

# ProcureAche

www.procureache.geramigos.com.br

👍 / Revista ProcureAche

Edição Páscoa

Anuncie:

(51) 3026-8445

📞 (51) 9613.6986

**Zona Sul**

Distribuição Gratuita



GERAmigos  
Comunicação

12 Anos



## MOURO'S DOG

**INCOMPARÁVEL**

Tele-entrega:  
**(51) 3779-1515 / 8610-1515**  
Av. Edgar Pires de Castro, 1940 Ij 01

Na compra de 5 dogs (exceto o Vira-lata), ganhe um Guarani 2 Lts.

## FARMÁCIA DROGANEMA

FARMACIAS Associadas

Verificação de pressão /  
Aplicação de injetáveis (com receita)

- Medicamentos
- Perfumaria
- Produtos médico-hospitalares

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

## Camisetas Católicas Bordadas

Muitas novidades!



Consulte!  
Eliny Gomes  
51 9394-9145  
elin.gomes@gmail.com



## Terezinha Dinamar dos Santos

Psicopedagoga Clínica e Institucional

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

PSICOPEDEGOGIA  
Av. Cavalhada, 2360 sala 230  
Bairro Cavalhada

F.: **8482.5288** Grupo de Apoio para Pais e Familiares  
**8527.8648** Atendimento com hora marcada.



## PHARMA+IMA

É UM PRAZER ATENDER VOCÊ!



**TELE-ENTREGA: 3258 - 5371**  
**3261 - 2143**  
Av. do Lami, 4737 - Belém Novo



## Agropecuária Sentinela

(51) 3245.3495  
Presença em todo o Brasil

Banho e Tosa / Rações / Medicamentos  
Tudo para Pássaros / Acessórios em Geral

Av. Cecílio Monta N. 10758 - Bairro Nova - Porto Alegre, RS



# Mestre do Lar

Serviços do alicerce ao telhado!

Empresa com experiência em condomínios!

CNPJ: 19994575/0001-03

### Pequenos reparos:

- Instalação e troca de tomadas
- Instalação de chuveiro, troca de resistência
- Reparos na rede elétrica
- Hidráulica (encanamentos, torneiras, caixas d'água)
- Reparos em pisos, forros, paredes, janelas, portas, dobradiças, fechaduras e muito mais!

### Serviços de marcenaria:

Trabalhos em madeira em geral

### Serviços de pedreiro:

Reformas em geral  
Pinturas - Pisos - Porcelanato  
Telhados - Alvenaria - Vigas  
Mármore e granitos  
Encanamentos  
Instalação de água quente

**Fone: (51)3013-5229 E-mail: mestredolarpoa@gmail.com**  
Av. Borges de Medeiros 915 - cj. 202 sala - 03 - Centro/POA

## Dedetizadora PORTOCUPINS

**INSETOS, RATOS, MORCEGOS, POMBOS**  
Limpeza De Caixa D'água (c/garantia) \*\*\* Orçamento Gratuito em todo Estado

(51) 3737 5668 / 8525 5668  
www.portocupins.com / contato@portocupins.com

Controle de cupins com até **12 anos** de garantia





## Expediente

**CNPJ:** 11.248.576/0001-99

Av. Borges de Medeiros, 915 sala 202

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

**E-mail:** comercial@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:**

GERAmigos Empresa Jornalística LTDA

## Pontos de distribuição

Confira todos os pontos de distribuição em nosso site:

[www.procureache.geramigos.com.br](http://www.procureache.geramigos.com.br)

## Índice

Serviços Especializados .....	3
Melhor Idade .....	4
Serviços Especializados .....	5
Saúde e Bem Estar .....	6
Alimentação .....	9
Segurança - Zeladoria - Monitoramento...13	
Residencial / Comercial .....	14
Festas e Eventos .....	16
Moda e Beleza .....	18
Construção e Reforma .....	20
Telefones Úteis .....	20
Tecnologia .....	22
Educação e Lazer .....	23
Pet e Agropecuária .....	25
Automotivo .....	26
Serviços Especializados .....	27
Piadas .....	28
Palavras Cruzadas .....	30
Horóscopo .....	31



Quer ter acesso a mais receitas, dicas de saúde e bem estar, moda e beleza, e muito mais conteúdo?

Curta a nossa página no Facebook: [f/RevistaProcureAche](https://www.facebook.com/RevistaProcureAche)



SANVICENTE & SARTORI

## PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

SulAmérica  
ING

Bradesco  
Saúde

Centro Clínico Gaúcho  
Planos de Saúde Empresariais

PORTO ALEGRE  
CLÍNICAS

Amil

Unimed

DOCTOR CLIN

[www.sanvicentesartori.com.br](http://www.sanvicentesartori.com.br)  
[planosdesaude.rs@live.com](mailto:planosdesaude.rs@live.com)  
[contato@sanvicentesartori.com.br](mailto: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

ProcureAche

## Divulgue a sua marca! também na Internet!

Anunciando na ProcureAche, você ainda recebe divulgação da sua marca em nosso site e mídias sociais!

(51) 3026-8445

(51) 9613-6986

(51) 9814-2056

(51) 9100-0440

(51) 8564-6451

(51) 8105-4796

Quer ficar atualizado com notícias sempre fresquinhas da sua região?

Distribuição Gratuita!



## Conheça o Jornal Geramigos Zona Sul!

Tiragem de 10.000 exemplares todo mês

Confira os pontos de distribuição em:  
[www.geramigos.com.br/expositores-zs](http://www.geramigos.com.br/expositores-zs)

Perdeu alguma edição? Tenha acesso às edições anteriores em:  
[www.geramigos.com.br/edicoes-antiores](http://www.geramigos.com.br/edicoes-antiores)

## O que é Dislexia?

É importante saber que a dislexia não é uma doença, mas sim um distúrbio genético e neurológico onde ocorre uma desordem no caminho das informações, e que inibe o processo do entendimento das letras, e por sua vez, pode comprometer a escrita.

É claro que os sintomas da dislexia variam, de acordo com os diferentes graus do transtorno, especificamente possuem dificuldade para decodificar letras do alfabeto e tudo o que é relacionado à leitura.

O disléxico não consegue associar o símbolo gráfico e as letras ao som que eles representam. ter dislexia não é o fim do mundo, pois o disléxico não é considerado deficiente, pode ter uma vida normal, porém apresenta dificuldades comuns ao aprender a ler e escrever.

Geralmente, possuem q.i normal ou até mesmo acima do normal. quanto antes descobrir a dislexia e procurar o tratamento adequado, é possível evitar rótulos depreciativos ao portador, como dificuldades com os colegas na escola, constrangimento no local de trabalho, problemas no relacionamento, seja com amigos, parceiros ou familiares.

Diversas vezes, o disléxico por não saber a ori-

gem da sua dificuldade, não consegue argumentar contra críticas, ridicularização, zombaria, ou bullying.

Você, mãe ou pai, já se preocupou com as dificuldades de seu filho?

Os disléxicos podem e devem conviver com o distúrbio sim, mas devem buscar alternativas e tratamentos com especialistas.

O tratamento deve ter o objetivo de ajudar a criança, adolescente ou adulto à superar, dentro do possível a sua capacidade na leitura, escrita e na matemática.

**Terezinha dinamar dos santos - Psicopedagoga clínica e institucional, Neuropsicopedagoga**

**Contato: (051) 85278648 /84825288**



**QUEBRANDO O GALHO**

Compra e venda de roupas e acessórios infantis.  
Somente roupas e acessórios em perfeito estado.  
Mínimo de 10 peças.  
Horário de atendimento:  
Terça a Sexta - 10:30h às 18:00h / Sábado - 9:00 às 16:00h  
Aceitamos: 

**51 3516.4277**

**Av. Nonoai, 845 Bairro: Nonoai - Poa/Rs**

## Seja um franqueado

# ProcureAche



Alcance mais rápido os seus objetivos!

Nós mostramos como.

**\*Com apenas um pequeno investimento em dinheiro para dar o pontapé inicial!**

*Seja empreendedor, sem empregados, sem escritório, com baixo investimento, em Porto Alegre ou no município que você desejar.*

*Seu único foco será a comercialização e a distribuição. Você receberá as revistas diagramadas e prontas para a entrega mensal.*



*Tenha Foco, e não espere a sorte acontecer.*

**Entre em contato conosco!**

**Informações através do e-mail:**

**franquias@geramigos.com.br ou**

**pelo fone: (51) 3026.8445**

## Residencial Geriátrico Gávea

Oferecemos:

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



Telefone: 3279.3603 / 9203.3868  
Rua Gávea, 362 - Ipanema



### Residencial para Melhor Idade

21  
Anos  
de experiência

A Geriatria Vittorazzi conta com 21 anos de experiência, tendo atendido uma série de residentes, tratados com todo carinho e dedicação que tanto merecem.

ATENDIMENTO MÉDICO - ENFERMAGEM 24H  
ALIMENTAÇÃO E ORIENTAÇÃO DE NUTRICIONISTA  
SERVIÇOS DE FISIOTERAPIA E EMBELEZAMENTO (opcionais)

Quartos individuais, semi-privativos e coletivos (c/ no máximo três leitos)



**3387.4777**  
**3334.5807**

Rua Dr. Ernesto Ludwig, 538  
Bairro Chácara das Pedras



## RESIDENCIAL GERIÁTRICO

ENFERMEIROS  
TÉCNICOS DE ENFERMAGEM  
TERAPEUTA OCUPACIONAL  
FISIOTERAPIA

QUARTOS COM BANHEIROS AMPLOS  
AMBIENTE AGRADÁVEL  
SENSAÇÃO DE ESTAR EM CASA

RUA LEBLON, 235 - IPANEMA | (51) 9180-4343  
WWW.RESIDENCIALVILLAGE.COM.BR

## 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](http://www.enfermatec.com.br)

## Dicas para viver melhor depois dos 60

1 - Conheça as modificações do seu corpo. Não fique em dúvidas, procure reconhecer, esclarecer e aceitar as mudanças. Só assim poderá diferenciar o que é parte do envelhecimento e quais são as alterações que resultam de afecções que podem acometer o idoso. 2 - Trace metas de vida. Os idosos mais felizes e ajustados são os que tem planos e são capazes de adaptá-los às condições impostas pelo envelhecimento. 3 - Não acredite em fórmulas de rejuvenescimento, ou elixir da longa vida. Evite usar medicamentos desnecessários ou indicados por leigos. Sempre que precisar de ajuda, procure orientação médica especializada. 4- Alimente-se corretamente. Aceite suas limitações, faça adaptações, previna complicações.

Use e abuse de frutas, verduras e legumes. Você certamente se beneficiará disso. 5 - Faça de sua experiência de vida um ensinamento. Feliz do idoso disposto a aprender, em vez do que teima só em ensinar. 6- Sedução não tem idade. Procure sempre

seduzir seu companheiro. Afeto, amor e sexualidade devem fazer parte de sua vida. 7 - Mantenha em alta a sua auto-estima. Vista-se sempre como se fosse a uma festa, não importa se for a mesma roupa da semana passada. Perfume-se, cuide de seus dentes, de sua higiene. 8 - Saia de casa, caminhe. Invente um passeio, mesmo que vá ao lugar de sempre. Mexa-se: corpo e mente se beneficiarão com exercícios físicos, Procure se informar sobre atividades desenvolvidas para a Terceira Idade ( teatro, dança, viagens , passeios, reuniões, aulas, voluntariado, etc..). Identifique-se, desenvolva suas aptidões. 9 - Evite se omitir. Participe das reuniões familiares, ouça e se faça ouvir, exponha as suas idéias, seus pontos de vista. O fundamental é reconhecer que o simples fato de estar na Terceira Idade não o impede de decidir plenamente a sua vontade pessoal, respeitando os seus valores. 10 - Acredite que você é importante, capaz, e que felicidade depende primeiro de você.

# Qual o Significado???

## O que é Cruz Credo?



Cruz credo é uma expressão de interjeição utilizada para expressar medo, repugnância ou nojo de algo ou alguma coisa.

Originada a partir da cultura e princípios cristãos e, principalmente, católicos, a expressão “cruz credo” pode ser interpretada literalmente como “creio na cruz”.

De acordo com a doutrina católica, a cruz é um forte símbolo divino, popularmente associada como uma “ferramenta para a salvação”.

Como exemplo, a cruz é sempre referenciada na literatura como um objeto de proteção contra o diabo ou as forças do mal.

Para o cristão, o “credo” é o resumo da fé apostólica, considerada a “fé autêntica”.

Assim, ao falar “cruz credo”, a pessoa supostamente está invocando uma proteção contra aquilo que lhe causa medo ou desconforto.

Por exemplo: “Eu ouvi um barulho estranho na cozinha. Cruz credo!” ou “Cruz credo, esta comida está horrível!”.

Mesmo as pessoas que não são católicas ou religiosas costumam utilizar esta expressão, pois convencionou-se usar esta interjeição em determinadas situações rotineiras.

## A importância da contabilidade

Muitas são as formas em que as empresas, seus sócios e administradores podem ser condenados por leis comerciais, civis e penais pelo fato de não manter em ordem sua Contabilidade.

Seja pelo motivo de não levar a sério a documentação relativa à transação operacional, fazer negócios fora do objeto social, misturar ou confundir bens particulares do sócio e da empresa, cometer desvios, ou até mesmo, efetuar contratação de um profissional despreparado.

A Contabilidade é a alma da empresa, nela ficam registrados todos os atos e fatos. Se os atos do administrador são corretos: documentação adequada, transações negociais dentro do objeto da empresa, o reflexo é imediato: a Contabilidade é transparente. Caso contrário pode ser utilizada para incriminar a empresa, sócios, administradores e contador que foram relapsos e desleixados.



# Ferrari

Assessoria Contábil

**(51) 3517-4990**

**(51) 8587-5928** 

E-mail: ferraricontabil@derf@gmail.com

Rua Carlos Maximiliano Fayet, 720  
Bairro Aberta dos Morros



# Material Gráfico de Qualidade!

- Folders
- Panfletos
- Cartões de Visita
- Ímãs de Geladeira
- Banners
- Fachadas Comerciais



**Faça um orçamento sem compromisso!**



*Ligue e confira!*

  
**GERAmigos**  
Comunicação

**(51) 3019.1377**

**(51) 9185.3087**  

**(51) 8549.7730** 



# 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



[www.caeroclins.com.br](http://www.caeroclins.com.br)

### ORTODONTIA

APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS  
DOCUMENTAÇÃO ORTODONTICA  
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

### IMPLANTES

### PERIODONTIA

### ODONTOPEDIATRIA

TRATAMENTO CLÍNICO E  
ODONTOLOGIA PREVENTIVA

TRATAMENTO  
ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

PRÓTESE / RX /  
CLAREAMENTO

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

## Os 7 sinais da maturidade emocional



Normalmente, a maturidade é associada à idade e aos anos de experiência de vida cronológica. No entanto, quando se trata de maturidade emocional, a idade pode ter pouco a ver com isso.

Muitas vezes a maturidade física chega antes da maturidade emocional.

A maturidade emocional não surge do nada; exige trabalho, esforço, boa vontade e o desejo de olhar para dentro e se conhecer melhor, com a cabeça e o coração em perfeita sintonia. Amadurecer significa encarar a realidade como ela é, muitas vezes bem mais dolorosa do que gostaríamos.

Aqui estão sete características das pessoas emocionalmente maduras.

### 1- Saber dizer adeus é maturidade emocional

A maioria de nós sente muito medo, principalmente quando se trata de soltar as amarras e deixar a vida fluir.

Pensar que o passado foi melhor é muito doloroso; nos impede de soltar e deixar ir.

As pessoas emocionalmente maduras sabem que a vida fica muito melhor quando é vivida em liberdade. Então, deixam ir o que não lhes pertence, porque entendem que ficar preso ao passado nos impede de fechar ciclos e curar nossas feridas emocionais.

### 2- Conseguem olhar para o seu passado emocional sem dor

Limpar a dor do nosso passado é absolutamente necessário para avançarmos em nosso caminho emocional. As ervas daninhas crescem rapidamente; se não limparmos nosso caminho, não veremos o que está próximo.

As pessoas emocionalmente maduras sabem da im-

portância de viver no presente, superando e aceitando o que passou. O que aconteceu, já aconteceu; não podemos mudar. Aprenda com os erros e siga em frente.

Se perdermos o contato com o nosso interior, não nos afastamos dele, mas permitimos que o negativo do nosso passado interfira na nossa vida presente. Isso é muito doloroso.

“É por esse motivo que, quando tivermos aprendido o suficiente sobre a nossa dor, perderemos o medo de olhar para dentro e curaremos nosso passado emocional para avançar mais um passo na vida”.

### 3- Têm consciência do que pensam e sabem

A maturidade emocional nos ajuda a entender melhor nossos próprios sentimentos e os dos demais. As pessoas emocionalmente maduras se esforçam para escrever e pensar sobre as suas opiniões ou sobre como se sentem.

“Amadurecer é ter cuidado com o que diz, respeitar o que ouve e meditar sobre o que pensa”.

A clareza mental das pessoas maduras contrasta com a preguiça e o caos mental das pessoas imaturas. Portanto, a maturidade emocional ajuda a resolver problemas cotidianos de forma eficaz.

### 4- Não reclamam de nada

Parar de reclamar é a melhor maneira de promover mudanças.

As queixas podem nos aprisionar em labirintos sem saída. As pessoas emocionalmente maduras já aprenderam que somos o que pensamos. Se você agir mais e reclamar menos, significa que está crescendo emocionalmente.

Quer viver infeliz? Reclame de tudo e de todos.

### 5- Conseguem ser empáticas, sem se deixar influenciar pelas emoções alheias

As pessoas emocionalmente maduras têm respeito

por si mesmas e pelos outros. Têm habilidade para se relacionar da melhor forma possível com os demais; sabem ouvir, falar e trocar informações. Aprenderam a olhar de forma generosa para o outro; todos nós temos valores diferentes, mas queremos ser aceitos e felizes.

#### 6- Não se castigam pelos seus erros

Aprendemos com os nossos erros; falhar nos permite enxergar os caminhos que não devemos seguir.

As pessoas maduras não se punem por possuírem limitações, simplesmente as aceitam e tentam melhorar. Sabem que nem sempre tudo acontece como queremos, mas cada erro é uma boa oportunidade para o crescimento pessoal.

#### 7- Aprenderam a se abrir emocionalmente

As coraças emocionais pertencem ao passado. É muito importante ter comprometimento, amor, autoconfiança e acreditar nas pessoas. Não seja perfeccionista e nem espere a perfeição dos outros. Esqueça as desavenças e perdoe, inclusive a você mesmo.

“Desfrute do tempo compartilhado da mesma forma que desfruta do tempo sozinho”.

Maturidade emocional é assumir o controle da sua vida, ter sua própria visão de mundo e ambição para a sucesso. Ao desenvolver a maturidade emocional a vida torna-se um prazer, e não uma obrigação.



## Aloe Vera

Produtos de Babosa de alta qualidade aprovados pela ANVISA

Temos produtos para Pele, Beleza, Cabelos, Saúde e Nutrição.

Conheça e adquira pelo site: [www.foreversul.com.br](http://www.foreversul.com.br)  
ou ligue: 3267-1701 / 9987-0717 com Neuza

**Grande oportunidade de obter renda extra ou negócio próprio! Contate.**

**9987-0717** 

E-mail: [nmeditsch@terra.com.br](mailto:nmeditsch@terra.com.br)

USINA DOS

# ÓCULOS

A óptica perto de você

[facebook.com.br/usinadosoculos](https://facebook.com.br/usinadosoculos)

Parcelamos em até **6X** 

Av. Edgar Pires de Castro, 1680 / Loja 103 (em frente ao Super Kan)  
Fone: 51 **3062 1675**

Aviamos receitas Tudo em até 6 x / acréscimo



## Ótica Reis

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

 (51) 3336.6943

Av. Teresópolis, 3173  
[otica\\_reis@hotmail.com](mailto:otica_reis@hotmail.com)

**Clínica de Podologia, Manicure, Depilação e Bronze a jato.**

podologa\_simone@hotmail.com  
simone-comercial2012@hotmail.com

**3241.2588**   
**9898.3084** vivo   
**8178.3030** TIM   
**9415.6954**   
**8494.6630** 

Av. Rodrigues da Fonseca, 1753  
"Sempre pensando no melhor para você."




## Mais Ótica

Sua melhor imagem

**Óculos Completo com antirreflexo por apenas R\$ 168,00**

**Armação + Lentes + antirreflexo\***

\*válido para armações HR e lentes orgânicas de visão simples.

Av. Getúlio Vargas, 778 (em frente ao Zaffari) - Menino Deus / POA/RS  
F: + 55 51 3273.4057 | [maisotica@outlook.com](mailto:maisotica@outlook.com)  
 [maisotica](https://facebook.com/moisotica)  [maisotica\\_poa](https://whatsapp.com/moisotica_poa) [www.maisotica.com.br](http://www.maisotica.com.br)



No mês da Mulher, descontos especiais para Mamografia, Densitometria Óssea e Ecografia Mamária

**2 RADICOM**  
Clínica de Diagnóstico Médico por Imagem

**50% DE DESCONTO NA RESSONÂNCIA E TOMOGRAFIA**

**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](http://www.radicom.com.br)



- Dificuldade para compreender o que as pessoas estão falando?
- É preciso aumentar o volume da TV e do rádio cada vez mais?
- Evita falar ao telefone?
- Você tem zumbido (chiado) no ouvido?

**Atenção! Você pode estar com perda auditiva!**

*Agende uma avaliação auditiva e conheça os aparelhos auditivos mais discretos e modernos do mercado.*

*Sua audição é muito importante para nós!*

*Confira nossas condições especiais para adquirir seus aparelhos auditivos!*

**Fone: (51) 3023.2967**

Rua Professor Annes Dias, 154 - sala 1003 - Centro - POA/RS

E-mail: atendimento@sonorizeclinica.com.br - www.sonorizeclinica.com.br

## Perda Auditiva no Idoso



Dentre as alterações sensoriais que acompanham o processo de envelhecimento, a deficiência auditiva é uma das mais incapacitantes,

acometendo 60% das pessoas com mais de 60 anos.

A presbiacusia é definida como a diminuição auditiva relacionada ao envelhecimento, por alterações degenerativas, fazendo parte do processo geral de envelhecimento do organismo. Esses pacientes, geralmente, experimentam uma diminuição da sensibilidade auditiva e uma redução na inteligibilidade da fala, o que vem a comprometer seriamente o processo de comunicação verbal.

A perda auditiva apresenta alguns sintomas como: ouvir mas não entender, incômodo ao ouvir sons fortes, zumbidos (chiados), dificuldade para perceber sons musicais mais agudos e dificuldade para compreender em ambientes ruidosos.

Ser um idoso portador de deficiência auditiva é algo que vai além do fato do indivíduo não ouvir bem, levando a implicações sérias para a vida deste indivíduo e para os que convivem com ele diariamente. As frustrações que ele vivencia, pela dificuldade de compreender o que os familiares e amigos estão falando, representam um grande desafio. É, portanto, mais fácil afastar-se das situações nas quais ocorra a comunicação ao invés de enfrentar embaraços decorrentes da falta de compreensão ou respostas inapropriadas dadas às questões não

entendidas corretamente. Muitas vezes esse isolamento pode levar até mesmo a depressão.

O diagnóstico e a intervenção precoce da perda auditiva associada à idade são fundamentais para uma boa qualidade de vida do indivíduo idoso.

A reabilitação auditiva por meio de aparelhos auditivos é medida efetiva e fundamental para a manutenção da função social do idoso e deve ser proposta assim que constatada a necessidade. Os aparelhos auditivos permitem o resgate da percepção dos sons da fala e dos sons ambientais, promovendo a melhora da habilidade de comunicação.

A tecnologia dos aparelhos auditivos avançou muito nos últimos anos. Atualmente tem-se uma ampla variedade de recursos desenvolvidos para atender às necessidades auditivas específicas de cada paciente.

Hoje, quase não há perda auditiva que não possa se beneficiar do uso de aparelhos auditivos. A escolha feita sobre o melhor tipo de aparelho a ser usado dependerá de vários fatores: o nível de audição, as necessidades do paciente e as necessidades da família.

É de suma importância ficar atento as queixas mencionadas pelo paciente, pois, por meio do uso dos aparelhos auditivos é possível reduzir as barreiras de sua comunicação, ajudando em um melhor ajuste dos impactos psicossociais, promovendo, uma melhora nas habilidades de comunicação e conseqüentemente uma melhora da qualidade de vida.

## RECEITAS

## Ovo de páscoa na travessa

**Ingredientes:**

- 3 latas de leite condensado
- 2 medidas (da lata) de leite
- 6 gemas peneiradas

- 2 colheres (sopa) de maizena
- 1 colher (sobremesa) de baunilha
- 400 gramas de chocolate meio amargo
- 1/2 xícara de castanha de caju picado
- 1 caixa de creme de leite

**Modo de preparo:**

1. Leve ao fogo o leite condensado, o leite, as gemas, e a maizena, e mexa sem parar até engrossar
2. Retire do fogo e acrescente a baunilha
3. Junte o creme de leite, misture e reserve 1/3 deste creme
4. Nos 2/3 restantes, pique o chocolate meio amargo, e mexa bem até o derreter por completo
5. Em um pirex monte a sobremesa assim: uma camada de creme de chocolate; uma camada do creme branco reservado; uma camada de creme de chocolate
6. Salpique a castanha de caju e para cobertura derreta 400 gramas de chocolate ao leite e coloque por cima, espalhando devagar pra cobrir todo o pirex
7. Leve para gelar
8. Quanto mais gelado estiver melhor

**Informações Adicionais**

Obs.: Se você quiser, não precisa colocar o chocolate ao leite por cima. Fica bom mesmo assim!

**Tempo de preparo:** 40 minutos.

**Rendimento:** 1 porção.

## Cordeiro de Páscoa

**Ingredientes:****Geleia:**

- 1 maço de hortelã
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de fécula de batata

**Cordeiro:**

- 1 pernil de cordeiro (cerca de 2,5 kg)
- 3 colheres (sopa) de Gril MAGGI®
- 2 xícaras (chá) de suco de laranja

**Modo de preparo:****Geleia:**

1. Em uma panela, ferva as folhas de hortelã com uma xícara (chá) de água
2. Bata em um liquidificador, passe por uma peneira e retorne à panela
3. Acrescente o açúcar, a fécula, dissolvida em 1/2 xícara (chá) de água e misture bem, até engrossar
4. Reserve

**Cordeiro:**

1. Em uma assadeira média, tempere o cordeiro com a mistura do GRIL MAGGI com o suco de laranja e deixe marinar por cerca de 2 horas
2. Leve ao forno médio-alto (200°C), pré-aquecido, coberto com papel alumínio, por cerca de 1 hora, virando na metade do tempo e regando com o caldo
3. Retire o papel-alumínio e deixe por cerca de 30 minutos ou até dourar
4. Sirva acompanhado da geleia

**Tempo de preparo:** 4h10min

**Rendimento:** 15 porções

# MERCADO E AÇOUGUE NAVEGANTES



Visite-nos e confira!

## Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina, Suína e Aves

CARNES INSPECIONADAS



**NOVIDADE:** Agora também linguiça de porco com queijo

Promoção Especial: Filé de Ovelha Kg R\$ 18,99

**Exclusividade:**  
**Miúdos de Ovelha**  
 Coração: R\$ 11,98 kg / Rins: R\$ 3,98 kg  
 Língua: R\$ 4,99 kg

**Incremento**  
**Seu Churrasco**  
**Cupim Bovino**  
**Resfriado**

R\$ 12,98 kg



Faça a sua Encomenda

Av. Edgar Pires de Castro, 2649 ☎ 3311.0597



## Mercado Dalzatti

O Leão da Economia!

\*Mercado, Padaria, Açougue e Fruteria

Entrega de Rancho Grátis no Bairro e Arredores

**ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES E TICKETS**

Estr. Afonso Lourenço Mariante, 2254 - Belém Velho

Fone: 51 3263.1356



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



## ESPETÃO do Forte

CHURRASCO PARA LEVAR

Av. Otto Niemeyer, 2532

(51) 3242.4299

### A importância da aveia



Entre os cereais integrais, a aveia apresenta propriedades funcionais que melhoram o funcionamento do organismo e previnem o desenvolvimento de doenças crônicas e outros agravos à saúde.

A aveia, cereal da mesma família do trigo, é um dos cereais mais completos para a alimentação humana, pois durante o processamento do grão ela quase não sofre perdas. Assim, ela é bastante nutritiva: contém os minerais cálcio, ferro, magnésio, zinco, cobre, manganês e as vitaminas B1, ácido fólico e E.

#### Informações nutricionais

Os seus grãos apresentam um dos maiores teores protéicos entre os cereais – entre 15 e 20%. A qualidade de suas proteínas também é muito boa, se comparada com a de outros cereais. A aveia também tem uma concentração de gorduras polinsaturadas bem significativa, contando com um alto conteúdo de ácidos graxos ômega-6. Ela é rica em fibras alimentares, especialmente em fibras solúveis, as quais são denominadas beta-glucanas.

## Mercado Caxias



AOÇOUQUE - 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

## 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 Mariante, 4550 - Porto Alegre/RS



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



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



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



Tele-Encomendas

☎ 3258.5248 / 8626.6119

Estrada do Varejão 655 - Lami

**Mercado & Açougue**  
**TRADIÇÃO**  
Sucesso em carnes.  
☎ 3258.5276  
Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami

**CARBONI**  
Supermercado

PADARIA - CONFEITARIA - AÇOUQUE - HORTIFRUTI

Entrega Grátis de Rancho  
Na região acima de R\$ 100,00

Avenida Juca Batista, 3817 - bairro Hípica  
☎ 3264.0139

**PASQUALI**  
Padaria e Confeitaria

TORTAS  
DOCES E  
SALGADOS

Aceitamos Encomendas

Tele Entrega  
3241.6262

Av. Otto Niemayer, 3465

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

Salgadinhos p/ Festa



R\$ 29,00  
O CENTO



MINI  
R\$ 16,80

MÉDIA  
R\$ 31,80

GRANDE  
R\$ 41,80

PROMOÇÃO DE  
TORTAS!!!

Estrada do Lami, 517 - tel.: 3259-1907

Filial Belém Novo: Av. Heitor Vieira, 579 - tel.: 3508-6658

## REINO DO FRANGO



- frango assado • porção de massa
- porção de arroz
- saladas
- também assamos carne e salsichão das 10h30 às 15h

**Faça sua reserva ou encomenda!**

TRABALHAMOS DE TERÇA À DOMINGO,  
INCLUSIVE FERIADOS

Av. Edgar Pires de Castro, 955

(51) 3312.1769 / 9252.5685

**Tele Xis Campo Novo**

SEGUNDA A SÁBADO  
Das 11h às 14h  
Das 19h às 24h

Osório Martins  
nº 170

*O melhor lanche do bairro.*

TELENTREGA 3245.4347 / 3245.4346 / 8512.2503

**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

## Bolo de beterraba com chocolate



### Ingredientes:

- 3 beterrabas cruas
- 3 ovos
- 1 copo médio de óleo
- 1 copo de água
- 2 copos de farinha de trigo
- 2 copos de açúcar
- 1 colher (sopa) fermento em pó

### Calda:

- 5 colheres (sopa) de achocolatado em pó
- 3 colheres (sopa) de leite
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de margarina sem sal

### Modo de preparo (bolo):

1. Bata no liquidificador as beterrabas cruas, os ovos, o óleo e misture com os ingredientes secos
2. Acrescente pouco a pouco a água
3. Leve para assar em forno médio, pré aquecido, até dourar
4. Após assado colocar a calda ainda quente, no bolo também quente

### Modo de preparo (calda):

1. Misture todos os ingredientes
2. Leve ao fogo médio até levar a fervura e engrossar

3. Logo após jogue no bolo

**Tempo de preparo:** 20 minutos

**Rendimento:** 12 porções

## Mercado Das Frutas

**Sacolão BARCELLOS**  
Hortifrutigranjeiros



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

## APVS - Nossos Diferenciais das Seguradoras Tradicionais



- Sem perfil do condutor (qualquer pessoa habilitada pode conduzir o veículo);
- Sem consulta SPC/ Serasa;
- Aceitamos veículos, caminhões e motos nacionais de até 20 anos de fabricação;
- Aceitamos veículos importados de até 15 anos de fabricação;
- Aceitamos Náutica de até 10 anos de fabricação;
- Rastreador com monitoramento gratuito para veículos acima de 31.000,00 (tabela Fipe), Motos acima de 8.000,00 (tabela Fipe), Caminhões e Náutica são obrigatório o rastreador;
- Sem renovação anual, ou seja, paga somente às mensalidades sem carência de tempo;
- Cobrimos Fenômenos da Natureza (Queda de árvore, granizo e enchentes);
- Aceitamos veículos recuperados de sinistros, adquiridos em leilão, com número de chassi remarcado e Táxi. (Indenizamos 70% da tabela Fipe);
- Aceitamos veículos rebaixados (indenizamos 100% da tabela Fipe).



### SEU VEÍCULO **PROTEGIDO** 24 HORAS



REBOQUE 1.000km  
EM CASO DE EQUILÍBRIO  
REBOQUE ILIMITADO

PLANOS A PARTIR DE **83,78** POR MÊS

PROTEGEMOS MOTOS ATÉ **63.000,00**

**ASSISTÊNCIA 24 HORAS**

- Reboque de Veículo
- Socorro Elétrico e Mecânico
- Táxi
- Motorista Substituto
- Chaveiro
- Substituição de Pneu Furado
- Transporte do Veículo Acidentado
- Hospedagem em Hotel
- Transmissão de Mensagens
- Remoção Médica Inter-Hospitalar
- Auxílio na Falta de Combustível

**ASSISTÊNCIA AO VEÍCULO**

- Incêndio, Roubo, Colisão e Perda Total
- Proteção para Terceiro até 200.000,00
- Assistência 24h Básica / Gold / VIP
- Proteção de Vidros (opcional)
- Carro Reserva 7/14 Dias (opcional)
- Fenômenos da Natureza

**ASSOCIE-SE JÁ PEDRO - 3898-4665 / 8191-1920**

**www.apvs.com.br**



Vocação para atender **condomínios** com **qualidade e agilidade.**

PORTARIA | ZELADORIA | LIMPEZA



(51) 3026.2602

Av. Brasil, 1292 | Porto Alegre | RS  
www.jhsseguranca.com.br

# Funilaria PRIMO

- Colocação de Manta Térmica
- Reformas em Telhados
- Algerosas
- Coifas
- Dutos



**CALHAS COM  
06 METROS  
SEM EMENDAS !!!**



**Orçamento Gratuito**

**51 8425.1042** / **51 9237.3620**

Av. Edgar Pires de Castro, 80 - POA/RS

## Estofaria Marcílio Dias



Móveis, Estofados Comercial e Residencial e Auto em Fino Acabamento

**Fone: (51) 9205.7835**

Rua Marcilio Dias, 1232 - Azenha - POA/RS

## EXECUTIVA DO LAR



**Limpeza de casas,  
apartamentos,  
prédios e  
empreendimentos**

**Ligue e fale com a Luciana!**

**T: 8917.1298 - 8052.5689**

## ESTOFARIA KARLA

REFORMAS EM GERAL E CONCERTOS - Orçamento sem Compromisso



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

Rua Marcílio Dias, 1312

**STF**

**SERRALHERIA E TELE CONCERTO**

## Fabiano

Grandes de Proteções | Grades de Sacadas  
Portas Auxiliares | Portão de Correr  
Portão de Elevação | Serralheria em Geral



Parcelamos em até 5 vezes  
VISA ou no cheque

**3108.4009 / 9614.5199 / 9652.5199**

Av. Moab Caldas, 2444 - Sta. Teresa - PoA



## 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

VISA | Hipercard | Mastercard

**Ligue e peça orçamento gratuito**

**51 8411.1151** | **8413.7291**

**3246.3902** Av. Lami, 1650 - Belém Novo

E-mail: [serralheria.rodriguez@hotmail.com](mailto:serralheria.rodriguez@hotmail.com)

Acesse nosso site: [www.gruporodriguesrs.com.br](http://www.gruporodriguesrs.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

**8471.7074** | **9452.1584**

**8142.6232** | **9892.1762**

**9940-9565** | **8529-5733**

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros

## ProcureAche

*Este espaço pode ser seu!*

LIGUE E GARANTA O SEU ESPAÇO JÁ  
NA PRÓXIMA EDIÇÃO DA PROCUREACHE!

Anuncie: (51) **3026-8445**

(51) **9613-6986**

Móveis  
**GRYVMILLA**  
E-mail: contato@gryvmillamoveis.com

REALIZE SEU SONHO  
DOS MOVEIS PLANEJADOS  
COM A GENTE!  
Sua casa toda planejada

**2 Anos de Garantia**

COZINHAS  
SOB  
MEDIDA E  
MUITO  
MAIS!

Conte Conosco!  
Orçamento Gratuito!

(51) 3209 3204 / (51) 9554 9365



**Sif Serralheria**  
Irmãos Fraga

Jefferson

8610.7038 📞

9596.7943 📞

8440.1801 📞

9680.1938 📞

Av. Oscar Pereira, 7360  
(em frente ao mercado Casa Grande)

Grades & Janelas  
Portas e Portões  
Portões automatizados  
Reformas em geral



Climatização  
**GOLDEN**

**INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DE AR SPLIT**

Ofecemos garantia na  
Instalação dos aparelhos

*Garantia de 2 Anos*

Carrier KOMEKO YORK SAMSUNG

LG Midea Electrolux Springer

(51) 9189.5456 📞 / 8047.1227 📞

Vinicius Coelho  
Téc. Autorizado

Aceitamos cartões  
VISA MasterCard

Não perca sua garantia, instale conosco!



Orçamento Gratuito

Montador  
**Juliano Peixoto**

Roupeiro  
Cozinha  
Regulagem

**JD**  
MOVEIS

9936.8999 📞  
3024.6897 📞

CNPJ:  
21.560.307/0001-17

Montagem e Desmontagem



**ADELAR**  
IMÓVEIS creci: 16038

Compra e venda de terrenos, casas e sítios

**51-3250.6575 / 51-9964.7944**

**www.adelarimoveis.com.br**

Edgar Pires de Castro, 9291



**LUMINNUS** ∞  
CNPJ: 14.726.235/0001-70

- Instalação Elétrica
- Instalação de Split
- Instalação de CFTV
- Reformas
- Rede de Computadores
- Cabeamento Estruturado

**Márcio Brasil**  
NR 10

Fone: (51) 9925.8625 📞 Vivo - 9347.8160 Claro  
E-mail: marciobrasil.eletricista@hotmail.com



**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



**ASSISTÊNCIA TÉCNICA**  
MÁQUINAS DE LAVAR | AR CONDICIONADO

Trabalhamos com reformas e vendas

Consul Electrolux

VISA 📞 (51) 3242.6646  
📞 (51) 8020.5484

Av. Lami, 4780 - lj 4 - ao lado da loja Fina Estampa



**Jorge Ar** (51) 9828-7550 vivo  
Instalação e Manutenção (51) 9504-4624 📞  
jorgemarquesrs@gmail.com





Consulte pacotes com alimentação!  
 Atendimento no local de Segunda à Sexta das 14:00 às 17:30  
 Av. Edgar Pires de Castro, 2196 - Hipica  
 Fones:  
 51 3391 3349  
 8549 5960 - 9368 9494

**Pacote 1: R\$ 550,00** - 4 horas de festa (Segunda à Quinta)  
 Salão p/ 100 pessoas - Decoração provençal  
 Brinquedos - Mesas e cadeiras com toalhas  
 1 Gerente de festa - 1 Segurança - 1 Recepcionista

**Pacote 2: R\$ 650,00** - 4 horas de festa (Sexta-feira)  
 Salão p/ 100 pessoas - Decoração provençal  
 Brinquedos - Mesas e cadeiras com toalhas  
 1 Gerente de festa - 1 Segurança - 1 Recepcionista

**Pacote 3: R\$ 990,00** - 5 horas de festa (Sábado e Domingo)  
 Salão p/ 100 pessoas - Decoração provençal  
 Brinquedos - Mesas e cadeiras com toalhas  
 1 Gerente de festa - 1 Segurança - 2 Recepcionistas

**PEG Fotos e Filmagens**  
 Casamentos, 15 anos, Infantil, Newborn  
 Book, Pré-casamento, Gestante, etc.  
 Fones: 3061-0267 / 4100-0267 / 9843-1404  
 www.pegfotos.com.br




**EQUIPE DE APOIO**

Eventos, Desfiles, Shows  
 Bailes, Festas em Geral, Portaria  
 Recepção e Estacionamento

**Contato c/ Fabiano**  
**Fone: (51)9449.6651**

## Quanto e o que Servir em Festas Infantis

Organizar a festinha de aniversário do seu filho pode ser a tarefa mais divertida e a mais trabalhosa, e isso irá depender do seu estilo, se você é uma pessoa disciplinada e organizada a tarefa fica mais fácil, já se você não consegue se situar nestes assuntos a tarefa pode se complicar. E para te ajudar vamos mostrar aqui o quanto e o que servir em festas infantis, para que pelo menos neste setor sua vida fique mais facilitada e você possa se dedicar a outros assuntos com mais afinco.

### Dicas do Quanto e o que Servir em Festas Infantis

No quesito doces, normalmente a quantidade fica entre cinco e dez unidades por pessoa, com doces com tamanhos tradicionais, ou seja, bem pequenos. Já para os doces maiores você pode contabilizar seis doces por pessoa, mas sempre usando uma margem de dez por cento a mais, para que não falem docinhos na festa de seu filho. Lembrando que os docinhos mais tradicionais em festas infantis são os brigadeiros, beijinhos, brigadeiros brancos, brigadeiros rosas, camafeus de nozes, cajuzinhos e brigadeiros trufados. Mas você também pode servir algodão doce, pipoca doce, balas, pirulitos, gelatina e sorvete.

Em relação aos salgados que serão servidos na festinha de aniversário de seu filho você pode

servir coxinhas, risoles, quibes, bolinhas de queijo, empadinhas, folheados, cachorro-quente, pão de queijo, cheese burger, batata frita e bolinhas de carne. E você deve fazer uma conta de dezoito a vinte salgadinhos por pessoa, mas sempre levando em conta a porcentagem de dez por cento a mais de salgadinhos, para não faltar.

E se você quiser pode optar por almoços ou jantares para a festinha e poderá servir risotos, carnes assadas, purês, saladas, massas, frutos do mar e até mesmo feijoada. Mas leve em conta se algum convidado é alérgico a algum alimento, para não causar um acidente alimentar.

Em relação ao bolo, para agradar a gregos e troianos, você pode mandar fazer um bolo com duas opções de recheio, assim quem não gostar de uma opção pode comer a outra metade do bolo. E faça um cálculo com uma média de cinco quilos de bolo para cada cinquenta convidados.

E capriche também na escolha das bebidas que serão servidas. O ideal é oferecer duas opções de refrigerantes e uma ou duas opções de sucos naturais, além da água em garrafa que também deve ser servida, e você pode optar pela água com e sem gás. Você pode até servir bebidas alcoólicas para os adultos, porém como a festa é infantil o ideal é não servir bebidas alcoólicas. E faça um cálculo de 60 litros para cada grupo de cinquenta convidados.



## Como Organizar Festa Infantil na Páscoa

Juntar duas festas importantes não é novidade para muitas pessoas, porém algumas não gostam quando a data de seu aniversário coincide de cair juntamente com alguma data comemorativa grande, como o Natal, principalmente as crianças, pois acham que irão ganhar apenas um presente. A festa infantil na Páscoa, por exemplo, pode ficar bem interessante se você investir nos elementos divertidos e diversificar a decoração para conseguir uma festa bem animada e que ficará na lembrança dos convidados por muito tempo.

### Dicas para Organizar Festa Infantil na Páscoa

Difícilmente você irá encontrar uma criança que não goste de chocolate, e como na Páscoa o chocolate é um dos personagens principais, a festinha de aniversário do seu filho pode ficar bem interessante. O chocolate pode ser o item principal de toda a festa e até mesmo influenciar a decoração, como nas cores, por exemplo. E já tendo esco-

lhido o bolo, os docinhos de chocolate e até mesmo as lembrancinhas sendo de chocolate, todo o resto da festa fica mais fácil de ser decidido.

O coelho também é um personagem muito bem explorado na Páscoa e pode ser o tema da decoração. Coelhinhos e ovinhos podem decorar todo o salão ou espaço que você utilizará para a festinha. E a cor que você vai utilizar em toda a decoração pode depender do sexo do seu filho ou ser neutra.

Os salgadinhos servidos podem ser o que você quiser, pois eles não têm como seguir o tema Páscoa, já que não há salgadinhos específicos para a época da Páscoa. Você pode servir coxinhas, cachorro-quente, empadinhas, risoles, pizza ou o quitute que suas crianças gostarem.

E até as brincadeiras para divertir os convidados amiguinhos de seu filho podem seguir o tema, com caça aos ovos ou com brincadeira de corrida com ovos (mas com ovos cozidos), por exemplo.



**Studio de Danças & Terapias Orientais**

Dança do Ventre  
Dança Cigana  
Tai Chi Chuan  
Zumba  
Pilates

Acupuntura  
Estética e Sistêmica  
Drenagem Linfática  
Auriculoterapia  
Moxabustão  
Reiki, Terapia  
Shiatsu

Massagem (c/ pedras aquecidas)

51 9703.1987 / 9304.2366 Av. João Salomoni, 610 sl 114



**Top Fest**  
Decorações

O melhor para sua festa!!!

PISTAS - EVENTOS - DECORAÇÕES - BRINQUEDOS - LOCAÇÕES DE MATERIAIS

3414-9665 / 9914-9665

www.topfestbr.com.br  
topfest@topfestbr.com.br



**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) 51 8477.2836 (Oi)

ladybird.decoracoes@yahoo.com.br



**WJM Brinquedos**  
Locação para Festas

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

Contatos: 3250-1528 / 8576-1699 / 8551-7081

wjmbrinquedos2@gmail.com



**VERSUS BARBER SHOP**  
HÍPICA X OCEANO

TESOURA - CERVEJA - LIFESTYLE

Av. Juca Batista, 4531 Loja 12  
Fone 51 3377.0708  
Bairro Hípica - Porto Alegre/RS  
www.versusbarbershop.com.br



**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



**hinode**  
FAZENDO SUA VIDA MELHOR  
100% de lucro em todos os nossos produtos

Seja um distribuidor direto de fábrica!

Ganhe **R\$3.000,00** no mês,  
vendendo **02 perfumes por dia!**

São mais de **300 produtos** na linha de Tratamento corporal, facial, capilar, perfumaria e maquiagens

(51) **9437-5893** E-mail: [anelisebutterres@bol.com.br](mailto:anelisebutterres@bol.com.br)  
(51) **8537-0034** E-mail: [rsleandros@gmail.com](mailto:rsleandros@gmail.com)

*Requinte Noivas*

Noivas | Madrinhas | Aias | 15 anos  
1ª Comunhão | Masculino | Acessórios  
Confeção Própria | Tamanhos Grandes



www.requintenoivaspoa.com.br | [requintenoivas@bol.com.br](mailto:requintenoivas@bol.com.br)  
(51) **3224.7684** | **3228.3466**  
Rua dos andradas, 1560 - Sala 308 | Galeria Malcom/POA

## Jejum e emagrecimento



Existem milhares maneiras para começar a perder peso, são elas dietas, exercícios físicos, boa alimentação, entre outras.

Mas o que estamos vendo ultimamente são pessoas que estão buscando emagrecer da maneira menos apropriada e menos recomendada por especialistas, o tão conhecido Jejum.

O jejum feito da maneira incorreta pode trazer graves consequências para você e sua saúde, muitos apenas começam por conta própria e quando querem, e acabam tomando atitudes que não são recomendados para pessoas que estão em busca do emagrecimento.

### Será Que O Jejum É A Melhor Maneira De Emagrecer?

A primeira coisa que você deve fazer antes de começar o jejum é procurar o seu médico que você faz acompanhamento. Caso você ainda não tenha um médico de confiança procure um especialista.

Faça todos os exames necessários para que você possa começar seu jejum, diga ao seu médico que seu objetivo é jejuar para perder peso, pergunte para ele se no seu caso é recomendado, ele vai analisar todos os pontos, desde seu peso atual, sua massa corpórea, sua gordura, tudo para lhe dar as coordenadas mais corretas para seguir em frente com seu objetivo de jejuar.

Pergunte ao seu médico se há contra indicações no seu caso para jejuar. Se pode lhe trazer algumas consequências indesejadas para sua saúde, se esta é realmente a melhor maneira para você perder peso, talvez você tenha que tomar algum medicamento que ele vai lhe orientar, enfim.

Jamais comece um jejum diário por conta própria, sem uma recomendação médica.

### Alguns benefícios do jejum

No período que você esta jejuando seu corpo começa a queimar gordura, devido você não ter alimentos para queimar, e queimando gorduras ele começa a liberar elementos químicos.

Seu sistema digestivo passa uma maior parte de tempo mais limpo, seu estômago fica mais limpo, com isso você começa a ensinar o seu cérebro de que você não precisa de muita comida e ele vai começar a criar um metabolismo diferente para seu corpo.

Com o jejum você começa a ter mais controle sobre seu corpo, é uma maneira de você dizer ao seu cérebro que você esta no controle. Você não vai sair mais comendo tudo que vê pela frente a qualquer hora com um jejum realizado da maneira correta e com orientação.

## Salto alto: vilão ou mocinho?



Você sabia que o seu salto alto super caro pode estar acabando com os seus pés? O acessório utilizado principalmente pelas mulheres na busca de uma altura maior e um corpo mais desenhado, pode trazer vários problemas que você nunca imaginou que poderiam acontecer.

O principal problema que pode acontecer quando alguém utiliza um salto alto, é a diminuição da área de contato do pé com o chão. Diminuindo esta área de contato, a ponta de seu pé fica sobrecarregada, é bem aí que o salto traz todos os grande problemas para o seu pé.

Dentre os principais problemas que o salto alto pode causar estão os calos, lordose e o aumento da carga nos joelhos e no quadril. Nem todos vão passar por tal contratempo ao usar estes tipos de sapatos. Existem pessoas que nunca vão passar por problemas ocasionados por salto alto.

O máximo que um ser humano poderia usar

de tamanho de salto, seria 5 centímetros. Qualquer coisa além disso, pode afetar seus pés com os problemas que citamos anteriormente.

Além disso, o maior vilão dentre todos os tipos desses sapatos de salto, é o salto agulha. Todo o peso vai diretamente para os pés aumentando muito mais os problemas. Juntando este tipo de salto com um sapato estreito, os dedos vão ficar totalmente encolhidos ao longo do tempo, podendo até causar deformações.

Se não vê outra alternativa para parar de utilizar esses "grandes vilões" dos pés, tente intercalar tipos diferentes de sapatos no dia-a-dia, assim você não sofrerá muito como se estivesse utilizando sempre o salto agulha. Mas não se engane, usar rasteirinhas ou sandálias, não absorvem totalmente o impacto em seus joelhos e assim também podem causar problemas. O ideal seria utilizar um tênis confortável, com amortecedores e emborrachados, para diminuir impacto.

ESTÉTICA

*Bella Curva*

ACEITAMOS CARTÕES

Das 9:30 às 19:00 De Seg a Sab

Fone: 96460308 - 89187564

Av Monte Cristo 447 - Vila Nova

*Stylo Próprio*

Moda Jovem & Moda Kids

**(51) 3266-6454**

f Stylopropriomj@gmail.com

Av. do Lami, 4717

Av. Juca Batista, 3185

**Proteção Solar**  
Para todos os dias do Ano!

**Bermuda Anticelulite**  
Melhora a circulação  
AVANÇADA 3º GERAÇÃO

**Camiseta**  
Alivia a dor lombar  
AVANÇADA 3º GERAÇÃO

**Regata Modeladora**

**Luva Terapêutica**  
Alivia a dor no punho  
Modeladora

DEFINE A CINTURA

COMPRIE O ABDOMEN

**Vivendo Melhor**

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

www.vivendomelhor.com - facebook.com/VivendoMelhor

Estacionamento c/desconto Porto Park na Felipe Camarão,564 TEMOS TELEENTREGA

**VENHA**  
CONFERIR AS  
PROMOÇÕES  
DE NOSSA LOJA

*Você é nosso  
convidado!*

## Piso de porcelanato na reforma ou construção



A reforma ou a construção está caminhando bem e agora vem a escolha do tipo de piso utilizado, uma das decisões mais difíceis diante de tantas opções. Atualmente a escolha pelo porcelanato tem sido em primeiro lugar, na hora de escolhê-lo você deve pensar nas questões estéticas e técnicas como: resistência mecânica, absorção de água, escorregamento, resistência a manchas e etc. Confira nossas dicas:

Usar o mesmo porcelanato na casa toda implica em ter ótimo desempenho do produto em um determinado ambiente e um desempenho não tão bom em outro. A diferença no desempenho pode ocorrer até num mesmo ambiente como banheiro por exemplo, em que a área do box tem maior tendência a escorregamento e manchas do que a área de fora devido ao contato direto com a água e substâncias como shampoo, condicionador, sabonetes, desta forma temos que pensar bem no modelo escolhido.

Um dos pontos positivos do uso do porcelanato em madeira é que ele é atemporal e ainda assume diferentes estilos, do rústico ao moderno, outro ponto chave é que a madeira imprime aconchego e remete o clima bucólico do campo.

Diferente dos demais revestimentos, o porcelanato é desenvolvido com alta tecnologia e materiais duráveis, fato que faz do porcelanato um revestimento muito resistente e que pode ser utilizado em diferentes ambientes.

**Peres Construções e Reformas**

 Pintura  
Pisos e Azulejos  
Elétrica e Hidráulica  
Impermeabilizações

*Luciano Peres*

**f PERESREFORMAS** **9739.8157**

**CASAS DO ALICERCE AO TELhado**  
**REFORMAS EM GERAL**

  

**TELENTREGA**

**3093-0215**  
**3093-0213**  
**www.rotasultintas.com.br**  
**AV JUCA BATISTA, 332 - Lj. 03**

 **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

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

**PREÇOS PROMOCIONAIS**

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



**Consertos:**  
 • Torneira  
 • Válvula Hidra  
 • Registros  
 • Caixa Acoplada  
 • Caixa D'Água

(51) 3246.4489 / 8455.3561

**FERRAGEM**

RECONS

VANTAGENS CONSTRUÇÃO DECORAÇÃO

FERRAMENTAS ELÉTRICA ILUMINAÇÃO HIDRÁULICA

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

João Antônio da Silveira, 2600 - Restinga PRÓXIMO AO FIM DA LINHA DO ÔNIBUS RESTINGA - 205

(51) 3062.5704

**ProcureAche**

Este espaço pode ser seu!

LIGUE E GARANTA O SEU ESPAÇO JÁ NA PRÓXIMA EDIÇÃO DA PROCUREACHE!

Anuncie: (51) 3026-8445  
 (51) 9613-6986

**TERRAPLANAGEM R.C.HOCH**

Áçude Demolições  
 Saibro Limpeza de Terreno  
 Aterros Aluguel de Equipamentos  
 Remoções Terraplanagem em Geral  
 Escavações

Rua Jacinto de Freitas, 225 - Ponta Grossa - POA/RS  
 Fones: (51) 9140.4722 - 3395.3147 cl Charles  
 8601-7388

## Dicas para um banheiro funcional



Todos querem um banheiro confortável, ergonômico e seguro. Saiba como planejar um banheiro conhecendo algumas medidas mínimas para racionalizar o uso dos espaços, mesmo daqueles mais apertados.

**Louças Sanitárias** - Deixe 20 cm de largura de espaço em volta de cada lado do vaso sanitário e de 55 a 60 cm à sua frente. Vasos sanitários sem caixa acoplada ocupam menos espaço.

**Chuveirinho** - Substitua o antigo bidê por uma ducha higiênica (chuveirinho) se você tiver problema de espaço. Ele deve ser colocado do lado esquerdo do vaso a uma altura de 60 cm do chão.

**Pia** - Escolha um gabinete para pia que tenha uma profundidade de pelo menos 55 cm com 80 cm de largura e também de altura. A cuba da pia deve ser grande para evitar que a água respingue na bancada.

**Box** - O box deve ir do chão até a altura do chuveiro e não até o teto e deve permitir o movimento dos braços necessários para a lavar a cabeça, assim ele deve ter no mínimo 80 cm de largura.

**Registros** - Estude uma maneira em que os registros do chuveiro possam ser abertos e fechados sem que a pessoa se molhe. Isto é muito importante principalmente no inverno, quando a água fria causa maior desconforto.

**Serralheria Ferreira Ferro**

Artesanato em ferro forjado

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

Castelhanos:  
 51-3245.5489 / 51-8144.7965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

**Eloi Freitas - Construção Civil**

- ✓ Reformas em geral
- ✓ Pinturas
- ✓ Pisos
- ✓ Porcelanato
- ✓ Telhados
- ✓ Alvenaria
- ✓ Vigas
- ✓ Mármores e granitos
- ✓ Encanador
- ✓ Instalação de água quente

9169-7606 Class. / 8614-3534 oi

e-mail: eloifreitas4@gmail.com CNPJ: 19994575/0001-03

**FUNILARIA CRISTAL**

EXAUSTORES - CALHAS - COIFAS  
 ALGEROSAS - CAPEAMENTO  
 DUTOS DE METAL - RUFOS  
 CALHA DE SEIS METROS

(51) 8484-2421 / 9927-6978 / 9986-4597  
 Av. Vicente Montegia, 268 - Nonoai

# Jornal Geramigos Zona Sul

Há mais de 6 anos levando informação  
da sua região até você!

[www.geramigos.com.br](http://www.geramigos.com.br)

TIRAGEM DE 10.000 EXEMPLARES MENSAIS - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



ProcureRiche

## RICK Soluções em Informática

**Assistência Técnica para Micros e Notebooks**  
Profissional Especializado  
**Serviço e atendimento em domicílio**  
Segurança de seus Dados

**GARANTIA DE SATISFAÇÃO**  
ATENDIMENTO DE SEGUNDA À SEGUNDA

3023-3321 / 9969-6747 / 8224-5705  
[atende.me@gmail.com](mailto:atende.me@gmail.com) / [www.rickpc.com.br](http://www.rickpc.com.br)

## 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

### Informática para Melhor Idade

Não dependa de ninguém,  
faça você mesmo no computador

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

Aulas individuais em linguagem própria para MELHOR IDADE.

Aulas para tablet, computador e celular

3024 0335  
3024 0527

Rua Uruguai, 299 - 7º Andar - Centro  
[www.onbyte-rs.com.br](http://www.onbyte-rs.com.br)

## ALPHA SYSTEM

INFORMÁTICA

Atendimento:  
8h30 às 12h e  
das 13h30 às 19h

Av. Rodrigues da Fonseca,  
1920 - Içá 04 - Via Nova

(51) 3239.6468 / 3239.6459  
E-mail: [info.alphasystem@gmail.com](mailto:info.alphasystem@gmail.com)

Venda e Assistência Técnica

- Touch Screen
- Alto Falantes
- Tablets
- Notebooks
- Computadores
- Impressoras
- Remoção de Virus
- Formatação e Recuperação de placas



Accessórios

- Capas
- Fones de ouvido
- Carregadores
- Baterias
- Memórias
- Câmeras
- Alarms Residenciais

Loja na Galeria do Rosário  
Rua Vigário José Inácio, 371 - Centro  
POA/RS - Frente a Igreja do Rosário

Conexão Digital

Whats Loja/vivo  
51 9728.1510

ACEITAMOS CARTÕES  
VISA, BOMMELO, Hipercard, MasterCard

Na compra de qualquer produto anunciado, ganhe de BRINDE um Cartão de Memória de 8GB

## Celular do APOSENTADO



Números GRANDES  
2 Chips  
TV e Rádio FM  
Câmera para fotos  
e muito mais!

**189,90**

SOMENTE R\$

## Assistência Técnica TROCA DE TELA NA HORA PARA Celular e Tablet

### Celular c/TV DIGITAL

Sistema Android  
Câmera, GPS, Whats  
e outros aplicativos



**249,90**

SOMENTE R\$



## Smartphone COMPLETÃO!



Tela 5.5  
Baixa  
TODOS os  
aplicativos



**589,90**

SOMENTE R\$

## Motivação para estudar!

“Aprender é a única coisa que a mente nunca se cansa, nunca tem medo e nunca se arrepende”  
**Futuro** - “Aquele que não luta pelo futuro que quer, deve aceitar o futuro que vier”

**Não pare!** - “Não importa o quão devagar você vá, desde que você não pare”

**Falhar** - “Ter sucesso é falhar repetidamente, mas sem perder o entusiasmo”

**Sorte** - “Descobri que quanto mais eu estudo, mais sorte eu pareço ter nas provas”

**Fazer** - “É fazendo que se aprende, aquilo que se deve aprender a fazer”

**Obstáculos** - “Nenhum obstáculo é tão grande se sua vontade de vencer for maior”

**Sabedoria** - “Há cinco degraus para se alcançar a sabedoria: Calar, ouvir, lembrar, sair, estudar.”

**Início** - “Comece onde está. Use o que você tem. Faça o que puder.”

**Sucesso** - “O sucesso normalmente vem para quem está ocupado demais para pensar nele”

**ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL**  
**TAGARELA** **39 Anos**  
 Credenciada e Autorizada pelo Conselho Municipal de Educação



De 0 a 5 anos

Fones: (51)3223-0421 / 9956-8157  
 Rua Afonso Pena, 115 - Azenha E-mail: escola.tagarela@terra.com.br

**QUADRA 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

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.  
 EscolaVamosCrescer - www.vamoscrescer.com.br  
 Rua Comendador Castro, 473 - Ipanema - Porto Alegre - RS  
 Fone: (51) 3012.0693

**Prof Bel**  
 Oficina da Beleza  
**20 Anos Formando Profissionais**

**CURSO DE MANICURE/PEDICURE**

INÍCIO IMEDIATO  
 Terças e Quintas  
 Manhã das 09h às 12h15 ou  
 Tarde das 14h às 17h15  
 Carga Horária: 100h/a  
 (60h/a em sala + 40h/a prática com planilha)

**CURSO DE DEPILAÇÃO**

INÍCIO IMEDIATO  
 Quartas e Sextas  
 Manhã das 09h às 12h15 ou  
 Tarde das 14h às 17h15  
 Carga Horária: 50h/a  
 Primeira aula teoria e o restante prática!

Investimento de cada curso:  
 Taxa de Inscrição: R\$ 50,00  
 À vista: R\$ 495,00 ou  
 Parcelado em 3x sem juros!

**APROVEITE PROMOÇÃO!!!**  
 Pagamento à vista isenta taxa de inscrição!  
 Parcelamos em até 6x no cartão!

Praça Osvaldo Cruz nº 15 sala 403 Ed. Coliseu  
 Centro de Porto Alegre-RS  
**www.profbel.com.br**  
 cursos@profbel.com.br

9353.5333 8323.2005  
 9786.1339 8630.6505

**Amigo**  
 ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL



Berçário (1 e 2),  
 Maternal (1 e 2) e  
 Jardim (A e B),  
 atendendo  
 crianças de 0 a 6 anos.

Horário de funcionamento:  
 seg. à sex. das 7h às 19h

(51) 33121372 / 33121352  
 E-mail: escolinhamigo@gmail.com  
 Escola Amigo  
 Rua Armando Barbedo, 981 - Tristeza

Escola de Educação Infantil **4+5 ANOS**



**"Meu Cantinho"**

**MATRÍCULAS ABERTAS!!!**

Oferecemos: Turnos: Integral, Intermediário, Manhã e Tarde  
 Turnos: 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

**CENTRO MULTIDISCIPLINAR BAHAMAS**

**Auxílio Jurídico**  
 (Cecatto & Araújo advogados)

**Auxílio Pedagógico**  
 (Reforço escolar - 1º ao 4º ano)

Rua Paulo Derly Strehl, 101 (ao lado do Zaffari Ipanema)  
 Fone: (51) 3286.1192 / 3239.2239

**DEMOSCOBRIR**

# Itapua

Um paraíso náutico a menos de uma hora de Porto Alegre!

- Aulas de vela e SUP
- Passeios de barco até o Farol de Itapua
- Vãos panorâmicos e catapênticos

**NAUTICA BARRETO**  
(ITAPUA, RS)

*Vem velejar conosco!*

**INFORMAÇÕES: (51) 3494.1232**  
ou também: (51) 994.94.994 | (51) 80208017 | (51) 90288774

Já pensou em conhecer o paraíso sem ter que pagar a estrada? Vem descobrir Itapua! Águas límpidas e despoluídas, e natureza deslumbrante a menos de uma hora do centro de Porto Alegre. Aprenda a remar de SUP ou a velejar ou faça um passeio de barco até o mítico Farol de Itapua! O paraíso te espera — a não é longe!

**RECANTO DO PIÁ**

**Matriculas Abertas** • Circuito Interno de TV

**Oferecemos:**

- Ed. Física
- Música
- Culinária
- Horticultura

**ESPECIALIZADA**

- Alimentação
- Dança Gaúcha

**Horário de atendimento Segunda a Sexta das 7h às 19h**

Escola: Autorizada e Credenciada CMEPA  
\*Psicóloga \*Pedagoga \*Nutricionista \*Fonoaudióloga \*Educadores Qualificados  
\*Artes \*Videoteca \*Briquedoteca \*Ampla área de lazer \*Quadra poliesportiva  
\*Circuito de Motocas

Rua Arroio Grande, 253 - Cavalhada | E-mail: recantodopia@yahoo.com.br  
**Fone: (51) 3241.4744**

**Pratikar**  
TREINAMENTO PARA HABILITADOS

## AULAS PARA HABILITADOS

Tem medo de dirigir?  
Falta prática na direção?

**Ligue e informe-se!**

**51 3106.8055**  
**51 8530.6382**

**Pratikar Treinamentos**

**1ª AULA GRÁTIS**

**www.pratikar.com.br**

## A Difícil escolha



Com o fim da licença maternidade, uma dúvida paira na cabeça de todas as famílias. É chegada a hora de

uma difícil decisão: A escolha da Escola onde a criança iniciará uma das etapas mais importantes da educação básica. Por isso, escolher uma instituição apropriada que atenda todas as necessidades da família pode, definir os rumos da vida estudantil dos pequenos.

Na escola infantil, é importante um ambiente aconchegante, onde as crianças tenham acesso a um pátio e ter diversos brinquedos. Propostas mais livres, que envolvam brincadeiras, as vezes são melhores do que grandes propostas pedagógicas. A criança precisa de aconchego, de carinho e espaço para se movimentar. É essa, a proposta da nossa escola. Contando com uma excelente estrutura física, ambiente climatizado, profissionais qualificados e aulas especializadas (Capoeira, ballet, teatro, música, inglês e informática) nossa escola busca oferecer o bem-estar da criança, com um trabalho diferenciado com enfoque total no desenvolvimento infantil. Marque uma visita pelos telefones de contato, e venha conhecer tudo isso de pertinho. Escola de Educação Infantil Amiguinhos do Cristal, situada na Rua Inhanduí nº421, bairro Cristal. Credenciada pelo Conselho Municipal de Educação, sob nº311.

**Amiguinhos do Cristal**  
Escola Especializada

**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 - Fones: 3013-5012 / 2112-3608  
**Cristal / POA**  
[www.amiguinhosdocristal.com.br](http://www.amiguinhosdocristal.com.br)

**ProcureAche**

## Divulgue a sua marca! também na Internet!

Anunciando na ProcureAche, você ainda recebe divulgação da sua marca em nosso site e mídias sociais!

**51) 3026-8445** (51) 9613-6986 (51) 9814-2056  
**51) 9100-0440** (51) 8564-6451 (51) 8105-4796

## Atenção com o seu pet!



Algumas dicas para você cuidar melhor do seu pet:

- Nenhum filhote deve sair à rua ou ter contato com outros animais sem estar vacinado.

- Nunca deixe de aplicar as doses anuais e a vacina anti-rábica em cães e gatos.
- Mesmo animais que vivem presos precisam receber doses de vacina.
- Não aplique medicamentos no animal sem consultar antes um veterinário.
- Mesmo vacinado, não deixe o animal ficar

em contato com bichos doentes.

- Animais criados com responsabilidade não transmitem doenças aos homens.

**TRIBO DOS BICHOS**

O MELHOR LUGAR PARA O NOSSO AMIGO

**Banho e Tosa Veterinário**

**Medicamentos**  
**Acessórios**  
**Rações**  
**Peixes**  
**Pet Creche**

**Aceitamos Cartões**

**8455.2456**

**3248.9694 / 3241.1680**

**Av. Nonoai, 216 - Nonoai**

**Hotel Canino e Taxidermia**

Debora

**(51) 3264.8891 | 8238.8705**  
**8555.2084 | 9672.7256**

[f|deboraacasadepassagem](#)

**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



Three Dogs Original - 20 Kg  
**R\$ 125,00**



Golden Special - 15 Kg  
**R\$ 99,90**



Bravo - 15 kg  
**R\$ 89,90**



Golden Gatos - 10,1 Kg  
**R\$ 99,90**



Friskies - 10,1 Kg  
**R\$ 89,90**



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



Av.: Alberto Pasqualini - Nº.: 1070 / Jd. Itu Sabara //// [www.armazemosbichos.com.br](http://www.armazemosbichos.com.br)

**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

**DU FILM** Auto Som

SOUNDigital Pioneer GUSTAFSON

**3268.8027** Aceitamos  
VISA MASTERCARD

Som \* Rádios \* Alarmes \* Envelopamento \* Adesivos e Impressos Digital \* Película Automotiva e Residencial

**Boni**  
Auto Peças

boniautopecas@gmail.com  
facebook: Boni Auto Peças Nelson Bonifácio

Seu Amigo de Todas as Horas!

Peças e Acessórios para Carro e Moto  
Mecânica & Elétrica em geral

**51 - 3242.3857**  
**51 - 3245.5653**

Aceitamos todos tipos de cartões

Estrada Retiro da Ponta Grossa, 1050

**Auto Elétrica Moraes**

Marcelo de Souza Moraes

Motor de arranque  
Chicotes em geral  
Sinalização  
Alternador  
Dinamo

Fones: (51)9582.8818  
(51)8618.5987  
(51)8178.9139

Atendimento a domicílio! moraes267@gmail.com

**VMAUTO**  
LOCADORA

www.vmautolocadora.com.br  
vmautolocadora@gmail.com

Completo 1.0 a partir de  
R\$80,00 em até 3X  
S/Juros!

**Seguro Grátis!**

(51) 8292-3306  
(51) 8231-5876  
(51) 9959-0221 vivo  
(51) 8610-5613  
(51) 9345-1641  
(51) 3249-0327

## O que é um alternador automotivo?



Um motorista não tão entendido de mecânica, provavelmente já parou para pensar de onde vem tanta energia para alimentar os sistemas elétricos do seu veículo. Poderíamos, naturalmente, citar a bateria, não? Mas, ela seria capaz de gerar tanta energia, por tanto tempo? Ai é que está, um pouco mais de conhecimento sobre automóveis nos leva ao alternador, uma peça fundamental que transforma energia mecânica em elétrica, alimenta os sistemas do carro quando o motor está ligado, além de carregar a bateria, que se encarrega de fazer algo semelhante com o veículo parado, sem o funcionamento do motor.

### Componentes do alternador

Você conhece os componentes de um alternador? Confira a seguir:

**Estatótor** – tem a função de gerar a corrente elétrica e é constituído por um conjunto de bobinas fixadas entre si, numa lâmina de aço;

**Rotor** – possui um eixo de aço e tem uma bobina no centro. A quantidade de fios dessa bobina é quem determina a potência da peça;

**Placa retificadora:** é uma placa de diodos que transforma a corrente alternada produzida em corrente contínua. Quando ela apresenta falha é comum a luz da bateria acender no painel;

**Regulador de tensão:** tem o objetivo de proteger os itens alimentados pelo alternador. Evita picos de voltagem que poderiam danificar peças elétricas;

**Rolamentos:** facilitam a rotação do eixo da peça.

Para haver funcionamento do alternador, é preciso que o motor do automóvel esteja funcionando e que haja uma correia tracionando a polia (roda ligada um eixo que gira por meio de correias). Dessa forma, a peça está em uso e alimentando os sistemas elétricos, dispensando o uso da bateria. Ela que, nesse momento, está sendo carregada para uso dos componentes sem a necessidade do motor. Não erre a ligação dos fios da bateria, isto normalmente queima partes do alternador. A peça não é exatamente como uma suspensão que necessita de reparos periódicos, alinhamento e balanceamento, ou o motor que precisa de troca de óleo. Mas é sempre bom estar de olho no seu funcionamento.

### Riscos à bateria

Além de não gerar carga para os componentes elétricos, uma falha no alternador pode descarregar por completo a bateria e até danificá-la por isso.

## 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](http://www.danermotores.com.br) | [atendimento@danermotores.com.br](mailto:atendimento@danermotores.com.br)

24  
Horas

## SANDRO

24  
Horas

### TRANSPORTES E MUDANÇAS CAPITAL E INTERIOR

- Montagem
- Desmontagem de Móveis
- Içamentos Pinturas
- Reformas em Geral



após 19h  
 (51) 3242-2179 / (51) 9901-1619  
 (51) 9197-0502 / (51) 8503-4435  
 (51) 8309-1734 e-mail: [sandro\\_transportes@gmail.com](mailto:sandro_transportes@gmail.com)

## Chavesul 24 HORAS

BIG YILA NOVA chaveiro

- CONTROLE DE PORTÃO ELETRÔNICO
- ABERTURA DE PORTAS
- TROCA DE SEGREDO
- FECHADURA
- CÓPIAS DE CHAVE
- CHAVE CODIFICADA
- CARIMBOS

3241.6376 9404.9594 nextel 7813.5794

Eduardo Prado, 330 - Lj 19 | [www.chavesul24horas.com.br](http://www.chavesul24horas.com.br)

## Rocha&Maidana Advocacia

CÍVEL, TRABALHISTA, AÇÕES CONTRA O INSS E REVISIONAIS BANCÁRIAS



Luis Alfredo Rocha de Quadros - OAB/RS 68.467  
 Patricia Maidana de Andrade - OAB/RS 85.925

**NÃO COBRAMOS A 1ª CONSULTA**

Aceitamos: VISA, MasterCard, Amex

Ligue e agende sua consulta: 51 3015-2227 vivo  
 51 9798-1761 51 8953-5205 51 8271-8340 51 8624-9807

Rua Celeste Gobatto, 32, sala 302, Praia de Belas, POA/RS  
 próximo ao Fórum Central e IPE.

## TRANSPORT

FRETES, MUDANÇAS E TRANSPORTES EM GERAL  
 capital, interior e litoral



(51) 3364-3760 (51) 9452-4137  
 (51) 3364-4560 (51) 9588-0504

Solicite um orçamento! Tratar com Filipe.

## OPORTUNIDADE!

### Representante Comercial

Selecionamos  
 Representante Comercial  
 Área de Atuação:  
 Porto Alegre e Grande  
 Porto Alegre



Ligue  
 3013-5229

Envie CV para:  
[representacao.comercialpoa@gmail.com](mailto:representacao.comercialpoa@gmail.com)

## Jeferson Moraes

(51) 8437.2674 / (51) 9127-2762

Elétrica Predial, Comercial e Industrial  
 Cabeamento Estruturado  
 Rede de micros e telefonia.

OIA PESSOAL QUE TAL REDUZIR EM 100% OS CUSTOS COM A HIGIENIZAÇÃO/LIMPEZA DA SUA CASA?

Quanto você paga por um:

- Multi-Useo?
- Desengordurante?
- Detergente?
- Limpa Vidros/Espelhos?
- Sabão em pó?
- Amaciante?



Com a linha Multi da Ekobrazil, você usa 1 (um) unico produto. São 500ml por menos de R\$ 0,25. E você reduz em 80% os custos com higienização!

CONCENTRADOS

Rua Cesar Henrique Rodrigues dos Santos - casa nº 05  
 Bairro Agronomia - E-mail: [mariarosane88@yahoo.com.br](mailto:mariarosane88@yahoo.com.br)  
 TELEFONES: 51 3315.0134 OU 8654.1558

# Piadas



## Minutinho

O sujeito vai ao psiquiatra:

- Doutor, eu tenho um problema. Não consigo lembrar

de nada do que me dizem depois de um minuto, um minutinho apenas, doutor.

- E há quanto tempo apareceu esse problema?

- Há quanto tempo apareceu o quê, doutor?

## Elogio Tardio

O velho acaba de morrer. O padre encomenda o

corpo e se rasga em elogios:

- O finado era um ótimo marido, um excelente

cristão, um pai exemplar!

A viúva se vira para um dos filhos e lhe diz ao ouvido:

- Vai até o caixão e vê se é mesmo o seu pai que está

lá dentro...

## Sempre atrasado

A mulher comenta com o marido:

- Querido, hoje o relógio caiu da parede da sala e

por pouco não bateu na cabeça da mamãe...

- Maldito relógio! Sempre atrasado.

## Bêbados

Galileu, quando afirmou que o mundo apenas girava, confirmou o que os bêbados já sabiam.

## Caipira

O cliente (americano) convida a moça a repetir:

"Once more!"

E a moça responde:

"Uai, sô! Eu mor em Pycricaba!"

## Adivinha

O que o pára-quadras disse para o paraquedista? To contigo e NÃO ABRO!

**MARIA BRASILEIRA**  
*Limpeza e cuidados*  
www.mariabrasileira.com.br

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

**A CONFIANÇA E O PROFISSIONALISMO QUE VOCÊ ESPERA PARA MANTER A SUA CASA OU EMPRESA SEMPRE LIMPAS E ORGANIZADAS.**

UNIDADE FRANQUEADA  
PORTO ALEGRE - PRAIA DE BELAS / RS  
Av. Edgar Pires de Castro, 1620 - Sala 202  
Aberta dos Morros | 91.788-000 | Porto Alegre - RS

51 3028.3888 | 51 3028.9698  
poa.praiadebelas@mariabrasileira.com.br

# Prolar Consertos

Peças e acessórios

**ORÇAMENTO GRATUITO**

**BRASTEMP**  
Continental  
enKeto 5 Electrolux  
Consul **ARNO**

**Prolar Vendas**  
venda de peças e acessórios

Máquinas Usadas com Garantia de 6 meses

parcelamos nos seguintes cartões:  

Busca e Entrega (51) 3263.3265 | 9626.9475 | 8659.4454  
Av. Nilo Wulff, 895 - Restinga - 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.

**IFM ADVOCACIA**

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

**LAV & LEV**  
Uma vida inteligente

Você mesmo faz. Lava e seca suas roupas.  
Ou se preferir, fazemos para você!

LAVAR • SECAR • EDREDONS • COBERTORES  
TRAJES • TAPETES • LAVAGEM A SECO • OUTROS

**3246-8675**

Av. Cavalhada, 3620 em frente ao Zaffari

**D & D Transportes**

Fretes rápidos  
Mudanças  
Retiramos Calças e Madeiras  
Transportes em geral

**Diego Cavalli**

**8529-0866** (claro) / **8300-9980** (oi)



**ALMIR SARMENTO & FILHOS**  
ADVOCACIA

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

**LIMP'LAR 12 ANOS**  
ESPECIALIZADA EM HIGIENIZAÇÃO E LIMPEZA

LEVANDO UM SISTEMA TECNOLÓGICO DE LIMPEZA PARA SEU LAR!  
CARPETE E TAPETES - ESTOFADOS E CADEIRAS  
Cortinas e colchões - Impermeabilização de estofados e mais!

**Contatos: 30266222 - 99006869**  
LOCAL: RUA BERNARDO PIRES Nº74 BAIRRO SANTANA  
www.limplarpoa.com.br - contato@limplarpoa.com.br

**ORÇAMENTO GRÁTIS**



**TIO TONINHO Tur**  
Viagens - Turismo - Festas - Eventos

Porto Alegre e Região Metropolitana  
(até 15 pessoas)

(51) 3264.0171 | 9418.3638  | 8601.1881   
papelariatitoninho@yahoo.com.br



**LC Toldos**  
Troca de lonas, fabricação e aluguel

Luis Carlos

Av. Dr. Cecílio Monza, 10.817 - B.Novo - POA/RS  
**51 8448.9704 | 9836.5590**



**FRETES**  
MUDANÇAS & VIAGENS

Disponível para pequenos fretes e grandes viagens

E-mail: jsa\_transportes@hotmail.com

**(51) 8402-9609 / (51) 9849-3008**




**ProcureAche**  
Este espaço pode ser seu!

LIGUE E GARANTA O SEU ESPAÇO JÁ NA PRÓXIMA EDIÇÃO DA PROCUREACHE!

Anuncie: (51) **3026-8445**  
(51) **9613-6986** 

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

São fornecidos pelo Sol	↓	Lei do (?) Básico: assegura o direito aos serviços de água e esgoto (BR)	Encoberto	Ara (?), bloco do Carnaval baiano	↓	A pessoa sem sorte	↓
	→					Linha, em inglês	Solvente (?): água (Quim.)
Substância do cigarro altamente viciante	→			A função da cola	→		
Grande ave australiana	→	↑		É guardada no paiol	↓		
Barrete solene usado por cardeais	↓	Dez elevado ao cubo (Mat.)		(?) do sono, síndrome ligada a obesidade	→		
Priva de ajuda material	→				↓	A primeira mulher (Bib.)	
	→						
Prefixo em latim para Deus	↓	Prejuízos (?) de Rotterdam, humanista	→				Pessoa muito religiosa
Jorge Ben (?), cantor de "Pais Tropical"	→			La (?), cidade argentina	↓	Antes de Cristo (abrev.)	↓
	→		Comprimido				
			Fiscaliza as contas da União				
Coleção de mapas em volumes	→						Intervalo entre duas prestações
Gemidos; lamentos (poét.)	↓					↑	
	→			Alessandro Volta, físico italiano	↓	Cone (?), a América abaixo do equador	
(?) de limão: aromatizante de sobremesas	→						
Não sujeito a mudança	→		"Quem (?) amigo é", dito popular	→			

BANCO 3/ernu, 4/ketu — llne, 5/casca — mitra — plata.



Curta nossa Fan Page!

facebook.com/JornalGerAmigos

Notícias diárias da sua região!

S	C	A	L	O	R	E	L	L	U	Z
N	I	C	O	T	I	N	A			
E	M	U	U	N	I	R	A			
A	L	I	A	E	V	A				
M	I	T	R	A	E	D				
D	E	S	A	M	P	A				
N	D	A	N	O	S					
T	E	D	E	A	C					
J	O	R	P	I	H	A				
A	T	L	A	S						
C	A	S	C	A						
I	M	U	T	A	V	E				
S	O									
A	V	I	S	A						

Solução

# Horóscopo



## Áries (21 de março - 20 de abril)

**AMOR:** Este mês você terá a tendência a exagerar, sem levar muito em conta as pessoas que o rodeiam, arriscando fazer transbordar a gota d'água. **TRABALHO:** As estrelas geram uma grande confusão no seu campo profissional: Você estará determinado e um pouco estressadinho em algumas situações, incerto e tímido em outras. **SAÚDE:** A sua forma física será submetida a solicitações excessivas que não lhe permitirão de manter os ritmos alucinantes aos quais você gostaria de se entregar.



## Touro (21 de abril - 20 de maio)

**AMOR:** Após um início cambaleante, o mês mudará de rumo. Tudo se tornará mais simples e harmonioso, românticas noites a dois, agradáveis os novos encontros. **TRABALHO:** Se você é profissional liberal terá sorte de 2 a 13, durante este período poderá fazer inovações na empresa ou aumentar o pessoal. **SAÚDE:** Possíveis mal-estares passageiros, luxação nos tornozelos e dificuldades digestivas. Para ter uma pele lisa e luminosa, atualmente o consumo de água.



## Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)

**AMOR:** Você estará amável e fascinante com todos. A vida a dois viverá um momento de verdadeiro idílio e, se você é solteiro, não faltarão ocasiões interessantes. **TRABALHO:** No dia 10 terá início uma fase turbulenta no trabalho, na qual o desejo de mudança aumentará, mas você terá de ter paciência um pouco mais para que as coisas melhorem. **SAÚDE:** Você se sentirá fraco, casado e estressado. Serão possíveis dores nos ossos, nas pernas e na garganta. A partir do dia 19, o céu favorecerá os tratamentos anti-idade.



## Câncer (21 de junho - 22 de julho)

**AMOR:** Se você é solteiro, lhe trará muita sorte a parte final do mês, que lhe apresentará uma pessoa entusiasmante, que encherá você de vivacidade e luz. **TRABALHO:** Você terá a oportunidade de obter ótimos resultados seja pelo moral seja pela carteira, fazendo algum novo conhecido que abrirá horizontes diferentes. **SAÚDE:** Você terá um leve declínio psicofísico e momentos de desuício. Contra dores musculares e rigidez muscular articular use óleo de arnica e tome um banho morno.



## Leão (22 de julho - 22 de agosto)

**AMOR:** Este mês será de grande sorte no campo afetivo, sobretudo no dia 16 em diante, quando as estrelas lhe trarão grande energia e uma ótima lucidez mental. **TRABALHO:** Você terá pequenos aborrecimentos que poderiam causar algum contratempo organizacional ou equívoco nos contatos, mas passarão até a metade do mês. **SAÚDE:** Este mês você poderia sentir algum mal-estar de estação. Não tenha medo, como muita vitamina C, diminua os ritmos e contrastará os distúrbios.



## Virgem (23 de agosto - 22 de setembro)

**AMOR:** O céu sugere usar tons suaves com todos, especialmente no início do mês. A tensão se desmolda por volta do dia 15, quando iniciará um período novo e profícuo. **TRABALHO:** Você terá de agir com a máxima transparência e o máximo empenho, se quiser evitar bruscas mudanças de rumo por parte de colaboradores ou clientes. **SAÚDE:** As estrelas não lhe darão uma forma brilhante. Sofrerá de enxaqueca e gastrites. Tome cuidado também coma pele e dedique a si um pouco de tempo.



## Libra (23 de setembro - 22 de outubro)

**AMOR:** As situações em amor podem fazer-se insustentáveis e uma escassa sensibilidade em relação ao parceiro poderia fazer tomar decisões impulsivas. **TRABALHO:** Você estará sujeito a inquietude e mal-entendidos que tornarão o trabalho cansativo. Se evitar querer imediatamente algo à força, encontrará a solução. **SAÚDE:** Em geral a saúde estará em ótimas condições. Você deveria, no entanto, renovar a sua imagem. Dê preferência às roupas verdes: tornarão mais serena a sua mente hiperativa.



## Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro)

**AMOR:** Reinará uma atmosfera agradável e afetiva, que apresentará um inesperado romantismo, se está a dois, e favorecerá novos encontros, se é solteiro. **TRABALHO:** Você se sentirá a vítima de um destino malvado quando, na realidade, se tiver confiança no trabalho que está fazendo, alcançar resultados inesperados. **SAÚDE:** A forma poderá estar irregular: Evite dramatizar por causa de uma pequena queda de energia. Você poderia sofrer de vertigens ou de distúrbios de locomoção.



## Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

**AMOR:** No seu coração haverá um belo movimento. Apesar de a vida a dois não ter problemas, você sentirá grande atração por um novo conhecido. **TRABALHO:** Muito positivo para você este mês no campo profissional, onde não faltarão ocasiões para incrementar seja a sua renda, seja as suas satisfações. **SAÚDE:** As estrelas aconselham não adiar eventuais operações de caráter estético: o mês apresenta-se favorável para uma nova imagem. Beba muita água.



## Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

**AMOR:** Você vai superar os antigos rancores com o parceiro, voltarão a ser presentes as intimidades e as emoções comuns e você terá vontade de ir aos lugares que guardam suas lembranças. **TRABALHO:** Você não terá freios, as muitas despesas poderiam pesar enormemente no balanço e poderia ter não poucas preocupações ao enfrentar os pagamentos. **SAÚDE:** As estrelas favorecerão você e as energias estarão prontas para ser colhidas e usadas. Faça uma terapia para o corpo que ajuda a relaxar todos os seus músculos.



## Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro)

**AMOR:** Seja mais descendente, somente assim você evitará uma drástica ruptura, especialmente entre 5 e 15 período no qual você será caracterizado por um forte nervosismo. **TRABALHO:** Será um mês turbulento. Evite inútil discussões com os colegas e superiores e faça recurso à sua proverbial tranqüilidade para resolver os pequenos problemas. **SAÚDE:** As estrelas indicam um período de fraqueza geral, ainda que mais de um ponto de vista psíquico que físico. O humor não estará certamente dos melhores.



## Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

**AMOR:** Se você vive uma vida a dois há muito tempo, encontrará a maneira para tornar mais sereno o seu relacionamento, para afastar os velhos rancores e tomar decisões importantes para o futuro. **TRABALHO:** Neste mês a presença de muitas inquietudes astrais deixará você instável no setor profissional e terá muitas dificuldades para enfrentar. **SAÚDE:** Evite remorder sempre as mesmas coisas. Acalme-se, relaxe a mente, caso contrário você poderá ter uma dolorosa dor de cabeça. Controle também os dentes.



**AGROCOMERCIAL**  
BUJURU

**TELE-ENTREGA DE RAÇÃO**

**3392.3954**

**3392.3955**

**9863.0181**

Agora em novo endereço

**Av. Edgar Pires de Castro, 1355 / Loja 1**

Apresente este anúncio ou informe que viu nesta revista e ganhe descontos especiais.

**PLANOS DE SAÚDE**

INDIVIDUAIS E EMPRESARIAIS



CLARO **3367.3296** VIVO  
**9157.7917 - 9869-7278**

Delcio Endres  
delcioendres@hotmail.com

**JARDINAGEM**

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

Atendemos também no litoral

**9941.5778**  
**9913.2391**

**VIDROLAR**  
VIDRAÇARIA



Fernando / Wilson

(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

**Telas Contra Insetos  
Persianas e Cortinas**

Instalação Especializada ♦ Conserto  
Lavagem ♦ Manutenção

**André Floriano**

(51)9968.6646 - 3244.1240

andrefloriano.tecnico@gmail.com



**MadKasa**  
Materiais de Construção



**Televentas**  
**3267.1081**

www.madekasa.com.br

FAÇA  
JÁ O SEU  
CARTÃO



Pague em até 18x

Av. Edgar Pires de Castro, 4280 - Restinga

Fone: 3250.5081

Av. Costa Gama, 5261 - Hípica

Fone: 3085.8781

**Dedetizadora**  
**Porto Cupins**

Controle de cupins com até  
**12 anos**  
de garantia

**INSETOS, RATOS, MORCEGOS, POMBOS**

Limpieza De Casas D'Agua (0/garantia) \*\*\* Orçamento Gratuito em todo Estado



(51) 3737 5668 / 8525 5668  
www.portocupins.com.br / contato@portocupins.com

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

**DentoSul**  
Clínica Dentária

f /dentosulrestinga

www.dentosul.com.br

(51) **3250-3408 / 3250-2171** / 9595-3238

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

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

RT De Fernando Muller - Clínica dental DENTOSUL - 08/07/2016 - 08/07/2016 13:48

**REINO DE IANSÃ**  
CASA DE MATRIZ AFRICANA

JOGAM-SE  
BÚZIOS e CARTAS

FAZENDO UMA CONSULTA GANHE  
UM PATUÁ PARA ABERTURA DE CAMINHOS

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



Acesse o site da ProcureAche e tenha acesso às edições anteriores:

**www.procureache.geramigos.com.br**