida. O ritmo reduzido dos acontecimentos no mundo deve te ajudar ainda mais com isso.	ESCORPIÃO	Com a presença de dois eclipses este mês, o Escorpião terá dramas e mudanças pelo caminho — tanto pessoalmente quando a nível mundial. Tais eventos terão um forte efeito, então seria prudente reduzir o ritmo das atividades.
SAGITÁRIO	A época será propícia para realizar viagens ao exterior. No entanto, programe-se para viajar fora dos períodos dos eclipses. Mudanças na vizinhança podem acontecer ou uma grande construção na área próxima à sua residência.	CAPRICÓRNO	O mês é propício para fazer uma limpeza na casa, livrando-se do excesso de posses, despesas e material sobressalente na sua mente e corpo. A vida pessoal estará agitada. Nesses momentos é preciso ter cautela.
AGUÁRIO	As ambições e o sucesso externo estão esperando por você. Então pegue os sonhos que nutriu na fase noturna e coloque-os em prática. Execute seus compromissos obrigatórios e adie o restante que puder.	PEIXES	Comportamentos como a autoafirmação e a teimosia não vão funcionar bem. Apenas deixe que as coisas boas aconteçam, sem forçar nenhuma situação. Cultive as boas ações ao próximo, pois são instrumentos para o seu bem.

R\$ 400,00
por mês

Quarto mobiliado para solteiro

**Aluguel - Água - Luz
Gás - Internet
Máquina de Lavar**

www.pousadagaroa.com.br

GAROA Vem Morar Aqui.

Av. Benjamin Constant, 413

(51) 986.426.196 / 981.565.274

ESTAMOS SELECIONANDO
PACIENTES

- Botox
- Preenchedores
- Lipo de papada
- Fios de PDO
- Microagulhamento
- Eletrocauterização estética
- Bioestimuladores de colágeno

(51) 3276-8483
(51) 99209-1881

HODOS RS
cosmetologia

www.hodosrs.com.br

PORTUGUÊS & MATEMÁTICA



Aulas particulares
Ensino Fundamental I e II,
Vestibular e ENEM

Reforço direcionado e focado em Exercícios
*Preços acessíveis Zona Norte, Porto Alegre

CARINE LOPES

(51) 99913-8066

carinebidone

INFORMAÇÃO: CONTAS INATIVAS DA MICROSOFT SERÃO CANCELADAS A PARTIR DE 30 DE AGOSTO



A partir do dia 30 de agosto, todos os e-mails da Microsoft cujos usuários não fizeram nenhum tipo de acesso nos últimos 2 anos serão cancelados. A medida faz parte da nova política de atividades de contas da empresa.

A Microsoft não é a única a lidar com essa desativação de contas inativas; inclusive, ela já praticou a mesma atividade antes, mas com prazo diferente. Se você precisa manter sua conta Microsoft ativa, basta realizar o login nela antes do dia 30 de agosto. Para saber mais, marque uma aula e aprenda a utilizar o e-mail e outros recursos online com mais segurança. -->51 984058299

INEZITA CUNHA
fotografia

(51) 99348-7263

facebook.com/inezita.cunha

inezita.cunha@gmail.com

www.inezitacunha.com.br

A fotografia é enxergar o outro com sensibilidade para perceber o olhar, o gestual, a expressão em si. É a capacidade de ver coisas que não são evidentes, para dispor a realidade de forma a transmitir emoções. É isso que faço nos ensaios com mulheres, homens, crianças, famílias, eventos, em diferentes ambientes, buscando um resultado mais poético.

Sou professora de fotografia na Escola de Fotografia e Cinema Digital Câmera Viajante.

Inezita Cunha Fotografia - (51)99348-7263

ENSINO PRESENCIAL X ENSINO A DISTÂNCIA



No ensino presencial o conhecimento é transmitido unidimensionalmente, via professor, assumindo este um papel fundamental no processo de ensino/aprendizagem. Enquanto no e-learning, os alunos podem aprender descobrindo, tendo um papel principal na construção do conhecimento.

O e-learning, ou ensino a distância, proporciona fácil acesso ao conhecimento, ultrapassa barreiras e compartilha assuntos. Porém, há ainda quem prefira a educação presencial por acreditar em aulas de melhor qualidade.

Quando a educação presencial não fica só no campo da teoria e recorre à prática como metodologia de ensino, ela acaba sendo mais eficaz no processo de aprendizado, por transmitir experiências e vivência na área proposta.

FEEDBACK OLHAR EM INFORMÁTICA

Aulas de Informática para Qualquer Idade

Aprenda tudo que precisa saber para se conectar ao mundo digital com aulas em casa.

- curso básico • windows • internet
- word • powerpoint • redes sociais
- pesquisa / celular

• Aulas particulares • No conforto da sua casa

• Linguagem simples • Horários Flexíveis

Whatsapp: 51 9 8405-8299
www.feedbackrs.com.br

Cartões Aceitos:

5

ENSINO PERSONALIZADO
Matemática - Física - Química - Português - Inglês - Oficina de Redação

Preparatório para o Colégio Militar (6º Ano) e grupos de estudo para o vestibular 2018/2019

Trabalha-se desenvolvendo o potencial do aluno, dando-lhe mais segurança para continuar os estudos. Pode-se também, usar o material da escola para fixar conteúdos anteriores, deixando-o seguro para prosseguir os estudos.

Para você que deseja retornar aos estudos e não sabe por onde iniciar.
VENHA NOS CONHECER! 3093.0085 / 9 8425.1122

DETECÇÃO ELETRÔNICA DE VAZAMENTO



ECONOMIZE ÁGUA

ÁGUA, GÁS E PISCINA
INSTALAÇÕES HIDRÁULICAS
QUENTE, FRIA, AQUECEDORES
ELÉTRICA E PRESSURIZADORES

☎ 984.136.494

Entupiu? **Dia e Noite** 24hs

**DESENTUPIDORA
HIDRO MAK**

Desentupimento, Limpeza de Fossas,
Hidrojateamento, Hidráulica

Caça Vazamento:

DETECTOR ELETRÔNICO DE VAZAMENTO

Elétrica, Dedetização,
Instalação e Manutenção de Ar Condicionados

PAGAMENTO FACILITADO

Cobrimos Qualquer Orçamento
(51) 3339.8800

Plantão: 992.477.905
desent.hidromak@yahoo.com.br



ASSISTEC - SUL



REFRIGERAÇÃO E MÁQUINAS
Serviço Autorizado

AR CONDICIONADO (INSTALAÇÃO, MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO)

FREEZER - GELADEIRA

FROST FREE - LAVA ROUPAS

Serviços com garantia



51 3516-8189

999 230 145 991 223 074 985 181 587

Est. Costa Gama, 1582 - B. Velho - Técnico José Carlos



ZONA NORTE MÓVEIS

Compra e Venda de Móveis

Av. dos Gaúchos, 1407 - Bairro Sarandi - P. Alegre - RS



51 3364.4422

S3CONSÓRCIOS
E INVESTIMENTOS IMOBILIÁRIOS

Corretor Autorizado HS Consórcios

IMÓVEL

VEÍCULO

CRÉDITO	1/2 PARCELA	CRÉDITO	1/2 PARCELA
R\$ 80.000,00	R\$ 273,36	R\$ 33.399,00	R\$ 193,71
R\$ 120.000,00	R\$ 409,80	R\$ 49.926,00	R\$ 289,57
R\$ 180.000,00	R\$ 615,06	R\$ 72.817,00	R\$ 422,33

(51) 3029-2424 / (51) 9 9197-2036



Só R\$ 400,00
por mês

Quarto mobiliado
para solteiro

Aluguel - Água - Luz - Gás
Internet - Máquina de Lavar

www.pousadagama.com.br

GARDA

Vem Morar Aqui

Av. Benjamin Constant, 413

(51) 986.426.196 / 981.565.274



Portas

elmo

Revisão e Manutenção de Esquadrias em geral

51 3347.2121 / 996.491.036 / 980.319.205

Av. Assis Brasil, 4711 - Sarandi

jluis2894@gmail.com



ESTOFARIA GOMES

Reformas, Estofados em Geral

Empalha-se Móveis, Consertos de Cadeiras de Praia
e Guarda Sol



(51) 3307.9466 / 98142.5692

Av. Cristóvão Colombo, 264

Desentupidora e Dedetizadora

ROTOMASTER

Chamou, Chegou!



Desinsetização - Descupinização - Desratização
Limpeza de Reservatório - Hidrojateamento e
Limpa Fossa - Desentupimento

☎ 982.738.717 / 996.906.343