



APARELHOS AUDITIVOS



CONSULTAS
E TESTES
DE APARELHOS
100% DIGITAIS

Parcele em até 12 vezes

Assistência Técnica
e Acessórios Multimarcas

desde
2000

LIGUE E SOLICITE

ATENDIMENTO
EM CASA

3224.3242 98140.45.14
Rua dos Andradas, 1755 cj.51
www.audicaors.com.br

AUDIÇÃO
Aparelhos Auditivos

OFERTAS DE

Carnaval

**LEVE 2
PAGUE 1**

Válido para modelos Intracanal, enquanto durarem os estoques. Para compra do mesmo usuário, direito e esquerdo.

51 3126 5001
51 3012 2599

Bellosom
Aparelhos Auditivos

Av. Assis Brasil, 3768
Jd. Lindóia

Faustão

Compra e venda de
Cédulas e Moedas



Fone: (51) 99799-2837

UNIDAS - HAHN

Serviços Funerários

"Mais do que funeral, organizamos homenagens"

(51) 99986.2111 / 3225.5523

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com.br / funerariasunidas@gmail.com

Funerària Unidas - Hahn

Cremação com Capela R\$ 1.650,00



DESENTUPIDORA

Pias - Ralos - Vasos - Fossas
Caixas de gordura - Esgoto em geral

DEDETIZADORA

Controle e manejo de pragas - Cupins
Insetos rasteiros - Voadores e baratas
Limpezas de caixa d'água - Hidrojateamento

Maximu's
DESENTUPIDORA



(51) 98474.8338 / 98224.0040 / 3431.9426

J.Piega

Construções e Reformas

Revestimentos Cerâmicos
Elétrica / Hidráulica / Telhado
Gesso / Alvenaria / Sistema de Incêndio

(51) 984.843.879

www.allocaixas.com
@allocaixas

Vai mudar?

Temos a caixa ideal para
proteger seus pertences!

(51) 99144-3870

Temos também plástico bolha
e fita adesiva!

faça seu orçamento e receba em casa!
ligou, pediu, chegou



CIDA ELETRICISTA PODE TE AJUDAR!

- Serviços elétricos em geral;
- Manutenção;
- Reparos;
- Novas instalações;
- Revisão da rede elétrica;
- Troca de voltagens;
- Limpeza, higienização e manutenção preventiva de ar condicionado.

(51) 99400-9489 @cida_eletricista

Entre em contato e agende o seu orçamento!

Cida
ELETRICISTA





ProcureAche Expediente:

Não encontrou a revista impressa?
Acesse On-line em:

www.procureacherevista.com.br

20 Anos de Jornalismo e Comunicação

Contato: **(51) 981.427.686**

f /revistaprocedureache

instagram revista_procureache

E-mail: procureachemidia@gmail.com

Editora: Maria das Dores Pereira



PRECISANDO DE UMA MAQUININHA DE CARTÃO?

Garanta já a sua!

(51) 992.075.197
Consultora Pamella

0,79%
No débito e crédito à vista

Parcelado em 12x
8,99%

CPF e CNPJ
Sem aluguel
Garantia vitalícia



RMA ELÉTRICA AUTOMAÇÃO

PELÍCULA INTELIGENTE - Único profissional autorizado em POA

AUTOMAÇÃO	Iluminação, Sistemas, Áudio, Vídeo, Alarme, Segurança
COMERCIAL	Sistemas, Iluminação, Câmeras, Portão
PREDIAL	Sistemas, Câmeras, CFTV, Portarias, Catracas
ELETRICA	Painel de Energia, Fiação, Quadros de energia
CÂMERAS CFTV	Sistema integrado, Instalação

Agende sua VISITA **(51) 98953.6666**

SANTANA Ferragem

COMPRE PELO WHATSAPP **(51) 93300-8504**
Rua Santana, 1302

FERRAGEM, HIDRÁULICA E ELÉTRICA
SISTEMA TINTOMÉTRICO KILLING

Divulgue o seu negócio além do impresso!

ProcureAche



Seu negócio em vídeo para todos verem!

Agora os anunciantes da revista ProcureAche podem contar com um canal exclusivo para divulgarem os seus produtos e serviços!

Basta enviar algum vídeo que você queira divulgar, que publicamos em nosso canal do YouTube!

Conte ainda com toda a integração das nossas redes sociais para divulgação em diferentes plataformas!

Grupo exclusivo no WhatsApp

f /revistaprocedureache

instagram @revista_procureache

@revistaprocedureache

Para maiores informações, entre em contato:

(51) 981.427.686

Ponto das Fraldas

Preço de Atacado

FRALDAS ADULTAS

- Pacotes com 50und
- Absorventes Geriátricos com 50und
- Pacotes Cobre Leito

menor valor do mercado

FRALDAS INFANTIS

- Pacotes com 30und
- Pacote com 50und
- Pacote com 100und
- Lenços umedecidos



■ Vendemos também tapetes pet

51 99249.4052

Av. Protásio Alves, 7731 -Lj,03

BETO - SERVIÇOS E INSTALAÇÕES



- Reformas Elétricas
- Ar Condicionado
- Hidráulica
- Pinturas e pequenas reformas
- Montagem e Desmontagem de Móveis
- Instalação de Lustres e Ventiladores de Teto

51 98564.4004

Serviços Gerais e Pequenos Reparos



- * Conserto de Persianas * Pedreiro
- * Pintor * Azulejista * Hidráulica * Elétrica

Júlio Cesar 51 98566.5874

**Manutenção • Acessórios
Películas • Capinhas
Celulares Seminovos***

* COM 9 MESES DE GARANTIA

siga nos nas redes sociais:

51 98508.1888 cellmaais

Av. do Forte, 1776, Vila Ipiranga - POA/RS



SERVIÇOS DIFÍCEIS SÃO BEM-VINDOS!!!

EQUIPE PRÓPRIA

- * HIDRÁULICA
- * TELHADO
- * RESERVATÓRIO
- * IMPERMEABILIZAÇÃO
- * ALVENARIA
- * CARPINTARIA
- * PINTURA
- * RAPEL SERVIÇOS

INDICAÇÕES:

- * Limpeza Caixa D'Água
- * Eletricidade
- * Funilaria
- * Serralheria
- * Moto-bomba
- * Aquecedor a gás
- * Marcenaria
- * Esquadrias
- * Gesso
- * Desentupimento

51 - 9.9297.1616
ALBANO SCHUCK FILHO

COMPRAMOS MOEDAS ANTIGAS ANTIGUIDADES EM GERAL



99966.0548 ♦ 98250.2269

DENTISTAS E MÉDICO *CONSULTA MÉDICA R\$ 150,00

PRÓTESE FLEXÍVEL

A prótese dentária flexível é feita de forma personalizada, em materiais à base de resinas específicas. Pelas suas características, tornam a prótese totalmente flexível, mantendo a rigidez necessária para a sua função de substituição de dentes ausentes.



Este novo tipo de prótese é muito popular entre pessoas que não se adaptam às próteses rígidas de acrílico convencionais. **Marque uma avaliação!**

Médico da família

Especialistas em Aparelhos Ortodônticos
Implantes Dentários
Clareamento
Próteses
Restaurações
Limpeza



Liliane Rigon
CRD 17240

Federico Braga
CRD 18143

3414.6767

Marque sua hora!

Av. Wenceslau Escobar 2667 sala 301



Desde 1996

MÉDICO GERIATRA - ENFERMEIRA - NUTRICIONISTA
TERAPEUTA OCUPACIONAL - EQUIPE DE CUIDADORES
SALAS DE CONVIVÊNCIA - QUARTOS AMPLOS

☎ 51 3387.4777

Tatiana Vittorazzi

Lucia Vittorazzi

☎ 51 99968.5661

☎ 51 99981.6251

R. Dr. Ernesto Ludwig, 538 - Chácara das Pedras

9 Dicas para escolher o seu aparelho auditivo

Depois de passar por uma consulta com um especialista e a perda auditiva for constatada, é hora de escolher o aparelho auditivo que mais se adapta às suas necessidades. Mesmo assim, algumas dúvidas surgem na hora de adquirir o equipamento; por isso na edição anterior da revista detalhamos 3 dicas para a escolha assertiva do seu Aparelho Auditivo (Dica 1 Consulte um fonoaudiólogo; Dica 2 Entenda sua Perda Auditiva; Dica 3 Considere seu estilo de Vida). Veja mais dicas:

Dica 4 - Avalie diferentes estilos: Os aparelhos auditivos têm vários estilos, incluindo atrás da orelha conhecidos como Retroauriculares ou dentro da orelha chamados de Intras. Cada tipo tem suas próprias vantagens e considerações. Discuta os prós e os contras dos diferentes estilos com seu fonoaudiólogo para determinar qual deles se adapta às suas preferências, conforto e necessidades auditivas.

Dica 5 - Considere conectividade: Os aparelhos auditivos modernos oferecem uma variedade de opções de conectividade e recursos avançados. Alguns aparelhos auditivos podem se conectar sem fio ao seu smartphone, permitindo transmitir chamadas telefônicas, músicas e outros tipos de áudio diretamente para seus aparelhos auditivos. Identifique quais elementos são essenciais para você e discuta-os com seu fonoaudiólogo.

Acompanhe as próximas edições para mais dicas.

Procure o Profissional da Saúde Auditiva para maiores informações.

SONATA APARELHOS AUDITIVOS
51-3022.2100 / 98201.0132



STUDIO
MOVIMENTO DO CORPO
Treinamento Funcional

Aula experimental. Venha conhecer!
Aulas com 1 hora de duração.
Treinamento personalizado,
focado no seu objetivo.

- Preparação física para concursos.
- Perda de peso, maior gasto calórico.
 - Aumento da resistência.
- Equilíbrio, força e flexibilidade em uma única aula.
 - Aulas para terceira idade.

Av. Assis Brasil, 107 - Sala 02
Passo D'Areia - POA

(51) 3024.3097

(51) 9.9933.8767

☎ João Paulo

SONATA
aparelhos auditivos



R\$ 10,00

MÁXIMO 10 CARTELAS POR CLIENTE



APARELHO

A PARTIR DE

R\$ 1.990,00

LIQUIDA SONATA
APARELHOS AUDITIVOS



**COMPRE 1
LEVE 2**

📍 Av Dr Nilo Peçanha, 2564 - Poa/ RS
Próximo ao Shopping Iguatemi
Estacionamento Gratuito

☎ 51 3022.2100

☎ 51 98201.0132

OFERTAS DE

Carnaval

LEVE 2
PAGUE 1

Válido para modelos Intracanal,
enquanto durarem os estoques
Para compra do mesmo usuário,
direito e esquerdo



51 3126 5001

51 3012 2599

Bellosom

Aparelhos Auditivos

Av. Assis Brasil, 3768
Jd. Lindóia

Recanto Geriátrico



Janaina
janacv2004@yahoo.com.br

3414-3014

Claró 99348-3807

vivo 99606-9279

R. Afonso Pena, 44 - Azenha - POA/RS

Você sabe o que é Fitoterapia?

A fitoterapia é uma prática terapêutica que utiliza substâncias ativas obtidas de plantas medicinais com o objetivo de prevenir, aliviar ou tratar diversas condições de saúde.

Essa abordagem é praticada em várias culturas ao redor do mundo.

Os fitoterápicos podem incluir diferentes partes das plantas, como raízes, folhas, flores, cascas e sementes.

Essas partes podem ser utilizadas in natura, secas, em infusões, tinturas, extratos, cápsulas, entre outras formas de preparo.

A prática da fitoterapia está associada a diversas tradições médicas, incluindo a medicina tradicional chinesa, a medicina ayurvédica indiana, a medicina indígena e muitos sistemas de medicina folclórica.

Cada tradição tem suas próprias plantas específicas e métodos de preparação.

BioHope - (51)99468.4272



BioHope

TERAPIAS INTEGRATIVAS

Eduardo Paiva
TERAPEUTA INTEGRATIVO

MEC/CNE/CES: 1225
FENATE/RS: 0027

Terapia Ortomolecular
Biomagnetismo
Análise por Biorressonância Magnética
Bioenergética
Telebiomagnetismo
Desintoxicação Iônica
Fitoterapia & Naturopatia

ATENDIMENTO ON-LINE

(51) 99468-4272

@jeduadoterapeuta

Rua José de Alencar, 386 - SI 402 - Menino Deus

Ozonioterapia na dor crônica

Se você sofre diariamente com dores crônicas, você sabe exatamente que a rotina torna-se ainda mais complicada e cansativa, pois além de precisar lidar com as dores que podem ser bastante intensas em alguns momentos, ainda é preciso conciliar todo esse incômodo com as demandas da rotina.

Já existe no mundo da saúde alternativas para o tratamento e para o alívio das dores crônicas para que o paciente possa ao menos conseguir levar uma rotina mais tranquila.

E entre esses tratamentos que contribuem com a diminuição das dores, está a aplicação da ozonioterapia uma alternativa que atua de forma eficaz no combate das dores crônicas.

Estudos mostram que os resultados nos tratamentos para dores ortopédicas podem ser potencializados com terapias complementares minimamente invasivas, como a Ozonioterapia.



A técnica de ozonioterapia utilizada depende de cada quadro, no entanto, as abordagens mais comuns para dores ortopédicas consistem em auto-hemoterapia, injeção intramuscular, aplicação intra-articular, intravenosa direta ou intra-articular.

Podendo ajudar em quadros como:

- Tendinite
- Distensão muscular
- Bursite
- Ruptura de ligamentos
- Artralgia
- Artrose
- Lombalgia



Clínica
Evandro Costa

Fisioterapeuta - Acupunturista - Ozonioterapeuta
CREFITO 149068-F

Aponte a câmera do seu celular e saiba mais sobre a ozonioterapia



Rua 24 de Outubro, 1681 - Sala 608

(51) 9-9274-3130

@clinicaevandrocosta



O MELHOR CUIDADO DEPENDE DA MELHOR ESCOLHA

Creche
Diurno e noturno

Atividades diárias

Fisioterapia coletiva

Trabalhos manuais

Acompanhamento Médico e Nutricional
(especialista na saúde do idoso)

Enfermagem 24hs / Serviço de Hotelaria / Espaço Solar

(51) 2112-8546

(51) 99872-1513 (51) 99389-5091

Av. Professor Paula Soares, 1368 - Jardim Itú Sabará

**CLÍNICA GERIÁTRICA**
LUZ DA VITÓRIA**Acompanhamento Médico e Nutricional**
(especialista na saúde do idoso)Enfermagem 24hs Serviço de Hotelaria
Espaço Solar Monitorado por câmeras**Creche Diurna ou Noturna: atividades diárias,**
fisioterapia coletiva, trabalhos manuais

3072.1963 | 99872.1513

Av. Dom Cláudio José G. Ponce de Leon, 473
Bairro Vila Ipiranga**Dengue: Proteja-se e Una-se pela Saúde Coletiva neste Verão!**

Com a chegada do verão, as altas temperaturas propiciam a proliferação do *Aedes aegypti*, transmissor da dengue. É crucial intensificar os cuidados para evitar a doença, que pode ter complicações graves. O primeiro passo é eliminar possíveis criadouros do mosquito, como recipientes com água parada. Proteger a residência com telas em janelas e portas é importante, assim como manter limpeza e organização. Para proteção pessoal, use repelentes, roupas compridas e evite locais com muitos mosquitos. Esteja atento às orientações de saúde e compartilhe informações. A colaboração de todos é essencial: faça vistorias regulares em casa e conscientize vizinhos. Proteja-se neste verão e contribua para um ambiente livre da dengue.



Por meio da conscientização e da colaboração coletiva, podemos reduzir significativamente os casos de dengue em nossa comunidade. Cada indivíduo desempenha um papel crucial na prevenção dessa doença, e juntos podemos criar um ambiente mais saudável e seguro para todos.

Inscreva-se no nosso canal do YouTube:**ProcureAche****Agafarma**
Cuida com coração**TELE-ENTREGA**

Segunda a Domingo, das 08:00 às 21:00

(51) 3374.4926

(51) 3374.7947

(51) 98629.1176

(51) 99489.8106

Av. Eng. Felício Lemieszek, 125 - Humaitá - POA/RS

Retok & Cor
Ferragens**Ferragens e Tintas**

Tele-entrega

(51) 3273.4671

99746.8697

Horário: de seg à sáb das 8h às 19h

(Fica no mesmo centro comercial da Agafarma Humaitá)

Benefícios de uma boa bengala para os idosos

A bengala é um acessório indispensável para muitos idosos, oferecendo estabilidade e segurança durante a locomoção. Além de reduzir o risco de quedas, ela alivia a pressão sobre as articulações, proporcionando alívio da dor para aqueles com problemas como artrite. Ao aumentar a confiança e independência dos idosos, a bengala encoraja a atividade física e facilita a mobilidade em terrenos desafiadores. Sua portabilidade e praticidade a tornam uma ferramenta valiosa tanto para uso diário quanto para atividades ao ar livre, contribuindo significativamente para uma melhor qualidade de vida na terceira idade. Conte com as melhores opções de bengalas com as Bengalas Cristo Redentor!



Massagem Tântrica

A Massagem Tântrica nos leva em uma jornada de conexão profunda com nosso ser interior, harmonizando corpo, mente e espírito. Permita-se sentir as sutis vibrações terapêuticas despertando a sua energia, trazendo cura e transformação para a sua vida.

Massoterapia Jacque - (51) 99431.1051 / 3374.5133



Permita mais prazer na sua vida!

www.jacquezenspa.com.br

Terapias:

Anti Stress - Tântrica Thai - Tântrica Thai Êxtase Ligan - Four Hands - P. Spot

A Jacque Massoterapia é uma clínica de terapia e relaxamento que dedica-se exclusivamente a tornar seu dia mais feliz. Tudo isso em um ambiente de altíssimo nível e super discreto.

☎ 51 9 9431.1051 / ☎ 51 3374.5133

Av. Presidente Franklin Roosevelt, 1225 - São Geraldo - POA/RS

Gengiva que sangra constantemente

A saúde bucal é de extrema importância para o nosso bem-estar geral, e um problema comum que muitas pessoas enfrentam é o sangramento constante da gengiva. Esse sintoma pode ter diversas causas, sendo a principal delas a doença periodontal, também conhecida como gengivite.

A gengivite é uma inflamação na gengiva causada pelo acúmulo de placa bacteriana nos dentes e na linha da gengiva. Quando a placa não é removida corretamente através da escovação e do uso do fio dental, ela se mineraliza e forma o tártaro, uma substância endurecida que irrita a gengiva, levando ao sangramento.

Além da gengivite, há outras possíveis causas para o sangramento gengival constante, como o uso incorreto da escova de dentes ou do fio dental, traumatismos na área, deficiências nutricionais, alterações hormonais e o uso de alguns medicamentos.

Caso você esteja enfrentando esse problema, é fundamental buscar a orientação de um dentista. O profissional poderá avaliar a saúde bucal, identificar a causa exata do sangramento e indicar o tratamento mais adequado.



**BENGALAS
CRISTO
REDENTOR**

**BENGALAS
CRISTO REDENTOR**

Venda e Aluguel

- Cadeiras de Rodas
- Bengalas • Andadores
- Camas Hospitalares
- Coletes Produtos Ortopédicos
- Fraldas Geriátricas

TELE-ENTREGA

Segunda à Sexta das 8h às 19h
Sábados das 8h às 16h

☎ 51 3362.2529 | 3341.4592 | 991.827.481

Rua Domingos Rubbo, 104 - Cristo Redentor - Porto Alegre - RS
www.bengalascristoredentor.com.br

**Anuncie na
ProcureAche**

Reinvente o seu negócio e
alcance novos clientes
todo mês com a revista
ProcureAche!

Chame e adicione no Whats

51 981.427.686



NOVARE
ODONTO & SAÚDE

Conquiste agora o sorriso
dos seus sonhos!

DIVERSAS ESPECIALIDADES
ESPERANDO POR VOCÊ!

IMPLANTES DENTÁRIOS

APARELHO INVISÍVEL



UNIDADE LOMBA DO PINHEIRO:

☎ 51 9 9502-8332

UNIDADE AGRONOMIA:

☎ 51 9 9315-1045

UNIDADE HÍPICA:

☎ 51 9 9862-1131



brillare
Odontologia

Dra. Maira Toffo Porto
CRO/RS 18.897
Cirurgiã-dentista, especialista em Ortodontia

Agende o seu horário pelos fones:
3372.5093 / 99237.8363

Aparelhos ortodônticos
Invisalign doctor
Odontologia estética
Aplicação de botox e ácido hialurônico
Restaurações
Lentes contato

Facetas
Clareamento
Proteses
Tratamentos
Limpezas
Extrações



Av. Assis Brasil, 3535 - sala 715
www.dramairaporto.com

Lar do Idoso

O carinho que seu idoso merece!

www.lardoidoso.com



Oferecemos:
* Enfermagem 24hs
* Médico
* Quartos individuais e coletivos
* Ambiente familiar

Fone: (51) 3343-6729
Cel: (51) 99287-7393

Rua Ricalde Marques, 114
Jardim São Pedro - POA - RS

De quanto em quanto tempo ir ao médico depois dos 60?



Após os 60 anos, é recomendado visitar o médico regularmente para check-ups anuais ou a cada seis meses, dependendo da saúde individual e dos fatores de risco.

Essas visitas ajudam a monitorar a saúde, prevenir problemas e atualizar vacinas. Sempre siga as recomendações do seu médico para a frequência das visitas com base em suas necessidades de saúde.

Benefícios da Kombucha para a saúde

A kombucha é uma bebida fermentada rica em probióticos, que promove a saúde intestinal, fortalece o sistema imunológico e possui propriedades antioxidantes. Seus benefícios incluem a melhoria da saúde digestiva, a regulação dos níveis de açúcar no sangue e a proteção cardiovascular. No entanto, deve ser consumida com moderação devido ao seu teor de ácido acético e potencial produção de álcool durante a fermentação.

Kombucha

Aliado poderoso para a sua saúde e bem-estar!



Adquira Produto 100% Artesanal

Fone/WhatsApp

(51) 997.889.686



Pensionato de Idosas

Bom Pastor

Compromisso com a Vida e Dignidade das Pessoas

O Pensionato Bom Pastor está completando 7 décadas de muitas histórias, mas sempre com novidades: Agora gerando energia sustentável com placas solares e um novo e belo jardim!



PREÇOS ACESSÍVEIS

Av. Teresópolis, 2669
Bairro Teresópolis - POA/RS

administradora.poa@amep68.org.br

penbompastor

Agende uma visita!

(51) 3233.0634

Qual a importância de uma boa estética dentária?



Uma boa estética dentária é importante por várias razões, incluindo:

Autoestima: Ter um sorriso bonito pode aumentar a autoconfiança e a autoestima de uma pessoa, permitindo que ela se sinta mais confortável e confiante em situações sociais e profissionais.

Saúde bucal: Muitas vezes, uma boa estética dentária está associada a uma boa saúde bucal. Manter os dentes e as gengivas saudáveis não apenas melhora a aparência, mas também reduz o risco de cáries, doenças gengivais e outras condições bucais.

Comunicação: Um sorriso agradável pode facilitar a comunicação interpessoal, tornando as interações sociais mais agradáveis e positivas.

Impressão geral: A aparência dos dentes pode influenciar a primeira impressão que os outros têm de uma pessoa. Ter um sorriso bem cuidado pode transmitir uma imagem de higiene, saúde e cuidado pessoal.

Funcionalidade: Além da estética, os dentes desempenham um papel crucial na mastigação e na fala. Ter dentes saudáveis e alinhados pode melhorar a capacidade de comer e falar adequadamente.

Por essas razões, cuidar da estética dentária não é apenas uma questão de vaidade, mas também de saúde e bem-estar geral.

BENÔITA VIAGEM

Quanto mais você viaja, mais rica fica sua história!

FEVEREIRO

- ✓ 17 e 18/02 Vindima em Otávio Rocha (RS) - c/ pernoite
- ✓ 21 a 23/02 - Águas Termais em Vila Flores - Pousada Frei Capuchinhos (RS)

MARÇO

- ✓ 24 a 27/03 - Costão do Santinho (SC)
- ✓ 29/03 - Imigrante (RS) - Espetáculo Paixão de Cristo

ABRIL / MAIO

- ✓ 25/04 a 01/05 - Cartagena (Colômbia)

OCTUBRO

- ✓ 09 a 17/10 - Dubai - Emirados Árabes

Operamos com roteiros personalizados e com grupos fechados.
Cadastre-se conosco para receber nossos informativos de viagens.

Informações e reservas: 51 99161-1134

Viajar faz bem para a sua saúde mental!

Viajar pode ser benéfico para a saúde mental de diversas formas:

1. Reduz o estresse ao proporcionar uma pausa na rotina.
2. Aumenta a felicidade através da exploração de novos lugares.
3. Expande horizontes ao expor a novas culturas e perspectivas.
4. Estimula a mente ao enfrentar desafios como aprender novos idiomas.
5. Fortalece relacionamentos ao compartilhar experiências.
6. Aumenta a autoconfiança ao superar obstáculos.
7. Oferece tempo para reflexão e autoavaliação.

Lembre-se de que cuidar bem de si mesmo durante as viagens é essencial para garantir uma experiência positiva para a saúde mental.

Dra. Ana Laura Sánchez
ORTODONTIA DIGITAL | ODONTOLOGIA ESTÉTICA

NOSSOS SERVIÇOS:

- Próteses Dentárias
- Estética / Restaurações
- Clareamento Dentário
- Limpeza / Doenças da Gengiva
- Tratamento para Bruxismo
- Botox / Preenchimento
- Ortodontia

Shopping Lindóia:
Av. Assis Brasil, 3532 / SI.310



Fone: 51

3347.6285

9.9774.1443

draanalaurasanchez
 /draanalaurasanchez

SERRALHERIA
Lippert & 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 | 985.556.198 | 992.312.220

Av. Bernardino Silveira Pastoriza, 1070 - Bairro Sto. Agostinho - POA/RS

DANER
 MOTORES

ASSISTÊNCIA AUTORIZADA: **Trapp** **STIHL** **KARCHER**

ANDERSON JOSÉ DE PRADE
 TÉCNICO RESPONSÁVEL

51 3248.2575 | 51 3249.1916
51 99833.4548 | 51 99643.9344

atendimento@danermotores.com.br

Av. Edgar Pires de Castro, 185 - Hípica - POA/RS

Real
FECHADURAS
 TUDO SOBRE FECHADURAS

51 3341.7112
51 9 8122.7674

VR **Construtora**
 Do alicerce ao telhado

- Hidráulica • Elétrica (entrada de luz padrão) • CEEE
- Pinturas predial e residencial • Pisos, Porcelanatos
- Instalação de conversor de antena
- Instalação e manutenção de ar-condicionado
- Venda e instalação de postes • Podas de árvores
- Reformas em geral

Tratar com Roque - **Fone: 98541.5316**

SOUZA LIMA
 SOLUÇÕES

Instalações hidráulicas
 Troca de registros e torneiras
 Rede de água quente, fria e esgoto
 Limpeza de caixa d'água
 Reparo em tubulações

(51) 99434-1653 EDUARDO

Jardinagem
 Manutenção em Geral
 Limpeza de Terreno
 Limpeza de Caixa de Água
 Podas de Árvores
Osmar
 Cel.: 99284.8968

Rua Gentil Claudionor de Souza Lopes, 65 - Bloco 4, apto 503
 Condomínio Figueiras III - Bairro Chapéu do Sol

Repelente caseiro e medidas para se proteger do mosquito da dengue

Uma receita simples para eliminar focos do mosquito da dengue é preparar um repelente caseiro. Misture 1 litro de água com 10 gotas de óleo essencial de citronela, eucalipto e lavanda em um frasco de spray. Agite bem e aplique nas áreas expostas da pele, evitando contato com os olhos e mucosas. Além disso, é fundamental manter o ambiente limpo, eliminando água parada onde os mosquitos possam depositar ovos, usar mosquiteiros em janelas e portas, e vestir roupas que cubram o corpo para prevenir picadas durante períodos de maior atividade dos mosquitos, como ao amanhecer e ao entardecer. Essas medidas combinadas podem ajudar a reduzir a propagação do mosquito da dengue e a incidência da doença.



JJ_ASSISTEC
ASSISTÊNCIA TÉCNICA

- * Climatização (ar condicionado)
- * Refrigeração (geladeira, freezer, câmara fria, visa cooler, ilha e etc...)
- * Aquecedor (GLP, GN)
- * Elétrica residencial
- * Máquina (lava e seca, secadora)
- * Forno (microondas)

ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES

FAÇA JÁ O SEU ORÇAMENTO
(51) 99217.8140

JJ_ASSISTEC | **jjassistec@gmail.com**





Mr. Protect
CONTROLE DE PRAGAS

ACABE COM OS CUPINS HOJE!

Baratas, formigas, ratos, morcegos, pombos.

Faça seu orçamento grátis!
contato.mprotect@gmail.com

(51) 3377.3060 (51) 99800.0538



Maximu's
REFORMAS EM GERAL

Construção	Pintura
Acabamentos	Reparos
Manutenção	Reformas Elétricas
Serviços de alvenaria em geral	Hidráulica
Colocação de pisos e azulejos	Serviços de emergência

(51) 98474-8338 (51) 98224-0040 (51) 3431-9426

ACEITAMOS OS PRINCIPAIS CARTÕES * consulte demais formas de pagamento



Emerson Eletricista - CREAMS 187307

SP ELÉTRICA **51 98410 9726**

speletricapoa@gmail.com

Instalação de:

- Tomadas 220V
- Chuveiros, torneiras
- Interruptores, disjuntores
- Sensores, fotocélula
- Troca de fiação
- Manutenção corretiva e preventiva residencial em geral

CASA ARCO

Seu lar mais completo

PEÇAS

reposição para fogões eletrodomésticos e refrigeração

- FOGÕES E FOGAREIROS À GÁS
- PANELAS (paejeiras, mocotó, etc)
- ELETRDOMÉSTICOS
- UTILIDADES PARA O LAR
- MATERIAL HIDRÁULICO E ELÉTRICO
- REFRIGERAÇÃO
- FERRAGEM
- TRANSFORMADORES

www.casaarco.com.br

(51) 99241.3053

Rua Pinto Bandeira, 493 - POARS
(51) 3224.5512 - 3224.5755

AQUECEDORES A GÁS

COSMOGÁS

ASSISTÊNCIA TÉCNICA ESPECIALIZADA
CONSERTO e INSTALAÇÃO

SAKURA, RINNAI, KOMECO, BOSCH e outros

JUNKERS
Serviço com garantia

30 ANOS de experiência

3341.0667 996.842.072

Rodrigues

Instalação e Manutenção

Split - Elétrica - Ventilador de teto
Pintura Residencial - Hidráulica
Cerâmica - Reformas em Geral.

ACEITAMOS CARTÕES

(51) 98467.2544
(51) 99437.9469

HIDRÁULICO 24HORAS

Torneiras / Pias / Vasos / Válvulas
Vazamentos / Colunas e desentupimentos

51 991.215.842

ZONA NORTE FERRAGEM

4066.6944
99856.9225

AV. ASSIS BRASIL, 658-662

CortiFlex

Cortinas & Persianas

VENDAS E CONSERTO
LAVAGEM
MANUTENÇÃO EM GERAL

EDSON VEDI (51) 99889.0715 CortiFlex

Cláudio Persianas
VENDA E MANUTENÇÃO







Persiana Rolô
 Persianas Externas
 Persiana Romana
 Persiana Vertical
 Tela Mosquiteiro

Conteúdo em geral

51 992.975.314 ORÇAMENTO GRÁTUITO

TRANSPORTES
MARQUINHOS

FRETES - VIAGENS - MUDANÇAS

Embalamos
 Desmontamos e montamos
 Descarte de Móveis

Atendemos domingos e feriados
 Preços acessíveis
ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES DE CRÉDITO

98150.3642

CLAUDIOMIRO PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS E CONSTRUÇÕES

- ELÉTRICA E HIDRÁULICA
- PINTURAS EM GERAL
- COLOCAÇÃO DE PISO CERÂMICO
- REFORMA DE FACHADAS
- SERVIÇOS DE JARDINAGEM
- REPARO E TROCA DE TELHADO
- LIMPEZA DE CALHAS E CAIXAS D'ÁGUA
- TROCA DE CHUVEIRO E TORNEIRA ELÉTRICA
- REFORMAS EM GERAL
- MÃO DE OBRA FEMININA;
- FAXINA E LIMPEZA PÓS OBRA
- SERVIÇOS DE SERRALHEIRO

ORÇAMENTO GRÁTUITO EMITIMOS NOTA FISCAL
 PARCELAMOS EM ATÉ 12X NO CARTÃO DE CRÉDITO

98638-6669 / 98310-9903

Alex - Assistência Técnica

► Refrigeração ► Ar condicionado
 ► Máquina de Lavar

LG SAMSUNG BRASTEMP YORK

Soluções em climatização

(51) 99186.0550

JR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS
CONSERTOS DE ELETRODOMÉSTICOS

99940-9565

João

CNPJ: 44255425/0001-17

25 ANOS

ALÔ FOGÃO
Luis Paulo

- Forno e Fogão
- Aquecedor de água
- Montagem de tubulação GLP-GN
- Restaurantes e Cozinhas Industriais
- Conversão GLP / GN

luispaulo.rosa255@gmail.com

51 99845.4550

ASSISTEC - SUL

REFRIGERAÇÃO E MÁQUINAS
 Serviço Autorizado

AR-CONDICIONADO (INSTALAÇÃO, MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO)

FREEZER - GELADEIRA
FROST FREE - LAVA LOUÇAS

Serviços com garantia

51 3516-8189

991 223 074 985 181 587

Est. Costa Gama, 1582 - B. Velho - Técnico José Carlos

JAF
 ELETRICISTA

SERVIÇOS DE ELETRICIDADE EM GERAL

Residencial - Comercial - Industrial

- Troca de fiação de apto, casa e colocação de lustres
 - Disjuntores, tomadas padrão ABNT
- Execução de projetos novos e reforma elétrica
- Ventilador de teto, sensores de presença
- Instalação de ar-condicionado de janela c/ moldura
- Instalação elétrica de split + Serviço de emergência

Técnico João Francisco

3339.3409 / 999.662.794

JLL PERSIANAS

VENDAS E MANUTENÇÕES
CONSERTOS EM GERAL

Leonardo Reis Silvano

(51) 99585-2387

(51) 2111-3052

SERVIÇOS: TROCA DE CORDAS, FITAS, MOLAS, CARRINHOS, ROLOS, TRAVAS, TALAS, EIXO, BATERIES E COMANDOS EM GERAL.

jllpersianas@gmail.com
 jllpersianas JLL Persianas

Av. Sertório, 592, sala 201 - Navegantes - Porto Alegre /RS

Revestimentos cerâmicos
 Porcelanato
 Texturas
 Pinturas em geral
 Instalações elétricas
 Instalações hidráulicas
 Cozinhas / Banheiros
 Lareiras

PICHANI
 Construções & Reformas

COMPROMISSO COM O CLIENTE

Faça seu orçamento gratuito (51) 98065 7266

E-mail: claudineipichani1@gmail.com

distribuem as revistas:

Cuidados Alimentares para Gatos: Evitando Perigos Comuns



Os gatos são amados como membros da família, mas é essencial estar ciente dos alimentos que podem representar perigos para eles. Aqui estão quatro alimentos a serem evitados:

Açai: Apesar de ser popular entre humanos, o açai pode causar complicações gástricas nos gatos, como diarreia e vômito, devido ao seu alto teor de açúcar.

Doces: O açúcar e adoçantes artificiais nos doces podem levar a problemas estomacais e contribuir para o ganho de peso. O chocolate é especialmente perigoso devido às metilxantinas, que são tóxicas para os gatos.

Presunto: Embora seja um petisco comum para cães, o presunto pode sobrecarregar os rins dos gatos devido ao alto teor de sódio e aditivos químicos.

Café: A cafeína presente no café é altamente tóxica para os gatos e pode causar sintomas graves, como aumento da frequência cardíaca e convulsões.

Evitar o acesso a esses alimentos é crucial para proteger a saúde do seu gato. Em caso de emergência, contate imediatamente um veterinário. Prevenir é sempre melhor do que remediar quando se trata da saúde dos nossos amigos felinos.

SER PET
AGROSTORE

Utilizamos produtos de altíssima qualidade. A Therapet tem certificado da Anvisa. Produto 100% vegano, hipoalergênico, sem adição de sal, testado dermatologicamente.

☼ RAÇÃO

☼ REMÉDIOS

☼ ROUPAS

☼ ACESSÓRIOS

☼ BRINQUEDOS

☼ GUIAS

☼ COLEIRAS

☼ COMEDOUROS

☼ TÁXI DOG

☼ TELE-ENTREGA

Nosso banho inclui a tosa higiênica, corte das unhas, limpeza do ouvido e escovação dos dentes.

Entrega grátis nos bairros:
São Geraldo ✓
Vila Farrapos ✓
Humaitá ✓
Floresta ✓
São João ✓

Agende o horário do seu pet!

(51) 99553-7187

serpetagrostore

Av. São Paulo, 636
Esq. Av Polônia

serpets

www.serpets.com.br

Gerenciamento de Redes Sociais e Tráfego Pago

Nós te auxiliamos na criação e gestão de mídias sociais para o seu negócio ou produto!

Além da revista impressa, sua presença garantida na Internet!

51 981.427.686

Revista ProcureAche 20 anos

Tele-entrega de Rações

ARMAZÉM DOS BICHOS



GranPlus Choice Adulto
15kg **R\$ 149,90**
20kg **R\$ 194,90**



Proplan raças médias ou grandes
15kg **R\$ 361,90**



Proplan Sensitive Skin
15kg **R\$ 369,90**



Primogato Original adultos
10kg **R\$ 100,00**



GranPlus Choice Adulto
10kg **R\$ 143,90**
Castrados econômica
10kg **R\$ 159,90**



ATENDEMOS TODA POA E GRANDE POA

TELE-ENTREGA GRATUITA NAS COMPRAS ACIMA DE R\$100

Av. Alberto Pasqualini, 1070 - Jd. Itú Sabará

Tel.: 3084.0023 / 3029.9309 / 99912.5696

www.armazemosbichos.com.br



UNISUPER Supermercado
BIG BOX
51 3374-4105

Frutas - Verduras - Açougue - Padaria - Bebidas - Legumes
Material de Limpeza - Refrigerantes - Higiene

Rua Bonifácio Nunes, 138, Parque Humaitá - Porto Alegre

Receitas



Sobremesa sem açúcar

Ingredientes:

- 2 envelopes de gelatina em pó sem sabor (24g)
- 3 e ½ copos de 170g de iogurte natural desnatado (em média 600g)
- 700ml de suco de laranja natural sem açúcar
- raspas de laranja a gosto (opcional)

Modo de preparo:

1. Prepare a gelatina sem sabor de acordo com as instruções do fabricante e deixe reservada.
2. Em seguida, em um recipiente, combine o suco de laranja com o iogurte natural, incorporando gradualmente a gelatina em pó sem sabor.
3. Transfira essa mistura para um refratário de vidro e leve à geladeira por no mínimo 4 horas.
4. Para um toque final, se desejar, adicione raspas de laranja como decoração. Desfrute desta deliciosa sobremesa sem açúcar!

SUPER TCHÊ
Barbaridade

IG SIGA-NOS PARA
f VER OFERTAS

+ COMODIDADE E PREÇO BAIXO
PERTO DE VOCE!

SUPERTCHÉ BARBARIDADE OFICIAL

AV. TRAMANDAÍ, 39
FONE: 3013.7307

AV. JUCA BATISTA, 2154
FONE: 3246.7307

R. BECO DO PALADINO, 77
FONE: 3245.3245



**Churrasco para levar
e tele-entrega**

Segunda a sábado

09:00 às 15:30 e 17:30 às 22:00

Domingos e feriados

09:00 às 15:00

Rua Santana 1262 **51 3223.5218**

Farofa suave com cebola, alho e manteiga

Comece refogando cebola picada e alho em manteiga até dourarem levemente. Adicione farinha de mandioca e mexa por alguns minutos até dourar levemente. Tempere com sal a gosto e adicione salsinha fresca picada, misturando bem. Se desejar, acrescente um toque de suco de limão para realçar os sabores. Essa farofa fica ótima para acompanhar diversos pratos!

redefort
Valorize seu tempo



Aqui você encontra produtos sempre fresquinhos e de qualidade.

O Super Center Pan faz tudo pensando em garantir sempre o melhor para seus clientes. Oferecemos uma grande variedade de marcas e produtos em todas as seções: Padaria, Hortifruti, Açougue, Laticínios, Salgados, Bebidas, Perfumaria, Higiene Pessoal e Utensílios para o Lar.

Loja 01: Av. Alberto Pasqualini, 476
Jardim Itú Sabará - POA/RS
Fone: (51) 3334.8111

Loja 02: Av. Benno Mentz, 1345
Vila Ipiranga - POA/RS
Fone: (51) 3348.9010



FAÇA SEU PEDIDO PELO WHATSAPP:

51 98200-7712
sem taxa de entrega.

Horário de Funcionamento: Loja 01: De Segunda a Domingo - Das 5:45 às 21:00 Loja 02: De Segunda a Domingo - Das 6:30 às 20:30

K Comercial

NETIG

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

(51) 3343.2156

(51) 3343.6773

e-mail: comercial@knetig.com.br

Carne mais macia para o preparo

Ingredientes:

600 g de carne bovina em bifes | 1 colher de sopa de bicarbonato de sódio | água (o quanto baste)



Modo de preparo:

1. Em uma tigela, coloque a carne bovina e o bicarbonato de sódio.
2. Misture bem, para que o bicarbonato recubra todos os bifes, e coloque a carne em um saco plástico.
3. Deixe descansar por pelo menos 30 minutos na geladeira e depois desse tempo volte a carne para a tigela.
4. Coloque água até cobrir a carne e deixe descansar por 5 minutos.
5. Escorra a água e agora é só preparar a carne na receita da sua preferência com essa incrível dica para amaciar carne!



Torta Salgada e Cremosa de Frango

Ingredientes:

PARA O RECHEIO: 400 gramas de frango cozido e desfiado | 1 latinha de milho verde sem a água | ½ xícara(chá) de molho de tomate | ½ pimentão picado | 2 tomates picados | 3 dentes de alho amassados | 1 cebola picada | Cheiro verde a gosto | 2 colheres(sopa) de requeijão cremoso | 1 colher(chá) de lemon pepper | 1 colher(chá) de páprica

PARA A MASSA: 500 ml de leite | 50 gramas de queijo parmesão ralado | 4 ovos | 3 xícaras(chá) de farinha de trigo | 1 xícara(chá) de óleo | 1 ½ colher(sopa) de fermento em pó | 1 colher(chá) de lemon pepper

PARA A MONTAGEM: 300 gramas de catupiry de bisnaga

Modo de preparo:

DO RECHEIO: Numa panela coloque o azeite, leve em fogo médio, adicione a cebola, o alho e deixe dourar bem. Acrescente o tomate, o pimentão e refogue por 2 minutos. Coloque o frango desfiado, misture bem, adicione a páprica, o lemon pepper, o milho verde e o molho de tomate. Deixe refogar 2 minutos, coloque o requeijão, o cheiro verde e misture para envolver os ingredientes. Refogue um pouco mais, até reduzir um pouco o caldo. É fundamental que o recheio seja cremoso, mas sem líquidos, para não embatumar a massa.

DA MASSA: Coloque no liquidificador coloque os ovos, o queijo parmesão ralado, o lemon pepper, o leite e o óleo. Bata bem por 1 minuto para homogeneizar. Adicione a farinha de trigo e bata para incorporar. Coloque o fermento em pó e mexa delicadamente com uma colher.

MONTAGEM: Numa forma retangular (30 cm x 20 cm) untada e enfarinhada, coloque metade da massa. Disponha o recheio e espalhe para ficar uniforme. Coloque o catupiry em toda a superfície do recheio e cubra com o restante da massa. Asse em forno pré-aquecido a 180 graus por cerca de 40 minutos. Retire do forno, deixe amornar e se deliciar!



Casa de Carnes

CONDADOS

f @casadecarnescondados @casadecarnescondados

**CARNE DE QUALIDADE E PROCEDÊNCIA,
DIRETO DA FAZENDA.**

ABERTO AOS
DOMINGOS

DELIVERY



99521.1871

BAIXE NOSSO
APLICATIVO



Abra a câmera do seu celular e aproxime do QR CODE

Google Play App Store



Bombom de uva na travessa



Ingredientes para o creme:

2 caixinhas de creme de leite
| 2 caixinhas de leite condensado
| 1 xícara(chá) de leite em pó | 1 bandeja de uva verde sem sementes

Ingredientes para a ganache:

1 caixinha de creme de leite | 200 gramas de chocolate ao leite ou ½ amargo

Preparo do creme: Na panela coloque o leite condensado e o leite em pó e misture bem para dissolver totalmente. Adicione o creme de leite e leve ao fogo baixo, mexendo sempre até ferver e engrossar. Retire do fogo e deixe esfriar. Disponha as uvas higienizadas num refratário oval e despeje o creme por cima, espalhando bem para ficar uniforme.

Preparo da ganache: Derreta o chocolate no microondas de 30 em 30 segundos ou em banho maria. Adicione o creme de leite e misture bem para obter uma ganache brilhante. Despeje essa mistura sobre o creme no refratário e leve para gelar por 2 horas. Retire da geladeira e se delicie com esse lindo bombom de uva na travessa!

Sobremesa de coco



Ingredientes:

4 ovos | 200ml de leite de coco | 2 xícaras de leite | 1 pitada de sal | 3 colheres (sopa) de margarina | 1 xícara + 2 colheres (sopa) de açúcar | 1 xícara de farinha de trigo | 50g de coco ralado | 1/2 colher

(sopa) de fermento químico

Modo de preparo:

1. Comece hidratando a gelatina em uma tigela com água, seguindo as instruções do fabricante para dissolvê-la.
2. Em seguida, no liquidificador, coloque o leite, o leite de coco, o creme de leite, o leite condensado e a gelatina já dissolvida. Bata bem por cerca de 2 minutos até obter uma mistura homogênea.
3. Acrescente o coco ralado e mexa delicadamente com uma colher para incorporar.
4. Transfira essa mistura para uma forma retangular levemente untada com óleo, de aproximadamente 32 x 22cm.
5. Leve à geladeira por cerca de 3 horas, até que esteja bem firme.
6. Retire da geladeira e desenforme em um prato de servir. Agora é só saborear esta incrível sobremesa de coco!

Obs.: Para o preparo é necessário um liquidificador com capacidade para 3 litros. Caso não tenha, faça a receita dividindo pela metade.

Delicias da Borboletinha
Doce e Salgado

A gente faz a sua felicidade valer a pena

@deliciasdaborboletinha

Faça seu pedido pelo whats e garanta essas delicias para suas comemorações! Aproveita e encomende seus ovos de Páscoa de colher...

Não esquece que esse ano é mais cedinho.

(51) 9 9102 - 5488

Anna ARMELIN Doceria
armelindoceria.com.br

massa real
tortas frias
chapinhas
kit festa
bebidas
tortas

BOLO DE TABULEIRO | **SALGADOS ASSADOS E FRITOS** | **DOCINHOS**

TELE ENTREGA EM ATÉ 2 HORAS | **DAS 10H AS 19H**

51 993.651.247 / 51 4066.7500



- À seco
- Cobertores
- Por quilo
- Cortinas
- Edredons
- Tapetes

TELE-ENTREGA

ACQUASUL

LAVANDERIAS

TELE-BUSCA: 3343.0537

Av. Benjamin Constant, 1361 - São Geraldo - POA/RS

Mistura para limpar a borracha e o interior da geladeira

Misture: 1 xícara de chá de água, 1 colher de sopa de detergente neutro, 1 xícara de chá de vinagre de álcool branco e 1 colher de sopa de bicarbonato de sódio.

Aplique sobre a borracha da geladeira esfregando com uma esponja. Aproveite e use a mesma mistura para limpar o interior da geladeira. Lembre-se de desligar o eletrodoméstico antes, visto que a porta ficará aberta por um tempo.

www.prolimp.net

ProPort & limp
PORTARIA E LIMPEZA

Estamos aqui para cuidar do seu condomínio nos segmentos de Portarias, Limpeza e Zeladoria, com um compromisso absoluto com a excelência!

✓ Condomínios residenciais e comerciais
✓ Escritórios e empresas
✓ Pós-Obras e Eventos

SUJOU AI CHAME AQUI

(51) 3013-4600 **(51)99424-7623**

Presidente Franklin Roosevelt, 1264 Sala 23 - POA/RS

Multitron

ELETRÔNICA ESPECIALIZADA

LG PHILIPS SAMSUNG

CONSERVAMOS TODAS AS MARCAS: ÁUDIO, VÍDEO, DVD, TELEVISORES, FORNOS DE MICROONDAS
BUSCA E ENTREGA EM DOMICÍLIO - ORÇAMENTO GRATUITO

3226.8834 **3226.2592**
AV. AURELIANO DE F. PINTO, 914 CIDADE BAIXA

www.multitron.com.br 2ª - 6ª: 9h às 12h / 13h30 às 18h30

PICHANI
Construções & Reformas

COMPROMISSO COM O CLIENTE

Faça seu orçamento gratuito

(51) 98065 7266

E-mail: claudineipichani1@gmail.com

Revestimentos cerâmicos
Porcelanato
Texturas
Pinturas em geral
Instalações elétricas
Instalações hidráulicas
Cozinhas / Banheiros
Lareiras

SINTEKO

CASA DO SINTEKO | CLEBER FERREIRA

NOSSOS SERVIÇOS:
Lixamento de Pisos, Madeira
Decks e Escadas
Aplicação de Sinteko
Quadras Esportivas

(51) 985.041.676

O MELHOR ORÇAMENTO DE PORTO ALEGRE E REGIÃO

É hora de revisar a fiação elétrica da casa quando ela é antiga, tem problemas recorrentes, você planeja reformas, detecta sinais de mau funcionamento como cheiros estranhos ou fálscas, ou se a instalação não está em conformidade com os padrões atuais de segurança. Revisões preventivas a cada poucos anos também são recomendadas para garantir a segurança. Consultar um electricista é a melhor abordagem para avaliar a necessidade de revisão e garantir a segurança elétrica da residência.

MARIDO DE ALUGUEL

- ✦ Elétrica / Hidráulica
- ✦ Montagem / Desmontagem de móveis pequenos
- ✦ Fretes com camioneta
- ✦ Instalação de ventilador de teto, chuveiro, luminária, prateleiras, suportes p/ TV

(51) 99310.4261 Marcos Schatz

CASA DAS CALHAS

SERTÓRIO
FUNILARIA E SERRALHERIA

Telhados ♦ ESTRUTURAS METÁLICAS
Soldas ♦ GRADES ♦ CALHAS
Rufos ♦ Coifas ♦ ALGEROSAS
LAREIRAS ♦ CHURRASQUEIRAS ♦ DUTOS

(51) 99140.4545

Av. Sertório 3333 - Santa Maria Goretti - POA/RS

www.allocaixas.com
@allocaixas



Vai mudar?

Temos a caixa ideal para proteger seus pertences!
(51) 99144-3870
Temos também plástico bolha e fita adesiva!
faça seu orçamento e receba em casa!
ligou, pediu, chegou



MARCENARIA CARVALHO

Móveis Sob Medida
Móveis Planejados

(51) 98549-5426
@marceniariacarvalho
Rua Carlos Muttoni 729, Belém Velho
Aceitamos cartões

S.O.S EVALDO

Reformas e Reparos

Obra | Pintura | Elétrica | Hidráulica



51 9.9944.8656

20 anos de experiência com garantia!



Telefones Úteis



SAMU	192
Hospital Pronto-Socorro	3289-7999
Defesa Civil	199
Polícia Rodoviária Federal	191
Polícia Militar	190
Polícia Federal	194
Polícia Civil	197
EPTC	118
Corpo de Bombeiros	193
Disque-Previdência Social	135
Rodoviária	3210-0101
Aeroporto Salgado Filho	3358-2000
CEEE	0800 721-3333
Dmae	3289-0156
Detran	0800 905-5555
Serviços/Informações Prefeitura	156
PROCON	3289-1769



Thony
DECORAÇÕES
Leveza e Sofisticação



PERSIANAS E CORTINAS MANUAIS E MOTORIZADAS TELAS MOSQUITEIRAS

- SOLUÇÕES EM FORROS MODULADOS E GESSO
- FECHAMENTO EM VIDRO TEMPERADO, BOX, SACADAS E ESCADAS
- ESQUADRIAS DE ALUMÍNIO E PVC
- SOLUÇÕES EM PISOS LAMINADOS, VINÍLICOS E CARPETES

51 98993.5348
WWW.THONYDECORACOES.COM.BR
Avenida São Pedro, 1423 loja 4

Como lavar persianas e cortinas no verão de forma fácil



No verão, lavar persianas e cortinas pode ser mais fácil devido ao calor que acelera a secagem. Aqui estão algumas dicas:

- 1. Remova o pó:** Use um aspirador de pó com escova macia ou um espanador antes de lavar.
- 2. Verifique as instruções de cuidado:** Consulte as etiquetas para lavar corretamente.
- 3. Escolha entre lavagem à mão ou à máquina:** Use água morna e detergente suave para lavar à mão ou um ciclo suave na máquina com água fria.
- 4. Secagem ao ar livre:** Pendure ao ar livre para secar rapidamente e eliminar odores.
- 5. Evite secadoras:** O calor excessivo pode danificar os tecidos.
- 6. Passagem a ferro, se necessário:** Use ferro a vapor com cuidado, verificando a etiqueta de cuidados.
- 7. Manutenção regular:** Sacuda e aspire regularmente para remover poeira.

Segundo estas dicas, você poderá lavar suas persianas e cortinas eficientemente durante o verão, mantendo-as limpas e frescas.

AULA DE CELULARES PARA IDOSOS

TENS UM CELULAR E ESTÁ
GUARDADO NA GAVETA?
NÃO QUER MAIS DEPENDER
DE FILHOS E NETOS?

AULAS NO CENTRO DE POA - LIGUE E AGENDE SEU HORÁRIO

(51) 98241-3121



Aposentados e Pensionistas, como vítimas de práticas abusivas de Bancos e Financeiras.

Você já ouviu falar em RMC? É a modalidade de crédito que tem sido o vilão dos aposentados e pensionistas? Muitos servidores públicos, aposentados e pensionistas vem sofrendo descontos indevidos em seus rendimentos a título de "Empréstimos sobre RMC".

O RMC - Reserva de Margem Consignável é um percentual da renda do indivíduo destinada ao pagamento da fatura do cartão de crédito consignado, com desconto automático na folha de pagamento de 5%.

A prática abusiva! As instituições bancárias têm aproveitado essa margem para conceder um limite de crédito para saque de até 5%, utilizando o RMC como se fosse um empréstimo tradicional. Acontece que essa prática é considerada abusiva!

Primeiramente, as taxas cobradas nas operações com cartão de crédito são muito superiores às do empréstimo tradicional. A diferença pode tornar a dívida muito maior do que o esperado pelo consumidor.

A ilusão do pagamento. O servidor acredita que está pagando a parcela do empréstimo, na verdade, ele está pagando o valor dos juros e encargos cobrados pelo banco. Essa prática impossibilita a quitação da dívida e a torna impagável. Dessa forma, os consumidores são submetidos a uma dívida exorbitante.

Conclusão: O cartão impagável! Conhece alguém que tenha esse cartão impagável? Então, não perca tempo, busque seus direitos com brevidade.

- **Instagram:** @rieseriesadvogados

- **WhatsApp** – 51-99493-9696, 51-3228-1608

- **web site** www.rieseriesadvogados.com.br

SEELIG & PORTELA

OAB/RS 75.196

OAB/RS 96.245

Direito do Consumidor
INSCRIÇÃO INDEVIDA (SPC/SERASA)

Direito de Família - Inventário e Testamento

Revisionais Bancários

Benefícios Previdenciários e Aposentadorias

Juizados Especiais Cíveis e Criminais

RUA DOS ANDRADAS, 1646
SALA 64 - PORTO ALEGRE

3225.3494

99944.4693

WWW.SEELIGPORTELA.COM.BR

ATENDIMENTO PRESENCIAL OU POR VÍDEO CHAMADA

**Manutenção • Acessórios
Películas • Capinhas
Celulares Seminovos***
* COM 3 MESES DE GARANTIA

siga nos nas redes sociais:
 51 98508.1888 (f) (i) cellmais
 Av. do Forte, 1776, Vila Ipiranga - POA/RS

**PERITO AVALIADOR
DE IMÓVEIS**

CRECI/RS 13.429 - CNAI 46.227

Imóveis urbanos
e rurais

9.9678.3495



RIES & RIES
ADVOGADOS

Somos especializados em Ações trabalhistas, Previdenciárias, Inventários, e Revisionais! Ações de revisão da aposentadoria - **REVISÃO DA VIDA TODA - para quem se aposentou de 2013 a 2019;** Ações revisionais de Veículos, Ações revisionais de imóveis - não deixe seus imóveis irem para o leilão! Ações Revisionais de Empréstimos contra Bancos e financeiras.

@rieseriesadvogados rieseriesadvogados.com.br

Av. Alberto Bins 392 - sala 802
Centro Histórico - Porto Alegre/RS

51 3228.1608 / 51 99493.9696

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Adquirir um imóvel antes da sua construção		Atividade Relações Públicas (abrev.)	voluntária essencial ao hemo-centro	Boxer, fox-terrier e galgo	Astúcia Lady (?): a Princesa de Gales	Aquele que administra o estado
Arrumado						Um dos epítetos de Diabo
Obrigatório Distintivo em forma de faixa		(?) - 5, decreto da Ditadura Militar	(?) poucos: gradualmente		Édith Piaf, cantora francesa	
				Massagem chinesa	Níquel (símbolo)	
				Ler, em inglês	Sufixo de "rósea"	
Gênero de Luiz Gonzaga		Divis ^o de encenação teatral		A literatura de Agatha Christie		
			Chiste; pilhéria			
			Prejuízo; estrago			
Em momento posterior					Instrumento de bandas de rua	
					Favor	
			"A Tartaruga e a (?)", fábula de Esopo			
Formato da cantoneira		Congrega jornalistas (sigla)			Ozzy Osbourne, astro do rock	Arrecada direitos autorais (sigla)
Vaidoso, em inglês			Cometa, em inglês			
			Bodum (bras.)			
Vestimenta da cabeça do nadador		Jovial; alegre			101, em romanos	
		ósmio (símbolo)			Exprime satisfação	
O conjunto dos partidos governistas					Máquina da Revolução Industrial	



Anuncie conosco: (51)981.427.686

Solução na próxima página



HORÓSCOPO



ÁRIES	Um projeto é importante para você e requer comprometimento e determinação para ser implementado; essas perspectivas ocupam sua mente. Aposte em sua energia conquistadora, charme e eloquência para conquistar apoio para seus projetos, mas evite qualquer uso de força.	TOURO	Sua vida social e profissional está em destaque, projetos inspiradores estão no horizonte, mas construa-os sobre uma base sólida para concretizá-los. A maioria de vocês está iniciando um novo ciclo de expansão e não tem a intenção de deixar essa oportunidade passar.
GÊMEOS	Suas ambições estão em destaque, e você está investindo muita energia para se afirmar, seja para mudar sua situação romântica ou profissional. Você aspira a ampliar seus horizontes, mas refine seus projetos e estratégias antes de abrir um novo capítulo em sua história pessoal.	CÂNCER	Se seus objetivos prioritários incluem mudar sua situação, comece dando um passo em direção aos outros, evitando qualquer forma de agressividade. Embora agora pareça inevitável transformar o que, de outra forma, se deterioraria, amplie seus horizontes, mas abstenha-se de pressionar qualquer pessoa.
LEÃO	Não hesite em dar um passo em direção aos outros, em se comprometer e permanecer atento aos seus parceiros e interlocutores. Além disso, mostre boa vontade quando se tratar de servir à causa comum para mudar as coisas a seu favor, mantendo ao mesmo tempo sua credibilidade com os outros.	VIRGEM	Você deseja amar e ser amado, estabeleça um diálogo construtivo com aqueles ao seu redor. Enquanto alguns se envolvem em trocas cúmplices com seus parceiros, outros aspiram a viver um relacionamento fora do comum. Outros ainda buscam mudar as coisas, às vezes por meio de trocas intensas e situações que os obrigam a reagir na família.
LIBRA	Se você agir suavemente para mudar seus laços familiares, transformar as coisas na família, certamente deixará uma impressão duradoura e ganhará pontos. Mas se tentar impor aos outros suas maneiras, códigos e métodos, eles não vão apreciar. Fique atento aos seus entes queridos se quiser evitar problemas.	ESCORPIÃO	Assuntos familiares para resolver, temas sensíveis a serem abordados sem demora e uma vida privada no centro de suas preocupações. Enquanto para alguns a harmonia e a cumplicidade marcam um mês que se anuncia bastante íntimo, para outros as perspectivas são menos animadoras.
SAGITÁRIO	Muitas trocas estão previstas em relação a uma nova instalação, melhorias a serem feitas na vida familiar e mudanças na rotina diária. Você vai se comunicar extensivamente sobre o assunto ao longo do mês que o convida a expressar o que deseja estabelecer, ou até mesmo mudar, para uma existência alinhada com suas expectativas.	CAPRICÓRNI	Se a sua aspiração de sair do comum, de expressar a sua criatividade exaltada, parece legítima, isso não é razão para ultrapassar limites. Há o risco de desagradar em vez de seduzir, de dividir em vez de conquistar apoio. Certifique-se de usar seus potenciais e talentos de maneira inteligente para que sirvam à sua causa.
AQUÁRIO	Alguns são mobilizados pela necessidade de mudar sua vida familiar, de romper com certos aspectos do passado que se tornaram demasiado alienantes, enquanto outros ainda estão preparando, nas sombras, o surgimento de talentos mais alinhados com sua visão ideal do mundo ao seu redor.	PEIXES	Não tente ir muito rápido; a paciência é uma conselheira melhor do que a pressa. Se um projeto te inspira e te eleva, estabeleça as bases, delinhe-o, sem tentar acelerar o processo. Caso contrário, você pode causar mal-entendidos e outras incompreensões entre você e aqueles que podem achar difícil te seguir e bloquear seu caminho.



Bruxa Deia

43 anos de atendimento

***Búzios *Cartas * Tarô
*Escritora *Taróloga *Cartomante**

Consultas online e presencial

MARQUE A SUA CONSULTA



(51) 99836.9637



bruxa_deia



Jonathan
Jss

JSS Montagem em Geral

Montagem e Desmontagem
de móveis em geral.
(novos e usados)
Pequenos reparos
Colocamos armários aéreos
e cortinas.

Todos os cartões/Pix **(51) 997979773**

Taxa paga pelo cliente. Maquininha



ASSISTEC - SUL



REFRIGERAÇÃO E MÁQUINAS
Serviço Autorizado

AR-CONDICIONADO (INSTALAÇÃO, MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO)

FREEZER - GELADEIRA

FROST FREE - LAVA LOUPAS

Serviços com garantia



51 3516-8189

991 223 074 **985 181 587**

Est. Costa Gama, 1582 - B. Velho - Técnico José Carlos



DESENTUPIDORA E DEDETIZADORA

PLANTÃO
24H

**LIMPEZA DE FOSSAS, DESOBSTRUÇÃO
DE PIAS, RALOS E ESGOTO EM GERAL**
**LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA, CAÇA VAZAMENTO,
DESRAZIZAÇÃO, DEDETIZAÇÃO DE BARATAS E CUPINS**
**HIDRO JATEAMENTO DE REDES
CLOACAIS E PLUVIAIS**

ORÇAMENTO GRATUITO

Ikinipl@gmail.com

(51) 99914.2891 / (51) 98563.3350

RECICLAGEM RODRIGUES

**BUSCA
GRÁTIS**



GELADEIRAS - TELEVISORES - MICROONDAS - FOGÃO - FORNO - MÁQUINA DE
LAVAR - AR CONDICIONADO - ELETRODOMÉSTICOS - ELETRÔNICOS

Empresa gaúcha



ENTRE EM CONTATO

3246.3902

98411.1151



TAMBÉM
COLETAMOS
ÓLEO

RECICLAGEM RODRIGUES

RECICLAGEM_RODRIGUES

DETECÇÃO ELETRÔNICA DE VAZAMENTO

**HIDRO
STOP**



ECONOMIZE ÁGUA

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

984.136.494



SERRALHERIA
**Lippert
&
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 **985.556.198** | **992.312.220**

Av. Bernardino Silveira Pastoriza, 1070 - Bairro Sto. Agostinho - POA/RS

DESENTUPIDORA

DESENTUPIDORA



Sua solução definitiva

(51) 99736-4560

(51) 99417-1701

[desentupidora iansen](https://www.facebook.com/desentupidoraiansen)

[@desentupidoraiansen](https://www.instagram.com/desentupidoraiansen)

desentupidoraiansen@gmail.com

TODOS OS DIAS, INCLUSIVE DOMINGOS E FERIADOS.

DESENTUPIMENTOS:

- Pias, ralos, vasos e esgotos em geral;
- Limpeza de fossa e hidrojetamento;
- Limpeza de caixa d'água;
- Controle de cupins e pragas em geral.



24h

INDÚSTRIAS - COMÉRCIOS
RESIDÊNCIAS - CONDOMÍNIOS



24h

ENTUPIU? Entre em contato por telefone
ou através das redes sociais

ORÇAMENTO GRATUITO

PORTO ALEGRE, REGIÃO METROPOLITANA
E VALE DOS SINOS

Siga-nos nas redes sociais:

/revistaproceache

@revista_proceache