

ProcureAche

www.procureacherevista.com.br

➤ /RevistaProcureAche

Anuncie: (51) 3026-8445 📞 (51) 9613.6986

Zona Sul

Distribuição Gratuita

Edição Primavera

GERAmigos
Comunicação

14 Anos

3085-1313 Tele-entrega:

Ou retire no balcão



Bá Pizzas

Na compra de duas pizzas tamanho família GRÁTIS refil 2bs

Av. Otto Niemeyer, 2001 - Bairro Camaquã 📍 Bapizzaria

Proteção total até 120% de cobertura. Entrega rápida durante e fora de hora em todas as regiões.

TABALÃO CONFETARIA E MINI-MERCADO

MACEDO

3259-1907

Tortas, Doces e Salgados

Salgadinhos p/ Festa

PROMOÇÃO DE TORTAS!!!

RS **35,00** O CENTO

MINI	MÉDIA	GRANDE
RS 19,99	RS 39,99	RS 49,99

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

escadas Pereira

Soluções em Madeira

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



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

Gener Crema

TELAS MOSQUITEIRAS

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



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

Vendas e Instalações Orçamento Gratuito

Faça seu Orçamento! Fone: (51) 8550.0655

#500 GRAUS PIZZARIA ITINERANTE

A pizzaria que vai até seu evento!

Na sua casa, salões de condomínios, casa de festas!!
Onde for sua comemoração!

- *corporativos
- *aniversários
- *15 ANOS
- *CASAMENTOS
- *BODAS

PIZZARIA MÓVEL
51-9225-8843

https://www.facebook.com/pizzaria500graus

*Leandro

8947.5844 • 84616108



Serviços:

- Apartamentos
- Casas de Alvenaria
- Casas de Madeira
- Grutes
- Portões
- Aberturas
- Teca de Tomadas
- Teca de Torneiras

LGS Pinturas & Reformas

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

Aceitamos:

Teletelas

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



Todos Contra DENGUE

Parcelamos em até 10x s/ juros

ORÇAMENTO GRÁTIS

Aceitamos: cartão de crédito, cheques e boleto

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

FUNERÁRIA UNIDAS - HAHN

— SERVIÇOS FUNERÁRIOS —

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 9986.2111

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

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

29 ANOS

GRUPO DINÂMICA®

DESENTUPIDORA

Esotos em Geral

desentupidoradinamica.com.br



ENTUPIU?

Chamou, chegou!

3334.9000 / 9999.9000

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

Atendemos todo o Estado do RS

Expediente

CNPJ: 11.248.576/0001-99

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

E-mail: contato@geramigos.com.br

Jornalista Responsável:

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:

Josias Godoy

Tiragem: 20.000 exemplares

Distribuição:

Geramigos Empresa Jornalística Ltda.

Índice

Página 3	3
Melhor Idade	4
Agilidade e Praticidade	5
Saúde e Bem Estar	6
Alimentação	8
Gastronomia	11
Festas e Eventos.....	12
Pet e Agropecuária	14
Tecnologia	15
Guia Profissionais	16
Moda e Beleza	18
Automotivo	20
Residencial / Comercial	21
Educação.....	23
Serviços Especializados	24
Construção e Reforma.....	25
Telefones úteis.....	25
Serviços Especializados	27
Religião	29
Palavras Cruzadas	30
Horóscopo	31

Pontos de distribuição

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

Revista

ProcureAche

Zona Sul

Quer ver sua marca, serviço ou negócio aparecer? Seja como um dos mais de 300 colaboradores, anuncie nas revistas ProcureAche ou nos Jornais GerAmigos e faça parte de um dos veículos de comunicação que há 14 anos mais cresce em Porto Alegre!

Nas páginas centrais das revistas, você encontra um guia rápido de serviços!

Esses são os bairros onde circula a Revista ProcureAche Zona Sul



ProcureAche Zona Sul
Tiragem: 20.000 exemplares

Jornal Geramigos ZN
Tiragem: 10.000 exemplares

Jornal Geramigos ZS
Tiragem: 10.000 exemplares

ProcureAche ZN
Tiragem: 20.000 exemplares

ProcureAche
Tiragem: 41.000 exemplares

**TIRAGEM
101 mil
IMPRESSOS
TODO MÊS**

14 Anos



(51) 3026-8445 | 9613-6986



E-mail: 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/RESTINCA
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 | 9525.7550 | 9944.9949
www.geriatriasantavitoria.com.br
Rua Prof. Elpidio Ferreira Paes, 80 | Jardim Verde
Ipanema | Porto Alegre
residencialgeriaticosantavitoria@hotmail.com

Já fez o seu seguro?!



PÉGASUS Corretora de Seguros

☎ 51 3023-7377 ☎ 0144-0122 - 8535-7077
viva 3414-7377 - 3015-2980

www.pegasussegueros.com.br

Tok Final

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

Fone: (51) 9206.8529

E-mail: tokfinalreformas@yahoo.com.br | Tokfinal Reformas

CANTINHO DO CÃO PESHOP

Cantinho do Cão Cuidando da sua família

BANHO E TOSA 3019-1654

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

AV. OTTO NIEMEYER, 3220 - CAVALHADA - PORTO ALEGRE

3019.1654 / 8412.0443

RESIDENCIAL GERIÁTRICO VOVÔ FRANCISCO
 Conforto e bem estar...
 O mais agradável lar para a vovô e o vovô.

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

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

RESIDENCIAL GERIÁTRICO DOCE CANTINHO
 LAR E CRECHE PARA IDOSOS

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

Fone: (51) 3377.5792
 Emerson 8476.9242 Michele 9612.0665

Travessa Escobar, 399 - Camaquã esquina Otto Niemayer

Residencial Geriátrico Casa Verde

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

3239-2502 / 8529-6039
 Av Juca Batista, nº 405 - Ipanema POA
 E-mail : marceloalvescarbonel@hotmail.com

Cuide da sua saúde na sua residência

Enfermeiro Jairo Fraga

Procedimentos de enfermagem como:
 Terapia intravenosa | Coleta de exames | Sonda para alimentação
 curativos | Sonda para eliminação urinária
 Pet terapia para residenciais geriátricos
 Acompanhamento e Avaliação de pacientes acamados com
 elaboração de prontuário personalizado
 Experiência de 15 anos na área

51 8110.8885 | 9590.5302
 E-mail: jaioroberto2011@hotmail.com

Residencial Vivecer Geriatria

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

51 3243.3798 / 9917.1137
 Rua Ibirubá, 387 - Cavalhada
 Esquina com Av. Otto Niemayer



Vários estudos mostram que, com o passar dos anos, as pessoas têm a sensibilidade gustativa em relação ao sal diminuída. Mas o que preocupa a comunidade de saúde é o fato dessa redução da capacidade de sentir os sabores se acentuar em presença de doenças como o Alzheimer.

Para entender a relação da sensibilidade gustativa com a doença de Alzheimer, a nutricionista e pesquisadora Patrícia Contri, do setor de geriatria da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (FMRP) da USP, estudou cerca de 130 pessoas.

Ela comparou diversos parâmetros, como idade, saúde, hábito alimentar, índice de massa corporal (IMC) e sensibilidade gustativa, de 30 adultos entre 30 e 50 anos; 30 idosos sem Alzheimer; 23 em estágio moderado da doença e 37 em estágio leve.

Os resultados mostraram que a doença de Alzheimer está diretamente associada com o prejuízo da sensibilidade gustativa. A percepção do gosto salgado ficou prejudicada desde o estágio inicial da doença. E, com avanço, verificou-se que essas pessoas também sentem menos os gostos doce e amargo.

O paladar pelos sabores básicos – doce, salgado, ácido, amargo – foi observado pela pontuação dada pelos participantes do estudo. Cada um deles recebeu tiras com quatro concentrações diferentes de cada sabor e duas, sem gosto. “A diminuição da sensibilidade gustativa ocorreu em 26% dos idosos com a doença moderada; 8,1%, com a doença leve e 3,3%, sem a doença”, afirma Patrícia.

A nutricionista adianta que, com a idade, a função de identificar os gostos pode ficar prejudicada. Mas esse problema nas pessoas com Alzheimer se agrava com o avanço da doença. E o fato preocupa, pois, a dificuldade na identificação dos gostos pode acentuar danos nutricionais nos idosos e agravar indiretamente a saúde.

Tipos de ocorrência num BO online

As pessoas podem denunciar ocorrências para alguns tipos de crimes, como furto de veículos e celulares, além de registrar o desaparecimento de pessoas, ameaças, roubos sem vítimas de lesão corporal e morte, injúria, difamação, calúnia, acidentes de trânsito, entre outras ocorrências.

Para todos os outros tipos de crimes, as pessoas devem comparecer a uma delegacia, não sendo possível o registro do BO online.



Souza Investigações Confidenciais

Detetive Souza

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

☎ (51) 9841.6472
(51) 8100.0185 coyotedetetives@gmail.com

SANVICENTE & SARTORI

PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

SulAmérica
por meio de ING

Bradesco Saúde

Centro Clínico Gaúcho
Planos de Saúde Empresariais

Unimed

PORTO ALEGRE CLÍNICAS

Amil

DOCTOR CLIN



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

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

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

JOSUÉ EXPRESS

Coletas e Entregas:

*documentos, convites, encomendas, exames, mala direta, medicamentos, passagens, ingressos, chaves, produtos elétricos ou eletrônicos, etc.

CONFIANÇA E HONESTIDADE

☎ 9844-3308 | 8496-6201
motobojoenviado@gmail.com




CONSTRUFORM

Soluções em construção civil e reformas em geral

Hidráulica - Elétrica

Pintura - Gesso - Ar Condicionado

Água Quente - Telhado - Porcelanato

Alvenaria - Textura - Gás - Funilaria

Samir Squeff

(51) 9921.6714 (VIVO) | (51) 8447.2065 (01)
construform@hotmail.com

Evandro Passos



EPG 24h
Guincho Service

☎ 9763-4130 | 8589-7940
Qualquer tipo de veículo. Leve ou pesado.



ARAUPACK

EMBALAGENS

Embalagens para alimentos em geral, descartáveis, higiene e proteção



www.araupackembalagens.com.br

Televendas 51 3348.5624 | vendas@araupackembalagens.com.br
Av. Manoel Elias, 936 - Jardim Ingá - Porto Alegre/RS

5 dicas práticas para evitar o mau hálito

Causas: 40% da população brasileira é portadora de halitose crônica e 100% de halitose esporádica. E as causas são diversas: estresse, mudança de hábitos alimentares, higiene oral incorreta, ingestão inadequada de água, e por aí vai. O que muitos não sabem é que o mau hálito não está ligado a problemas do estômago. Temos três válvulas na região do esfíncter gástrico que impedem o retorno dos alimentos e dos gases do estômago de subirem para a boca.

Solução: a solução para a evitar o mau hálito (halitose) está nas mãos do dentista em 80% dos casos, quando a causa está ligada à higiene oral deficiente e problemas dentários como gengivite e periodontite. Por outro lado, sempre é possível prevenir o problema e a boa notícia é que isso pode ser feito tomando bastante água e fazendo exercícios físicos para se livrar do stress.

A pouca ingestão de água faz com que as glândulas salivares não produzam a saliva adequada –

líquido responsável pela limpeza da cavidade bucal. É aí que se desenvolve uma doença chamada xerostomia ou hipossalivação – a saliva fica viscosa e permite o maior acúmulo da saburra lingual.

Da mesma forma, o estresse libera hormônios do tipo adrenalina e cortisol que inibem o funcionamento das glândulas salivares e aumenta a saburra lingual.

Dicas

1. Realize uma boa higiene bucal diariamente não se esquecendo de utilizar o fio dental;
2. Higienize o dorso da língua com a escova ou raspadores de língua;
3. Evite a ingestão de álcool e o fumo;
4. Não ingira alimentos condimentados frequentemente e faça refeições várias vezes ao dia evitando o jejum prolongado;
5. Invista numa odontologia de acompanhamento mantendo a saúde bucal em dia.



Clínica dos Pés
SERVIÇO DE PODOLOGIA

Aline Emiliano
alinemilianodasilva@hotmail.com
Fone: 8174.5789 | 8527.8962

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

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°



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



CaeroClins
Clínica Odontológica

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

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

HÁ MAIS DE 10 ANOS CONQUISTANDO SUA CONFIANÇA

3072.3828 / 3414.2009

ORTODONTIA
APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS
DOCUMENTAÇÃO ORTODONTICA
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

ODONTOPIEDIATRIA
TRATAMENTO CLÍNICO E
ODONTOLOGIA PREVENTIVA

TRATAMENTO
ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

IMPLANTES

PERIODONTIA

**PRÓTESE / RX /
CLAREAMENTO**

www.caeroclins.com.br

Matriz Canoas Estr. João O. Remião, 1969 - Parada 4 Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 1A
3425.1860 3319.1573 - 3352.9644 3319.7943 - 3072.2043
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

Dica de App: Dieta e Saúde



Por meio de um "programa de pontos", o Dieta e Saúde ajuda os usuários a seguir sua dieta. Ao baixar o app, é preciso criar um cadastro e informar sua altura e a meta de peso. Automaticamente o aplicativo recomenda uma pontuação diária para que você consiga perder os quilinhos extras. Além disso, ele emite lembretes e faz um histórico de emagrecimento.



Florinda Luz Silva

Psicóloga

CRP 07/25412

(51) 9805 4293

ls.florinda@gmail.com

Clinica de Podologia



PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS
E ESTERILIZAÇÃO EM AUTOCLAVE

- * Unhas encravadas (ONICOCRIPTOSE)
- * Tratamentos em pés diabéticos
 - * Calos e Calosidades
- * Correção de unhas (ORTESES)
- * Laserterapia na Podologia (Onicomicose - fungo nas unhas)
- * Reflexologia Podal (Massagem em pontos específicos nos pés)

Aceitamos: VISA

Fone: 3061.5005

Rua dos Andradas, 1727 - Sala 86 - Centro - POA/RS



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

30min = 2h
de academia

mihabodytec

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

FARMÁCIAS
Associadas

A sua saúde é nossa prioridade.



Entrega gratuita
para todo bairro!

*Compras acima de R\$ 30,00.

(51) 3026 8015

Rua José de Alencar, 946
Menino Deus - POA
Ao lado do Nacional

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

**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

SUPER TRES



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

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

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

Mercado Caxias



AÇOUGUE - PADARIA - FRUTERIA



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

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

Filial: Estrada Barro Vermelho, 571



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

Entrega de rancho grátis

Horário de funcionamento:

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

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

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

FONE: 3391.6882

SUPERMERCADO Itapua



ACEITAMOS TODOS OS TICKETS E CARTÕES INCLUSIVE GOOD CARD

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

Fone: 3494.1250 / Fax: 3494.1249



ESPETÃO do Forte

CHURRASCO PARA LEVAR

Av. Otto Niemeyer, 2532

(51) 3242.4299

PASQUALI

Padaria e Confeitaria

TORTAS
DOCES E
SALGADOS

Aceitamos Encomendas

Tele Entrega
3241.6262

Av. Otto Niemeyer, 3465



Mercado Das Frutas Sacolão BARCELLOS

Hortifrutigranjeiros

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

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

RECEITAS

Minihambúrguer



Tempo: 1h
Rendimento: 10 unidades
Dificuldade: fácil

Ingredientes

- 500g de fraldinha moída

- 100g de bacon moído
- 1 envelope de pó para creme de cebola (68g)
- 1 cebola ralada
- 1 ovo
- 4 colheres (sopa) de azeite
- 10 minipães tipo brioche
- 10 fatias de queijo cheddar
- 1 cebola roxa fatiada finamente
- 10 fatias de tomate pequenas
- 5 folhas de alface americana rasgadas

Modo de preparo

Em uma tigela, misture a fraldinha, o bacon, o creme de cebola, a cebola e o ovo até formar uma massa homogênea. Divida em 10 porções, modele bolinhas e achate levemente, formando minihambúrgueres. Em uma frigideira antiaderente grande, em fogo alto, aqueça o azeite e frite os hambúrgueres por 3 minutos de cada lado ou até dourar. Retire e reserve. Abra os brioche ao meio no sentido do comprimento, coloque 1 hambúrguer, uma fatia do queijo cheddar, uma rodela da cebola, uma do tomate a uma porção da alface em cada pãozinho. Espete um palito para fixar e sirva em seguida.

Rolinho de frango recheado



Tempo: 45min
Rendimento: 6 porções
Dificuldade: fácil

Ingredientes

- 6 bifés de filé de peito de frango

- 2 dentes de alho amassados
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 cenoura em tiras
- 200g de vagem em tiras
- 1 pimentão vermelho em tiras
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 1 cebola picada
- 1 cubo de caldo de galinha
- 2 tomates picados
- 1 lata de molho de tomate (340g)
- 1 xícara (chá) de água

Modo de preparo

Tempere os filés de frango com o alho, sal e pimenta. Divida as tiras de cenoura, de vagem e de pimentão entre os bifés, enrole como rocamboles e prensa com palitos. Em fogo alto, aqueça uma panela com o óleo e frite os rolés até dourarem. Adicione a cebola, o caldo de galinha, o tomate e refogue por 3 minutos. Acrescente o molho de tomate, a água, tampe a panela e cozinhe por 15 minutos, em fogo baixo, mexendo algumas vezes. Desligue e transfira os rolés para uma travessa. Regue com o molho e sirva em seguida.

MERCADO E AÇOUGUE

NAVEGANTES

Visite-nos e confira!

Linguiça de porco

Com queijo

Incremento
Seu Churrasco
Cupim Bovino
Resfriado

R\$ 12,98 kg

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

Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina - Suína - Aves

R\$ 19,90 kg

Meia Ovelha

R\$ 21,98 kg

Pernil

R\$ 18,00 kg

Ovelha Inteira

R\$ 18,99 kg

Costela Com Carré

R\$ 25,98 kg

Paleta

Miúdos de Ovelha

R\$ 3,98 kg

Rins

R\$ 4,99 kg

Lingua

R\$ 18,99 kg

Filé de Ovelha

R\$ 3,98 kg

Coração

R\$ 11,98 kg

Tempo para carne de ovelha

Minipudim de padaria



Tempo: 1h10 (+2h de geladeira)

Rendimento: 20 unidades

Dificuldade: fácil

Ingredientes

- 3 e 1/2 xícaras (chá) de leite
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1/2 xícara (chá) de maisena

- 2 pães franceses amanhecidos picados
- 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado
- 5 ovos

Calda

- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de água

Modo de preparo

Para a calda, coloque o açúcar e a água em uma panela e leve ao fogo baixo, sem mexer, até formar um caramelo dourado. Despeje sobre forminhas individuais para pudim e reserve. No liquidificador, bata o leite, o açúcar, a maisena, o pão, o queijo e os ovos até ficar homogêneo. Despeje sobre as forminhas caramelizadas, coloque em uma fôrma e leve ao forno médio, preaquecido, em banho-maria, por 40 minutos ou até firmar. Deixe esfriar e leve à geladeira por 2 horas. Desenforme e sirva.

IMPÉRIO das Frutas

Ambiente familiar e com bom atendimento

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

Av. Edgar Pires de Castro, 3749

Fone: 3266-2991

ACEITAMOS CARTÕES
VISA
BOM

Super Tchê

Barbaridade

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

Mercado & Açougue

TRADIÇÃO

Sucesso em carnes.

3258.5276

Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami

Carboni

Supermercado
PINHEIRO

(51) 3315.2493

ACEITAMOS OS PRINCIPAIS CARTÕES.

Afonso Lourenço Mariente, 4550 - Porto Alegre/RS

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

SUPERMERCADO

FABONATO

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

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



Um antigo Seminário situado numa fazenda ao pé de um morro, em meio a natureza, localizado a beira da estrada entre os balneários da praia do Lami e praia de Itapuã, um dos principais pontos turísticos da grande Porto Alegre. Esta região é conhecida por suas belezas naturais e por possuir uma grande quantidade de condomínios e sítios de lazer.



Com atendimento familiar e profissional a casa irá priorizar o aconchego e bem receber, deixando o ambiente ainda mais hospitaleiro e informal. A idéia central é fazer com que os comensais interajam com o ambiente, levantando de suas mesas para buscar as carnes de suas preferências juntamente na bancada do Chef que pessoalmente estará preparando os petiscos e as carnes.



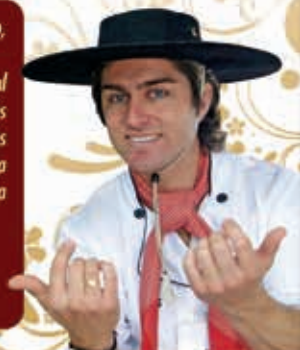
A casa irá abrir de terça a sexta das 11h30 as 15h com opção de buffet executivo, captando o público da região.

Aos sábados e domingos, será introduzida a nova proposta gastronômica com o Festival Menarosto (Mena= manobra/rodar x Rosta= Assar= Assar rodando), sistema com espátas dispostos em grandes rodas, que giram manual ou automaticamente, trazido pelos colonos italianos para assar carnes de caças. O atual sistema do Menarosto, permite assar carnes para até 800 pessoas/dia, em apenas duas rodadas. Ainda na gastronomia deste final de semana teremos castelão 12h e vasto cardápio italo-campeira.

Informações e reservas com Alemão Lisandro Larrêa:

☎ (51) 8021.2021 | 🌐 /la capela

email: contato@lacapela.com.br | www.lacapela.com.br



9 erros a se evitar ao produzir eventos esportivos

1. Agendamento de última hora

Um equívoco que pode fazer o seu evento desandar e te colocar no banco de reserva é deixar para agendar no último momento possível. Isso vale para o agendamento do local em que o evento ocorrerá, bem como para a data e o horário escolhidos por você ou por quem contratar o seu serviço.

Quanto mais cedo você agendar esses detalhes, mais fácil será a organização do evento, que possui muitos outros fatores a serem considerados.

Outra questão associada à importância do agendamento antecipado diz respeito à divulgação, afinal de contas, se você não se programar com antecedência, como é que você divulgará um evento de modo eficaz sem saber onde e quando ele irá acontecer?

2. Indefinição do público-alvo

Assim como em qualquer outro tipo de evento, é essencial definir o público-alvo do seu evento esportivo. É a partir desse público que você terá condições de saber como elaborar um plano de divulgação eficaz, além de adotar medidas que proporcionarão mais satisfação aos frequentadores de cada evento.

Ao conhecer bem o público do evento em questão, você poderá ir até onde os participantes em potencial estão, incluindo parques, academias e outros locais voltados para a prática de atividades físicas. Além da distribuição de flyers e da divulgação boca a boca, existe a possibilidade de despertar o interesse das pessoas via internet. Logo, crie páginas e perfis chamativos, sem deixar de interagir adequadamente com os usuários.

3. Detalhes ignorados

Quem não tem muito tempo para preparar um evento acaba voltando sua atenção para determinadas prioridades. Caso detalhes sejam ignorados nesse processo, o evento correrá o risco de ser um fracasso total, visto que nenhum detalhe pode ser despercebido na produção de eventos esportivos. É o caso da facilidade de acesso, do esquema de segurança, da limpeza do lugar, entre outros fatores.

4. Mão-de-obra despreparada

A contratação de mão-de-obra precisa ser feita com o máximo de atenção, tendo em vista que os profissionais que atuarão no evento serão lembrados como parte da sua equipe. Sendo assim, um único erro de um desses profissionais



pode comprometer o andamento do evento e, por consequência, manchar a sua reputação como produtor de eventos.

5. Não oferecer acomodações adequadas

Levando em conta que eventos de esportes contam com a presença de vários participantes, inclusive de pessoas que são de outras cidades, é um erro não oferecer acomodações apropriadas para tais competidores, bem como para seus instrutores e outras pessoas que acompanharão os atletas.

Também é um equívoco achar que os competidores devem se virar para irem até o local por conta própria. Se não for possível oferecer hospedagem e até formas de deslocamento, tente facilitar essas ações, deixando claro que você se esforçou para garantir essas coisas.

6. Desprezar a premiação

Em competições esportivas, é natural que os vencedores ganhem algo. É claro que não é necessário dar medalhas ou troféus de ouro, prata e bronze para os primeiros colocados, mas você não pode deixar que os participantes saiam de mãos vazias. Esse erro pode ser evitado a partir da disponibilização de prêmios como aparelhos eletrônicos, convites para passar um fim de semana em uma pousada, cartazes com assinaturas de atletas famosos, entre outras regalias que podem ser conquistadas com o apoio de seus patrocinadores, por exemplo.

7. Nada de adaptações no local

Antes do evento, muitos produtores erram porque não fazem adaptações no local. Essas mudanças devem ser colocadas em prática considerando as necessidades dos atletas e as especificidades de cada esporte.

8. Torcidas diferentes no mesmo lado

Se você se esquecer de separar as torcidas, um desastre pode acontecer, uma vez que nem todos os torcedores são pacíficos, especialmente quando perdem e estão perto dos adversários.

9. Não erre nas inscrições

Eventos esportivos na maioria das vezes tem sua renda baseada no valor das inscrições pagas pelos competidores. Então nesse momento você não pode falhar. Se planeje, tenha uma estratégia bem elaborada de lote de inscrições, ofereça lotes promocionais antecipados, acompanhe as vendas em tempo real, etc... Lembre-se que isso pode determinar o sucesso do seu evento.

A importância da iluminação em festas

Iluminação cênica é uma técnica teatral que utiliza fontes de luz como forma de expressão para harmonizar e valorizar ambientes com o assunto ou tema que está sendo apresentado. É considerada uma verdadeira arte no universo teatral e no cinema, pois é possível criar cenários incríveis e envolver o espectador no clima do tema proposto. Com a profissionalização das festas de 15 anos é óbvio que, mais cedo ou mais tarde, também iríamos trazer para o nosso universo essa arte de deixar tudo mais bonito e glamoroso. Falar de brilho e luzes é com a gente mesmo!!!

Objetivos da iluminação cênica

O principal objetivo da iluminação cênica em festas de 15 anos é valorizar o ambiente criando pontos focais para direcionar o olhar dos convi-



dados e harmonizar as cores com o tema da festa, além de destacar detalhes importantes da decoração como arranjos de flores, cortinas de voil, mesa do bolo e outras atrações.

Iluminação de cortinas voil

Uma das técnicas de iluminação cênica que sempre dá um efeito legal é a iluminação de cortinas de voil com o ponto de luz no chão direcionado para o teto. Preciso dizer que na maioria das vezes o tecido é branco e a cor quem define é o canhão de luz, faremos disso mais a frente.

Efeitos de Iluminação

Os efeitos com luzes - se usados de forma criativa - elevam o nível da sua decoração e você ainda economiza um bom dinheiro evitando a compra ou aluguel de cenários mirabolantes.

ELIZA DECORAÇÕES
Festas | Eventos | Casamento | 15 anos

TUDO PARA SUA FESTA!
Realizamos sua festa com todo **Encanto e Magia**

Foto Presença | Papel de Arroz | Docinhos
Foto Lembrancinhas | Banner | Trufas e muito mais

Trabalhamos com papel **Arroz**

51 **3061.8062** | **9675.2044** | **8628.3633**

encanto Bebês Locação de Brinquedos

- Especialidade em diversão para bebês até 3 anos;
- Brinquedos da marca Fisher Price;
- Organizamos um ambiente muito aconchegante e divertido na festa do seu bebê;

Reservas: **3318.6967** | **9159.8028** | **9159.7812**

encanto Bebês

Atacado MARONAS

II FEIRÃO DE BRINQUEDOS
do Atacado Marona's **04 A 08 OUTUBRO**
das 9h as 18h

Rua Arroio Grande, 353 | Cavallhada - POA/RS
Fone: 51 3249.1318 | 51 3249.9074 | 51 8585.4450
Atacado Maronas - vendas@atacadomaronas.com.br
Preço baixo e Atendimento personalizado!

Espaço para Eventos
Casamentos | 15 anos | Formaturas
Festas Infantis/Empresariais
3249.1602 / 9908.9972
Rua Frederico Etnzberger, 700 - Bairro Nonoai

O Kasarão do samba
Música ao vivo
Rua Frederico Etnzberger, 700 - Bairro Nonoai

3907.0761
9150.6100

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**

TERCEIRA **LA BIONDA**
O SOM DA PEGADA

Aniversários
Casamentos
Formaturas
Festas em Geral

SOM LUZ TELAÔ **SOM LUZ TELAÔ**

8553.6320 / 9178.3620 www.3labionda.com.br
Rua Frederico Etnzberger, 700 - Bairro Nonoai

Conheça nossos serviços:

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

Esperamos por você!

Brutos & Cia

facebook.com/PetShopBrutos
Tele-busca: **3557.7548 e 8505.7548**
RUA ENGENHEIRO JORGE PORTO, 640/SALA 104
IPANEMA - POA/RS

AS Agropecuária Sentinela

(51) 3245.3495
Pratique sua atividade!

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

Av. Cécilio Monza N. 10735 - Bojém Novo - Porto Alegre/RS

AGROVET | WINDY | BIRRO | AGR | TUDO PARA O CAMPEÃO | AGRICOLA

KREFTA VET CENTER



Centro de Saúde Animal

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

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

51 3737.3235
51 9112.3235
51 8610.9057

Confira Promoções de Inauguração!

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

Agrocenter Coldebella

Qualidade, Preço e Bom Atendimento

Venda de pintos

Vestuário | Mudanças | Rações | Medicamentos

3258.1108 / 8104.8785

ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA/RS

Cachorro obeso? Hora de fazer exercícios!



A maioria de nós, humanos, vive lutando contra a balança e costumamos não gostar de ter uns quilinhos a mais. Mas você sabia que os cachorros também não gostam? Nossos cães também não se sentem bem quando estão acima do peso.

Como identificar um cachorro obeso?

Igual como sabemos que uma pessoa está acima do peso: no olhar é bem fácil. Se você perceber que seu cachorro é de uma determinada raça ou porte e que ele é bem diferente dos demais, além de ter menos energia para a idade, cuidado! Seu cachorro está acima do peso ideal para ele.

Hora de fazer exercícios

Fazer um programa de exercícios é o melhor método de fazer o seu cachorro emagrecer de um jeito saudável. Que os cachorros precisam de fazer

exercício regularmente, não é segredo para ninguém. Além de melhorar a musculatura, uma rotina de exercícios pode fazer milagres com o metabolismo e, consequentemente, com o peso dele.

Não precisa ter pressa, vamos com calma: comece com poucos minutos ao dia, e depois vá aumentando a frequência e o desafio. Para começar, fazer caminhadas leves é uma boa ideia. Aos poucos, comece a aumentar as distâncias e, com o passar dos dias, aumente a frequência com que ele se exercita. Quando você perceber que o seu cachorro já está habituado com os exercícios, vale até dar uma corridinha (SEMPRE consultando um veterinário hein!).

Ah, e para ajudar a atingir o objetivo mais rápido e melhor, evite perder tempo, por exemplo: não permita que seu cachorro fique farejando todo mundo, mantenha sempre o ritmo e a atenção dele.

Outra ótima dica é brincar dentro de casa mesmo. Tente jogar os brinquedos favoritos e sempre pedir para que ele sente antes de te devolver. Exercício e truque ao mesmo tempo! E por que não aproveitar essa chance incrível e começar a acompanhá-lo durante os exercícios? É uma oportunidade de vocês ganharem qualidade de vida e passarem um tempo muito gostoso juntos. Garanto que você se sentirá muito mais motivado (a) para trabalhar, se exercitar, enfim, para tudo, depois que começar a se exercitar de uma forma saudável e muito, muito, mas muito gostosa junto de quem te ama!

O sucessor do Blu-ray



O que a nova especificação faz, basicamente, é adicionar compatibilidade à resolução 4K em mídias Blu-ray – precisamente, 3840x2160 pixels. O padrão também traz suporte a uma gama maior de cores e pode trabalhar com taxas de até 60 quadros por segundo.

Tem mais: o Ultra HD Blu-ray suporta a tecnologia High Dynamic Range (HDR), os padrões de áudio DTS:X e Dolby Atmos, além de um recurso opcional chamado Digital Bridge que permite ao usuário visualizar o conteúdo do disco em diferentes dispositivos (tablets, smartphones, entre outros).

A intenção da BDA é aproveitar o lento, mas constante crescimento do segmento de televisores 4K. Serviços de streaming, com destaque para a Netflix, estão aumentando aos poucos a oferta de vídeos com essa resolução, portanto, demanda não falta.

Como nem todo mundo quer ou pode contar com uma conexão à internet para streaming em 4K (essa resolução exige, pelo menos, 15 megabits por segundo para funcionar bem), o Ultra HD Blu-ray deve encontrar algum espaço no mercado.

Bom, é o que a BDA espera. Não há dúvidas de que o Ultra HD Blu-ray tem potencial para te fazer virar a cara para vídeos com resoluções menores, mas há alguns pontos que podem atrapalhar os planos.

Para começar, existe o fator custo: o novo padrão exigirá discos com capacidade de 66 GB ou 100 GB. Essas unidades têm, respectivamente, duas e três camadas para armazenamento de dados, consequentemente, não serão baratas.

Além disso, você terá que trocar o seu player, já que, com uma possível exceção ou outra, os reprodutores atuais não serão compatíveis. Samsung e Panasonic estão entre as companhias que já estão trabalhando nisso. Esses aparelhos, vale frisar, também serão compatíveis como discos Blu-ray “normais”.

GMSINFO

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

Formatação com recuperação total dos dados

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

Empresa especializada em atender Empresas e Contadores.

Garantindo as Melhores Soluções!
Venha Comprovar!

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

Ponto do eletrônico



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

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

multimarcas

CELULARES



Assistência técnica autorizada LG

Especializada em:

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

Fone: (51) 3333-6666

Av. Protásio Alves, 666 - Rio Branco

Sétimarte
Game & Video

www.setimarteloja.com.br

Games Incríveis - Manutenção de Consoles e Controles - Melhores Filmes

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

Fones: 51 3779.8618 - 51 9297.4535

Aceitamos todos os cartões - temos máquina móvel

AV. JUCA BATISTA, 4678 #setimarteoficial

Software para gestão de sua empresa

- ➔ Gerenciamento de Lojas
- ➔ NF-e Nota Fiscal Eletrônica
- ➔ Controle de estoque
- ➔ Gerenciamento de pedidos
- ➔ Financeiro (Pagar/receber)
- ➔ Caixa/Cupom Fiscal

Solicite um orçamento para sua empresa

☎ 51-93203067

www.jefistemas.com.br

E-mail: info_jefferson@yahoo.com.br



**IMPERMEABILIZAÇÃO - TELHADOS - ELÉTRICA
PINTURAS e REFORMAS EM GERAL**

Professional com registro no CREA-RS *Pagamento Facilitado*

*****Serviços de Qualidade e com Garantia*****

(51)8645.5946 e 9934.3578 | augustoarochoa83@gmail.com



EXECUTIVA DO LAR

Limpeza de casas,
apartamentos,
prédios e
empreendimentos

Ligue e fale com a Luciana!

T: 8917.1298 | 8052.5689 | 9864-1233

Pereira

Lavanderia Industrial

**Lavamos
Cobertores
Edredons
Tapetes**

Tele Busca e Entrega

Gratuita

3245.3528 / 9235.5388

Tecno - Split



Conheça nosso trabalho no facebook
E-mail: tecnosplit.tecnosplit@gmail.com

Casa 7.000 a 18.000 BTUs R\$ 280.00

Apto. 7.000 a 18.000 BTUs R\$ 320.00

Instalações em cobre 3 m

Fernando

(51) 9274 - 8857

(51) 3425 - 0432 | (51) 8021 - 3500

Mister Máquinas

ASSISTÊNCIA TÉCNICA

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



51 8050-9800

JB SERVIÇOS

(51) 9293.1206

(51) 8548.9828

**CONCERTOS E INSTALAÇÕES ELÉTRICAS E HIDRÁULICAS
VÁLVULA DE DESCARGA - TORNEIRAS - REGISTROS**

Água Quente e Fria - Vazamentos em Geral - Desentupimentos
Pinturas - Fiação - Disjuntor - Ventilador de Teto - Chuveiros

24H Orçamento sem Compromisso - Serviço com Garantia
DOMINGOS e FERIADOS

JORGE BARROS - Técnico Responsável - CNPJ 12.489.766/0001-60
ACEITAMOS CARTÕES DE CRÉDITO | Atendimento toda Porto Alegre

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.



8142.6232 | 8471.7074 com Alex

9940.9565 | 8529.5733 com João

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros



Construtora Carvalho Waldir

9412.7920

8549.5426

9782.9495

Consulte nossos
orçamentos



Alvenaria - Hidráulica - Pinturas - Reformas, etc

DA FUNDAÇÃO
AO TELHADO



FRETES VIEGAS GUIADO POR DEUS

3258.5059 **9701-6308**vivo
9502.9898vivo **8432-9151**

Jardinagem
 Manutenção em Geral

Limpeza de Terreno
 Limpeza de Caixa de Água
 Podas de Árvores

Osmar - Cel.: 9284.8968
 Rua F nº 181 - Serraria - POA/RS

Mestres da Restauração
 Especializado em reparos e restaurações residenciais em geral. Fino acabamento.

Faça um orçamento sem compromisso!

Luiz André Martins da Rocha

☎ 51 9849 8446 📞 | 51 8415 2173 📞

Tudo posso naquele que me fortalece. Filipenses 4:13

JR
 Entulhos

Limpeza de entulhos de residências, obras e etc.

Johnny
 9369.0832 📞
Junior
 9696.8907 📞

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

Orçamento gratuito

GESSO ZONA SUL

Foos | Restaurações
 Sancas | Acartonados

☎ 9818.4666 | 8622.6661 📞

***Leandro**
 📞 8947.5844 📞 8461.6108

LGS
 Pinturas & Reformas

Serviços:

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

Orçamento Gratuito

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

Aceitamos:



CLIMA RS
 Refrigeração e Climatização

Instalação | Manutenção
 Higienização | Venda

☎ 9274.6392
 📞 9589.0662
 📞 8456.1855
 📞 8320.7737

www.facebook.com/climars climars.split@gmail.com

DANER ELÉTRO MOTORES
 Comércio Manutenção Ltda - ME

ASSISTÊNCIA TÉCNICA

TRAPP
DEG
VITEC

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

Mimano
 tabacaria

Tabacaria | Charutaria
 Head Shop
 Chip e recarga de celular
 Presentes alternativos
 Bebidas
 Xerox

(51) 3219.6361
 Av. Azenha, 1377 Loja 2

Lookbel

Cosméticos Profissionais

KIMURA

professional hair

40 DIAS
0% frizz

ALTO IMPACTO DE BRILHO
EFEITO LISO NATURAL



40 dias Blond com óleo de OJON
restaura o tom dos cabelos
descoloridos e louros e neutraliza os
amarelados, deixando platinados.



**40 dias com óleo de
ojon e vitamina E.**
Para todos os tipos de
cabelo controlando o frizz

CRISTÓVÃO COLOMBO, 1326
TELEVENDAS **3028 1878**
(51)

www.lookbel.com.br

EDGAR PIRES DE CASTRO, 1550-1
TELEVENDAS **3237 1878**
(51)

[facebook/lookbel](https://facebook.com/lookbel)

8129 4981

Studio Art



Cortes
Masculino
Feminino
Infantil



[studiooart](https://facebook.com/studiooart)

8525-5537 Fernando **8403-7334** Angela

9756-8491 Thasiane

Rua Ten. Arizoly Fagundes 2290 - prox. Mercado ABC

SEJA UM CONSULTOR

na sua cidade



por apenas **99,90**

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

Contato:
51 3022.2802 / 8444.2802

RACCO
Você merece Faltá Póss.

cosmobel

BEAUTY STORE



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

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

Fone: 3084.1020

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

ROUPAS COM PROTEÇÃO SOLAR
Chapéu, Camiseta, Calça, Casaco, Luva



UV LINE
UV PROTECTION



FAIXA ANTI-RONCO



Bermuda Anticelulite
Melhora a circulação
ANVISA Nº 80104760003



Camiseta

Alivia a dor lombar
ANVISA Nº 80104760005

Para dor no punho

Alivia a dor
ANVISA Nº 80104760005



(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 TELENTREGA**

Haiss
Moda Íntima

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

Atacado & Varejo

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

Studio Black
Cabeleireiros

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

Antônio Mazzaferro Neto, 149 - Moradas da Hípica

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

Ky Corte

Cabeleireira Unissex
Maquiagem Definitiva
Progressiva
Unhas Decoradas
Depilação
Relaxamento
Definitiva

51 3241 9080 /
8435 0025

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

Para que serve a gasolina aditivada?



Quando vai abastecer seu carro, você escolhe gasolina comum ou aditivada? Você sabe a diferença entre esses dois tipos de combustíveis vendidos no Brasil?

Muitas pessoas não entendem qual é a função da gasolina aditivada. Por isso, vamos explicar aqui os benefícios dessa gasolina. Confira:

Em primeiro lugar, é preciso dizer que a gasolina aditivada é mais cara. Ela é um combustível de melhor qualidade, que recebe aditivos detergentes e dispersantes, que ajudam a limpar o sistema de combustível do carro.

Na prática, a gasolina aditivada serve justamente para melhorar o funcionamento do sistema de alimentação do combustível, limpando os bicos injetores e as válvulas de admissão. Segundo a Agência Nacional do Petróleo (ANP), o uso da gasolina aditivada é especialmente indicado nos deslocamentos dentro dos centros urbanos, onde os motoristas andam e param a todo momento. Já na estrada, a gasolina comum é melhor!

A única diferença entre a aditivada e a comum é o aditivo. No quesito octanagem, os dois combustíveis são iguais.

Sendo assim, a finalidade da gasolina aditivada é limpar as estruturas que ficam em contato com o combustível, como bicos injetores, válvulas, cabeçote e carburador. O motorista também pode optar por misturar as gasolinas aditivada e comum no uso cotidiano.

Lavar o motor do carro pode danificá-lo?

Se você já ficou em dúvida se deveria ou não lavar o motor do carro, saiba que essa prática é prejudicial e pode danificar o sistema do veículo. Os carros modernos têm uma série de componentes eletrônicos que podem ser estragados pela água.



No passado, os motoristas costumavam lavar o motor dos carros porque eles eram mais simples e rústicos. Hoje, as montadoras não recomendam essa prática nos veículos modernos, que apresentam eletrônica embarcada.

A água é prejudicial principalmente para o sistema de injeção eletrônica. A limpeza excessiva do motor pode danificar componentes eletrônicos e fazer com que o carro não ligue depois da lavagem.

Lavar o motor do carro também pode prejudicar a bateria e o alternador, além de gerar contaminação no reservatório de fluido de freio. Se for extremamente necessário limpar o motor, é indicado que o motorista use apenas um pano úmido.

Como repassar financiamento de carro ou moto?

Repassar veículos é um processo simples. De uma forma geral, basta procurar o banco ou financeira e negociar o repasse para uma pessoa disposta a assumir a dívida.

Para repassar o veículo é preciso encontrar uma pessoa que tenha interesse em ficar com o carro financiado e que conte com crédito aprovado pelo banco. As financeiras costumam pedir provas de renda para saber se a pessoa que vai assumir o financiamento tem condições de honrar com o contrato.

Os comprovantes de renda exigidos são declaração de movimentação bancária (3 últimos extratos), holerits, imposto de renda ou Declaração de Renda (DECORE). Para que o financiamento do veículo possa ser repassado para outra pessoa é necessário que o veículo não tenha débitos, como multas, IPVA, DP-VAT, licenciamento e Inspeções. Outro ponto importante é que o carro ou moto não tenha débitos com o banco ou a financeira.

A transferência é um processo rápido e permite um novo cálculo para as parcelas, de acordo com as necessidades do novo dono. Geralmente, a taxa para a transferência fica em torno de R\$ 400,00.



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

A melhor maneira de usar amaciante de roupa



Tem coisa melhor do que pegar uma peça de roupa e ela tá supermacia e cheirosa? Não, né? E para ter um resultado melhor ainda, escolhe-

mos algumas dicas que vai te ajudar.

1. Em vez de jogar o amaciante diretamente nas roupas e ter a chance dele manchá-las, coloque-o no compartimento da máquina, para que ele seja liberado no momento certo.

2. Se a máquina não tiver o compartimento, não tem problema. É só esperar o último enxágue das roupas e colocar o amaciante.

3. Se for lavar as roupas na mão, uma dica é encher o tanque ou um balde e colocar a medida do amaciante. Depois que lavá-las normalmente, pode colocar de molho por alguns minutos e depois enxaguar.

Talheres iguais aos da rainha



Para acabar com tudo isso e deixar seus talheres como novos, é só esfregar energicamente nele 1/2 cebola polvilhada com açúcar. Os talheres ficam tipo os da Rainha, novinhos!

E pra tirar o cheiro de cebola das mãos, nada de sair esfregando sabão, detergente ou afins. O grande lance é só deixar as mãos embaixo da torneira aberta por um tempinho, sem esfregar. O cheiro sai totalmente.

Borrachinha do liquidificador sempre cheirosa

Sabe quando a borrachinha fica com aquele cheiro desagradável? Coloque-a de molho em detergente e um pouco de vinagre. Deixe por um dia, e tchanam! O cheiro some!

Comercial KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

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

(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773

e-mail: comercial@knetig.com.br

Decore Vidros

Solução em Vidros




SUPER PROMOÇÃO

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

PARCELAMOS EM ATÉ 3x

no cheque ou nos cartões:



F. (51) 3237-5707 | @ 8622-4382 | decorvidros2011@hotmail.com

Rua Ilhéus, 295 - Vila Ipiranga - POA/RS | www.decorvidros-rs.com.br



Hart

MANUTENÇÃO PREDIAL

GARANTIA DE ATÉ 5 ANOS

ESPECIALIZADA EM REFORMA DE CONDOMÍNIOS

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

ORÇAMENTO GRATUITO (051) 3574 2738 / 9295 9326

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

CORTINA Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral

Manoela

 51 9251.5881  51 9957.9195

 cortina.sobmedida@outlook.com  Cortina Sob Medida



SERRALHERIA RODRIGUES

Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

Portas | Portões | Grades | Janelas

Cercas Elétricas | Escadas | Estruturas Metálicas

Alarmes | Câmeras | Concertinas






Atendemos Porto Alegre e Grande Porto Alegre

Aceitamos cartões de crédito em 3x



Ligue e peça orçamento gratuito

51 8411.1151  | 8413.7291

3246.3902

Av. Lami, 1650 - Belém Novo

E-mail: serralheria.rodriguez@hotmail.com

Acesse nosso site: www.gruporodriguesrs.com.br

Como fritar qualquer coisa sem sujar o fogão com óleo

Vamos te ensinar uma dica para fritar sua carne sem pipocar óleo, nem sujar o fogão e ainda deixar o alimento mais dourado e apetitoso. Você nunca mais vai perder tempo limpando gordura.

Passo a Passo

Ingredientes:

- Bifes (pode ser ovo, bisteca ou outros alimentos que possam ser preparados fritos)
- Óleo para fritar
- 1 colher de sopa de Farinha de Trigo

Como fazer:

1. Coloque o óleo na frigideira e acenda o fogo.

2. Em seguida coloque a colher farinha de trigo. Não precisa ser muito cheia.



3. Misture a farinha com o óleo.



4. Devido a alta temperatura, a mistura vai ganhar uma corzinha dourada. Esse é o ponto certo.



5. Agora pode colocar o bife para fritar. Se for colocar uma maior quantidade de bifes é só repor a farinha de trigo, da mesma

maneira que terá que repor o óleo.

6. Você vai notar agora que, magicamente, seus braços não estão sendo atingidos por gotinhas de óleo



quente, e também que seu fogão continua limpinho, sem uma sujeirinha de óleo.



Pode ficar tranquilo que realmente não pipoca nada de óleo e o bife fica um pouco mais crocante e bem mais dourado.

o bife fica um pouco mais crocante e bem mais dourado.

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) 8598.5949

E-mail: ledextintores@outlook.com (51) 9384.4354

Prolar Consertos

ORÇAMENTO GRATUITO

Peças e acessórios

BRASTEAP
Continental
enRota
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

Estr. João Antônio da Silveira, 180 - Porto Alegre

CONSÓRCIOS - MELHOR QUE SONHAR É REALIZAR

Para compra, troca ou investimento

Seu carro semi novo ou zero a partir de R\$ 343,89 mensais

Sorteio, lances livres e fixo, seu usado vale como lance!



Para compra, reforma ou construção

Seu imóvel a partir de R\$ 573,25 mensais

Sorteio, lances livres e fixo, use seu FGTS para lance diminuindo as parcelas após contemplação.



Sertório, 2499 GUAIBACAR!

Contatos: (51) 3027-2000 ramal 2472 ou 9183-0242



TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO

CFTV

CIRCUITO FECHADO DE TV

(51) 3392-9867

VIA INTERNET

Monitore você mesmo seu patrimônio pelo celular, tablet ou computador.

SEM MENSALIDADE

Instalação e manutenção .
Câmeras de vigilância SD e HD.

ORÇAMENTO GRATUITO



(51) 9795-5014

www.stainformatica.com

comercial@stainformatica.com

A Psicopedagogia e a Educação Inclusiva - "Saberes para superação das Dificuldades De Aprendizagem"



Partindo de um princípio que a educação inclusiva não é uma tendência e sim uma realidade que vem assegurar a todos uma igualdade de ensino e qualidade, a psicopedagogia tem um importante papel que objetiva a assistência aos alunos que

apresentam dificuldades no processo de aquisição do conhecimento, ou seja, no processo da construção da aprendizagem.

Vale ressaltar, que o diagnóstico e intervenção a inter-relação da família, da escola e principalmente dos professores é muito importante, pois fazem parte do mundo afetivo e social da criança, e o psicopedagogo no processo de intervenção tem como objetivo compreender a criança, afim de colocar-se no meio, fazendo uma parte entre a criança e seus objetivos de conhecimentos.

Durante a avaliação psicopedagógica, o especialista realiza algumas atividades, como: observação, análise do histórico familiar, bem como testes, jogos e brincadeiras,

além da conversa com educadores e familiares.

Através do processo avaliativo, o psicopedagogo elabora um plano de intervenção, para auxiliar o educando em sua produção escolar, oferecendo ao mesmo condições para o desenvolvimento de suas potencialidades cognitivas.

Terezinha Dinamar Santos
Psicopedagoga Clínica e Institucional
Contato: (051) 8482-5288


PSICOPEDAGOGIA
Av. Cavalhada, 2360 sala 230
Bairro Cavalhada

Terezinha Dinamar dos Santos
Psicopedagoga Clínica e Institucional
Seu filho está com dificuldades na escola?
Tratamento individualizado com estratégia de aprendizagem

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

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z


IAM
Instituto de aprendizagem musical - RS
Rio Grande do Sul

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

Aulas de:
• Violão • Guitarra • Cavaço • Teclado
• Contrabaixo • Bateria • Percussão
• Técnica Vocal • Acordeão • Teoria e Solfejo

**MEDO DE DIRIGIR?
INSEGURANÇA?
FALTA DE PRÁTICA?**

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


MEDO DE DIRIGIR NUNCA MAIS!

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

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

ANDRÉ
(51) 3019.4442 / 9211.2212 


Amiguinhos do Cristal
Escola Infantil

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

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

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




Escola de Educação Infantil 


"Meu Cantinho"

MATRÍCULAS ABERTAS!!!

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

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

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



Sommelier, conheça a profissão



O Sommelier é o profissional responsável pelas bebidas (principalmente, mas não unicamente, vinho) no estabelecimento, que pode ser um restaurante, bar ou um comércio - loja ou importadora de bebidas.

A palavra Sommelier vem do francês. Em resumo, o carroceiro dos castelos e palácios, que, por transportar as pipas de vinho, acabou sendo incumbido de provar seu conteúdo antes que fosse servido aos Reis e nobres.

Sommelier, conheça a profissão O Sommelier é o profissional responsável pelas bebidas (principalmente, mas não unicamente, vinho) no estabelecimento, que pode ser um restaurante, bar ou um comércio - loja ou importadora de bebidas. A palavra Sommelier vem do francês. Em resumo, o carroceiro dos castelos e palácios, que, por transportar as pipas de vinho, acabou sendo incumbido de provar seu conteúdo antes que fosse servido aos Reis e nobres. Quando da popularização dos restaurantes em Paris, no final do séc. XVIII, convencionou-se que quem trazia ou transportava o vinho ficava com a obrigação de prová-lo, não só pelo motivo exposto acima, mas também para garantir se o produto era de boa qualidade. Assim, paulatinamente, nasceu a profissão como é conhecida hoje; o Sommelier é responsável pela escolha, compra, recebimento, guarda e pela prova do vinho antes que seja servido ao cliente. Recentemente a profissão foi regulamentada no Brasil, através da Lei 12.467, de 26 de agosto de 2011, reconhecendo a importância desse profissional no setor de alimentos e bebidas.

Como é o dia a dia da profissão?

Sempre de muito trabalho, mas a rotina dependerá do lugar onde o profissional trabalha, que pode ser um restaurante, bar, hotel, navio, loja especializada ou importadora, entre outros.

Como está o mercado de trabalho para o Sommelier?

Em franca expansão. O mercado nas capitais, locais turísticos e cidades médias é maior. Nas cidades pequenas do interior do país, o campo ainda é restrito.

MIX-BAZAR
utilidades & presentes

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

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

ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES
Alipay WeChat Pay

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 lojaipoa@luzevida.com.br

CANOAS: Av. Guilherme Shell, 6750 Fone: (51) 3059 0602 lojacanoas@luzevida.com.br

AGROFLORA
Ungaretti

51 3095.2206

Rua Tenente Arizoly Fagundes 100 lj 7
Bairro Restinga

Chavesul
BIG VILA NOVA Chaveiro

24 HORAS

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

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

(51) 3241.6376
(51) 9404.9594
(51) 8244.3743

Serralheria Ferreira Ferro



Artesanato em ferro forjado

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

Castelhano:

51-3245.5489 / 51-8144.7965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema



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

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) 8550.0655

O que é importante numa calçada?

- Garantir superfície firme, regular e não-es-corregadia sob qualquer circunstância. Lembran-do que esse passeio deve permitir livre circulação de cadeirantes;

- Ser resistente a carga de veículos e ter du-rabilidade maior do que cinco anos;

- Ser de fácil substituição. Se for necessário algum reparo, não poderá haver remendos mal feitos ou saliências na superfície;

- Os materiais que revestem as faixas de aces-so e serviço, sempre que possível, devem ser per-meáveis, para ajudar na drenagem da água;

TUDO PARA SUA CONSTRUÇÃO E REFORMA

HORÁRIOS
Seg à Sex: das 8h às 12 e das 13h30 às 18h
Sábado: 8h às 17h - sem fechar ao meio dia

weber quartzolit | LASCERBA | JIMO | TIGRE | FORTLEV | Votorantim Cimentos

www.dauge.com.br

Av. Eduardo Prado, 1250
3245 1177 - 3245 1008 - 3245 1376

Av. Otto Niemeyer, 1229
3268 5955 - 3268 5909 - 3268 5775

Dauge no Whats

Loja Eduardo Prado (51) 8202.0777
Loja Otto Niemeyer (51) 8202.0664

Os 5 problemas mais comuns em uma reforma

1) Falta de planejamento – Este é o principal problema em uma reforma, já que a falta de planejamento acaba gerando consequências que podem ser graves. Para não haver surpresas durante a obra, o projeto, orçamento e cronograma devem ser estabelecidos previamente.

Quando não há planejamento, a reforma começa sem o morador ter ideia de quando ela vai acabar e aí a obra não termina nunca. É preciso um planejamento financeiro, além de organizar uma lista dos materiais que deverão ser adquiridos.

2) Ausência de profissionais – Um dos erros mais comuns é reformar a própria residência sem contratar um profissional do segmento. O auxílio de um especialista como arquiteto ou engenheiro pode ajudar a prever determinados problemas que podem ocorrer no meio do caminho.

Quando se começa a quebrar as paredes, é possível que surjam imprevistos, como o aparecimento de uma coluna. Em imóveis antigos, nem sempre

elas estão identificadas na planta.

3) Compra de materiais – A oferta de materiais de construção é grande no mercado e a falta de conhecimento técnico pode fazer o idealizador da obra comprar gato por lebre.

Algumas pessoas optam por materiais mais baratos pensando que estão economizando, ou então compram o mais caro por achar que o preço denuncia uma melhor qualidade. Tanto um quanto o outro podem deixar o comprador no prejuízo.

4) Referências – Mesmo quem não tem condições financeiras de contratar um arquiteto ou engenheiro não deve se esquecer de medir o espaço disponível da residência. É preciso tirar referência de algo que já existe para minimizar as chances de erros.

5) Entulho – Um dos problemas de não deixar ninguém de confiança supervisionando uma obra é a sujeira que os trabalhadores podem deixar no local.



Consertos:

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

(51) **3246.4489 / 8455.3561**



FERRAGEM
RECONS

TINTAS | CONSTRUÇÃO | DECORAÇÃO

ELÉTRICA | ILUMINAÇÃO

PLUMBAGEM | HIDRÁULICA

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

João Antônio da Silveira, 2600 - Restinga
PRÓXIMO AO FIM DA LINHA DO GIBRIS RESTINGA - 209

(51) **3062.5704**



escadas Pereira
Soluções em Madeira

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



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



Nelson Reformas

pequenas coisas fazem a maior diferença

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

(51) **3232-5669 e (51)9899-9901**
www.reformasnelson.wix.com/nelson
E-mail: reformasnelson@gmail.com



SANTARÉM
arte em madeira

decks - pergolas - móveis de demolição - decoração

Madeira tratada

Eucalipto serrado e TRATADO para telhado

deck de pinus * R\$ 48,00 m²

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



**LIVRARIA
CASA DO ADVOGADO**

Há 20 anos servindo a comunidade jurídica.

**Livros Jurídicos: Didáticos,
Profissionais
e Concursos.**

(51) 3286.2593 (51) 3286.3602

casadoadvogado.com.br

🏠 Riachuelo, 1293. Porto Alegre/RS - Cep: 90010-271
🏠 Celeste Gobatto, 150. Porto Alegre/RS - Cep: 90110-160

Pereira
Lavanderia Industrial

**Lavamos
Cobertores
Edredons
Tapetes** **TeleBusca e Entrega
Gratuita**

3245.3528 / 9235.5388 

DANER ELÉTRO MOTORES
Comércio Manutenção Ltda - ME

ASSISTÊNCIA TÉCNICA







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

Liz Ferreira Meira OAB/RS 54.457

TRABALHISTA
Reclamatória Trabalhista, Acidente de Trabalho.

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

FAMÍLIA
Divórcio, Alimentos, Inventários Judiciais e Extrajudiciais.



Av. Otto Niemeyer 2751, sala 201 - Cavalhada - POA
3022.8997 8193.6337 (Tim) 
www.ifmadvocacia.com.br


IMPACTA
PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIOS

PPCI
EQUIPAMENTOS
TREINAMENTOS
MANUTENÇÃO

51.3019.9333 - IMPACTA@IMPACTA.IND.BR
AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 1940 L2 - POA

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

DIREITO DO TRABALHO
INSS CONSULTA
DIREITO DE FAMÍLIA GRATUITA
DANO MORAL

Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS
(51) 3226-0303 / 3013-1928 / 9875-0370
almirsarmento@hotmail.com

**VENDO LINGERIES DE ÓTIMA QUALIDADE
COM UM PREÇO BEM ACESSÍVEL
NOS TAMANHOS P, M, G, GG**

Calcinhas Conjuntos
a partir de **R\$ 10,00** a partir de **R\$ 36,00**

com Adriana 
51 8491-3404




**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

Dicas de livros

A CULPA É DAS ESTRELAS

Se você não quiser chorar enquanto lê, melhor escolher outra opção. O bestseller, sucesso em 2013, é inspirador, corajoso, irreverente e brutal, A culpa é das estrelas é a obra mais ambiciosa e emocionante de John Green, sobre a alegria e a tragédia que é viver e amar.





Piadas

Sogra

Por que Adão não tinha sogra?

Resposta: Porque vivia no paraíso...

Três pedreiros foram na praia

Pra curtir as férias, três pedreiros foram na praia.. Mas não durou muito, porque rapidinho eles perceberam que só faltava o cimento naquela

mistura!

A Mentira

O Menino vem correndo e diz à mãe:

- Mãe, você é uma mentirosa!
- Mais por que você diz isso meu filho?
- Você disse que meu irmãozinho era um anjo!! Eu joguei ele pela janela e ele nao voou...

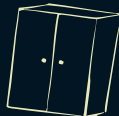
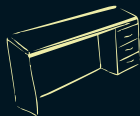
PETROLI

MÓVEIS PLANEJADOS

planejados@petroli.art.br
maiconpetroli@yahoo.com.br

www.petroli.art.br

8515.2220 Rua Dorival Castilho Machado, 323 - Hípica



PG TOLDOS
Indústria & Comércio

3022.3653
9720.4923

Dr. Barcelos, 1660
Tristeza - POA/RS

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

www.pgtoldos.com.br

Brick do Dirceu
COMPRA - VENDE - TROCA
FAÇO FRETES

8535.3964
8022.2452

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

SERRALHERIA E FUNILARIA
CALDEIRÃO

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

3258.6646 / 8524.5563 / 9373.4863

Serralheria e Funilaria Caldeirão
Av. Eduardo Prado, 1731 - Ipanema - Porto Alegre

UF Lavagem e Estacionamento

3325.3050
8938.7110

DIÁRIA
R\$ 14,90

LEVA - TRÁZ
AEROPORTO

24HS

AV. CEARÁ, 128

FUNILARIA PADRE RÉUS

Calhas - Algerosas - Rincão
Coifas - Canos - Capas

Luiz Gabriel
Fone: (51) 9698.9274 Fone: (51) 9162.1662

Av. Juca Batista, 2276 - Hípica - Porto Alegre - RS

EMPALHADOR

ORÇAMENTO sem compromisso!
Buscas e entregas gratuitas em Porto Alegre e Grande Porto Alegre

NATURAL | Thonart | Sintéticos

Empalhador Marcelo
3443.2477
8622.8910

www.empalhadorportoalegre.com.br



Casa De Oxalá



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

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

ENTENDA UM POUCO DE NOSSOS ORIXÁS

Quando precisamos de ajuda e vamos buscá-las em uma casa de religião, seja para qualquer tipo de problema, precisamos ter o mínimo de conhecimento, e saber em que tipo de força estamos nos envolvendo e quem está nos ajudando. Todos nós somos regidos por um par de orixás pai e mãe, para saber quem nos rege somente consultando ifá (búzios) e da mesma forma para saber o que precisamos fazer para conseguir alcançar nossos objetivos.

Orixás e seus poderes:

Muito do que se diz em respeito dos orixás é de forma negativa e pejorativa, levando a crer que são entidades demoníacas... Mentira! Nossos orixás são fluidos densos da natureza e de suas forças cósmicas. Cada orixá tem sua obrigação e finalidade em nossas vidas, abrangendo o todo. Mais como isso acontece?

No panteão africano existem 12 forças da natureza que são:

Bara: (Santo Antônio ou São Pedro) dono dos caminhos da terra, senhor do destino e mestre que carrega a chave de todas as portas do universo.

Ogum: (São Jorge) dono e senhor do ferro e todos os tipos de metais... Das lutas e demandas, com ele conseguimos ganhar nossas guerras internas e materiais.

Oyá: (Santa Barbara) dona dos ventos, do teto, da

moradia da construção, ela é que nos traz a boa colheita em nossas vidas.

Xango: (São Miguel arcanjo) nosso grande professor e sábio, ele carrega a força da justiça, palavra e aconselhamento, conhecedor dos mistérios da vida.

Odé e Otim: (São Sebastião) senhor das matas e seus mistérios, a força da caça, o que busca o alimento

Obá: (Santa Catarina) a senhora da roda da vida que trás e leva...

Ossanha: (São Cristovam) o senhor das curas, das folhas o médico em nosso panteão

Xapanã (São Lázaro) aquele que carrega a peste...e o mesmo a controla

Oxum: (Nossa Senhora Aparecida entre outras) regente dos rios. Padroeira das crianças, dona da beleza, ouro e vaidade...senhora da fertilidade

Navegantes: dona dos mares, padroeira da família, comandante da mente, senhora e mãe de todos

Oxalá: (a pomba...divino espirito santo) pai de todos, regente maior. Que traz a misericórdia e a paz .

Como pode perceber não existe problema que não possamos resolver, basta ter fé e acreditar nas forças regidas pela natureza.

Trabalhamos com as bandeiras:



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

(51) 3392.4693 | (51) 9556.5758 | Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre



f Kaianga panos afros

Kaianga Têxteis Afros e Alakás

Os melhores tecidos africanos.

Muito brilho e qualidade!

Venha conhecer nosso espaço.

Parcelamos em até 6x

(51) 3392.4693 | (51) 9556.5758 | Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Agentes causadores da difteria	Ramo da matemática que introduz o uso de letras na ilustração de números	Período de funcionamento de internatos	Comércio de frutas e legumes ao ar livre	Via de circulação de trens
				Tela que separa a torcida dos jogadores
				Stock (?), competição automobilística
Estranho ao assunto	A "lixreira" do mundo, segundo Cousteau		Bebida tradicional das tardes inglesas	
Profundo, em inglês			Roupa de (?): lençol, edredom e fronha	
Débera (?), atriz brasileira				Como é servido o tomate na salada
Carlos (?), rei dos francos (Hist.)	Ave usada em brigas proibidas por lei	Capital de Gana		
		Digitos do CEP		
			Unidade de dose de radiação (sigla)	
Pessoa que participa das Olimpíadas	Mode de agir			
	Porção de bebida			
				Orlando Fantoni, ex-técnico de futebol
Súplica			"O (?) e o Nada", obra de Sartre	A amada de Peri (L.R.)
Ampère (símbolo)				Inflamado
Intenção de quem paga a promessa	Registro Geral (abrev.)	Torcer contra (um time), na gíria		
Epíteto do Botafogo carioca				

BANCO 3/car — ser. 4/acra — deep. 5/magno. 6/alheio. 9/alambrado.



Curta nossa Fan Page!
 facebook.com/JornalGerAmigos
 Notícias diárias da sua região!

Solução

F	B	A	C	T	E
A	L	H	E	I	O
D	E	E	P	C	A
R	L	O	C	H	R
M	A	G	N	O	R
A	T	T	I	T	D
A	T	L	E	T	A
A	R	O	G	O	C
A	G	R	A	D	E
O	G	L	O	R	I



Áries (21 de março - 20 de abril)

O mês de setembro é marcado por eclipses que ativam o setor de trabalho e de saúde dos arianos. É também neste mês que teremos o movimento retrógrado do planeta Mercúrio e o ingresso de Júpiter no signo oposto ao seu. Tudo isso remete à ideia de você retornar projetos de trabalho, se aprimorar no cotidiano em relação às técnicas, métodos e procedimentos que utiliza no contexto profissional. É também um momento marcante para cuidar da saúde e rever o que lhe é essencial.



Touro (21 de abril - 20 de maio)

Amor, criatividade e contato com sua criança interior caracterizam o belo mês de setembro aos taurinos. É a oportunidade de resgatar o prazer nas atividades cotidianas e de se envolver com mais entusiasmo e alegria nas coisas que você quer realizar.



Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)

Uma renovação importante no setor familiar e doméstico dos gêmeiros marca o mês de setembro, em que teremos uma poderosa Lua nova, que será também eclipse. É o momento de você se conectar mais com as suas raízes, passado, de fazer uma autoanálise e de buscar o aprimoramento e o autoconhecimento que lhe capacitem a não mais repetir velhos padrões.



Câncer (21 de junho - 22 de julho)

Comunicação, conhecimentos e aprendizados caracterizam a energia do mês de setembro aos cancerianos. Um mês interessante para você retomar antigas ideias e projetos de trabalho, dando a eles uma energia de aperfeiçoamento, cuidando de pequenos detalhes que podem fazer a diferença. O relacionamento com irmãos e parentes próximos também estará enfatizado ao longo deste importante e marcante mês.



Leão (22 de julho - 22 de agosto)

O mês de setembro inicia com uma interessante Lua nova, que é também um eclipse, no setor de talentos, valores e recursos materiais dos leoninos. Esse eclipse e seu significado se estendem ao longo dos próximos 6 meses, que serão caracterizados por uma renovação na maneira como você expressa as suas habilidades e no que é considerado valioso e precioso. Boas novas materiais e uma confiança maior na sua capacidade de fazer as coisas acontecerem pode ser o diferencial do mês de setembro.



Virgem (23 de agosto - 22 de setembro)

Setembro é um dos meses mais marcantes aos virginianos, já que no início do mês temos uma Lua nova em seu signo, que é também um eclipse, símbolo de novidades e de importantes mudanças ao longo dos próximos 6 meses, mas que serão sentidas intensamente em setembro. É um momento de renovação na vida pessoal e em seus objetivos. O planeta Mercúrio, seu regente, estará em movimento retrógrado em seu signo, o que pede mais calma e consciência em questões do cotidiano. Talvez as coisas não fluam tão naturalmente, mas é para que você priorize a reflexão e a capacidade de se aprimorar gerando novos resultados.



Libra (23 de setembro - 22 de outubro)

Setembro é marcado por dois acontecimentos astrológicos muito significativos. Teremos o ingresso do planeta Júpiter em seu signo, onde permanecerá durante 1 ano, caracterizando um período de progresso e de expansão de horizontes, principalmente no sentido mental, cultural, vinculado a viagens e conhecimentos. Você percebe uma energia de crescimento e de expansão, porém, em setembro, teremos também uma Lua nova e eclipse no signo anterior ao seu, que pede maiores cuidados com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida. É um momento em que você deve fazer um balanço do que ocorre desde o seu aniversário no ano passado para perceber onde houve avanços e o que é preciso abandonar, eliminar e curar.



Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro)

O mês de setembro enfatiza nos escorpianos as amizades, os projetos que envolvem grupos e equipes, o senso de participação na comunidade em que você

vive e os projetos para o futuro. É um momento muito interessante em que você poderá colher resultados de um empenho profissional anterior. É possível que tenha um papel preponderante em relação a determinados grupos e instituições, e isso pode trazer resultados profissionais interessantes.



Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

O mês de setembro inicia com uma Lua nova e eclipse no setor de carreira e de realização dos sagitarianos, indicando que pode haver novidades no trabalho, novos objetivos, ambições e propósitos. Mas também teremos o movimento retrógrado de Mercúrio neste setor, o que indica a retomada de antigas ideias e projetos e a necessidade de você repensar o que realmente significa sucesso, realização e ser uma pessoa bem sucedida. Deverá ter paciência com questões que podem se revelar um tanto truncadas e dificultadas ao longo do mês, mas deve sempre acreditar na sua capacidade de superação.



Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

Espiritualidade, autoconhecimento, viagens e expansão de horizontes mentais e culturais são os temas enfatizados ao longo de setembro aos capricornianos. É uma bela oportunidade de ampliação da consciência e de uma revisão dos seus conceitos, paradigmas e verdades.



Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro)

A prática do desapego, a percepção do que deve ser eliminado, transformado e curado caracterizam o intencional e profundo mês de setembro aos aquarianos. É um momento onde você percebe o que não está funcionando bem, seja em termos físicos, emocionais, materiais ou espirituais. É, sem dúvidas, um mês de alquimia aos aquarianos, e que marca a necessidade de um maior autoconhecimento. Terapias podem ser muito interessantes para você renascer e utilizar de uma forma positiva este mês de desafios.



Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

Relacionamento é um dos temas de maior mudança ao longo de setembro aos piscianos, já que temos uma Lua nova, que também é um eclipse, no setor de relação, parceria e associação. É hora de olhar para os seus relacionamentos e perceber o que neles precisa ser sanado e transformado. É o momento de olhar para as pessoas de uma nova forma e de estabelecer um outro tipo de vínculo e de ligação.



CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:

IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA

Órion Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS

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

(51) 3276.8483

(51) 8294.6374 — TIM (51) 9209.1881 — 3G

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

DETECÇÃO ELETRÔNICA DE VAZAMENTO

HIDRO STOP 

ECONOMIZE ÁGUA

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

8413.6494

AS Agropecuária Sentinela

(51) 3245.3495
 Para você trabalhar!

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

Av. Getúlio Moniz N.º 10738 - Belém Novo - Porto Alegre/RS



MadKasa
 Materiais de Construção

Televendas
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

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

DentoSul
 Clínica Dentária



[f /dentosulrestinga](https://www.facebook.com/dentosulrestinga) www.dentosul.com.br

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

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

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

RF do Farmacêutico André - Clínica geral 020083-0000 - 02/07/2016 12:04

Telas Contra Insetos
Persianas e Cortinas

Instalação Especializada ♦ Conserto
 Lavagem ♦ Manutenção

André Floriano

(51) 9968.6646 - 3244.1240

andrefloriano.tecnico@gmail.com



MODA DO BEM
BRECHÓ
 Adulto e Infantil
 Avaliações nas segundas

Compra - Venda - Troca

Agora com a linha de
patchwork e grande linha de calçados e roupas infantis.

www.facebook.com/brechobelemnovo

F.: (51) 3407.9802 / 8431.9956

Jorge Melo Guimarães, 1077-Belém Novo

DESENTUPIDORA

S.O.S Cometa
 Desentupidores

24 HORAS
 ORÇAMENTO
 GRÁTIS

Desentupimentos em geral
 Hidrojateamento, Sucção de Fossa, Dedetização,
 Desratização e Limpeza de Caixas d'água

Pagamento facilitado - Atendemos todo o RS

(51) 2112 8332

NEW **CG**



EXPRESS ASSOC.
MOTO BOY
TELE ENTREGA

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

3346 9493 / 3346 9473

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