

ProcureAche

Edição Carnaval
Fevereiro 2017

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

Distribuição
Gratuita

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

AMIGO QUEBRA GALHO
Júnior Dias

PRECISANDO DE ALGUM REPARO?

ELÉTRICA, HIDRÁULICA, PINTURA E CAÇA VAZAMENTO

Instalações: Torneiras e Misturadores, Ventiladores de Teto e Luminárias, Chuveiros e Duchas, Tomadas e Interruptores, Suportes para Banheiro, Cozinha, Prateleiras, Cortinas, Varais, TV na parede, Montagem de Móveis

(51) 991.400.404 / 998.891.902

Acito todos os cartões de débito e crédito

A solução dos problemas de sua casa com qualidade, limpeza e honestidade

MARIDO de ALUGUELS
SERVIÇOS DE ALUGUELAÇÃO DE IMÓVEIS

Equipe especializada para
melhor atendê-lo!

MANUTENÇÃO
PREDIAL, RESIDENCIAL
E EMPRESARIAL

contato@maridodealuguel-rs.com
Celular 51 981 515 451
Fone 51 3386 6774 - 51 3392 5721
Av. Willy Eugênio Fleck 1500 / 232
www.maridodealuguel-rs.com

FármacoPharma

* MEDICAMENTOS * PERFUMARIA
* LINHA GERIÁTRICA * NUTRIÇÃO CLÍNICA

Matriz 3392.3002
Rua São Luis 705 | Santana

Filial 3377.9779
Santana 1256 | Santana

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) 985.500.655

Maria Helena Viegas Advogada
OAB/RS: 34.322

ATUAÇÃO NA ÁREA CIVIL, EMPRESARIAL E CRIMINAL

(51) 33725303 | (51) 998805303
(47) 988559222
mhliberare@hotmail.com

FUNERÁRIA 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

Sepultamento e Cremação
Consulte nossos planos e o seguro funeral CAIXA

VENTILADOR DE TETO

Técnico Paulo ou Cristiano

ESPECIALIZADO EM
CONCERTO E INSTALAÇÃO
TODAS AS MARCAS

INSTALAÇÕES ELÉTRICAS EM GERAL
RESIDENCIAL E COMERCIAL

(51) 999.230.717 | 981.470.297
(51) 984.273.379 | 992.344.781

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

Expediente

CNPJ: 11.248.576/0002-70

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

E-mail: contato@geramigos.com.br

Jornalista Responsável:

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

Revisora de Texto: Maria das Dores Pereira

DEMEC/SC-LC.1752/89-Letras

Diagramação e Projeto Gráfico:

Josias Godoy

Tiragem: 41.000 exemplares

www.procureacherevista.com.br

 /RevistaProcureAche

Índice

Página 3	3
Melhor Idade	4
Telefones Úteis	4
Agilidade e Praticidade	5
Melhor Idade	6
Saúde e Bem Estar	7
Festas e Eventos	9
Gastronomia	10
Moda e Beleza	12
Tecnologia	14
Educação	15
Guia Profissionais	16
Construção e Reforma	18
Serviços Especializados	20
Pet e Agropecuária	21
Serviços Especializados	22
Residencial / Comercial	23
Serviços Jurídicos	27
Horóscopo	28
Religião	29
Cultura / Entretenimento	30
Piadas	30
Palavras cruzadas	31

Edições Online

Não encontrou alguma revista da ProcureAche? Consulte gratuitamente em:

www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores

Revista ProcureAche



A revista que você tem em mãos é esta mesma aqui!

Conheça também nossas outras revistas!



Revista ProcureAche
Tiragem: 41.000 exemplares mensais



Revista ProcureAche
Zona Norte
Tiragem: 41.000 exemplares mensais



Revista ProcureAche
Zona Sul
Tiragem: 41.000 exemplares mensais

Esses são os bairros onde circula a Revista ProcureAche:



TOTAL DE 123 MIL IMPRESSOS TODO MÊS!

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

A Fornaalha

A melhor pizza da cidade!

PIZZA PEQUENA 25CM
Borda Simples
Até 2 sabores
R\$29,90

PIZZA GRANDE 35CM
Borda Simples
Até 4 sabores
R\$38,90

PIZZA SUPER FAMILIA 45CM
Borda Simples
Até 4 sabores
R\$46,90

Super Promoção
2 Pizzas Grandes R\$ 59,90
*consulta taxa de entrega



Selo Fidelidade
A Fornaalha
Junte dez (10) selos das embalagens Super Família e 2 pizzas por uma PIZZA SUPER FAMILIA

Tele Entrega
3737.1727
3381.8728 - 3381.9268
986.860.304
991.729.173 980.412.506

Sobre a ressaca



A ressaca é um conjunto de sintomas que acontecem algumas horas depois de a pessoa exagerar no álcool. Por exemplo, alguém bebe demais em uma determinada noite e, na manhã seguinte, acordar com dor de cabeça, enjoo e mal estar.

Isso acontece por uma soma de vários fatores:
- pelos próprios efeitos do álcool no cérebro: o álcool mexe com vários neurotransmissores (substâncias usadas pelos neurônios para se comunicar entre si) ao mesmo tempo. Assim, no dia seguinte a uma bebedeira, o cérebro está enfrentando uma desorganização completa em vários de seus sistemas.

- pela intoxicação com os resíduos das bebidas: as bebidas alcoólicas não contêm apenas etanol: elas tem outras substâncias que podem ser tóxicas para o cérebro e para o organismo, causando dor de cabeça e mal estar. Esta é a principal razão pela qual um uísque de boa qualidade, por exemplo, causa menos ressaca do que um de pior qualidade: o etanol presente nos dois é o mesmo, mas eles podem diferir quanto à presença de outras substâncias tóxicas.

- pela desidratação: o álcool inibe o hormônio antidiurético e a pessoa acaba fazendo mais "xixi", só que não bebe a mesma quantidade de água enquanto isso. Como resultado, o corpo fica desidratado. Esse é o principal motivo pelo qual alternar as doses de álcool com copos de água diminui a ressaca no dia seguinte.

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.

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

Acetilamos
VISA MasterCard

Faça seu orçamento

Fones: (51) 996.055.865 | (51) 992.094.633



Baixe o nosso app de táxi!

Chame táxi com praticidade e segurança!

apps.taxi.br/sintaxi



Disponível para iOS no App Store
Disponível para Android no Google Play



Realizamos as corridas com condutores aprovados pela nossa empresa.



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



Dê uma nota para a qualidade do serviço oferecido.

ARAUPACK

EMBALAGENS



www.araupackembalagens.com.br

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

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

(51) 3012.6200 **CUIDADORES**

Somos especializados no atendimento ao idoso. Primamos por manter as capacidades físicas e mentais, estimulando a autonomia. Trabalhamos na ressocialização das pessoas. Por isso, criamos espaços de lazer especialmente focados no público da terceira idade, além de prestar serviços de cuidados básicos.

Cuidar é muito mais que dar remédios e alimentar, é manter em atividade!

Fones: (51) 3012.6200 | 996.964.080
Rua Sebastião Leão, 274 | Azenha
E-mail: atendimento@cuidadores.com.br

Cuidado com Carinho

Enfermagem Hospitalar e Domiciliar

Técnicos - Auxiliares - Cuidadores
Acompanhantes - Baby Syster
Cuidados Pós-operatório

PLANTÕES 8hs - 12hs - 24hs

PROFISSIONAIS COM REGISTRO NO COREN
DISPONIBILIZAMOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE CONFORME SUA NECESSIDADE

51 985.222.739 | 3339.0032 | 3058.6032

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

Dicas para viver melhor depois dos 60



1. Conheça as modificações do seu corpo. Não fique em dúvidas, procure reconhecer, esclarecer e aceitar as mudanças. Só assim poderá diferenciar o que é parte do envelhecimento e quais são as alterações que resultam de afecções que podem acometer o idoso.

2. Trace metas de vida. Os idosos mais felizes e ajustados são os que tem planos e são capazes de adaptá-los às condições impostas pelo envelhecimento.

3. Não acredite em fórmulas de rejuvenescimento, ou elixir da longa vida. Evite usar medicamentos desnecessários ou indicados por leigos.

4. Alimente-se corretamente. Aceite suas limitações, faça adaptações, previna complicações. Use e abuse de frutas, verduras e legumes.

5. Faça de sua experiência de vida um ensinamento. Feliz do idoso disposto a aprender, em vez do que teima só em ensinar.

6. Sedução não tem idade. Procure sempre seduzir seu companheiro. Afeto, amor e sexualidade devem fazer parte de sua vida.

7. Mantenha em alta a sua auto-estima. Vista-se sempre como se fosse a uma festa, não importa se for a mesma roupa da semana passada. Perfume-se, cuide de seus dentes, de sua higiene.

8. Saia de casa, caminhe. Invente um passeio, mesmo que vá ao lugar de sempre.

9. Evite se omitir. Participe das reuniões familiares, ouça e se faça ouvir, exponha as suas idéias, seus pontos de vista. O fundamental é reconhecer que o simples fato de estar na Terceira Idade não o impede de decidir plenamente a sua vontade pessoal, respeitando os seus valores.

10. Acredite que você é importante, capaz, e que felicidade depende primeiro de você.

Residencial Novo Mundo
Clínica Geriátrica

Fone: (51) 3231-7530

- Suítes, quartos privativos e semiprivativos
- Hotelaria: serviços próprios de hospedagem e lavanderia
- Enfermagem 24h • Supervisão Médico Geriatra
- Refeições supervisionadas por nutricionista
 - Monitoramento interno e externo
 - Acompanhante para passeios

Rua Costa, 271 - Menino Deus - POA/RS
contato@residencialnovomundo.com.br | www.residencialnovomundo.com.br

Dicas para pular o Carnaval



1. Prepare-se física-mente antes. Se você é uma pessoa sedentária e não pratica nenhuma atividade física, faça pelo menos caminhadas diárias alguns dias antes para o seu corpo se acostumar com o pique.

2. Faça suas refeições nos horários certos e evite ficar de barriga vazia. A empolgação com o Carnaval é tanta que há pessoas que se esquecem de se alimentar. Você precisa de energia! Então coma! Além disso, se você ingere bebidas alcoólicas, coma ajuda a evitar a famosa ressaca.

3. Coma alimentos leves. Imagine só se você come uma feijoada e cai na folia? Não há quem agente! Para manter a folia todos os dias, coma alimentos leves e saudáveis.

4. Beba muita água. Para não desidratar e para evitar o efeito negativo (ressaca) das bebidas alcoólicas.

5. Água de coco e sucos naturais dão um "up" na folia. Os sucos e a água de coco ajudam a repor os minerais perdidos durante os dias de folia de Carnaval.

6. Fique atento com os restaurantes, bares e lanchonetes que você vai se alimentar. Para quem vai comer fora... Em quase todas as cidades para pular Carnaval faz muito calor nessa época do ano. Fica fácil correr o risco de comer comida estragada ou intoxicada. Evite comer em restaurantes sujos e não coma pratos feitos com maionese/cremes. Caso contrário, você pode perder todos os dias do seu Carnaval, caso a comida esteja com problemas.

7. Não beba bebidas alcoólicas além do que seu corpo aguenta. Todo mundo sabe o seu limite. Você bebe demais no primeiro dia de Carnaval e pode ficar com a maior ressaca no restante dos dias! Não estrague seu Carnaval!

8. Use roupas leves. O Carnaval é uma data

intensa para muitos foliões. Para agüentar todos os dias de folia, use roupas confortáveis, claras, com tecidos leves.

9. Use sapatos confortáveis. Se você não é nenhuma musa do Carnaval que tem que sambar em cima do salto, opte por sapatos confortáveis e baixos. Para homens: tênis confortáveis, sandálias e chinelos. Para as mulheres: tênis confortáveis, sandálias rasteirinhas e chinelos.

10. Mantenha o bom humor! Não brigue com ninguém, não se estresse por bobeira, irrelevante situações difíceis (como os bêbados chatos), seja flexível. Relax total e muita diversão! Não estrague seu Carnaval por causa de outras pessoas!



MUDANÇAS MÜLLER

Emílio Otomar Müller
GERENTE

E-mail: sac@mudancasmuller.com.br

Mudanças:
Locais, intermunicipais/interestaduais
Orçamentos sem compromisso
Serviços completos de mudanças (forneco embalagem)
Guarda móveis

Fone: 3249.9860 Celular: 984.218.728
3249.4723 984.218.691



Minuano
tabacaria

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

(51) 3219.6361
Av. Azenha, 1377 Loja 2

Climatização Bueno

Prestadora de Serviço LTDA

Instalações e Manutenção de Ar Split's
Instalações Elétricas
Manutenção e Limpeza de Ar de Janela

Solicite uma visita técnica sem compromisso.
Atendemos em Porto Alegre e Grande Porto Alegre




Aceitamos: 

Acesse nossa Loja Virtual: www.buenoarcondicionado.com.br

(51) 4141.1244 / 3023.8130 / 985.789.710 / 991.101.764 / climatizacaobueno@gmail.com

Sintomas da Labirintite

Os sintomas iniciais da labirintite incluem tonturas, diminuição da audição e vertigens, e costumam piorar com o estresse, movimentos bruscos da cabeça, quando se está em lugares com muita gente, utilizando o computador no escuro ou durante a menstruação, por exemplo



A labirintite é uma infecção e inflamação de uma estrutura do interior do ouvido chamada de labirinto, e os seus sinais são mais intensos nos primeiros 4 dias de infecção, diminuindo ao longo de 3 semanas até desaparecerem.

Para identificar este problema, deve-se estar atento a sinais como:

- Sensação de pressão dentro do ouvido;
- Zumbidos no ouvido;
- Líquido ou secreções saindo do ouvido;
- Diminuição da audição;
- Dor de cabeça;
- Enjoo e vômito;
- Febre acima de 38° C;
- Diminuição do equilíbrio e tontura;
- Queda de cabelo.

No entanto, os sintomas podem voltar a aparecer ao longo de vários meses ou anos ou podem aparecer sintomas de labirintite grave que incluem dificuldades em permanecer em pé devido a fortes

tonturas ou surdez completa.

Sintomas de labirintite emocional

Os sintomas de labirintite emocional são os mesmos, no entanto, o indivíduo também pode apresentar ansiedade, estresse, preocupação, tristeza, choro fácil ou alterações do apetite,

pois a labirintite emocional está relacionada com problemas emocionais como ansiedade ou depressão. Veja mais sobre as causas e o tratamento aqui.

Como tratar a labirintite

O tratamento para labirintite deve ser indicado por um otorrinolaringologista e, normalmente, pode ser feito em casa com repouso num local escuro e sem barulhos. Além disso, o tratamento caseiro para labirintite também deve envolver a ingestão de líquidos, como água, chá ou sucos, até melhora dos sintomas. Veja como fazer uma dieta para labirintite e descubra o que não pode comer.

O médico também pode receitar o uso de remédios para labirintite, que podem incluir antibióticos, como Amoxicilinaque devem ser tomados até cerca de 10 dias para combater a infecção. Outros remédios para enjoo, como a Metoclopramida e remédios corticosteroides, como a Prednisolona, também podem ser usados para ajudar a reduzir o desconforto.

Residencial Gerontológico Nossa Senhora Auxiliadora

- * Enfermagem 24h
- * Médico Geriatria * Fonoaudiologia
- * Nutricionista * Terapia Ocupacional
- * Musicoterapia e Pet Terapia



CURTA NOSSA PÁGINA:

Residencial Gerontológico Nossa Senhora Auxiliadora
Ligue e agende sua visita!

(51) 3338.9570 (51) 996.041.718

Av. Lageado, 1133 - Petrópolis - Poa

LAR DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS



Residencial Jardim das Flores

Oferecemos:

- Serviço de Hotelaria 24 horas
- Serviço de Enfermagem
- Nutricionista • Médico • Cozinha
- Sala de TV • Serviço de Quarto
- Sala de estar • Lavanderia própria

Rua São Mateus, 374 - Bairro Petrópolis
Telefones: (51) 3239.5618 - 996.752.184

ProcureAche

Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

51 3026-8445

996-136-986 vivo

Cuidadora Magali

- * Acompanhamento domiciliar/hospitalar
- * Pessoas com necessidades especiais
- * Recuperação de saúde Gestantes e Mães-Novas
- * Noite e dia
- * Cura pelo reiki, depressão
- * Pós-Cirúrgico

51 985-318-950

As funções do sono

Restaurativa: trazer o organismo de volta à condição em que se iniciou o dia após a jornada de obrigações que se tem no decorrer dele. É como se a reserva de substâncias químicas que regulam o funcionamento do organismo fosse reabastecida durante o sono.

Termorregulação: o controle da temperatura corporal está intimamente relacionado ao sono, marcadamente notamos as alterações que ocorrem no sono quando se está com febre, por exemplo. Hoje se sabe que a privação do sono reduz a capacidade de se regular a temperatura corporal.

Consolidação da memória e aprendizado: toda informação que recebemos no decorrer do dia, seja estudando, trabalhando ou na vida social, é consolidada no decorrer do sono. Sabe-se que quem atravessa a noite estudando para fazer uma prova, por exemplo, terá no dia seguinte grande chance de não se lembrar bem do que estudou e ao tentar resgatar esse estudo dias após, a chance de não se lembrar ainda será maior. Isso se deve ao fato de a memória não ter sido consolidada adequadamente com uma boa noite de sono.

Repouso para o organismo: durante o sono normal ocorre redução da pressão arterial, diminuição dos batimentos cardíacos, relaxamento muscular, redução da produção de urina, ou seja, os vários sistemas descansam durante o sono. Além disso, alguns hormônios são fortemente influenciados pelo sono, são eles: insulina que controla as taxas de glicose no sangue, leptina e grelina, que juntos controlam o apetite, hormônios da tireóide, corticóides produzidos pelo organismo, hormônio do crescimento, prolactina, que controla a produção de leite, dentre muitos outros, explicando porque quem não dorme bem tem mais tendência a engordar, aumentar as taxas de gordura e açúcares no sangue, não crescer adequadamente, não conseguir amamentar bem, ter pressão arterial mais alta, ter maior risco de doenças cardíacas e vasculares, destacando-se acidente vascular cerebral, infarto agudo do miocárdio, impotência sexual, dentre outros problemas.



Clínica dos Pés
SERVIÇO DE PODOLOGIA

Aline Emiliano
alinemilianodasilva@hotmail.com

Fone: 981.745.789 | 985.278.962

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°

CLÍNICA DE Podologia

PROMOÇÃO
R\$ 50,00 em dinheiro
R\$ 55,00 nos cartões
Recorte e apresente este anúncio.



Podologia Bem Estar dos Pés

Consulte valores para atendimento em Geriatrias, Hospitais, Empresas e a Domicílio

Crianças, adultos, idosos e gestantes

Corte correto das unhas
Unhas encravadas e inflamadas
Desbaste de calos e calosidades
Pés de diabéticos e de esportistas
Hidratação Brinde
Materiais 100% esterilizados em autoclave
Tratamento de fungos em parceria com Dermatologista

*Esta promoção é válida de 15/02 a 15/03 somente na apresentação deste cupom de desconto

Rua 24 de Outubro, 364 loja 3 e 4 **3372.2755**
Gal. Vicenza - M. de Vento - POA **991.652.349**

Podólogos Márcia e Alex C/ HORA MARCADA



anuncie conosco
ProcureAche

Quem não é visto, não é lembrado.

Ligue 51 3026-8445
996-136-986 vivo



www.odontocorba.com.br

- Ambiente climatizado • Equipamentos de última geração
- Cadeiras odontológicas confortáveis e com sistema anti-stress de massagem
- Facilidade no agendamento de consultas
- Profissionais qualificados e em constante aprimoramento • Internet Wireless

Sinta-se melhor com um belo sorriso!

Dra. Daisy Valéria Corba - CRORS 19.411
Dra. Vanessa Daniela Corba - CRORS 20.247

51 3907.4771
Av. do Forte, 1746 / 201
contato@odontocorba.com.br

O que é o bom e o mau colesterol?

Chama-se mau colesterol ao LDL porque, se estiver elevado, acumula-se nas paredes das artérias (vasos sanguíneos que transportam sangue do coração para o corpo); o HDL é considerado bom porque transporta colesterol de outras partes do corpo de volta para o fígado, que remove o colesterol do organismo.

Assim, quando faz análises ao sangue, além do valor total do colesterol, importa saber os valores individuais do LDL e do HDL já que um mesmo total pode resultar de proporções diferentes daqueles dois componentes. Deve também saber o valor dos seus triglicérides e manter o mau colesterol abaixo do valor máximo e o bom acima do mínimo.

Quanto maior o seu nível de LDL no sangue, maior é a probabilidade de vir a ter doença coronária, um problema em que, dentro das artérias coronárias, se acumula placa (ateroma) feita de colesterol, gordura, cálcio e outras substâncias do sangue. A este problema chama-se aterosclerose.

Com o tempo, o ateroma torna-se rígido e estreita as artérias coronárias, limitando o fluxo de sangue oxigenado para o músculo cardíaco, o que pode provocar angina de peito e enfarte. Quando se acumula nas artérias que transportam sangue oxigenado para o cérebro ou para os membros, pode ocorrer um acidente vascular cerebral ou doença arterial periférica, respetivamente.



Fisioterapia
Prevenir

- Fisioterapia • Massagem Terapêutica
- Auriculoterapia • Pilates Clínico
- Bandagem Neuromuscular
- Atendimento Domiciliar

Rua Felizardo Furtado, 348 - Lj. 3A - Fone: 3573.0137



Uma das maiores redes de farmácia do Brasil agora mais perto de você!

Confira nossas ofertas e condições especiais em medicamentos e perfumaria.

ROGABEL
drogaria e beleza

Avenida Protásio Alves, 2547
Bairro Petrópolis

☎ 3022-1676



JÁ SABE DA NOVIDADE?

TEM UMA CLÍNICA NOVA NO SEU BAIRRO!

São Gabriel
Assistência Familiar

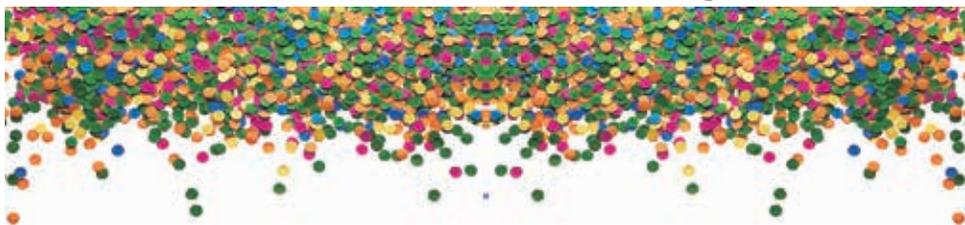
Diversos profissionais e o melhor, **por um preço que cabe no seu bolso!**

 **MÉDICOS**  **DENTISTAS**  Rua Engenheiro João Luderitz, 234
Bairro Sarandi

 **FISIOTERAPIA**  **EXAMES**  **51 4061.1250**



É carnaval... Cuidado com os exageros!



Atenção senhoras e senhores! Vai começar o maior espetáculo da terra...

É assim que o nosso Carnaval chega a todos os cantos do mundo. Dizer que é uma festa simples, estaria ofendendo Joãozinho Trinta...

Sem dúvida é uma das festas mais esperada pelo povo brasileiro. Muito luxo, muita extravagância, muito exagero. Tudo é muito!

Muita alegria, irreverência, muitas noites mal dormidas, muita gente bonita, muito pouca roupa, muito samba, muito tudo.

São dias esperados com uma certa euforia.

Para os carnavalescos de plantão é tempo de extravasar, colocar para fora todos os bichos e não permitir que a palavra tristeza seja lembrada. Para os menos entusiastas mais alguns dias de descanso, antes do ano novo realmente se iniciar.

Não importa qual seja o espírito, são dias muito diferentes na vida do povo brasileiro e todos de uma forma ou de outra esperam por eles. Como o Carnaval faz parte da nossa história e está intrinsecamente associado a uma "certa bagunça civilizada" é preciso ter um dispositivo de alerta para que este período de inconsciente coletivo não seja o responsável por algumas armadilhas como, por exemplo, sair do plano de emagrecimento.

Tendo como pano de fundo a permissão total, é muito mais fácil se seduzir pelo "vale tudo e depois dar um jeito".

Aproveite este período para embarcar numa alegria verdadeira e ficar de bem com você próprio. Como os dias são menos estressantes, aproveite-os saudavelmente.

Não importa se vai viajar, ficar, desfilar em alguma escola de samba, apenas descansar ou até mesmo trabalhar.

Não embarque nesta onda "do pode tudo". Seja cauteloso, prudente e sensato.

Carnaval não é sinônimo de orgia, muito menos gastronômica.

Carnaval é apenas uma linda, deliciosa e grande festa onde todos somos convidados a participar e reverenciar o bom humor, a alegria, o alto astral sem que para isto os excessos sejam a mola propulsora.

Que o espírito e não as consequências do Carnaval permaneçam e se perpetuem por todos os projetos na vida de cada um.

Um excelente e maravilhoso "dia de alegria" a todos.

Fonte: MaisEquilíbrio



*** Festas em geral**
*** 15 anos**
*** Casamentos**

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

ProcureAche



**anuncie
 conosco**

e alcance um público de
123 mil leitores todo mês!

51 3026-8445

996-136-986 vivo

Cachorro quente de assadeira diferente

Ingredientes:

Recheio:

- 3 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 300g de salsicha em tiras no sentido do comprimento
- 1 lata de molho de tomate pronto
- 2 colheres (sopa) de tempero pronto para carne

- 1 colher (sopa) de salsinha picada
- 1 colher (sopa) de cebolinha picada orégano - requeijão cremoso ou maionese a gosto
- 200 gr mussarela ralada ou fatiada

Massa:

- 4 ovos
- 2 copos (tipo americano) de leite
- 1/2 copo (tipo americano) de azeite
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 6 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 1 colher (sopa, cheia) de maizena sal e orégano
- 1 pitada de nos moscada
- 1 colher (café) de fermento em pó

Modo de preparo:

1. Metade da massa

2. Recheio frio

3. Salpique requeijão ou a maionese

4. Distribua a mussarela

5. Restante da massa

6. (Colocar nessa ordem)

7. Para o recheio, aqueça o azeite, refogue a cebola e o alho até dourar. Junte a salsicha. Coloque o molho de tomate, o tempero pronto, a salsinha, a cebolinha e o orégano. Deixe cozinhar por 5 minutos. Reserve e deixe esfriar.

8. Para a massa, bata todos os ingredientes no liquidificador até misturar bem.

9. Coloque primeiro os líquidos.

10. Forma untada e enfarinhada. Forno preaquecido 200 graus.



— supermercado —

TRADICIONAL MENINO DEUS



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

(51) 3233-7120

Rua Botafogo, 919 - Menino Deus - POA/RS

Armelin é mais gostoso!

MENINO DEUS ZONA NORTE
3233.7909 3030.7979



www.armelin.com.br




De segunda a sábado com o melhor atendimento e um buffet variado aguardando por você!

Rua Santana, 1238 - Fone (51) 3013.1810
Av. Otto Niemeyer, 2364 - Fone (51) 3085.2364

Segredos do Pão de Ló

Um dos bolos mais clássicos da confeitaria combina textura macia e leve, boa estrutura e sabor neutro. Estas características do pão-de-ló tem tudo a ver com seu nome. Ló é a denominação dada a um tecido bem fino, parecido com uma gaze.

A diferença dele para outros bolos é justamente a composição da massa. “O pão-de-ló é feito com ovos (46%), açúcar e farinha de trigo, podendo ter acréscimo de líquido (leite, suco de laranja ou água) e fermento. Mas isso somente se a receita pedir. O volume da massa vem das claras que absorvem o ar e inflam, quando batidas”, explica Daniela Meneghini, da confeitaria Marie et Marie.

“Já outros bolos – com massa cremosa – são compostos de ovos, farinha, líquidos e gordura em grande quantidade. A maior parte do volume da massa é devido ao acréscimo de fermento em pó”, compara.

Segredos do Pão de Ló

A receita é cheia de segredinhos e deve ser seguida à risca.

* “A principal dica é bater muito bem os ovos. Sempre deixo na batedeira por 15 minutos até dobrar de volume e ficar uma mistura bem clarinha e brilhante”, diz Daniela. A farinha também deve ser colocada com cuidado, depois de peneirada.

* “Acréscete aos poucos e misture delicadamente para a massa não perder volume”.

Outros detalhes também são



fundamentais

* “Cuide para que todos os ingredientes estejam em temperatura ambiente”, explica Nanda Wainer, dona da confeitaria Leckerhaus.

* “Pese sempre os ingredientes secos, meça os líquidos e respeite o momento certo para cada um

entrar”, completa Daniela.

A massa funciona em uma variedade de montagens diferentes e pode entrar como personagem de muitas receitas. Versatilidade pura. A receita se presta a inúmeros recheios e coberturas. É só liberar a criatividade.

O pão-de-ló ainda pode ganhar raspas de limão e extrato de baunilha para ter um gostinho especial. Mas quando o assunto é acrescentar chocolate, não há unanimidade. Alguns confeitores misturam um pouco de cacau à massa outros defendem a exatidão da confeitaria. “A probabilidade de dar errado é muito grande”, opina Daniela.

FONTE: Tudonopotinho

anuncie conosco
ProcureAche
Quem não é visto, não é lembrado.
Ligue:
 51 3026-8445
 996-136-986 vivo



BAR DO BETO | Av. VENÂNCIO AIRES, 876 - BOM FIM
BAR DO BETO | RUA SARMENTO LEITE, 811 - CIDADE BAIXA

FONTANA | Av. VENÂNCIO AIRES, 1085 - BOM FIM

PORTO ALEGRE RECOMENDA BAR DO BETO E FONTANA

51 3221.9390 / 3332.0063 | BARDOBETO.COM.BR
 51 3335.1309 | RISTORANTEFONTANA.COM.BR

• RECEITAS •

Bolo de iogurte e nutella

Ingredientes:

- 1 pote de iogurte natural de 170 g
- 3 ovos
- 1 pote (do iogurte) de açúcar
- 1 pote (do iogurte) de chocolate em pó
- 3 potes (do iogurte) de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento
- 1 ou 2 potes de 350 g de nutella para rechear e cobrir (se quiser cobrir e rechear use 2)
- 1 pote (do iogurte) de óleo



6. Coloque em forma de 20 cm de diâmetro, untada e enfarinhada

7. Asse em forno preaquecido, a 180 graus, por aproximadamente 40 minutos, ou até furar com um palito e sair limpo.

8. Se desejar rechear, corte o bolo ao meio e coloque nutella, senão apenas cubra

9. Coloque a outra parte do bolo e cubra todo com nutella.

Modo de preparo:

1. Não precisa de batedeira, pode ser feito a mão
2. Em uma tigela misture com um batedor os ovos e o iogurte
3. Acrescente o óleo e o açúcar e misture bem
4. Coloque o chocolate e a farinha aos poucos, misturando
5. Por último o fermento

Comercial

KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

www.knetig.com.br / Av. Farrapos, 3059 - PoA - RS
(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773
 e-mail: comercial@knetig.com.br

A revista que mais cresce em Porto Alegre está chegando também em Santa Catarina!

Acompanhe o nosso trabalho e novidades da ProcureAche Santa Catarina na Internet:

www.sc.procureacherevista.com.br

www.procureacherevista.com.br

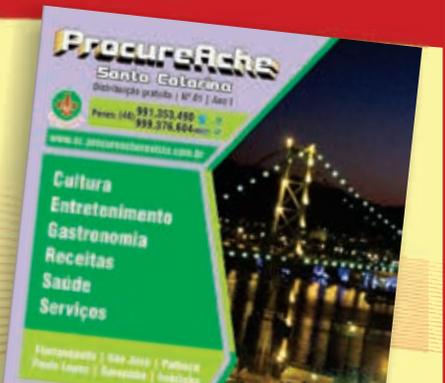
ÚLTIMAS EDIÇÕES | DICAS | INFORMAÇÕES

Faça parte da revista ProcureAche!

Anuncie conosco.

(51) 3026-8445

(51) 996-136-986





ROUPAS COM PROTEÇÃO SOLAR

UV LINE
LOW PROTECTIVE DESIGN



FAIXA ANTI-RONCO

Bermuda Anticelulite

Melhora a circulação
ANVISA Nº 80104760003



Regata Modeladora



DEFINE A CINTURA
COMPRIME O ABDOMEN

BIOCERÂMICA INCORPORADA NO TECIDO

Para dor no punho

Alivia a dor
ANVISA Nº 80104760006



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

www.vivendomelhor.com - facebook.com/VivendoMelhor

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

Cuidados com os Cabelos no Verão

Quando pensamos em verão, vem à nossa cabeça: praia, areia, piscina, sol, vento e muito calor. Uma delícia! Mas quem não agradece muito por toda essa diversão são nossos cabelos, que sofrem muito com toda essa ação. Muito sol, vento, água do mar, cloro e areia agredem os cabelos, fazendo com que percam muita água e proteína. Além disso, eles ficam desbotados, ressecados e com as indesejadas pontas duplas.



Nessa estação, precisamos dobrar os cuidados com nossos cabelos, para que eles não enfraqueçam. Para deixar os cabelos protegidos, fortes e mais resistentes é preciso ter cuidados não só no verão, mas também antes e depois.

Veja alguns cuidados simples para manter os cabelos saudáveis no verão:

- **Enxágue os cabelos após sair do mar e da piscina.** Este cuidado evita que o sal da água do mar e os produtos usados para o tratamento da água da piscina fiquem acumulados e causem danos aos fios.
- **Mantenha os cabelos e couro cabeludo sempre limpos.**

No verão, o suor, o calor e a umidade podem facilitar problemas como seborreia e caspa.

• **Evite abusar de químicas nesta época do ano.** No verão as agressões aos cabelos são maiores (vento, sol, água do mar, da piscina). Abusar de químicas coloca em risco a qualidade dos fios.

• **Use sempre cremes com fator de proteção solar.** Ainda que o dia esteja nublado, com céu encoberto e o sol aparecer tímido, é preciso investir na proteção das madeixas. Aplique o produto nos fios secos ou úmidos pelos menos 30 minutos antes de se expor ao sol. O chapéu também é uma boa pedida, ele ajuda proteger os fios e dá um charme especial.

• **Evite usar água quente para lavar os cabelos e deixe os fios soltos para que sequem naturalmente.** Dê um tempo no secador: use somente quando for realmente necessário. Prender o cabelo ainda úmido pode arrebrantar os fios deixá-los opacos.

• **Faça hidratações regulares.** Apesar da maior umidade relativa do ar, da exposição à água do mar e da piscina, os cabelos no verão tendem a ressecar.

4 funcionalidades que devem chegar em breve ao WhatsApp



Quem é usuário beta do WhatsApp costuma receber as novidades previstas para o aplicativo de mensagens antes que

os demais. Nos últimos meses o mensageiro tem liberado para testes diversos novos recursos que prometem deixar o app mais divertido e interessante, ainda que algumas destas novidades sejam um tanto quanto polêmicas. Em breve estas ferramentas devem ser liberadas para o público em geral. Veja abaixo quatro funcionalidades que devem chegar ao WhatsApp ainda este ano.

1 – Apagar e editar mensagens

Assim como o concorrente, Telegram, será possível apagar ou editar mensagens enviadas pelo WhatsApp. Se der sorte, é possível que o conteúdo seja excluído antes que o contato a veja (em caso de você ter se arrependido de algo que enviou). Para isso, estará disponível um botão para editar ou apagar o texto.

2 – Rastreamento

O Live Location Tracking é um recurso no mínimo polêmico, pois interfere diretamente na privacidade dos usuários. Ele ainda não chegou aos usuários beta, mas, uma imagem vazada pelo WaBetaInfo mostra a ferramenta em ação. Ela irá permitir que os usuários do WhatsApp possam rastrear seus contatos em tempo real. Para quem acha o recurso perigoso e desconfortável, a boa notícia é que ele poderá ser desativado. Além disso, caso alguém queria rastrear onde um de seus contatos está, o usuário precisará consentir a funcionalidade. Embora pareça perigosa, ela pode ser útil, por exemplo, para indicar a localização quando uma pessoa estiver em um local desconhecido, ou precisando de ajuda.

3 – Mensagens estruturadas

Este recurso poderá ser bastante útil para o mundo corporativo. Com esta ferramenta o texto poderá ser traduzido para a língua do destinatário, facilitando ainda mais a comunicação.

4 – Pesquisa de GIFs

Esta é uma ferramenta que irá deixar as conversas no WhatsApp mais divertidas. Já é possível enviar GIFS pelo mensageiro, porém, com o botão de pesquisa é possível pesquisar por imagens animadas direto pelo mensageiro e não se ater apenas as imagens salvas na galeria do aparelho. A pesquisa por GIFs já está disponível no WhatsApp Beta.

Privacidade é mais importante do que popularidade



Com o advento das redes sociais, a grande maioria dos usuários “pegou o gosto” por compartilhar praticamente tudo da sua vida. De certa forma as pessoas se sentem mini celebridades quando postam coisas sobre suas vidas e seus “amigos” interagem. Existe até adolescentes que estão entrando em depressão por receberem menos curtidas que seus colegas.

O assunto tem se tornado tão sério que virou até alvo da indústria cinematográfica em 2014, com o filme “What’s on your mind?” (No que você está pensando?, em português).

O fato que temos que nos conscientizar é que quanto mais expomos nossas vidas no mundo digital mais nos tornamos alvos de ataques. Criminosos estão escondidos em todos os cantos da internet e redes sociais a busca de pessoas que sejam potenciais alvos por exporem suas vidas mais que as outras na web. Tenha muito cuidado com o que você compartilha. Desative o check-in automático de suas redes sociais. Cuidado com o Foursquare... ele pode ser uma baita ferramenta (se usado da forma correta) porém também pode ser facilmente usado pra traçar um cronograma de onde você geralmente anda.

LINKWARE
INFORMÁTICA

EMPRESA COM
10 ANOS DE EXPERIÊNCIA

CREA-RS: 138641 Rua Adão Balno, 146 / 516 - Cristo Redentor

Fone:
513062.1555
984.111.555

Assistência técnica em informática
Manutenção de computadores e notebooks
Upgrades Venda de peças e computadores
Recarga de cartuchos
Configuração de redes e wireless
Remoção de vírus e spywares
Troca de telas e peças

ACESSO NOSSA LOJA VIRTUAL:
www.linkwareinformatica.com

ATENDIMENTO A DOMICÍLIO OU EMPRESARIAL
www.facebook.com/linkwareinformatica

GANHE 10% DE DESCONTO NA APRESENTAÇÃO DESTA ANÚNCIO

A Importância de Falar Inglês

O inglês está a cada dia se tornando uma das línguas mais importantes para comunicação universal. Em praticamente qualquer país você consegue se comunicar através da língua inglesa e é por isso que além da sua língua nativa, hoje saber inglês já se tornou básico na comunicação. Veja porque está tão importante aprender a falar inglês:



A importância do inglês na internet

A maior parte do conteúdo na internet está em inglês. Se você só fala a sua língua (e não é o inglês) certamente está perdendo grandes oportunidades de conhecimento disponíveis na internet e distribuídos pelo mundo.

Você pode aproveitar vídeos no Youtube (palestras, filmes, cursos, entrevistas e muito mais), artigos no Wikipédia (são um pouco mais de 760 mil artigos em português contra 4,5 milhões em inglês) e muitos outros sites disponíveis na web.

Você pode aprender muito na internet, com conhecimento razoável na língua inglesa as possibilidades de aprendizagem ampliam-se astronômicamente.

A importância do inglês no mercado de trabalho

Quem tem inglês tem maior reconhecimento no trabalho. O mesmo cargo pode ser mais valorizado (inclusive em termos de salário) quando se domina a língua. Essa tendência é mundial, o mercado de trabalho também está globalizado.

É comum haver a necessidade de se comunicar com pessoas no exterior para tratar de negócios. Podem ser fornecedores, clientes, parceiros de trabalho, etc. E o mais interessante é que não necessariamente são pessoas dos Estados Unidos ou Inglaterra. Pode ser da China, Japão, Índia que o idioma padrão de comunicação é o inglês.

Por isso cada vez mais empresas estão contratando pessoas com inglês

A importância do inglês nos estudos

Muitas universidades americanas disponibilizam na internet o conteúdo de seus cursos. Universidades como Yale, Harvard, MIT, Stanford, entre outras colocam gratuitamente vídeos, textos e outros materiais de seus cursos (e não são partes do curso, são cursos completos). O conteúdo está em inglês, por isso a importância de conhecer bem a língua para poder desfrutar de graça deste vasto material. Além disso, há muitas palestras, cursos e outros conteúdos pedagógicos disponíveis via internet e em inglês.

A importância do inglês nas viagens

Viajar para a Europa e Estados Unidos tendo inglês na ponta língua abrirá caminhos e possibilidades imensas para se aproveitar cada lugar. Porém, países como China, Índia, Alemanha e muitos outros que não possuem o inglês como idioma oficial, estão preparados para se comunicarem, principalmente em hotéis, restaurantes, aeroporto, locais públicos como museus, teatros, entre outros - em inglês.

Aulas de Inglês

fieldsyeda

Contato:

Segundas às quintas
das 14h às 16h.

e-mail: teacheryeda2017@gmail.com

Rua Garibaldi, 1333

Informática para Melhor Idade

CUPOM DE
DESCONTO
APRESENTE
ESTE CUPOM
E GANHE 1
MENSALIDADE
GRATIS

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

Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador

Aulas individuais em linguagem própria para MELHOR IDADE.

Aulas para tablet, computador e celular

Facebook

E-mail

WhatsApp

51 3224.0335

Rua Uruguaí, 299 - 7º Andar - Centro

51 3224.0527

www.onbyte-rs.com.br

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Construção e Reforma

Desde 1992

Mão de Obra especializada
Faça já seu ORÇAMENTO!

51 3336.8587

51 995.987.893 / 996.632.170

- Alvenaria e Carpintaria
 - Elétrica Predial e Residencial
 - Hidráulica Predial e Residencial
 - Consertos Imediatos
 - Pinturas, Texturas, Grafiteo e Massa Corrida
 - Reparos em Azulejos, Forro de Gesso
 - Tubulação de Gás
 - Tubulação de Incêndio
 - Instalação de Motores de Recalque de Água, Pressurizador e Junquer
- Email: jsconstrucaoereforma1992@gmail.com
Rua Euclides Moura, 189 - Partenon - POA

JLA

Instalações



Instalação e Manutenção de Ar-Condicionado
Instalações Elétricas Predial, Comercial e Residencial
Entrada de Luz Padrão: RGE AES Sul
Conserto de ar-condicionado e refrigeradores
E-mail: jla.eletrica@hotmail.com

Fones: 51 3344.0700 - 992.473.186

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

CLIMATIZAÇÃO BECKER

Especializada em SPLIT



INSTALAÇÃO - LIMPEZA - MANUTENÇÃO - ELÉTRICA
Prediais Residenciais Comerciais

CLIMATIZAÇÃO BECKER

Orçamento Gratuito

(51) 993.786.020 | 996.750.401 | 985.798.469 até 12K

Caça Vazamentos

Equipamento eletrônico de alta precisão
Sem quebra-quebra



Cada gota de água
faz a diferença!

991.475.637
984.947.242
3423.2521

joseluislula@hotmail.com

ESTOFARIA VIEIRA

Reformas em Geral - Consertos
Customização - Variedades de Tecidos



Orçamento Gratuito
Márcio

E-mail: vieira_estofados@hotmail.com

9638.5999 - 3235.1546

Rua Monsenhor Veras, 177 - Santana - Poa/RS

Peres Construções e Reformas



Pinturas comerciais e residenciais
Pisos e Azulejos
Porcelanato
Elétrica e Hidráulica
Impermeabilização
Ar Condicionado Split

Luciano Peres

PERESREFORMAS 997-398-157

CASAS DO ALICERCE AO TELHADO
REFORMAS EM GERAL

RP Reformas e Pinturas



Pintura - Elétrica - Hidráulica
Colocação de Pisos

Paulo Cristian: 51 984-285-736

Rodrigo: 51 985-183-382

João - O Quebra Galho

Manutenção Obra - Pintura - Elétrica - Hidráulica
Serviços em Geral - Garçom



ORÇAMENTO GRÁTIS

JOÃO FRITZEN

Fone: 992-055-485



Vest Lav
Lavanderia

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

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



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

RICARDO
Reformas em Geral

☎ 985.381.560 ☎ 980.528.400



SERRALHERIA KISSER

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

Cel.: 51 996.563.664 ☎ | 984.895.925 | 992.312.220

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



Mr. Protect
CONTROLE DE PRAGAS

Descupinização - Desinsetização
Desratização - Controle de Voedores

O verão vem aí e eles também!

Faça seu orçamento grátis!

☎ comercial@mrprotect.com.br ☎ (51) 3377-3060



ÁGIL
VIDROS

Vidros, Espelhos,
Box, Sacadas,
Fechamentos em vidro temperado

www.agilvidros.com.br

PROMOÇÃO Box de vidro 8mm incolor com perfil
prata fosco de até 1,00 x 1,90 R\$ 350,00 instalado

Orçamento gratuito - Entrega rápida
(51) 3237.1905 - 981.185.313



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 [f TokFinal Reformas](https://www.facebook.com/TokFinalReformas)



PR Reformas

Reformas e Pinturas em prédios e fachadas
Serviços: Hidráulico, Elétrico e
Consertos em Geral
Texturas e Grafiatos

CNPJ: 18.178.321/0001-07

Tratar c/
Paulo

(51) 992-056-498 ☎
(51) 985-422-964 ☎
E-mail: berchon10@gmail.com



IRIDOLOGIA

Eliane Fogaça

Saiba o que a iridologia pode fazer
pela sua saúde, como obesidade,
estresse, dores, problema hormonal
e sexual, entre outros problemas.

3211.2317 / 999.377.791
Rua dos Andradas, 943 - sala 2001
www.espacoalternativomc.com.br



HOMERCHER
Construções e Reformas

☎ 51 3339.0032 3058.6032
☎ 51 984.942.188 991.302.746
meerikhomer@hotmail.com
Facebook: Carlos Homercher

Carlos | Eng. Faria



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



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
51 984.111.151 | 984.137.291
3246.3902 Av. Lami, 1650 - Belém Novo
E-mail: serralheria.rodriguez@hotmail.com
Acesse nosso site: www.gruporodriguesrs.com.br

MULTI SERVIÇOS e PINTURAS

ARMANDO SANTOS

- Alvenaria
- Telhado
- Azulejista
- Impermeabilizações
- Pinturas
- Outros



www.flashbrico.com

 (51) **984.379.605** 

R. Padre Angelo Corso, 50 - Cavalhada - POA/RS

Dicas de construção e reforma sustentáveis

Posicione os ambientes

A disposição dos cômodos em uma residência pode facilitar o conforto dos moradores e reduzir tanto os impactos ambientais, como o valor da conta de luz. Para isso, o projeto deve aumentar a eficiência energética do lugar, levando em conta a ventilação e iluminação internas, além dos pontos cardeais.

Mantenha um canteiro de obras sustentável

Não é difícil montar um canteiro de obras sustentável – nesta etapa, gasta-se mais tempo do que dinheiro. Assim, além de separar corretamente os resíduos sólidos gerados nas obras, uma boa estratégia é reaproveitar a água da chuva por meio de sistemas simples de captação, como pequenas cisternas de armazenamento que direcionam o recurso para usos não potáveis.

Use tintas claras e eficientes

Além de apostar em cores claras para compor os ambientes, uma importante estratégia em sustentabilidade é utilizar tintas especiais. Hoje em dia, o mercado oferece produtos à base d'água, que proporcionam isolamento térmico e acústico, proteção contra corrosão, resistência à maresia e até tintas que impedem a proliferação de bactérias, fungos e algas no ambiente. Embora sejam multifuncionais, estes materiais especiais não têm cheiro e não causam alergias e nem irritações.

Reserve um espaço para árvores e hortas domésticas



Tanto na reforma, como na construção, separar um espaço para as plantas vai melhorar a qualidade de vida dos moradores, além de colaborar com o meio ambiente de forma geral. Se optar pelo plantio de árvores, o ideal é apostar nas espécies nativas, e não cortar aquelas que já estão no terreno. Já as hortas domésticas, que também podem ser inseridas em apartamentos, devem ser tratadas com adubos orgânicos – lembrando que uma alternativa sustentável é consumir os próprios alimentos e temperos produzidos em casa.

Aposte em eficiência energética

Embora o investimento inicial em eficiência energética seja mais alto do que na iluminação convencional, a conta de luz vem mais barata para quem dá preferência aos equipamentos sustentáveis: assim, vale trocar as lâmpadas convencionais pelas de LED, instalar sensores de presença e controles de luminosidade, como o dimmer (dispositivo que regula a intensidade luminosa nos ambientes internos). Fora isso, ao comprar eletrodomésticos, verifique se os mesmos possuem o selo PROCEL, que indica o consumo de energia destes equipamentos.

Confie na reciclagem

O entulho gerado na construção pode ter vários destinos, evitando o descarte indevido na natureza. Assim, com bastante criatividade, o que era considerado como lixo pode se transformar até mesmo em objetos de decoração para a moradia sustentável.

Cuidados com Móveis e Objetos Durante a Obra

Aumentar a sala, remodelar a cozinha ou construir um quarto a mais pode ser o sonho de muitos proprietários, mas este objetivo pode virar um pesadelo, caso não sejam tomados os cuidados necessários durante a reforma. Mas não é preciso entrar em pânico. Algumas dicas sempre ajudam



a passar por esta transformação minimizando a sujeira e o risco de objetos quebrados.

Confira abaixo algumas dicas que separamos:

- O ideal mesmo é transferi-los para outro cômodo, de modo que não corram o risco de sofrer esbarrões, respingos, arranhões e o acúmulo de poeira.
- Mais que isso: guardar móveis e objetos em outro lugar da casa abrem espaço para a livre circulação dos trabalhadores.
- Tudo deve ir: estantes, prateleiras (inclusive porcas e parafusos), lustres, espelhos de tomadas e interruptores, tapetes...
- Para facilitar a organização, acomode esses itens em caixas de papelão.
- A mobília, se possível, deve seguir para outro

cômodo também; no entanto, se isso não for possível, ela deve ser completamente coberta.

- Recomenda-se embrulhá-la num pano grosso e, em seguida, cobrir tudo com um plástico resistente ou papel bo-lha.

- Coloque todos os móveis no centro do ambiente, para que as paredes fiquem livres para serem trabalhadas.

- Caso a reforma seja na cozinha, vale a pena dedicar um esforço extra para remanejar a geladeira para outro lugar da casa e mantê-la funcionando.

- O fogão pode ficar na própria cozinha em obras, mas o microondas pode acompanhar a geladeira: ele será útil para aquecer as refeições, substituindo o fogão parcialmente.

- Se a obra é no quarto, recomenda-se que as roupas sejam retiradas do armário e acomodadas em outro cômodo da casa – dentro de malas, por exemplo. Mesmo protegendo bem o guarda-roupas, o simples ato de abri-lo rapidamente para retirar peças colaborará para a entrada de poeira.



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

Não impede a passagem do ar e do sol.
Montagem rápida e de fácil instalação.
Resistente a todos os climas, lavável, anti-mofo, não desfia e não propaga fogo. Versátil, eficiente e elegante.
Bloqueia a entrada de baratas, moscas, mosquitos, aranhas, morcegos, cupim, lagartixas, abelhas, formigas e vários




Todos Contra DENGUE



ORÇAMENTO GRÁTIS

Parcelamos em até **10x s/ juros**
Av. Assis Brasil, 1174 - Sta. M^a Goretti - Poa/RS
Fone: (51) 3019.3075 - 999.828.983 - 992.229.725
www.teletelas.com E-mail: contato@teletelas.com

Acetilamos: cartão de crédito, cheques e boleto

FERRAGEM

Fratelli



Tintas e Vernizes
Acessórios para pinturas
Materiais elétricos
Materiais hidráulicos
Madeiras
Ferragens
Ferramentas

Rua Barão do Gravatai, 619
Cidade Baixa - Porto Alegre-RS
☎ 3221.2687

Remédios caseiros para afastar mosquitos

1 - Fechar portas e janelas: o horário favorito dos mosquitos é por volta das 17 horas, por isso, ao se precaver destes insetos dificilmente eles terão vez em sua casa.

Dica: Telas nas portas e janelas. Dessa forma é possível manter a casa arejada, sem a companhia desagradável dos mosquitos.

2 - Leve o lixo para fora diariamente: os mosquitos, em geral, são atraídos pela matéria orgânica presente dentro de nossas casa como, por exemplo: restos de comida, frutas, vegetais maduros e lixo aberto com alimentos.

Estes alimentos são altamente atraentes, sendo assim, a dica é remover estes alimentos de dentro de casa.

Dica: Coloque o lixo para fora diariamente, e utilize lixo com tampa dentro de casa. Guarde (sempre que possível) frutas e vegetais dentro da geladeira.

Receitas

3 - Citronela afasta mosquitos

A citronela é um produto seguro para os seres humanos e animais domésticos, no entanto provoca um verdadeiro terror na vida dos mosquitos, fazendo com que eles queiram ficar bem longe.

Por isso, uma ótima dica é aplicar a citronela em um balde com água e passar um pano por todo o chão da casa. O produto tem validade en-



quanto permanecer o cheiro da citronela pela residência. Alguns desinfetantes também possuem esse o cheiro.

4 - Cravo da índia com álcool

- 100 g de cravo da índia;
- 100 ml de álcool.

Misture os ingredientes e deixe descansar por cerca de três dias então, coloque o produto em um difusor ou boricife nos cantinhos do quarto e da sala. A mistura também pode ser aplicada com um pano no chão da casa.

5 - Inseticida elétrico com laranja

- 1 aparelho de inseticida elétrico (vazio);
- Uma lasca de casca de laranja ou tangerina.

Pegue o aparelho de inseticida elétrico vazio e adicione (dentro dele) uma lasca de casca de laranja ou tangerina. Ligue na tomada do quarto, sala ou cozinha.

O cheiro da fruta desorienta o mosquito evitando que o mesmo se aproxime do local. Utilize uma nova lasca de casca da fruta uma vez por dia.

6 - Limão com cravo da índia

- 1 limão;
- Cravo da índia.

Corte o limão ao meio e em cada lado adicione (perfurando) o cravo da índia. A mistura irá afastar mosquitos e moscas (principalmente).

Dica: O limão com cravo da índia é a receita ideal para afastar mosquitos em dia de churrasco.



Zoiré

Costuras e Consertos

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

Todo tipo de consertos

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



FACAS PROFissionais
Para chefs
Linha completa para
açoúgues e restaurantes

PRONTA ENTREGA
PREÇOS IMPERDÍVEIS



MUNDIAL  **51 998.056.323**

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



CIA DAS LUVAS
A especialista em luvas



Helfer
DISTRIBUIDORA
Tudo em quantidade, qualidade,
para lojas, empresas e EPIS

Em tempos de retomar a economia, compre produtos de qualidade com preço justo!



Acidentados de trabalho.
Previnha-se
antes que seja tarde.

Tele-entrega 51 3024.8811

Confira a grande quantidade de produtos nacionais e importados que a Cia das Luvas & Helfer Distribuidora tem disponível para você e sua empresa!

PROMOÇÕES

LUVA DE PROCEDIMENTO	R\$ 19,90
LUVA DE PROCEDIMENTO INDUSTRIAL	R\$ 16,90
FRALDAS ADULTO PREMIUM	R\$ 12,90
ÁGUA SANITÁRIA 5L	R\$ 7,90
DESINFETANTE 5L	R\$ 9,90
PAPEL HIGIÊNICO FARDOS 8 UNID 300M.....	R\$ 39,90
SACO DE LIXO FARDOS 100 UNID.....	R\$ 29,90 (NORMAL)

OBS.: Consulte as marcas em promoção

51 3024-8811 / 984049611

Rua Souza Lobo, 440 - POA/RS
www.ciadaslumas.com.br

Como cortar unhas de cachorro?

A primeira coisa a ser feita é convencê-lo a deixar que o procedimento seja feito. Ele irá estranhar nas primeiras vezes, pois não irá entender o que está acontecendo. Dependerá do dono mostrar para ele que está tudo bem e que o corte não irá doer. Para isso, é necessário brincar, fazer carinho e ter bastante paciência e cuidado.



para que diminua o risco de ferir o bichinho. Se ao cortar sobrar alguma ponta tortinha, que possa engatar e ferir o pet, use a lixa para arrumá-la.

Com o que cortar?

O ideal é ter um cortador de unha especial para pet, encontrado em qualquer petshop. Tenha cuidado e muita paciência e caso sangre, na mesma hora pressione com gaze limpa até que o sangramento pare. Caso não se sinta seguro para fazer o procedimento, leve o pet ao veterinário!

Caminhar e passear antes de cortar a unha, também é uma ótima alternativa. O cão cansado e feliz costuma ser mais compreensivo. Lembre-se que quanto mais novinho você começar a cuidar das unhas dele, mais fácil será dele se acostumar com isso e entender que está tudo bem.

Entenda sobre as unhas

As unhas dos cachorrinhos são muito diferentes das humanas. Além dos vasinhos, há terminações nervosas muito perto dela e por isso, você precisará ter cuidado. Caso você corte o lugar errado, irá sangrar e ele sentirá dor.

Quando a unha do bichinho é clarinha, é fácil de você identificar os vasinhos. É só olhar com cuidado e nunca cortar a área que tem vaso. Já as unhas escuras são mais complicadas. Nesse caso, corte apenas uma pequena parte das pontinhas,

Por: Filipi S. A.



ATENDIMENTO VETERINÁRIO
BANHO E TOSA - RAÇÕES
MEDICAMENTOS - ACESSÓRIOS
TELE BUSCA - CONSULTAS
EXAMES E CIRURGIAS



Riachuelo, 1316 - Centro - Porto Alegre/RS
Fone: 51 3226.9251 - 3286.3931 (para agendar consultas e vacinas)

Tele-entrega de Rações



Antipulgas



Golden Special - 15 Kg
R\$ 99,90



Dog Chow - 15 Kg
R\$ 95,00



Golden Gatos Ad.
R\$ 99,90



Coleiras à partir de
R\$ 159,90



Revolution à partir de
R\$ 39,90

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



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

3 dicas para manter mesa de trabalho limpa e organizada

1 - Elimine o que não for necessário

Uma das dicas mais óbvias, mas a maioria das pessoas acaba esquecendo objetos, papéis, entre outros artefatos, em cima da mesa. Isso apenas polui o lugar onde você passará uma boa parte do seu dia, e pode influir na sua produtividade.



A questão aqui vai além da imagem a ser transmitida para as outras pessoas na empresa, é fato que com um ambiente sujo e desorganizado ao nosso redor, o desempenho pode diminuir.

Ninguém irá confiar cegamente em alguém que não sabe nem onde está o seu grampeador por causa da quantidade de objetos perdidos em cima da mesa, misturados com papéis, xícara de café, um porta-retratos escondido, enfim, uma verdadeira desordem. O primeiro passo para um serviço de limpeza no seu ambiente de trabalho é a separação daquilo que você irá precisar. A partir daí você já poderá passar para a segunda dica.

2 - Etapa da classificação

Depois de ter jogado fora ou guardado em uma caixa para levar de volta para casa os objetos “inúteis”, chegou então a fase em que irá cuidar do que restou. Agora a sua mesa já estará limpa e pronta para propiciar um ambiente organizado. Você irá classificar tudo o que sobrou e então, organizá-los por categoria. Agora ficará mais fácil de descobrir onde aquele seu grampeador está e suas atividades não sofrerão com uma perda de tempo e nem o seu colega do lado terá que ficar emprestando alguma coisa porque você perdeu.

3 - Adeus preguiça

A última dica é não ser preguiçoso, porque se organizar pode ser um trabalho um pouco “chato” para algumas pessoas. O que deve acontecer é a manutenção desse hábito, nunca deixar algo em cima da mesa para jogar fora depois ou então, deixar para organizar aquela pilha

de papéis em outra hora. Se houver a possibilidade de fazer na hora, faça. Porque, com o tempo, o que é colocado na mesa vai se acumulando e a disposição para limpar e organizar não vai aparecer por um bom tempo.

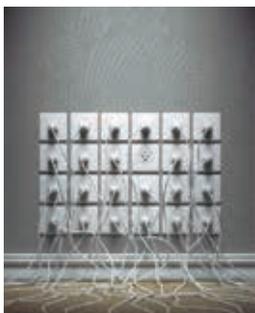
Ter sempre um lixeiro disponível perto de você é uma excelente ideia e com o tempo tudo isso acontecerá naturalmente, não sendo mais uma série de atividades forçadas. Você entenderá que a sua imagem e produtividade às vezes valem mais do que um pouco de comodidade. Passar uma imagem de sujo, desleixado e desorganizado é algo que ninguém quer que aconteça. Principalmente numa empresa.

É isso! Siga essas dicas básicas e você acabará descobrindo seus próprios métodos.

anuncie conosco
ProcureAche
Quem não é visto, não é lembrado.
Ligue: 51 3026-8445
996-136-986 vivo

FUNERÁRIA UNIDAS - HAHN
— SERVIÇOS FUNERÁRIOS —
29 ANOS
Mais do que funeral, fazemos homenagem
(51) 3223.7661 / 99986.2111 www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com
ATENDIMENTO 24 HORAS Funerária Unidas - Hahn
Sepultamento e Cremação Consulte nossos planos e o seguro funeral CAIXA

Com eletricidade não se brinca!



A energia elétrica está presente em todos os momentos do nosso dia. Desde que acordamos até a hora de dormir. Os que utilizam despertadores elétricos, como nos rádio-relógios, ela também nos acompanha durante o sono. Mas é preciso muito cuidado

quando se trata de eletricidade. Alguns descuidados podem causar acidentes, como choques e até incêndio. Providências podem ser tomadas para diminuir os riscos. Por exemplo, uma das causas mais comuns de curtos-circuitos é o acúmulo de tomadas ligadas a uma única fonte de energia. São os famosos “Ts”, “Benjamins” e extensões. Se não utilizados com cautela, são muito perigosos, já que podem gerar uma sobrecarga elétrica.

A quantidade de equipamentos que usam eletricidade cresce muito em nossas casas, a fiação também precisa acompanhar a demanda cada vez maior de energia. Faça a manutenção da fiação da sua residência, pois fios velhos, gastos, desencapados ou ressecados podem provocar incêndios. Uma vistoria periódica é fundamental para manter tudo em ordem e evitar a perda de energia ou descargas em seus equipamentos elétricos.

Equipamentos como furadeiras, serras, lavadoras de alta pressão, cortadores de grama, entre outros, requerem tomadas ou extensões únicas para o seu uso, pois, para entrar em funcionamento e permanecer por um período ligado, utilizam grande quantidade de energia elétrica. As extensões ou ‘cordões prolongadores’ também possuem uma capacidade limite de uso. Confira sempre as instruções dos equipamentos antes de usar para evitar acidentes e contratempos.

Da indenização por erro médico - não diagnóstico de cirurgia - danos morais

Infelizmente, muitas vezes o cidadão que necessita de uma cirurgia, ao recorrer ao SUS e aos hospitais públicos, é vítima de um verdadeiro sofrimento e martírio, seu e de seus familiares, quer na demora na marcação das consultas, quer na realização dos exames necessários, e a cirurgia necessária e urgente não é realizada, isto sem qualquer justificativa razoável e aceitável, indiscutível erro médico e de procedimento, com resultados e consequências fatais e/ou sequelas irreversíveis à sua saúde!

Tal fato é gerador de indenização por danos morais, eis que flagrante a omissão dos serviços médicos da rede pública, eis que a responsabilidade civil na hipótese é objetiva em relação aos serviços prestados ou deixados de prestar, como quando o hospital não oferecer o tratamento cirúrgico imprescindível à saúde do paciente – omissão que acarreta implicações e sequelas irreversíveis – senão fatais, pelo que a instituição hospitalar terá que indenizar o paciente ou seus familiares, na hipótese do falecimento deste.

O parágrafo único do artigo 927 do Código Civil afirma que “haverá obrigação de reparar o dano independentemente de culpa.” A culpa não é elemento essencial da responsabilidade civil, essenciais são a conduta humana, o dano ou lesão e o nexo de causalidade entre a conduta e o dano.

Almir Sarmiento & Filhos Advocacia

ALMIR SARMENTO & FILHOS ADVOCACIA

DIREITO DO TRABALHO
INSS

DIREITO DE FAMÍLIA
DANO MORAL

CONSULTA
GRATUÍTA

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

Gener Crema

TELAS MOSQUITEIRAS

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



Vendas e
Instalações

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

Orçamento Gratuito

Faça seu Orçamento! Fone: (51) 985.500.655

Perdeu a Black Friday?

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

E quem não estava preparado para aproveitar as oportunidades no instante em que elas apareceram? Terá de esperar até 2017? Não! Saiba que existem unidades "em estoque", remanescentes das promoções deste



ano. Um exemplo é o ICON Assis Brasil, na Zona Norte de Porto Alegre, que ainda possui apartamentos como o da planta ao lado com desconto acima de R\$ 50.000,00! Ficou interessado? Faça contato comigo e conheça melhor esta e outras alternativas que poderão turbinar o seu final de ano!

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

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



IMÓVEIS NA ROCHA

Corretora Cláudia Paese

CRECI-RS 53.248

Consultoria para investimentos imobiliários
 Venda - Compra - Troca - Locação

Imóveis na Rocha - Corretora - Cláudia Paese

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

Eletricista Ronaldo

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

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

ORÇAMENTO GRATUITO

25 Anos perto de você
Estofaria Barbosa



Trabalhamos com os melhores tecidos, couros e corinós.



Não compre estofados novos sem antes solicitar um

ORÇAMENTO GRATUITO

TRABALHAMOS COM MÓVEIS SOB MEDIDA!

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

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

estofariabarbosa@hotmail.com

ProcureAche

Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

51 3026-8445

996-136-986

Você nunca teve um banheiro tão limpo – uma vela é tudo o que você precisa

Uma vela comum geralmente só sai da gaveta quando falta energia, não é verdade? Mas existem outras situações em que podemos aproveitá-la.

O banheiro é o local mais sujo da casa. E os azulejos desse cômodo podem ser bem difíceis de limpar. Especialmente a área do rejunte. No entanto, eles não devem ser ignorados, pois acumulam muitos germes e bactérias. Disso tudo você certamente já sabe. Mas talvez desconheça que a vela que você tem no armário pode ajudar na limpeza do ambiente.

O primeiro passo é lavar o banheiro normalmente. Em seguida, o que você precisa fazer é esfregar a extremidade de uma vela no rejunte dos azulejos. Passe normalmente para frente e para trás. Logo você verá resultado.

Dê uma atenção especial às áreas que têm mais contato com a água, como o box. A vela não só deixa o rejunte branco, como também protege contra as sujeiras que podem vir a aparecer.

Ah, e tem mais! Depois de realizar esse procedimento de limpeza, o rejunte fica mais brilhante e evita o desgaste.

A dica é muito simples e fácil de fazer. Em pouquíssimo tempo, você pode deixar seu banheiro com a aparência de novo sem gastar nada.

Qual a diferença entre textura e grafiato?



As diferenças entre eles são basicamente no resultado aparente que eles demonstram, enquanto o grafiato é representado por aspecto de ranhura, a textura é mais diversa, podendo ser usada com aparência decorativa, texturizado ou arrepiados.

Entre as vantagens apresentados por textura ou grafiato podemos citar o seguinte:

Aspecto decorativo. A principal aplicação deles é no aspecto decorativo que se bem trabalhado poderá ajudar a melhorar o aspecto visual de um ambiente. O grafiato é muito comum para fachadas, inclusive.

Contraste. Pode ser útil em ambientes muito estáticos e de cor uniforme, com isto ele poderá apresentar um bom contraste, especialmente quando pintado de cor diferente e complementar à usada do ambiente.

Controle de umidade. Muitas pessoas usam a textura ou o grafiato como uma estratégia para paredes em que há problemas com infiltração, pois suas características mais densas do que o simples reboco tornaria a parede mais resistente.

Lavável. Também figura como vantagem o fato de ambos serem laváveis e isto é útil para a limpeza interna ou externa.

OFICINA DO LAR



MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS PINTURA E TEXTURAS

- Instalações Elétricas e Hidráulicas
- Colocação de máquinas, equipamentos, artigos de decoração
- Caça vazamentos de água e gás

INFORME-SE: REVISÃO ELÉTRICA
COM PREÇOS PROMOCIONAIS!

ORÇAMENTO
GRATUITO

OUTROS SERVIÇOS SOB CONSULTA.

(51) 999.627.037
IDEL GOLBERT | idel.golbert@gmail.com

ESTOFARIA CONFORTO

Sofás



Cadeiras



Automotivo



Náutica



Fone: (51) 3337.6613
997.091.236

Marco Antonio da Silva Pereira
E-mail: marcoantonio130769@gmail.com
Av. Assis Brasil, 1125
Bairro Passo d'Areia

18 dicas incríveis para utilizar com pasta de dentes

Normalmente as pessoas usam a pasta de dente apenas para uma coisa: escovar os dentes. Mas a pasta de dente é útil para muitas outras coisas. Como mostram os exemplos abaixo. Ela seca com o ar rapidamente e com isso tira a umidade do ambiente. Ela é também um poderoso tira-manchas e pode ser usada para limpeza de coisas que você nem imagina.



tudo: alivia de um dia para o outro.

10. Espinhas

11. Ferros de passar

Ficam brilhando como novos.

12. Manchas no celular

Sim, o telefone também pode ficar parecendo novo graças à pasta de dente.

13. Sapatilhas

Elas não apenas ficarão limpas, mas também cheirosas.

14. Manchas no tapete

Outra incrível utilidade.

15. Manchas de esmalte

O esmalte pode ser retirado sem deixar resíduos e a pasta de dente ainda deixará um cheirinho de menta.

16. Mãos sujas

E, claro, também dá para limpar as mãos.

17. Garrafas térmicas com cheiro ruim

Depois de um certo tempo de uso, não tem jeito: a garrafa térmica acaba ficando com um cheiro um pouco estranho. Basta adicionar água quente, um pouco de pasta de dente e chacoalhar. Não apenas o cheiro vai embora, como a garrafa também é desinfetada.

18. CDs

CDs que estão pulando por conta de riscos e sujeiras? Limpe-os com pasta de dente. Eles ficarão brilhando e tocarão sem interrupções.

1. Prata manchada

Quando a prata estiver com manchas não é necessário recorrer a nenhum produto especial. Abrir o armário do banheiro e pegar a pasta de dente já basta. Esfregue um pouco e a prata brilhará como nova.

2. Faróis dos carros

Não são apenas as partes de metal que precisam de limpeza. Ao menos de vez em quando, também é preciso prestar atenção para o protetor dos faróis. E para isso nada melhor do que a pasta de dente. Basta colocá-la em uma esponja e esfregar um pouco. A sujeira desaparece praticamente como passo de mágica.

3. Teclas do antigo piano

Sua tia-avó deixou de lembrança aquele piano que as teclas estão tão amareladas que não dá nem vontade de encostar? Pois suas desculpas para não aprender a tocar o instrumento acabaram: limpe-as com bastante cuidado e delicadeza usando pasta de dente.

4. Limpar os sapatos

Para partes sujas de plástico ou tecido sintético das partes de fora do tênis, a pasta de dente resolve novamente.

5. Óculos de natação embaçados

Limpe-os com pasta de dente. Uma invisível camada protetora se formará, evitando que os óculos fiquem embaçados no próximo mergulho.

6. Manchas deixadas por copos na mesa

O poder da remoção de manchas ataca novamente.

7. Manchas de tinta na camisa

A caneta estourou no bolso de novo? Antes de jogar a camisa fora, tente remover as manchas com pasta de dente. Aplique o milagroso produto no local da mancha e deixe a pasta secar. Lave no dia seguinte.

8. Manchas de tintura

Pintou o cabelo e a toalha também ficou ruiva? Mais uma vez, pasta de dente.

9. Picadas

Você até esquecerá que os insetos deixaram aquela bola vermelha na sua pele. E o melhor de



Desde 1989



*Compra e Venda
Ornamentos
Pitorescos e Antigos*

ANTIQUÁRIO E MARCENARIA
REFORME SEU ESTOFADO
SOFÁS CAPITONE COM COURO OU VELUDO
Especializado em Antiquidades e Sofás sob medida
FAZEMOS RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS

ORÇAMENTO GRÁTIS
51 3062.0048 / 3226.3609
991.534.156 / 994.080.634

Matriz - 51 3062.0048 Filial - 51 3226.3609
Rua Miguel Tostes, 421 Rua José do Patrocínio, 285
Bairro Rio Branco Bairro Cidade Baixa

www.estofariaaventurini.com.br

Namoro x união estável



É muito comum casais se questionarem acerca do relacionamento, a fim de compreender se o que há entre eles configura um namoro ou uma união estável. Tal dúvida é pertinente pois a união estável, diferentemente do namoro, traz consequências jurídicas (patrimoniais e alimentares). A união estável não depende de escritura pública, pois é decorrente da situação apresentada diariamente, de forma que ainda que uma das partes não tenha o desejo de contrair o relacionamento, ele poderá ser reconhecido.

Ambas as formas de relacionamento pressupõe a continuidade, a durabilidade (embora não exista um tempo mínimo previsto em lei) e a publicidade como requisitos. Porém, para configuração da união estável, necessita-se ainda da "intenção de constituir família", que é a comunhão de vidas e planos de forma concreta, e não apenas através de projetos futuros.

Para tanto, habitar a mesma residência e/ou possuir filhos não são fatores indispensáveis para a configuração da união estável, embora contribuam para o seu reconhecimento.

Por João Pedro Farino Nüske
Sócio do escritório Nüske Advogados Associados
joaopedro@nuske.com.br

Como saber se tenho direito ao PIS?



Para poder sacar o PIS é preciso que obedeça à algumas regras definidas pelo Ministério do Planejamento e a Caixa Econômica Federal, órgãos responsáveis pela organização deste benefício. Para saber se tem direito ao PIS, o cidadão deve se encaixar nos quatro requisitos abaixo.

O trabalhador necessita ter um cadastro de, no mínimo, 5 anos no PIS. Isto quer dizer que caso vá receber o benefício em 2017, seu cadastro precisa ter sido feito em/ou antes de 2012.

No ano-base é preciso ter trabalhado com carteira assinada por, pelo menos, 30 dias consecutivos.

O seu rendimento bruto mensal não pode ter ultrapassado o valor de salários mínimos no ano-base. Isto quer dizer que ele não pode ultrapassar o valor de R\$1.760,00.

A empresa na qual você mantém ou manteve vínculo empregatício precisa ter entregue ao Ministério do Trabalho a Relação Anual de Informações Sociais, também conhecida pela sigla RAIS.

OAB/RS 4.346



NÜSKE ADVOGADOS ASSOCIADOS

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

ADICIONAL DE 25% EM SEU BENEFÍCIO

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

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

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

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

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

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

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



Áries (21 de março - 20 de abril)

Amor: Avalie os prós e os contras de uma relação que se mostra saturada. Não se deixe manipular pelos seus próprios pensamentos!

Saúde: Relaxe. Deixe as coisas fluírem naturalmente. **Dinheiro:** Possíveis mudanças no setor profissional.



Touro (21 de abril - 20 de maio)

Amor: Uma crise conjugal poderá fazer com que a sua relação seja reforçada. Domine a sua agitação, permaneça sereno e verá que tudo lhe sai bem! **Saúde:** período marcado pela alegria e boa disposição. **Dinheiro:** Concentre-se nos planos que traçou para este mês. Caso contrário corre o risco de prejudicar o bom desempenho do seu trabalho.



Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)

Amor: Se desconfia de algo, fale abertamente sobre as suas dúvidas com a pessoa que tem a seu lado. Não perca o contacto com as coisas mais simples da vida. **Saúde:** Imponha um pouco mais de disciplina alimentar a si próprio. **Dinheiro:** Deve ter mais atenção com a forma como gere as suas economias.



Câncer (21 de junho - 22 de julho)

Amor: Prepare um jantar romântico com a sua cara-metade e desfrute cada momento que estejam juntos. Que o Amor e a Felicidade sejam uma constante na sua vida! **Saúde:** Proteja o seu sistema imunitário através daquilo que come. **Dinheiro:** Inicialará um momento de viragem na sua vida profissional, imponha as suas ideias e faça com que as respeitem.



Leão (22 de julho - 22 de agosto)

Amor: Deixe que a sua cara-metade tenha uma palavra a dar na forma como a relação de vocês tem desenvolvido. Seja menos autoritário. Que a leveza de espírito seja uma constante na sua vida! **Saúde:** Psicologicamente, estará um pouco instável. Não acumule dentro de si tantas preocupações. **Dinheiro:** Trabalhe com determinação e afinco mas de forma que não prejudique o seu bem-estar. Não seja tão obcecado pela perfeição.



Virgem (23 de agosto - 22 de setembro)

Amor: A sua cara-metade poderá dar-lhe uma notícia muito agradável. A vida é uma surpresa, divirta-se! **Saúde:** Aproveite o tempo livre e vá dar um passeio ao fim do dia. O contacto com a Natureza fará com que se sinta revigorado. **Dinheiro:** Dedique mais tempo ao descanso e não pense tanto nos problemas profissionais. Lembre-se que amanhã é um novo dia.



Libra (23 de setembro - 22 de outubro)

Amor: Deixe a timidez de lado para conquistar a pessoa que ama. Fale a verdade, de modo carinhoso. **Saúde:** Está sujeito a pequenos acidentes domésticos. **Dinheiro:** Seja perspicaz e poderá obter bons resultados num negócio rentável.



Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro)

Amor: Os seus amigos vão dar-lhe toda a atenção de que precisa. Cultive o relacionamento interpessoal e verá que obterá benefícios. **Saúde:** Perigo

de fraturas. Atenção a degraus. **Dinheiro:** Uma actividade de extra poderá estabilizar as suas finanças.



Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

Amor: É possível que sofra uma desilusão. Convide os seus amigos para sair, espaiреça, não fique em casa. Trate-se com amor! **Saúde:** poderá cometer um pequeno excesso de vez em quando. Não se prive sempre das delícias de que mais gosta. Satisfaça a sua gula, desde que seja com conta, peso e medida. **Dinheiro:** Esqueça as tristezas dedicando-se no trabalho. Mãos à obra, tem muito trabalho pela frente.



Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

Amor: Viva romanticamente e demonstre à pessoa amada que pode acreditar nas suas intenções. Que a alegria de viver esteja sempre na sua vida! **Saúde:** Aproveite ao máximo a vitalidade que sentirá nestes dias. **Dinheiro:** Poderá ser-lhe atribuída uma tarefa de grande responsabilidade.



Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro)

Amor: Demonstre ao máximo o seu romantismo, deixe-se conduzir pela intuição. Permita-se a si próprio a visão da alegria e sinta-a diariamente. **Saúde:** Em vez de ter pensamentos negativos, consulte o seu médico e seja mais optimista. **Dinheiro:** Seja astuto e conseguirá aquela promoção que deseja.



Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

Amor: Evite uma relação amorosa que já não o faça feliz. O seu bem-estar depende da forma como encara os problemas. **Saúde:** Alguns problemas familiares poderão fazer com que se sinta triste. Cuide da sua saúde. Não é uma questão de querer, é um dever. **Dinheiro:** Deverá evitar ter problemas com identidades bancárias.



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** — 360

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA



Casa De Oxalá



LEITURA DO FUTURO ATRAVÉS DOS IFÁS

(Leitura de Búzios Africanos)

Trabalhos para todos os fins:

Negócios, amor, saúde, família e inimigos.

Quem somos?

Yalorixá Mãe Moça de Oxalá, pertencente a nação Cabinda, tendo Umbanda e Quimbanda como seu ponto de equilíbrio, colonista, apresentadora do programa Axê em Debate com 30 anos de experiência e axê, convida você a conhecer sua casa.



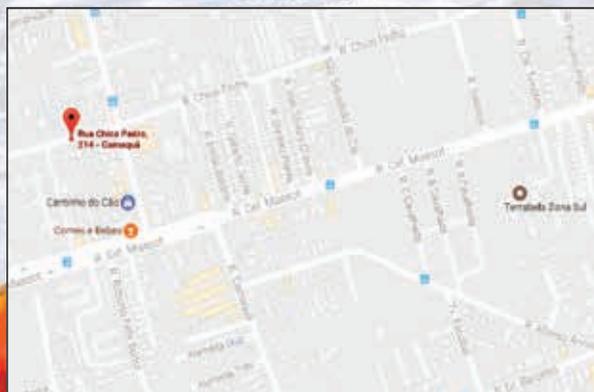
Missão

Ajudar de forma séria, discreta, sigilosa e acima de tudo com ética e respeito para com seu cliente!

Nossa Casa

Situada na zona sul de Porto Alegre, no início do bairro Tristeza, um local amplo, climatizado e extremamente seguro, estacionamento em rua calma, lotação e ônibus na esquina da rua, fácil acesso.

Como chegar



Aceitamos todas os cartões de débito e crédito



Parcelamos em até 6x

Rua Chico Pedro, 214 | Camaquã | Porto Alegre | RS

Fones: (51) 3392.4693 | 98545.8825 | 99556.5758

Site: axeemdebate.blogspot.com

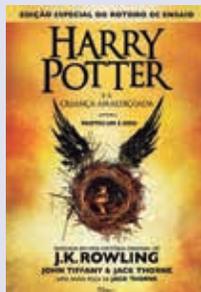
Estreia no cinema: Logan



Após o epílogo de X-Men: Dias de Um Futuro Esquecido, a população mutante diminuiu significativamente e os X-Men debandaram. Logan, cujo poder de cura está diminuindo, se entregou ao álcool e agora ganha a vida como um motorista. Ele cuida de um doente e idoso Professor X, que ele mantém escondido. Um dia, uma desconhecida pede que Logan leve uma jovem garota chamada Laura para a fronteira canadense. Primeiro, ele recusa, porém, o Professor tem esperado um longo tempo para ela aparecer. Laura possui uma grande destreza em luta e em muitas maneiras é igual ao Wolverine. Ela é seguida por figuras sinistras trabalhando para uma poderosa corporação; isso porque seu DNA contém o segredo que liga ela a Logan. Uma perseguição implacável começa. Eles estão envelhecendo, adoecendo e lutando para sobreviver financeiramente. Um decrepito Logan é forçado a se perguntar se ele pode ou mesmo quer usar seus poderes restantes em uso. Parece que no futuro próximo, as vezes em que eles conseguiram colocar o mundo nos eixos usando garras afiadas e empatia acabaram. **Estreia:** 2 de março.

Dicas de livros

HARRY POTTER E A CRIANÇA AMALDIÇOADA



Toda magia de Harry Potter, em mais um livro

Um livro Harry Potter merece estar entre os melhores livros em 2017. Harry Potter e a Criança Amaldiçoada, aliás, tem feito bastante sucesso, ao contar o que aconteceu na vida de Harry, Rony e Hermione vários anos depois dos últimos livros da série. Harry agora é um pai de família que tem um importante passado, mas que pode influenciar a vida dos seus três filhos. Um livro para mergulhar, mais uma vez, em toda a magia de Harry Potter.

anuncie conosco
ProcureAche

Quem não é visto, não é lembrado.

Ligue: 51 3026-8445
996-136-986



Piadas

O Ladrão

O Juiz pergunta ao ladrão: como conseguiu entrar numa casa com cerca elétrica, e tirar todos os bens? O ladrão responde: Seu juiz vim para ser julgado pelos crimes que cometi, não para ensinar os segredos da profissão!

Louco

O Louco estava no manicômio. Chegou uma carta para ele.. Os outros loucos foram ver.. Quando ele abriu a carta tinha uma folha em branco. E ele disse: é do meu irmão. Como você sabe? Perguntaram os outros loucos.. Aí ele disse: Por que a gente não ta se falando.

Pedreiro

Três pedreiros entram de férias e vão a praia pela primeira vez. O primeiro diz: tanta água! O segundo diz: tanta areia! Aí o terceiro diz : vamos embora antes que alguém traga o cimento!

Minutinho

O sujeito vai ao psiquiatra: – Doutor, eu tenho um problema. Não consigo lembrar de nada do que me dizem depois de um minuto, um minutinho apenas, doutor. – E há quanto tempo apareceu esse problema? – Há quanto tempo apareceu o quê, doutor?

Caipira

O cliente (americano) convida a moça a repetir: “Once more!” E a moça responde: “Uai, sô! Eu mor em Pycricaba!”

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Dispositivo de entrada de bancos que é travado pelo detector de metais	↙	"Arma" para capturar o Saci-Pererê (Folcl.)	Extorsões baseadas em ameaça de denúncia	Doutrina do ex-presidente venezuelano Hugo Chávez, inspirada na independência da América do Sul	↘
Pessoa de andar lento e pesado (pop.)	↘	Daniela Escobar, atriz brasileira			
↘			Bebida destilada apreciada com tônica	(?) Cultura, benefício do Governo	
Avião não tripulado, usado em guerras		Alternativa ao álcool e à gasolina (sigla)			Sensação típica da fibromialgia
↘		(?) de Parkinson, doença degenerativa			Festival de música do Rio (sigla)
↘			Creme de legumes		
		Formar; produzir			
"Sexo e as (?)", série de Miguel Falabella		Junta		Molusco no qual se desenvolve a pérola	Abandonar a missão (fig.)
		As drogas como a maconha			
↘			Empresa aérea brasileira (sigla)		Grupo sanguíneo que não possui aglutinina
Casa de Potter, em Hogwarts (Lit.)				Juízo	
↘				Princípio da Lei de Murphy	
Todo, em inglês					
Personagem de Jorge Amado interpretada por Beth Faria na TV		Status de Tiradentes na Inconfidência			
Gargalhava			órgão regulador da indústria petrolífera		(?) Stewart, cantor britânico
↘					
↘				Cidade onde se situa o Coliseu	
(?) de pó, eletrodoméstico de limpeza					

BANCO 3/all — amp — gnv — tam. 5/drone. 10/grfinhóra.

26



Solução

P	P	E	D	E	%	U	M	B	O
S	O	N	E	A	D	O	R		
U	T	I	L	I	T	A	R	I	O
F	E	A	R	S	M	A	L	E	V
%	G	A	S	O	E	R	A	R	
%	I	U	N	E	T	I	R		
A	L	L	S	S	A	B			
T	I	E	A	T	I	N	O		
O	C	M	A	R	T	I	R		
R	I	A	Z	A	S	T			
P	I	X	I	N	G	A	%	M	A
A	S	P	I	R	A	I	D	O	R

CHEGA DE ALUGUEL!

CONSÓRCIO DE IMÓVEIS

- ✓ Sem Burocracia
- ✓ Sem Juros
- ✓ Utilize o FGTS

51 984.803.038



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
Cavallhada - Porto Alegre - RS
chavesul.chaveiro@gmail.com

(51) 3241.6376

(51) 994.049.594

(51) 982.443.743



CORTINA

Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral

Manoela

51 992.515.881 51 984.754.657

cortina.sobmedida@outlook.com

Cortina Sob Medida

MULTI SERVIÇOS e PINTURAS

ARMANDO SANTOS

- Alvenaria • Telhado • Azulejista
- Impermeabilizações • Pinturas
- Outros

www.flashbrico.com

(51) 984.379.605

R. Padre Angelo Corso, 50
Cavallhada - POARS

Desentupidora GRUPOLAR

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

24 HORAS
ORÇAMENTO GRÁTIS

(51) 3381.5840 / 985.046.396

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



ROTEIRO FINAL DE SEMANA 2017 - Março a Dezembro



ROTEIRO INCLUI: Transporte + 01 noite de Hospedagem em Bal. Camboriú com 02 cafés da manhã e 01 jantar + ingresso de 01 dia no Beto Carrero World + 01 almoço no retorno da viagem + serviço de bordo e guia!

POR APENAS: R\$ 498,00 a vista por pessoa ou R\$ 570,00 a prazo em 01+05x de R\$ 115,00 nos cartões!

FUTUR

Agência de Viagens e Turismo

INFORMAÇÕES: (51) 3347-0345 WHATSAPP: (51) 99272-9796
ATENIMENTO 24HS

Climatização Bueno

Prestadora de Serviço LTDA

Instalações e Manutenção de Ar Split's
Instalações Elétricas
Manutenção e Limpeza de Ar de Janela

Solicite uma visita técnica sem compromisso.
Atendemos em Porto Alegre e Grande Porto Alegre

Acesse nossa Loja Virtual: www.buenoarcondicionado.com.br

(51) 4141.1244 / 3023.8130 / 985.789.710 / 991.101.764 / climatizaobueno@gmail.com

Aceitamos:



Com Vendas pelo Site!

No site da ProcureAche você tem acesso às edições anteriores da revista
www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores