



ProcureAche

Ano XV - Edição 5 / SC - Setembro 2018 - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - Fone: **48. 988.298.477** ☎



SEU VEÍCULO PROTEGIDO. VOCÊ TRANQUILO 24 HORAS.



100% Cobertura
(tabela FIPE)

Cobertura
contra terceiros

Assistência
24 horas

Carro
Reserva

Sem perfil de
condutor

E muito mais.
Venha conferir!



Assistência
Residencial

GRATUITO
para associados



Cinicho ILIMITADO*
em todo território nacional

Faça uma
cotação sem
compromisso
pelo WhatsApp



(48) 3375-2001



(48) 98808-1004

**Quer ter Plano
de Saúde, mas
orçamento
está apertado?
Agemed tem
opções para
você.
Converse
comigo!**

Michelly Junkes

Corretora autorizada



48 99629 5629



michelly.junkes@agemed.com.br



www.agemed.com.br



*Beira Mar de Florianópolis

Domesticapontocom

Consultoria e Organização do Lar

CONTRATE SUA EMPREGADA DOMÉSTICA CONOSCO

VEJA 5 RAZÕES PARA CONTRATAR CONOSCO

1. SERIEDADE
2. CONFIANÇA
3. SELEÇÃO RIGOROSA
4. REFERÊNCIAS
5. FORNECIMENTO DE ANTECEDENTES CRIMINAIS

Ligue e agende uma entrevista com sua futura empregada hoje mesmo!

CONTATO: (48) 3225-1196 / 99130-4805 📞

CARLA PEDROSO
ALUGUEL DE IMÓVEIS PARA TEMPORADA E VENDAS

ALUGUEL DE TEMPORADA E VENDAS EM FLORIANÓPOLIS - SC

Apartamentos mobiliados para profissionais, estudantes e famílias em sua estadia de temporada ou temporária.

(48) 999 472 635

www.carlapedroso.com.br

Deus seja louvado

Leal Serviços

Elétrica (Troca de Tomadas, Interruptores, Resistência, Chuveiro, Disjuntores, Luminárias, Pannel Elétrico, Ventilador de teto)
Hidráulica (Tomeira pingando, Consertos de Válvula de Descarga Hídra, Docol e Oriente, Cx Acoplada, Instalação de Aquecedor a Gás, Pressurização, Vazamentos, Desentupimento)
Pintura Interna e Externa
Internet: (Configuração, cabeamento e redes, modem e roteadores)
Pequenos Reparos em Geral (Suporte para TV, Prateleira, Varal de Roupa, Persiana)

Fone: (48) 98422 7514 📞 E-mail: **lealservicos@yahoo.com.br**

FORTE
DESENTUPIDORA
E DEDETIZADORA

Orçamento sem compromisso

Deus é Forte

3034-1111
9 8454-4320

desentupidoraforte@hotmail.com

24 HORAS



"INDEPENDÊNCIA OU MORTE!"

No dia 7 de setembro de 1822, D. Pedro se encontrava às margens do riacho Ipiranga em São Paulo, quando recebeu os últimos decretos de Lisboa, um dos quais o transformava num simples governador, sujeito às autoridades das Cortes.

Essa atitude o conduziu a dizer que estavam cortados os laços que uniam o Brasil a Portugal. Daquele momento em diante, Independência ou Morte seria o lema de todos os brasileiros.

No dia 12 de outubro do mesmo ano, D. Pedro foi aclamado como o primeiro imperador do Brasil, com o título de D. Pedro I, sendo coroado em 1º de dezembro de 1822.

Dia da Independência

O Dia da Independência do Brasil é comemorado no dia 07 de setembro por ser considerado o momento simbólico que D. Pedro rompe as relações de subordinação com Portugal.

SEM REMOÇÃO DE PISOS - ATENDEMOS TODO RS E SC

(48) 2132-1388 / (51) 3557-1318

(51) 98308-4277

MQG

IMPER

impermeabilizacoesmqg@gmail.com

VISITE NOSSA PÁGINA NA INTERNET www.mqgimper.com

SOLUÇÕES EM IMPERMEABILIZAÇÃO PROTEGENDO SEU IMÓVEL CONTRA CHUVA E UMIDADE

IMPERMEABILIZAÇÃO DE PISOS



APLICAÇÃO DE MANTA ASFÁLTICA ALUMINIZADA



PINTURA E ACABAMENTO

IMPERMEABILIZAÇÃO DE TERRAÇOS



PAGAMENTO PARCELADO NO CARTÃO DE CRÉDITO



ENTRE EM CONTATO E SOLICITE ORÇAMENTO

(48) 2132-1388 / (51) 98308-4277



anuncie CONOSCO

Quem não é visto, não é lembrado!

ProcureAche

Ligue: **SC** 48 988-298-477
RS 51 997-889-686

HERICRED

Empréstimos para aposentados e pensionistas

- Empréstimo para aposentados e pensionistas
- Contrato de compra e venda
- Declaração de União estável
- Declaração de residência
- Cópia CD, DVD e Pendrive

- Atualização de Boletos
- Contrato de locação
- Boleto DETRAN
- Impressão
- Currículo
- Xerox

(48) 3253-0825 / 99606-9290

Rua João de Souza, 100 Centro - Paulo Lopes - SC

Siga-nos no Instagram!

Revista

ProcureAche



@revista_procureache

Acompanhe todas as nossas novidades

Participe de sorteios

Divulgação dos nossos parceiros anunciantes

Aviso do lançamento de novas edições da revista antecipadamente



Use o QR CODE e acesse instantaneamente!



Qualidade agilidade e segurança

Instalação e manutenção elétrica

- Casas
- Lojas
- Apartamentos
- Galpões
- Edifícios (residenciais, comerciais e mistos)

48 9997-26194
Wagner Felipe

PARAPSIKOLOGIA CLÍNICA: REGISTROS PASSADOS; DORES PRESENTES



Muitas vezes se fala em lembranças traumáticas. Lembranças traumáticas (aqueles fatos dos quais lembramos) são menos danosas do que registros traumáticos dos quais não lembramos. Por isso, os registros de memória apropriados desde a concepção até depois do nascimento são muito importantes na formação de padrões mentais e emocionais para a vida toda, tanto os padrões positivos quanto os negativos.

Padrões mentais e emocionais negativos, como medo, pânico, depressão, amargura, raiva, são gravados nesse período inicial da vida, enquanto ainda não havia capacidade de processamento consciente dos fatos, sendo que, por isso, todas as informações são gravadas no tempo presente e assim permanecem até serem reprogramados.

O parapsicólogo clínico do Sistema Grisa domina o método de prospectar esses registros subconscientes e processar a compreensão que reprograma os padrões mentais e emocionais indesejados.

Paulo Hentz

Professor e Parapsicólogo Clínico

Paulo Hentz

Parapsicólogo Clínico - SINPASC nº 211



(48) 9 9971-9484

paulohentz@gmail.com

Rua Cândido Portinari, 2004
Bairro Real Parque - São José - SC



WWW.CORDEROMANUTENCOES.COM

Manutenção em Esquadrias de Alumínio, PVC ou Vidro Temperado

Manutenções de Persianas manuais e automatizadas. Com a troca ou automação das mesmas.

fabricamos telas mosquiteiras sob medida para sua esquadria.

48 4105-2383 / 98404-6857

BEM ME QUERO
moda íntima e sex shop



Fone: 999787106



Rua: Intendente João Nunes Vieira, nº 1171 - Ingleses - Florianópolis/SC

Quem não é visto, não é lembrado!

Anuncie conosco e garanta seu espaço em 20.000 exemplares todo mês:

SC: 48 988-298-477

RS: 51 997-889-686

O QUE É ALONGAMENTO E QUAL A SUA IMPORTÂNCIA?



O alongamento é o exercício físico voltado para a flexibilidade dos músculos no qual promove o estiramento de boa parte das fibras musculares e com isso é capaz de proporcionar uma amplitude maior dos movimentos, melhorando a performance em diferentes atividades físicas. Pessoas muito musculosas podem ter dificuldades de conseguir alongar por causa do encurtamento do músculo, se for o seu caso, peça a um professor auxílio para incluir alongamentos no seu treino.

O alongamento é uma atividade voltada para aumentar a flexibilidade na qual tem a função de promover muitos benefícios para o corpo e para a mente, sendo eles proporcionar relaxamento natural da musculatura fazendo com que haja aumento do seu comprimento, e a melhor parte é que evita inúmeras lesões como distensões musculares e inflamações. A prática do alongamento diário pode ser considerada um tratamento preventivo.

Priscila Caldato - Fisioterapeuta
(48)991-829-286

CUIDE DA SUA SAÚDE MENTAL

A nossa saúde mental é muito importante. O que você anda fazendo para manter a sua mente saudável e livre de problemas desnecessários? Comece pensando no que realmente vale a pena ser importar. Depois pense se aquele problema pode ser resolvido por alguma outra pessoa senão você. Livre sua mente dos pensamentos ruins e pessimistas, seja generoso e sinta-se melhor por isso. O bem-estar provoca o aumento de hormônios da satisfação, deixando você cada dia mais feliz e realizado.



Procure programar-se para fazer uma atividade da qual você gosta e te dá prazer.

Ser saudável te leva a ser mais feliz e isso é uma escolha que só você pode fazer. Experimente mudar pequenos hábitos e sinta a diferença!



Telefones Úteis

SAMU -----	192
Polícia Rodoviária Federal -----	198
Polícia Militar -----	190
Polícia Federal -----	194
Polícia Civil -----	197
Corpo de Bombeiros -----	193
Disque-Previdência Social -----	135
Transportes e Terminais -----	3212-2100
Delegacia de Proteção ao Turista	3333-2103
Detran -----	0800 510 3311
Lista Telefônica -----	102
PROCON -----	151



Priscila Caldato

FISIOTERAPEUTA

CREFITO 245557-F

Fisioterapia em Domicílio

☎ 48 99182 9286

priscilacaldatto8@gmail.com



DIFERENÇA ENTRE TIPOS DE AÇÚCARES - QUAL A MELHOR OPÇÃO?

Em 5 g de açúcar (1 colher de chá) há 20 kcal. O que determina a melhor opção é o índice glicêmico, o processo de obtenção de cada açúcar e a conservação de nutrientes.

• **AÇÚCAR MASCAVO:** extraído da cana de açúcar, não passa pelo processo de refinamento e por isso, há conservação de vitaminas e minerais (cálcio, ferro, zinco, potássio e magnésio). Não tem adição de aditivos químicos.

• **AÇÚCAR DEMERARA:** passa por um processo leve de refinamento, mas não tem adição de aditivos químicos e mantém os minerais da cana de açúcar. É parecido com o mascavo, porém tem uma cor mais clara..

• **AÇÚCAR REFINADO:** de todos, é o que passa pelo maior processo de refinamento, onde são adicionados aditivos químicos e 90% das vitaminas e minerais são perdidos. Por isso, o seu consumo não agrega valor nutricional. Somente calorias. A absorção é rápida, o que faz com que haja pico de glicose no sangue. Seu consumo habitual está associado ao diabetes e à obesidade.

• **AÇÚCAR CRISTAL:** também passa por processo de refinamento em que perde 90% de vitaminas e minerais.

• **AÇÚCAR ORGÂNICO:** tem o selo de produto orgânico, pois a cana de açúcar é plantada e cultivada sem agrotóxicos, de forma sustentável e que não prejudica o meio ambiente. A composição nutricional é semelhante a do mascavo, porque não são utilizados aditivos químicos e não passa por refinamento na produção. Podem ser açúcares orgânicos o mascavo e o demerara.

• **AÇÚCAR DE COCO:** extraído da seiva da flor do coqueiro, tem baixo IG (35), possui maior quantidade de minerais comparado aos outros, não passa por refinamento e não contém conservantes. Além disso, é fonte de vitaminas B1, B2, B3 e B6.

✓ O açúcar de coco por ter um menor índice glicêmico seria a melhor escolha. Porém lembre-se: deve ser consumido com moderação.

ACUPUNTURA X FERTILIDADE

De acordo com a visão da Medicina Tradicional Chinesa, a acupuntura ajuda a reestabelecer o fluxo energético dos órgãos internos e dos meridianos (vias de energia que conectam os pontos de acupuntura) relacionados à concepção. Eles são diariamente prejudicados pelos hábitos de vida que mantemos, dormindo pouco, nos alimentando mal e nos estressando. Do ponto de vista ocidental, está comprovada a atuação da acupuntura para equilibrar hormônios e neurotransmissores que afetam a ovulação e a fertilidade, além de atuar na vascularização uterina, na espessura do endométrio, na regulação da menstruação, na melhora da libido. Em relação à fertilidade masculina, muitos estudos demonstram um resultado benéfico na qualidade, quantidade e mobilidade dos espermatozoides.

A acupuntura também auxilia na questão emocional. Ela melhora substancialmente a ansiedade diante das tentativas frustradas de engravidar. Questões específicas, como ovário policístico, endometriose ou baixo estoque ovariano podem ser resolvidas pela acupuntura.

Os protocolos de tratamento são montados de forma personalizada para cada paciente, de acordo com a consulta completa que é feita antes da primeira sessão. É ela que irá determinar em qual padrão físico e energético o paciente se encontra dentro do diagnóstico da medicina chinesa, em conjunto com a medicina ocidental. Portanto, duas pessoas que apresentam o mesmo problema podem ter protocolos de tratamento diferentes, com apenas alguns pontos em comum. Os pontos podem ser locais (no baixo ventre) ou sistêmicos (ao longo de todo o corpo).

Outras técnicas, como moxabustão e fitoterapia podem ser prescritas e ensinadas pelo terapeuta para que o paciente dê continuidade ao tratamento em sua casa, de acordo com cada caso. O tratamento depende do diagnóstico e dos motivos pelos quais a mulher (ou o homem) está tendo dificuldade de gerar um filho. Mas em geral são feitas no mínimo 10 sessões e o tratamento costuma ser semanal.

Agende seu horário pelo (48)998105908
Lenita Palavro



Carolina Generosi
nutricionista
CRN2: 10824

c.generosi@gmail.com

54 999 847 060 / 48 998 590 145



Lenita Palavro



Medicina Tradicional Chinesa
Terapias Holísticas Fisioterapeuta

48 998 105 908

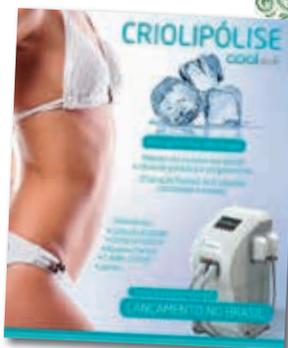
Rua Santa Luzia nº 100 • Sala 205 • Trindade • Florianópolis

Fisioterapia

Ana Paula Lima
Fisioterapeuta Pélvica CREFITO 10: 54039-F

PROJETO VERÃO 2018/2019

Você faz academia, cuida da alimentação e aquela gordurinha da barriga ou flâncos insiste em ficar? Homens e mulheres!! A CRIOLIPÓLISE da COOLTECH está fazendo tanto sucesso que está sendo chamada de "a nova lipoaspiração sem cortes". Com o congelamento através de baixa temperatura (-8 graus), as células de gorduras (adipócitos) serão congeladas e se romperão totalmente!! Esta técnica atinge apenas a gordura subcutânea, poupando todos os demais tecidos, por isso é considerada a mais natural e procurada no combate à gordura localizada... Como resultado do rompimento e morte das células de gordura, o corpo entende que elas não fazem mais parte do organismo e as expele naturalmente no decorrer de 30 à 90 dias.



Fisioterapia

Ana Paula Lima
Fisioterapeuta Pélvica CREFITO 10: 54039-F

Depilação a Laser - Fisioterapia Pélvica - Criolipólise
Fisioterapia Traumatológica / Geriátrica

☎ 48 **98470-7848 / 3879-1599**

Rodovia Armando Calil Bulos (SC 403), 5405 - sala 01 - Ingleses

COMECE BEM O DIA



1. Ao acordar, estique lentamente os braços e pernas, depois vire o corpo jogando as pernas para um lado e depois para o outro e finalize sentada de joelhos esticando os braços para cima. Todos esses movimentos duram cerca de 1 minuto. Se tiver mais algum tempo, realize um alongamento completo, ainda deitada, esticando principalmente a coluna, braços e pernas. Lembre-se que o alongamento é essencial para manter a região das costas ereta, pois com o passar dos anos ela tende a encolher. Espreguiçar é um movimento natural que

alonga toda a musculatura corporal.

2. Comece o dia agradecendo. Procure agradecer por todas as coisas boas que acontecem na sua vida, ao invés de reclamar. Aproveite ainda esse momento para pensar nas coisas boas que irá realizar durante o dia, e tenha só pensamentos positivos.

3. Sempre procure tomar algum líquido, antes da primeira refeição do dia, água ou suco verde. O mais aconselhável é água com limão: esta bebida possui várias funções terapêuticas como as de alcalinizar, cicatrizar e desinfetar tecidos, como também desintoxicar o sangue. O que é importante é tomá-lo fresco e não colocar açúcar. Além de tudo, ele vai hidratar seu organismo, que ficou muito tempo sem a ingestão de líquidos.

4. Cuidado com o tipo de informação que você já encara pela manhã. Evite notícias ruins ou ver coisas que não te façam bem. Ao invés disso, opte por uma meditação.



Psicologia e Psicopedagogia

@santarosapsic

48 9 9654 7872



Tathiana Reche Santa Rosa
Psicologia e Psicopedagogia
CRP - 12.053.03

Rodovia Armando Calil Bulos, 5405 sl 01 - Ingleses
48 3879 1599

R. Lauro Linhares, 2055 - sl 705
Ed. Max & Flora - Trindade
48 9 9654 7872

TEM ENFRENTADO SITUAÇÕES DIFÍCEIS, SENTINDO-SE TRISTE, ANSIOSO OU DESANIMADO ?

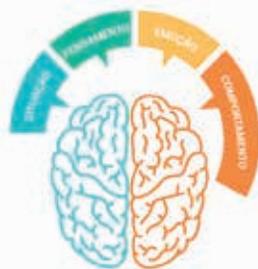
A Terapia Cognitiva Comportamental - TCC, é um tipo de tratamento psicoterapêutico que ajuda os pacientes a entenderem os pensamentos e sentimentos que influenciam comportamentos.

É comumente utilizada para tratar uma ampla gama de distúrbios, incluindo fobias, vícios, depressão e ansiedade.

Seu objetivo é ensinar aos pacientes que, embora não possam controlar todos os aspectos do mundo a sua volta, podem assumir o controle de como interpretam e lidam com as situações vivenciadas.

Em paralelo à reestruturação cognitiva, o terapeuta cognitivo utiliza ainda uma abordagem de resolução de problemas.

Invista em você, faça terapia!



Marque uma avaliação hoje mesmo: *Tathiane Reche Santa Rosa* - Fone: (48) 9 9654 7872



CENTRO AUDITIVO Norte da Ilha



Tanara Spohr Pereira
Fonoaudióloga CRFa 8784

48 3879-1599 / 99933-1599
contato@ceani.com.br

Rod. Armando Calil Bulos, (Sc 403) nº 5405 sl 01 - Ingleses - Florianópolis

OS MELHORES APARELHOS AUDITIVOS

Os melhores **aparelhos auditivos** são aqueles que você se sente confortável em usar. Aqui no Centro Auditivo Norte da Ilha, você encontra estes aparelhos, confortáveis, modernos e com recursos que deixam a sua audição o mais natural possível, trazendo qualidade de vida para você.

Venha fazer uma audiometria, conhecer nossa linha de aparelhos e testar o seu sem compromisso. Ou então, marque uma consulta para tirar suas dúvidas, e entender melhor o que acontece com a sua audição.

Faça a sua avaliação com a **Fonoaudióloga Tanara Spohr Pereira** - Centro Auditivo Norte da Ilha - Fones: (48)3879-1599 / 99933-1599



***Apresente essa revistinha na compra do seu aparelho auditivo e ganhe 1 ano de pilha totalmente grátis!**

APROVEITANDO A LONGEVIDADE NA MELHOR IDADE

Diferentemente do que muitos imaginam, a terceira idade não é sinônimo de inatividade e problemas de saúde. Muito ao contrário! Com os avanços da medicina, a longevidade é hoje um fato. E viver mais e melhor é possível, sim!

Comer bem, fazer exercícios e manter hábitos saudáveis é ideal para todos, independentemente da idade. Mas, no caso dos idosos, ter um hobby, participar de passeios e reuniões culturais e manter contato com pessoas de sua faixa etária são dicas extremamente importantes, pois ajudam a elevar a autoestima e fazer com que se sintam integrados à sociedade.

Dicas:

- Trace metas de vida e planeje-se para alcançá-las e adaptá-las às suas condições.
- Faça de sua experiência de vida um ensinamento e esteja disposto a aprender, sempre!
- Mantenha sua autoestima em alta e acredite em você.

Recanto da Amabile

RESIDENCIAL GERIÁTRICO

Equipe de profissionais treinados para atender a melhor idade, com todo carinho, dedicação e respeito



Atendemos também por diária

 (48) 3346-9052

 (48) 996-439-019

 FACEBOOK.COM/RECANTODAMABILE

Acesse o site da ProcureAche e confira todas as nossas novidades:

www.procureacherevista.com.br

DIFICULDADES NA FALA/COMUNICAÇÃO?



Se você conhece alguém que tem alguma dificuldade como: troca de fonemas, atraso na aquisição da fala, dificuldade para articular, rouquidão na voz, respiração bucal, gagueira ou troca algumas letras na escrita, talvez seja a hora de consultar um fonoaudiólogo para fazer uma avaliação. O fonoaudiólogo é o profissional capacitado para atuar na comunicação oral e escrita, audição, aperfeiçoamento dos padrões da fala e da voz. O desenvolvimento da

fala se dá de forma gradativa, e espera-se que aos 5 anos a criança esteja dominando todos os sons da língua, tenha uma fala fluente e utilize frases com todos os elementos. É importante, porém, não esperar até essa idade para buscar ajuda profissional, e sim observar esse percurso. Por exemplo, aos 2ª e meio, a criança deve estar falando frases de duas ou três palavras, domine mais de 150 vocábulos e consegue desenvolver um diálogo. Quanto antes se buscar ajuda especializada melhor serão os resultados.

Marta Maria Chiquetto - Fonoaudióloga especializada em linguagem e fluência

Marta Maria Chiquetto

CRFa 3-2364-2

Fonoaudióloga especializada em linguagem e fluência

 48 3224.0919 / 999.117.025

Centro - Florianópolis

ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO DOMICILIAR



Diante da necessidade de se promover tratamento odontológico a indivíduos impossibilitados ou com dificuldade de locomoção, hoje pode-se contar com o **Atendimento Home Care Odontológico**, que propõe a prevenção, recuperação (reabilitação) e manutenção da saúde geral dos pacientes que não poderiam, de outra forma, ir até uma clínica odontológica.

O cirurgião-dentista leva um **"consultório portátil"** para o conforto do lar do paciente, onde serão realizados todos os tratamentos necessários de forma resolutiva, que trarão benefícios na saúde geral, **diminuindo o risco de infecções** causas por lesões pré-existentes na cavidade oral e por **doenças sistêmicas** como o diabetes mellitus. Podendo também ser realizado em **UTI**, reduz o tempo em ambiente hospitalar, propiciando uma recuperação mais rápida.

O cirurgião-dentista tem contato direto com responsáveis e cuidadores podendo extrair o máximo de informações necessárias para melhorar o desempenho no atendimento.

O tratamento preventivo e precoce reduz custos futuros, melhora a qualidade de vida e auto estima do paciente.

Dr. Sarah Cristina Barbosa da Fonseca.
CRO-SC 16063 | Odonto Home Care

A IMPORTÂNCIA DE TER UM BOM PLANO DE SAÚDE

Hoje ter um bom plano de não é questão de luxo, mas uma necessidade que vemos nas famílias brasileiras. Infelizmente pagamos altos impostos e nosso direito a saúde está cada vez pior, da até pena das pessoas que não tem condições de poder pagar um plano de saúde, ver nos noticiários ficarem o dia inteiro num hospital passando mal e ainda não ser atendida.

Contar hoje com um bom plano de saúde é ter a certeza de poder ser atendido em uma ampla rede de hospitais, clínicas e laboratórios associados ao plano que a pessoa aderiu.

A empresa que regulariza os planos de saúde no Brasil é a ANS, que lançou em seu site uma cartilha de dicas antes de contratar um plano muito interessante que todos deveriam ler para conhecer seus direitos.

Se você hoje está em dúvida, posso assegurar que vale a pena você ter um bom plano de saúde, lógico que fique dentro das suas condições financeiras, mas com certeza numa eventualidade de precisar de uma cirurgia ou internação você fica seguro.

Quer ter Plano de Saúde, mas orçamento está apertado? Agemed tem opções para você. Converse comigo!

Michelly Junkes
Corretora autorizada

Corretora autorizada

48 99629 5629

michelly.junkes@agemed.com.br

www.agemed.com.br

Odonto Home Care

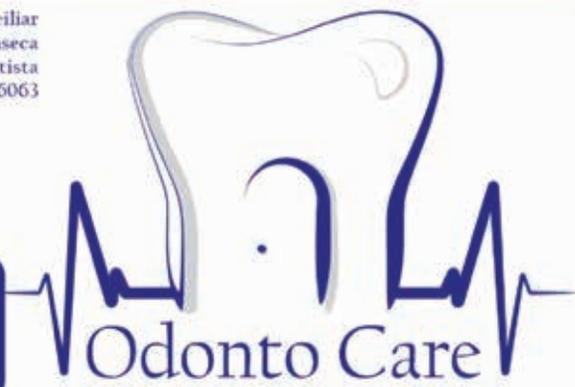
! Para pacientes com mobilidade restrita !

Atendimento Odontológico Domiciliar
Dr. Sarah Cristina Barbosa da Fonseca
Cirurgião Dentista
CRO-SC 16063



FLORIANÓPOLIS & REGIÃO:
(48) 99633-1268 / 99804-7494
atendimento@odontocare.com.br

www.odontocare.com.br
www.instagram.com/odontohomecaresc
www.facebook.com/OdontoHomeCareSC



Odonto Care

NA TÉCNICA DE BIOMAGNETISMO



Biomagnetismo Terapia do Futuro

O Biomagnetismo é uma técnica terapêutica desenvolvida de Dr. Isaac Goiz Duran. Ela consiste no uso de ímãs para combater alguns tipos de bactérias, parasitas, fungos, germes e vírus causadores de doenças.

Na técnica de Biomagnetismo, não nos baseamos nos sintomas mas sim nas causas. E para encontrar as causas, faz-se o rastreio de aproximadamente 350 pontos do corpo, obtendo, no entanto, resultados extraordinários.

O biomagnetismo é também um procedimento preventivo na saúde, pela sua habilidade para detectar patologias, ainda antes da sua manifestação clínica.

O biomagnetismo trata as varias doenças:

- Cefaleias, enxaquecas, insônia, distrofia muscular, doença de Parkinson, esclerose múltipla, halitose (mal hálito), diabetes, renite, sinusite, hepatite, doença da tireoide, alopecia, herpes.

- Artrose, dores nas costas, lombalgias, fibromialgias, artrite, reumatismo articular, gota, infecções dos ossos e das articulações...

- Ansiedade, depressão e mania, alterações de apetite, dependência e toxicomania...

- Fibromialgia, alteração de memória e déficit de atenção, herpes

- Psoríase, acne, alterações capilares, candidíase, verrugas, vitiligo...

- Menopausa, perturbações menstruais, amenoireia, quistos...

Atendimento: (48)999-074-819 / (48)999-696-918
Atendemos também a domicílio.

DICAS DE SAÚDE PARA A PRIMAVERA

1 - Atenção com olhos sensíveis

Como saímos dos dias cinzas e retornamos às tardes ensolaradas, é preciso redobrar o cuidado com a nossa visão. O aumento da temperatura traz junto a umidade, que acarreta na proliferação de ácaros, fungos e bactérias, causando o risco de conjuntivites. É recomendado o uso de colírios assim que aparecerem os primeiros sinais de irritação nos olhos, para prevenir.

2 - Prefira ambientes arejados

Manter os ambientes arejados, na primavera, é fundamental para evitar os desconfortáveis efeitos do pólen das flores nas vias respiratórias. A entrada de sol em lugares ventilados elimina fungos e ácaros, evitando rinites, corizas, coceira e alergias. Portanto, lembre de manter as janelas abertas em ambientes fechados.

3 - Higienize as roupas

Ao retirar as roupas leves do fundo do armário, que estão sem ser usadas há um bom tempo, é recomendado lavá-las antes de usar para evitar rinites e alergias. Priorizar a limpeza com sabão neutro é uma boa dica também para prevenir as crises alérgicas.

4 - Hidrate-se

Apesar das temperaturas ainda não estarem tão elevadas nessa época do ano, a exposição aos ventos da primavera também podem ressecar a pele, por isso manter o corpo hidratado é fundamental. Use e abuse de cremes hidratantes e não se esqueça de beber pelo menos 2 litros de água por dia. Se necessário, consulte um dermatologista.



Terapia Bio-Magnética
Liberação Emocional Magnética

TRAUMAS - MEDOS - EMOÇÕES - DOENÇAS

Biomagnetismo Médico é uma terapia que trata a maioria das doenças, detecta e corrige as distorções do PH e ao mesmo tempo elimina VIRUS, BACTÉRIAS, PARASITAS e FUNGOS que são a base principal de toda doença

99907 4819 / 99969 6918

Buscando mais dicas e novidades?
Siga-nos nas redes sociais e
Acesse o nosso site!

ProcureAcheRevista

revista_procureache

www.procureacherevista.com.br

DICAS PARA CUIDAR MELHOR DOS SEUS CABELOS



1. Tenha uma alimentação saudável e diversificada, intensificando a quantidade de vitamina A.

2. Tome bastante líquido para manter os fios

hidratados.

3. Antes de fazer escova ou chapinha, use cremes e silicones antitérmicos para proteger os fios.

4. Corte as pontas do cabelo a cada três meses.

5. Proteja os cabelos do sol. Use chapéu e hidratantes com protetores solares.

6. Ao lavar os cabelos, evite a água quente, que abre a cutícula dos fios e provoca ressecamento.

7. Não esqueça de repor a queratina de seus cabelos!

8. Uma vez por semana, use shampoo anti-resíduos para fazer uma limpeza profunda.

9. Se possível, procure usar shampoo sem sulfato.

10. Para não quebrar os fios, evite dormir com os cabelos molhados.

11. Cabelos oleosos: lave diariamente para retirar o excesso de sebo e evitar a queda.

12. Para fortalecer e hidratar os fios, passe babosa. Deixe-a agir por 30 minutos. Lave normalmente.

13. Máscara para dar brilho: Bata no liquidificador uma maçã sem sementes e 1/2 copo de água. Após a lavagem dos fios, passe nos cabelos, massageando o couro cabeludo. Deixe agir por 30 minutos e enxágüe em seguida.

DICAS PARA ELIMINAR A CELULITE



1. Consuma alimentos isentos de açúcar refinado, ou seja, pão integral, arroz integral, macarrão, batatas e frutas.

2. Devem ser consumidas de fontes magras de proteína,

como clara de ovo, aves, peixes e carnes vermelhas magras.

3. A alta ingestão de água, aproximadamente 2 litros por dia, impede a retenção de líquidos na gordura localizada.

4. Evite alimentos ou preparações gordurosas, como feijoada, pizzas, molhos gordurosos, queijos gordos, pães e bolachas recheadas, chantilly, biscoitos amanteigados, sorvetes.

5. Evite colocar muito óleo durante a preparação dos alimentos.

6. Alimentos integrais são boas fontes de fibras e ajudam a diminuir a absorção das gorduras, além de contribuir para a regulação do intestino.

7. Prefira alimentos que não contêm sal na sua formulação como bolacha água, margarina sem sal, vegetais em geral, temperos naturais, pois o sal ajuda a reter líquidos no organismo e consequentemente na gordura localizada.

8. Não adicione muito sal durante a preparação dos alimentos ou quando prontos. Uma dica é não colocar o saleiro à mesa.

9. Realize exercícios físicos do tipo aeróbios para favorecer a queima de gorduras, como caminhadas, bicicleta, natação.

Explosão de obesidade no Brasil assusta! Saiba como ter uma vida saudável sem perder o sabor!

Que tal perder peso de forma saudável?

O que contém no H+ Shake:

- 12 vitaminas e 11 minerais
- Whey Protein e Fibras Solúveis;
- Colágeno hidrolisado
- Grãos e sementes de alto valor nutricional.



Com Tele Entrega



Rende até 18 porções

O H+ Shake não contém glúten nem açúcar.

☎ 48 991.247.968 / 📞 51 99711-6780

PÃO ALEMÃO DE MILHO**Ingredientes:**

- 1 colher de sal;
- 50g de fermento;
- 1 kg de batata doce ralada;
- 1/2 kg de cará ralado;
- Fubá

Tempo de preparo:

04 horas

Modo de preparo:

1. Separe todos os ingredientes.
2. Primeiro prepare o fermento:
3. Em uma vasilha, coloque o fermento e 100g de fubá, misture e cubra com um pano para azedar e crescer.

Segundo passo:

4. Ferva água, escale a batata e deixe esfriar.
5. Misture o cará cru, a massa fermentada, a batata e o sal. Adicione aos poucos o fubá até obter uma massa mole.
6. Cubra e espere crescer por cerca de 3 horas.
7. Forme pães para assar em formas untadas.
8. Asse em forno à lenha por uma hora ou forno à gás por 40 minutos a 180 graus.

GELÉIA DE TANGERINA**Ingredientes:**

- 1 kg de açúcar orgânico
- Suco de 30 tangerinas
- Casca de 5 tangerinas

Modo de preparo:

1. Numa panela, coloque as cascas das 5 tangerinas e ferva, trocando a água por três vezes.
2. Raspe a parte branca e descartar.
3. Em seguida, corte as cascas em tirinhas bem fininhas.
4. Em uma panela, coloque o suco das tangerinas, com o açúcar e as cascas em tirinhas e leve ao fogo.
5. Deixe cozinhar em fogo baixo até atingir o ponto de geleia.
6. Coloque a geleia em vidro esterilizado e tampe.

**Fone: (48) 3357-1726**

R. Ver. Arthur Manoel Mariano, S/n - Forquilha - São José

Siga-nos na Web!

e fique por dentro de todas as novidades da revista ProcureAche!

 www.procureacherevista.com.br
 **ProcureAcheRevista**
 **revista_procureache**

DICAS PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

1 - Faça as refeições com calma

Seu organismo precisa deste tempo para processar os alimentos. Grande parte das enzimas digestivas (50%) são secretadas por estímulos sensoriais (visão, olfato, tato, paladar).

2 - Mastigue bem os alimentos

A digestão se inicia na boca com a trituração dos alimentos e ação da salivação. A mastigação deve tornar o alimento pastoso, facilitando o processo digestivo. Quando há ansiedade, o controle da ingestão de alimentos é prejudicado e, muitas vezes, comemos mais. Quando mastigamos bem, automaticamente estamos trabalhando com a ansiedade e promovendo a saciedade fisiológica (verdadeira). Então, não coma em menos de 20 minutos cada refeição.

3 - Líquidos x Refeição

Não ingira líquidos junto com as refeições. O líquido faz com que você não mastigue bem os alimentos e atrapalha o processo digestivo. Procure utilizar líquidos 30 minutos antes ou 60 minutos após as refeições principais. No entanto, se a refeição estiver salgada o ideal é ingerir água durante.

4 - Horários para as refeições

Tenha horário para suas refeições. Ele faz com que



nosso organismo mantenha um ritmo, com estabilidade nutricional e hormonal.

5 - Alimente-se a cada 3 horas

Nosso cérebro precisa de aporte constante de glicose (carboidrato). A inconstância em receber esse nutriente, traz redução da nossa disposição, além de proporcionar perda de massa muscular. Além disso, comendo de 3 em 3 horas, a fome e a voracidade se mantêm sob controle, evitando episódios de compulsão alimentar.

6 - Alimentos integrais

Consuma alimentos integrais. Eles contêm vários nutrientes que estão na película do grão. São excelentes para manter os níveis de glicemia (açúcar no sangue), têm fibras que servirão de alimento para as bactérias benéficas do intestino, ajudam no controle do colesterol e na saciedade.

7 - Consuma frutas e hortaliças

Ingira verduras, legumes e frutas. Eles são ótimas fontes de fibras, vitaminas e minerais. Contém também fitoquímicos (polifenóis, carotenóides, flavonóides, dentre outros) os quais são excelentes antioxidantes (protetores das nossas células).

Por que existem 65 mil japoneses com mais de 100 anos?
Aprenda a viver com mais saúde e ganhar dinheiro no mercado que mais cresce no Brasil!

HND

VIDA FUNCIONAL



 48 991.247.968 /  51 997.116.780

VITAMINAS E NUTRIENTES IMPORTANTES PARA O INVERNO

Vitamina A

• Essencial para a visão, desenvolvimento dos ossos e saúde da pele.

• Presente nos alimentos: vegetais folhosos de coloração verde-escura como: couve, espinafre e brócolis; vegetais e frutos de cor amarelo-laranja como: cenoura, abóbora, laranja e mamão.



Vitaminas do complexo B

• As vitaminas do complexo B são as maiores responsáveis pela manutenção da saúde mental, pele, olhos e cabelos. A suplementação com vitaminas do complexo B é muito recomendada para praticantes de atividades físicas.

• Presente nos alimentos: cereais integrais, peixe, milho, soja, batata, tomate, banana, laranja, vegetais folhosos, entre outros.

Vitamina C

• Atua nas células de defesa do organismo, fortalecendo os anticorpos e prevenindo gripes e resfriados.

• Presente nos alimentos: laranja, limão, goji berry, acerola, morango além do brócolis, couve e cenoura.

Vitamina E

• É uma vitamina antioxidante que auxilia no combate aos radicais livres e fortalece o sistema imunológico.

• Presente nos alimentos: castanha do Pará, amêndoas e nozes, óleos vegetais, folhas verde-escuras como rúcula, couve, agrião e espinafre.

Ferro

• Fundamental para a formação sanguínea, o ferro é um mineral que age no transporte de oxigênio para todo o corpo humano.

• Presente nos alimentos: vegetais folhosos de cor verde, beterraba, feijão, lentilha e cereais integrais como quinoa, aveia, cevada e trigo.

Zinco e Selênio

• Minerais com poder antioxidante, que auxiliam na proteção do sistema imunológico.

• Presente nos alimentos: peixe, cereais integrais, feijão, castanhas, amendoim e sementes de abóbora.

A alimentação saudável e equilibrada é a melhor escolha para reforçar o sistema imunológico do nosso organismo. Por isso, consuma alimentos ricos em vitaminas e minerais todos os dias.

RAZÕES PARA COMER FRUTA!



AS CEREJAS AJUDAM A ACALMAR O SISTEMA NERVOSO



AS UVAS CONTÊM RESVERATROL, UM AGENTE ANTI-ENVELHECIMENTO



OS PÊSSEGOS SÃO RICOS EM CÁLCIO, FLUORETO E FERRO



AS MAÇÃS AJUDAM O PROCESSO DIGESTIVO E PROTEGEM O ORGANISMO



A MELANCIA CONTÉM CITRULINA, QUE CONTROLA O RITMO CARDÍACO



A LARANJA AJUDA A PREVENIR GRIPES E CONSTIPAÇÕES



OS MORANGOS CONTÊM PECTINA, QUE BAIXA O MAU COLESTEROL



A BANANA FORNECE ENERGIA E PREVIENE CÂIMBRAS



O ANANÁS PREVINE A ARTRITE



O MIRTILO PROTEGE O CORAÇÃO



O KIVI É RICO EM ÁCIDO FÓLICO, QUE ACELERA A CICATRIZAÇÃO



A MANGA PREVINE O AVANÇO DE CÉLULAS CANCERIGENAS



Emitanota.com

Ligue:



4003-1629

Planos justos que cabem no seu orçamento

Sem taxa de instalação, sem fidelidade, sem surpresas, cancele a qualquer momento.

Básico

R\$ **29,90** ao mês

- Sem limites de emissão
- Notas de saídas e entradas
- Notas de serviços
- API e integração TXT/XML
- NF-e / NFC-e (Consumidor)
- Nota de devolução/Estorno
- Carta de correção eletrônica

Avançado

R\$ **39,90** ao mês

Com certificado digital A1 incluso

- Sem limites de emissão
- Notas de saídas e entradas
- Notas de serviços
- API e integração TXT/XML
- NF-e / NFC-e (Consumidor)
- Nota de devolução/Estorno
- Carta de correção eletrônica

COMO SUPERAR UM "NÃO"



Inicialmente, um "não" nos tira da nossa zona de conforto. Ele funciona como um ponto de mudança de caminho, cuja mensagem é simples: "é proibido seguir em frente". Dependendo do tipo de pessoa que você é e da

importância que tem na sua vida alcançar os seus objetivos, podem surgir comportamentos inesperados. Se for imaturo, vai esbravejar e espernear; se confia em si mesmo, encara o desafio.

O primeiro passo para superar uma negativa é aceitá-la. E aceitar significa compreender que o empregador, o seu parceiro, o banco ou quem quer que seja, tem todo direito de negar. Ninguém ganha nada simplesmente porque deseja muito ou por ser quem é.

O segundo passo para superar uma negativa é consultar nossos desejos mais íntimos. O que eu desejo é tão importante que devo insistir? Quais são as mensagens que essa negativa traz? Será que estamos no caminho certo ou ainda não estamos prontos para encarar esse desafio? Será falta de reconhecimento dos outros, ou uma leitura errada da nossa parte? As respostas destas perguntas vão ajudá-lo a encontrar o melhor caminho.



Siga-nos no Instagram e fique por dentro de novidades e sorteios!

@revista_procureache

KIT DE PREPARO PARA BEBIDAS



Ótimo para presentes!
Personalize com o logo de sua empresa!

Variedade de cores!
Brindes para sua empresa, clientes, parceiros, etc.



Kit contém:



1 copo
500 ml



1 amassador +



1 agitador +



1 dosador
40 ml

PRODUTO INJETADO EM PLÁSTICO ACRÍLICO
DE ALTA QUALIDADE

Entrega garantida em até 15 dias!

(47) 3065-8761 / 997-000-131



Litoral Sul Esquadrias & Madeiras

PORTAS - JANELAS - FORRAS
VISTAS E MADEIRAS EM GERAL

Parcelamos em até 12x
no cartão de crédito

VISA    

48 **99108 5073**  **99836 8702**

Rua Gênova, s/n - Pagani - Palhoça - SC



Domésticapontocom

Consultoria e Organização do Lar

CONTRATE SUA EMPREGADA DOMÉSTICA CONOSCO

VEJA 5 RAZÕES PARA CONTRATAR CONOSCO

1. SERIEDADE
2. CONFIANÇA
3. SELEÇÃO RIGOROSA
4. REFERÊNCIAS
5. FORNECIMENTO DE ANTECEDENTES CRIMINAIS

Ligue e agende uma entrevista com sua futura empregada hoje mesmo!

CONTATO: (48) 3225-1196 / 99130-4805 

Acesse o novo site da ProcureAche
www.procureacherevista.com.br



Também no seu celular, tablet, notebook ou PC!

- ✓ **Dicas**
- ✓ **Otimizado para celulares**
- ✓ **Barra de pesquisa (encontre profissionais)**
- ✓ **Edições Anteriores**

Acesse também através do QR Code:




Quem não é visto, não é lembrado!

Anuncie conosco e garanta seu espaço em 20.000 exemplares todo mês:

SC: **48 988-298-477** 

RS: **51 997-889-686** 

DOMÉSTICA PONTO COM



A Doméstica Ponto Com é uma empresa especializada em empregada doméstica atuando no mercado há mais de 10 anos. Com sede na cidade de Florianópolis-SC, a empresa vem ao longo dos anos se destacando no mercado em face da qualidade de seus produtos.

Conta com um quadro de colaboradores extremamente qualificado e comprometido com os objetivos da empresa que dispensam sempre o melhor atendimento e serviços a seus clientes.

Como os produtos oferecidos pela empresa visam garantir a satisfação do cliente a Doméstica Ponto Com está voltada para a busca constante da excelência no atendimento de seus clientes.

Com princípios bem definidos a empresa iniciou suas atividades pautada na preservação de valores, competência e qualidade, sempre procurando oferecer o melhor a seus clientes, cada vez mais exigentes, a empresa investe no treinamento de seu quadro de funcionários e em equipamentos modernos.

Implementando ações inovadoras no mercado a empresa disponibiliza soluções integradas a conforto, comodidade, qualidade e segurança oferecendo opções de confiança e credibilidade a clientes que sabem o que procuram. Os preços aplicados pela Doméstica Ponto Com são acessíveis e compatíveis com os produtos de excelente qualidade.

www.domesticapontocomagencia.com.br

A **ProcureAche** chega em Florianópolis e Grande Florianópolis para gerar **Amigos & Negócios** com a maior tiragem: **20 Mil exemplares mensais!***

Difunda sua marca aqui! Anuncie.



*Com comprovação de Nota Fiscal.

Anuncie conosco - SC: 48 988 298 477 

RS: 51 997 889 686 

WS Serralheria

Atendimento rápido -Automação de portões
-Proteção de portas e janelas
-Pequenos reparos
-Serralheria em geral



Weslei: 98494-0157 / 3307-0155



MANUTENÇÃO E REFORMAS

Hidráulica - Elétrica - Alvenaria - Pinturas

MEST.OBRAS

TÉC.EDIFICAÇÕES

DEUSDETE

RODRIGO

(48) 99174-7167 (48) 98415-9617



Paulo Jardinagem

EXPERIÊNCIA, QUALIDADE E RESPONSABILIDADE.



- PREPARO DO SOLO E PLANTIO DE GRAMAS
- PODA DE ÁRVORE E CABELEIREIRO DE PINGO DE OURO
- RECUPERAÇÃO E CUIDADO DE JARDINS
- LIMPEZA DE TERRENOS E LOTES
- AFOFAMENTO DE TERRA PI - CATÁLOGO VERDE - JARDIM GERAL.

f /jardinagemfloripa

(48) 98489-2937

Faxina

Residencial e Comercial



Vera Faxina

(48) 988.320.834

(48) 999.446.799

Sua casa mais limpa e perfumada



Previna-se!

Use telas anti-insetos

(48) 9 9660-5812

(48) 9 8444-6654

f Luciano Telas

VAZAMENTOS?



identificação e conserto de vazamentos ocultos.

Predial, Comercial ou Residencial

Redes de Água:

Fria, Quente, Esgoto e Incêndio.



www.

hidraulicaeffting.com.br



Serviços de Encanador •
Desentupidora •
Instalações •
Manutenção •

E-mail: itamareffting@gmail.com

Rua Cel. Mauricio Spalding de Souza, 602 - Sta Mônica 48 999.726.348 / 3233.4039

PLANTAS VENENOSAS PARA CACHORROS E GATOS

“Meu pet sempre come uma plantinha quando está com dor de barriga e, depois de vomitar, fica bem”. Esta frase é bastante comum entre os tutores de cachorros e gatos, mas o que muitos não sabem é que, em várias casos, essas plantas podem não estar fazendo assim tão bem para o animalzinho.

Muitas vezes, cães e gatos vomitam depois de comer uma “planta comum de quintal” como um sinal de intoxicação e, sim, são diversas as plantas que podem fazer mal aos nossos peludos!

Cachorros e gatos podem comer plantas?

Depende. Algumas ervinhas podem ser benéficas aos nossos animais de estimação. Folhas de hortelã, salsa, gramíneas, manjerição, lavanda, erva cidreira, entre outros estão liberados e podem ser ingeridos sem problemas. Alguns, inclusive, ajudam – e muito – quando eles se sentem enjoados ou quando um alimento não caiu bem.

Plantas venenosas para cachorros

É comum que tutores de pets acreditem que plantas venenosas passam longe de seus quintais ou da decoração da casa, mas acredite: na maioria dos casos, o perigo está muito mais próximo do que imaginamos.

Se você tem uma samambaia na sala, um vaso com espada de são jorge na porta e/ ou ganhou um buquê com copo de leite ou lírio da paz, é hora de acender um sinal vermelho: todos eles são tóxicos (e bem perigosos) para nossos filhos de quatro patas.

Sinais de intoxicação por plantas

Os sinais de intoxicação por plantas são bastante variados e dependem do tipo de planta, da quantidade ingerida, do tempo que passou desde a ingestão,

do tamanho do animal, sua idade e estado geral de saúde.

Cachorros filhotes, que são mais curiosos e tendem a aprontar com mais frequência costumam ser mais susceptíveis, mas nada impede que um pet adulto, que há anos convive com a planta, não se intoxique algum dia.

Se você notar mudanças de comportamento, vômito, diarreia, presença de sangue, apatia, euforia ou qualquer outra alteração importante no estado do seu animalzinho, corra para um consultório veterinário.

Durante a consulta, mencione a presença de plantas em sua residência ou no local em que o pet estava. Se não souber o tipo ou nome da planta, se possível, leve uma amostra ou uma foto, pois isso facilitará o tratamento.

Quando a planta não é identificada, o tratamento será de suporte, ou seja, visando minimizar os sintomas que o animal apresenta no momento. Intoxicação é algo grave e pode colocar a vida de cachorros e gatos em risco.

Como evitar intoxicações por plantas em cães e gatos

Na dúvida, a melhor opção é não ter a planta que pode ser tóxica. Não há melhor método de prevenção do que este, porém, se isso não for possível, certifique-se de que o pet não tenha acesso a ela sem a sua supervisão.

Além de intoxicar, algumas plantinhas podem, ainda, provocar alergias nos animais. Em caso de dúvidas, converse com um biólogo ou um médico veterinário.



Atuamos também com:

- Terapias Holísticas e Reiki para animais
- Palestras educativas
- curso para tutores • Dog walker

Contato:

(48) 99698-8112 ☎

@4patassocial ☺

Educamos seu pet para um melhor convívio com você e os demais.

ATENDIMENTO
PRESENCIAL
OU À
DOMICÍLIO

Reiki para seu Pet!
Agende o horário do seu animal de estimação

Realizamos palestras sobre comportamento canino em outras cidades. Consulte-nos!

Adestrador/Terapeuta Reiki: Itamar Jacomeli

Síndicos: contrate uma palestra sobre cães gratuita em seu condomínio!

4 DICAS DE ECONOMIA INFALÍVEIS PARA A REFORMA DE CASAS



Há um ponto sobre reforma e construção quase unânime para quem quer renovar o lar: descobrir os segredos de fazer muito, mas gastando pouco. Se você também busca soluções econômicas, confira as dicas abaixo e inicie hoje mesmo seu orçamento de obras para a tão desejada transformação!

Planejamento é a chave do sucesso

A melhor forma de aliar beleza e qualidade a um orçamento reduzido é planejar. Isso ainda ajuda a evitar surpresas desagradáveis durante a obra. Confira a seguir dicas para ter um projeto eficiente, essenciais para a hora de realizar o que foi sonhado.

1. Total controle da obra

Crie um cronograma com as datas de todas as entregas, tanto de materiais quanto dos serviços prestados pelos profissionais contratados. Assim, se a cada etapa houver mudanças no planejamento de obras que impacte nos custos, você terá como coordenar as alterações no orçamento.

Supervisionar a reforma de casa durante cada um dos serviços prestados também é fundamental. Isso evita desperdícios e trabalhos mal feitos, o que gera gastos desnecessários e, conseqüentemente, compromete o orçamento de obras. Se você não puder, peça a alguém de confiança ou contrate uma empresa especializada.

2. Planilha de orçamento de obra

Uma simples lista de custos faz uma grande diferença. A partir dela você conseguirá administrar quanto quer e pode gastar com a reforma em casa. Como é uma forma organizada de estimar as despesas, pode te ajudar a negociar, definir prioridades e pesquisar para escolher materiais mais baratos do que aqueles idealizados no início.

Mas como fazer orçamento de obras? Basta montar uma tabela e listar nela todos os gastos com materiais e mão de obra, independentemente de se tratar de uma reforma de casas simples, reforma de apartamento ou mesmo uma pequena reforma de banheiro. Depois de tudo relacionado, acrescente 10% ao valor total para

possíveis gastos extras.

3. Produtos práticos

Não faltam opções de produtos com tecnologias modernas, que facilitam as reformas de casas baratas por promoverem mais rapidez e economia. Os atuais rejuntas e argamassas, por exemplo, indispensáveis em uma obra, são fáceis de preparar e aplicar, dispensam mão de obra especializada e dão agilidade aos serviços.

4. Sustentabilidade

A ideia é usar sistemas construtivos e materiais menos agressivos ao meio ambiente, duráveis, com bom desempenho e preços mais acessíveis. Tal prática pode ser usada tanto durante as obras como no dia a dia das casas reformadas.

Quer bons exemplos? As lâmpadas de LED, bem mais duráveis e econômicas que as convencionais. A substituição da alvenaria por paredes de drywall, que garante obras mais rápidas e limpas para qualquer ambiente interno. E telhas de fibrocimento, duráveis, flexíveis e que reduzem custos.



JG Marmoraria

@JGMarmoreseGranitos

Júlio

(48) 99163 4410 (vivo) (48) 99601 7281 (tim)

(48) 98416 1633 (oi) (48) 3286 7094 (fixo)

Rua Izidoro Veríssimo, 11-Potecas - São José - SC
E-mail - jgm9975@outlook.com
www.jgmarmores.com.br - Facebook: JG Marmoraria

Siga-nos no Instagram!



Revista
ProcureAche

@revista_procureache

- Novidades • Sorteios
- Promoções exclusivas
- Divulgação dos parceiros anunciantes
- Alerta de novas edições da revista

Use o QR CODE ao lado e acesse instantaneamente do seu celular!





A mão de obra que falta para realizar seu sonho da casa própria!

Mestre de obras:
Valdir Faustino

- Impermeabilização • Hidráulica • Elétrica • Pintura
- Manutenção em toda área de construção civil

Serviços com garantia de até 15 anos

ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO

(48) 998-327-294

✉ valdirfaustino14@gmail.com f Faustino Construções e Reformas

RGB Consultoria
Empresarial

Consultoria é um investimento com retorno garantido!

Os RESULTADOS são maximizados, potencializados e a empresa é impulsionada à reestruturação de forma simples, rápida e adequada ao seu contexto.

Salientamos aqui o desempenho da RGB Consultoria, atuante a mais de 10 anos e possui expertise comprovada na área, desenvolvendo sistemicamente empresas de diferentes tamanhos e segmentos, com atendimento personalizado, presencial e online com método exclusivo desenvolvido.

**RESULTADO COM
EFETIVIDADE!**

  @rgbconsultoria

 consultoriargb@gmail.com

 (48) 99911-9149

Como podemos ajudar você ou sua empresa???

- ✓ Definição de macro diretrizes alinhadas com o Planejamento Estratégico.
- ✓ Execução do monitoramento do TODO empresarial.
- ✓ Desenvolvimento de ferramentas para gestão.
- ✓ Desenvolvimento de líderes.
- ✓ Gestão em RH baseada em perfil.
- ✓ Implantação de RH estratégico.
- ✓ Implantação e acompanhamento de PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO.
- ✓ Gestão de resultados.
- ✓ Gestão e consultoria financeira.
- ✓ Controle financeiro.
- ✓ Gestão de rentabilidade por produto ou serviço.
- ✓ Aumento de vendas com rentabilidade.
- ✓ Gestão e direcionamento de Marketing.
- ✓ Potencialização de resultados e vendas.
- ✓ Consultoria para abertura de novas empresas.
- ✓ Cursos e Capacitações direcionadas de acordo com sua necessidade.

5 DICAS PARA COMEÇAR A EMPREENDER SEM ERRAR

1 – Reduza os custos ao máximo

Segundo os empresários, é ilusão acreditar que será viável manter o padrão de vida nos primeiros anos do negócio. O ideal é reduzir ao máximo os custos, cortar luxos e estabelecer prioridades.

Enxugando ao máximo o orçamento mensal, é possível prolongar a durabilidade do investimento inicial, o que ajuda a empresa a ter mais estrutura para se estabelecer.

Além disso, nos primeiros meses é bastante comum que o quadro de profissionais seja composto apenas pelos sócios. Por isso, a pessoa terá que fazer de tudo: da estratégia de negócios ao trabalho braçal. O mais importante nesse momento é ter força de vontade, será preciso abrir mão de muita coisa para empreender.

2 – Quando colocar o produto no mercado

O ideal é que ele esteja na fase do MVP (Minimum Viable Product ou Mínimo Produto Viável). Em linhas gerais, isso significa que se o produto já foi validado pelo cliente, mesmo que ele ainda não esteja acabado do jeito que você espera, já pode ser colocado no mercado.

Crie uma página que mostre o potencial de vender bolos, por exemplo. Se alguém pedir o bolo, você faz e entrega. Do contrário, quando espera muito para dar início à empresa, a pessoa corre o risco de



ver um concorrente chegar primeiro e "roubar" sua ideia.

3 – Quanto dinheiro preciso guardar para me dedicar ao negócio?

Antes de mais nada, é preciso reformular o estilo de vida. Corte gastos superficiais e outros luxos e atenha-se ao

básico. Em seguida, com essa nova projeção de valor mensal, o indicado é ter dinheiro guardado para 18 meses. Vai demorar para o negócio começar a ser lucrativo e os fundadores vão precisar se dedicar em tempo integral.

4 – É preciso ter um sócio ou posso empreendedor sozinho?

O ideal é que a empresa tenha ao menos dois sócios, e que eles sejam complementares. Isso significa que se um tem mais habilidades comerciais, o outro deve ser mais técnico. Empreendedores solitários não criam empresas de alto impacto.

5 – Quais as habilidades de um bom empreendedor?

Existem duas universais: capacidade de empatia e humildade. A primeira é essencial para conseguir se colocar no lugar do cliente, do funcionário e do investidor - e deixar de ser o "dono da razão". A segunda, é uma forma de garantir que, após o sucesso, você não descuide do negócio e comece a perder a liderança. O próprio empreendedor precisa achar que o negócio nunca será bom o suficiente.



www.empreedordosul.com



DICAS PARA SER UM MEI DE SUCESSO



Se você quer começar um negócio ou já trabalha por conta própria e fatura até R\$ 81 mil por ano, você pode ser um MEI (Microempreendedor Individual).

Veja algumas dicas para ter sucesso como MEI:

1. Tributação

A partir do momento que se torna um MEI, o empreendedor deve pagar um valor mensal de tributos: o Documento de Arrecadação Simplificada (DAS) corresponde ao valor fixo mensal de R\$ 45 (Comércio ou Indústria), R\$ 49 (prestação de Serviços) ou R\$ 50 (Comércio e Serviços). Caso ele não cumpra, sua empresa está sujeita a sanções, multas e juros.

2. Legislação

Depois de formalizado, o empreendedor deve buscar a legislação do seu município para saber se pode trabalhar com o que deseja dentro de casa naquela região. Isso pode ser um fator de impedimento para a criação do seu negócio. É vital que as pessoas busquem esse tipo de informação.

3. Conscientização

A primeira coisa que o empreendedor precisa tomar consciência é de que ele não é mais um trabalhador comum, mas, sim, um empresário. Por isso, ele deve traçar um bom plano de negócios e buscar as características de empreendedores de sucesso, como espírito de liderança, motivação, planejamento e metas.

4. Riscos calculados

O empreendedor bem sucedido corre riscos, mas não de maneira aleatória. Em um ano de crise, investir de maneira correta e focada pode ser um diferencial para o negócio. Tem que ser planejado. O risco calculado é um dos fatores mais importantes para os negócios que querem crescer.

5. Saber a hora de mudar

Quando a empresa começar a tomar maiores proporções, pode ser a hora de pensar em crescer e se formalizar como microempresa. Para isso, é indicado que o controle das finanças esteja altamente apurado, porque uma mudança como essa implicaria em novas e maiores tributações. O faturamento aumenta e as obrigações também. É um movimento que deve ser planejado minuciosamente.

ORIENTAÇÕES AOS CONSUMIDORES

Nos dias atuais com o aumento das demandas jurídicas, a atuação do Advogado na defesa dos direitos dos cidadãos se faz necessária e imprescindível, isso porque, o direito no geral compreende um conjunto de regras e leis, e um profissional qualificado traz ao seu cliente soluções satisfatórias dentro deste conjunto de normas.

Dentro deste contexto, traremos breves orientações sobre o que determina o CDC-CÓDIGO DE DEFESA DO CONSUMIDOR, em seus artigos 18 e 26, no que diz respeito aos prazos de trocas de produtos com defeitos. Lembrando que consumidor, segundo o artigo 2º do CDC, é *“toda pessoa física ou jurídica, que adquire ou utiliza produto ou serviço como destinatário final”*.

Regra do CDC Art. 26 - *“quando o defeito é aparente, o prazo para reclamação é de 30 dias para produtos não duráveis e 90 dias para os duráveis, contados a partir da data da compra*. Quando se tratar de produto necessário, como fogão e geladeira (bens essenciais), o consumidor não precisará esperar o prazo de 30 dias, assim que for constatado o defeito, o fornecedor deverá trocar ou devolver a quantia paga pelo cliente no produto.

É necessário também que o tipo de defeito seja analisado: No vício aparente, é perceptível para o consumidor constatar o defeito, como por exemplo, um risco em uma geladeira. Já no vício oculto, o defeito não é constatado de imediato e aparecerá com a utilização do produto.

Quanto aos produtos: os não-duráveis são aqueles consumidos em um curto prazo, como os alimentos. E os produtos duráveis, são aqueles que deveriam durar por mais tempo, como os aparelhos eletrônicos. Portanto, fica atento ao contratar produtos e serviços e exija seus direitos.

Marcus Nedel – Advogado
marcusnedel.adv@outlook.com



Marcus Nedel

ADVOGADO
OAB/SC 51017

Direito de Trânsito, Previdenciário e Trabalhista
Direito Cível e Direito do Consumidor

48 98425-9859

marcusnedel.adv@outlook.com

Rua Irmãos Vieiras, 221 - Bloco B - sala 26
Campinas, São José/SC

OS BENEFÍCIOS DO USO DE ENERGIA SOLAR - FOTOVOLTAICA



1. Economia e fim dos aumentos da conta de luz: Por utilizar uma fonte renovável de energia, o sol, a demanda de energia virá de forma limpa, sem custos. Portanto, a conta de luz, no fim do mês, passa a vir somente com a cobrança mínima exigida pela concessionária. Para o bolso, faz uma diferença significativa.

2. Comprometimento com a sustentabilidade: O sol nunca nos abandona. Por vezes com mais, por vezes com menos força, ele sempre está presente. Portanto a fonte da geração de energia é infinita e renovável. Ao contrário do sistema tradicional de geração de energia no país, que utiliza o represamento de água e depende do bom nível de chuvas, a energia fotovoltaica não agride a natureza. Gerar a própria energia é deixar o legado de um planeta habitável para as próximas gerações.

3. Investimento rentável: Mais vantajoso do que renda fixa. Por conta da vida útil do sistema (no mínimo 25 anos de durabilidade) e constantes reajustes na conta de luz, o investimento em sistema fotovoltaico tornou-se muito atraente. A energia solar não é só sustentabilidade: é uma opção viável e rentável de investimento.

4. Praticidade: A instalação de sistema fotovoltaico é rápida e proporcional ao tamanho do sistema. Com a mínima interferência na rotina de sua casa ou empresa. Após a instalação, é possível, também, ampliar o número de painéis para gerar ainda mais energia.

5. Monitoramento em tempo real: Na palma da mão. Os sistemas fotovoltaicos instalados podem ter seu desempenho acompanhado em tempo real, em um aplicativo que pode ser a produção de energia ao vivo. Além de informações sobre os benefícios ambientais do sistema, como emissão de CO₂.

6. Valorização do imóvel: Na hora de pagar por uma casa por qual você optaria? Por uma que possui uma alta tarifa de energia ou uma que possui um sistema moderno de geração própria de energia e que só paga o mínimo da conta de luz? Um imóvel com sistema de energia solar pode receber valorização de cerca de 10%. E essa lógica também serve para empresas.

7. Sua produção energia solar pode se transferir a outra residência: Você mora num local onde não tem como colocar o sistema fotovoltaico? Se sua empresa, sítio ou um parente próximo tem condições da colocação, pode ser feita uma transferência de créditos energéticos, para atingir todos os imóveis que você preferir. Para que assim aconteça, os imóveis têm que ser da mesma concessionária e o CPF ou CNPJ deve ser o mesmo em todas as contas de luz. Para que seja feito com sucesso a colocação do sistema fotovoltaico!

Haja Luz Solar Systems

Haja Luz Solar Systems

Energia Solar & Elétrica Predial

ECONOMIZE EM ENERGIA ELÉTRICA

TENHA A SUA PRÓPRIA FONTE DE ENERGIA

www.hajaluzsolar.com.br

(51) **3492.3877** | (51) **9 8264 2131**



Vendas e Assistência Técnica

Notebooks - Computadores
Celulares - Tablets

☎ 3067-8601

☎ 99840-7611

infonorte.in@gmail.com



Rua Tertuliano Brito Xavier, 645 - Canasvieiras

COMO GANHAR MAIS CURTIDAS EM SUAS FOTOS DO INSTAGRAM USANDO HASHTAGS

O Instagram é uma excelente ferramenta para compartilhar as suas memórias e momentos favoritos com os amigos, familiares e seguidores. Se você tem postado muitas fotos, mas não recebeu tantas curtidas quanto gostaria, siga estes passos para incrementar esse número.

1. Use hashtags: as hashtags representam uma forma simples de categorizar imagens com palavras-chave. Elas poderão ser descobertas por outros usuários, o que aumentará a probabilidade de suas fotos serem mais curtidas. Quanto mais hashtags você utilizar, mais frequentemente as fotos serão visualizadas.

2. Use mais do que uma hashtag por vez para extrair o máximo de cada imagem: por exemplo, se você tirar uma foto de seu cachorrinho daschund, algumas hashtags úteis são #daschund, #cachorro e #animaldeestimacao.

3. Use as hashtags mais populares para maior eficácia: alguns dos hashtags mais populares são #amor, #eu, #lindo, #sexta e #cafe.

4. Procure pela lista de hashtags em ascensão, ou trending, e experimente usá-las: mantenha em mente que usar uma hashtag popular também aumenta a probabilidade de a foto acabar perdida.



DICAS

PARA USAR O ÁUDIO NO WHATSAPP

1) Responda mensagens sem entrar no aplicativo

A dica é para quem tem um celular com Android. Alterando algumas configurações do WhatsApp é possível responder mensagens sem precisar desbloquear a tela. Só uma ressalva: o truque não funciona em todos os modelos com o sistema operacional. Por isso, é preciso testar antes de qualquer coisa. Abra as configurações do WhatsApp no celular e selecione a parte de "Notificações de mensagem". Agora procure e habilite a função "Notificações Pop-up" e pronto.

Quando você receber a mensagem de alguém, a notificação vai aparecer direto na tela do celular e vai ser possível responder por ali mesmo, sem precisar entrar dentro do aplicativo.

2) Ouça a mensagem de áudio sem o remetente saber

Muitas pessoas não gostam quando o WhatsApp dedura para os outros que as mensagens recebidas foram lidas ou ouvidas. Até é possível desabilitar os famosos tiques azuis, mas nem todo mundo quer isso. Logo, o truque vai para você conseguir escutar áudios recebidos sem que ninguém descubra. O primeiro passo é cadastrar o seu próprio número de telefone como um novo contato dentro do WhatsApp. Depois de fazer isso é só encaminhar para a sua própria janela de conversa os áudios recebidos e ouvir tudo por lá. Assim, as pessoas que enviaram suas mensagens de voz não saberão que você teve acesso a elas.

3) Não pode ouvir áudio?

App converte em texto para você A possibilidade de envio de mensagens de voz sem dúvida ajudou muito em termos de praticidade. Mas com certeza todo mundo já passou por um momento em que não era possível ouvir um áudio recebido. O legal é que com a ajuda do aplicativo Transcriber para Android isso nunca mais vai acontecer. O programa consegue transformar em texto os conteúdos das mensagens de voz. Depois de instalado, é só selecionar é só selecionar o áudio desejado, clicar em compartilhar e selecionar a opção ?Transcriber?. Poucos segundos depois, a mensagem em texto vai aparecer.

4) Ouça o seu áudio antes de enviá-lo

Quem usa iPhone vai gostar dessa dica. Um truque simples permite que o usuário confira o seu áudio antes de enviá-lo. Para isso, inicie a gravação do áudio normalmente e, quando terminar de falar de falar, saia do WhatsApp direto. Nos modelos anteriores ao iPhone X, é só apertar o botão home. Depois disso, abra o WhatsApp novamente e observe que o áudio ficou em um modo de espera. Se quiser ouvir a mensagem de voz é só apertar o play. Em seguida, decida se você quer apagar ou enviar.

POUSADA - ACONCHEGO DO SERENO EXCLUSIVE CHALÉS

Localizado em Urubici na Serra Catarinense, a pousada Aconchego do Sereno é sua melhor opção para curtir as belezas naturais da região.

Entre os principais pontos turísticos da região, estão o Morro da Igreja e a Serra do Corvo Branco, além de cachoeiras, campos de altitude, cânions e muita natureza.

Nossos Chalés privativos, possuem ar condicionado quente/frio, frigobar, TV a cabo, WIFI e cama Queen Size. Disponibilizamos toalhas, sabonete, roupas de cama e cobertores bem aconchegantes.

Localização privilegiada a poucos minutos da Igreja Matriz de Urubici, na re-

gião central da cidade, próximo à padarias, restaurantes e supermercados.

Quer surpreender quem você ama? Preparamos decorações especiais!

Venha desfrutar das belezas naturais da linda Serra Catarinense e hospede-se no Aconchego do Sereno Exclusive Chalés.

  @aconchegodosereno

 aconchegodosereno@gmail.com

 (48) 99911-9149

Rua Manoel Estevis de Souza, 270
Urubici - SC



ESTÁ NA HORA DE TROCAR DE CASA? 5 DICAS QUE MOSTRAM QUE SIM**1. A família cresceu**

Este, talvez, seja o principal motivo para se trocar de casa: a chegada dos filhos. Logicamente, aquele simpático apartamento de dois quartos pode servir muito bem a uma pessoa solteira ou a um casal sem filhos. No entanto, quando a família começa a crescer, o espaço vai ficando insuficiente.

2. A localização já não é interessante

Quando você comprou seu imóvel alguns anos atrás, a localização parecia perfeita, não é? No entanto, vários motivos podem vir a alterar essa situação e motivar uma mudança para outro bairro:

- você muda de emprego ou é transferido para outra região;
- o bairro cresce muito e você quer mais tranquilidade;
- o índice de criminalidade na região aumenta e causa preocupação;
- a área onde está o imóvel sofre desvalorização;
- sua casa em uma tranquila zona residencial já não oferece privacidade nem segurança;
- a escola que você quer para seus filhos está localizada em outro bairro;
- a família precisa de ajuda com as crianças e resolve morar mais perto dos avós etc.

Como você já deve saber, quando se trata de adquirir um imóvel, localização é tudo. Se você se enquadra em algumas das situações acima, ou em alguma outra situação mais específica, pode ser a hora de trocar de casa.

3. A segurança tem gerado preocupações

A questão da segurança é uma das que mais tiram o sono das pessoas hoje em dia. Infelizmente, a criminalidade atinge não só as áreas da periferia, mas também áreas nobres das cidades.

4. A infraestrutura do imóvel está desgastada

Nada dura para sempre e isso vale também para uma casa ou apartamento. Com o passar dos anos, seu lindo imóvel vai ficando velho e começa a apresentar problemas. Infiltrações, fiação elétrica, rede hidráulica e desgaste geral da infraestrutura começam a causar dores de cabeça ao dono, exigindo manutenções mais frequentes.

E o pior: quando problemas de desgaste na infraestrutura começam a aparecer, pode se preparar que outros danos virão em sequência.

Além de prejudicar o conforto da família, esses transtornos também impactam fortemente a valorização de seu patrimônio. Então, você tem duas opções: uma reforma geral ou escolher um imóvel mais novo e, assim, trocar de casa. Faça as contas, analise com cuidado e tome a melhor decisão.

5. A família quer se livrar do aluguel

O aluguel pode ser uma opção interessante para os jovens entrando no mercado de trabalho que ainda não alcançaram o emprego ideal e não sabem ao certo onde querem fincar raízes.

No entanto, com o passar dos anos e a carreira já consolidada, é hora de investir no patrimônio e comprar seu imóvel próprio.

A satisfação de sair do aluguel e mudar-se para sua própria casa ou apartamento não tem preço.

**Pensando em mudar de Imóvel ou fazer algum investimento?**

Informações sobre bairros, universidades, localização, segurança, infra estruturas, valores de imóveis e tudo que precisa saber para essa mudança de vida.

Trabalhamos com as melhores oportunidades de investimento e moradia em Florianópolis e Palhoça (Bairro Cidade Pedra Branca), local que mais cresce em SC.

(51)99621-1046 / (48)99190-9462 

E-mail: valdecirnunes@gmail.com

COMPRAR IMÓVEL PRONTO OU CONSTRUIR?



Quando se pensa em adquirir um imóvel vem sempre aquela dúvida..., devo comprar pronto ou devo construir?

Bem, se você tem pressa, sem dúvida o imóvel pronto é a opção. Se pode esperar pelo imóvel, mas você é do tipo de pessoa que não tem paciência e não tem muito tempo para acompanhar a obra, melhor repensar esta decisão.

Quando buscamos um imóvel pronto, deparamos com a dificuldade em encontrar o imóvel com as características que desejamos e pelo preço que estamos dispostos a pagar, quase sempre precisamos abrir mão de algum desejo, nem sempre o projeto arquitetônico ou o acabamento agrada.

Quando adquirimos um imóvel pronto desconhecemos alguns fatores, como por exemplo, a fundação da casa, como foi feita, onde passam os canos de água, em que situação está a fiação elétrica, muitos imóveis não possuem projetos hidráulicos e elétricos, principalmente os mais antigos.

Optando por fazer a construção com auxílio de um arquiteto, você poderá otimizar o projeto, deixando os espaços de acordo com sua necessidade, sem contar que saberá lidar com os possíveis reparos futuros, pois sabe exatamente como tudo foi feito, e ainda poderá escolher tudo a seu gosto, principalmente na fase do acabamento.

Muitos pensam no fator custo, quanto você iria pagar em uma casa pronta se comparado com a compra do terreno na mesma localização, e construção de mesmo padrão. É fato que o imóvel sairá em torno de 30% mais barato.

Mas saiba, que o tempo e a paciência serão quesitos necessários para encarar uma construção, pois exigirá uma dose extra de paciência e tempo, mesmo que terceirizando toda a construção é necessário acompanhar de perto, não descartando nenhuma etapa da obra, inclusive pesquisar bem e ter referências sobre a mão-de-obra e construtora que irá contratar.

Se esta for sua decisão, desejamos boa sorte!

Carla Pedrosa Imóveis
(48) 999-472-635

POUSADA GAROA

Precisa estar em Porto Alegre para tratamento de saúde, ou preparação para concurso, estudos ou para trabalhar em Porto Alegre - conheça a melhor opção:

POUSADA GAROA - 8 ANOS DE EXPERIÊNCIA

A Pousada Garoa tem como perfil moradores solteiros e sem filhos. Tanto para mulheres, quanto para homens. Aqui você consegue ter economia todo mês. Oferecemos quarto individual para o morador, mobiliado e as demais peças são de uso compartilhado, estamos bem localizados e com um baixo custo mensal.

Por um preço único você pagará o aluguel do quarto mobiliado com cama, colchão e roupeiro. Poderá usufruir da cozinha e banheiro de uso compartilhado. Além de ter luz, água, gás, internet wi-fi e máquina de lavar roupas, incluídos no preço.

Locação prática e sem burocracia. Basta pagar e morar mensalmente.



Pousada Garoa

www.pousadagaroa.com.br

Quarto mobiliado para solteiro



Aluguel
Água
Luz
Gás
Internet

Máquina de Lavar **Só R\$ 400, por Mês**

(51) 986.426.196 Av. Benjamin Constant, 413



CARLA PEDROSO

ALUGUEL DE IMÓVEIS PARA TEMPORADA E VENDAS

ALUGUEL

DE TEMPORADA E VENDAS EM
FLORIANÓPOLIS - SC

**Apartamentos mobiliados para profissionais,
estudantes e famílias em sua estadia de
temporada ou temporária.**

contato@carlapedroso.com.br
 (48) 999 472 635

Carla Pedrosa CRECI 24486

www.carlapedroso.com.br

A IMPORTÂNCIA DA HIGIENIZAÇÃO E IMPERMEABILIZAÇÃO DE ESTOFADOS



A limpeza e a higienização dos sofás são muito importantes, não somente para a conservação deles, mas, também, para combater os ácaros, germes e bactérias, que o digam as pessoas alérgicas. O ideal é fazer a higienização de seis em seis meses, para evitar problemas maiores.

Com a sujeira, além de o sofá ficar feio pode também armazenar alérgenos, que provocam reações em certos indivíduos, causando doenças como rinite, faringite, laringite, coriza e asma, entre outras patologias.

Impermeabilização

Outro cuidado que é importante para a conservação do móvel é a impermeabilização. É melhor impermeabilizar do que colocar aquelas capas terríveis que juntam poeira e bactérias. Caso o sofá não esteja impermeabilizado, alguns tipos de líquidos mancham o tecido e fica mais difícil para limpá-lo. No caso dos bancos de carro, o procedimento é o mesmo dos sofás, sendo preciso lavar e fazer a higienização de tempos em tempos.

HIG SERVICE

Quando você vai receber visitas é aquele pesadelo para disfarçar o cheiro do seu sofá que seu pet já tomou conta?

Você tem saudades do seu sofá limpinho e sem manchas de tanto refrigerante, sucos e bebidas que você ou seus filhos derramaram nele?

Seu tapete está com mal cheiro por conta da umidade?

Ou o seu colchão está cheio de manchas e ácaros?

Ligue para a Hig Service, nós estamos aqui para resolver esse problema para você!



Fones: (48)99193-4008 / 98463-8601

Site: www.higservice.com



www.higservice.com

[/higservice](https://www.facebook.com/higservice)

[@higservice](https://www.instagram.com/higservice)

contato@higservice

ATENDIMENTO A DOMICÍLIO

HIGIENIZAÇÃO E IMPERMEABILIZAÇÃO DE ESTOFADOS E TAPETES



Antes



Depois



Antes

Depois

FAZEMOS ORÇAMENTO
VIA WHATSAPP TAMBÉM!



99 193 4008 / 98463 8601



HORÓSCOPO

ÁRIES	Trabalhe para desenvolver as habilidades sociais e obter resultados por meio de negociações e acordos. Embora ocorram algumas brigas por poder ainda não é prudente a indevida auto-afirmação.	TOURO	Os assuntos sociais estarão se tornando cada vez mais importantes. Aumento de popularidade. Você fará concessões para agradar à pessoa amada e aos outros. Período inadequado para excessos de auto-afirmação.
GÊMEOS	Lembre-se primeiro dos outros. As boas coisas virão até você por intermédio dos outros. Neste período, o seu modo não será necessariamente o melhor. O foco principal serão os assuntos de família e do lar.	CÂNCER	As questões da carreira não têm tanta importância quanto as do lar e da família. Os problemas do filho mais velho parecem ser os de maior urgência. Este mês você promoverá a carreira dando suporte e apoio à base familiar.
LEÃO	Você precisará manter o equilíbrio entre seus desejos pessoais e os alheios. A vida fará com que você se depare com diversas situações — algumas você conseguirá alterar e recriar segundo sua vontade, outras exigirão adaptação.	VIRGEM	Você saberá o que quer e se empenhará com muita energia para conseguir-lo. Você não estará disposto a transigir — nem deveria — já que poderá ter tudo da maneira que quer.
LIBRA	Seu estilo social nunca o permitirá que se torne excessivamente assertivo, mas você estará mais assertivo do que o usual. E deverá estar assim. Você poderá ter tudo da maneira que quiser.	ESCORPIÃO	Vá em frente. Crie o estilo de vida com que sempre sonhou. Se as circunstâncias não lhe agradarem, retire-se e crie outras. A autoconfiança. O poder pessoal, intenso. Você terá ajuda secreta em todos os seus projetos.
SAGITÁRIO	A vida social e amorosa ainda terá muita importância, mas você estará mais independente e autoconfiante do que até recentemente. Não se afastará totalmente da sociedade, ficando sozinho, mas terá mais controle das circunstâncias.	CAPRICÓRNO	O ritmo das alterações, no mundo e em sua vida, diminuirá um pouco. Você estará dando uma parada e sendo mais cauteloso. Preocupe-se menos com as emoções e assuntos familiares e concentre-se nas suas ambições globais.
AGUÁRIO	Você estará entrando em um dos períodos mais felizes e de maior sucesso da sua vida e o AGORA chegou. O futuro cuidará de si mesmo se você aproveitar ao máximo esse momento.	PEIXES	Este será um mês de malabarismos — o melhor que você conseguir — no lar e na carreira. Alguns piscianos trabalharão em casa e criarão seus próprios horários. Outros começarão seus próprios negócios, e outros reduzirão o ritmo.

SEJA AMIGO DA CASA DOE!



CASA DO EXCEPCIONAL SANTA RITA DE CÁSSIA



(051) 3387 6175 - Estrada Martim Félix Berta 1423, Porto Alegre RS

ProcureAche

Estes são os municípios e bairros onde circulam as Revistas ProcureAche



Florianópolis

BAIRROS:

- Centro
- Capoeiras
- Ingleses
- Jardim Atlântico
- Estreito
- Balneário Estreito
- Vargem do Bom Jesus
- Canasvieiras
- Santo Antônio de Lisboa
- Saco Grande
- João Paulo
- Trindade
- Coqueiros

São José

BAIRROS:

- Campinas
- Kobrasol
- Areias
- Real Parque
- Serraria
- Barreiros
- Praia Comprida

Palhoça

BAIRROS:

- Centro
- Pte. do Imarum
- Caminho Novo
- São Sebastião
- Madri
- Pagani
- Passa Vinte

Anuncie conosco: 48. 988.298.477☎ 20.000 exemplares todo mês!



Hora da piada!



P: Por que a aranha é o animal mais carente do mundo?

R: Porque ela é ARACNEEDYOU.

P: Por que o pinheiro não se perde na floresta?

R: Porque ele tem uma pinha.

(Um mapinha)

Um caipira chega à casa de um amigo que está vendo TV e pergunta:

- E aí, firme?

O outro responde:

- Não, Futebor.

P: O que o pagodeiro foi fazer na igreja?

R: Foi cantar pá God.

P: Por que o Napoleão era chamado sempre para as festas na França?

R: Porque ele era BOM NA PARTY.

P: O que aconteceu com os lápis quando souberam que o dono da Faber Castel morreu?

R: Eles ficaram desapontados.

A plantinha foi ao hospital, mas não foi atendida. Por quê?

Porque lá só tinha médico de plantão.

P: Qual é a fórmula da água benta?

R: H Deus O.

P: Quando os americanos comeram carne pela primeira vez?

R: Quando veio Cristóvão COM LOMBO.

Na aula de química o professor pergunta:

- Quais as principais reações do álcool?

O aluno responde:

- Chorar pela ex, achar que esta rico, ficar valente e pegar mulher feia ...

Professor:

- Tirou 10!

Na delegacia

- Seu delegado meu marido saiu de casa ontem a noite, disse que ia comprar arroz e até agora não voltou. O que eu faço doutor?

- Sei lá, faz macarrão!!

O rapaz apaixonado diz a sua amada:

-Eu posso não ser rico, não ter dinheiro, apartamentos de luxo, carros importados ou empresas como o meu amigo Carlos Eduardo, mas te amo muito, te adoro meu amor, você é minha vida...!!

Ela o observa, com lágrimas nos olhos, o abraça e diz bem baixinho no ouvido dele:

- se você me ama de verdade, me apresenta esse Carlos Eduardo...

- ah, rapariga!

A esposa estava lavando a louça, enquanto seu marido tomava uma cerveja sentado no sofá.

De repente o marido se vira para esposa e pergunta:

- Amor, o que você fazia antes de casar comigo?

E a mulher, sem pensar duas vezes, responde:

- Eu vivia!

Em uma sala de aula, a professora pergunta para Marina (loira):

- Marina, o que aconteceu no dia 7 de setembro?

- NADA.

- como, "nada"?

- Ora, não é feriado?!

MUDANÇA DE VIDA...



WWW.CIBELASANTOS.COM.BR



www.corderomanutencoes.com

Manutenção em Esquadrias de Alumínio, PVC ou Vidro Temperado

Manutenções de Persianas manuais e automatizadas. Com a troca ou automação das mesmas.

fabricamos telas mosquiteiras sob medida para sua esquadria.

48 4105-2383 / 98404-6857

Fone: (48) 3357-1726

R. Ver. Arthur Manoel Mariano, S/n - Forquilha - São José

IMUNIZADORA RIBEIRO LTDA.

DESCUPINIZAÇÃO - DEDETIZAÇÃO - DESRATIZAÇÃO

Gilberto Ribeiro

(48) 98415-8809 / 3249-5559

Rua João Metrelles, 929 - Abraão - Florianópolis - SC

Qualidade agilidade e segurança

Instalação e manutenção elétrica

- Casas
- Apartamentos
- Edifícios (Residenciais, comerciais e mistos)
- Lojas
- Galpões

48 9997-26194
Wagner Felipe

MANUTENÇÃO E REFORMAS

Hidráulica - Elétrica - Alvenaria - Pinturas

MEST. OBRAS TÊC. EDIFICAÇÕES

DEUSDETE RODRIGO

(48) 99174-7167 (48) 98415-9617

Siga-nos na Web!

e fique por dentro de todas as novidades da revista ProcureAche!

www.procureacherevista.com.br

ProcureAcheRevista

revista_procureache

Quem não é visto, não é lembrado!

Anuncie conosco e garanta seu espaço em 20.000 exemplares todo mês:

SC: **48 988-298-477**

RS: **51 997-889-686**

KIT DE PREPARO PARA BEBIDAS

GOLD CAIPIRINHA

Ótimo para presentes! Personalize com o logo de sua empresa!

Variedade de cores! Brindes para sua empresa, clientes, parceiros, etc.

Kit contém:

1 copo 500 ml + 1 massador + 1 agitador + 1 dosador 40 ml

PRODUTO INJETADO EM PLÁSTICO ACRÍLICO DE ALTA QUALIDADE

Entrega garantida em até 15 dias!

(47) 3065-8761 / 997-000-131

<http://www.procureacherevista.com.br>

Siga-nos nas redes sociais:

ProcureAcheRevista

@revista_procureache