

# ProcureAche

www.procureacherevista.com.br

Zona Sul

RevistaProcureAche

Distribuição Gratuita

Anuncie: (51) 3026-8445 (51) 996-136-986



scadas  
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 / 992-441-184 / 984-450-090

facebook.com/escadaspereira - e-mail: escadaspereira@gmail.com

Edição Novembro Azul

GERAmigos  
Comunicação

14 Anos

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

Salgadinhos de Festa  
R\$ 35,00  
por caixa

PROMOÇÃO DE TORTAS!!!  
MINI R\$ 19,00  
MÉDIA R\$ 39,00  
GRANDE R\$ 49,00

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

## Lar de Repouso Zona Sul

Um lar que tem como objetivo dar carinho e cuidados especiais ao idoso



A partir de 2 salários

Agora c/ crêche do vovô

Trabalhamos com diárias

Rua Capão da Canoia, 234 - Ipanema ☎ 3242 8384 - 984 393 703

## Móveis Gil De Pai para Filho

Móveis sob medida e padrão

A Loja Móveis Gil mudou-se para Loja Própria em Gramado.  
Continuaremos atendendo nossos clientes e novos clientes de POA pelos fones:

(54) 3298-3108 / (54) 996-525-413 / (54) 999-156-076

RS 235 km17 nº 368 Linha Arrarripe Estrada Gramado/Nova Petrópolis

E-mail: lojasmoveisgil@hotmail.com - Facebook: Móveis Gil

Agende sua visita.  
Projeto e Orçamento  
sem compromisso.  
Preços especiais para a linha  
sob-medida

## Gener Crema

TELAS MOSQUITEIRAS

Proteja você  
e sua família  
dos Mosquitos  
da Dengue, Zika  
e Insetos



\*Esmadrias  
\*Persianas  
\*Portas \*Janelas  
\*Pinturas  
\*Fechaduras  
\*Reformas em Geral

Vendas e Instalações Orçamento Gratuito

Faça seu Orçamento! Fone: (51) 985.500.655

\*Leandro

989.475.844 984.616.108



Serviços:

-Apartamentos -Grades -Truca de Tomadas  
-Casas de Alvenaria -Portões -Truca de Torneiras  
-Casas de Madeira -Aberturas

lgs.pinturaspoa@gmail.com f LGS Pinturas & Reformas

Aceitamos: American Express VISA Mastercard ELO InterCard

## ALEXANDRINO esquadrias

www.alexandrinoesquadrias.com.br



(51) 3246.0648 - 3245.6170

3248.1650 - 3245.6103 - 984.702.100 - 984.702.100

E-mail: vendas@alexandrinoesquadrias.com.br

Av. Juca Batista, 7580 - Bairro Belém Novo - Porto Alegre, RS

## UNIDAS - HAHN SERVIÇOS FUNERÁRIOS

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 999.862.111

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

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

## GRUPO DINÂMICA®

DESENTUPIDORA



Esgotos em Geral

desentupidoradinamica.com.br

## ENTUPIU?

Chamou, chegou!

3334.9000 / 999.999.000

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

Atendemos todo o Estado do RS



Nos acompanhe nas redes sociais:

f/RevistaProcureAche

f/JornalGerAmigos

www.procureacherevista.com.br

## Expediente

CNPJ: 11.248.576/0001-99

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

E-mail: contato@geramigos.com.br

**Jornalista Responsável:**

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

**Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:**

Josias Godoy

**Tiragem:** 41.000 exemplares

**Distribuição/Relações Institucionais:**

Batista da Silva Guedes de Azevedo

## Índice

Página 3 .....	3
Melhor Idade .....	4
Agilidade e Praticidade .....	5
Saúde e Bem Estar .....	6
Alimentação .....	8
Gastronomia .....	11
Alimentação .....	12
Festas e Eventos .....	13
Pet e Agropecuária .....	14
Tecnologia .....	15
Guia Profissionais .....	16
Moda e Beleza .....	18
Automotivo .....	20
Telefones úteis .....	20
Residencial / Comercial .....	21
Educação .....	24
Construção e Reforma .....	25
Serviços Especializados .....	27
Palavras Cruzadas .....	28
Serviços Especializados .....	29
Horóscopo .....	30
Serviços Especializados .....	29

## Pontos de distribuição

Confira todos os pontos de distribuição em nosso site: [www.procureacherevista.com.br](http://www.procureacherevista.com.br)

**Revista ProcureAche Zona Sul**

Esse são os bairros onde circula a Revista ProcureAche Zona Sul:

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

**Boas Festas!**

ProcureAche Central Tiragem: 41.000 exemplares

Jornal GerAmigos ZN Tiragem: 10.000 exemplares

Jornal GerAmigos ZS Tiragem: 10.000 exemplares

ProcureAche ZN Tiragem: 41.000 exemplares

ProcureAche ZS Tiragem: 41.000 exemplares

E ainda: Belém Novo, Lami - Itapua/Mirim

**14 Anos** TIRAGEM 143 mil IMPRESSOS TODO MÊS

(51) 3026-8445 | 996-136-986

E-mail: [comercial@geramigos.com.br](mailto:comercial@geramigos.com.br)

**STYLLUS BAZAR**

UTILIDADES PARA VOCÊ E SEU LAR

\* PRESENTES \* BRINQUEDOS \* MATERIAL ESCOLAR  
 \* UTILIDADES DOMÉSTICAS \* CAMA, MESA E BANHO  
 \* ARTIGOS PARA PRESENTES \* ARTIGOS PARA PETS

**(3245-1029 / 3022-5338)**

RUA TENENTE ARIZOLY FAGUNDES, 100 - LOJA 7 - POA/RESTINÇA  
 No centro comercial ao lado do Super ABC

**Residencial Geriátrico Santa Vitória**

Atendimento 24h | Ambiente totalmente climatizado  
 Banheiros adaptados | Quartos individuais e coletivos  
 Seis refeições diárias | Festas temáticas | Nutricionista  
 Acessibilidade total | Médico assistente geriatra  
 Fisioterapeuta | Equipe de enfermagem



**(3209.7728 | 995.257.550 | 999.449.949)**  
[www.geriatriasantavitoria.com.br](http://www.geriatriasantavitoria.com.br)  
 Rua Prof. Elpidio Ferreira Paes, 80 | Jardim Verde  
 Ipanema | Porto Alegre  
[residencialgeriatricosantavitoria@hotmail.com](mailto:residencialgeriatricosantavitoria@hotmail.com)

**CRS de Antoni**  
 PARQUET & SINTETICO

**ASSOALHOS E CONSTRUÇÕES**



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

- \*Lixação de Parquet
- \*Aplicação de Sinteko
- \*PU (Poliuretano) \*Laka
- \*Resina a Base D'água
- \*Assoalhos em Geral
- \*Construções e Reformas em geral

Fones: **51 3072.7599 / 998.135.887**  
**984.577.771**  
 Rua Espírito Santo, 108 - Centro - POA/RS  
[crsdeantoni@hotmail.com](mailto:crsdeantoni@hotmail.com)

**Tok Final**

Instalação de Pisos Vinílicos, Tátil, Grama Sintética,  
 Decorflex, Paviflex, Rodapés, Reformas,  
 Hidráulica, Elétrica, Pinturas em Geral e Jardinagem  
 Restauração de Móveis e Colocação de Carpete

**Fone: (51) 992.068.529**

E-mail: [tokfinalreformas@yahoo.com.br](mailto:tokfinalreformas@yahoo.com.br) [f Tokfinal Reformas](https://www.facebook.com/tokfinalreformas)

**CANTINHO DO CÃO PESHOP**

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](http://www.petcantinhodocao.com.br)  
 RUA CORONEL CLAUDINO, 643 - CRISTAL - PORTO ALEGRE  
**(51) 3249-8091**

## Dicas de entretenimento para a melhor idade



Quem foi que disse que ao chegar à terceira idade as pessoas preferem ficar reclusas em casa? O fato é que, essa hipótese nem sequer é cogitada por muitos idosos. Após o encerramento das obrigações trabalhistas, a maioria deles aproveita para usufruir a aposentadoria com diferentes maneiras de entretenimento e descontração. Essa busca por uma rotina mais divertida, não se resume apenas a atividades como partidas de dominó, jogos de tabuleiro, baralho, caça palavras, bordado, tricô e crochê. Nos dias atuais, quem passou dos sessenta anos procura alternativas de entretenimento que variam desde a visitação de museus ou à realização de uma viagem nacional ou internacional. Selecionamos algumas opções de lazer indicadas para quem tem mais de sessenta anos:

### Cinemas, teatros e concertos

Independente do gênero do filme ou da peça teatral, ambos são opções para quebrar a rotina e, obviamente, se distrair. Por meio dos filmes, por exemplo, é possível compreender problemas que se passam na vida real, assim aumenta a capacidade de refletir e encontrar soluções. Já para quem adora música clássica, os concertos são boas indicações e ajudam a relaxar o corpo e a mente. Em qualquer uma dessas atividades culturais, pessoas acima de sessenta anos têm direito a desconto de 50% conforme assegura o Estatuto do Idoso. Para pagar meia-entrada, basta apresentar o documento de identidade no ato da compra.

### Viagens

Para quem pensa que viajar é apenas uma forma para descansar, está enganado. Além de ser uma oportunidade para conhecer novos lugares, culturas e pessoas diferentes, estudos apontam que as viagens são muito benéficas para a saúde do corpo e da mente, pois proporcionam sensações de prazer e relaxamento. Aliás, no sistema de transporte coletivo interestadual, as empresas oferecem duas vagas gratuitas para quem é maior de sessenta anos e que recebe até dois salários mínimos.

### Leitura

Uma das melhores maneiras de obter o relaxamento é por meio da leitura. O hábito ajuda na atividade cerebral melhorando a capacidade da memória e contribuindo para um aumento da atenção. Além de estimular o lado lúdico, quem lê aprende a compreender melhor as doenças crônicas e o que acontece ao seu redor e, por consequência, adquire a minimização de distúrbios da memória.

## Residence Care Bem Estar

INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS E DEFICIENTES

- Monitoramento de câmeras (24 horas)
- Administradora Hospitalar CRA 045868
  - 06 Refeições diárias
- Enfermeira Responsável Técnica (COREN)
- Médico Geriatria • Nutricionista • Tec. Enfermagem
  - Residencial (Masculino e Feminino)
  - Pacientes acamados (Dependentes)

F.: 3085-0040 / 983-240-066 / 992-344-882  
Av. Cavalhada, nº 2160

### 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 984.769.242 Michele 998.120.665

Travessa Escobar, 399 - Camaquã esquina Otto Niemayer

## Residencial Vivecer Geriatria

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

**51 3243.3798 / 999.171.137**  
Rua Ibirubá, 387 - Cavalhada  
Esquina com Av. Otto Niemayer

## APARELHOS AUDITIVOS

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



Agende avaliação sem compromisso.  
**Atendimento domiciliar**

**Pagamento em até 12x**

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



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

Fone: (51) 3224.3242

## Curiosidades e alertas a respeito do câncer de próstata



### Idade

Assim como em outros tipos de câncer, a idade é um marcador de risco importante, ganhando um significado especial no câncer da próstata, uma vez que tanto a incidência como a mortalidade aumentam exponencialmente após os 50 anos.

### Álcool e Tabagismo

Isso mesmo que você acabou de ler! O consumo excessivo de álcool e tabagismo são fatores de risco que você se deve preocupar em relação ao câncer de próstata.

### Efeito protetor

Tem sido apontada uma relação positiva entre o alto consumo energético total e ingestão de carne vermelha, gorduras e leite e o risco de câncer da próstata.

Por outro lado, o consumo de frutas, vegetais ricos em carotenoides (como o tomate e a cenoura) e leguminosas (como feijões, ervilhas e soja) têm sido associado a um efeito protetor.

### Doença invisível

Na fase inicial, a doença não apresenta sintomas, impedindo um conhecimento sobre ela. Por este motivo, fazer os exames em dia é essencial para a saúde.

## Eliete Dani

Pinturas especiais e laca em móveis e ferro  
Móveis projetados

Decoração

Estofados

Jato de areia e pátinas

Orçamento Gratuito

Fone: (51) 999-421-495 / 985-109-563

E-mail: eliete.dani@yahoo.com.br

### Souza Investigações Confidenciais

#### Detetive Souza

Investigação Conjugal  
Investigação Particular/Empresarial  
Localização de Pessoas  
Investigação de Bens  
Provas Concretas para a Justiça  
Pensão Alimentícia

ACEITAMOS CARTÕES:

Atendimento em todo o Estado do Rio Grande do Sul

**(51) 998.416.472**  
**(51) 981.000.185**

[coyotedetetives@gmail.com](mailto:coyotedetetives@gmail.com)

## MUDANÇAS | FRETES | VIAGENS

### Cláudio Márcio

Litoral | Capital | Interior | SC | PR

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

ACEITAMOS

### Faça seu orçamento

Fones: (51) 996.055.865 | (51) 992.094.633

## PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

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

(51) 3221.6844 3221.5995 3084-4720  
992.554.716 - WhatsApp 992.554.720

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

## ARAUPACK

EMBALAGENS

Embalagens para alimentos em geral, descartáveis, higiene e proteção

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

Televendas: 3348.5624 | vendas@araupackembalagens.com.br  
Av. Manoel Elias, 936 - Jardim Ingá - Porto Alegre/RS

## 3 dicas para sua saúde bucal

### Cuidados diários

Você certamente já sabe disso desde criança, certo? Mas vamos relembrar os cuidados diários simples:

- Escovar os dentes e usar o fio dental sempre após as refeições.
- Usar produtos de higiene bucal que contenham flúor.
- Redobre os cuidados na higienização noturna.
- Evite comer açúcar 3 horas antes de dormir.
- Prefira consumir balas, chocolates, mel ou café junto com as principais refeições, para evitar uma exposição frequente aos doces.



Apesar da correria isso é importante para que você poupe esforços futuros para cuidar de dos dentes.

Você deve visitar um dentista no mínimo 2 vezes por ano. Ele é o profissional habilitado a zelar pela sua saúde bucal ao longo de toda a vida.

Agende com seu dentista hoje mesmo uma profilaxia (prevenção). Certamente o dentista saberá cuidar dos seus dentes e de sua estética dentária. E por falar nela...

### Cuide da estética dentária

Além de cumprir a função de cortar e triturar alimentos, preparando-os para serem deglutidos, os dentes também tem função estética. Eles são sua porta de entrada e apresentação. Além de promover um sorriso bonito.

### Marque uma consulta hoje mesmo com seu dentista

A quanto tempo você não vai ao dentista?

 **Clínica dos Pés**  
SERVIÇO DE PODOLOGIA

*Alina Emiliano*  
alinemilianodasilva@hotmail.com  
Fone: 981.745.789 | 985.278.962

Especialização em pés diabéticos  
Corte técnico das unhas  
Correção de unhas encravadas  
Calos e calosidades  
Podologia aplicada ao esporte  
Podologia infantil  
Estética - Saúde dos Pés  
Material esterilizado a 200°

Rua Cel. Massot, 90  
Atendimento domiciliar e hospitalar com hora marcada

**Radiologia Odontológica**  
**RNT3D**

RADIOLOGIA DIGITAL - DOCUMENTAÇÕES  
TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA CONE BEAM  
DE ALTA RESOLUÇÃO

Dr. Karlon Froes de Vargas - CRO: 10036

**(51) 3239-2198 / 3259-7375 / 3263-3900**  
Segunda a Sexta: 8h às 18h, sem fechar ao meio-dia  
Sábado: 9h às 12h

 **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

**ORTODONTIA**  
APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS  
DOCUMENTAÇÃO ORTODÔNTICA  
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

**IMPLANTES**

**PERIODONTIA**

**ODONTOPIEDIATRIA**  
TRATAMENTO CLÍNICO E  
ODONTOLOGIA PREVENTIVA

**TRATAMENTO**  
ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

**PRÓTESE / RX /  
CLAREAMENTO**

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

3072.3828 / 3414.2009

Matriz Canoas Estr. João O. Remião, 1969 - Parada 4 Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 15 A

Av. Rio Grande do Sul, 64 / sala 101 3319.1573 - 3352.9644 3319.7943 - 3072.2043

3425.1860 RT Dr. Marcelo Barboza Borille RT Dr. Maria Luiza Rigon RT Dr. Maria Clarisse Teruel Cardoso

CRO/RS 14520 - EPAO/RS 1841 CRO/RS 5486 - EPAO/RS 2137 CRO/RS 11328 - EPAO 2138

EMPÓRIO  
Verbena

A FAVOR DA VIDA SAUDÁVEL

✚ Av. Wenceslau Escobar, 2050  
www.emporioverbena.com.br

(51) 2112-3330  
(51) 993-627-888



Alimentos naturais, vivos, orgânicos ou integrais.  
Opções sem glúten e sem lactose, vegetarianas e veganas.

## A falta de clareza nas decisões requer um passeio pelo seu mundo interno.



Autoconhecimento fortalece, cede às pessoas a capacidade para enfrentar situações difíceis, nos leva à consciência dos pontos fortes, das nossas limitações e deficiências. Conhecendo as habilidades que temos, podemos avaliar o que podemos dar conta ou não, estabelecer metas mais realistas, tornando possível obter sucesso nos projetos que escolhemos desenvolver.

Em momentos que não conseguimos os resultados desejados aprendemos reavaliar, repensar, corrigir as falhas, recomeçar, porque confiamos em nossas capacidades e nos tornamos mais persistentes.

Tomamos consciência daquilo que posso e do que não estou apto. Até onde posso arriscar? Passamos a aprender com as falhas, crescer com cada experiência seja ela positiva ou não. Entender que dificuldades podem ser superadas se houver determinação e vontade. Recomeçar nos abre a novas conquistas. A estagnação é dolorosamente incapacitante e leva ao adoecimento.

Eleger formas positivas de enfrentar o dia a dia, ter confiança nas suas potencialidades, perceber que pode realizar. O autoconhecimento é uma habilidade que pode ser desenvolvida com a ajuda de um psicoterapeuta. Descobrir caminhos ocultos em nosso mundo interno e aprender novas formas de sentir a vida.

A coragem de pensar a nossa vida de outra forma, ver por outros ângulos, pode nos dar um leque enorme de possibilidades e novas oportunidades.

**Florinda Luz da Silva**  
Psicóloga, CRP 07/25412  
Tel.: (51)998-054-293



**Florinda Luz Silva**

Psicóloga  
CRP 07/25412

**(51) 998 054 293**

ls.florinda@gmail.com

**ProcureAche**  
Este espaço pode ser seu!

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

Anuncie: (51) 3026-8445

(51) 996-136-986

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

## A importância da organização para ter uma alimentação saudável



Com a correria do dia a dia, organização é a palavra chave para obter sucesso na dieta. Com 30 minutinhos diários, podemos planejar, executar e armazenar as refeições para o dia seguinte. Caso contrário, somos obrigados a comer na rua, correndo risco de cair nas tentações de buffets com frituras e sobremesas, sem saber o quanto de gordura ou sal vai nas preparações. Quando chegamos em casa, muitas vezes estamos cansados e famintos, a solução para esse problema é abrir um pacote de bolacha e mandar pra dentro, não é mesmo? Errado! A solução para esse problema é ter armadilhas prontas na geladeira, como salada higienizada, porções de legumes prontos e carnes limpas e cortadas.

Ao sair de casa com suas marmitas, que estarão disponíveis ao seu lado, você evita gastos exagerados com comida de rua e tem a certeza que as suas refeições serão nutritivas e ideais para atingir seus objetivos.

Se você não gosta de cozinhar ou não tem tempo para preparar suas refeições, existem opções de empresas que cozinham para você.

**Oh! Bendita Marmita**

Fones: (51)991-193-225 / 984-391-609



Consultório

**ODONTOLÓGICO**

Dr. Diego Isola Caminha

CIRURGIÃO DENTISTA CRO 17185  
APARELHOS E IMPLANTES ORTODONTICOS

Av. Cavalhada, 3910 - Sala 201 - 3242.5389 / 2111.3376 - POA

Av. Martim Félix Berta, 435 - Sala 2 - 3344.3518 - POA  
Rua Drª Laura Azambuja, 305 - Sala 23 - 3480.2296 - Guaíba

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

**Não escreva seu número de  
9 dígitos da maneira errada!**

**Exemplo da maneira correta:**

**912-345-678: Certo** Ao separar os números em grupos com três dígitos, facilita-se a leitura e memorização do conteúdo. Esteticamente o número fica disposto de forma mais agradável e harmoniosa e o seu telefone com certeza será lembrado com mais facilidade. Tudo isso graças à maneira que entendemos, separamos e agrupamos algarismos.

Leia a explicação completa em:  
[goo.gl/6gXJFb](http://goo.gl/6gXJFb)

## Marmitas congeladas práticas e saudáveis

Fabricadas com produtos frescos, sem frituras ou  
adição de temperos industrializados

Oh!  
Bendita  
Marmita



Pacotes  
Promocionais

- \* 100% sem lactose
- \* Porções individuais (só aquecer)
- \* Executamos dietas prescritas por nutricionistas
- \* Sucos naturais

Consulte:

Cardápio vegetariano | Cardápio baixo carboidrato  
Lanches saudáveis | Cardápio Turbo 500gr

Agende sua entrega:

**991.193.225**

**984.391.609**

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

## RECEITAS

## Batata recheada com bacon e queijo

## Ingredientes

- 04 batatas médias
- 300g de bacon picados e fritos
- 01 vidro de requeijão cremoso
- 200g de queijo parmesão



## Modo de Preparo

1. Enrole as batatas em papel alumínio e leve ao forno por 1 hora.
2. Retire as batatas do forno, e desembrulhe as batatas.
3. Com uma colher de sopa, cave um buraco em cada batata para colocar o recheio.
4. Misture o parmesão com a parte que retirou da batata, até formar um purê com consistência mais dura.
5. Recheie as batatas com o requeijão e o bacon.
6. Com o purê tampe as batatas.
7. Leve ao forno por mais 20 minutos.
8. DICA IMPORTANTE: antes de 'cavar o buraco' na batata, passe cada uma na manteiga na frigideira e garanta esse 'tostadinho' por fora, o segredo está aí!

## Bolinho de carne moída fácil

## Ingredientes

- 1/2 kg de carne moída
- 1/2 cebola picada ou ralada
- 1 galho de coentro picado
- 1/2 tomate picado sem pele
- 1 ovo
- 1 xícara de trigo com ou sem fermento
- pitada de sal a gosto

## Modo de Preparo

1. Pegue a carne moída e misture a cebola, tomate, coentro
2. Depois coloque o ovo e o trigo, misture bem
3. Faça os bolinhos e coloque no óleo quente até fritar a parte interna



## MERCADO E AÇOUGUE NAVEGANTES

Visite-nos e confira!

**Linguiça de porco**

Com queijo

**Incremente  
Seu Churrasco**

**Cupim Bovino  
Resfriado**

RS 12,98 kg

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

## Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina - Suína - Aves

RS 19,99 kg

**Meia Ovelha**

RS 21,98 kg

**Pernil**

RS 19,00 kg

**Ovelha Inteira**

RS 19,98 kg

**Costela Com Carré**

RS 26,98 kg

**Paleta**

**Miúdos de Ovelha**

**Lingua**

RS 4,99 kg

**Rins**

RS 3,98 kg

**Coração**

RS 12,98 kg

**Filé de Ovelha**

RS 19,98 kg

**Tempero para carne de ovelha 200g**

RS 3,69

## Mousse de morango



### Ingredientes

- 1 Lata de Leite Condensado
- 1 Caixinha de Creme de Leite
- 1 Saquinho de Suco de Morango

rangeo

- 350 g de morangos aos pedaços

### Modo de Preparo

1. Em um liquidificador adicione o leite con-

densado, o creme de leite

2. Bata por alguns minutos em seguida com o liquidificador ligado acrescente o suco aos poucos

3. (o de morango pode ser o suco todo, pois ele não fica muito forte)

4. Sem parar de bater por alguns minutos

5. Em seguida leve na geladeira por umas 3 ou 4 horas.

6. Sirva em seguida.

**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

**Super Tchê**  
Barbaridade

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

— supermercado —

TRADICIONAL MENINO DEUS

Padaria - Confeitaria - Açougue - Fruteira  
Aceitamos encomendas: doces e salgados

**(51) 3233-7120**

Rua Botafogo, 919 - Menino Deus - POA/RS

**SUPERMERCADO FABONATO**

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

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

**Mercado & Açougue TRADIÇÃO**

Sucesso em carnes.

**3258.5276**

Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami

**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 Melo Dia

Av. Edgar Pires de Castro, 3749

Fone: 3266-2991

ACEITAMOS CARTÕES  
VISA  
MasterCard  
Banco  
Verde  
Cartão

**ProcureAche**

Este espaço pode ser seu!

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

Anuncie: (51) 3026-8445  
(51) 996-136-986



# Restaurante e Hotel Fazenda



Gastronomia ítalo-campeira | Lounge | Música ao vivo | Passeio a cavalo | Playground



Chef José Luiz, apresentador  
do Programa

"UM **GORDO** na Cozinha"

convida todos a saborearem  
sua gastronomia  
típica regional.

**Sábados, domingos e feriados**

## Costelão 12h e Menarosto com:

Carnes de javali, costelinha de porco, frango,  
coração e linguças artesanais.

## Acompanhamento ítalo campeiro com:

- Carreteiro de costela - feijão tropeiro - quibebe
- Couve refogada com bacon - moranga caramelada
- Gonocci - lasanha - rigattoni com molho rosé
- Tortei de frango - raviolli - polenta mole - saladas.

## Buffet de sobremesa incluso

Terça a sexta

Adulto  
R\$ 44,90

Infantil  
R\$ 25,90  
6 a 11 anos

Criança  
R\$ 10,00  
2 a 5 anos

**Buffet caseiro tipo da nonna**  
com sobremesa inclusa

R\$ 19,90

## Localização e informações



Alemão Lisandro Larréa:  
(51) 980.212.021  
Recepção: 3108.7034  
lisandrolarrea@gmail.com

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

# 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

# Mercado Das Frutas Sacolão BARCELLOS Hortifrutigranjeiros



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



Venha fazer o cartão Super Píá!  
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

# PASQUALI

Padaria e Confeitaria

**TORTAS  
DOCES E  
SALGADOS**

Aceitamos Encomendas

**Tele Entrega**

3241.6262

Av. Otto Niemeyer, 3465



# Restaurante TIA MARIA

O sabor da comida da mamãe.

O Restaurante Tia Maria oferece diariamente uma variedade de pratos quentes, saladas e sobremesas em dois amplos ambientes.

**Buffet Livre**

De Segunda à Sábado,

das 11h às 15h

Aceitamos Cartões de Crédito

Av. Minas Gerais, 304 - B. Sarandi

Fone: (51) 3366.0436



# 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](http://www.facebook.com/CarboniPinheiroNovo)

## Como trabalhar como promotor de eventos



Com certeza você já ouviu falar de promotor de eventos, uma das profissões autônomas que mais cresce do mercado. O sucesso relacionado com esta área de atuação está muito voltada ao fato de que as festas, recepções e baladas acontecem de maneira sempre mais constante exigindo, para isso, de profissionais específicos para fazer este tipo de organização.

Com a obtenção dos conhecimentos e saberes mais específicos voltados para este mercado é preciso analisar a melhor maneira para conseguir trabalhar como promotor de eventos sendo que com relação a esta questão é possível trabalhar tanto sozinho como inserido em uma agência voltada para a organização de eventos.

As duas formas para atuar neste mercado podem ser bem lucrativas dependendo para isso apenas de trabalhos feitos com eficiência e ainda da criação de um bom nome que seja a sua principal forma de propaganda.

No começo, será preciso somente um telefone, um computador e uma boa rede de fornecedores que são seus contatos. Além disso, é primordial possuir sempre em mãos várias opções de parceiros e fornecedores de atividades como equipamento de som, buffet, bebidas, mesas e cadeiras para aluguel e outros espaços semelhantes.

Apesar da necessidade de possuir uma rede de contatos relativamente extensa, a boa notícia relacionada com este tipo de negócio consiste no fato de que há a exigência de um pequeno nível de experiência para começar e quase nenhum montante de recursos financeiros para o investimento inicial.

Para começar é preciso somente de um bom cartão de visitas a ser apresentado com o maior esforço consistindo em buscar trabalhos a serem feitos com qualidade para garantir com isso que o seu nome se torne conhecido no mercado como promotor de eventos.

Neste caso, comece devagar por meio da realização de conversas com seus amigos, colegas e parentes sobre o ramo de negócios em que está

iniciando as atividades e depois dos primeiros eventos feitos comece a investir em uma estrutura maior mas para iniciar a propaganda boca a boca é a melhor alternativa.

No início da atividade neste mercado é preciso estar ciente de que não vai conseguir nos primeiros trabalhos vender seus serviços para grandes eventos ou operadoras devendo concentrar as energias em serviços a serem prestados a pessoas físicas e pequenos estabelecimentos especialmente se você decidir atuar de maneira isolada.

Por isso, a grande dica para conseguir sucesso progressivo e sempre maior como promotor de eventos é preciso muito mais do que conhecimentos e ânimo para trabalhar de possuir um elevado nível de organização buscando para isso ter o contrato sempre em mãos para verificar os detalhes e ainda ter uma agenda para conseguir marcar e resolver a contento todos os compromissos assumidos e necessários.

## Hipertermia: cuidado, o calor pode matar seu cachorro



A hipertermia é um aumento da temperatura do corpo acima dos valores normais, podendo chegar até 45°C. Esta elevação da temperatura causa desidratação severa e pode levar à desnaturação das proteínas do organismo, o que geralmente é fatal. Por isso que não é exagero dizer que o calor pode matar seu cachorro!

Os animais sentem calor da mesma forma que nós, mas os cães e gatos não possuem glândulas sudoríparas, portanto, trocam calor com o ambiente principalmente através da respiração.

A hipertermia acomete muitos cães e gatos em épocas de clima quente e úmido. Alguns animais são mais predispostos a apresentar esta condição como os bulldogues ingleses, bulldogues franceses, shih tzus, lhasa apsos, entre outras raças. Animais obesos, principalmente os que apresentam problemas cardíacos e/ou respiratórios, também podem facilmente desenvolver a hipertermia.

Freqüentemente é uma história de exposição ao calor excessivo. A duração da exposição é variável, dependendo das condições ambientais e da condição física do animal. Ocorre em situações como passeios em horas quentes do dia, animais deixados dentro de carros ao sol, cães amarrados em regiões sem sombras, exercícios e brincadeiras excessivas em dias quentes, gatos que viajam em carros sem ar-condicionado, ou fechados em locais quentes como caixas de transportes, etc.

**Os sintomas são:** respiração rápida, hiper-salivação, saliva espessa, mucosas de coloração vermelho escura (cor de tijolo), tremores musculares, vômitos, diarreia, falta de coordenação motora, andar cambaleante, perda de consciência, desmaios e convulsões.

### O que fazer ao notar algum sintoma?

Assim que notar estes sinais em seu animal de estimação, retire-o imediatamente da exposição direta ao sol, esfrie suas patas, barriga, e dorso com toalhas molhadas ou água fresca. Evite usar água muito gelada ou gelo, pois o resfriamento rápido também pode ser prejudicial. Ofereça

ração água fresca, e leve-o ao veterinário o mais rápido possível.

Para prevenir esse grave quadro, deve-se evitar passear com o animal nas horas mais quentes do dia. Nunca deixe seu cão sozinho dentro de carros com os vidros fechados, mesmo em dias não tão quentes.

Evite exercícios rigorosos ou caminhadas longas em dias quentes. Opte sempre por caminhar em áreas com sombra e nunca em áreas com sol direto, pois o chão pode estar muito quente e causar queimaduras nas patas. Ofereça sempre água fresca ao longo do trajeto.

Use protetor solar nas áreas mais sensíveis (focinho e as pontas das orelhas) especialmente em cães de pêlos curtos ou pele clara. Assim como nós, os cachorros também sofrem queimaduras.

Cuide bem do seu cãozinho principalmente nos dias quentes!

**Agrocenter Coldebella**  
Qualidade, Preço e Bom Atendimento

**Venda de pintos**

Vestuário | Mudas | Rações | Medicamentos

**3258.1108 / 981.048.785**

ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA/RS

**Agropecuária Sentinela**

(51) 3245.3495

Banho e Tosa | Rações | Medicamentos

Tudo para Pássaros | Acessórios em Geral

Av. Cecílio Moita N.º 10736 - Bojém Novo - Porto Alegre/RS

**Conheça nossos serviços:**

- ✦ Banho e Tosa
- ✦ Atendimento Veterinário
- ✦ Venda de Ração e Acessórios
- ✦ Tele-Ração
- ✦ Dog Walker
- ✦ Service Dog

Esperamos por você!

facebook.com/PetShopBrutos

Tele-busca: **3557.7548 e 985.057.548**

**RUA ENGENHEIRO JORGE PORTO, 640/SALA 104 IPANEMA - POA/RS**

## WhatsApp Web: como usar o aplicativo de mensagens no computador



Para habilitar o WhatsApp no computador, basta abrir o menu, selecionar o recurso WhatsApp Web e escolher o botão + no canto superior direito. Quando o aplicativo exibir um leitor de QR Code, posicione o celular em frente à página do WhatsApp no navegador. Em segui-

da, o aplicativo exibirá as mensagens do smartphone na tela do computador.

### App pode ser instalado no computador

Além da versão para navegadores, o WhatsApp oferece a opção de instalar o aplicativo diretamente no computador. Disponível para Windows 8, Mac 10.9 e versões superiores, a ferramenta é semelhante ao WhatsApp Web

e espelha as mensagens do seu celular. Como o aplicativo fica instalado no computador, é possível exibir notificações na área de trabalho e salvar atalhos na área de trabalho.

Para usar o WhatsApp no computador, siga os mesmos procedimentos do WhatsApp Web após fazer o download no site do aplicativo. É importante manter o smartphone conectado a uma rede wi-fi para reduzir o uso do pacote de internet contratado.

## Informática para Melhor Idade





**Horários flexíveis de acordo com sua disponibilidade. Sem aguardar formação de turmas. Didática própria para MELHOR IDADE.**

**ATENÇÃO APOSENTADOS: QUER VOLTAR AO MERCADO DE TRABALHO? TEMOS PARCERIAS COM EMPRESAS PARA FACILITAR SUA RECOLOCAÇÃO**



WhatsApp

**Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador**



51 3224.0335  
51 3224.0527

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



## GMSINFO

51 3022-7705    51 3224-8608

- **Formatação com Backup total dos dados\***
- **Recuperação de dados\***
- **Redes domésticas e Corporativas Cat 5 e 6**
- **Remoção de vírus e soluções para segurança dos dados**
- **Firewall**
- **Sistemas de Gestão, NF-e e Contabilidade**

Especializados em atender Empresas e Contadores. Garantindo as melhores Soluções! Venha Comprovar!

Parcelamento em até 5X sem juros em todos os cartões.

Rua Padre João Batista Reus, 2013 - Tristeza  
Porto Alegre

[www.gmsinfo.com.br](http://www.gmsinfo.com.br)    [gmsinfo@gmsinfo.com.br](mailto:gmsinfo@gmsinfo.com.br)

\*dependendo do estado físico do HD

### Não escreva seu número de 9 dígitos da maneira errada!

**Exemplo da maneira correta:**  
912-345-678: **Certo** Ao separar os números em grupos com três dígitos, facilita-se a leitura e memorização do conteúdo. Esteticamente o número fica disposto de forma mais agradável e harmoniosa e o seu telefone com certeza será lembrado com mais facilidade. Tudo isso graças à maneira que entendemos, separamos e agrupamos algarismos.

Leia a explicação completa em:  
[goo.gl/6gXJFb](http://goo.gl/6gXJFb)

## 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

## ESTOFARIA KARLA

REFORMAS EM GERAL E CONSERTOS - Orçamento sem Compromisso



(51) 3023.3965 | 991.915.404 | 980.494.179 | 984.096.438 | 982.225.045

Rua Marcílio Dias, 1312

## Lauri & Claiton Herdina Marceneiro

«Pai e Filho trabalhando unidos para servir melhor»

Você quer reformar e recuperar suas esquadrias de madeira, Portas, Janelas de correr e venezianas. Ajuste e manutenção / troca de trilhos e roldanas. Temos uma Marcenaria ambulante, recuperamos na sua residência tudo o que for possível. Temos 25 anos de experiência. Orçamento s/ compromisso

Rua Espatódeas, 290 - Casa 01

Fones: (51) 996.857.710 - 998.498.715

## Jardinagem

Manutenção em Geral

Limpeza de Terreno  
Limpeza de Caixa de Água  
Podas de Árvores



Osmar - Cel.: 992.848.968

Rua F nº 181 - Serraria - POA/RS



O SEU CONFORTO MERECE UM BOM SERVIÇO

CNPJ: 20.821.774/0001-90

## REFRIGERAÇÃO NAZARIO



- Instalações Elétricas residenciais, comerciais e industriais;
- Máquinas de lavar e secar roupas;
- Refrigeradores;
- Microondas e forno elétrico;
- Instalação e Manutenção;
- Higienização de ar condicionado Split e janela.



981.426.232 | 984.717.074 com Alex

999.409.565 | 985.295.733 com João

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros

## PG TOLDOS

Indústria & Comércio

3022.3653  
997.204.923

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.pgfoldos.com.br



## CONSTRUTEC

CONSTRUÇÃO	ELÉTRICA
REFORMA	PORCELANATO
PINTURA	PISCINAS
LIMPEZA CAIXAS D'ÁGUA	TELHADOS

51 984-800-916 | 993-754-725

construtec.poa@hotmail.com

## Eletricista Ronaldo

51 985.912.447 / 985.463.075

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

ORÇAMENTO GRATUITO

## Construções e Reformas Pequenos Reparos

TELHADOS, PINTURAS, PISOS, CERÂMICAS  
HIDRÁULICA E IMPERMEABILIZAÇÃO

Julio Rocha

ORÇAMENTO GRATUITO

(51) 3574-5874 / 984-791-274

# Mister Máquinas

ASSISTÊNCIA TÉCNICA

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



51 **980-509-800**



**Consertos:**

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

(51) **3246.4489 / 984.553.561**

# Caça Vazamentos

Equipamento eletrônico de alta precisão  
Sem quebra-quebra



Cada gota de água  
faz a diferença!

**991.475.637**  
 **984.947.242**  
**3423.2521**

jose Luislula@hotmail.com

# Prolar Consertos

ORÇAMENTO GRATUITO

Peças e acessórios



**Prolar Vendas**  
venda de peças e acessórios

Máquinas Usadas com  
Garantia de 6 meses



parcelamos nos seguintes cartões:

Busca e Entrega (51)3263.3265 | 996.269.475 | 986.594.454  
Estr. João Antônio da Silveira, 180 - Porto Alegre

# Vando Decorações



Pinturas residenciais  
e  
Pequenas reformas



Fones: (51) 996-577-457 / 985-763-987  
3268-4930

# Marcenaria Carvalho

Móveis planejados  
Móveis sob medida



**Waldir**

Trabalhamos com móveis rústicos

Atendimento 24 Horas



Fone/Fax:

51 3247.1264

Cel.: 994.127.920 / 985.495.426

997.829.495

waldirmarceneiro@hotmail.com

R. Professor Joaquim Felizardo, 30 lj 2 - Espírito Santo

# \*Leandro

**989.475.844** **984.616.108**



# Serviços:

- Apartamentos
- Casas de Alvenaria
- Casas de Madeira
- Grades
- Portões
- Aberturas
- Troca de Tomadas
- Troca de Torneiras

*Orçamento  
Gratuito*

**lgs.pinturaspoa@gmail.com**

**LGS Pinturas & Reformas**

Aceitamos:



**Studio Art**



Cortes Masculino Feminino Infantil






studioart

985-255-537 Fernando    984-037-334 Angela  
 997-568-491 Thasiane  
 Rua Ten. Arizoly Fagundes 2290 - prox. Mercado ABC

**Antonia**  
Costureira



Rua Marechal Hermes, 576 - Bairro Tristeza  
Fones: 3268.4930 - 3391.5594 - 999.631.878

Venha conhecer a COSMOBEL zona sul



**cosmobel**  
BEAUTY STORE

**MOVEIS PARA SALÃO DE BELEZA**  
Lavatórios  
Cirandinhas  
Poltronas

**COSMÉTICOS PROFISSIONAIS**  
Colorações  
Maquiagens  
Secadores e pranchas  
Esmaltes  
Depilação

Fone: 3084.1020

www.facebook.com/cosmobel

Av. Edgar Pires de Castro, 1700 loja 101  
Em frente ao Super KAN - Estacionamento gratuito

## Alise o cabelo em casa e sem química com esta receita de apenas 4 ingredientes

### Ingredientes

- 1 xícara de óleo de coco extravirgem
- 1 limão espremido na hora
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 3 colheres (sopa) de maisena

### Modo de preparo

- Misture bem o suco de limão e a maisena, até a mistura ficar homogênea e não ter "caroços".
- Misture bem o óleo de coco com o azeite de oliva.
- Em seguida, junte as duas misturas e leve ao fogo médio, mexendo continuamente, até que tenha uma consistência cremosa.
- Assim que obter essa consistência, desligue



o fogo e espere esfriar.

5. Aplique no cabelo de 1 a 2 horas, com uma touca de banho e uma toalha quente em cima dela.
6. Lavar depois (e muito bem) com xampu e condicionador.
7. Repita de 2 a 3 vezes por semana.
8. Faça sempre à noite.
9. Você precisa entender que este alisamento natural funciona, mas o resultado não é imediato como o do feito com produtos químicos.
10. No entanto, seu cabelo ficará visivelmente mais condicionado e hidratado já após o primeiro uso.
11. A cada uso, você verá diferença em seus fios, que ficarão mais lisos com a sequência do tratamento.

## Dicas para lavar roupas íntimas



As calcinhas podem ser lavadas no chuveiro, já que é indicado lavá-las com água morna. Entretanto, só serve de apoio para uma pré-higienização, já que

a lavagem convencional deve ser feita novamente antes que as peças sejam colocadas para secar.

Devem ser lavadas com sabões específicos, como Higicalçinha, Sabão de coco, entre outros. O sabão em pó ou o amaciante, também não apresentam uma ameaça às peças. Mas, diante de qualquer problema, é preciso consultar um especialista.

Não é recomendado lavar as roupas íntimas na máquina de lavar. As peças requerem cuidados especiais e não devem ser misturadas com outras peças de roupas ao lavar.

Lembre-se que a mesma máquina que lava roupas, também lavarão panos de prato, toalhas de banho e rosto.

Não caso de deixar as peças de molho, o tempo ideal é de uma hora ou dependendo do grau de sujeira, molho da noite para o dia. As peças íntimas de algodão não devem ser misturadas com as de lycra, já que a mesma sofre agressão do algodão, se misturadas. O mesmo serve para peças brancas com coloridas.

**Exemplos:**  
212 carolina herrera  
212 Vip Rose  
Lady Million  
Invictus paco rabanne  
Polo Black  
Diesel  
212 vip

**hinode**  
FAZENDO SUA VIDA MELHOR

**Matheus Radeski**  
Consultor Executivo  
ID 713988  
(51) 996.842.098

Loja Virtual: [online.hinode.com.br/713988](http://online.hinode.com.br/713988)  
matheusradeski@hotmail.com

**COMPRE 5 PERFUMES E GANHE 1**

Cartões de débito e crédito:

**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

**Studio Black**  
Cabeleireiros

**Simara e equipe**  
Aqui você é vip!!!  
Fone: (51) 985-087-651

Júlio Teixeira 208 - Cohab Cavalhada - em frente ao bloco 10

**MIX-BAZAR**  
utilidades & presentes

Presentes e utilidades domésticas  
Bolsas, carteiras, fraasqueiras  
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

Aceitamos todos os cartões:

## Dicas de Cuidados com o Corpo

1. Limpeza da pele. O banho ajuda retirar as impurezas e eliminar as células mortas do corpo. Evite a água quente, que provoca o ressecamento e utilize sabonetes neutros com ingredientes hidratantes.
2. Para firmar os tecidos do corpo, utilize ducha fria.
3. Para ativar a circulação do corpo, dê um choque térmico: alterne entre água fria e água quente.
4. Antes de entrar no chuveiro, passe uma boa camada de creme nutritivo no rosto e no pescoço. O vapor facilita a penetração do creme na pele e intensifica seus efeitos, tanto no rosto quanto no corpo.
5. Uma vez por semana, utilize um esfoliante corporal para fazer uma limpeza profunda.
6. Após estar com a pele limpa, use e abuse dos hidratantes corporais. A hidratação ajuda a devolver à pele seus protetores naturais e a protegê-la contra fatores externos.

## Cuidados para motociclistas



### Equipamento de segurança

1. Sempre saia com capacete, tanto o condutor quanto o passageiro. Os modelos com adesivo refletivo facilitam que você seja visto por outros motoristas.

2. Se possível, procure usar pelo menos uma peça de roupa mais clara. Este cuidado facilita que sua motocicleta seja vista por todos.

### Comportamento do motociclista

3. Procure manter o farol aceso também durante o dia para facilitar que os motoristas de carros e veículos grandes possam vê-lo.

4. Fuja dos pontos cegos dos outros veículos e prefira manter-se à direita em pistas rápidas.

5. Mantenha distância segura do veículo à sua frente e, conforme a velocidade aumenta, amplie ainda mais este espaço entre vocês.

### Atenção nas pistas

6. Estradas com pouca manutenção ou que são antigas podem ter pontos de desgaste na junção de placas de concreto – o que rapidamente se transforma em armadilha do trânsito. Fique atento a estes locais para que possa desviar ou atravessar com cuidado.

7. Cascalhos na pista que ainda não se misturaram com a terra dificultam o equilíbrio e o controle da motocicleta. Procure manter aceleração constante e evite frear sem motivo.

## A importância do aditivo do sistema de arrefecimento do motor

O aditivo do sistema de arrefecimento do motor ou popularmente conhecido como “Aditivo do radiador” tem como funções principais:

Aumentar o tempo de ebulição da água do radiador; Evitar que a mesma congele; Garantir que as peças do sistema de arrefecimento não sofram com a corrosão

### Principais funções dos aditivos

Todo esse benefício é garantido devido à presença do monoetilenoglicol nos aditivos do radiador na qual tem duas funções.

A primeira é garantir que a água do radiador esteja em condições de resfriar o sistema. O produto aumenta o ponto de ebulição da água e impede que ela evapore facilmente e também diminui o ponto de congelamento, garantindo assim que a água permaneça no estado líquido.

Já a segunda função é a de antioxidante na qual evita a formação de ferrugem e corrosão no sistema do motor evitando o travamento da bomba d'água, furos nos selos de vedação do bloco e cabeçote do motor, rompimento de mangueiras do sistema, etc.

### Colocando o aditivo no sistema de arrefecimento

A fim de assegurar o perfeito funcionamento das peças que fazem parte do sistema de arrefecimento do motor, siga sempre as instruções contidas no manual do proprietário do veículo, respeitando sempre o período de limpeza e troca do aditivo do sistema de arrefecimento do motor.

**Fanganito**  
**SEGUROS**

Vida  
Empresarial  
Residencial  
Auto

**COTAÇÃO DE SEGUROS ? TEMOS A SOLUÇÃO !**

**(51) 3228.7880**

**(51) 3322.0084**

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

**Silveira**  
Parafusos & Ferramentas

Parafusos de Cabeçote - Prisioneiros  
Parafusos de Roda - Rolamentos

**Especializada em parafusos**

**3249.3377 / 993.090.559**

csilveirafixadores@yahoo.com.br

Est. João Antônio da Silveira, 1093 - Restinga



## 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

**• SCHARFEN •**

**FACAS PROFISSIONAIS**  
Para chefs  
Linha completa para  
açougues e restaurantes

**PRONTA ENTREGA**  
**PREÇOS IMPERDÍVEIS**

**MUNDIAL**

**51 998.056.323**

contato@scharfen.com.br • www.scharfen.com.br

**LED**  
**Extintores**

✂️ PPCI-PROJETO  
 ✂️ ELÉTRICA PARA PPCI  
 ✂️ EXTINTORES E RECARGAS  
 ✂️ TESTE DE MANGUEIRA  
 ✂️ PLACAS E LUMINÁRIAS

✂️ CURSO BRIGADA DE INCÊNDIO  
 ✂️ CURSO PRIMEIROS SOCORROS  
 ✂️ ALUGUEL DE EXTINTORES  
 ✂️ BOMBEIRO CIVIL P/ EVENTOS  
 ✂️ PALESTRANTE P/ EVENTOS

Facebook.com/Led Extintores (51) 985.985.949  
E-mail: ledextintores@outlook.com (51) 993.844.354

**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

**Ligue e peça orçamento gratuito**  
**51 984.111.151** | **984.137.291**  
**3246.3902** Av. Lami, 1650 - Belém Novo  
E-mail: serralheria.rodriguez@hotmail.com  
Acesse nosso site: [www.gruporodriguesrs.com.br](http://www.gruporodriguesrs.com.br)

**EUROBOX**

Box de vidro incolor de 8mm

Até 1,00m **R\$ 330,00** à vista  
Até 1,20m **R\$ 355,00** à vista  
Até 1,40m **R\$ 385,00** à vista

Box de canto 90x90cm  
**R\$ 550,00** à vista

/euroboxvidro  
Aceitamos: VISA

(51) 3191-1673 / (51) 999-802-724

**Decore Vidros**  
Solução em Vidros

Iremos fechar dezembro, janeiro e fevereiro no intuito de ajustarmos os serviços prestados a fim de que possamos fornecer aos nossos clientes o melhor atendimento. Retornamos nossas atividades no mês de março.

**PARCELAMOS EM ATÉ 3X**  
no cheque ou nos cartões:  
VISA

F. (51) 3237-5707 / @986-224-382 | [decorevidros2011@hotmail.com](mailto:decorevidros2011@hotmail.com)  
Rua Ilhéus, 295 - Vila Ipiranga - POA/RS | [www.decorevidros-rs.com.br](http://www.decorevidros-rs.com.br)

## Dicas de como manter a cozinha bem limpinha

### Eletrrodomésticos

Para limpar o microondas por dentro, use somente um pano úmido com sabão ou detergente. Para a área externa, utilize um pano embebido com água e sabão neutro e, por fim, um pano seco. O painel de controle pode ser limpo apenas com um pano seco. Para eliminar odores, coloque uma solução feita com 2 xícaras (chá) de água e sumo de 1 limão, e ligue por três minutos.



malmente e seque com um pano macio. Nunca use removedores, detergentes e qualquer produto que contenha soda cáustica, pois além de tóxica, essa substância estraga o fogão. Você pode lavar o filtro do exaustor, para aumentar a vida útil do aparelho. Retire o filtro e deixe-o de molho por algumas horas em água bem quente com detergente. Enxague e deixe secar.

### Fogão

No fogão, use esponja ou um pano fino com água e sabão neutro. Enxague e seque com um pano seco e macio. Para uma faxina mais pesada, use um pouco de bicarbonato de sódio umedecido com vinagre de maçã. Em seguida, lave nor-

### Geladeira e freezer

Para geladeira e freezer o processo é fácil. Por dentro, limpe com pano umedecido numa solução de água e bicarbonato de sódio – 1 colher (sopa) para cada 2 litros de água – e enxugue. Do lado de fora, use água e sabão neutro. E para tirar o cheiro forte, coloque um pires com pó de café.

## Passei no vestibular, uhuuu! Onde vou morar?



Exceção àquelas que moram em cidades universitárias, uma parcela importante das famílias gaúchas tem emoções divididas quando algum de seus membros passa no vestibular: a alegria da conquista x o projeto de moradia para o período que se aproxima. Em relação à moradia futura, existem alguns desafios a serem vencidos.

Comprar ou alugar? Compra = investimento. Aluguel = despesa.

Tamanho do imóvel? Imóveis maiores (2 dormitórios ou mais) podem acomodar a família nos finais de semana e permitir o compartilhamento com amigos ou parentes, diminuindo os custos.

Área de lazer? Ao passar menos tempo dentro de casa, um imóvel pequeno - que tem menor custo de aquisição e manutenção, pode ser compensado por uma área de lazer generosa no próprio condomínio, diminuindo a necessidade de sair de casa para fazer academia, jogar futebol, reunir os amigos no churrasco, passear com o pet, ir na

lavanderia, ...

Em qual bairro? Preferencialmente próximo à futura universidade, com acesso às linhas de ônibus / metrô que levam ao seu campus, perto de praças, restaurantes, mercados, farmácias, bancos, ... Em Porto Alegre, recomendo a procura por condomínio com garagem interna e serviço de "portaria 24 horas".

Independentemente das escolhas relacionadas aos itens citados anteriormente, a ajuda de um profissional da área com acesso direto às construtoras e experiência na intermediação imobiliária faz toda a diferença. A moradia "temporária" do período universitário pode ter um viés de investimento a médio prazo ou tornar-se uma moradia permanente no longo prazo.

**Cláudia Paese**

**Corretora Especializada em Imóveis para Famílias e Estudantes - CRECI-RS 53.248**

**51 994 080 380**

[imoveis.claudia@terra.com.br](mailto:imoveis.claudia@terra.com.br)



## IMÓVEIS NA ROCHA

Corretora Cláudia Paese

CRECI-RS 53.248

**Consultoria para investimentos imobiliários**  
**Venda - Compra - Troca - Locação**

Imóveis na Rocha - Corretora - Cláudia Paese

**(51) 994-080-380** [imoveis.claudia@terra.com.br](mailto:imoveis.claudia@terra.com.br)

## ANTINSETUS

Controle de Pragas Urbanas

### DESINSETIZAÇÃO



**Destatização**  
**Descupinização**  
**Morcegos e Pombos**  
**Limpezas de Caixas D'Água**

### LIMPEZA E CONSERVAÇÃO

- Empresa no combate a dengue
- Após trabalho emitimos laudo e certificado técnico e garantia.

Fone: **3451.2002**

**ORÇAMENTO GRATUITO**

Atendimento:  
Metrópolitano  
Interior do Estado  
Litoral

**996.957.318** **991.874.979**  
**986.281.435** **981.323.708**



**Está precisando de reparos?**

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

**FINANCIAMENTO EM ATÉ 12X**

SOLICITE SEU ORÇAMENTO GRATUITO.

**51 998.145.347** [claudiopolitecni@ibest.com.br](mailto:claudiopolitecni@ibest.com.br)



## Faxina

Residencial e Comercial

**Tânia Tia da Faxina**

**(51) 999.464.639** **(51) 993.509.329**

Atendimento em todos os bairros de Porto Alegre

Sua casa mais limpa e perfumada



PRESTAÇÃO DOS SERVIÇOS DE MÃO DE OBRA TERCEIRIZADA DE AUXILIAR DE LIMPEZA PARA CONDOMÍNIOS E EMPRESAS.

Rua Duque de Caxias, 153/06 - Centro Histórico

Fones: **(51) 3084-8171 e 3224-8070**

[america\\_prestadora@hotmail.com](mailto:america_prestadora@hotmail.com) ou [diretoria@americaprestadora.com.br](mailto:diretoria@americaprestadora.com.br)  
[www.americaprestadora.com.br](http://www.americaprestadora.com.br)

Atuamos no mercado de mão de obra terceirizada desde 2004.

## Como limpar o ferro de passar roupas a vapor?

**Como limpar o reservatório do ferro de passar?** Estava passando a roupa e percebeu alguns pontinhos pretos no tecido? Isso pode ser algum tipo de resíduo de limo vindo do reservatório de água. Para evitar que aconteça, a principal dica é sempre jogar fora o líquido restante após o uso e, depois disso, manter o ferro ligado por alguns instantes para evaporar a sobra. Entretanto, se já é um problema recorrente, siga o passo a passo:

1. Coloque ½ de vinagre brando para ½ de água no reservatório.

2. Ligue o ferro no modo vapor e deixe que evapore por alguns minutos.

3. Repita o processo apenas com água.

### Como limpar a chapa do ferro de passar?

Já se o problema está na chapa do ferro, a dica é sempre higienizar após o uso. Com o aparelho morno, use um pano úmido com detergente para limpar a base. Seque com o lado limpo do mesmo pano.

### Como manter o ferro sempre novo?

Além disso, outras dicas ajudam a manter o ferro em bom estado:

- Use apenas água filtrada no recipiente;
- Jamais use o recipiente para misturas de água com perfumes ou amaciantes;
- Espere o ferro esfriar completamente antes de guardar;
- Não use a chapa aquecida sobre estampas plásticas ou detalhes que possam derreter;
- Jamais higienize com esponjas de aço.



## MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS PINTURA E TEXTURAS

- Instalações Elétricas e Hidráulicas
- Colocação de máquinas, equipamentos, artigos de decoração

INFORME-SE: REVISÃO ELÉTRICA  
COM PREÇOS PROMOCIONAIS!

ORÇAMENTO  
GRATUITO

OUTROS SERVIÇOS SOB CONSULTA.

(51) 999.627.037

IDEL GOLBERT | idel.golbert@gmail.com

## Uso adequado do micro-ondas



Ele agiliza o preparo e assa alimentos, preservando seus nutrientes. Uma das táticas para fazer o bom uso do equipamento

é identificar que tipos de recipiente ele aceita. Um teste simples é colocar o recipiente vazio junto com um copo de água dentro do micro e ligá-lo em potência máxima por 30 segundos. Somente a água pode aquecer.

Mantenha longe do aparelho utensílios metálicos e pratos com detalhes de metal.

Quando aquecer preparos prontos, procure cobri-los com um prato invertido para evitar respingos. Há também sacos plásticos específicos para esse uso: basta fazer um pequeno corte neles para deixar o vapor escoar. Acerte na limpeza: primeiro desligue o cabo de força da tomada e certifique-se de que o aparelho não esteja quente. Então limpe o interior com um pano úmido e detergente neutro, finalizando com um pano seco. Para remover resíduos mais difíceis, aqueça uma jarra com água por três minutos na potência alta. O vapor ajudará a amolecer a sujeira. Adicione rodela de limão na água para eliminar possíveis odores. Nunca utilize produtos abrasivos e raspadores, pois podem riscar a superfície.

**SANTOS**  
**MÓVEIS**  
Sob Medida

f santos sobmedida

E-mail: [moveis.santos@hotmail.com](mailto:moveis.santos@hotmail.com)

**Cozinhas - Dormitórios - Salas**  
**Banheiros - Home - Móveis Rústicos**



998.026.329

989.151.027 981.348.495

## As Crianças e as Novas Tecnologias...



Com frequência, se enfatiza os supostos benefícios que a moderna tecnologia é capaz de nos proporcionar, especialmente quando a pauta são os itens relacionados ao fascinante mundo virtual. Nesse escopo estão os computadores de mesa e portáteis, os Smartphones e similares, e tantos outros derivados que colocam à nossa disposição um grande acervo de aplicativos, utilitários, serviços e exóticas conveniências.

Se os benefícios são indiscutíveis, os malefícios, quase sempre, são deixados de lado, ou intencionalmente ignorados. Mas, se colocarmos tudo numa balança e como medida usarmos de bom senso e inteligência, talvez possamos ver a coisa de outra forma.

Por exemplo, se de um lado o mundo da informação digitalizada nunca nos ofereceu tantas possibilidades, por outro, há um lado obscuro que precisa ser avaliado, estudado, examinado, e tudo isso com redobrado cuidado, para que os supostos “avanços” e benefícios não se transformem em malefícios. É bom lembrar sempre do adágio: “Um tijolo, nas mãos de um pedreiro, servirá para construir; já nas mãos de um malfeitor, como eficaz arma de destruição.”

Ao final, vale a ponderação e o questionamento profícuo. Lembre-se: “Criança sem bom senso em terra de ninguém acaba encontrando aquilo que não convém.”

Enfim, eis a seguir algumas considerações sobre o assunto, que, segundo o princípio da dúvida, podemos pautar como ponto de partida para uma reflexão mais ajuizada.

### “A internet aproxima as pessoas através de uma maior interação...”

Claro que negar os benefícios da Internet seria uma grande e insensata estupidez, mas, quando a questão se volta para a interação entre pessoas, os tais “benefícios” não podem ser aplicados como regra.

É cada vez maior o número de usuários que se isolam; que se contentam com o contato virtual e remoto ao invés do presencial. E embora aparentemente ampliem seus círculos de “amigos” nas redes sociais e veículos afins, o convívio impessoal ou virtual é o que predomina, sem contar que a maioria desses “amigos” cibernéticos nem existem de fato,

ou não são aquilo que aparentam ser. Enquanto isso, na vida real, o número de afetos é cada vez menor.

### “A criança aprende mais, isso porque há uma grande quantidade de informação disponível...”

Esse é um mito dos mais importantes que, infelizmente, se transformou em uma falsa verdade. O pior de tudo é que esse posicionamento é largamente apoiado pelos seus próprios criadores, os senhores da mídia virtual ou impressa, uma poderosa indústria cujos axiomas ou posturas, muitas delas patológicas, claramente equivocadas, são seguidas e cultuadas como verdadeiras doutrinas existenciais, por um crescente exército de indivíduos alérgicos ao questionamento do estado das coisas.

De fato existe muita informação, mas, grande parte desta é desqualificada, ou simplesmente refugo, o que acaba por causar mais confusão que esclarecimento.

Escola de Educação Infantil **45** anos



**“Meu Cantinho”**

**MATRÍCULAS ABERTAS!!!**

Oferecemos: **Matrículas abertas!!!**

Turnos: Integral, Intermediário, Manhã e Tarde  
Turmas: Pré-Maternal, Maternais 1 e 2 e Jardins A e B  
Idade: de 08 meses a 5 anos e 11 meses

**3336-8542** Funcionamento das 7h às 19h

Av. Clemenciano Barnasque, 200 - Teresópolis  
[www.escolameucantinho.com.br](http://www.escolameucantinho.com.br)




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

**Turmas:**  
Bergário I - Bergário II - Maternal I  
Maternal II - Jardim I - Jardim II

Rua Inhanduí, 421 - Cristal / POA  
Fones: 3013-5012 / 2112-3608  
[www.amiguinhosdocristal.com.br](http://www.amiguinhosdocristal.com.br)

## Serralheria Ferreira Ferro



Artesanato em ferro forjado

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

Castelhana:

51-3245.5489 / 51-981.447.965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

## Marmoraria



# Reves't

Soluções em Pedras

Peitoris • Tampos • Churrasqueiras • Lareiras  
Golas de Elevador • Escadarias • Fachadas  
Porcelanatos • Pastilhas • Passa Prato  
Basaltos • Miracema • Caxambú

(51) 3300.5653 Reves't Soluções em Pedras

(51) 993.214.798 / (51) 989.189.650

Filipe

E-MAIL:

Daniel

REVEST649@GMAIL.COM

# Gener Crema

## TELAS MOSQUITEIRAS

Proteja você  
e sua família  
dos Mosquitos  
da Dengue, Zika  
e Insetos



Vendas e  
Instalações

- \*Esquadrias
- \*Persianas
- \*Portas
- \*Janelas
- \*Pinturas
- \*Fechaduras
- \*Reformas em Geral

**Orçamento Gratuito**

Faça seu Orçamento! Fone: (51) 985.500.655

# PG TOLDOS

Indústria & Comércio

3022.3653  
997.204.923

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.pgtoldos.com.br](http://www.pgtoldos.com.br)



# 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 / 992 959 326

orcamento@hartpredial.com.br - [www.hartpredial.com.br](http://www.hartpredial.com.br)



## Piadas

### Prova de amor

- Amor, você me ama?
- Claro, meu amor!
- Prove...
- O que quer que eu faça?
- Lute com um leão...
- Oxe, meu amor... não posso morrer... Peça outra coisa...
- Deixe eu ver seu Whatsapp?
- Qual o tamanho mesmo desse leão?

### Sogra

- A esposa entra no escritório do marido com a mãe ao lado e diz:
- Querido, é verdade que seu sócio acaba de morrer?
  - É sim, por quê?
  - Você pode botar mamãe no lugar dele?
  - Fale com o cozeiro, por mim tudo bem.

### Médico

- O médico perguntou:
- Por que você tomou a medicação às seis da manhã se eu disse pra você tomar às nove?
- Eu respondi:
- Doutor, era pra ver se eu conseguia pegar as bactérias de surpresa!

### Na Escola

- Joãozinho, me dê um exemplo de energia desperdiçada!
- É o garoto responde:
- Contar uma história de arrepiar os cabelos para um careca!

### Adivinha

- O que o tijolo falou pro outro? Há um ciumento entre nós.

## Transformando a decoração de casa com uma nova mão de tinta



Para que a nova cor não se torne um tanto cansativa e o ambiente adquira um ar mais tranquilo, arquitetos e designers de interiores aconselham investir em tonalidades neutras nas paredes que contrastem com a cor do mobiliário do ambiente. Quem tem móveis de madeira, por exemplo, pode contrastar a cor quente com um tom como o cinza ou verde nas paredes, já que estes são mais frios.

Aplicar tons de nude ou cores mais claras nas paredes é sempre uma boa alternativa para dar um toque mais suave ao ambiente. Além disso, essas tonalidades podem ser combinadas com o branco no teto, para dar mais amplitude e sensação de limpeza ao cômodo.

### SERRALHERIA E FUNILARIA

## CALDEIRÃO

CALHAS - ALGEROSAS  
CANOS P/ LAREIRA E FOGÃO A LENHA  
GRADES - PORTÕES - TOLDOS  
ESCADAS E CORRIMÕES  
REFORMAS EM GERAL

Orçamento Gratuito

3246.5813 / 985.245.563 / 993.734.863

Serralheria e Funilaria Caldeirão

Rua Mário Andreza, 87 - Campo Novo - Porto Alegre

### 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 / 992-441-184 / 984-450-090  
facebook.com/escadaspereira  
e-mail: escadaspereira@gmail.com

# ALEXANDRINO

## esquadrias

www.alexandrinoesquadrias.com.br

(51) 3246.0648 - 3245.6170  
3248.1650 - 3245.6103  
984.702.100 - 984.702.100

E-mail: vendas@alexandrinoesquadrias.com.br

Av. Juca Batista, 7580 - Bairro Belém Novo  
Porto Alegre, RS

# FERRAGEM

REGRONS

TINTAS CONSTRUÇÃO DECORAÇÃO

ELÉTRICA ILUMINAÇÃO

ELABORAÇÃO DE MATELARIA

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 GIBRIS RESTINGA - 208

(51) 3062.5704

# 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

# 9

## FIQUE ATENTO!

A partir de 6 de novembro, os celulares terão mais um dígito no Rio Grande do Sul. Junto a Santa Catarina e Paraná, o Estado é o último a acrescentar o 9 à frente dos números atuais.

\*As ligações com oito dígitos ainda serão completadas por um tempo determinado após 6 de novembro, como forma de adaptação. Gradualmente, os usuários devem receber mensagens com orientação sobre a nova forma de discagem e interações passam a ocorrer nessas regiões.

# Chavesul

**BIG VILA NOVA**  
Chaveiro

**24**  
HORAS

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



f Chavesul-Big Vila Nova

Av. Eduardo Prado, 330- Lj 19  
Cavalhada - Porto Alegre - RS  
chavesul.chaveiro@gmail.com

(51) 3241.6376

(51) 994.049.594

(51) 982.443.743

**Marido de Aluguel**

**VALDECIR**



**ORÇAMENTO GRATUITO**

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

Atendemos domingos e feriados.

(51) 981.856.689 / 996.816.894



**LUzeVIDA**

www.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

Fone/Fax:

(51) 3224 0664 - 3286 5404

lojapoa@luzevida.com.br

CANOAS:

Av. Guilherme Shell, 6750

Fone:

(51) 3059 0602

lojacanoas@luzevida.com.br

**UP** Lavagem e Estacionamento  
**DIÁRIA**  
**R\$ 14,90**  
**24HS**

3325.3050

989.387.110

LEVA - TRÁZ  
**AEROPORTO**

**AV. CEARÁ, 128**

**AGROFLORA**  
**Ungaretti**

**51 3095.2206**

Rua Tenente Arizoly Fagundes 100 lj 7  
Bairro Restinga

**Dicas de livros**

**ENSAIO SOBRE A  
CEGUEIRA**



O livro do escritor José Saramago, Ensaio Sobre a Cegueira, aborda a cegueira de uma forma muito interessante.

A história começa com um personagem parado com seu carro no sinal vermelho que, de repente, é atingido por uma cegueira branca. Porém isso é só o começo, pouco a pouco a cegueira branca atinge toda a população. O governo diante dessa situação, precisa criar medidas para a segurança das pessoas infectadas e decide por coloca-las em quarentena. Toda essa situação acaba trazendo características humanas à tona. O que torna o livro Ensaio Sobre a Cegueira uma literatura reflexiva sobre os costumes e as atitudes da sociedade.

Além do livro a história possui o filme, vencedor do Prêmio Nobel, dirigido por Fernando Meirelles! Vale a pena conferir.

Fretes e transportes  
residencial, comercial,  
atacadista, tele-entrega  
entre outros.



Atuamos em todo território  
Rio-Grandense e arredor.

(51)3249-7358

(01)984-486-902

(VIVO)996-185-856

transportegaucho@hotmail.com



## A importância do uniforme para as empresas



O uniforme é o cartão de visitas de uma empresa, além de facilitar a comunicação, é um diferencial responsável pela identificação dos colaboradores.

Para os clientes e fornecedores é sinônimo de confiança, profissionalismo, organização, responsabilidade e até mesmo higiene. Proporciona conforto e facilita a adequação ao ambiente de trabalho, ajuda a divulgar a imagem e a marca da empresa.

Antigamente, o uniforme servia apenas para padronização, hoje ele é visto como um diferencial, pois mostra a preocupação da empresa com o bem estar de seus colaboradores.

Um ambiente de trabalho agradável e organizado aumenta a auto estima e contribui diretamente para o crescimento da empresa.

## DANER ELÉTRO MOTORES

Comércio Manutenção Ltda - ME



ASSISTÊNCIA TÉCNICA



R. Professor Joaquim Felizardo, 2263 / 2203 - Espírito Santo  
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

## PINGO D'ÁGUA

DISTRIBUIDORA DE ÁGUA MINERAL

ENTREGA GRÁTIS

3315.7443

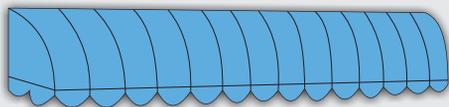
11

997.267.177 | 985.747.652

ACEITAMOS CARTÕES DE CRÉDITO E DÉBITO



Trav. Marechal Berrmann, 108 - Loja 101 - Bairro Teresópolis



**FÁBRICA DOS TOLDOS**  
www.fabricadostoldos.com.br

O SOL NASCEU PARA TOLDOS E A SOMBRA É COM A FÁBRICA DOS TOLDOS



**Toldos em Lona, policarbonato e telha de alumínio**

**Estrutura de alumínio com pintura epóxi ou tubos galvanizados**

**51 3223-5597 / 3241-0361 / 985-199-471**



Rua Antônio Ávila Nunes, 100 - Bairro Campo Novo, Porto Alegre - RS

E-mail: fabricadostoldo@yahoo.com.br



## **Áries (21 de março - 20 de abril)**

Você está mais firme e cheio de determinação, ariano. Mas precisa manter o foco, com uma meta bem clara, se não quer perder tempo.

É um mês importante para sua carreira, com mais criatividade, sucesso, realização e resultados bem concretos. Momento de transformações importantes e muita intensidade, inclusive na vida afetiva e espiritual.



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

Mês muito intenso e positivo no amor, taurino. Mais amor, mais união, mais comunicação. Vida sexual intensa, romantismo, afeto e atenção.

Está mais fácil perceber o que sente e o que quer. Bom momento para fazer planos para o futuro, inclusive nas parcerias profissionais e nos assuntos financeiros. Mas com flexibilidade, se tiver que mudar.



## **Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)**

Você vai sentir sua rotina mais produtiva e seu tempo mais flexível, geminiano. Com isso, vai realizar e produzir muito mais. O céu promete compromisso e definição nas relações, afetivas ou profissionais. Mas pode trazer algum rompimento ou mudança forçada em alguma área de sua vida. Seja organizado e mantenha-se firme em seus propósitos.



## **Câncer (21 de junho - 22 de julho)**

Tende a ser um momento mais intenso no campo do amor e dos sentimentos em geral, canceriano. Mas você tende a lidar muito bem com tanta intensidade e vale mesmo a pena mergulhar no que está sentindo. É importante se impor, deixar claro o que quer, e também quais são seus limites. O mês é muito favorável para estruturar coisas de trabalho.



## **Leão (22 de julho - 22 de agosto)**

Os principais temas do mês estão ligados à sua vida pessoal, leonino, incluindo sua família e vida amorosa. Em casa, deve haver mais diálogo e presença. No amor, mais compromisso. Isso vale também para relação com pais e/ou filhos. É bom cuidar melhor da sua saúde, que pode gritar se você não tiver pausas ou estiver lidando com muito stress.



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

Com a comunicação tão favorecida, o mês é ideal para as conversas importantes, as divulgações e os acordos, virginiano. Ótimo momento para viajar, estudar, se relacionar. Momento de mais estabilidade e harmoniza familiar. Mas de algumas tensões relacionadas a filhos ou namoro. Os assuntos intelectuais estão extremamente favorecidos.



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

É um bom momento para parar e refletir sobre como anda sua vida, libriano. Não tenha medo de mudar mais uma vez, ou de fazer cortes. É bom valorizar o que está dando certo e cuidar do que tem. Mas é bom também perceber o que não vale mais nesse momento. Cuide melhor de sua saúde e não tenha medo de impor seus limites. Principalmente na família.



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

Um novo ciclo está começando, escorpiano, e começa com força total. É um bom momento para começar qualquer coisa nova e você tende a ficar mais forte e seguro para fazer tudo que tem vontade. Cuidado com a forma como diz as coisas e prepare-se para enfrentar eventuais conflitos, brigas e disputas. Seja leve e só entre se isso for mesmo necessário.



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

É um bom momento para fazer uma faxina interna, sagitariano. Por isso autoconhecimento, terapias e espiritualidade são bem vindos. É um bom momento para cuidar mais de você, incluindo corpo, mente, emocional, saúde e visual. Cuidado com os gastos impulsivos, nesse momento que requer mais planejamento. Momento de respostas importantes.



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

Vá com calma, capricorniano. Não adianta se precipitar nem forçar os acontecimentos. E não adianta pressionar os outros. Isso só vai piorar as coisas. É um bom momento para tocar os projetos mais importantes e tentar fazer o que for possível com outras pessoas, dividindo responsabilidades. Momento de decisões internas e solução de velhas pendências amorosas.



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

Momento de muito sucesso e poder no trabalho, aquariano. Cabe a você aproveitar as oportunidades e criar outras novas. Bom momento para estabelecer novas parcerias e relações de trabalho. Mas internamente você pode ficar mais tenso e precisa ter válvulas de escape para não perder o foco e as coisas boas do momento. Olhe para o futuro.



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

Novos projetos aparecem e isso pode incluir cursos, viagens e oportunidades de crescimento profissional, pisciano. Você pode assumir mais responsabilidades e apesar de tantos desafios que isso traz, também é sinal de reconhecimento e conquista. Nem todos são confiáveis e é um bom momento para selecionar melhor relações de amizade e trabalho.

Quer mais dicas de saúde e bem estar, moda e beleza, receitas e muito mais? Então acesse: [www.procureacherevista.com.br](http://www.procureacherevista.com.br)



## **CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO**

**SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:**

**IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA**

**Órion Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS**

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

**(51) 3276.8483**

**(51) 982.946.374** —TIM **(51) 992.091.881** —GOL

**Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA**

## O autoconhecimento através de seu signo



Os nascidos de 22/10 a 22/11 pertencem ao signo de Escorpião, que tem por planeta regente Plutão, que significa transformação. Características positivas: empreendedor, determinado, intuitivo, investigativo, discreto, profundo. Características negativas: Vingativo, teimoso, voluntarioso, sarcástico, desconfiado, ciumento e intolerante.

Além dessas características ocorre a influência da regência dos decanatos. O 1º Decanato, é regido por Plutão fazendo com que você seja um autêntico(a) escorpiano(a). O 2º Decanato é regido por Netuno, que faz com que você seja um ser mais investigativo, magnético, emocional, misterioso e intenso. O 3º Decanato, é regido pela Lua lhe tornando um ser mais intenso, emocional, possessivo, melindrado, ciumento, rancoroso e vingativo.

A casa em que está o seu signo, o seu ascendente, a sua lua, a sua vênus e os demais planetas e os aspectos que estão fazendo com ele e entre si acrescentam qualidades a sua personalidade, como é o seu pensamento, como lida com dinheiro, trabalho, finanças e amor. Essas informações são obtidas através do Mapa Natal, que também mostra os talentos, forças e desafios. Esses dados auxiliam adultos em busca de sucesso e os pais de nossas crianças na sua formação pessoal.

Ainda a Revolução Solar vai mostrar qual é o

signo que regerá seu mapa natal e quais as influências para você em seu ano astrológico, que inicia no dia de seu aniversário.

O autoconhecimento através do signo e como ele está no Mapa natal e na Revolução Solar ajuda nas escolhas rumo ao sucesso de adultos e crianças.

**Verônica Pinheiro – Astróloga fone/Whats:**  
(51) 991-845-549 / 995-330-551

*Verônica Pinheiro*  
**Astróloga**

(51) 991-845-549  
📞 995-330-551

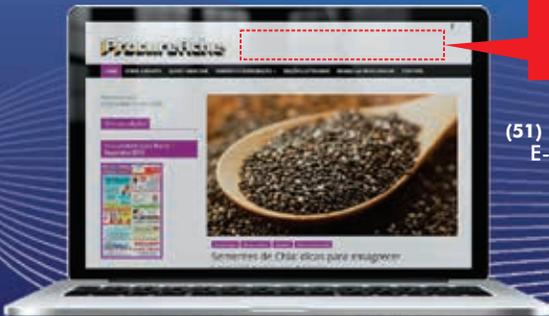
**Enio Renato Alves Júnior**  
ADVOGADOS

\*Aposentadorias e Benefícios Previdenciários \*Trabalhista  
\*Direito de Família \*Direito Penal  
\*Direito Administrativo

📞 51 3022.7394 📞 984.302.496  
eniorenatoadvogado@gmail.com  
📍 AV. OTTO NIEMEYER, 3575 - CAVALHADA

## Novo site da ProcureAche

*A sua revista também online!*



- + Dicas de:
- ▶ Saúde e bem estar
  - ▶ Moda e beleza
  - ▶ Receitas e muito mais!

**Tenha o banner do seu negócio aqui!**

Ligue e saiba como!  
(51) 3026-8445 / 996-136-986  
E-mail: comercial@geramigos.com.br



Acesse agora do seu celular!  
Use o aplicativo de qr code do seu celular e aponte para cá!

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

## DETECÇÃO ELETRÔNICA DE VAZAMENTO



### ECONOMIZE ÁGUA

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

 **984.136.494**

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

**DentoSul**  
Clínica Dentária

 /dentosulrestinga [www.dentosul.com.br](http://www.dentosul.com.br)  
(51) 3250-3408/3250-2171 | (51) 995-953-238

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

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

RF do Fernando André - Clínica geral PROTESIS e RAIOS X - 09/07/2014 12:04

**AS** Agropecuária Sentinela  
(51) 3245.3495  
Parceiros em tudo

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

Av. Cecílio Monza N. 10738 - Jardim Novo - Porto Alegre/RS



**MadKasa**  
Materiais de Construção



Televentas  
**3267.1081**

[www.madekasa.com.br](http://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

**Lauri & Claiton Herdina**  
Marceneiro

«Pai e Filho trabalhando unidos para servir melhor»

Você quer reformar e recuperar suas esquadrias de madeira,  
Portas, Janelas de correr e venezianas.

Ajuste e manutenção / troca de trilhos e roldanas

Temos uma Marcenaria ambulante, recuperamos na sua  
residência tudo o que for possível.

Temos 25 anos de experiência. Orçamento s/ compromisso

Rua Espatódeas, 290 - Casa 01

Fones: (51) 996.857.710 - 998.498.715



**MODA DO BEM  
BRECHÓ**

Adulto e Infantil  
Avaliações nas segundas

**Compra - Venda - Troca**

NOVA LOJA

 [www.facebook.com/brechobelemnovo](http://www.facebook.com/brechobelemnovo)

**LOJA MODA INFANTIL:**

Rua Jorge Melo Guimarães, 1077 | fone: (51) 3407-9802

**LOJA MODA ADULTO/FEMININO:**

Av. Heitor Vieira, 609 | fone: (51) 984-319-956



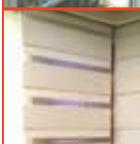
**Telas Contra Insetos  
Persianas e Cortinas**

Instalação Especializada ♦ Conserto  
Lavagem ♦ Manutenção

**André Floriano**

(51) 999.686.646 - 3244.1240

[andrefloriano.tecnico@gmail.com](mailto:andrefloriano.tecnico@gmail.com)



**SANTOS  
MÓVEIS**  
Sob Medida

 santos\_sobmedida  
E-mail: [movéis.santos@hotmail.com](mailto:movéis.santos@hotmail.com)

Cozinhas - Dormitórios - Salas - Banheiros - Home  
Móveis Rústicos

 998.026.329  989.151.027  981.348.495



**VIDROLAR**  
VIDRAÇARIA

Fernando / Wilson

(51) 997 290 229 (51) 3266 5439

Estrada Edgar Pires de Castro, 9248

Orçamento e colocação no dia e hora marcada

Aberturas  
PVC



Box Temperado - Sacadas  
Coberturas - Espelhos  
Vidros comuns



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

[www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores](http://www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores)