

ProcureAche

www.procureacherevista.com.br

👍 /RevistaProcureAche

Zona Sul

Edição de Julho Distribuição Gratuita Anuncie: (51) 3026-8445 📞 (51) 9613.6986



**PROCURE
DICA
ACHE**

Anis Estrelado

Anis estrelado é recomendado para mulheres que amamentam. Ele é rica em um composto chamado anetol, que tem propriedades estrogênicas. Ele ajuda a aumentar a produção de leite e tem mostrados eficaz em combater problemas menstruais.

Além disso, Ele é rico em Vitamina A e Vitamina C e dos minerais, como o Ferro, Magnésio, Cobre e Cálcio.



FARMÁCIA DROGANEMA
FARMACIAS Associadas

Verificação de pressão /
Aplicação de injetáveis (com receita)

- Medicamentos
- Perfumaria
- Produtos médico-hospitalares

Tel: 3246.8627 / 3241.6875
Av. Juca Batista, 2249 IPANEMA
Atenção Farmacêutica: Dra. Nicele Scholles dos Santos CRF/RS 7271

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

Parcelamos em até 10x s/ juros
ORÇAMENTO GRÁTIS

Av. Assis Brasil, 1174 - Sta. Mª Goretti - Poa/RS
Fone: (51) 3019.3075 - 9982.8983 - 9222.9725
www.teletelas.com E-mail: contato@teletelas.com

PHARMA+IMA
É UM PRAZER ATENDER VOCÊ!

TELE-ENTREGA: 3258-5371
3261-2143 / 9533-0161 / 8631-6346

Av. do Lami, 4737 - Belém Novo

FUNERÁRIA UNIDAS - HAHN
- SERVIÇOS FUNERÁRIOS -

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) **3223.7661 / 9986.2111**
ATENDIMENTO 24 HORAS
www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com
Funerária Unidas - Hahn

Sepultamento e Cremação - Consulte nossos planos e o seguro funeral CAIXA

CONSTRUFORM
Hidráulica - Elétrica
Pintura - Gesso - Ar Condicionado
Água Quente - Telhado - Porcelanato
Alvenaria - Textura - Gás - Funilaria

Soluções em construção civil e reformas em geral

Samir Squeff
(51) 9921.6714 (VIVO)
(51) 8447.2065 (OI)

construform@hotmail.com

3085-1313 Tele-entrega:
Ou retire no balcão

Bá Pizzas

Na compra de duas pizzas tamanho família GRÁTIS um 2da

Av. Otto Niemeyer, 2081 - Bairro Camequã

PADARIA CONFEITARIA E MINI-MERCADO MACEDO
3259-1907
Tortas, Doces e Salgados

Salgadinhos p/ Festa

R\$ 35,00 O CENTO

PROMOÇÃO DE TORTAS!!!

MINI	MÉDIA	GRANDE
R\$ 19,90	R\$ 39,90	R\$ 49,90

Estrada do Lami, 517 - tel.: 3259-1907
Filial Belém Novo: Av. Heitor Vieira, 579 - tel.: 3508-6658



Nos acompanhe nas redes sociais:

/RevistaProcureAche

/JornalGerAmigos

www.procureacherevista.com.br

Expediente

CNPJ: 11.248.576/0001-99

Telefones: (51)3026-8445 / (51)9613-6986

E-mail: contato@geramigos.com.br

Jornalista Responsável:

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:

Josias Godoy

Tiragem: 20.000 exemplares

Distribuição:

MCL LOG - Coletas - Entregas e Logística

Pontos de distribuição

Confira todos os pontos de distribuição em nosso site:

www.procureacherevista.com.br

Como deixar suas panelas brilhando

Misture uma colher de sal e outra de bicarbonato na água, coloque na pia e mergulhe a peça que tiver interesse nesta solução. Para as panelas próprias de alumínio, certamente até pouco tempo atrás, quando víamos uma panela ou mesmo assadeira brilhando, tínhamos a real certeza de que houve muito tempo e dedicação.



Índice

Página 3.....	3
Telefones Úteis	4
Melhor Idade	4
Saúde e Bem Estar.....	5
Alimentação	9
Festas e Eventos.....	11
Pet e Agropecuária.....	12
Automotivo	14
Tecnologia.....	15
Centro de Porto Alegre.....	16
Moda e Beleza	18
Residencial/Comercial	20
Educação	23
Construção e Reforma	25
Serviços Especializados.....	27
Palavras Cruzadas.....	30
Horóscopo.....	31

Bruxa Déia
Búzios - Cartas - Tarô

**INFORME-SE
CUROS DE
CARTAS CIGANAS**

Marque seu horário
Trabalhos em geral

51 9836.9637



ARAUPACK

EMBALAGENS

Embalagens para alimentos em geral,
descartáveis, higiene e proteção



www.araupackembalagens.com.br

Televendas
51 3348.5624

vendas@araupackembalagens.com.br
Av. Manoel Elias, 936 - Jardim Ingá - Porto Alegre/RS

Reciclando pneus

Confira agora algumas ideias de reciclagem de pneus, mega criativas.

O descarte incorreto de pneus é um problema sério, pois no Brasil, em 1993, 0,5% do lixo urbano brasileiro eram de pneus velhos e fora de uso. Hoje são descartados no país cerca de 17 milhões de pneus por ano.

Segundo organizações internacionais, a produção de pneus novos está estimada em cerca de 2 milhões por dia em todo o mundo.

Imaginem que o descarte de pneus velhos chega a atingir, anualmente, a marca de quase 800 milhões de unidades.

São inúmeras as maneiras de reciclagem, basta ter criatividade e boa vontade.

Desde brinquedos infantis, vasos e até móveis, tudo podemos fabricar com a reutilização de pneus.

O tempo estimado para decomposição deste material, é de aproximadamente 400 anos.

Veja algumas ideias:



CLIMATECHSUL

CLIMATIZAÇÃO



- ✓ Instalação *da instalação ao acabamento!*
- ✓ Manutenção
- ✓ Higienização
- ✓ Verificação de gás
- ✓ Elétrica
- ✓ Abertura de canaletas
- ✓ Pintura



ORÇAMENTO GRATUITO
na Zona Norte p/ instalação

Aceitamos cartões.



Garantia de 1 Ano
da Instalação

Trabalhamos com **TODAS** as marcas.

Contato:

(51) 8011.8676 / 9751.4663



CANTINHO DO CÃO
PETSHOP

Cantinho do Cão
Cuidando da
sua família

Espaço de Adoção Responsável: 1º Sábado de cada mês - seu sonho é ter um(a) amigo(a) incondicional? Participe!

Camas
descontos de
10% a 30%

www.petcantinhodocao.com.br

RUA CORONEL CLAUDINO, 643 - CRISTAL - PORTO ALEGRE

(51) 3249-8091

Enfermatec

CUIDANDO DA SUA FAMÍLIA

ENFERMEIROS, TÉCNICOS EM ENFERMAGEM
FISIOTERAPEUTAS, CUIDADORES DE IDOSOS



Ligue:
(51) 9985.5201
ou 8182.9193

Conheça melhor nossos serviços,
acesse:
www.enfermatec.com.br

RESIDENCIAL GERIÁTRICO DOCE CANTINHO

LAR E CRECHE PARA IDOSOS

- Enfermagem 24hs.
- Médico • Nutricionista
- Fisioterapia
- Lar só para mulheres
- Diárias e mensais
- Quartos privativos e semi-privativos
- TV a cabo

Fone:
(51) 3377.5792

Emerson 8476.9242
Michele 9612.0665



Travessa Escobar, 399 - Camaquã
esquina Otto Niemayer

Residencial Geriátrico Casa Verde

Enfermeira e equipe de Enfermagem - Médico Assistente
Fisioterapeuta - Diária / Pernoite - Longa Permanência
Facebook/Residencial Geriátrico Casa Verde

3239-2502 / 8529-6039

Av Juca Batista, nº 405 - Ipanema POA
E-mail : marcelovalvescarbonel@hotmail.com

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

Melhor idade por quê? Porque estamos ficando velhos?

A Terceira Idade é uma fase da vida pela qual a maioria dos indivíduos de uma sociedade bem equilibrada e igualitária tende a passar. Quando esses fatores não se apresentam, muito dificilmente teremos o envelhecimento sadio dos sujeitos dessa sociedade. Embora seja ainda a época da vida em que esses indivíduos sejam apresentados a doenças e males que nunca antes tinham aparecido enquanto eram jovens, a terceira idade vem com a promessa de uma nova visão de mundo, uma postura renovada, que passa a condizer com a condição de idoso.

Às vezes chamá-los de idosos pode entristecê-los, ou desanimá-los de uma forma indescritível. E é aí que se apresenta uma saída para essa nomenclatura: a melhor idade. Ela existe? A melhor idade é de fato o melhor período da vida do homem em geral? Ou apresenta-se como um termo mais agradável para tratar daqueles que muito viveram e ainda estão entre nós para contar a vivência de seus muitos anos de vida?

Eufemismo ou não, o que se sabe e pode-se afirmar é que a terceira idade garante ao indivíduo a abertura de um amanhecer diferente de todos aqueles pelos quais ele já passou em outras fases da sua vida. E por isso é, ainda que não seja tão palpável assim, a melhor idade para (re)descobrir o mundo ao redor daqueles que a compõem; além, é claro, de fazer desse um universo cheio de possibilidades, embora as condições físicas – ou mentais – estejam

Residencial Vivecer Geriatria

- Prestação de Serviços de Enfermagem 24hs
- Hospedagem, Alimentações diárias - Fisioterapia Coletiva
- Consulta Médica Mensal - Ambulância 24hs - Nutricionista

51 3242.3798 / 9917.1137
Rua Ibirubá, 387 - Cavalhada
Esquina com Av. Otto Niemayer

RESIDENCIAL GERIÁTRICO VOVÔ FRANCISCO

*Conforto e bem estar...
O mais agradável lar para a vovô e o vovô.*

- Enfermagem 24 hs - Fisioterapeuta - Nutricionista
- Enfermeira - Terapia Ocupacional - 6 refeições diárias
- Refeitório - TV a cabo - Tvs de Led - Circuito de câmeras
- Ambiente climatizado - Festas comemorativas e festivas

Av. Eduardo Prado, 1601 - Porto Alegre - RS
Fones: (51) 3248.4557 - 8401.3964

Cuidado com os olhos

Os olhos são as estruturas responsáveis pela nossa visão, sendo, portanto, bastante importantes para nosso organismo. Normalmente percebemos que algo não vai bem com nossos olhos quando sentimos dor ou quando eles estão avermelhados. Entretanto, esses sinais mostram que esses importantes órgãos já sofreram muitos danos.

Apesar de entendermos a importância dos olhos, muitas pessoas não possuem o devido cuidado com esse importante órgão. A seguir vamos conhecer alguns cuidados que devemos ter em relação a essas estruturas.

O uso de computadores, smartphones e televisões está cada vez mais frequente e, com isso, deixamos nossos olhos focados em um aparelho por muito tempo. Essa atitude pode desencadear dores de cabeça e fadiga ocular, sendo necessário tomar cuidado com essas ações.

É fundamental fazer pausas durante o dia, não deixando os olhos focados por muito tempo. O ideal é deixar os olhos recuperarem-se. Especialistas recomendam que, de tempos em tempos, a pessoa olhe para o horizonte sem focar sua visão. A recomendação é simples e deve ser feita por pelo menos cinco minutos diários.

Piscar também é importante, pois lubrifica os olhos. Sendo assim, ao ficar muito tempo focado em uma atividade, lembre-se de piscar para que as impurezas sejam retiradas e seu olho funcione melhor.

Outra dica importante é sempre lavar as mãos para mexer nos olhos, pois as mãos sujas podem de-

desencadear infecções. Além disso, ao cair partículas estranhas, é fundamental não coçar o olho; caso seja necessário, procure um oftalmologista.

Cosméticos também merecem atenção. Nunca devem ser usados produtos vencidos, e cremes para a região dos olhos devem ser aplicados com cuidado e não muito próximo das córneas. Lembre-se também de sempre retirar os excessos de maquiagem no final do dia.

Apesar de não parecer, uma alimentação adequada e praticar exercícios físicos também estão relacionados com olhos saudáveis. Entretanto, é importante atenção caso os exercícios sejam realizados ao ar livre, sendo fundamental proteger os olhos dos efeitos nocivos do sol utilizando óculos escuros quando a incidência solar estiver alta.

Outro ponto importante é procurar sempre um oftalmologista para consultas periódicas. Um check-up preventivo pode ajudar a descobrir doenças precocemente e evitar que o problema se agrave.



CIRURGIÃO
DENTISTA

Dr. Rodrigo Isaac Mañ
CRD 21299

3261.3750 | 9708.9762

Estr. Eduardo Prado, 1441 | Porto Alegre

FARMÁCIA **DROGANEMA** FARMACIA Associadas

Verificação de pressão /
Aplicação de injetáveis (com receita)

- Medicamentos
- Perfumaria
- Produtos médico-hospitalares

Telemarketing **3246.8627/3241.6875**
Av. Juca Batista, 2249 IPANEMA
Atenção Farmacêutica: Dra. Nicele Scholles dos Santos CRF/RS 7271

Aviamos
receitas
Tudo em até
6 x s/ acréscimo

Ótica Reis

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

☎ (51) 3336.6943
Av. Teresópolis, 3173
otica_reis@hotmail.com

**Descontos especiais pra você realizar os exames que precisa.
Venha conferir.**

RADICOM
Clínica de Diagnóstico Médico por Imagem

**CONVENIADOS IPE
TÊM DESCONTO
ESPECIAL**

Agende seu exame na nossa Central de Atendimento: **3218.2400**

- Ressonância Magnética de 1,5 Tesla
- Ressonância Magnética de Extremidade
- Ressonância Magnética de Campo Aberto
- Tomografia Computadorizada de 8 canais
- Ecografia Cardio, 3D e 4D
- Densitometria Óssea
- Mamografia

AGORA ATENDEMOS SOMENTE EM NOSSA MATRIZ:

Av. Érico Veríssimo, 624 - B. Menino Deus - www.radicom.com.br

Entenda por que dormir demais deixa as pessoas com sono



Dormiu mais do que o normal na noite passada, mas continua cansado? Pois é, ao contrário do que se imagina, ter horas extras de sono pode não ser a cura para o cansaço. Isso porque o corpo funciona dentro de uma rotina de sono e está adaptado e acostumado com esta consistência. Ficar mais tempo na cama interrompe justamente este ritmo já estabelecido. As informações são do site The Huffington Post.

Segundo Michael J. Breus, especialista da Academia Americana da Medicina do Sono, a média de um ciclo de sono é de 90 minutos, o que significa que as pessoas têm aproximadamente cinco etapas dessas durante uma noite de 7,5 horas de repouso. Portanto, quem fica uma hora a mais na cama além do que está acostumado desperta no estágio 3 ou 4 deste ciclo, que

representa o sono profundo. Além de ser mais difícil acordar nesta fase, é a interrupção desta etapa completa que deixará a pessoa exausta e desanimada durante todo o dia. “Vale lembrar que quantidade não é qualidade. Você pode dormir muito e ainda ser estar privado de um bom sono”, afirma o especialista.

Para ter uma qualidade melhor de sono, o ideal é marcar o horário que precisa levantar da cama de manhã e diminuir 7,5 horas para assim encontrar o tempo certo de ir dormir e poder completar os cinco ciclos completos durante a noite.

Cochilo curto melhora memória em cinco vezes

Um cochilo profundo de 45 minutos pode melhorar a memória em cinco vezes. De acordo com especialistas, o descanso ajuda “significativamente” o cérebro a guardar as informações recém-adquiridas. O resultado é uma ótima notícia para estudantes que agora têm o aval médico para descansar após as aulas e principalmente depois de fazer revisões para provas.

A pesquisa reuniu voluntários e deu a eles uma lista com 90 palavras e 120 pares de substantivos desconexos como “leite e táxi”. Depois, metade dormiu por 45 minutos, enquanto os outros assistiram a um DVD. Na retomada do teste, quem havia descansado lembrava muito mais palavras e pares do que quem havia ficado diante da TV.



CaeroClins

Clínica Odontológica

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

RT Dr. Luís Gustavo Zambiasi Caero
ESPECIALISTA EM IMPLANTODONTIA
CRO/RS 18040 - EPAO/RS 3088

HÁ MAIS DE 10 ANOS CONQUISTANDO SUA CONFIANÇA

3072.3828 / 3414.2009

ORTODONTIA

APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS
DOCUMENTAÇÃO ORTODONTICA
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

IMPLANTES

PERIODONTIA

ODONTOPIEDIATRIA

TRATAMENTO CLÍNICO E
ODONTOLOGIA PREVENTIVA

TRATAMENTO

ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

PRÓTESE / RX / CLAREAMENTO



www.caeroclins.com.br

Matriz Canoas

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

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

Filial 1 Agronomia

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

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

Filial 2 L. Pinheiro

Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 15 A
3319.7943 - 3072.2043

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

Como diagnosticar e aliviar dores nas pernas

As dores nas pernas são comuns a muitas pessoas, de todas as idades. Saber como tratar as dores nos membros inferiores pode ser tornar complicado, já que as causas podem ser várias. Aprenda neste artigo algumas causas e dicas para aliviar a dor nas pernas.

Dicas para diminuir as dores nas pernas:

- Se tem um emprego que o obriga a passar muitas horas sentado ou de pé, tente fazer alguns alongamentos e andar um pouco, no mínimo de hora a hora, quando vai por exemplo, à casa de banho.
- Se trabalha sentado, sente-se bem encostado à cadeira e procure por não cruzar as pernas.
- Sempre que for possível, deite-se durante alguns minutos, elevando as pernas acima da altura do coração.
- O sol e o calor não são amigos das suas pernas. Evite estar com as pernas ao sol durante muito tempo e evite ainda a água do banho com temperatura elevada. Faça um banho de água morna e melhore a circulação das pernas, passando-as de



seguida com água fria. Repita a operação algumas vezes.

- Antes de ir dormir, faça uma massagem nas pernas, com movimentos circulares e de baixo para cima, de modo a melhorar a circulação sanguínea.
- Use meias e roupa confortáveis e não se esqueça de usar um calçado cómodo e baixo.
- Verifique a sua tensão arterial regularmente. Faça exames médicos, verificando ainda os níveis de açúcar no sangue, o colesterol, etc.
- Faça uma alimentação saudável e variada. Alimentos ricos em açúcares e gorduras são prejudiciais para a sua saúde e para a saúde das suas pernas.
- Não fume. O tabaco é muito prejudicial para a circulação, uma das maiores causas das dores nas pernas.

30min = 2h de academia

miha bodytec

☎ (51) 9786.9028 📧 tech_fun_treinamento_funcional 📱 Alexander Nocker
www.techfunreinamentofu.wix.com/techfun
R. Cel. Massot, 1551 - Cristal - POA/RS

FIM DAS DORES DE COLUNA, NERVO CIÁTICO, JOELHOS, PERNAS E BRAÇOS

Chegou o gel de massagem com Copaiba, Arnica e óleo de Peixe Elétrico.

Tele-entrega 51 9971.3939 📞

Lookbel
Cosméticos Profissionais

KIMURA
professional hair

Anabolic Power da Kimura Cosméticos, suplemento capilar, selagem das cutículas, reposição da massa capilar, brilho ao extremo, super nutrição e crescimento saudável tudo em um só produto.

Anti-frizz Softax Capilar 40 dias Kimura é um tratamento a base de óleos de opun com microesferas de vitamina E, tratamento eficaz na redução de volume, deixando os fios nutritivos, fortes e saudáveis, 0% de frizz por até 40 dias.

LOJA ZONA SUL
Av. Edgar Pires de Castro, 1550 - Hípica
☎ (51) 3237 1878

LOJA CRISTÓVÃO
Av. Cristóvão Colombo, 1326 - Floresta
☎ (51) 3028.1878

LOJA ONLINE www.lookbel.com.br 📱 Lookbel 📱 LojaLookbel 📞 (51) 8129.4981

SUPER TRES

Av. Teresópolis, 3742 - Bairro Nonoai
Fone: (51) 3259-6229

Av. Prof. Oscar Pereira, 4125 - Cascata
Fone: (51) 3318-7138

Av. Teresópolis, 3398 - Teresópolis
Fone: (51) 3266-3053

Mercado Caxias

AÇOUGUE - PADARIA - FRUTERIA



Horário: das 8h às 22h00
Domingo: das 8h às 14h e das 16h às 22h

Av. Costa Gama, 5001
(51) 3239-3614

Filial: Estrada Barro Vermelho, 571



Venha fazer o cartão Super PIA!
Trabalhamos com todos os cartões de crédito!

Entrega de rancho grátis

Horário de funcionamento:

seg à sáb das 8h às 21h (sem fechar ao meio-dia)

Domingo das 8h às 13h30 e das 15h às 20h30

Av. Rio Grande, 325 - Campo Novo - POA/RS

FONE: 3391.6882

SUPERMERCADO Itapua

ACEITAMOS TODOS OS TICKETS E CARTÕES INCLUSIVE GOOD CARD

Rua Nossa Senhora dos Navegantes, 1.260 - Itapua - Viamão/RS

Fone: 3494.1250 / Fax: 3494.1249



ESPETÃO do Forte

CHURRASCO PARA LEVAR

Av. Otto Niemeyer, 2532

(51) 3242.4299

PASQUALI

Padaria e Confeitaria

TORTAS
DOCES E
SALGADOS

Aceitamos Encomendas

Tele Entrega
3241.6262

Av. Otto Niemeyer, 3465



Comercial KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

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

(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773

e-mail: comercial@knetig.com.br

Mercado Das Frutas

Sacolé BARCELLOS Hortifrutigranjeiros



Av. Edgar Pires de Castro, 1895 | ☎ 3029-8054

RECEITAS

Carne de Soja Refogada



Ingredientes

- 1 xícara(s) (chá) de proteína de soja
- 2 xícara(s) (chá) de água fervente
- quanto baste de sal
- quanto baste de salsinha picada(s)
- 1/2 unidade(s) de cebola picada(s)
- 1 dente(s) de alho picado(s)
- 2 unidade(s) de tomate sem semente(s)
- 1 colher(es) (sopa) de óleo de soja

Modo de Preparo

1. Coloque a proteína de soja em um recipiente e cubra com água fervente.
2. Em seguida escorra-a em uma peneira, retirando o excesso de água com o auxílio de uma colher, apertando-a contra a peneira.
3. Tempere a proteína de soja com os tomates picados, a cebola picada, o alho picado, a salsinha picada e o sal.
4. Coloque o óleo em uma panela e refogue a proteína até ficar levemente dourada.

Escondidinho

Ingredientes

- 500 gr de carne seca
- 1 kg de mandioca
- 1/2 unidade(s) de cebola ralada(s)
- quanto baste de cheiro-verde
- 1 copo(s) de requeijão
- quanto baste de azeite
- quanto baste de leite
- quanto baste de sal
- quanto baste de margarina



Modo de Preparo

1. De véspera coloque a carne seca de molho e vá trocando a água para tirar o sal.
2. Dica: Se não tiver tempo, basta aferventar a carne seca três vezes para que ela vai ficar no ponto, pronta para uso.
3. Cozinhe a carne seca e depois de cozida, retire a gordura e desfie em pedaços médios, reserve.
4. cozinhe a mandioca até que fique bem macia.
5. Faça um purê com pouco leite (para ressaltar o gosto da mandioca), margarina e sal.
6. Em uma panela, refogue a cebola no azeite.
7. Adicione a carne seca e a salsa e cebolinha. Em um pirex coloque o purê de aipim, por cima a carne seca e cubra com um copo de requeijão.
8. Leve ao forno quente rapidamente para derreter o requeijão.

MERCADO E AÇOUGUE NAVEGANTES



Visite-nos e confira!

Linguiça de porco



Com queijo

**Incremento
Seu Churrasco
Cupim Bovino
Resfriado**

RS 12,98 kg



Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina - Suína - Aves

CARNES
INSPECIONADAS

RS 19,50 kg

Meia Ovelha

RS 21,98 kg

Pernil

RS 18,00 kg

Ovelha Inteira

RS 18,99 kg

Costela Com Carré

RS 25,98 kg

Paleta

Miúdos de Ovelha



Rins
RS 3,98 kg

Lingua
RS 4,99 kg

Coração
RS 11,98 kg

Filé de Ovelha
RS 18,99 kg

Tempero para carne de ovelha
200g
RS 3,69

Av. Edgar Pires de Castro, 2649 ☎ 3311.0597
mnavegantes2010@hotmail.com

Doce de leite condensado**Ingredientes:**

- 1 lata de leite condensado
- Água

Modo de preparo:

1. Coloque em uma panela de pressão a lata de



leite condensado fechada.

2. Coloque água até cobrir a lata.

3. Depois leve ao fogo alto e conte 30 minutos após começar a “chiar”, tire a lata e deixe esfriar.

4. Abra a lata e estará um doce delicioso.



• Buffet de Cachorro Quente
 • Buffet de Xis • Churrasquinho
 • Sanduíches • Torradas • Salgados
 • Tortas • Doces • Chocolate quente
 • Cafés • Chás

ESPAÇO PARA FESTAS

WIFI GRÁTIS f polilanches ☎ (51) 3026.6671
 Rua Barão do Triunfo, 679 - Azenha PO/RS



Picanha na tábua, Filés, Xis, Bauru e muito mais...

Diariamente, Inclusive Domingos e Feriados

Alaminuta Carne / Frango
Ao meio dia

TELE-ENTREGA
3242.2583
Av. Cavalhada, 2180




Império das Frutas

Ambiente familiar e com bom atendimento

Horário: Segunda à Sábado das 8:30 até 24:00
 Domingo das 8:30 até 20:00
 Sem fechar ao Meio Dia

Av. Edgar Pires de Castro, 3749

Fone: 3266-2991

ACEITAMOS CARTÕES
 VISA 
 MasterCard 
 Boleto 



Super Tchê
Barbaridade

AV JUCA BATISTA, 2154 - FONE: 3246.7307
RUA BECO DO PALADINO, 77 - FONE: 3245.3245



Mercado & Açougue

TRADIÇÃO

Sucesso em carnes.

☎ **3258.5276**

Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami

SUPERMERCADO

FABONATO



Avenida Herval, 41 - Bairro Cascata
(51) 3249-7894

Rua Enio Aveline da Roxa, 105 - Cohab Cavalhada - **(51) 3093-0566**



Carboni
Supermercado
PINHEIRO

(51) 3315.2493

ACEITAMOS OS PRINCIPAIS CARTÕES.

Afonso Lourenço Marriante, 4550 - Porto Alegre/RS



 Curta nossa página no Facebook e fique por dentro de todas as ofertas do Carboni Pinheiro
www.facebook.com/CarboniPinheiroNovo



Faça você mesmo

Jeito bonito de servir beigadeiro de colher ou no copo nas festas de aniversário. O segre é combinar cores e sabores.



PEG Fotos e Filmagens
Casamentos, 15 anos,
Infantil, Newborn, Book,
Pré-casamento, Gestante

30610267 / 41000267
86093279

www.pegfotos.com.br



Espaço para Eventos

Casamentos | 15 anos | Formaturas
Festas Infantis/Empresariais

☎ 3249.1602 / 9908.9972

ST **START**
som e luz

* Festas em geral
* 15 anos
* Casamentos

Dj Lucas Oliveira Fones:
9114 9531 / 9404 9594
E-mail: lucasbarbosadeoliveira@gmail.com

O Kasarão do samba
Música ao vivo

3907.0761
9150.6100

TERCEIRA **LA BIONDA** SOM | LUZ | TELÃO
Aniversários • Casamentos
Formaturas • Festas em geral

O SOM DA PEGADA

☎ 8553.6320 / 9178.3620 www.3labionda.com.br

WJM Brinquedos
Locação para Festas

Gato Inflável - Air Game - Playground - Toalhas
Aluguel de mesas e cadeiras

Contatos: w.j.mbrinquedos
3250-1528 / 8576-1699 / 8551-7081
wjmbriquedos2@gmail.com

Lady Birdy
Decorações

- Arco de balões
- Arranjos para mesa de convidados
 - Balões à gás
 - Brinquedos
- Arranjos com flores naturais e artificiais
 - Festas temáticas
 - Decoração provençal

Lady Bird Decorações
51 9291.6648 (Claro)
8477.2836 (Oi)
ladybird.decoracoes@yahoo.com.br

VET & TOSA
TELE-BUSCA
Lucas Kramp
 ☎ 8569.8301 | 📠 9892.5532

MÉDICO Veterinário
 Dra. Cláudia de Azevedo
 Médica Veterinária
 CRMV-RS 9634

9885.2507 / 8552.0527
 AV. NILO WULFF, 916 - RESTINGA NOVA
 PORTO ALEGRE • (51) 3261.4804
 2ª A 6ª FEIRA - das 8h às 18h | SÁBADO - das 9h às 15h

MÉDICO Veterinário
Dr. Idio J. Robaskiewicz
 Médico Veterinário
 CRMV-RS 9633

ATENDIMENTO EM DOMICÍLIO - CONSULTAS E VACINAS

☎ 8577.4911 | 📠 9299.8834

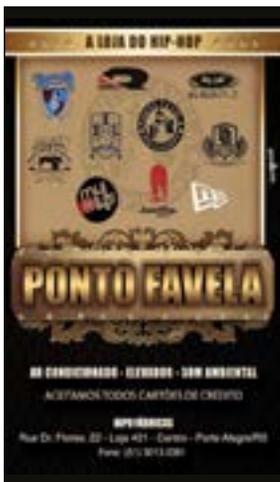
Check-up em animais de estimação

Você faz check-up anual? Vai ao médico, faz exames e cuida da sua saúde? E da saúde do seu pet, você cuida corretamente? Qual foi o último check-up dele? Poucos donos de pet têm o costume de levar o seu animal de estimação para realizar um check-up, mas isso é muito importante. Quando o bichinho é levado para ser examinado e realizar exames laboratoriais de rotina, doenças ou anormalidades que possam existir e ainda não estejam apresentando sintomas podem ser descobertos. Qual a vantagem disso? Um diagnóstico precoce, tratamento inicial e maior chance de cura.

É uma maneira de você garantir a saúde animal e evitar que seu pet tenha doenças mais graves.

Quando o check-up deve ser feito?

Por toda a vida do bichinho é importante que ele seja examinado e que a sua saúde seja monitorada. Enquanto filhote as visitas ao médico veterinário são mais frequentes para garantir que as vacinas sejam dadas em dia. Depois disso, é indicado pelo menos um check-up anual, até que ele chegue à fase de velhice.



Quando o bichinho já tiver mais de 7 anos de idade, essa consulta deve ser semestral. Claro que caso o animal tenha um problema de saúde mais sério ou um histórico de alguma doença genética nos seus ancestrais, esse check-up poderá ser feito mais rotineiramente. Quem vai orientar quanto a isso é o veterinário do seu bichinho.



Como será feito o check-up?

O bichinho será completamente examinado, desde a sua pele e ouvido para ser se há pulga ou oíte, até o coração e órgãos internos. Em locais nos quais há mais recurso, hemograma, eletrocardiograma entre outros exames podem ser solicitados e realizados, principalmente nos animais mais jovens.

Caso alguma anormalidade seja verificada, novos exames podem ser solicitados e o tratamento indicado será orientado. Além disso, nesses exames periódicos, o peso, o crescimento entre outros são acompanhados. Por exemplo, se o animal tiver com sobrepeso, uma ração mais adequada e uma nova dieta poderá ser prescrita.

A vacinação também será colocada em dia e o dono do cão será orientado sobre a vermifugação do bichinho. Lembre-se que para o pet estar seguro, não adianta apenas vaciná-lo nas campanhas. Há diversos outros tipos e vacina como a da parvovirose e cinomose que precisam ser administradas.

Já o vermifugo é de extrema importância para evitar um quadro grave de verminose que pode deixar o pet fraco, triste, com diarreia, vômito, entre outros problemas de saúde.

Lembre-se de que há diversas doenças que são silenciosas e podem progredir sem que nenhum sinal clínico seja notado. Por isso, um exame mais detalhado e periódico é muito importante.

Elimine Pulgas e Carrapatos, com Receitas Caseiras

Ingredientes:

- . 1/2 litro de álcool
- . 1 molhe de capim-cidreira picado.
- . 2 colheres de sopa de sal de cozinha
- . 2 ou 3 litros de água

Modo de fazer:

Capim cidreira
Capim cidreira

Pique o capim-cidreira bem miudinho, coloque numa garrafa PET com o álcool, tampe a garrafa e deixe em infusão por uns 2 dias.

Após esse tempo, pegue um balde, coe e aproveite só o líquido, coloque a água, acrescente o sal de



cozinha, e já está pronta a solução caseira que vai acabar com as pulgas e carrapatos dos seus cães.

Coloque num borrifador. O restante guarde em garrafas pets. Se a receita aprovar, da segunda vez, dobre a receita e faça em maior quantidade.

Como aplicar:

Pulverize no pelo dos cães 2 vezes por semana. Também aplique no ambiente, na caminha, no quintal, no canil e em todos os lugares por onde circulam os animais.

KREFTA VET CENTER



Centro de Saúde Animal

- ✿ Clínica e Cirurgia
- ✿ Estética (banho e tosa)
- ✿ Petshop
- ✿ Consulta dermatológica

DRA. CLAUDIA KREFTA DE SOUZA
Médica Veterinária | CRMV - RS 6188

51 3737.3235
51 9112.3235
51 8610.9057

Confira Promoções de Inauguração!

Av. Teresópolis, 3499 - Bairro Teresópolis
E-mail: claudiakreftha@yahoo.com.br

Agrocenter
Coldebella

Qualidade, Preço e Bom Atendimento

Venda de pintos

Vestuário | Mudas | Rações | Medicamentos

3258.1108 / 8104.8785

ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA/RS

TELE ENTREGA DE RAÇÕES

DIVERSAS MARCAS DE RAÇÕES PARA CÃES E GATOS

				
Premier Amb. Inter. - 12 Kg R\$ 165,00	Naturalis AD. - 15 Kg R\$ 104,90	Kanina Car/Cer - 15 Kg R\$ 74,90	Golden Gatos Ad. - 3 Kg R\$ 104,90	Cat Chow P. Saud. - 9,5 Kg R\$ 69,90





ARMAZEM DOS BICHOS

(51) 3084-0023
(51) 3029-9309
(51) 9912-5696



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

Curiosidades automotivas

VOÇÊ ? SABIA

- Andar com os vidros abertos faz o carro consumir 16% a mais de combustível. Com o bagageiro lotado o veículo também passa a consumir 28% a mais e freios desregulados 14%.

- Ferdinand Porsche instalou tração 4x4 em

Fuscas que eram usados exclusivamente para uso militar na década de 30.

- Na década de 40, como a produção nacional era pequena e havia poucos modelos de luxo, o governo permitia que, em cada viagem a Nova York, um cidadão trouxesse na bagagem um Cadillac totalmente isento de impostos? Tanto que o Brasil ficou conhecido por anos a fio como o “País dos Cadillac”.

- A Peugeot tem por tradição chamar seus carros por números de três dígitos? O primeiro número refere-se ao tamanho, o do meio é sempre zero (a marca patenteou todos os números de três dígitos com zero no meio pois era o único meio de camuflar o furo por onde se colocava a manivela) e o terceiro identifica o modelo.

- Ferdinand Porsche não pôde colocar o nome de 901 em um dos seus modelos por causa da patente da Peugeot? Por isso o mito se chama Carrera 911.

- Cientistas do Departamento da Universidade

Penn State afirmam que o óleo de milho, girassol e canola podem lubrificar carros, barcos e máquinas, e com uma vantagem são biodegradáveis e de fontes renováveis. Os novos lubrificantes já estão em testes na Marinha americana.

- O modelo em miniatura mais caro do mundo é um Matchbox (tradicional fábrica de miniaturas), a réplica de um Táxi Chevy foi leiloada por 7.100 dólares.

- O primeiro carro que rodou no BRASIL, em 1893, era a vapor e pertencia a Henrique Santos Dumont, irmão de Santos Dumont?

- O primeiro carro construído no país foi feito em 1905, por Cláudio Bonadei? O curioso é que ele montou o carro e não mediu a porta da garagem. Resultado: teve que derrubar as paredes para sair...

- Além de inventar o avião, Santos Dumont também organizava corridas? Aperfeiçoou um motor para competição e depois usou-o em seu balão Santos-Dumont nº 1.



Silveira
Parafusos & Ferramentas

Parafusos de Cabeçote - Prisioneiros
Parafusos de Roda - Rolamentos
Especializada em parafusos

3249.3377 / 9309.0559
csilveirafixadores@yahoo.com.br
Est. João Antônio da Silveira, 1093 - Restinga

QR CODE

ProcureAche



Com mais essa novidade, a ProcureAche pretende trabalhar ainda mais e melhor a sua marca e o seu negócio, oferecendo novos caminhos e estendendo a experiência do meio impresso para o virtual!

Tenha o seu próprio QR CODE na revista ProcureAche e leve a sua marca e promoções únicas do seu negócio para além do impresso! Nos celulares, smartphones e tablets também!

Informações pelo e-mail: qrcode@procureacherevista.com.br
Fones: (51) 3026-8445 / (51) 9613-6986

Smartphone mais barato do mundo começa a ser vendido por 15 reais



A empresa indiana Ringing Bells começou a entregar o smartphone mais barato do mundo. Chamado de Freedom 251, ele sai por apenas 251 rúpias indianas ou 4 dólares (cerca de 15 reais).

No entanto, por trás do preço atraente, há uma questão de negócios relevante: para cada aparelho vendido, a empresa indiana perde cerca de

2,20 dólares. “Teremos uma perda, mas estou feliz por realizar o sonho de conectar indianos pobres de áreas rurais”, disse Mohit Goel, fundador e presidente-executivo da empresa, ao jornal indiano Indian Express.

Goel acredita que as perdas serão reparadas assim que as vendas em massa se iniciarem. Segundo a empresa, cerca de 200 mil aparelhos estão sendo enviados neste primeiro lote. Há planos para abrir novas vendas em mais um lote de 200 mil unidades nos próximos meses.

De acordo com estimativas, a empresa pode perder até 247,5 mil dólares com o primeiro lote de celulares vendidos.

A companhia, contudo, ainda não enviou aparelhos para testes – no evento de lançamento, a Ringing Bells mostrou protótipos que, no fim das contas, eram apenas celulares de outra empresa indiana com a marca coberta.

O dispositivo é destinado a quem precisa de um telefone sem muitos recursos ou mora em locais mais remotos da Índia, como em zonas rurais. Só que muita gente que fez a reserva está mesmo é curiosa para saber se o smartphone – com 3G e todos os apps básicos da Google – de fato funciona e “quebra um galho”.

Especificações técnicas

Com conectividade 3G, o Freedom 251 tem tela de 4 polegadas, câmera frontal de 3,2 megapixels, câmera traseira de 8 megapixels e usa o sistema Android 5.1.

O aparelho tem ainda 1,3 GHz de capacidade de processamento, 1GB de memória RAM e 8GB de armazenamento, com entrada para cartão SD.

GMSINFO

www.gmsinfo.com.br
gmsinfo@gmsinfo.com.br

Formatação com recuperação total dos dados

- Redes domésticas e Corporativas Cat 5 e 6
- Remoção de vírus e soluções para segurança dos dados
- Firewall
- Sistemas de Gestão e NF-e e Contabilidade

Empresa especializada em atender Empresas e Contadores.

Garantindo as Melhores Soluções!
Venha Comprovar!

Rua Padre João Batista Reus, 2013 - Tristeza
(51)3022-7705 - (51)3224-8608

Ponto do eletrônico



- Assistência técnica
- Celulares
- Tablets
- Games
- e muito mais

AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 866/01 (51) 2111-7530
RUA VOLUNTÁRIOS DA PÁTRIA, 294/107 (51) 3213-8137

multimarcas

CELULARES



Assistência técnica autorizada LG

Especializada em:

iPhone, Nokia, Samsung, Sony, Motorola e outras.

Fone: (51) 3333-6666
Av. Protásio Alves, 666 - Rio Branco

Cia Do Smart

Tudo para seu Smartphone

ASSISTÊNCIA TÉCNICA E ACESSÓRIOS PARA
CELULARES E COMPUTADORES

8590-0461



Cia do Smart

Avenida Eduardo Prado, 1741 - Cavalhada
Em frente ao Tumelero



Praça histórica do final do século XVIII surgiu com o núcleo inicial da cidade, sempre ligada ao lago e às atividades trazidas por ele. O antigo porto fluvial da cidade produzia uma grande movimentação no pequeno povoado, que contava, então, com uma pequena capela dedicada a São Francisco, provavelmente situada também na praça. Com o desenvolvimento do burgo, a capela perde o seu lugar, a sede religiosa foi deslocada para a praça situada no alto da colina, onde foi construída a matriz que lhe deu o nome.

Em 2 de julho de 1783 os vereadores determinaram que se construísse um cais de pedra junto ao rio para facilitar o desembarque de passageiros e mercadorias. Em 1804 o Governador da Província, Paulo da Gama, ordenou que se ampliasse o ancoradouro através da construção de uma ponte sobre o rio, com cais e trapiche, obra com 24 pilares de cantaria adentrando o leito fluvial que possibilitava o desembarque de sumacas e iates de grande porte.

Os comerciantes foram transferidos para a Praça do Paraíso, hoje a Praça XV, mas, por resistência dos comerciantes, a Câmara acabou permitindo, de forma transitória, a utilização do lado oeste como local de mercado, passando a se chamar Praça da Alfândega..

Na mesma época Silvestre de Souza Telles, com base em uma concessão recebida, reivindicou a posse de parte da área que fazia fundos com a Alfândega,



o que comprometia os planos de expansão do logradouro. O reclamante teve sua concessão cassada, e a administração pública providenciou que o acesso ao trapiche e à Alfândega fosse desembaraçado de ambulantes e construções temporárias. Contudo, os esforços oficiais foram insuficientes para manter o local asseado e desimpedido, tornando-se um depósito de detritos.

A situação melhorou entre 1856 e 1858 quando foi erguido um muro de pedra com uma escadaria junto ao rio, no alinhamento da atual Rua Sete de Setembro. Em 1866 a Cia Hidráulica Porto-alegrense instala um chafariz de ferro bronzeado e a arborização é iniciada, com o plantio de árvores por empreitada, mas logo a praça foi entregue aos moradores do entorno.

A Praça da Alfândega, sendo um forte ponto de referência e representando todo um passado histórico, era o local natural para localização do ponto de desembarque de passageiros. Desta maneira, a construção do cais começa ali, no eixo da qual é colocado o portão central. Seguindo o paradigma urbanístico da época, aquele do urbanismo francês, o eixo que chegava a esse portão deveria ser reforçado para valorizar a entrada e embelezar a cidade através de uma larga avenida, com duas pistas, canteiro central ornado de palmeiras e margeados por imponentes prédios.

Daniela Dalberto ADVOCACIA

TRABALHISTA - PREVIDENCIÁRIO (INSS)
DIREITO DO CONSUMIDOR (SPC/SERASA/DANO MORAL)
MULTAS DE TRÁNSITO

F: 3211.5601 / 3228.3136
daniela.advogada@hotmail.com

OAB 75-0833

Rua dos Andradas, 1273 sala 1204 - Galeria Edith - Centro

SEJA UM CONSULTOR
na sua cidade

por apenas **99,90**

Faça parte da maior e melhor empresa de cosméticos do mundo.

Contato:
51 3022.2802 / 8444.2802

RACCO
Truque mais Fácil. Rapido.



CONSULTÓRIO DE PSICOLOGIA

OPERECE ATENDIMENTO PSICOLÓGICO ESPECIALIZADO
COM VALOR ACESSÍVEL

Fernanda Sá
PSICÓLOGA - CRP 07/25758

ADULTO - CRIANÇAS E ADOLESCENTES
ASSESSORIA ESCOLAR

Av. Borges de Medeiros, 410 - sala 407 - 4º andar
Centro - Porto Alegre - RS

Fones: (51) 3225.6001 / (51) 9353.5799

E-mail: psicomultisaude@gmail.com / www.psicomultisaude.com

Porto Alegre

Até Aqui!

Alfândega

Em 1912 a demolição do prédio da Alfândega e o aterro de 100 metros de largura sobre o rio foram decisivos para a formação atual da praça, levando à reformulação geral e o ajardinamento deste novo espaço urbano. O projeto paisagístico é geométrico e seu eixo central possui uma forte marcação, delimitada pela pavimentação e pela vegetação – palmeiras-da-Califórnia. Este eixo se desenvolve até o cais, cortando a pequena Praça Barão do Rio Branco, finalizando e focando o Portão do Cais, enquadrado pelos prédios do MARGS (antiga Delegacia Fiscal) e do Memorial do RS (antigo Correios e Telégrafos), através da Avenida Sepúlveda.

Em 1920 foram retiradas várias paineiras que prejudicavam as plantações vizinhas e o ajardinamento do local. Em 1923 foi instalada a estátua equestre do General Osório, em bronze, de autoria do escultor Leão Veloso, no centro do logradouro, com espelho d'água, chafariz e bancos. Em 1935 a estátua "A Samaritana", colocada na Praça Montevidéo em 1925, é transferida para a Praça da Alfândega cedendo lugar à Fonte de Talavera.

Nos anos seguintes, a Praça da Alfândega já se constituía num dos logradouros mais interessantes e bem localizados da cidade. A presença dos bondes, primeiro puxados por burros, seguidos pelos elétricos, era responsável pela grande circulação de transeuntes. A construção de hotéis, clubes, cinemas, restaurantes, cafés, traziam para a praça uma animação permanente não só durante o dia, mas também à noite – O Grande Hotel, o Clube do Comércio, o Cinema Guarany, o Cinema Central...

Desde 1955, sempre na segunda quinzena do mês de outubro, acontece na praça a tradicional Feira do Livro, um dos maiores eventos culturais do Rio Grande do Sul, que iniciou com 14 barracas de venda de livros, projeto idealizado pelo diretor do diário de Notícias, Say Marques e executado pelo representante da editora José Olympio, Maurício Roseblatt. Atualmente é or-

ganizada pela Câmara Rio-Grandense do Livro (CRL), atraindo visitantes que buscam os novos lançamentos nacionais e internacionais ou as muitas ofertas de livros usados a baixíssimo custo, assistem aos shows de música, dança e teatro que acontecem diariamente.

Haiss

Moda Íntima

Rua Dr. Flores, 106 loja 07
Galeria A Nação
Centro - Porto Alegre
haissfilial01@outlook.com
Fone: (51) 3024.0590

**Atacado
&
Varejo**

*Preço especial para revenda
Parcelamos em 3 x no cartão*



LUzeVIDA
www.luzevida.com.br
Fone: (51) 3224 0664 - 3286 5404
lojapoa@luzevida.com.br

Aproximar pessoas a Deus é a nossa missão.

Grande variedade em cartões, CDs, DVDs e artigos para presentes

PORTO ALEGRE: Rua Gal. Vitorino, 58
CANOAS: Av. Guilherme Shell, 6750
Fone: (51) 3059 0602
lojacanoas@luzevida.com.br

SANVICENTE SARTORI
PLANOS DE SAÚDE
Imprevistos não tem hora para acontecer!
PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

SulAmérica
Bradesco Saúde
Amil
Unimed ft
DOCTOR CLIN

www.sanvicentesartori.com.br
planosdesaude.rs@live.com
contato@sanvicentesartori.com.br

(51) 3221.6844 3221.5995 3084-4720
9255.4716- WhatsApp 9255.4720

Praça Osvaldo Cruz, 15 conj. 2713
Ed.Coliseu - Centro/POA

Studio Art



Cortes
Masculino
Feminino
Infantil

8525-5537 Fernando | 8403-7334 Angela
9756-8491 Thasiane

Rua Ten. Arizoly Fagundes 2290 - prox. Mercado ABC

VestiMentta

KIDS

(51) 3246.3500 | (51) 8666.3500
Shopping Jardim Verde • Loja 106b
Av. Eduardo Prado, 1954 • Porto Alegre
vestimenttakids • vestimentta@vestimentta.com.br

Aquarela
ESMALTERIA

- * Esmaltação em gel
- * Unhas acrígel
- * Gel e porcelana
- * Hidratação com parafina

Realizando algum tratamento (pé/mão) ganhe uma hidratação!

A Aquarela oferece uma Grande Variedade em Cores. Um charme que faz da Esmalteria uma experiência única!

AMBIENTE CLIMATIZADO

9567 7059 | 9167 9720
8568 5302 | 8322 9086

Manoel Marques de Fraga 70 Aberta dos Morros

3 receitas caseiras para hidratar os cabelos

Mel, azeite e abacate são ingredientes baratos que deixam os fios lindos

Antes de aplicar a máscara de hidratação é importante lavar bem o cabelo com água em temperatura morna pra fria. “Aplique o shampoo uniformemente sobre os fios. Se tiver o couro cabeludo oleoso, esfregue. Para couro cabeludo seco, o melhor é massagear para estimular a oleosidade nos fios”, explica.

Depois de enxaguar, aplique a máscara, massageando sempre do meio para as pontas. Deixe agir entre cinco a dez minutos.

Máscara capilar de abacate



Receita: ½ abacate maduro amassado + 1 gema de ovo + 2 colheres de sopa de mel. Passe a mistura nos cabelos, massageie, envolva em uma touca de papel

alumínio e deixe agir por 30 minutos. Enxágue em seguida.

Máscara capilar de mel

Receita: 3 colheres de mel + 2 colheres de azeite + ½ abacate amassado. Misture todos os ingredientes em um recipiente e aplique dois dedos abaixo da raiz, mecha a mecha. Massageie todo o cabelo enquanto estiver passando a mistura. Deixe agir por 20 minutos e enxágue.



Corte de Cabelo • Penteados
Pedicure • Manicure • Químicas
Colorações



Eduardo Prado, 1739 - Lj 2
51 85152173

ROUPAS TÉRMICAS
Meia, Camiseta
Calça, Casaco, Luva

Vivendo Melhor

LENÇOL TÉRMICO

Bermuda Anticelulite
Melhora a circulação
ANTICELULITE E QUÍMICO

Camiseta
Alivia a dor lombar
ALIVIA A DOR LOMBAR

Para dor no Punho
Alivia a dor
ALIVIA A DOR

UV LINE
Proteção Solar o ano inteiro

(51) 3026.5225 Rua Felipe Camarão, 681 - Bom Fim

Estacionamento cidesconto Porto Park na Felipe Camarão, 564 **TEM A TELEFONEIA**

www.vivendomelhor.com - [facebook.com/VivendoMelhor](https://www.facebook.com/VivendoMelhor)

Máscara capilar de azeite

Receita: 1 colher de sopa de azeite de oliva + 3 colheres de máscara de hidratação. Misture os dois ingredientes e deixe agir por 30 minutos. Importante: não passe na raiz.



Quem tem cabelo seco, pode apostar. Deixa o fio com mais vida e os quebradiços tendem a sumir se você der continuidade com essa hidratação

Dica para hidratar os fios

Para potencializar a máscara de nutrição a dica da hairstylist é misturá-la com alguns tipos de óleos: argan, macadâmia ou abacate. Antes da aplicação, leve a mistura ao micro-ondas por 10 segundos. Assim, ela dilatará as escamas dos fios e penetrará melhor. Repita o processo a cada dez dias.

Studio Black
Cabeleireiros

Simara e equipe
Aqui você é vip!!!
Fone: (51) 85087651

Antônio Mazzaferro Neto, 149 - Moradas da Hípica

Ky Corte

Cabeleireira Unissex
Maquiagem Definitiva Progressiva
Unhas Decoradas
Depilação
Relaxamento Definitivo

51 3241 9080 / 8435 0025

eljanekycorte@hotmail.com
Rua Dr. João Evangelista F. da Costa, 42
Bairro Cavalhada - CEP: 91740-660

Maçaroca
CÍRCULO

Lojas Maçaroca

Moda Feminina, Acessórios, Bijuterias, Lãs e Aviamentos

NOVA LOJA
3258-5768
AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 1940

3242-2597
CENTRO COMERCIAL LAMI - LOJA 14

Aprenda a limpar monitores LCD e de plasma sem estragá-los

A fragilidade de monitores LCD e de plasma é responsável por muita preocupação na hora de limpá-los. Quais produtos deve-se usar? Quais não se deve, de jeito algum? Com essas dicas do Baixaki, você acaba com suas dúvidas e também com as manchas do seu monitor, confira!

O que é proibido?

Não use químicos como detergente, desinfetantes e qualquer outro produto que tenha acetona, amônia, álcool etílico, tolueno ou cloro metano como um de seus componentes. As reações causadas pelo uso dessas substâncias acarretam sérios danos ao monitor, como o desbotamento das cores.

Toalhas de papel, papel higiênicos, lenços de papel e camisetas também devem ser evitados, pois materiais desse tipo podem riscar a tela.

Produtos seguros

O maior aliado da limpeza, neste caso, é a maciez. Algodão, panos de microfibras muito macios e pincéis são ideais, visto que não danificam a superfície. Combinados, eles constituem um kit capaz de combater qualquer tipo de sujeira.

Se o pano seco não for suficiente, a melhor dica é utilizar produtos específicos para limpeza de telas desse tipo. Eles são facilmente encontrados em lojas de informática.

MIX-BAZAR
utilidades & presentes

- Presentes e utilidades domésticas
- Bolsas, carteiras, frásqueiras
- Material escolar
- Brinquedos
- Mochilas
- Bijuterias
- Flores
- Chinelos
- Guarda-chuvas e sombrinhas

Av. Cavalhada, 2965 - quase esquina Otto Niemeyer
Bairro Cavalhada - POA - RS Fone: 51 3023.3220

Loja das Esquadrias
Padrão e Sob Medida

3311-1479 / 3094-0355
lojadasesquadrias@hotmail.com

Av. Edgar Pires de Castro, 174 - Hípica - POA/RS

Piadas



Um Passarinho Me Contou

O pai falou pro filho:

- Filho, um passarinho me contou que você está usando drogas.

E o filho respondeu:

- Usando drogas deve estar o senhor, pra ficar falando com passarinho.

Reclamações da Sogra

O sujeito está saindo do seu apartamento com uma mala e cruza com o vizinho, que pergunta:

- Onde você vai com essa mala, Alberto? Tá se mudando?

- Ah, a minha sogra tá me enchendo o saco! Pra você ter uma ideia hoje ela me xingou de vagabundo, inútil, preguiçoso, insensível, cretino, fracassado... Ah, cansei!

- O quê? Que velha folgada! Se eu fosse você, matava ela, cortava em quatro pedaços e jogava no rio!

- E o que você acha que eu tô levando dentro da mala?

Velho Milionário

Perguntaram ao velho milionário que vivia cercado de belas mulheres:

- O senhor acha mesmo que essas mulheres gostam de você?

E ele respondeu:

- Meu amigo, eu gosto muito de camarão, quando peço um prato eu não pergunto se o camarão gosta de mim. Eu simplesmente como e depois pago.

O gato e o rato

Joãozinho chegou na escola rindo muito, mas rindo de se mijar... a professora então perguntou:

-O que foi Joãozinho, qual o problema? Porque você está rindo tanto?

- Ah, professora, vi uma coisa muito engraçada.

- O que foi? Eu vi um gato comendo um rato. E o que é que tem? Nunca viu um gato comendo um rato?

- De camisinha, Não!

ESTOFARIA KARLA

REFORMAS EM GERAL E CONSERTOS - Orçamento sem Compromisso



(51) 3023-3965 | 9191-5404 | 8049-4179 | 8409-6438 | 8222-5045

Rua Marcílio Dias, 1312

Decore Vidros

Solução em Vidros



SUPER PROMOÇÃO
Box Frontal | Vidro Incolor 8mm até 1,00m
Perfil Natural Fosco (instalado)

PARCELAMOS EM ATÉ 3X
no cheque ou nos cartões:


F. (51) 3237-5707 / 8622-4382 | decorvidros2011@hotmail.com
Rua Ilhéus, 295 - Vila Ipiranga - POA/RS | www.decorvidros-rs.com.br

Mister Máquinas

ASSISTÊNCIA TÉCNICA



- REFRIGERAÇÃO COMERCIAL
- MÁQUINA DE LAVAR
- GELADEIRAS FROSTFREE
- SECADORAS
- LAVA LOUÇA
- FREEZER

51 8050-9800

escadas Pereira

Soluções em Madeira

Orçamento Gratuito na Hora
Vamos até você
Experiência de 20 anos
Pagamento Facilitado
Fino Acabamento



Rua Marcelino Ramos, 222
Fone: 3447-0829 / 9244-1184 / 8445-0090
facebook.com/escadaspereira
e-mail: escadaspereira@gmail.com

Faça você mesmo

Aromatizador de Ambientes

- 100 ml de álcool de cereais
- 100 ml de água mineral sem gás à temperatura ambiente ou água destilada
- óleo essencial com o perfume de sua preferência

- 1 garrafinha pequena para conter a mistura
- conta gotas
- palitos de churrasco ou palitos de bambu
- 1 garrafa ou jarra de vidro para misturar tudo
- 1 bastão de vidro para misturar

Modo de Fazer:

Colocar o álcool de cereais e a água no recipiente de vidro, adicionar o corante e mexer. Colocar gotas da essência mexendo de leve. Caso o perfume não esteja muito intenso, acrescentar gotas até que fique satisfeita

CORTINA Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral

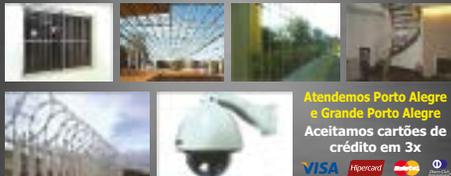
Manoela
 51 9251.5881  51 9957.9195

 cortina.sobmedida@outlook.com  Cortina Sob Medida

SERRALHERIA RODRIGUES

Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

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



Atendemos Porto Alegre e Grande Porto Alegre
Aceitamos cartões de crédito em 3x


Ligue e peça orçamento gratuito
51 8411.1151 | **8413.7291**
3246.3902 Av. Lami, 1650 - Belém Novo
 E-mail: serralheria.rodriguez@hotmail.com
 Acesse nosso site: www.gruporodriguesrs.com.br

Conheça técnicas para limpar os móveis

Fórmula

O que usar: como sua superfície não é porosa, ela impede a retenção de sujeira e não permite que haja a proliferação de fungos e bactérias. Basta um pano úmido embebido em água e sabão, detergente neutro ou álcool para garantir a limpeza e durabilidade.

O que não usar: produtos com cera, silicone, solventes e abrasivos, como sapólio e esponjas de limpeza duas faces.

Laca

O que usar: para que não percam o brilho e a beleza devem ser lavados com um pano embebido em água com um pouco de amoníaco. Para retirar as manchas dos móveis laqueados de branco esfregue um pano embebido em leite puro ou em água. Este tratamento costuma deixar a peça com aspecto de recém-pintada.

O que não usar: álcool ou derivados na limpeza das peças. Também evite deixar a peça laqueada no sol para evitar mudança na sua tonalidade, além de ressecar a pintura.

Vime/ratam/sisal/bambu/juta

O que usar: os móveis com esse acabamento devem ser limpos regularmente com espanador ou com pano seco e macio.



O que não usar: solventes como tiner, aguarrás ou removedor. Não exponha o móvel a luz solar e à umidade, eles são próprios para decoração interna.

Madeira envernizada

O que usar: Qualquer lustra-móveis disponível no mercado limpa rapidamente as superfícies de madeira. A cera sólida dá um acabamento mais sólido e duradouro do que o lustra-móveis líquido ou em spray e é recomendada

para móveis antigos. Se você usar luvas de algodão para encerar os móveis, eles não ficarão marcados com impressões digitais. Limpe móveis de madeira envernizada com um pano embebido em chá, depois passe outro pano seco para dar brilho.

O que não usar: sabões, pastas de dente e produtos abrasivos.

PONTO DOS MÓVEIS
A sua casa merece!

MÓVEIS MODULADOS
E SOB MEDIDA

3264.0574
Av. Juca Batista, 4706 / POA

Tecno - Split

Compre nosso trabalho no Facebook
E-mail: tecnosplit.tecnosplit@gmail.com

Casa 7.000 a 18.000 BTU's R\$ 280,00
Fornecendo Apto. 7.000 a 18.000 BTU's R\$ 320,00
Instalação em color 3 em

(51) 9274 - 8857
(51) 3425 - 0432 (51) 8021 - 3500

ESTOFARIA VIEIRA

Reformas em Geral - Consertos
Customização - Variedades de Tecidos

Orçamento Gratuito
Márcio

E-mail: vieira_estofados@hotmail.com
3086.3035 - 9638.5999 - 3235.1546
Av. Edgar Pires de Castro, 156 - Aberta dos Morros - Poa/RS
Rua Monsenhor Veras, 177 - Santana - Poa/RS

FOCO Móveis Sob Medida
Projetos Residenciais e Comerciais
www.focoplanejados.com.br

Cocinas - Dormitórios - Home Theaters - Home Offices
Ambientes Comerciais - Banheiros - Estofados e Poltronas

(51) 3574.3950 - 8215.1515
focoplanejados@gmail.com - Rua Antônio Mazzotto Neto, 332

Transtornos globais do desenvolvimento e suas características



Na antiguidade, os indivíduos com deficiência são vistos como “doentes” e incapazes, sempre estiveram em situação de maior desvantagem ocupando, no imaginário coletivo, a posição de alvos da caridade popular e da assistência social, e não de sujeitos de direitos sociais, entre os quais se inclui o direito à educação (MAZZOTTA, 1996).

Assim, as pessoas com deficiência não frequentavam a escola e também não conviviam com os demais membros da família e da sociedade. A atenção dispensada a essas pessoas eram somente sob o aspecto clínico, ou seja, somente para atendimentos médicos. Não havia, portanto, atendimento pedagógico e as mesmas eram discriminadas pela própria família, uma vez, que esta escondia-os da sociedade. No entanto, com os avanços da sociedade moderna houve uma desmistificação no que se refere aos direitos da pessoa com deficiência e aquelas que apresentam Transtorno Global do Desenvolvimento.

As crianças com Transtornos Globais do Desenvolvimento apresentam dificuldades em começar e manter uma conversa. Algumas delas evitam o contato visual e não suportam o toque do outro, preferindo manter-se isoladas, mas podem estabelecer contato por meio de comportamentos não-verbais.

Os Transtornos Globais do Desenvolvimento

também causam variações na atenção, na concentração e, eventualmente, na coordenação motora. As mudanças de humor sem motivo aparente e os acessos de agressividade são comuns em alguns casos. As crianças apresentam seus interesses de maneira distinta e podem focar sua atenção em uma só atividade, como por exemplo, observar determinados objetos.

Escola de Educação Infantil **45** anos

"Meu Cantinho"

MATRÍCULAS ABERTAS!!!

Oferecemos: **Turmas: Integral, Intermediária, Manhã e Tarde**
Turmas: Pré-Maternal, Maternais 1 e 2 e Jardins A e B
Idade: de 08 meses à 5 anos e 11 meses

3336-8542 Funcionamento das 7h às 19h

Av. Clemenciano Barnasque, 200 - Teresópolis
www.escolameucantinho.com.br

A escola atende crianças de 0 a 6 anos, organizadas em grupos de acordo com a faixa etária:

- BERÇÁRIO
- MINI MATERNAL
- PRÉ MATERNAL
- MATERNAL I
- MATERNAL II
- JARDIM A
- JARDIM B

Horário de funcionamento: das 7 horas às 19 horas.
Escola Vamos Crescer - www.vamoscrescer.com.br
Rua Comendador Castro, 473 - Ipanema - Porto Alegre - RS
Fone: (51) 3012.0693

Terezinha Dinamar dos Santos
Psicopedagoga Clínica e Institucional

Seu filho está com dificuldades na escola?
Tratamento individualizado com estratégia de aprendizagem

PSICOPEDAGOGIA
Av. Cavalhada, 2360 sala 230
Bairro Cavalhada

F.: 8482.5288
8527.8648

Grupo de Apoio para Pais e Familiares
Atendimento com hora marcada.

Espaço Aconchego
CENTRO DE TERAPIAS E PRÁTICAS INTEGRADAS

- Psicologia
- Psicopedagogia - Convênios c/ escolas
- Arte terapia
- Grupos estimulação precoce, e atividades lúdicas
- Atenção domiciliar a criança e ao idoso
- Envelope da Pele - (Make up artist, visagismo, roupas e acessórios)

Espaço Psicopedagógico Aconchego

FESTA PIJAMA

51 9898.2498

Amiguinhos do Cristal

Escola Infantil

Horários:
Segunda a Sexta-feira, das 7:00 às 19:00 horas

Turmas:
Berçário I - Berçário II - Maternal I
Maternal II - Jardim I - Jardim II

Rua Inhanduí, 421 - Cristal / POA
Fones: 3013-5012 / 2112-3608
www.amiguinhosdocristal.com.br

A Importância da Contação de Histórias na Educação Infantil

A contação de histórias é vista como uma ação muito particular entre pais e filhos, mas, hoje em dia, a correria impede que esses encontros aconteçam com frequência. Além de ser um meio de aproximação entre a família, há quem se torne contador de histórias para inspirar crianças dentro de escolas e de hospitais. Durante séculos, a narrativa dos livros mudava a rotina de comunidades e, atualmente, é uma forma de trazer bem-estar não só ao público infantil, como também para adultos e idosos, em qualquer ambiente.

Esse processo de contação de histórias pode ser uma maneira de enriquecer a Educação Infantil, pois é um meio que contribui para desenvolver melhor a oralidade e a escrita. Além disso, escutar o que lhe é contado faz com que a criança trabalhe a imaginação e a criatividade. Por ser um processo de inclusão, especialmente em sala de aula, o professor pode usar dessa artimanha para captar a atenção dos alunos. Isso enriquece o repertório cultural e o vocabulário deles. Não é à toa que uma pessoa que lê tem mais facilidade em montar frases.

Todos esses benefícios acontecem muito além do contato com o livro, pois a imaginação é a parte essencial da contação de histórias. Pedir para desenhar uma cena inspirada em um trecho de determinada obra, conversar sobre valores e discutir a trama em sala de aula influencia no gosto pela leitura e torna a criança em uma fu-



tura formadora de opinião. Sem contar que um leitor tem maiores tendências a ser um melhor escritor.

Claro que para ser um contador não basta apenas um livro, reunir o público e ler. O segredo está no recurso dramático, aquele que gera o interesse pela história. É preciso ter artimanhas lúdicas, explorar diferentes entonações de narrativas, entre outros fatores que alguns cursos de contadores de histórias podem oferecer. Em cima do aprendizado, aprende-se a explorar melhor a leitura, o que torna o relato ainda mais intrigante.

IAM
Instituto de aprendizagem musical rs
São Cristóvão do Sul

Cel.: 51-9541-6734
Facebook.com/rogeriinho.silva
Av. Edgar Pires de Castro, 174

Aulas de:

- Violão • Guitarra • Cavaco • Teclado
- Contrabaixo • Bateria • Percussão
- Técnica Vocal • Acordeão • Teoria e Solfejo

QUADRA 7 CAMPO NOVO

Quadra society grama sintética e natural, sede com bar, churrasqueira, estacionamento e ótimo ambiente

Est. Cristiano Kraemer, 2880 Fone: 9296 8961 / 8507 3036

MEDO DE DIRIGIR? INSEGURANÇA? FALTA DE PRÁTICA?

Se você já tem carteira e não dirige porque se sente inseguro, relaxe! Agora você pode contar com toda a experiência e paciência do Instrutor André!



MEDO DE DIRIGIR NUNCA MAIS

Quando você menos esperar já se sentirá apta a enfrentar o trânsito com tranquilidade e segurança! Não perca mais tempo, deixe de depender dos outros. Ligue e informe-se como é fácil perder o medo de dirigir!

 andreaveline@terra.com.br
contato@instrutorandre.com.br
 www.instrutorandre.com.br

ANDRÉ
(51) 3019.4442 / 9211.2212 



Hart
MANUTENÇÃO PREDIAL

GARANTIA DE ATÉ **5 ANOS**

ESPECIALIZADA EM REFORMA DE CONDOMÍNIOS

- RESTAURAÇÃO E MODERNIZAÇÃO DE FACHADAS
- PINTURA PREDIAL COMERCIAL E INDUSTRIAL
- IMPERMEABILIZAÇÃO
- FINANCIAMENTO DIRETO E FACILITADO EM ATÉ 60X

ORÇAMENTO GRATUITO (051) 3574 2738 / 9295 9326

orcamento@hartpredial.com.br - www.hartpredial.com.br

O SEU CONFORTO MERECE UM bom serviço

REFRIGERAÇÃO NAZARIO



- Instalações elétricas, residenciais, comerciais e industrial
- Máquinas de lavar e secar roupas
- Refrigeradores
- Microondas e forno elétrico
- Instalação, Manutenção
- Higienização de ar condicionado Split e Janela

☎ 8142.6232 | 8471.7074 com Alex

☎ 9940.9565 | 8529.5733 com João

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros

Azulejos para banheiro: pintar, trocar ou colocar adesivos?

Os banheiros são parte muito importante da decoração de uma casa. Quando se trata de banheiros de suítes ou de visitas, a decoração é primordial para o bom uso do banheiro. Os azulejos para banheiro é uma das coisas com mais destaque nesse cômodo.

Ao contrário do que muita gente pensa, os azulejos para banheiro não precisam ocupar todo o revestimento do banheiro. Você pode investir em outros tipos de revestimento para as áreas mais secas do banheiro, como a parte do lavabo.



gumas soluções baratas e que evitam o transtorno de uma reforma.

Há no mercado alguns tipos de tintas especiais para azulejos. Esse tipo de reforma é bem rápido e fácil a pintura. Após adquirir a tinta, limpe bem os azulejos e espere secar. Posteriormente, cubra todo o piso, vaso sanitário, pia e de mais móveis do banheiro, pode ser com lona ou jornal. Confira se não há nenhum vão que a tinta possa

escorrer. Pinte sempre na vertical com um rolo para pintura, mas nos cantos prefira o uso de pincéis menores. Passe quantas vezes achar melhor, até cobrir o azulejo antigo, sem deixar os rejuntas de fora.

Outra opção são os adesivos para azulejos. Esse tipo de forma de decorar está muito em alta, tanto para banheiros, quanto para lavabos, cozinha e lavanderias, por exemplo. É uma forma bem rápida e mais barata, também. Antes da aplicação, recomendamos que limpe e deixe secar a área que irá aplicar. Aplicação pode ser feita por você mesmo, basta retirar a proteção da cola e colocar o adesivo na parede.

Veja qual atende mais à sua necessidade e mãos à obra!

Dicas para azulejos para banheiro

Os azulejos para banheiro devem ser aplicados principalmente na área de banho, já que lá é constantemente molhado pelo chuveiro ou banheira. O azulejo é como um protetor para a estrutura do cômodo, para que não ocorra infiltrações, mofo ou rachaduras por exemplo.

Na hora de escolher os azulejos para banheiro, você deve se atentar em alguns detalhes. Primeiramente é a cor dos azulejos, defina uma paleta de cores para combinar com o restante do banheiro. Azulejos com desenhos ou arabescos são uma ótima opção por exemplo. Além disso existe alguns tipos, como azulejos de cerâmica, de porcelana, de vidro e de pedra. Escolha o que se adequar melhor ao ambiente da sua casa.

Antes de comprar, meça todo o espaço que deseja revestir com os azulejos. É indicado que toda a parte do box seja revestida com azulejos. Após medir vá à uma loja de construção e reforma para escolher o azulejo certo para seu banheiro.

Caso seu banheiro já seja revestido e você queira dar uma cara nova ao ambiente, temos al-



Nelson Reformas

pequenas coisas fazem a maior diferença

- Aplicação de revestimentos e de resinas em interiores e exteriores
 - Serviços de pintura de edifícios em geral
 - Instalações Hidráulicas, sanitárias e de gás
 - Instalação e manutenção elétrica
 - Fabricação de móveis com predominância de madeira

☎ (51) 3232-5669 e (51) 9899-9901

www.reformasjnelson.wix.com/nelson

E-mail: reformasjnelson@gmail.com



ROTA SUL
ATENDIMENTO COM QUALIDADE

Apresente este anúncio e ganhe 10% de desconto em metais e acessórios para pintura - com pagamento à vista.

Fones: (51) 3246-4662 / 3261-5503

Não fechamos ao meio dia
Av. Juca Batista, 332 - Ipanema



Consertos:

- Torneira
- Válvula Hidra
- Registros
- Caixa Acoplada
- Caixa D'Água

(51) 3246.4489 / 8455.3561

Serralheria Ferreira Ferro



Artesanato em ferro forjado

Portão Contra Peso, Automatizado, Grades, Janelas, Escada Caracol e Consertos em geral

Castelhana:
51-3245.5489 / 51-8144.7965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

SANTARÉM
arte em madeira

decks - pergolas - móveis de demolição - decoração

Eucalipto serrado e TRATADO para telhado

Madeira tratada

deck de pinus * R\$ 48,00 m²

Av. Edgar Pires de Castro 553 - Aberta dos Morros - POA
santarempoa@hotmail.com Tel. (51) 3311-3694

Torneira Elétrica



As casas estão ficando cada vez mais modernas, e opções que antes eram usadas apenas em empresas, lojas ou outros centros comerciais acabaram tomando conta também dos lares. Esse é o caso da torneira elétrica, que podem ser muito úteis para realizar as ta-

refas do seu dia a dia.

Dicas de instalação:

1. Sempre que instalar ou precisar fazer a instalação da torneira, desligue o disjuntor;
2. Verifique também se os fios da instalação e o disjuntor atendem às mesmas especificações da torneira elétrica. Dessa forma, o desempenho e a segurança do aparelho serão sempre mantidos;
3. Para conectar os fios, é essencial utilizar conectores elétricos que sejam adequados, e não usar tomadas e plugues de uso geral, pois eles não suportam à corrente elétrica, que é de alta potência, e pode comprometer a segurança da instalação;
4. Para saber o modo ideal de usar os conectores, siga o manual de instalação da torneira elétrica, e lembre-se que eles garantem a segurança e evitam o aquecimento desproporcional, além de

JR Entulhos

Limpeza de entulhos de residências, obras e etc.

Johnny
9369.0832

Junior
9696.8907

E-mail: jr_entulhos@hotmail.com
Rua Prof. Aslíd Gick, 195 - Vila Nova



FERRAGEM

ENTRADA | CONSTRUÇÃO | DECORAÇÃO

ELETRICA | ILUMINAÇÃO

TERMOISOLAMENTO | REPARAÇÃO

Compre **o seu Cartão Senf** em até **5X sem juros!** *Consulte a política de parcelamento.

(51) 3062.5704

João Antônio da Silveira, 2600 - Restinga
PRÓXIMO AO FIM DA LINHA DO ÔNIBUS RESTINGA - 200

umentarem a vida útil da torneira;

5. Não utilize o fio neutro para o aterramento, pois em casos de sobrecarga da rede elétrica, o fio poderá queimar aparelhos elétricos que estejam ligados a ele;

6. Antes de ligar o aparelho na rede elétrica, deixe a torneira correr água fria, evitando assim a queima da resistência, além de conferir a possibilidade da existência de vazamentos;

7. O fio terra é essencial para a segurança do aparelho, e a torneira também precisa dele.

nenogás

GÁS E ÁGUA MINERAL

TELE-ENTREGA GRÁTIS
3261.5566
3261.5818



Rua Belize, 540 - Restinga - P. Alegre

Na compra de um
GÁS ganhe uma



PG TOLDOS
 Indústria & Comércio

3022.3653
9720.4923

Dr. Barcelos, 1660
 Tristeza - POA/RS

Portões, Grades Galvanizadas ou Alumínio, Toldos Articulados, Motorizados, Coberturas de Policarbonato, box de banheiro Pergolado de Alumínio / Madeira de Lei Vidro ou Policarbonato, Solda TIG e MIG

www.pgtdos.com.br

Prolar Consertos

Peças e acessórios

ORÇAMENTO GRÁTUITO

Prolar Vendas
 venda de peças e acessórios

Maquinas Usadas com Garantia de 6 meses

parcelamos nos seguintes cartões:

Busca e Entrega (51)3263.3265 | 9626.9475 | 8659.4454
 Estr. João Antônio da Silveira, 180 - Porto Alegre

Liz Ferreira Meira OAB/RS 54.457

TRABALHISTA
 Reclamatória Trabalhista, Acidente de Trabalho.

PREVIDENCIÁRIO
 Aposentadorias, Pensões, Auxílio Doença, Benefício Assistencial (LOAS).

FAMÍLIA
 Divórcio, Alimentos, Inventários Judiciais e Extrajudiciais.

Av. Otto Niemeyer 2522, sala 206 - Cavalhada - POA
3022.8997 8193.6337 (Tim)

www.lfmadvocacia.com.br

Chavesul
 BIG YILA NOVA Chaveiro

24 HORAS

Controle de Portão Eletrônico
 Abertura de Portão
 Troca de Segredo
 Fechaduras
 Cópia de Chaves
 Chave Codificada
 Carimbos

Chavesul Big Yila Nova
 Av. Eduardo Prado, 388 - Sala 209 - Cavalhada
 CEP 91270-400 - Porto Alegre - RS

(51) 3443-8476
 (51) 9494-9394 D
 (51) 9633-8766 W
chavesul@chavesulbigyila.com.br

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 / 9875-0370
almirsarmento@hotmail.com

DANER ELÉTRO MOTORES
 Comércio Manutenção Ltda - ME

ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Av. Juca Batista, 2263 / 2203 - Subsolo - Ipanema
 Fone: (51) 3248.2575 - Fax: (51) 3249.1916 - POA/RS
www.danermotores.com.br | atendimento@danermotores.com.br

Bordados e Uniformes
 Escolas e Empresas

tw clothing
 (51)3085-7923
 E-mail: twbordados@gmail.com
www.facebook.com/twclothing.br
 Av. Juca Batista, 4678 - Hípica

UF Lavagem e Estacionamento

3325.3050
 8938.7110

DIÁRIA
R\$ 14,90
 LEVA - TRÁZ
AEROPORTO
24HS

AV. CEARÁ, 128

Aparelhos ligados em Stand By consomem energia?

Os aparelhos ligados em stand by (modo de espera) consomem energia e podem representar até 12% do consumo de energia elétrica de uma residência, segundo dados do Programa Nacional de Consumo de Energia Elétrica (Procel).

A dica é desconectar os aparelhos da tomada, sobretudo quando for ficar por muito tempo fora de casa.

Outro ponto importante, é que, em caso de incidências de raios, os aparelhos poderão queimar, mesmo não estando em funcionamento.



Sétimarte
Game & Video

www.setimarteloja.com.br

Games Incríveis - Manutenção de Consoles e Controles - Melhores Filmes

Venda de Jogos! Entregamos em qualquer estação sem custo!
Entregas a domicilio, favor consultar taxa!

Fones: 51 3779.8618 - 51 9297.4535

Aceitamos todos os cartões - temos máquina móvel

AV. JUCA BATISTA, 4678

Venha tomar um café conosco!

TREVODE OURO
CAFÉ & TABACARIA

Café - Salgados - Pão de Queijo - Cervejas (especiais)
Loterias - Recargas - Narguilés - Charutos - Xerox - Revistas

☎ 30580641 | 🌐 trevodeouro | @trevodeouro
☎ 95894853 | 📞 Cel massot 1387 - sala 01

Brick do Dizeu
COMPRA - VENDE - TROCA
FAÇO FRETES

8535.3964
8022.2452

Av. Prof. Oscar Pereira, 6074 - Porto Alegre/RS

Jardinagem
Manutenção em Geral

Limpeza de Terreno
Limpeza de Caixa de Água
Podas de Árvores

Osmar
Cel.: 8425.8571
Rua F nº 181 - Serraria - POA/RS

MARIA BRASILEIRA
Limpeza e cuidados

- DIARISTA
- PASSADEIRA
- CUIDADOR DE IDOSOS
- BABÁ / BABYSITTER
- COZINHEIRA
- RECRUTAMENTO E SELEÇÃO
- ATENDIMENTO EMPRESARIAL
- MOTORISTA
- JARDINEIRO
- LIMPADOR DE PISCINAS
- DOG WALKER / PETSITTER
- BOM VIZINHO

FACILITAMOS O SEU DIA A DIA!

UNIDADE FRANQUEADA
PORTO ALEGRE - PRAIA DE BELAS / RS

51 3028.3888 | 51 3028.9698
paa.praiaabelas@mariabrasileira.com.br

www.mariabrasileira.com.br

Dicas para evitar choque elétrico dentro de casa



A eletricidade é essencial nos dias de hoje, gerando conforto e praticidade. Mas também, é muito perigosa e pode matar.

A última pesquisa realizada pela Associação Brasileira de Conscientização para os Perigos da Eletricidade (Abracopel)

revelou que em 2014 ocorreram 92 mortes, provenientes de choques elétricos residenciais, sendo que 89 correspondem ao manuseio de extensões, benjamins (“T”) e tomadas. E as outras 3 mortes foi originária do manuseio ou conserto dos chuveiros elétricos.

1 – Água e Umidade

A água facilita o caminho da corrente elétrica, o que deixa o choque elétrico mais forte e perigoso.

Não toque em instalações elétricas ou aparelhos quando as mãos, pés ou roupas estiverem molhados. Ao sair do banho, não use secadores, barbeadores elétricos e pranchas alisadoras. Se for manusear algum eletrodoméstico e o local estiver molhado, seque bem.

2- Chuveiro Elétrico

Durante o banho, feche a torneira antes de mu-

dar a chave “liga/desliga” e “verão/inverno”.

Quando o chuveiro estiver ligado, não toque nele com o corpo molhado.

Pequenos choques na torneira, cheiro de queimado e cabos derretidos, indicam problemas e precisam ser solucionados rapidamente. Para isso, chame um electricista, ele é o profissional capacitado para este serviço e irá garantir que a instalação seja adequada.

3 – Cuidado com as crianças e animais de estimação

Não deixe a fiação exposta ao alcance das crianças e dos animais de estimação. Use protetor de tomada para impedir que as crianças coloquem o dedo ou objetos metálicos nas tomadas.

5 – Lâmpadas

Antes de trocar uma lâmpada desligue o disjuntor padrão (relógio). Não toque na parte metálica do bocal e nem na rosca da lâmpada. Segure a lâmpada pelo vidro (bulbo) e não abuse da força quando for rosqueá-la, pois o vidro poderá quebrar na sua mão.

6- Reparos nas Instalações Elétricas

Como já mencionado, os trabalhos com eletricidade envolvem perigo. Até mesmo choque em baixa tensão pode ser fatal. Por isso, é importante solicitar o serviço de um electricista, que é o profissional treinado para essa atividade.



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




Todos Contra DENGUE



ORÇAMENTO GRÁTIS

Parcelamos em até 10x s/ juros

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

Fone: (51) 3019.3075 - 9982.8983 - 9222.9725

www.teletelas.com

E-mail: contato@teletelas.com

Aceitamos: cartão de crédito, cheques e boleto



Casa De Oxalá

Joga-se cartas e búzios com hora marcada das 14h as 21h com Mãe Moça de Oxalá



 (51) 3392.4693
 (51) 9556.5758

Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre

Site: axeemdebate.blogspot.com

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Apresentadora do "Mais Você" (TV)	Nunca fez bom marinheiro (dito)	As contaminações (?) e Giovani, dupla sertaneja	vocações por César e Polônio	Página, em inglês	
				O sistema decimal de pesos e medidas mais usado no mundo	
					Homens extremamente vaidosos
Rede social à base de fotos e vídeos	Brusca queda de temperatura				
Luigi (?): pioneiro da bioeletricidade	Aluno de escola militar como a Aman (?), house, local de acesso à internet				
				Sustentações de laje	
Grito comum em lutas marciais	"Fora", em "ectoderma"		Ajustar; combinar		
O movimento mecânico de um corpo (Fis.)	Mensagens cifradas Sêmen				
(?) Barbosa, o Rei da Lambada		Licínio (?), general romano (Hist.)			Formato de arquivo de vídeo Repentina
Estado da Revolução Farroupilha (sigla)	Cada faixa de uma pirâmide social				
			O trabalho árduo Entrelaçar fios		A "voz" do fantasma, em charges
Fluido do interior da sauna	Preposição indicativa de limite			(?) expressa: estrada de alta velocidade	Tonel, em inglês
	Digrafo de "nascer"				
	Avenida (abrev.)				
A dama e o cavaleiro, na dança					
Montadora italiana de carros de luxo					
Amadas com preferência					

BANCO 3/avr — val. 4/avr — page. 6/crasso. 7/galvani. 8/mar calmo — maserat. 9/instagram. 36



Solução

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

Horóscopo



Áries (21 de março - 20 de abril)

A vida vai melhorar a cada dia a partir de agora, querida ariana. No final de junho, Marte, seu planeta guardião, saiu do movimento indireto depois de meses atrasando planos. Você, que vinha andando sobre areia movediça, voltará a pisar em chão firme e estará preparada para perseguir seus objetivos. Como o astro se encontra na área das finanças, espere uma reorganização no orçamento e muitos resultados positivos.



Touro (21 de abril - 20 de maio)

Sua vida amorosa vai dar um salto neste mês. Graças ao poderoso Marte, que voltou ao movimento direto no último dia 29, aquele impasse entre você e o parceiro chegará a uma resolução. Júpiter está no seu setor do amor verdadeiro e, neste mês, ele ainda se alinha com Vênus, levando energia para as relações – você pode se deparar com a paixão onde menos imagina.



Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)

É hora de rever suas finanças e a maneira de ganhar dinheiro. A Lua nova, no dia 4, favorecerá esse processo. Aproveite para pedir aumento nos dez dias seguintes a ela, quando até as tímidas se sentirão mais corajosas para entrar na sala do chefe e expor seus argumentos. No dia 19, a Lua cheia também joga luz no seu dinheiro, só que incentivando a colocar ordem em empréstimos, financiamentos e dívidas.



Câncer (21 de junho - 22 de julho)

Este mês, logo no início, quatro astros se juntam em seu signo: Mercúrio, Vênus, o Sol e a Lua nova, no dia 4. O ciclo promete ser bem importante. Netuno e Marte trarão inspiração e criatividade para um novo projeto. Essa fase tem tudo para dar certo, mesmo que você encontre obstáculos pelo caminho. Com Marte em movimento direto desde o dia 29 de junho, sua carreira terá um progresso impressionante.



Leão (22 de julho - 22 de agosto)

Vá devagar, leonina. É provável que as maiores mudanças do mês não aconteçam ao seu redor, mas dentro de você. Tire um tempo para refletir, pois seu aniversário está chegando e é hora de se renovar. Em um novo plano, decida o que precisa sair e o que pode ficar. Se sentir que essa decisão será muito difícil, fale com um terapeuta. Marque uma sessão logo após a Lua nova do dia 4.



Virgem (23 de agosto - 22 de setembro)

Seu mês será leve e muito social, virginiana. Tudo começa com a Lua nova do dia 4, que iluminará sua casa das amizades e festas. Além do astro, o Sol, Vênus e Mercúrio – seu regente – e Vênus estarão por ali, criando oportunidades de lazer incríveis. Faça as malas para viajar ou se arrume e saia para encontrar os amigos naquela festa animadíssima.



Libra (23 de setembro - 22 de outubro)

Está pensando em mudar de emprego? Espere a Lua nova, no dia 4, e entre em ação. Você terá todo o apoio dos astros para encontrar ótimas oportunidades e empresas que estão precisando do seu talento. Já na Lua cheia, no dia 19, o foco estará na sua casa. Você precisa decidir se vai querer se mudar ou reformar. Caso fique com a segunda opção, monte um cronograma e escolha todos os profissionais que terá de contratar.



Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro)

Muitos planetas estão brilhando no seu setor das viagens. Então, se tiver chance, faça as malas e embarque logo – até porque, em agosto, sua car-

reira pegará fogo e você vai querer estar perto do dia a dia da empresa. A Lua nova, no dia 4, será complementada pela presença do Sol, Vênus e Mercúrio na casa de questões estrangeiras. É mais um sinal de que você deve viajar. Caso não possa ir para longe, curta um fim de semana no campo ou na praia.



Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

Suas finanças não têm trazido muitas alegrias, mas o jogo vai mudar. Tudo indica que você terá outra fonte de dinheiro ou receberá aumento. A boa notícia chega logo no início do mês, com a Lua nova, no dia 4. Além dela, mais três astros estarão no seu setor de pagamentos: Sol, Vênus e Mercúrio. O dia 11 será dourado, com muitas novidades a seu favor.



Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

O amor está nos planos dos astros para as capricornianas. O Sol, Mercúrio, Vênus e a Lua nova se alinham no dia 4 para mostrar a você que parcerias podem ser muito bem-sucedidas. Preste atenção nos sinais! Júpiter também manda seus raios dourados, tornando os momentos ao lado do amado memoráveis. Serão dez dias repletos de paixão e romance. A poderosa energia também pode ser canalizada para uma parceria de negócios.



Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro)

Tem muita gente de férias, mas sua presença no escritório será essencial. Marte, direto desde 29 de junho, está brilhando na sua casa da fama e das honras e promete uma promoção em breve. É hora de se dedicar e mostrar a que veio. Com tantos olhos em você, prove que seu trabalho é extremamente qualificado. A Lua nova, no dia 4, trará ainda mais projetos, mas você os levará com tranquilidade e muita competência. A recompensa será financeira.



Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

Sua carreira tem evoluído muito neste ano, mas agora fará uma pausa para dar mais espaço ao amor. Nas três primeiras semanas do mês, um grupo de planetas se une para tirar você do escritório e levá-la para se divertir. No dia 4, a Lua nova traz o Sol, Vênus e Mercúrio juntos para fazer florescer um romance que promete grandes emoções. O melhor fim de semana para a paixão será o dos dias 9 e 10, quando o Sol aquece seu setor do amor verdadeiro e alcança Júpiter na área do casamento.



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) 8294.6374 —TIM (51) 9209.1881 —CEL

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

AS Agradecemos a Sua Fé e Confiança

(51) 3245.3495

Banho e Toga / Rações / Medicamentos
Tudo para Passaros / Acessórios em Geral

Av. Costa Gama, 5261 - Hípica - Restinga

VIDROLAR

VIDRAÇARIA

Fernando / Vilson
(51) 9729 0229 (51) 3266 5439
Estrada Edgar Pires de Castro, 9248

Orçamento e colocação no dia e hora marcada



Box Temperado - Sacadas
Coberturas - Espelhos
Vidros comuns

MadKasa
Material de Construção

Televendas
3267.1081

www.madekasa.com.br

Av. Edgar Pires de Castro, 4280 - Restinga
Fone: 3250.5081
Av. Costa Gama, 5261 - Hípica
Fone: 3085.8781

FAÇA JÁ O SEU CARTÃO

Pague em até 18x

JARDINAGEM

- * PODAS DE ÁRVORES
- * PODAS DE COQUEIROS
- * LIMPEZA DE TERRENO

Atendemos também no litoral

9941.5778
9913.2391

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

DentoSul
Clínica Dentária

f /dentosulrestinga www.dentosul.com.br
(51) 3250-3408 / 3250-2171 | (51) 9595-3238

Av. João Antônio da Silveira, 1911 - SJ 302
Bairro Restinga (Ao Lado da Ramissul)

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

Telas Contra Insetos Persianas e Cortinas

Instalação Especializada ♦ Conserto
Lavagem ♦ Manutenção

André Floriano
(51) 9968.6646 - 3244.1240

andrefloriano.tecnico@gmail.com

LED

Extintores

- ▲ PPCI
- ▲ Extintores
- ▲ Recarga
- ▲ Teste de Mangueira
- ▲ Placas
- ▲ Curso Brigada de Incêndio
- ▲ Curso Primeiros Socorros
- ▲ Aluguel de Extintores
- ▲ Bombeiro Civil p/ Eventos
- ▲ Palestrante p/ Eventos

f Facebook.com/Led Extintores (51) 8598.5949
E-mail: ledextintores@outlook.com (51) 9384.4354

NEW CG

EXPRESS ASSOC.
MOTO BOY
TELE ENTREGA

Há 19 anos no mercado
prestando bons serviços
com qualidade, rapidez e
preço justo!

3346 9493 / 3346 9473

ORION

CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:
IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA

Orion Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS
R.L.: Dra. Daniela De Chicco Brugnara - CRO 21916/RS

(51) 3276.8483 (51) 8294.6374 (51) 9209.1881

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

SEU CONFORTO MERECE UM BOM SERVIÇO

REFRIGERAÇÃO NAZARIO

- Instalações elétricas, residenciais, comerciais e industrial
- Máquinas de lavar e secar roupas
- Refrigeradores
- Microondas e forno elétrico
- Instalação, Manutenção
- Higienização de ar condicionado Split e Janela

8142.6232 | 8471.7074 com Alex
9940.9565 | 8529.5733 com João

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta das Morros