

APARELHOS AUDITIVOS

Os melhores preços
Até 3 anos de garantia
Teste o aparelho em
casa antes da compra

Agende avaliação
sem compromisso.
**Atendimento
domiciliar**

Pagamento em
até 12x

Há 15 anos a **Audição** avalia e orienta qual o
Aparelho Auditivo mais adequado para cada caso.



Rua dos Andradas, 1755 / sala 51
Centro / Porto Alegre / RS
www.audicaors.com.br

Fone: (51) 3224.3242



**MARIDA
DE ALUGUEL**

Karla

Elétrica | Hidráulica
Porta sanfonada
Instalação de chuveiros
Acessórios de banheiro
Torneiras | Luminárias
Colocação de suportes de TV
Acessórios domésticos em geral



maridadealuguel



maridadealuguel@gmail.com

Fones: (51) 984-111-411 | 982-373-437
999-706-913 | 991-144-198

Restaurante e Delivery
Buffet de Sushis
Sushi naçaza
Av. São Pedro 807 / PoA 33910101

SERRALHERIA METSUL



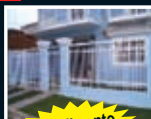
Pagamento
em até 4x

Estruturas Metálicas

Grades - Portas - Janelas - Portão de Correr - Contra-peso
Cortinas - Corrimão - Escadas - Consertos em geral

Fones: 3329.1728 - 3574.1728 - 992.312.822

Av. Brasil, 184 São Geraldo - Porto Alegre/RS
www.serralheriametsul.xpg.com.br



Atendimento
24hs

UNIDAS - HAHN

SERVIÇOS FUNERÁRIOS

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 999.862.111

ATENDIMENTO 24 HORAS
www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

Serviços Funerários a partir de R\$ 925,00

Cremação e Funeral a partir de R\$ 4.000,00

REI DOS EXTINTORES



(51) 3411.3379
996.812.819
985.111.246
992.276.456

- Recargas de Extintores
- Vendas de Extintores Novos
- Cursos de Treinamento
- Placas de Sinalização

Aceitamos



E-mail: lucianof.alves@bol.com.br | www.reidosextintores.com.br

AQUI TEM FARMÁCIA POPULAR



FARMÁCIA
São Matheus

Sua Saúde em 1º lugar
Atendimento Imediato

Entrega sem taxa **3340.4988**
Av. do Forte, 1807 - Vila Ipiranga

**GRUPO
DINÂMICA**
DESENTUPIDORA
Esgotos em Geral
desentupidoradinamica.com.br

ENTUPIU?
Chamou, chegou!
3334.9000 / 999.999.000
Indústria, Condomínio, Comércio e Residência
HIDROJATEAMENTO - LIMPA-FOSSA
Atendemos todo o Estado do RS



Nos acompanhe nas redes sociais:

/RevistaProcureAche

www.procureacherevista.com.br

Expediente

CNPJ: 11.248.576/0002-70

Telefones: (51)3026-8445 / (51)996-136-986

E-mail: contato@geramigos.com.br

Jornalista Responsável:

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

Revisora de Texto: Maria das Dores Pereira

DEMEC/SC-LC.1752/89-Letras

Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:

Josias Godoy

Tiragem: 41.000 exemplares

Índice

Página 3	3
Religião	4
Agilidade e Praticidade.....	5
Melhor Idade	6
Telefones úteis	6
Saúde e Bem Estar	8
Gastronomia	9
Festas e Eventos.....	12
Moda e Beleza	13
Tecnologia	14
Educação	15
Guia Profissionais	16
Serviços Especializados	18
Piadas	18
Construção e Reforma	19
Pet e Agropecuária	20
Residencial / Comercial.....	21
Serviços Jurídicos.....	25
Serviços Especializados	27
Horóscopo	28
Serviços Especializados	29
Religião	30
Palavras cruzadas	31

Pontos de distribuição

Confira todos os pontos de distribuição em nosso site: www.procureacherevista.com.br



Preparamos um presente especial para vocês, prezados leitores e anunciantes. Dobramos a tiragem das nossas revistas Zona Norte e Zona Sul e agora contamos com a maior tiragem de todas as publicações de distribuição gratuita!

Esses são os bairros onde circula a Revista ProcureAche Zona Norte:



TIRAGEM 123 mil IMPRESSOS TODO MÊS

14 Anos

(51) 3026-8445 | 996-136-986
E-mail: comercial@geramigos.com.br

ProcureAche ZN Tiragem: 41.000 exemplares
ProcureAche Central Tiragem: 41.000 exemplares
ProcureAche ZS Tiragem: 41.000 exemplares



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 a Base D'água
- *Assoalhos em Geral
- *Construções e Reformas em geral

Fones: 51 3072.7599 / 998.135.887
984.577.771

Rua Espírito Santo, 108 - Centro - POA/RS
crsdeantoni@hotmail.com



Grande Promoção

Retirada no balcão

2 Pizzas Grande 35cm **R\$ 49,90**

Quando cada pizza pode ter até 2 sabores: calabresa, mussarela, alho e óleo, milho, siciliana, toscana, malfosa, jardineira, bacon, frango e catupiry, margarita, palmito, napolitana e banana.

*Consulte taxa de entrega.

Selo Fidelidade
Junte dez (10) selos das emblemas Super Família e troque por uma pizza SUPER FAMÍLIA!

Tele-Entrega
3386.7171
3386.9000
984.981.206
986.860.304

PIZZA PEQUENA/ 25cm Sem borda 2 Sabores **R\$ 29,90**
PIZZA GRANDE/ 35cm Sem borda 4 Sabores **R\$ 38,90**
PIZZA SUPER FAMÍLIA/ 45cm Sem borda 4 Sabores **R\$ 46,90**

Av. Alberto Pasqualini, 475 - Jardim Itu-Sabará
www.ofornopizzariapoa.com.br



Sorvetes e crepes

Preço de fábrica



Crepe Suíço

UM UNIVERSO DE SABORES!

Av. do Forte, 1825 - Vila Ipiranga - POA
Fones: (51) 3325.0809
whats: (51) 984.722.686

Eliete Dani

Pinturas especiais e laca em móveis e ferro
Móveis projetados
Decoração
Estofados
Jato de areia e pátinas
Orçamento Gratuito
Fone: (51) 999-421-495 / 985-109-563
E-mail: eliete.dani@yahoo.com.br

TREINAMENTO PARA HABILITADOS

PERCA O MEDO DE DIRIGIR

INSTRUTOR TIAGO FREDEZIENADO CO

FONE: 51 989.196.039

ACEITAMOS CARTÕES: BRANCO, VISA, MASTERCARD

AVULSAS DE DIREÇÃO



健康パット KENKO PATTO

Como vai sua coluna?

Tecnologia japonesa no seu colchão para o bem-estar e saúde. A diferença entre dormir e dormir bem.

APROVADO

Registro Municipal de Vigilância Sanitária
Registro de funcionamento na ANVISA: 800.872-9
Dispensa de registro nº 100095-1 de 03/08/2001 e parecer técnico ANVISA nº 425 de 10/08/2001
Registro 355 de 23/08/1983

AGENDE UMA VISITA SEM COMPROMISSO 51 3414 8241 51 995.336.644 51 981.738.881

Começa um novo ano



Não vos lembreis das coisas passadas, nem considereis as antigas. Eu faço uma coisa nova, que já está para acontecer (Isaías 43.18-19).

Nossa vida terrena está sempre entre duas tensões: o passado e o futuro. O presente, o hoje, o agora, é muito rápido, passa logo.

Precisamos considerar o passado: Lembraí-vos das coisas passadas desde a antiguidade: Que eu sou Deus, e não há outro; eu sou Deus, e não há outro semelhante a mim (Isaías 46.9). Se há alguma coisa no passado que não podemos esquecer é o que Deus fez por nós e as suas promessas. Ele disse: *O meu conselho subsistirá, e realizarei toda a minha vontade* (Isaías 46.10).

As majestosas obras do Senhor são sempre atuais. Se tudo o que ele já fez é admirável, o que ainda fará nos anima a prosseguir, pois são coisas novas, sempre surpreendentes para nós, mas já planejadas e decididas na Eternidade.

No limiar de um novo ano, precisamos deixar para trás o que já passou. Não podemos mudar o passado, mas é ali que estão as nossas raízes, que nos sustentam hoje e nos sustentarão no futuro. Peçamos a Deus que perdoe os nossos pecados e erros e prossigamos vitoriosos, procurando trilhar o caminho do Senhor sem vacilar (Salmo 1.1-2).

Feliz Ano Novo!

Pr. Bruno T. Seitz
btseitz@terra.com.br

“No princípio era o Verbo”

No princípio era o Verbo, e o Verbo estava com Deus, e o Verbo era Deus.

Ele estava no princípio com Deus.

Todas as coisas foram feitas por intermédio dele, e, sem ele, nada do que foi feito existiria.

(João 1.1-3)

É assim que o Apóstolo João começa o seu Evangelho. Ele vai até a Eternidade (“no princípio”) e ali encontra o “Verbo” (Logos, em grego) ou “Palavra”. João aplica o termo a Jesus, o Filho de Deus, mas, no Novo Testamento, esse termo também é usado para expressar a mensagem de Jesus. O evangelista Marcos diz que quando Jesus estava em Cafarnaum, muitas pessoas reuniram-se ali (...) e ele lhes anunciava a palavra (Marcos 2.2).

O prólogo de João afirma que, desde a Eternidade, o Verbo (Jesus) estava com Deus e era Deus. No livro de Gênesis lemos: Disse Deus: Haja luz. E houve luz (Gênesis 1.3). O autor da Epístola aos Hebreus nos diz: Pela fé, entendemos que o universo foi criado pela palavra de Deus, de modo que o visível não foi feito do que se vê (Hebreus 11.3). Deus criou todas as coisas por meio da Palavra. Ele falou e as coisas vieram a existir. Jesus, o Verbo de Deus, foi o meio pelo qual todas as coisas foram feitas.

Se não podemos entender todo o alcance dessas afirmações simples, é porque o nosso entendimento é limitado, mas, pela fé, isto é, crendo na Palavra de Deus, podemos aceitar e entender a grandiosa obra de Deus. (Continua.)

Pr. Bruno T. Seitz
btseitz@terra.com.br



Domingos

Escola Bíblica Dominical suspensa em janeiro

19h30-20h30 - Culto de adoração a Deus

* A participação nos cultos é livre, é para todos; por isso, você é nosso convidado especial!

Av. Amazonas, 620 (esquina Av. Maranhão) - São Geraldo
CEP: 90240-541 - Porto Alegre, RS
Tel.: (051) 999-611-083 (pr. Bruno Seitz)

Manchou a madeira? Maionese resolve!



Para tirar aquelas manchas que o copo com água deixou, passe uma quantidade significativa de Maionese no lugar. Deixe agir durante a noite, depois limpe com uma toalha de papel. Você também pode adicionar cinzas de cigarro sobre a maionese para aumentar a sua eficácia na remoção da mancha.

ProcureFiche



anuncie conosco

e alcance um público de **123 mil** leitores todo mês!

☎ **51 3026-8445**

📞 **996-136-986** vivo

MUDANÇAS | FRETES | VIAGENS

Cláudio Márcio Litoral | Capital | Interior | SC | PR

Realizamos seu serviço com embalagens específicas para acomodar cada item da sua mudança com segurança, cuidado e agilidade.

Aceitamos



Faça seu orçamento

Fones: (51) 996.055.865 | (51) 992.094.633



ARAUPACK

EMBALAGENS

Embalagens para alimentos em geral, descartáveis, higiene e proteção



www.araupackembalagens.com.br

Televendas | vendas@araupackembalagens.com.br
51 3348.5624 | Av. Manoel Elias, 938 - Jardim Ingá - Porto Alegre/RS



MADEFIBRA REVESTIR

Agora também com setor de Projetos de Móveis!

Horário: segunda a sexta: 8:45h às 12h e das 13:15h às 18h e
SÁBADOS das 9h às 13h.

**RENOVE SEU MÓVEL TROCANDO APENAS
PORTAS, FRENTES DE GAVETAS E
PUXADORES, POR POUCO DINHEIRO.**

Fazemos projetos de móveis conforme seu espaço.

Fone (51) 3086.0336 | Cel. (51) 991.679.758

Cel. (51) 999.288.512

madefibra-REVESTIR

madefibra.projeto@gmail.com

Av. São Paulo, 539 - São Geraldo - Porto Alegre/RS

APARELHOS AUDITIVOS

Os melhores preços
Até 3 anos de garantia
Teste o aparelho em casa antes da compra

Agende avaliação sem compromisso.
Atendimento domiciliar



Pagamento em até 12x

Há 15 anos a **Audição** avalia e orienta qual o **Aparelho Auditivo** mais adequado para cada caso.



Rua dos Andradas, 1755 / sala 51
Centro / Porto Alegre / RS
www.audicaors.com.br Fone: (51) 3224.3242

Telefones Úteis

SAMU	-----	192
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 510 3311
Lista Telefônica	-----	102
PROCON	-----	3289 1774



Cuidando de quem cuidou de você!

**MÉDICO - ENFERMAGEM
NUTRICIONISTA - CUIDADOS EM GERAL**

ÓTIMA LOCALIZAÇÃO

Novo Endereço: Rua Professor Leopoldo Tietbohl, nº 60
Jardim Planalto - Porto Alegre/RS
(51) 3085.6765 / 984.547.648 (oi) / 998.672.063 (vivo)
Responsável Mônica Romeira: 992.104.456 (claro) / 981.555.002 (tim)

Residencial Bem Me Quer



Aqui você encontra uma nova residência para quem você ama!

Direção: Indianara Franciosi

- Médico Geriátrico • Nutricionista
- Enfermagem 24hs • Cuidadoras
- CFTV (câmeras de monitoramento 24hs)

Rua Padre Alois Kades, 116 - Vila Ipiranga POA/RS
próximo ao Hospital Banco de Olhos
51 3365-9377 51 992-960-297
51 984-215-402

RESIDENCIAL BEM QUERER

FILIAL



Av. Benno Mentz, 1688 - Vila Ipiranga - POA/RS
51 3574-2370 51 992-960-297
51 984-215-402

ProcureAche

Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

51 3026-8445
996-136-986

www.juliansaudevida.com.br

HOME CARE

- Atendimentos na residência, hospital, geriatria • Plantões 6h, 12h e 24h
- Equipe Enfermagem: Enfermeira, Médica, Nutricionista, Fono, Físio, Técnicos(as) de Enfermagem e Cuidadores(as) • Consultoria e Avaliações

GERIATRIA

- Amplo espaço verde • Alimentação • CFTV
- Terapia Ocupacional • Acomodações climatizadas
- Médica • Nutricionista • Enfermagem 24hs
- Enfermeira



Rua Alcides Gonzaga, 235 - Boa Vista - POA/RS

Fones: (51) 3347-0502 | (51) 993-656-365



Reconheça as diferenças entre os sintomas da rinite e da sinusite

Não há otorrinolaringologista que não escute pelo menos uma vez por dia essa frase: "Eu tenho rinite e também sinusite". As duas "ites" vêm sempre juntas na cabeça do paciente (sem trocadilhos), como dois problemas em um só. Já que a diferença entre as duas é nebulosa



para a maior parte do público, as pessoas preferem declarar que sofrem de ambas, por via das dúvidas.

A rigor, rinite é uma inflamação da mucosa do nariz e pode ter várias causas. Um resfriado, por exemplo, não deixa de ser uma rinite, do tipo infecciosa. Mas normalmente quando as pessoas falam em rinite estão se referindo a queixas mais duradouras (ou pelo menos recorrentes) causadas, por exemplo, pela rinite alérgica. Os sintomas mais frequentes da rinite são a coriza (secreção clara que escorre do nariz), os espirros, a coceira no nariz e o nariz entupido.

Já a sinusite é uma inflamação da mucosa que reveste os seios da face (também chamados de cavidades paranasais). Os seios da face são espécies de câmaras de ar que ficam ao redor do nariz, forradas internamente por uma mucosa muito parecida com a do próprio nariz. Essa mucosa que reveste internamente os seios da face produz muco, exatamente como a mucosa do nariz. Esse muco drena para dentro do nariz por pequenos orifícios que comunicam os seios da face com as fossas nasais.

Se por acaso esses orifícios ficam obstruídos (seja por secreção, pelo inchaço da própria mucosa ou por outra causa), o seio da face pode tornar-se uma cavidade sem comunicação com o nariz, totalmente selada, também sem aeração. Assim como acontece com as paredes de um quarto quando o deixamos totalmente trancado (sem ventilação) por muito tempo, a mucosa que reveste os seios da face vai ficando doente, inflamada. O muco que ela produz também não tem para onde

ir e acaba acumulando no seio da face e facilitando a proliferação de bactérias. Está formada a sinusite.

A sinusite pode ser dividida em aguda e crônica. A aguda é aquela que se manifesta em crises, causando forte dor facial, abundante secreção purulenta no nariz, tosse e

febre. Já na sinusite crônica os sintomas são mais discretos, mas mais frequentes. Ela pode se manifestar como uma tosse persistente ou uma secreção que drena do nariz para a garganta. Mas o que mais se associa à sinusite crônica é a dor de cabeça, em especial aquela entre os olhos. Aliás, quando a maior parte das pessoas afirma ter sinusite está se referindo justamente a esse sintoma: a dor de cabeça na testa ou entre os olhos.

Aqui vale um aviso: nem sempre a cefaleia frontal (a tal dor de cabeça na testa) é sinusite. Aliás, se ela não vem acompanhada de demais sintomas nasais, provavelmente não está relacionada à doença. Nesses casos duvidosos, a tomografia de seios da face (e não a radiografia simples) é um exame de imagem muito importante para tirar a dúvida.

Mas é claro que a confusão entre rinite e sinusite não é apenas falta de informação. Existe realmente uma área de interseção entre elas. Ambas, por exemplo, causam obstrução e secreção nasal. A rinite, muitas vezes, desencadeia uma sinusite. Portanto a associação em muitos casos é real.

Por último, é preciso esclarecer algo: a rinite realmente não tem "cura" na maior parte dos casos, mas sim controle, embora possa amainar com o tempo. Já a sinusite, ao contrário, tem cura na maior parte dos casos. Mesmo a crônica, embora não raro seja necessário algum tipo de intervenção cirúrgica para isso.

Portanto, consulte seu otorrinolaringologista e seja feliz respirando pelo nariz!

Ressonância • Tomografia
Mamografia • Ecografia
RX • Densitometria

imi
Zona Norte
Instituto Médico da Imagem

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

Central de Agendamento
(51) 3225.3000

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

www.clinicaimi.com.br

Benefícios dos morangos para a saúde



Os morangos devem fazer parte de uma dieta saudável e equilibrada, pela sua saúde coma morangos.

O morango é um fruto nutritivo que proporciona vários benefícios à saúde do ser humano. É recomendado que você inclua os morangos na sua dieta alimentar, mesmo que seja uma dieta de emagrecimento. Na verdade, quem faz uma dieta para emagrecer deve comer morangos porque eles são pouco calóricos.

Os morangos têm nutrientes importantes para a sua saúde, são uma fonte de várias vitaminas (C, K, B2, B5, B6 e B9), minerais (Cobre, Iodo, Potássio, Magnésio, Silício) e Omega3.

10 Benefícios dos Morangos para a saúde:

1. Ajudam a alcalinizar o sangue.
2. Ajudam a reforçar a imunidade do organismo.
3. Ajudam a eliminar toxinas do organismo (deuração do organismo).
4. Ajudam a reduzir o colesterol, ajudam a prevenir problemas cardiovasculares.
5. Impedem a formação de tumores no aparelho digestivo (devido ao ácido eláxico).
6. Estimulam o cérebro e melhoram a memória (devido à fisetina).
7. Melhoram as funções intestinais (propriedades laxantes).
8. Protegem contra a artrite reumatoide (devido à vitamina C).
9. Previnem o envelhecimento precoce, combatendo os radicais livres (devido aos antioxidantes).
10. Têm poucas calorias (calorias dos morangos) e têm nutrientes importantes para a saúde do ser humano.

Observações sobre o consumo de morangos: o morango contém ácido oxálico e como tal é contraindicado para pessoas com tendência a desenvolver pedras nos rins.

anuncie conosco
ProcureAche

Quem não é visto, não é lembrado.

Ligue:
51 3026-8445
996-136-986 viva

AQUI TEM

FARMÁCIA POPULAR

Kali
Farmácias

Dispono de profissionais habilitados para lhe atender em diversos serviços:

- Assistência farmacêutica
- Aplicação de injetáveis
- Teste de glicose
- Aferição da pressão arterial

TELE-ENTREGA
Av. Assis Brasil, 626

Fone: 3337 0324

Agora com Farmácia Popular. Aproveite!

Como transformar sonhos em realidade



Para realizar sonhos e objetivos, é preciso em primeiro lugar uma "forte decisão". As pessoas se movem para fugir da dor e buscar prazer, por isso questionar sua motivação é

muito importante.

Confira quatro dicas para realizar seus sonhos e viver mais feliz:

1. Identifique seus sonhos

Não tente abraçar o mundo de uma só vez. Estabeleça prioridades e identifique o que você mais quer naquele momento. Não esqueça que, após a conquista de um objetivo, você poderá começar a busca pelo próximo. Não considere o que ficou para depois, como um sonho perdido.

2. Organize seus passos

Planejamento é tudo! Depois de identificar qual é o seu objetivo no primeiro momento, você precisa se organizar. Se o sonho envolve dinheiro, estude onde há a possibilidade de economia ou corte de gastos, bem como maneiras de aumentar a renda mensal. Se envolve um período de férias, por exemplo, comece a se organizar no trabalho para antecipar suas atividades.

3. Defina um prazo

Após saber o que você quer, é importante estabelecer um prazo, assim você se sentirá mais motivado a se manter firme na busca pela realização do objetivo. Defina deadlines para cada tarefa e tenha consciência de que talvez você precise rever seu cronograma. Ainda assim, aproveite as pequenas vitórias ao longo do caminho.

4. Mantenha-se motivado e focado

É normal nos sentirmos desmotivados ao longo do caminho e, por isso, ter clareza daquilo que você está buscando é fundamental. Lembre-se do motivo de você ter começado, canalize o seu desejo e foque na sua recompensa.

RECEITAS

Bagre Assado

Ingredientes:

1 bagre; 2 tomates picados; 2 cebolas grandes picadas; 8 dentes de alho picados; 1 maço de salsinha; 1 maço de cebolinha; 1 maço de coentro; 4 colheres de sopa de farinha de milho ou de mandioca; 4 pimentas cambuci picadas; 1 pimentão picado; 4 limões galego; Sal

Modo de preparo:

1. Depois de limpo, lave bem o peixe e corte as barbatanas fazendo um corte profundo.
2. Corte o peixe e depois elimine a cabeça.
3. Vire o peixe de barriga para cima e faça algumas perfurações por dentro com a ponta de uma faca.
4. Faça uma mistura de suco de limão, cebola, alho e sal, esfregando com as mãos por dentro do peixe para penetrar nas perfurações.
5. Deixe descansar resfriado por 12 horas.
6. Em uma vasilha, pique a salsinha e cebolinha, o coentro.
7. Acrescente todos os outros ingredientes.
8. Recheie o peixe com a mistura.
9. Feche e vista - o com uma rede (pode ser comprada em super-

mercado ou casas de produtos para churrasco).

10. Embale o peixe em papel "assa fácil", dando tres a quatro voltas com o papel.

11. Corte 4 tiras do papel e use para arrumar as extremidades e duas no meio, por segurança.

12. Leve ao forno por 240g ou churrasqueira por uns 50 minutos, acompanhando o cozimento.

13. Corte as tiras e desembale o peixe e coloque sobre uma travessa.

14. Com o auxílio de uma travessa, corte e retire - a, girando o peixe com cuidado.

Restaurante e Delivery
 Buffet de Sushis
 Sushi na Caza
 Av. São Pedro 807 / PoA 33910101

Quartas e Sábados
 Dia de Feira
 mercado PIMENTA
 Av. Ary Tarrago, 2060 - Porto Alegre - Fone: (51) 3026-2060
 De Segunda a Sábado das 7h às 21h30 Domingos e Feriados: 8h às 20h

Restaurante
TIA MARIA
 O sabor da comida da mamãe.
 O Restaurante Tia Maria oferece diariamente uma variedade de pratos quentes, saladas e sobremesas em dois amplos ambientes.
Buffet Livre
 De Segunda a Sábado, das 11h às 15h
 Aceitamos Cartões de Crédito
 Av. Minas Gerais, 304 - B. Sarandi
 Fone: (51) 3366.0436

Sirva.
 Confeitaria
 Dedos de Mel
CONFEITARIA
 Doces, tortas e salgados artesanais por encomenda.
 www.confeitariadedosdemel.com.br
 * Consulte tele-entrega
 ACEITAMOS CARTÕES
 51 3383.1639

Receita Fácil de Bolo Gelado de Limão



Ingredientes

Massa:

- 6 ovos gemas e claras separadas
- 5 colheres de manteiga ou margarina
- 3 xícaras de açúcar
- 4 xícaras de farinha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas da casca de 2 limões mais ou menos 2 colheres de sopa

- 1 copo americano de leite quente

Para recheio e cobertura:

- 2 latas de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- Suco de 3 limões mais ou menos um copo

Modo de preparo:

Massa:

1. Bata na batedeira a manteiga com o açúcar até ficar homogêneo

2. Coloque as gemas ainda com a batedeira ligada uma a uma e bata até ficar branquinho

3. Depois coloque as raspas de limão bata mais um pouco coloque metade do leite, acrescente a farinha e vá colocando o resto do leite

4. Desligue a batedeira incorpore as claras e o fermento

5. Leve para assar em forno quente

6. Depois de assado espere esfriar e corte ao meio

Recheio:

1. Em uma vasilha coloque uma lata de leite condensado e acrescente aos poucos um pouco de suco de limão, vai endurecer bastante coloque o creme de leite e mexa para amolecer um pouco

2. Molhe o bolo com refrigerante de limão e recheio coloque outra parte do bolo e prepare a cobertura

3. Coloque a outra lata de leite condensado e vá mexendo com o restante do suco de limão

4. Cubra o bolo com a cobertura corte os pedaços e embrulhe um a um no papel alumínio

5. Leve à geladeira e espere gelar

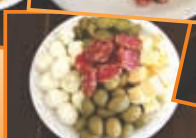
Dica: não é necessário molhar a massa do bolo com alguma calda, pois o recheio e a cobertura já umidece. Mas a massa do bolo tem que ser bem fofinha.

Happy Hour ou torcer pelo seu time

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



Arte do Pastel



Av. São Pedro, 1378
Bairro São Geraldo

f Facebook:

(51) 3325.0320

Arte do Pastel - Pastelaria e Lancheria
www.artedopastel.com.br

Como preparar um Brunch 5 estrelas passo a passo!

Brunch: o que é? O Brunch é uma mistura de breakfast (café da manhã) and lunch (almoço), tradicional dos Estados Unidos e uma ótima opção para reunir a família e os amigos. Sem se restringir só a um almoço ou café da manhã, o Brunch é uma junção democrática das duas refeições.

Geralmente é realizado em um horário que compreende a parte da manhã e da tarde (das 10h às 17h), trazendo produtos que são parte essencial de um café da manhã e almoço. Para fazer um bom Brunch, é necessário que os produtos sejam extremamente frescos. Uma boa dica para mantê-los na temperatura ideal é usar bowls com gelo, que além de práticos e charmosos vão dar um toque todo especial na sua decoração.



Por ser uma junção entre duas refeições principais, o Brunch tende a ser um pouco mais salgado. Por isso capriche na seleção de pães, queijos, saladas, cereais e tortas! E lembre-se que para agradar a todos os convidados, é importante que exista uma boa variação entre os pratos quentes e frios dentro do menu.

Aposte em uma boa massa ou risoto, o molho rústico italiano é um ótimo acompanhamento para as massas e harmonizam muito bem com o vinho tinto. São pratos práticos e agradam a todo mundo! Aqui no hotel nós buscamos produtos que mesclam culturas de diferentes países, desde um churrasco feito ao vivo pelos nossos próprios chefs e tapiocas brasileiríssimas até pancakes, estação japonesa e o tradicional bacon. Uma mistura do toque caseiro com o requinte e o luxo que só um hotel 5 estrelas pode oferecer.

Para a sobremesa, invista em coisas leves e muitas frutas! Lembrando que as frutas precisam ser sempre porcionadas e podem ser servidas tanto naturais quanto secas. Os doces podem ser variados entre cremosos, em calda e de cortar (como tortas e bolos). As porções individuais também são sempre uma ótima opção, procure servir doces que agradam a todos os tipos de convidados, como o brigadeiro de colher e as mini tortinhas.



Para a decoração da mesa, use uma toalha branca e capriche nas cores das louças! A leveza e a delicadeza das flores do campo vão dar um toque de charme e estilo incrível na sua mesa. E para harmonizar com a decoração e os frios, escolha um bom espumante seco ou rosado.

Aproveitem as nossas dicas e bom apetite! =)

Festa infantil no verão – 5 dicas excelentes!

Sim, o verão chegou! O calendário não engana e o verão bate a nossa porta. Mas como aproveitar essa época ensolarada e de altas temperaturas e montar uma festa infantil incrível? Preparamos algumas ideias bem legais para você fazer uma reunião alegre e despretensiosa com as crianças, sem perder o charme.



tado para tanto. Pode parecer besteira contratar um salva vidas, mas 5 crianças em idade escolar já são motivos suficientes para você repensar!

5 – Lembrancinhas

Que tal estender a brincadeira até a casa dos convidados dando boias de braço e bolhas de sabão como lembrancinhas?

E é isso pessoal: O verão é tão alegre que não precisa de muito para termos uma tarde de aniversário divertida e inesquecível. Que venha o verão!

1 – Reverencie o SOL

Sempre que possível leve a festa pra fora – jardim, varanda, clube, parque, praias, etc. São espaços perfeito para qualquer festa infantil, já que são alegres e vivos. Se puder contar com uma estrutura de plano B seria o máximo. Mas arrisque-se, desapareça e se chover, dance!

2 – Entre no mundo das crianças. Escolha um tema diferente

Mais do que em qualquer época, o verão é ideal para valorizar a infância acima de qualquer personagem. Um ambiente colorido e leve, alegre como a infância irá deixar todos empolgados. Claro que sol, praia, piquenique, fundo do mar, brincadeiras de verão, pescaria, combinam e muito com essa época. Abuse da criatividade!

3 – Abuse de lanchinhos frescos e coloridos

Frutas, frutas e mais frutas. De todas as formas, cores e sabores. Sanduíches leves e preferencialmente frios, e não esqueça o cuidado extra com bases de ovos e leite.

Que tal servir milho cozido em palitinhos?

4 – Brincadeiras

Aqui mais que em qualquer outro tópico a máxima é: corra lá pra fora! Corra, dance, brinque, e seu puder envolver água, melhor ainda!

É muito legal disponibilizar, protetor solar (fator 30 ou mais), repelente e muita água na parte externa. Bonés e viseiras fazem ótimas lembranças ou Welcome gifts, além de serem super úteis.

Sempre importante lembrar que qualquer brincadeira que envolva água (imersão) mesmo que em piscina rasa deve ser supervisionada por mais de um adulto e de preferencia alguém habilitado

Area baby
Brinquedão
Cama elástica
Xbox
Air Game
Tombo legal
Piscina de bolinhas
Fla-flu
Camarim

Fones:
51 991.063.993 / 51 3279.6145
Rua Veríssimo Rosa, 96 - Bairro Partenon

Local aconchegante!!!

START
som e luz

* Festas em geral
* 15 anos
* Casamentos

Dj Lucas Oliveira

Fones:
991.149.531 / 994.049.594
E-mail: lucasbarbosadeoliveira@gmail.com

Corpo & Alma
 Massoterapia e Estética



Serviços:

Massagem - Depilação Corporal - Depilação e Limpeza Facial
Designs - Pedras Quentes - Acupuntura em Moxa
Bambuterapia - Terapias Complementares - Reiki
Atendimento Unissex c/ hora marcada

Av. Bento Gonçalves, 1633 - Porto Alegre/RS
F: (51) 3508.5121 / 986.266.300 / 996.307.231



3 Utilidades do limão que você não sabia

Retirar o amarelado das unhas:

Isso mesmo! Sabe quando você passa esmalte escuro na unha sem base por baixo e quando tira ela está horrorosa?

Sabe quando você deixa tempo demais aquele esmalte cintilante que resseca e deixa a unha amarela?

Isso acontece sempre e o limão é a solução que você sempre vai ter em casa! Deixe as unhas de molho por alguns minutos do suco da fruta!

Poder desinfetante:

Um desinfetante poderoso! O limão também te ajuda a limpar a casa, desinfetar banheiros, limpar vidros e até arear panelas! Frutinha poderosa essa né?!

Você nunca mais vai olhar o mesmo jeito para uma metadinha desprezível de limão!

Clarear os cabelos:

Quando passado no cabelo e deixado agir por alguns minutos o limão clareia o tom do seu cabelo!

Funciona muito bem, mas nesse caso e em



todos os outros é muito importante que você proteja a sua pele e não saia no sol com o suco da fruta em contato com você!

No sol o limão mancha a pele! Uma mancha escura horrível que não sai por nada! Então tome cuidado.

CHEGA DE ALUGUEL!

CONSÓRCIO DE IMÓVEIS

- Sem Burocracia
- Sem Juros
- Utilize o FGTS

51 984.803.038



13 códigos secretos que mostram funções escondidas do seu celular

Lembra-se dos "cheat codes" ("códigos de trapaça") dos videogames, aquelas senhas ou conjuntos de comandos que facilitavam a vida nos jogos, dando novas habilidades aos personagens, permitindo pular fases ou acessar alguns pontos ou funções



antes inacessíveis do jogo? Bom, existe algo parecido nos celulares: códigos que nem todo mundo conhece e que permitem acessar funções pouco conhecidas dos ubíquos aparelhos. Não é para menos que haja surpresas escondidas nos celulares: afinal, carregamos computadores futuristas em nossos bolsos, bolsas e mochilas (lembram-se do comunicador do Capitão Kird, de Jornada nas Estrelas) com mais poder de processamento que os computadores da nave Apollo 11, que levou o homem à Lua. Selecionamos algumas dos códigos mais interessantes e úteis:

No iPhone:

1 - Esconder o número do seu aparelho quando realiza ligações

Digitar #31# antes do número com o qual quer falar impede que seu número de telefone apareça na tela de quem recebe a ligação.

2 - Para bloquear o aparelho

Digitar *#06# exhibe o código IMEI (International Mobile Equipment Identity, ou seja, Identidade Internacional de Equipamento Móvel, um código numérico de quinze dígitos que cada dispositivo #Celular recebe) do seu aparelho. Sabendo qual ele é, você pode usá-lo para bloquear seu celular se ele for perdido ou roubado.

3 - Ligar (ou desligar) o identificador de chamadas

Digite *#30# e você estará ligando (ou desligando, conforme ele já esteja ligado ou não) o identificador de chamadas do seu aparelho.

4 - Acionar a codificação EFR

Digitando *3370#, você aciona a codificação EFR, o que aumenta a qualidade da chamada, mas reduz a vida útil da bateria do seu aparelho. Digitando #3370#, a codificação é desativada - e sua bateria agradece.

6 - Para saber o número do centro de serviço do provedor.

Digitar *#5005*7672# revela o número do centro de serviço do provedor.

Android

8 - Esconder o número do seu aparelho quando realiza ligações

Como no aparelho do pessoal da Apple, no Android,

digitar #31# antes do número com o qual quer falar impede que seu número de telefone apareça na tela de quem recebe a ligação.

9 - Para bloquear o aparelho

Aqui, também, mesmo procedimento que o com o iPhone: digitar *#06# exhibe o código IMEI (International Mobile Equipment Identity, ou seja, Identidade Internacional de Equipamento Móvel, um código numérico de quinze dígitos que cada dispositivo celular recebe) do seu aparelho. Sabendo qual ele é, você pode usá-lo para bloquear seu celular se ele for perdido ou roubado.

10 - Estatísticas do aparelho

Uma novidade aqui: digitando *##4636##*, você tem acesso a estatísticas do aparelho, tais como bateria, qualidade do wi-fi, etc.

11 - Configurações de fábrica

Digitar *##7780##* restaura instantaneamente as configurações originais do celular e deleta aplicativos - mas arquivos pessoais são conservados.

12 - Menu de Serviço do Samsung Galaxy

Digite *#0011# para ter acesso a este menu especial do seu Galaxy.

13 - Menu secreto de configurações para aparelhos Motorola.

Digite *##4636##* para ter acesso ao menu especial do seu Motorola.



ProcureAche

Alcance mais visibilidade
anunciando nas
nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

☎ **51 3026-8445**

📍 **996-136-986** vivo

8 motivos para seu filho fazer teatro

1. Aumenta autoestima

Ser aplaudido é a perfeita situação que traduz o sentimento de bem-estar que envolve os praticantes da arte teatral. E isso se reflete na autoestima da criança, pois ela faz parte de um trabalho que é apreciado pelas pessoas.

2. Melhora a timidez

Se o seu filho morre de vergonha de falar na frente de muitas pessoas, como na apresentação de um trabalho escolar, o teatro pode ajudá-lo a aprimorar seu jogo de cintura. Quando estão representando personagens, as crianças conseguem se soltar.

3. Aprimora a habilidade de relacionar-se com os outros

Quando se pretende representar alguém, é importantíssimo colocar-se em seu lugar: tentar entender como o personagem pensa e o que sente. Esse simples exercício de imaginação acaba por desenvolver a empatia, habilidade importantíssima para o relacionamento social.

4. Faz com que a criança se conheça mais

Conhecer o outro nos ajuda a conhecer melhor a nós mesmos, a definir nossa identidade. O teatro também auxilia nessa jornada quando possibilita a elaboração interna de questões pessoais e coletivas por meio da metáfora, da poesia, do lúdico, do criativo.

5. Desenvolve consciência corporal e coordenação motora

Outra gama de exercícios propostos em um curso de teatro é direcionada para estimular a percepção dos sentidos, como dançar de olhos vendados. Isso faz com que a criança desenvolva melhor coordenação motora, percepção espacial e consciência de seu corpo,



além de aumentar sua capacidade de expressão.

6. Ensina a trabalhar em grupo

Por ser uma atividade coletiva, o teatro também aprimora a convivência em grupo. O sucesso de todos depende do trabalho de cada um.

7. Desenvolve habilidades cognitivas como memória e raciocínio

Como teatro é uma arte multidisciplinar (envolve literatura, artes plásticas, música entre outros), a prática proporciona o desenvolvimento de diversas habilidades.

8. Expande o repertório cultural

Quando faz teatro, a criança é convidada a conhecer diversos mundos das artes.

Aulas de Inglês

fieldsyeda

Aulas:
Segundas às quintas
das 14h às 16h.

e-mail: teacheryeda2017@gmail.com

51 33 39 61 67

Rua Garibaldi, 1333



Informática para Melhor Idade

CUPOM DE
DESCONTO
APRESENTE
ESTE CUPOM
E GANHE 1
MENSALIDADE
GRATIS



Horários flexíveis de acordo com sua disponibilidade. Não é necessário aguardar formação de turmas.

Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador

Aulas individuais em linguagem própria para MELHOR IDADE.

Aulas para tablet, computador e celular

Facebook
EMAIL
E-mail
Whatsapp

51 3224.0335
51 3224.0527

Rua Uruguai, 299 - 7º Andar - Centro
www.onbyte-rs.com.br



ON BYTE
FORMAÇÃO PROFISSIONAL

CLIMATIZAÇÃO BECKER

Especializada em SPLIT



LG FEMLE SAMSUNG Springer WILTECHNOLÓGIA E DEMAIS MARCAS

INSTALAÇÃO - LIMPEZA - MANUTENÇÃO - ELÉTRICA
Prediais Residenciais Comerciais

CLIMATIZAÇÃO BECKER

Orçamento Gratuito

(51) 993.786.020 | 996.750.401 | 985.798.469 até 12X

Instalações Elétricas

PREDIAL - RESIDENCIAL - COMERCIAL



- Economize 75% de energia no seu condomínio colocando os sensores presença.
- Revise sua instalação e coloque lâmpadas led economizando até 60% do consumo de luz.
- Decore seu apartamento em gesso, colocando lâmpadas led para sua economia.
- Chame nossa equipe para avaliar sua rede elétrica, predial e comercial. Visita sem custo!
- Sua entrada de luz está fora do padrão CEEE?
- Chame nossa equipe para regularizar

3384.3498 / 996.994.376 / 985.065.215
Rua Vidal de Negreiros, 1464 - São José - POA/RS

Caça Vazamentos

Equipamento eletrônico de alta precisão
Sem quebra-quebra



Cada gota de água faz a diferença!

991.475.637
984.947.242
3423.2521

jose-luis-lula@hotmail.com

SERRALHERIA RODRIGUES

Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

Cercas Elétricas | Escadas | Estruturas Metálicas
Alarmes | Câmeras | Concertinas

Aceitamos cartões de crédito em 3x

VISA Mastercard

Ligue e peça orçamento gratuito

3246.3902
51 984.111.151 | 984.137.291 www.gruporodriguesrs.com.br

ASSISTÊNCIA TÉCNICA COSMOGÁS

AQUECEDORES À GÁS
SACURA, RINNAI, KOMECO
GERALTERM, BOSCH e outros



FOGÕES
domésticos e industriais

Orçamento grátis Serviço com garantia

25 ANOS de experiência

3341.0667 996.842.072

Como evitar que roupas coloridas manchem e soltem tinta



Sabe aquelas manchas indesejadas que surgem na água ou em outras peças de roupas, principalmente as mais claras? Então confira essas dicas para se livrar delas:

Material necessário: Sabão em pó, água corrente e 2 colheres de sopa de sal refinado.

Como fazer: Ao colocar a roupa no balde com sabão em pó, adicione 1 colher de sopa bem cheia de sal refinado e deixe, no mínimo, por 15 minutos. Após, enxágue a peça em água corrente, retirando todo o sabão. Deixe de molho em água limpa com outra colher de sopa de sal refinado por mais 15 minutos no mínimo. Torça a peça de roupa e estenda.

SERRALHERIA KISSER



| Grades | Portões de Contra Peso | Portões Basculantes e Simples | Portas Pantográficas | Escadas Normais e Caracol | Cortinas Enroladas | Serviços em Geral |

Cel.: 51 996.563.664 | 984.895.925 | 992.312.220

E-mail: vilmarmetal@hotmail.com
Av. 21 de Abril, 1092 | Sarandi | Porto Alegre

ProcureAche



Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

51 3026-8445
996-136-986 vivo

Caça Vazamentos

Equipamento eletrônico de alta precisão
Sem quebra-quebra



Cada gota de água
faz a diferença!

991.475.637
984.947.242
3423.2521

joseluislula@hotmail.com



Descupinização - Desinsetização
Desratização - Controle de Voedores

O verão vem aí e eles também!

Faça seu orçamento grátis!

comercial@mrprotect.com.br

(51) 3377-3060



- Hidráulica
- Construção Civil
- Pequenas soldas em portões/grades
- Pequenas pinturas e acabamentos

985.381.560 / 980.528.400



Instalação e Manutenção de Ar-Condicionado
Instalações Elétricas Predial, Comercial e Residencial

Entrada de Luz Padrão: **RGE** **AES**
Conserto de ar-condicionado e refrigeradores

E-mail: jla.eletrica@hotmail.com

Fones: 51 3344.0700 - 992.473.186

Av. 21 de Abril, 1092 - Sarandi - Porto Alegre - RS



Faxina

Residencial e Comercial

Tânia Tia da Faxina

(51) 999.464.639 | (51) 993.509.329

Atendimento em todos os bairros de Porto Alegre

Sua casa mais limpa e perfumada

Como limpar o microondas de forma rápida e eficaz



Material necessário: 250 ml de água, sal ou vinagre.

Como fazer: Acrescente 250 ml de água em durante 5 minutos no microondas. Caso haja muita gordura, coloque na água 1 colher de sal ou vinagre. Para finalizar, passe um pano limpo nas paredes do eletrodoméstico para retirar os resíduos.

Aulas de Inglês

fieldsyeda

Aulas:
Segundas às quintas
das 14h às 16h.

e-mail: teacheryeda2017@gmail.com

51 33 39 61 67

Rua Garibaldi, 1333



Desentupidora GRUPOLAR



- * Pias * Vasos Sanitários * Ralos * Fossas Sépticas
- * Hidrojateamento * Caixas de Gordura * Tanques Colunas
- * Esgotos em Geral * Detetização

24 HORAS
ORÇAMENTO GRÁTIS

(51) 3381.5840 / 985.046.396

H.T. Serviços

- Chaves
- Troca de Segredo
- Carimbos
- Recarga de Cartuchos
- Cópias de Controles
- Afiação: Alicates e Facas
- Xerox

Tel:
986.481.054

Atendimento a
domicílio

Av. Assis Brasil, 4320 - Shopping Boulevard

E-mail: ht.servicos@hotmail.com

Como economizar água no verão

• Tome banhos mais rápidos. Cada minuto a menos no chuveiro pode evitar o desperdício de 23 litros de água, dependendo do chuveiro.

• Se você tem uma torneira pingando, conserte-a logo – o desperdício de água pode chegar a 2.000 litros por mês. Não tente apertar mais a torneira, pois isto desgastará a arruela e agravará o vazamento.

• Feche a torneira quando estiver escovando os dentes ou se barbeando. Uma torneira aberta pode desperdiçar até 15 litros por minuto.

• Se tiver a opção, use a meia descarga no banheiro, sempre que for apropriado. Você poderá economizar 8 litros por descarga.

• Só use a máquina de lavar na capacidade total. A redução do número de lavagens pode poupar grande quantidade de água – modelos com abertura superior chegam a usar 240 litros por lavagem.



• Não use a lava-louças com poucas peças. Cada ciclo de lavagem evitado representa uma economia de até 50 litros.

• Ao lavar a louça manualmente, enxágue os pratos na pia cheia de água em vez de sob a torneira. Você pode economizar até 15 litros por minuto.

• Lave frutas e verduras numa bacia com água ou na pia cheia até a metade em vez de sob a torneira. Isso pode reduzir o consumo de água em mais de 30 litros a cada vez.

• Para limpar entradas, caminhos e calçadas, use a vassoura em vez da mangueira.

• Reduza gradualmente a frequência com que costuma regar o jardim. Isso levará as plantas a desenvolver raízes mais fortes e profundas.

• Não regue o jardim nos períodos mais quentes do dia; faça-o de manhã cedo ou à noite.



Animais

A lava-louças de Wanda parou de funcionar e ela chamou um técnico. Como ela tinha que ir trabalhar no dia em que o técnico viria, ela disse a ele:

- Deixarei a chave da casa sob o capacho. Conserte a lavadora, deixe a conta sobre o balcão da pia e lhe mandarei o pagamento pelo correio (isso é muito comum nos EUA). Oh, a propósito; não se preocupe com Spike, o cachorro; ele não o incomodará. Mas, seja lá o que você tenha que fazer ou o que ouvir, NÃO fale com o papagaio. Repito: NÃO fale com o papagaio.

Quando o técnico chegou à casa de Wanda, ele viu o maior cachorro que ele já tinha visto, e com cara de mau. Porém, exatamente como ela havia dito, o cachorro ficou deitado no carpete, sossegado, apenas observando o homem fazer seu serviço.

O papagaio, porém, deixou-o quase louco, gritando, xingando e falando palavrões o tempo todo. Não aguentando mais, o técnico disse:

- Cala a boca, papagaio idiota!

Piadas

E o papagaio respondeu:

- Pega ele, Spike!

Trabalho

Ao chegar na empresa, o chefe vê a sua secretária trabalhando que nem uma condenada e pergunta:

- Nossa, dona Priscila! Desde quando a senhora trabalha assim deste jeito?

- Desde que eu vi o sr. descendo do seu carro.

Anão

Num carro de metrô, um anão começou a escorregar pelo banco e um outro passageiro, solidário, o recolocou na posição.

Pouco depois, o anão escorregou novamente e o mesmo passageiro o recolocou no assento. Quando a situação se repetiu pela quinta vez, o homem, já irritado, esbravejou:

- Será que você não consegue ficar sentado sem escorregar?

Ao que o anãozinho respondeu:

- Meu amigo, já passamos por cinco estações, estou tentando desembarcar, mas o senhor não deixa!

Fim de ano



George C. Felten

Sempre ficamos espantados quando o fim do ano chega. Daí começa o clichê mais certo do show de fim de ano do Roberto Carlos: “Nossa, como esse ano passou voando!”. Mas,

permita-me inverter um pouco esta frase: Quem passou voando? O ano ou nós mesmos?

A cada dia que passa, o mundo nos pressiona a correr e isso se reflete na nossa percepção de tempo. Quanto mais coisas temos para fazer, menos tempo temos para parar. Quanto menos tempo temos para parar, mais rápido o tempo passa. E querendo ou não, somos moldados para ser assim.

Você já percebeu que nós sempre esperamos pelo fim das coisas? Se eu perguntasse qual a melhor parte da semana, o que você me diria? É possível que você tenha respondido “sexta-feira”, ou ainda, “o fim de semana”. Durante a semana toda, esperamos o fim dela para, enfim, sermos felizes. Durante o mês todo, esperamos pelo quinto dia útil para, enfim, sermos felizes. Durante o ano todo, esperamos o fim do ano para podermos ser felizes. Assim, durante a vida toda, esperamos por um futuro em que, finalmente seremos felizes. E enquanto isso? Deixamos o tempo voar o mais depressa possível. Mas, não percebendo que, com isso, estamos deixando a nossa vida passar. E nossa vida é curta.

O autor do livro bíblico de Eclesiastes tem uma visão bem interessante sobre como podemos ver esta história. Ao apreciar a sua vida inteira, repleta de lutas, prazeres, planos e realizações, ele conclui que todas as coisas pelas quais ele tinha se preocupado na vida eram ilusão (vaidade), era como ‘correr atrás do vento’ (Eclesiastes 1.14). E qual a conclusão que ele chega?

Então, entendi que nesta vida tudo o que a

pessoa pode fazer é procurar ser feliz e viver o melhor que puder. Todos nós devemos comer e beber e aproveitar bem aquilo que ganhamos com o nosso trabalho. Isso é um presente de Deus. (Eclesiastes 3.12,13)

Todas as nossas correrias do dia a dia, muitas vezes, nos impedem de perceber que Deus não nos dá um futuro para cuidar, mas sim um presente. E você já reparou no duplo sentido de presente? É isso mesmo, Deus nos presenteia com o presente, já que o passado em breve será esquecido e o futuro está nas mãos dele. E o que temos feito no presente? Temos só esperado o tempo passar?

Em mais um ano que se inicia, Deus renova as suas promessas para com o seu povo. Todos aqueles que confiam que Jesus morreu em seu lugar, conquistando plenamente a salvação, têm a garantia do futuro com Deus. E, enquanto esse futuro não chega, Deus nos enche de pessoas, de momentos e de situações que nos fazem aproveitar o agora. O nosso irmão precisa de nós agora. Nós precisamos de nossos irmãos agora. Não deixe um futuro que não existe, atrapalhar o único momento que Deus nos dá: o hoje.

Portanto, se as preocupações com respeito a 2017 já estão te perturbando agora, entregue-as nas mãos de Cristo, já que uma de suas promessas foi esta: “Venham a mim, todos vocês que estão cansados de carregar as suas pesadas cargas, e eu lhes darei descanso.” (Mateus 11.28)

Aproveite o presente de Deus.
Feliz ano novo!



COMUNIDADE EVANGÉLICA LUTERANA CRISTO

PORTO ALEGRE - RS

www.comcristo.org.br

51 3342-1408

Av. Presidente Roosevelt, 730 - B.: São Geraldo

Cachorro que late muito: o que fazer?

Caminhe regularmente com seu cão por pelo menos duas vezes ao dia. A intensidade do passeio varia dependendo do porte, raça e energia do seu pet. Faça com que seu cachorro tenha uma vida social saudável e, aos finais de semana, vá com ele a uma praça ou parque que tenham bastante movimentação de outros pets. Seu cãozinho também precisa de convívio social para conhecer novos amigos.



Se o problema for no portão, restrinja ao cão o acesso ao portão, e lembre-se que se o motivo do latido for a ansiedade ou frustração, deixar ele latindo não vai ajudar em nada. Lembra que eu disse que esse latido é auto-recompensante?

Se o latido for para pedir coisas e chamar a atenção, a recompensa sempre vem do dono ou de alguém da casa. Quando isso acontecer, não interaja, não faça carinho, não fale e não dê o que ele deseja. Quando ele parar de latir, aguarde 5 minutos e então, com ele calmo, você pode oferecer o que ele estava pedindo. A falta de recompensa junto com as atividades físicas, mentais e sociais supridas pode fazer esses latidos diminuir.

Assim como nós humanos, nossos pets também necessitam de alguns hábitos para serem saudáveis tanto fisicamente como mentalmente. Eles possuem algumas necessidades básicas como atividades físicas, atividades mentais e atividades sociais. Essas atividades precisam ser oferecidas regularmente ao cão para que ele possa drenar a energia e não precise gastá-la em coisas que você não queira, como latir sem motivos, por exemplo.

As atividades físicas podem ser oferecidas em forma de passeios, corridas ou qualquer atividade que exija fisicamente do cão. A atividade mental é qualquer tipo de atividade que exija mentalmente de seu cão. Uma brincadeira de procurar alguém ou algum objeto específico que seu cão já conheça, algum brinquedo interativo que seu cão precise resolver para ganhar o petisco que tem dentro, e também os próprios truques que você pode ensinar para seu pet. As atividades sociais, por sua vez, também são muito importantes para o seu pet. Como o próprio nome já diz, elas incluem a socialização com outros cães e também com pessoas.

Tele-entrega de Rações



Antipulgas



Golden Special - 15 Kg
R\$ 99,90



Dog Chow - 15 Kg
R\$ 95,00



Golden Gatos Ad.
R\$ 99,90



Bravecto
à partir de
R\$ 134,90



Revolution
à partir de
R\$ 39,90

(51) 3084-0023
(51) 3029-9309
(51) 999-125-696



Av.: Alberto Pasqualini - Nº.: 1070 / Jd. Itu Sabara //// www.armazemdosbichos.com.br

5 motivos para fazer a limpeza dos estofados com frequência

Para reduzir as chances de desenvolver alergias

Você conhece alguém que não tem alergia a nada? Deve ser uma pessoa de muita sorte. Vivemos tempos alérgicos, especialmente aqueles de nós que trabalham o dia inteiro sob o ar condicionado e, depois, enfrentam a poluição do trânsito.

Pessoas alérgicas têm mais chances de desenvolver asma, sinusite e outras doenças. Visto que estofados acumulam ácaros e poeira, a falta de limpeza desse tipo de móvel pode desencadear crises alérgicas terríveis. Se você tiver bichos de estimação que costumam se aconchegar no sofá ou poltrona, a situação pode se tornar mais grave ainda.

Para proteger você e seus filhos da asma

Um estudo divulgado pela revista Reader's Digest conta que mais da metade das casas têm seis alérgenos detectáveis, e o restante das residências têm pelo menos três. Asma e alergia costumam ser hereditárias, mas a presença dos alérgenos aumenta as chances de que essas doenças sejam desenvolvidas.

Porque os ácaros se escondem

Os ácaros não apenas são aracnídeos terríveis, como sabem se esconder muito bem, mesmo depois de mortos. Um sofá, tapete ou bicho de pelúcia pode parecer limpo, mas conter sujeiras microscópicas (daí a importância de guardar bichos de pelúcia no armário, em vez de deixá-los expostos em prateleiras). Os ácaros se escondem ainda melhor no verso de poltronas, que não costumam receber um pano úmido com frequência. Por isso, a limpeza precisa

ser total.

Porque ficamos vulneráveis à noite

Não tem jeito: a verdade é que passamos cerca de um terço da nossa vida no quarto, dormindo, praticamente indefesos. Já os ácaros não descansam. Depois de adormecer, não nos importamos muito com o ar que respiramos, embora possamos sentir o efeito depois de acordar, normalmente com uma crise de espirros. Além de especial cuidado com o colchão e os travesseiros, quem tem sofá, almofadas, poltrona, pufê, tapete ou cortina no quarto deve mantê-los sempre bem limpos.

Porque idosos e crianças são os mais afetados

Crianças pequenas e pessoas idosas são as principais vítimas de doenças respiratórias, especialmente no inverno. São eles os que mais têm a sofrer com um ambiente empoeirado, e, por isso, são também os que mais têm a ganhar com um lar livre de ácaros.

Alguns cuidados simples ajudam a manter a limpeza dos estofados. Um deles é manter à mão uma mistura para remover sujeira: um litro de água, meio copo de vinagre branco e duas colheres de chá de bicarbonato de sódio. Borrife no lugar das manchas e aplique uma escova de cerdas duras no sentido da trama do tecido (sem fazer movimentos circulares).

Mas a faxina semanal não é suficiente: pelo menos duas vezes ao ano, contrate uma empresa profissional para executar um trabalho profundo, eliminando totalmente os micro-organismos causadores de doenças. A sua saúde e a de toda a sua família vão agradecer.

Vida - Empresarial
Residencial - Auto

Fanganito
SEGUROS

COTAÇÃO DE SEGUROS ?
TEMOS A SOLUÇÃO !

(51) 3228.7880
(51) 3322.0084

Rua Antonio Ribeiro, 23 - Sala: 209 - Porto Alegre - RS
e-mail: fanganitoseguros@gmail.com

 **Está precisando de reparos?**

• Manutenção de Condomínios e Residências
• Reformas • Telhados • Pinturas • Texturas • Impermeabilização
• Hidráulica e Elétrica e outros serviços...

FINANCIAMENTO EM ATÉ 12X SOLICITE SEU ORÇAMENTO GRATUITO.

 **51 998.145.347** claudiopolitecni@ibest.com.br

 **ProcureAche**

Alcance mais visibilidade
anunciando nas
nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

 **51 3026-8445**
 **996-136-986** vivo

Como tirar cheiro ruim do sofá, veja essa misturinha mágica



Sofás podem pegar um cheiro muito ruim, com essa receita simples você pode retirar todos esses cheiros indesejáveis e deixar ele como desejado, sem nenhum cheiro.

Ingredientes:

- 1 litro de água
- 1/4 de copo de álcool
- 1 colher de sopa de bicarbonato
- 1/2 copo de vinagre branco
- 1 colher de sopa de amaciante

Modo de preparo:

Misture bem todos os ingredientes até ficar uniforme. Coloque em um borrifador e espirre sobre o sofá. Espere secar, o que irá acontecer bem rápido devido à presença do álcool. Já o bicarbonato proporciona uma limpeza profunda, enquanto o amaciante deixa as fibras mais macias e o vinagre faz as cores ficarem mais vibrantes.

Cuidado com as compras de fim/início de ano!

Com a chegada do fim do ano, muitos compram presentes para a tia, avós, pai, mãe, namorado, enfim para a família toda. Mas nem sempre as pessoas se preocupam com os seus direitos e deveres do consumidor. Uma das principais dicas é pesquisar os melhores preços. Especialistas alertam ainda para guardar anúncios de ofertas e propaganda de produtos. Dessa forma, o estabelecimento não poderá apresentar um preço maior do que aquele anunciado. Nessa época, a concorrência entre as lojas aumenta e é possível encontrar bons preços e fazer melhores negócios. É direito do consumidor, previsto no Código de Defesa do Consumidor (CDC), que o produto seja vendido pelo preço anunciado. Também se deve ter atenção redobrada quanto aos valores no cartão de crédito, que devem ser iguais ao cobrado à vista. Em casos de preço diferenciado ou de ser estipulado um valor mínimo para pagamento no cartão de crédito, o fato deve ser denunciado ao Procon. O consumidor tem direito a informação prévia e adequada sobre: preço à vista em moeda corrente: montante de juros de mora da taxa efetiva anual de juros; acréscimos legalmente previstos; número e periodicidade das prestações e, valor total a pagar, com e sem financiamento. Seja qual for a escolha a nota fiscal deve ser exigida. Ela é um documento importante no caso de eventual utilização da garantia e reclamações.

Eletricista Ronaldo

Elétrica Predial

Elétrica Comercial

Elétrica em Geral

Instalação de Sensor de Presença

Fotocélula, etc...

Marido de Aluguel

ORÇAMENTO
GRATUITO

51 985-912-447

985-463-075

Marido de Aluguel

VALDECIR



ORÇAMENTO GRATUITO

- Elétrica • Hidráulica
- Pintura • Solda
- Desentupimentos de pias e ralos
- Instalação de alarme

Atendemos domingos e feriados.

(51) 981.856.689 / 996.816.894

UNIDAS - HAHN

SERVIÇOS FUNERÁRIOS

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 999.862.111

ATENDIMENTO 24 HORAS
www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com
Funerária Unidas - Hahn

Serviços Funerários a partir de R\$ 925,00
Cremação e Funeral a partir de R\$ 4.000,00

Organização do Lar



Organização não tem nada a ver com a aparência da casa e sim com a sua funcionalidade. Quando for organizar seu guarda-roupa, pense numa regra simples: se você pode ver as roupas no armário, pode achá-las facilmente. E se precisar me chama...vou adorar te ajudar
Dica: Heloisa Organiza - Fone: (51)999.115.014

Heloisa
Organiza



Heloisa Bertoli
Personal Organizer

Fone 51 999.115.014

heloisabertoli@yahoo.com.br

facebook.com/Heloisa.Organiza

Comercial 
KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

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

(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773

e-mail: comercial@knetig.com.br

**ESTOFARIA
VENTURINI**

Desde 1989



Compra e Venda
Orçamentos
Prestim e Superior

ANTIQUÁRIO E MARCENARIA

REFORME SEU ESTOFADO

SOFÁS CAPITONE COM COURO OU VELUDO

Especializado em Antiquidades e Sofás sob medida

FAZEMOS RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS

ORÇAMENTO GRÁTIS

51 3062.0048 / 3226.3609

991.534.156 / 994.080.634

venturini.estofaria@hotmail.com

Matriz - 51 3062.0048

Filial - 51 3226.3609

Rua Miguel Tostes, 421

Rua José do Patrocínio, 285

Bairro Rio Branco

Bairro Cidade Baixa

www.estofariaventurini.com.br



Lavagem a seco e úmido, por peça e por quilo.
Cobertores, edredons, cortinas, tapetes, tênis, travesseiros, etc.
Roupas finas e vestuário em geral

Fone: (51) 3095-3244
Seg. a Sex.: 9h - 19hs | Sáb.: 9h - 12hs
Avenida Cristóvão Colombo, 967 | Floresta



TELAS MOSQUITEIROS:
Retráteis, fixas, removíveis,
recolhíveis e deslizantes...
Proteção e conforto para sua casa

Não impede a passagem
do ar e do sol.

Montagem rápida e de
fácil instalação.

Resistente a todos os
climas, lavável, anti-
mofo, não desfia e não
propaga fogo. Versátil,
eficiente e elegante.

Bloqueia a entrada de
baratas, moscas, mosquitos,
aranhas, morcegos, cupim,
lagartixas, abelhas,
formigas e vários



ORÇAMENTO
GRÁTIS

Parcelamos em até 10x e juros

Av. Assis Brasil, 1174 - Sta. Mª Goretti - Poa/RS

Fone: (51) 3019.3075 - 999.828.983 - 992.229.725

www.teletelas.com E-mail: contato@teletelas.com

Aceitamos:
cartão de crédito,
cheques e boleto

Como lavar de maneira eficaz uma garrafa por dentro



Materiais necessários: 4 colheres de sopa
de vinagre de vinho (branco ou tinto) e 2 colhe-
res de sopa de sal grosso.

Como fazer: Coloque o sal grosso junta-
mente com o vinagre dentro da garrafa gordu-
rosa e chacoalhe os ingredientes.

Perdeu a Black Friday?

O Brasil importou uma relevante data de compras do calendário norte-americano - Black Friday. Neste ano, a sexta-feira das promoções aconteceu em 25/novembro passado. Dentre todos os produtos e serviços apresentados, o mercado imobiliário também reservou ofertas para aquela ocasião. Não foram raros os empreendimentos oferecidos com descontos importantes.

E quem não estava preparado para aproveitar as oportunidades no instante em que elas apareçam? Terá de esperar até 2017? Não! Saiba que existem unidades "em estoque", remanescentes das promoções deste ano. Um exemplo é o ICON Assis Brasil, na Zona Norte de Porto Alegre, que ainda possui apartamentos como o da planta ao lado com desconto acima de R\$ 50.000,00! Ficou interessado? Faça contato comi-

go e conheça melhor esta e outras alternativas que poderão turbinar o seu final de ano!

Cláudia Paese
Corretora Especializada em Investimen-
tos Imobiliários - CRECI-RS 53.248
51 994-080-380
imoveis.claudia@terra.com.br



IMÓVEIS NA ROCHA

Corretora Cláudia Paese

CRECI-RS 53.248

Consultoria para investimentos imobiliários
Venda - Compra - Troca - Locação

Imóveis na Rocha - Corretora - Cláudia Paese

(51) 994-080-380 imoveis.claudia@terra.com.br

CORTINA
Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral

Manoela

51 992.515.881 51 999.579.195

cortina.sobmedida@outlook.com

Cortina Sob Medida

FACAS PROFISSIONAIS
 Para chefs
 Linha completa para
 açougues e restaurantes

PRONTA ENTREGA
PREÇOS IMPERDÍVEIS



MUNDIAL

51 998.056.323

contato@scharfen.com.br - www.scharfen.com.br

25
 Anos perto de você

Estofaria
Barbosa



Trabalhamos com os melhores tecidos, couros e coríons.



Não compre estofados novos sem antes solicitar um

ORÇAMENTO
GRATUITO

TRABALHAMOS COM MÓVEIS SOB MEDIDA!

R. Comendador Duval, 30 - Jardim Floresta | POA / RS

(51) 3374-0104 | 981-380-134

estofariabarbosa@hotmail.com

Reforma da Previdência



Recentemente iniciou-se o debate sobre a reforma da previdência, tendo a Proposta de Emenda Constitucional previsto os seguintes critérios, que ainda precisam passar pelo Congresso Nacional.

A idade mínima para se aposentar passaria a ser de 65 anos tanto para os homens quanto para as mulheres.

O tempo mínimo de contribuição passaria para 25 anos e, caso a pessoa complete os 25 anos de contribuição e os 65 anos de idade, se aposentaria com 76% do valor total. Para obter 100% da aposentadoria deverá contribuir por 49 anos.

Esta nova regra – ainda pendente de votação – somente atinge aqueles que ainda não possuem

condições de se aposentar. Todavia, aqueles que possuem mais de 50 anos (homem) e 45 anos (mulher), estarão sujeitos a uma regra de transição que exige um tempo maior de trabalho para a aposentadoria.

Deve-se atentar para o fato de que estas novas regras não atingiriam aqueles que já se encontram aposentados e nem aqueles que já possuem condições de se aposentar.

Dica: Núske Advogados Associados



- ✦ Abertura de empresas
 - ✦ Alteração de contrato social
 - ✦ Abertura e encerramento de filial
 - ✦ Baixa de empresas
 - ✦ Declaração do imposto de renda pessoa física/jurídica
 - ✦ Assessoria e consultoria contábil
 - ✦ Assessoria em todas as rotinas fiscais
 - ✦ Assessoria em todas as rotinas trabalhistas: Análise, orientação e controle da aplicação legislativa vigente.
- Rua Coronel Feijó, 127 / 03 - São João - POA/RS
 Fones: (51) 3085-7637 / 994-104-742 / 991-329-065
 e-mail: prioritycontabilidade@hotmail.com

Advogada

Éldi Rosin

OAB/RS 16.877

Direito Imobiliário - Inventários
 Família e Previdência

Rua General Neto, 71/304 - Bairro Floresta
 CEP 90560-020 - Porto Alegre/RS

Fones: (51) 3225.1364 / (51) 997.823.859

E-mail: eldi@cpovo.net

ALMIR SARMENTO & FILHOS A D V O C A C I A

DIREITO DO TRABALHO
 INSS

DIREITO DE FAMÍLIA
 DANO MORAL

CONSULTA
 GRATUITA

Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS
 (51) 3226-0303 / 3013-1928 / 998-750-370
 almirsarmento@hotmail.com

OAB/RS 4.346



**NÚSKE ADVOGADOS
 ASSOCIADOS**

ESCRITÓRIO ESPECIALIZADO EM DIREITO CIVIL,
 PREVIDENCIÁRIO, TRIBUTÁRIO, FAMÍLIA E SUCESSÕES.

ADICIONAL DE 25% EM SEU BENEFÍCIO

Aposentado e necessitando de auxílio de outra pessoa? Você pode ter direito a um adicional de 25% em seu benefício.

Recentemente foi decidido pelos Tribunais que os aposentados que vierem a necessitar de auxílio de outra pessoa para suas atividades, poderão ter direito a um acréscimo de 25% em seu benefício.

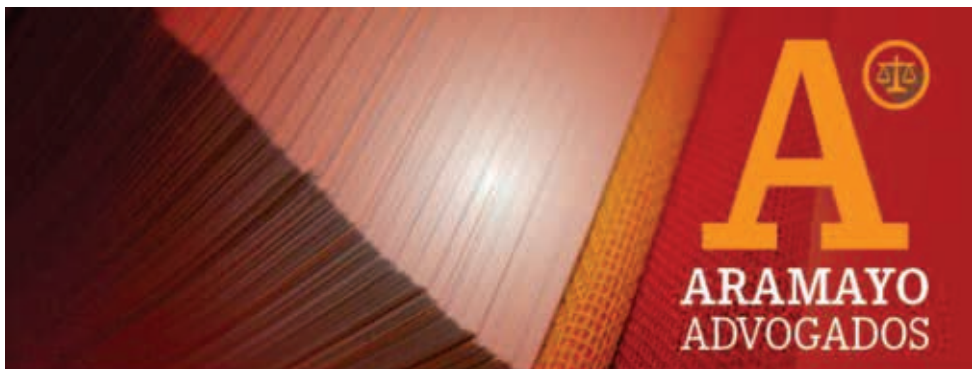
Esta necessidade de auxílio é decorrente de uma incapacidade física ou mental que venha a surgir após a aposentadoria, muito comum em aposentados de idade mais avançada.

Assim, se você ou algum familiar é aposentado e veio a apresentar incapacidade que exija um auxílio de outra pessoa, poderá aumentar o valor de seu benefício.

Restando alguma dúvida, não hesite em procurar por nossos profissionais.

Rua Carlos Silveira Martins Pacheco, nº 10 - 607 - Cristo Redentor - Porto Alegre/RS

Fone: (51) 3085.6060 - 996.516.996 advogados@nuske.com.br www.nuske.com.br



Consumidor pode conseguir redução de até 30% nas faturas de energia elétrica em razão de cobrança indevida de ICMS na Conta de Luz.

STJ vêm julgando repetidamente que a inclusão das Tarifas de Uso dos Sistemas Elétricos e de Distribuição na base de cálculo do ICMS é indevida.

O Governo do Estado cobra mais do que deveria pelo Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Serviços (ICMS) que incide na conta de luz.

A arrecadação equivocada faz com que as pessoas paguem até 30% a mais na tarifa de energia elétrica, é possível conseguir na Justiça a redução do valor e a devolução do que foi pago indevidamente nos últimos cinco anos, em dobro e corrigido.

No cálculo do ICMS, o governo deveria tributar apenas o valor da energia elétrica. Ao invés disso, ele calcula o ICMS sobre o valor da energia e sobre a Transmissão (TUST) e Distribuição (TUSD). Estas fazem parte de um valor cobrado pelas empresas de distribuição de energia para remunerar instalações, equipamentos e componentes da rede de distribuição, portanto, às operações anteriores à consumação de energia.

O Superior Tribunal de Justiça (STJ) tem decidido, de forma reiterada, pela não inclusão dos valores referentes à TUST e à TUSD na base de cálculo do ICMS.

QUEM PODE PEDIR A RESTITUIÇÃO DO ICMS PAGO A MAIOR?

Pessoa física ou jurídica que paga a conta de energia, pode pleitear a restituição do ICMS pago indevidamente sobre TUST e TUSD.

QUAL O VALOR A SER DEVOLVIDO?

Depende de cálculos. Quem paga mais energia, como as pessoas jurídicas, tem direito a uma restituição maior. Quem paga menos receberá menos.

Mas atenção! As ações só podem abranger o valor pago indevidamente aos últimos cinco anos, a partir da data que a pessoa entrar com a ação.

FIM DAS COBRANÇAS ILEGAIS

Outro fato importante é que a ação não visa apenas a restituição do que já foi pago, busca também que se pare a cobrança ilegal.

O QUE FAZER?

Para pleitear a restituição, e o fim das cobranças ilegais, é preciso ajuizar uma ação.

Para maiores informações entre em contato conosco!

Av. Assis Brasil, 3316 conj 307. Jd Lindóia. Porto Alegre. RS
+55 51 3108.1178 - WhatsApp 51 992.160.661 - 999.990.570
contato@aramayoadvogados.com.br
www.aramayoadvogados.com.br

5 Dicas para escolher um lugar para viajar

1. Defina um orçamento

O seu ponto de partida deve ser sempre o seu orçamento. Para encontrar o lugar da sua próxima viagem, você precisa definir o quanto estará disposto a gastar. Lembre de considerar os principais os gastos de uma viagem, tais como: passagem, hospedagem, alimentação, transporte, atrações turísticas e compras.

2. Defina o tempo da viagem

Nesta etapa você deve ser bem realista, considerando o tempo de férias ou de folgas que você possui para viajar. Se você não possui muito tempo, não vale a pena fazer viagens para muito longe, porque você vai acabar gastando mais tempo no avião ou no transporte do que conhecendo o seu próximo destino. Por outro lado, se você possui bastante tempo, o ideal é aproveitar a passagem para conhecer os arredores da região que pretende visitar.

Dica: Se você está com tempo e quer economizar, um mochilão é muito bem vindo.

3. Pesquise preços de passagens aéreas

Agora que você já tem um orçamento e o tempo que terá para viajar, chegou a hora de fazer uma lista com os 5 lugares que você mais gostaria de conhecer no Brasil e no exterior. Se você tiver dificuldade, peça o conselho de amigos, procure dicas de destinos em sites de viagens. Em seguida entre nos sites cotação de passagens aéreas para ver a média de preço de passagens para esses lugares. Existem diversos sites que te ajudam na missão de encontrar passagens aéreas baratas. Assim, você pode desco-

brir qual dos seus destinos dos sonhos está mais de acordo com a sua realidade financeira.

Lembre-se: você também pode optar por uma viagem de carro ou ônibus para destinos mais próximos, mas sempre aconselhamos avião, pois você ira economizar tempo e a viagem, na maioria das vezes, é bem menos cansativa.

4. Defina o tipo de hospedagem

Chegou a hora de pesquisar onde você irá se hospedar. Hostel, hotel, casa de família, couchsurfing, casa de amigos? Comece a pesquisar a fundo os tipos de hospedagem que existem no seu destino e o quanto você irá gastar com essa etapa da viagem. Existem lugares como New York, Dubai e Genebra que são famosos pelos preços salgados das hospedagens, por isso, essa é a hora de colocar na balança o impacto que esses gastos que esses destinos podem ter para o seu orçamento.

5. Pesquise sobre os passeios e atrações

Praias, parques, museus, festas, monumentos históricos, gastronomia... que tipo que viagem você quer fazer? Você quer relaxar, se divertir, aprender ou se aventurar? Essa é a hora de fazer um levantamento das principais atrações que você irá encontrar no local que pretende visitar. Esse ponto pode ser decisivo para a sua escolha, pois os gastos com turismo também irão fazer parte do seu orçamento e você não quer cair em roubadas, certo? Além disso, fazendo essa pesquisa você poderá encontrar passeios e atrações que podem estar dentro do seu objetivo para essa viagem.

Hotel Porto Alegre



- TV à cabo - Elevador
- Internet Wi-fi - Estacionamento
- Apartamentos com ar-condicionado e frigobar

Informações e reservas:
(51) 3337-8448

www.hotelportoalegre.com.br

Av. Cairú, 340 - Navegantes - POA/RS



LAV Lavagem e Estacionamento

☎ **3325.3050**
 📞 **989.387.110**

DIÁRIA LEVA - TRÁZ
R\$ 14,90 **AEROPORTO**

24HS

AV. CEARÁ, 128

Zoiré
Costuras e Consertos

- Vestidos de Noiva
- Couro
- Fantasias
- Roupas de Religião

Todo tipo de consertos



Av. Brasília, nº 16 Apto. 203
 F: (51) 984 623 803
 (51) 989 419 442



Áries (21 de março - 20 de abril) É um momento importante para seu trabalho, ariano, e nesse sentido o ano já começa com tudo: propostas, novos projetos, promoção e uma série de oportunidades. Bom momento para as amizades, com encontros e mais intimidade. Período de mais sensibilidade e intuição, que deve ser aproveitado. Você vai se perceber mais forte e cheio de energia.



Touro (21 de abril - 20 de maio) O ano já começa trazendo mudanças, taurino. Essas mudanças são positivas e garantem mais estabilidade, expansão e crescimento, tanto pessoal como profissional. Momento de sucesso no trabalho, bons contatos, novos amigos e chances de viagens e cursos positivos. Você deve aproveitar essa fase mais criativa e lançar suas ideias. Você está no comando!



Gêmeos (21 de maio - 20 de junho) É um momento de grandes e importantes mudanças, geminiano. E é sua chance de colocar a vida toda em ordem. Resolva pendências antigas, assuntos importantes, tudo que precisa ser resolvido. No trabalho, seja mais intuitivo e ousado. Momento positivo para viagens, estudos e encontros afetivos. Faça planos para o futuro com quem você ama.



Câncer (21 de junho - 22 de julho) É importante se comprometer mais em qualquer relação, canceriano. Até porque você pode ser cobrado por isso. Bom momento para conversas importantes, resolver coisas em duplas e relações, fazer planos comuns para o futuro. Período positivo para vida espiritual e para confiar mais na própria intuição e no seu destino. Momento de mais intensidade sexual.



Leão (22 de julho - 22 de agosto) Período positivo no amor, leonino, com a promessa de uma nova relação ou um momento mais apimentado na relação atual. Com mais romantismo, intensidade, compreensão, prazer e muitas coisas boas. Período de organização de rotina e boas oportunidades profissionais. Chances de promoção ou novo trabalho pela frente. Crie e aproveite chances.



Virgem (23 de agosto - 22 de setembro) É hora de se levar mais a sério, virginiano. Cuide-se mais, viva mais intensamente, tenha mais prazer na vida. Diga o que você gosta e deseje nos relacionamentos e use mais sua criatividade e intuição. Período de boas novas e paixão no amor, mais envolvimento. E ótimas relações no trabalho. Uma rotina mais leve e prazerosa, além de produtiva.



Libra (23 de setembro - 22 de outubro) É pra descansar, libriano, e se divertir mais. sua família ainda pode pressionar e pedir mais atenção, mas o momento é importante para isso. Cuidar e curtir a casa, descansar mais, diminuir o ritmo. Tudo isso é bem vindo. E com tempo para se divertir, especialmente namorando ou em atividades culturais ou intelectuais. Solte-se mais no trabalho.



Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro) É importante planejar, escorpiano, mas sem se prender demais à forma e ao controle. É bom se soltar, confiar em si mesmo, nos outros e na vida. É bom estar em casa e próximo das pessoas que gostam de você. Vale a pena se soltar na relação, demonstrar sentimentos e se entregar mais. Isso só

traz mais prazer e qualidade para a relação. viva bem a vida.



Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro) Seu ano já começou trazendo resultados concretos, sagitariano. É bom focar no que está dando certo pra continuar e antes de embarcar em novas aventuras ter certeza do que já está funcionando e precisa de manutenção. Bom momento para viagens, novos cursos e assuntos. Momento bem produtivo por você estar tão cheio de ideias e otimismo.



Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro) Um novo ano está começando capricorniano, e é bom comemorar com as pessoas mais queridas. O momento é de ganhos, oportunidades, reconhecimento. Bom para divulgar, comunicar, estar junto. Usar sua intuição só faz bem, pode confiar nela. É bom também ser mais flexível e usar sua energia. Pode se dar um lindo presente. Invista em si mesmo.



Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro) Você está cheio de energia e coragem, aquariano. Por isso deve começar o ano já colocando coisas em prática. Não perca tempo, planeje e já ponha em ação. Momento de mais inspiração, de sucesso e flexibilidade. Dias de mais introspecção, vontade de ficar quietinho no seu canto, cuidar da saúde e das emoções. É bom ter certeza do que deseja.



Peixes (20 de fevereiro - 20 de março) Você está cheio de energia e sensibilidade, pisciano. É bom momento para colocar ideias em prática e transformar sonhos em realidade. Grupos e amigos podem ajudar, por isso o que fizer com outras pessoas é muito bem vindo. Mas é bom ser seletivo e não confiar em qualquer pessoa. Momento de paz interior e muito mais romantismo no amor.



CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA
TRATAMENTO NA ÁREA DE:

IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA

Órion Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS

R.T.: Dra. Daniela De Chico Brugnara - CRO 21916/RS

(51) 3276.8483

(51) 982.946.374 whatsapp (51) 992.091.881 whatsapp

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

Da alta do INSS de empregado considerado ainda doente pela empresa



Muito comum o trabalhador tendo recebido alta do INSS de auxílio-doença, se apresentando na empresa, por esta tem negado seu direito de continuar prestando seus serviços, sob a alegação de que o trabalhador ainda continuaria sem condições de saúde para desempenhar sua função, ao contrário do declarado pelo médico do INSS em sua alta.

Fica então o trabalhador sem qualquer renda, eis que passa a não mais receber o sobredito auxílio-doença, e a não mais receber qualquer salário – eis que suas funções não lhe são disponibilizadas pela empresa.

Na verdade, algumas empresas já tendo preenchido a vaga do empregado, buscam na alegação de que este ainda continuaria doente – justificativa para lhe negar o retorno ao serviço – e orientam o empregado a ingressar com uma ação contra o INSS para buscar o reestabelecimento do auxílio-doença cancelado, ação esta com grande chance de ser julgada improcedente pela Justiça Federal.

Na realidade, o trabalhador fica num verdadeiro limbo – tendo ficado doente por culpa muitas vezes das condições dos serviços que prestava à própria empresa, fica sem qualquer renda, quer do INSS, quer da empresa, passando então por inúmeras dificuldades financeiras, em um sofrimento de meses e meses, prejudicando grave e irremediavelmente a si e a sua família!

Neste sentido, entendo que o empregado deverá ingressar de imediato com uma ação de rescisão indireta do contrato de trabalho, buscando não somente as verbas rescisórias, mas também os salários desde sua alta do INSS, além de talvez até uma indenização por danos morais por eventual culpa da empresa na doença que o acometeu.

Dica: Almir Sarmiento & Filhos Advocacia



Anabeth

UM UNIVERSO HOLÍSTICO
(51) 3311 8424

Rua Henrique Dias, 16A - Bom Fim - POA/RS

Atendimentos:

- ◆ Reiki
- ◆ Apometria
- ◆ Jogo de cartas
- ◆ Jogo de búzios
- ◆ Mapa astral e outros.

- ◆ Pedras
- ◆ Semijoias
- ◆ Incensos
- ◆ Presentes e mais

horário: 13 às 19h30

✉ anabeth.umuniversoholistico@gmail.com

Acetix: VISA

REINO DE IANSÃ E OGUM

CASA DE MATRIZ AFRICANA
ESPECIALISTA EM CASOS AMOROSOS

REALIZAMOS E DESMANCHAMOS
TRABALHOS ESPIRITUAIS

Você está com queda de lucro em seus negócios?
Amores e união de casais.
Venha ao lugar certo!

Joga-se Búzios e Cartas **992.922.138**

Mande seu pedido de ajuda ou orientação para nosso Whatsapp: **9292.2138**



ProcureFiche



anuncie conosco

e alcance um público de **123 mil leitores todo mês!**

51 3026-8445

996-136-986

ALMIR SARMENTO & FILHOS

A D V O C A C I A

DIREITO DO TRABALHO
INSS

DIREITO DE FAMÍLIA
DANO MORAL

CONSULTA
GRATUÍTA

Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS
(51) 3226-0303 / 3013-1928 / 998-750-370
almirsarmiento@hotmail.com





Chame táxi com praticidade e segurança!

apps.taxi.br/sintaxi

Baixe o nosso app de táxi!



ANUNCIOS APP ON:

Realizamos as corridas com condutores aprovados pela nossa empresa.

Veja o deslocamento do veículo em tempo real na tela do seu aparelho.

Dê uma nota para a qualidade do serviço oferecido.







Casa De Oxalá



Joga-se cartas e búzios
com hora marcada
de seg. à sáb.
das 14h às 21h
com Mãe Moça de Oxalá

Trabalhos para amor, negócios, saúde. Limpezas espirituais de residências e empresas. Venha e marque sua consulta.

Porque podemos, através dos axés e orixás trazer a pessoa amada?

Porque podemos através dos axés e orixás trazer a pessoa amada?

Para trazer seu amor de volta, não basta querer tem que lutar, muitas vezes precisamos de tempo e muita fé para reconquistarmos a pessoa amada. Ai é que entra o axé dos Orixás, a força da natureza e suas magias. Podemos reverter uma situação negativa? Sim podemos, podemos trazer a pessoas amada? Sim Podemos... Basta que exista amor entre as partes, pois muitas relações são destruídas pela inveja, pela intriga, pela maldade do ser humano.



sem sorte, precisamos busca-la e fazer a roda da vida girar ao nosso favor e assim conseguir as vitórias desejadas.

Porque ir a uma sessão de Umbanda ou Quimbanda?

Os caboclos têm como missão nos orientar e nos limpar das chagas espirituais (inveja, mau olhar entre outros) Através de seus passes magnéticos, restauramos nossa aura e nos reenergizamos nossos chacras, mais não basta apenas um passe, precisamos muitas vezes de várias sessões de descarrego.

Com o povo de exu, acontece da mesma forma, pois são eles que acorrentam os espíritos malignos que estão a nos obsedar e alimentar-se de nossas energias, nos causando vários males tanto no espírito, como na carne e na matéria. Com nossas limpezas retiramos estes males e conseguimos seguir adiante. Venha fazer parte desta corrente de limpeza e do bem!

Porque podemos levantar a vida de uma pessoa?

Através da leitura dos búzios, conseguimos detectar onde existe os problemas a serem resolvidos, muitos deles são de ordem pessoal, material, ou espiritual. Todos podem ser resolvidos através de axés de aberturas e limpezas, cada caso é um caso e cada situação tem o seu tempo a ser resolvido. Mas tudo tem solução basta querer e ter fé no que se faz. Se estamos

Trabalhamos com as bandeiras:



www.casadeoxala.com.br | axeemdebate.blogspot.com

(51) 3392.4693 | (51) 995.565.758 | Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre



f Kaianga panos afros

Kaianga Têxidos Afros e Alakás

Os melhores tecidos africanos.
Muito brilho e qualidade!
Venha conhecer nosso espaço.

Parcelamos em até 6x

(51) 4061.3334 | (51) 995.565.758 | Rua Cel. Cláudio, 654 Lj. 01 - Camaquã - POA/RS
(51) 981.450.783

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

A piada de cunho sexual ou preconceituoso		Calado; emudecido		Material do professor de Geografia		Veneno indígena	Boletim meteorológico festejado durante a seca
Delito do torcedor, cometido em meio à partida							
Profissional de autoescolas	→						
	→						
Tipo de tumor				Amolador de lâminas e ferramentas		(?) King Cole: gravou "L-O-V-E"	
Covas para esgotos	→		(?) Meso-zoica: época dos dinossauros				Feito
	→						Arma como a katana do samurai
"Brasil (?) Show", evento de jogos eletrônicos	→		(?) mágicos: elfos, duendes e fadas				
Seno (símbolo)		Único material usado na prova de concurso			Mitologia (abrev.)	Pecado capital da pessoa vingativa	
	→		"(?) Rei", tragédia de Sófocles				
Meigo					Radiano (símbolo)		
O cartão vermelho, no futebol			Instrumento usado na música barroca		Telefonar		
	→						
Estado da Praia do Futuro (sigla)	→	Acolá				Estrutura onde a a-belha deposita o mel	
Rival histórico do crente		(?) querido, alvo de orações		A das baianas é tradicional no Carnaval			Órgão tratado pelo neurologista
Cacto típico do Nordeste brasileiro	→						
(?) salvas, item de segurança em embarcações		Capital de Israel, segundo a ONU					
	→			Forma de apreciação do café gourmet			

BANCO. 7/esmerli — tel aviv. 9/mandacaru. 6/curaré. 7/esmerli — tel aviv. 9/mandacaru. 4/jgame. 5/dípo. 6/curaré. 7/esmerli — tel aviv. 9/mandacaru.

46



Solução

V	A	M	O	R	A	E	O	B
A	I	A	T	E	T	d		
U	R	A	C	A	D	N	A	W
H	F	S	U	A	T	E		
C	A	I	L	I	C			
D	E	D	I	D	V	N	E	P
D	R	A	V	A	D			
O	D	I	E	E	C	O	D	
A	S	M	T	I	V			
S	E	E	S	N	E	S		
I	E	R	A	E	M	E	G	
A	V	A	S	N	E			
T	E	R	T	I	L	N	I	
R	T	U	T	S	T	N	I	
P	C	A	I					

Desentupimento - Manta Asfáltica - Reforma de Fachada



Residências



Empresas



Condomínios

 **(51) 3058-2121** www.desentupidoraportalrs.com.br

Plantão: (51) 992-312-840 | 986-203-597

PERSINORTE

PERSIANAS E TELAS

Consertos e vendas de persianas externas e internas
Telas Mosquiteiras - Fabricação e Manutenção
Solicite um orçamento sem compromisso!

Atendimento Vip em
toda região metropolitana
de Porto Alegre
e Litoral Gaúcho.

Fone: (51) 993-549-544

www.persinorte.com.br

 Dog Walker e Adestradora

Dög Walker

Passadeira de cães
Está sem tempo para passear com o seu amigo?
Eu cuido disso!!!
Passeios c/ orientação
comportamental - Truques
Comandos de obediência e
comportamento positivo
Profissional com formação na área

Fone: (51) 993-302-532 c/ Adriana

CHEGA DE ALUGUEL!

CONSÓRCIO DE IMÓVEIS

- Sem Burocracia
- Sem Juros
- Utilize o FGTS

 51 **984.803.038**

 Rodapem

Eletricista Ronaldo

Elétrica Predial - Elétrica Comercial
Elétrica em Geral
Instalação de Sensor de Presença
Fotocélula, etc...
Marido de Aluguel

51 **985-912-447** / **985-463-075**

ORÇAMENTO
GRÁTUITO



CONSTRULEAL

MAT. DE CONSTRUÇÃO, MANUTENÇÃO
E REFORMA

Av. A.J Renner 1240, Humaitá - Porto Alegre/RS

 **3061.4717**
 **984.007.985**

 atendimento@construleal.com.br

Horário de atendimento
Segunda a Sexta 8:00 às 12:00 e 13:00 às 18:00
Sábados 8:00 às 12:00 e 13:30 às 16:00

Acesse o site da ProcureAche e tenha acesso às edições anteriores:
www.procureacherevista.com.br/edicoes-anteriores