

# ProcureAche

Tabela dos jogos  
do Brasileiro!



ANO III - Edição 11ª - Junho 2017 - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - Tiragem: 41.000 exemplares

**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) 99140.0404 | 99889.1902

Atende todos os cantos da cidade e vizinhança.

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

## RESIDENCIAL GERIÁTRICO

*Castelinho Petrópolis*

Uma atmosfera de carinho  
e atenção em um lugar lindo.

Av. Protásio Alves, 1991 - Porto Alegre - RS

Fone: (51) 3519.1991 | 999.650.258

geriatricastelinho@gmail.com - www.geriatricastelinho.com.br

**Empalha-se Móveis**  
Fabiano Vianna

ORÇAMENTO GRATUITO  
51 3493.4685 - 9.9987.6375

fabianoviannaempalhador@hotmail.com

## ELETRICISTA

**Paulo Santos**

Atendimento 24 Horas

Instalações elétricas em geral,  
residencial e comercial

Chuveiro Disjuntor Luminária

Ventilador de teto - conserto e instalação



(51) 999.230.717 | 981.470.297

(51) 984.273.379 | 992.344.781

**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

**ESTOFARIA VENTURINI**  
Desde 1989

Compre e Venda  
Estrimadas  
Piel e Seda

**ANTIQUÁRIO**

REFORME SEU ESTOFADO  
SOFÁS CAPITONE COM COURO OU VELUDO  
Especializado em Antiquidades e Sofas sob medida

FAZEMOS RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS  
Veja nossas dicas no programa feminíssima Canal 20 da Net  
Todos os domingos às 16:00h

**BOM FIT**

**DESCONTO ESPECIAL**  
PARA A MELHOR IDADE

**ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO**

Av. Venâncio Aires, 1058 | Bom Fim | 51 3331.5358  
www.academiabomfit.com.br | academiabomfit

**ORÇAMENTO GRÁTIS**  
51 3062.0048 / 3226.3609  
991.534.156 | 994.080.634

matriz.estofaria@hotmail.com

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

**GRUPO DINÂMICA®**

**DESENTUPIDORA**

**ENTUPIU?**  
Chamou, chegou!  
(51) 3334-9000

Cel: 999.999.000 / 999.888.000

Esgotos em Geral

desentupidoradinamica.com.br

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

Seja bem vindo mês de  
**JUNHO**  
Que seja abençoado,  
cheio de paz e  
muitas alegrias.  
São os votos da ProcureAche



# ProcureAche

Central - Zona Sul - Zona Norte



### Bairros onde circulam nossas revistas

Aberta dos Morros Jd. Floresta  
Anchieta Jd. Itú-Sabará  
Auxiliadora Jd. Lindoia  
Assunção Lami  
Azenha Medianeira  
Belem Novo Moinhos de Vento  
Belem Velho Mont Serrat  
Boa Vista Navegantes  
Bom Fir Passo da Areia  
Bom Jesus Partenon  
Campo Novo Petrópolis  
Cavallhada Restinga  
Cascaeta Ruben Berta  
Chácara das Pedras Sarandi  
Centro São Geraldo  
Cidade Baixa São Sebastião  
Cristal São João  
Cristo Redentor Santa Maria Goretti  
Floresta Teresópolis  
Higienópolis Tres Figueiras  
Hípica Tristeza  
Humaitá Vila do IAPI  
Ipanema Vila Ipiranga  
Jd. Botânico Vila Jardim  
Jd. do Saiso Vila Nova

Anuncie conosco: 51. 3026.8445 / 996.136.986



**123.000 exemplares todo mês!**

Para um público aproximado de 1,5 milhão de pessoas!



**GERAmigos**  
Comunicação  
14 Anos de Jornalismo

## Expediente:

CNPJ: 11.248.576/0001-99 | Geramigos Empresa Jornalística Ltda

(51) 3026.8445 | (51) 996.136.986 | [contato@geramigos.com.br](mailto:contato@geramigos.com.br)

[www.procureacherevista.com.br](http://www.procureacherevista.com.br) | [f/RevistaProcureAche](https://www.facebook.com/RevistaProcureAche)

Jornalista Responsável: Angelica Konzen

# ProcureAche

Tiragem: 41.000 exemplares

**PODOCLINIC'S**  
**SAÚDE DOS SEUS PÉS**  
*Marieda Vasques e Naura Rodrigues*  
 - Material esterilizado em auto-clave  
 - Previne, trata e corrige casos como:



Unhas encravadas, unhas deformadas, calos, calosidades, pés diabéticos, correção da unha por órtese metálica, clips, acrílica, proteção de silicone.

Filiado à Associação Brasileira dos Podólogos

Atendimento com hora marcada **3028.8940**  
 Av. Getúlio Vargas, 1000 / 406 - Menino Deus



*Jerusa Leal*  
 PERSONAL ORGANIZER

☎ (51) 9.8205.3946  
 ✉ jerusaorganizer  
 jerusa.leal@gmail.com

ARMÁRIOS, CLOSETS  
 MUDANÇAS  
 ESCRITÓRIOS, LOJAS  
 COZINHA, A.SERVIÇO

**ProcureAche**



Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

**ANUNCIE AQUI**

☎ **51 3026-8445**  
 📞 **996-136-986 vivo**

**FERNANDES & OLIVEIRA**  
 Relojoaria e Ótica




Av. Borges de Medeiros  
 (Vladuto Otavio Rocha)  
 Loja 15 📍 Cel.: 986.360.556  
 Fernandes e Oliveira Ltda ME

**Braga Split**  
 Técnico com Formação SENAI



**Instalação, Manutenção e Higienização**  
 Orçamento para Instalação Gratuito

Consul Electrolux SAMSUNG GREE LG

☎ 993.495.194 📞 999.918.305

**O Forno**  
 Sabores e Paixões

**Grande Promoção**  
 Refrigerada no balcão

2 Pizzas 35cm Grande **R\$ 49,90**

PIZZA PEQUENA! 25cm  
 Sem borda **R\$ 29,90**  
 2 Sabores

PIZZA GRANDE! 35cm  
 Sem borda **R\$ 38,90**  
 4 Sabores

PIZZA SUPER FAMÍLIA! 45cm  
 Sem borda **R\$ 46,90**  
 4 Sabores

**Tele-Entrega**  
**3386.7171**  
**3386.9000**  
**984.981.206**  
**986.860.304**

Av. Alberto Pasqualini, 475 - Jardim Itá-Sabheri  
 WWW [www.ofornopizzariapoa.com.br](http://www.ofornopizzariapoa.com.br)

**Eliete Dani**

Pinturas especiais e Laca em móveis ferro  
 Móveis Projetados - Decoração - Estofados  
 Jatos de Areia e Pátinas

**Orçamento Gratuito**

**51 99942.1495 | 98510.9563**  
 eliete.dani@yahoo.com.br



**Gerion Moinhos**  
 Residencial da 3ª Idade  
 Um lugar para fazer amigos

**30 anos**  
 Histórias de vida para contar.

**MÉDICO - ENFERMAGEM - FISIOTERAPIA - CFTV**  
**NUTRICIONISTA - REABILITAÇÃO - HOSPITALIDADE**

Direção: Fabiano Bormann  
 M.B.A. EM SAÚDE

(51) 3029.1209 | 3342.1209 - [www.gerionmoinhos.com.br](http://www.gerionmoinhos.com.br)

**Reforma de Estofados**  
**Fabricação sob Medida**  
**Empalhamento**  
**Conserto de Cadeiras**  
**Pinturas em Móveis**  
**Impermeabilizações**  
**Atendemos Serra e Litoral**



**Alta Qualidade!**  
**Mande fotos para orçamento.**  
☎ (51) 994.320.848

**A melhor opção em Estofaria!**  
**Renove com Design seu Ambiente.**

**AGENDE SUA VISITA**  
**ORÇAMENTO GRATUITO!**

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

Av. Protásio Alves, 2338 - Esquina Av. Ijuí - Bairro Petrópolis - POA/RS  
**Telefone: 51 3331-6013 - Frete Grátis**

SARA DE LIMA AUGUSTIN  
PSICÓLOGA | CRP 07/26469

(51) 99983.8994  
VIVO | WHATSAPP  
(51) 98231.2950  
TIM  
saralagustin@gmail.com  
PORTO ALEGRE/RS | MONTENEGRO/RS

*Sara Augustin*

**ProcureAche**

Alcance mais visibilidade  
anunciando nas  
nossas revistas!

**ANUNCIE AQUI**

☎ 51 3026-8445  
☎ 996-136-986 vivo

**Padaria e Confeitaria Pão de Trigo**  
Aceitamos encomendas de  
salgados, tortas e bolos.

Segunda-feira a Sábado  
6h30 min as 19h  
Endereço:  
Av. Protásio, 1797

**MARE D'ORO**  
SUPERMERCADO

**PADARIA**  
**AÇOUGUE**  
**FRUTEIRA**

☎ 3377.1445  
Rua Barão do Amazonas, 613

•Aviamentos  
•Tecidos  
•Cursos  
•Patchwork  
•Lãs

**Tricôla**  
Cric Mais Brasil

**51 3338.6211**

Av. Protásio Alves, 2256 - Porto Alegre - RS



### Bairro Petrópolis

A origem do bairro remonta à década de 1920. Ocupado inicialmente por chácaras históricas, como as das tradicionais famílias proprietárias das Chácaras: Santos Netto, dos Telles (cuja sede seria transformada na churrascaria Barranco), Visconde de São Leopoldo e a Chácara Santa Casa, que pertencia à Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre.

As áreas eram tomadas por laranjais, e o bairro desenvolveu-se a partir do eixo viário conhecido como Caminho do Meio, assim chamado por localizar-se entre duas outras estradas rurais que saíam de Porto Alegre em direção aos atuais municípios de Viamão e de Gravataí. Tal caminho, hoje, corresponde à Avenida Protásio Alves.

Com zonas de alta e baixa altitudes também, o bairro tornou-se famoso por seu clima ameno e por suas colinas verdejantes. Foram esses aspectos naturais que atraíram setores de classe média em ascensão, responsáveis pela povoação do local.

Em 1937, a criação da linha de bondes Petrópolis, pela Companhia Carris, teve o efeito de consolidar esta ocupação.

A origem da denominação do bairro é incerta. Supõe-se que tenha sido uma homenagem ao município fluminense de mesmo nome, fundada pelo imperador Dom Pedro II.

Uma característica do bairro são os nomes de vias públicas que homenageiam municípios gaúchos. Vale lembrar as ruas Carazinho, Bagé, Taquara, Montenegro, Lajeado, entre outras. Até o fim da década de 1930, também as mulheres eram homenageadas, mas boa parte dos antigos nomes foram alterados, em 1939, pelo de generais, juristas e médicos.

Os nomes femininos nas ruas, segundo Ary Veiga Sanhudo, representavam "a preponderância da presença da mulher na vida silenciosa das localidades perdidas e abandonadas".

Alguns nomes, no entanto, permaneceram: é o caso das ruas Dona Eugênia, Dona Alice e Dona Lúcia.

A expansão do bairro foi concluída nas décadas de 40 e 50, quando o desenvolvimento urbanístico e o aumento populacional foram intensificados.

Fonte: Wikipédia

**Veterinária e Pet Store**  
**São Chicão**  
 ✨ CONSULTAS ✨ VACINAS ✨ HOSPEDAGEM  
 ✨ PET SHOP ✨ BANHO E TOSA ✨ CRECHE




**TEMOS SERVIÇO DE TELE-BUSCA**

AV. PROTÁSIO ALVES, 2324  
 PETRÓPOLIS - P. ALEGRE - RS

**3028.8383**



**STEFANI**  
 GESSO

**Marlon Stefani**  
 (51) 984.308.112  
 (51) 999.716.183  
 marlonstefani11@gmail.com



O bairro **Bom Fim** é uma das regiões mais antigas que possui uma longa história por trás de sua criação e desenvolvimento. Em meados do século XIX o Campo de Várzea, como era conhecido antigamente, era a casa da colônia africana que chegava ao Brasil em virtude da escravidão, trabalhava em fazendas e utilizava o Parque da Redenção, renomeado por Parque Farroupilha em homenagem a Guerra dos Farrapos, como refúgio e, posteriormente, moradia.

## Brick da Redenção



**anuncie conosco**  
ProcureAche

*Quem não é visto, não é lembrado.*

**Ligue:**  
☎ 51 3026-8445  
☎ 996-136-986



**Midbar**  
מסעדת מדבר  
Restaurante

Segunda a Sexta  
Buffet Executivo

Aos Sábados  
Buffet do Oriente Médio

Almoço das 11 às 14h30  
☎ 51. 3516.0157  
Ramiro Barcelos, 1853

restaurantemidbar@gmail.com **f** Midbar Restaurante

**Styllo ART HAIR**

51. 3907.6724  
51. 991.556.645



CORTE - DEPILAÇÃO - MECHAS - DESIGN SOBRANCELHA  
ESCOVA - ESCOVA PROGRESSIVA - MANICURE  
PEDICURE - MASSAGEM - ALONGAMENTO DE CÍLIOS  
OUTROS SERVIÇOS

**f** Estética Styllo Art Hair



**BOM FIT**

**DESCONTO ESPECIAL**

PARA A MELHOR IDADE



**ACADEMIA DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO**

Av. Venâncio Aires, 1058 | Bom Fim | 51 3331.5358  
www.academiabomfit.com.br **f** academiabomfit

**ROUPAS TÉRMICAS**

Meias, Camisetas,  
Casacos, Luvas....

**LENÇOL TÉRMICO**

**DORES,  
Tensões?**  
Roupas que melhoram  
a circulação.



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

Estacionamento c/desconto na  
Porto Park - Felipe Camarão, 564

[www.vivendomelhor.com](http://www.vivendomelhor.com) Vivendo Melhor



RESERVANATURAL clafitti / Lua Morena  
CHARRI | WERNER | CRISTOFOLI | TABITA

Gal. Bom Fim - Av. Osvaldo Aranha, 1407 - Loja 15 - (51) 3312.8630

Av. Venâncio Aires, 1129 - (51) 3379.1204

Rua Jerônimo de Ornelas, 353 - Loja 104 - (51) 3325.1472

**Monte seu Look conosco**

👗 Roupas de Festas 👗 Sapatos e Bolsas

👗 Bijuterias e Acessórios 👗 Maios e Biquinis (Monte o seu)

**Moda Plus Size**

Apresente este anúncio e ganhe

**DESCONTO** de **15%** no pagamento à vista

e **10%** no cartão de crédito

**Geriatría Bom Fim****3331.5262**

Rua Santa Terezinha, 186 | Bom Fim



**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](http://BARDOBETO.COM.BR)

51 3335.1309 | [RISTORANTEFONTANA.COM.BR](http://RISTORANTEFONTANA.COM.BR)

## Cuide da saúde de sua mente!

Em alguns momentos da vida, seja na infância, adolescência ou na adultez, nos deparamos com situações que nos causam sofrimentos. São decorrentes de problemas diversos, muitas vezes advindos de perdas importantes, medos e incertezas, os quais normalmente evitamos de confrontá-los.

O convívio com tais situações costuma causar ansiedade, estresse, dificuldade de enfrentamento, desânimo e até o desencadeamento de doenças físicas. O modo como entendemos e elaboramos essas questões pode ser o diferencial para tornar nossa vida mais saudável. A psicoterapia busca a solução desses problemas, indicando caminhos e auxiliando o paciente a construir uma vida de melhor qualidade.

Psicóloga **Leci M<sup>a</sup> Soriano Bobsin Corrêa**  
(Veja anúncio abaixo)



*Leci M<sup>a</sup> Soriano Bobsin Corrêa*

Psicologia Clínica CRP: 07/26661



Idosos, Adultos e Adolescentes

Av. Ipiranga, 6690 - Conj. 708 - Porto Alegre - RS

☎ (51) 999.717.952 / 999.717.929 / 📞 3320.5018 | 3320.5041

📧 psicologa\_leci lecisbc@gmail.com

## IRIDOLOGIA

### o que é?



Conhecer através da íris - padrões, cores e outras características da íris permite que se conheçam as condições gerais de saúde, sem que se sofra exames invasivos, doloridos e dispendiosos.

*Eliane Fogaça*

**3211.2317 / 999.377.791**

Andradas, 943 Sala 2001

www.espacoalternaticomc.com.br



Prótese flexível  
livre de metal

Cirurgiã **Dentista**  
**Suelem Lemos**

CRO 20719

Clínico Geral

## CLAREAMENTO DENTAL A LASER

Uma novidade para um sorriso de artista. Procedimento realizado no consultório do dentista. Tratamento rápido e eficaz, que tem um efeito homogêneo.

🦷 Agende sua Consulta 🦷

**51 982.394.326** 📞



Rua Gen. Vitorino, 151 Loja 16 | Galeria Santa Fé  
Prótese - Restaurações estéticas - Ortodontia

**Terceira idade e Quiropraxia**

Quem pensa que a quiropraxia atua somente na coluna está enganado. Ela pode ajudar com diversos distúrbios músculo-esqueléticos, como por exemplo, a artrose. Idosos com problemas relacionados ao desalinhamento da coluna podem se beneficiar de tratamento especializado de quiropraxia. Há um grande número de benefícios através de tratamento quiroprático na terceira idade, tais como:

- . Alívio da dor na coluna e articulações do ombro e joelho;
- . Aumento da amplitude de movimento;
- . Aumento do equilíbrio e da coordenação;
- . Alívio de dores de cabeça;

- . Diminuição da degeneração articular;
- . Aumento da saúde e bem estar emocional;
- . Diminuição da incidência de quedas.

Esses benefícios podem melhorar a qualidade de vida, bem como ajudar os idosos a desfrutar de uma vida independente e sem dores no corpo.

**Drª Jane Difini Kopzinski**  
51-996842953



**QUIROPAXIA, FISIOTERAPIA e FILOSÓFIA CLÍNICA**

*A solução para suas dores*

A sua saúde em primeiro lugar!

**Drª Jane Difini Kopzinski**  
Rua dos Andradas 1137 sala 1603  
51 99684.2953 ☎

**Elimine as suas dores!**  
**Tratamento diferenciado!**



**Iria Santos Vaz**

Psicóloga Clínica - CRP 07/27195

Formação UFRGS

- Psicoterapia - Atendimento Psicológico
- Transtornos de ansiedade, personalidade.
- Orientações a Casais - Aconselhamento a Pais
- Psicoterapia breve - Pré natal e Pós parto
- Dificuldade de aprendizado - Psicoterapia individual
- Crianças - Adultos - Adolescentes

51 981.577.835 ☎ ✉ iriasantos57@hotmail.com  
Consultório particular e Atendimento domiciliar  
Av. Bento Gonçalves, 1639 - Porto Alegre - RS

**PODOCLINIC'S**  
**SAÚDE DOS SEUS PÉS**

*Marieda Vasques e Naura Rodrigues*

- Material esterilizado em auto-clave
- Previne, trata e corrige casos como:

Unhas encravadas, unhas deformadas, calos, calosidades, pés diabéticos, correção da unha por órtese metálica, clips, acrílica, proteção de silicone.



Filial da Associação Brasileira dos Podólogos

Atendimento com hora marcada **3028.8940**  
Av. Getúlio Vargas, 1000 / 406 - Menino Deus



Prótese flexível livre de metal

Cirurgiã **Dentista**  
**Suelem Lemos**

CRO 20719

Clínico Geral

**CLAREAMENTO DENTAL A LASER**

Uma novidade para um sorriso de artista. Procedimento realizado no consultório do dentista. Tratamento rápido e eficaz, que tem um efeito homogêneo.

Agende sua Consulta ☎

**51 982.394.326** ☎



Rua Gen. Vitorino, 151 Loja 16 | Galeria Santa Fé  
**Prótese - Restaurações estéticas - Ortodontia**

## Viagens na terceira idade Entenda quais são os cuidados que os idosos devem ter

**Carteira de vacinação e condições do lugar que será visitados são fatores importantes ao viajar nessa faixa etária**

Estudos evidenciam que as motivações relacionadas ao lazer como: passeios, viagens, exercícios físicos, música, dança, cinema, teatro, entre outros, planejados especificamente para os idosos podem mantê-los fisicamente e intelectualmente mais ativos, ajudando a retardar ou afastar as doenças mais comuns nessa fase. Essas atividades melhoram os relacionamentos interpessoais e ampliam a rede social evitando o isolamento social e a depressão. Dentre as atividades de lazer, as viagens ocupam um papel de destaque com vários benefícios físicos e mentais. Por outro lado, os idosos podem estar expostos a diferentes riscos, que merecem cuidado especial e planejamento, tanto nas viagens de avião, navio ou transporte terrestre.

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

Confira nossas ofertas e condições especiais em medicamentos e perfumaria.



**Avenida Protásio Alves, 2547  
Bairro Petrópolis**

**☎ 3022-1676**

A recomendação mais importante é que você visite seu médico antes da viagem para informar seu roteiro e pedir orientações sobre quais os cuidados você deve tomar. Pergunte a ele sobre possíveis medicamentos você deve levar para alguma eventualidade, ele é a melhor pessoa para orientar.

Procure saber sobre o clima do destino escolhido, já que as pessoas idosas são mais vulneráveis às altas temperaturas e aos frios extremos. Outro cuidado é em relação aos riscos e condições sanitárias em que o local escolhido se encontra. Deve-se ter um cuidado intenso com alimentos e consumo de água, utilizando-se apenas os de fontes confiáveis.

## APARELHOS AUDITIVOS

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

Agende avaliação  
sem compromisso.  
**Atendimento  
domiciliar**



**Pagamento em  
até 12x**

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



Rua dos Andradas, 1755 / sala 51  
Centro / Porto Alegre / RS  
[www.audicaors.com.br](http://www.audicaors.com.br)

**Fone: (51) 3224-3242**



Fone: (51) **3231-7530**

- Suítes, quartos privativos e semiprivativos
- Enfermagem 24 hs
- Nutricionista
- Monitoramento interno e externo
- Hospedagem por diária ou longa permanência

Rua Costa, 271 - Menino Deus - POA/RS  
[contato@residencialnovomundopoa.com.br](mailto:contato@residencialnovomundopoa.com.br) | [www.residencialnovomundopoa.com.br](http://www.residencialnovomundopoa.com.br)

**ENFERMAGEM HOSPITALAR & DOMICILIAR**

*Cuidado com Carinho* **PLANTÕES 6H|12H|24H**

**TÉCNICOS - AUXILIARES - CUIDADORES - ACOMPANHANTES**  
**PROFISSIONAIS COM REGISTRO NO COREN**  
**RECÉM NASCIDOS - PÓS OPERATÓRIO**  
**PACIENTES CIRÚRGICOS - COM ALZHEIMER - PARKINSON**

DISPONIBILIZAMOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE CONFORME SUA NECESSIDADE.

**(51) 3058-6032 | 3339-0032 | 9-8522-2739**

**Festa Junina**

Festas juninas, festas dos santos populares ou celebração do meio do verão (em inglês: Midsummer) são o período centrado no solstício de verão (no hemisfério norte) e de inverno (no hemisfério sul) e, mais especificamente, nas celebrações do Norte da Europa que ocorrem entre 19 de junho e 25 de junho. As datas exatas variam entre as diferentes culturas.

A Igreja Cristã, no entanto, designa 24 de junho como o dia de festa em homenagem ao mártir cristão São João Batista e celebra a Véspera de São João e o Nascimento de João Batista. Essas celebrações são particularmente importantes no Norte da Europa – Dinamarca, Estônia, Finlândia, Letônia, Lituânia, Noruega e Suécia –, mas também ocorrem em grande escala na Irlanda, na Galiza, em partes do Reino Unido, França, Itália, Malta, Portugal, Espanha, Ucrânia, outras partes da Europa, e em outros países como

Canadá, Estados Unidos, Porto Rico, Brasil e Austrália.

As festas juninas são, em sua essência, multiculturais, embora o formato com que hoje as conhecemos tenha se originado nas festas dos santos populares em Portugal: a Festa de Santo Antônio, a Festa de São João e a Festa de São Pedro e São Paulo principalmente. A música e os instrumentos usados (cavaquinho, sanfona, triângulo ou ferrinhos, reco-reco etc.) estão na base da música popular e folclórica portuguesa e foram trazidos ao Brasil pelos povoadores e imigrantes do país irmão.

As roupas caipiras são uma referência ao povo campestre que povouou principalmente o nordeste do Brasil e pode-se encontrar muitíssimas semelhanças no modo de vestir caipira no Brasil e em Portugal. Do mesmo modo, as decorações com que se enfeitam os arraiais iniciaram-se em Portugal, junto com as novidades que, na época dos descobrimentos, os portugueses trouxeram da Ásia, tais como enfeites de papel, balões de ar quente e pólvora. Embora os balões tenham sido proibidos em muitos lugares do Brasil, são usados na cidade do Porto em Portugal com muita abundância e o céu se enche com milhares deles durante toda a noite. A dança de fitas típica das festas juninas no Brasil origina-se provavelmente da Península Ibérica.

**CREME DE FEIJÃO BRANCO COM BACON**

**INGREDIENTES:**

- 1 colher (sopa) de azeite de oliva
- 2 colheres (sopa) de bacon cortado em pequenos cubos
- 1 cebola pequena picada
- 230g de Feijão-Branco a Vapor Yoki
- 1 cubo de Caldo de Galinha Kitano
- 2 xícaras (chá) de água fervente
- Um pouco de Sal à gosto Kitano
- ½ colher (chá) de sal



**PREPARO**

- 01 - Em uma panela, aqueça o azeite e frite o bacon em fogo baixo. Reserve.
- 02 - Frite a cebola, junte o feijão, o caldo de galinha dissolvido na água e deixe ferver a receita de creme de feijão com bacon.
- 03 - Retire do fogo, coloque no liquidificador e bata por 1 minuto.
- 04 - Decore sua receita de feijão-branco salpicando o bacon por cima.
- 05 - Acerte o sal se necessário. Sirva a receita de feijão-branco simples cremoso com bacon quente ou fria.

- Tempo de Preparo: 15m
- Rendimento: 2 Porções
- Salgados

Origem: Wikipédia, a enciclopédia livre.

**Comercial**

# KNETIG

**EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES**

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

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

## BOLINHO DE FUBÁ DA VOVÓ

### INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de Fubá Yoki
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 2 colheres (chá) de Fermento em pó Yoki
- 2 colheres (sopa) de manteiga derretida
- 2 ovos
- ½ xícara (chá) de iogurte natural



### PREPARO

- 01 - O primeiro passo é: em uma tigela, misture o fubá, a farinha, o sal, o açúcar e o fermento. Reserve.
- 02 - Em outro recipiente, bata os ovos e acrescente o iogurte. Misture bem.
- 03 - Acrescente os ingredientes secos à mistura de ovos e iogurte.
- 04 - Adicione a manteiga derretida aos poucos e

- misture bem até formar uma massa homogênea.
- 05 - Passe manteiga nas mãos e faça bolinhas achatadas com a massa.
- 06 - Unte a frigideira com um pouco de manteiga e aqueça.
- 07 - Coloque os bolinhos de fubá da vovó na frigideira, vire-os para que os dois lados dourem igualmente.
- 08 - Sirva-os quentes. Sua receita de bolinhos de fubá com iogurte está pronta!



## CREME DE MILHO COM FRANGO

### INGREDIENTES

- 3 xícaras (chá) de milho verde
- 7 xícaras (chá) de leite
- 1 cebola picada
- 4 dentes de alho picados
- 2 colheres (sopa) de manteiga de garrafa
- 1 xícara (chá) de frango cozido e desfiado



### PREPARO

- 01 - Bata no liquidificador 2 xícaras de milho com 3 xícaras de leite, peneire e reserve.
- 02 - Derreta a manteiga e frite a cebola e o alho. Este refogado servirá como tempero da receita de creme de milho com frango.
- 03 - Acrescente o frango, o restante do milho e o caldo em pó e refogue um pouco.
- 04 - Despeje o leite, o fubá e mexa até engrossar o creme de milho com frango desfiado.
- 05 - Acerte os temperos. Sirva quente.

- 06 - Pronto, agora você já sabe como fazer creme de milho com frango!
- 2 sachês Caldo em Pó de Galinha
- Um pouco de Pimenta com Cominho a gosto
- Um pouco de Sal à gosto
- Um pouco de Coentro picado a gosto
- 2 colheres (sopa) de Fubá Yoki



— **supermercado** —

**TRADICIONAL MENINO DEUS**



**Padaria - Confeitaria**  
**Açougue - Fruteira**  
*Aceitamos encomendas: doces e salgados*  
**(51) 3233-7120**  
**Rua Botafogo, 919 - Menino Deus**

**Dicas para Diálogo Diário de Segurança - DDS**

O **DDS - Diálogo Diário de Segurança** é um mecanismo de conscientização dos profissionais, principalmente os de operação, sobre a correta utilização de equipamentos, o respeito às normas de segurança e a prevenção de acidentes. Como o nome sugere, deve ser diário, e realizado antes do

início da jornada de trabalho, com duração entre 5 e 10 minutos, e conduzidos pelo líder da equipe, pelo técnico ou engenheiro de segurança ou ainda por um profissional convidado.

O ideal é que os temas abordados sejam sempre inéditos e de interesse geral, então sugerimos aqui um tema para o DDS.

**EPI e EPC - Equipamento Proteção Individual e Coletiva**

**ESTOFARIA VENTURINI**  
Desde 1989

Comida e Bebida  
Orçamentos  
Pretal e Antiquário

**ANTIQUÁRIO**

REFORME SEU ESTOFADO  
SOFÁS CAPITONE COM COURO OU VELUDO  
*Especializado em Antiquidades e Sofás sob medida*  
**FAZEMOS RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS**  
Veja nossas dicas no programa feminíssima Canal 20 da Net  
Todos os domingos às 16:00h

**ORÇAMENTO GRÁTIS**  
**51 3062.0048 / 3226.3609**  
**991.534.156 / 994.080.634**  
venturini.estofaria@hotmail.com

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

**CONSTRUÇÕES e REFORMAS**

Pedreiro Pintor  
Carpinteiro Impermeabilização  
Hidráulico Colocação de Porcelanato  
Eletricista Serralheria  
Azulejista Funilaria

**3339.7670 | 991.016.399 | 984.649.159**  
construtora-emanuel@hotmail.com  
**ORÇAMENTO GRATUITO**

**ESTOFARIA KARLA**  
REFORMAS EM GERAL E CONCERTOS - Orçamento sem Compromisso

3023.3965 | 99191.5404 | 98049.4179 | 98409.6438 | 98222.5045

Rua Márcilio Dias, 1312

**VENTILADOR DE TETO**

Paulo Santos  
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

3x no Cartão

**certBlue**  
Certificados Digitais

e-CNPJ · NF-e · e-CPF

**Certificados Digitais**  
(51) 4042 3333 · www.cert.blue  
Avenida da Cavallhada, 2370 Sala 613

**HID** **QUENTE & FRIO**  
INSTALAÇÃO TÉCNICA  
E MANUTENÇÃO

Máq. Lavar - Ar Condicionado - Micro-ondas - Forno Elétrico - Refrigeração  
Rede Elétrica Domestica - Montagem e desmontagem de móveis

**51 985.701.283 | 51 999.870.152**  
Aceitamos cartões de crédito e débito. Consulte.

**Faxina**  
Residencial e Comercial

**Tânia Tia da Faxina**

(51) 999.464.639 | (51) 993.509.329

Atendimento em todos os bairros de Porto Alegre  
Sua casa mais limpa e perfumada



### ELETRICISTA

Luís Augusto Silva

Instalações Elétricas em Geral  
Projetos Elétricos com ART  
Laudos Elétricos

Fone e WhatsApp: (51) 984.696.349



FAÇA SUA  
DECLARAÇÃO IR  
CONOSCO

- Abertura de Empresa
- Registro de Empresa
- Assessoria Fiscal
- Certificadora Digital
- Assessoria
- Área de Trabalho

MAIS DE 20 ANOS  
PRESTANDO SERVIÇOS  
DE ALTA QUALIDADE



www.adsulrs.com.br

(51) 3224.1270 | 3226.5160

Praça Bartolomeu de Gusmão, 28 | Bairro Floresta | POA

### 5ª RODADA

06/06	Fluminense	___X___	Atlético-PR
07/06	Atlético-MG	___X___	Avai
07/06	Coritiba	___X___	Palmeiras
07/06	Santos	___X___	Botafogo
07/06	Vasco	___X___	Corinthians
07/06	Sport	___X___	Flamengo
07/06	Chapecoense	___X___	Grêmio
08/06	São Paulo	___X___	Vitória
08/06	Atlético-GO	___X___	Ponte Preta
08/06	Bahia	___X___	Cruzeiro

### 6ª RODADA

10/06	Palmeiras	___X___	Fluminense
10/06	Vasco	___X___	Sport
11/06	Botafogo	___X___	Coritiba
11/06	Corinthians	___X___	São Paulo
11/06	Vitória	___X___	Atlético-MG
11/06	Ponte Preta	___X___	Chapecoense
11/06	Avai	___X___	Flamengo
11/06	Cruzeiro	___X___	Atlético-GO
11/06	Atlético-PR	___X___	Santos
12/06	Grêmio	___X___	Bahia

### 7ª RODADA

14/06	Atlético-MG	___X___	Atlético-PR
14/06	Vitória	___X___	Botafogo
14/06	Atlético-GO	___X___	Avai
14/06	Flamengo	___X___	Ponte Preta
14/06	Santos	___X___	Palmeiras
14/06	Corinthians	___X___	Cruzeiro
14/06	Chapecoense	___X___	Vasco
15/06	Coritiba	___X___	Bahia
15/06	Sport	___X___	São Paulo
15/06	Fluminense	___X___	Grêmio

### 8ª RODADA

17/06	Atlético-GO	___X___	Atlético-PR
17/06	Vasco	___X___	Avai
17/06	Santos	___X___	Ponte Preta
18/06	Coritiba	___X___	Corinthians
18/06	Fluminense	___X___	Flamengo
18/06	São Paulo	___X___	Atlético-MG
18/06	Bahia	___X___	Palmeiras
18/06	Chapecoense	___X___	Botafogo
18/06	Sport	___X___	Vitória
18/06	Cruzeiro	___X___	Grêmio

### 9ª RODADA

21/06	Vitória	___X___	Santos
21/06	Palmeiras	___X___	Atlético-GO
21/06	Atlético-MG	___X___	Sport
21/06	Atlético-PR	___X___	São Paulo
21/06	Botafogo	___X___	Vasco
22/06	Grêmio	___X___	Coritiba
22/06	Ponte Preta	___X___	Cruzeiro
22/06	Flamengo	___X___	Chapecoense
22/06	Corinthians	___X___	Bahia
22/06	Avai	___X___	Fluminense

### 10ª RODADA

24/06	Santos	___X___	Sport
25/06	Vasco	___X___	Atlético-GO
25/06	São Paulo	___X___	Fluminense
25/06	Atlético-PR	___X___	Vitória
25/06	Grêmio	___X___	Corinthians
25/06	Cruzeiro	___X___	Coritiba
25/06	Ponte Preta	___X___	Palmeiras
25/06	Bahia	___X___	Flamengo
25/06	Chapecoense	___X___	Atlético-MG
26/06	Botafogo	___X___	Avai



• TOLDOS, CORTINAS E TENDAS (PIRAMIDAL E SANFONADA)

• VIDROS LAMINADOS E TEMPERADOS

• COBERTURAS EM: POLICARBONATO, ALUZINCO E ALUMÍNIO

• LONAS E ACESSÓRIOS PARA TOLDOS

(51) 3374.5285

ARTETOLDOS.COM.BR ARTETOLDOS@ARTETOLDOS.COM.BR

## BORGES AQUECEDORES

INSTALAÇÃO DE SPLIT  
E MANUTENÇÃO  
REVISÃO GERAL

9.8523.2454 / 9. 8509.2893

Técnico **GILBERTO**

Atendimento até 00:00h Domingos: feriados  
www.borgesaquecedores.com

## 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

### 11ª RODADA

02/07	Fluminense	___X___	Chapecoense
02/07	Flamengo	___X___	São Paulo
02/07	Palmeiras	___X___	Grêmio
02/07	Corinthians	___X___	Botafogo
02/07	Atlético-MG	___X___	Cruzeiro
02/07	Coritiba	___X___	Vasco
02/07	Sport	___X___	Atlético-PR
02/07	Vitória	___X___	Bahia
02/07	Atlético-GO	___X___	Santos
02/07	Avai	___X___	Ponte Preta

### 12ª RODADA

09/07	Botafogo	___X___	Atlético-MG
09/07	Vasco	___X___	Flamengo
09/07	Santos	___X___	São Paulo
09/07	Corinthians	___X___	Ponte Preta
09/07	Cruzeiro	___X___	Palmeiras
09/07	Coritiba	___X___	Sport
09/07	Grêmio	___X___	Avai
09/07	Bahia	___X___	Fluminense
09/07	Atlético-GO	___X___	Vitória
09/07	Chapecoense	___X___	Atlético-PR

### 13ª RODADA

12/07	Fluminense	___X___	Botafogo
12/07	Flamengo	___X___	Grêmio
12/07	Palmeiras	___X___	Corinthians
12/07	São Paulo	___X___	Atlético-GO
12/07	Atlético-MG	___X___	Santos
12/07	Atlético-PR	___X___	Cruzeiro
12/07	Sport	___X___	Chapecoense
12/07	Vitória	___X___	Vasco
12/07	Ponte Preta	___X___	Bahia
12/07	Avai	___X___	Coritiba

### 14ª RODADA

16/07	Botafogo	___X___	Sport
16/07	Vasco	___X___	Santos
16/07	Palmeiras	___X___	Vitória
16/07	Corinthians	___X___	Atlético-PR
16/07	Cruzeiro	___X___	Flamengo
16/07	Coritiba	___X___	Fluminense
16/07	Grêmio	___X___	Ponte Preta
16/07	Bahia	___X___	Avai
16/07	Atlético-GO	___X___	Atlético-MG
16/07	Chapecoense	___X___	São Paulo

### 15ª RODADA

19/07	Fluminense	___X___	Cruzeiro
19/07	Flamengo	___X___	Palmeiras
19/07	Santos	___X___	Chapecoense
19/07	São Paulo	___X___	Vasco
19/07	Atlético-MG	___X___	Bahia
19/07	Atlético-PR	___X___	Botafogo
19/07	Sport	___X___	Atlético-GO
19/07	Vitória	___X___	Grêmio
19/07	Ponte Preta	___X___	Coritiba
19/07	Avai	___X___	Corinthians

### 16ª RODADA

23/07	Fluminense	___X___	Corinthians
23/07	Flamengo	___X___	Coritiba
23/07	Santos	___X___	Bahia
23/07	São Paulo	___X___	Grêmio
23/07	Atlético-MG	___X___	Vasco
23/07	Atlético-PR	___X___	Ponte Preta
23/07	Sport	___X___	Palmeiras
23/07	Vitória	___X___	Chapecoense
23/07	Atlético-GO	___X___	Botafogo
23/07	Avai	___X___	Cruzeiro

## TABACARIA



Cestas, Presentes & Decoração

- \* Lan House
- \* Impressões
- \* Plásticação
- \* Xerox
- \* Recargas

51 3249.0292

## Venha conhecer nossa loja!

Na Dudy's você encontra presentes exclusivos e diferenciados além de uma cuidadosa seleção de Cestas Comemorativas

Tele-entrega de **CESTAS\*** e **FLORES**

\*Cestas de café da manhã, entre outras.

Av. Eduardo Prado, 330 - Loja 20 **BIG** Cavahada  
dudyslan@gmail.com

## 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

## SERRALHERIA KISSER



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

☎️ 51 996.563.664 📞 984.895.925 | 992.312.220

E-mail: vilmetal@hotmail.com

Av. 21 de Abril, 1092 | Sarandi | Porto Alegre

## ALEXANDRINO esquadrias

www.alexandrinoesquadrias.com.br



(51) 3246.0648 - 3245.6170  
3248.1650 - 3245.6103  
📞 984.702.100 - 984.702.300

E-mail:

vendas@alexandrinoesquadrias.com.br

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



## Atelier do Sapato

Da Sapataria Moretto

Sapatos • Solados • Tênis (costura)  
Pintura • Colagem • Troca de Zíper  
Forrações de Sapatos para festas

51 98541.1955/98509.8826 📞

Av. Protásio Alves, 762 - Bairro Rio Branco (Loja Brasil)



## 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, Proteleiras, Cortinas, Varais, TV na Parede, Montagem de Móveis.

(51) 99140.0404 📞 99889.1902

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



## QUENTE & FRIO

INSTALAÇÃO TÉCNICA  
E MANUTENÇÃO



Máq. Lavar - Ar Condicionado - Micro-ondas - Forno Elétrico - Refrigeração  
Rede Elétrica Domestica - Montagem e desmontagem de móveis

51 985.701.283 📞 51 999.870.152

Aceitamos cartões de crédito e débito. Consulte.



## Faxina

Residencial e Comercial

Tânia Tia da Faxina

📞 (51) 999.464.639 📞 (51) 993.509.329

Atendimento em todos os bairros de Porto Alegre

Sua casa mais limpa e perfumada



## Braga Split

Técnico com  
Formação SENAI



Instalação, Manutenção e Higienização

Orçamento para Instalação Gratuito



📞 993.495.194 📞 999.918.305



STEFANI  
GESSO

Marlon Stefani

(51) 984.308.112

(51) 999.716.183 📞

marlonstefani11@gmail.com

**ALEGRIA DAS CRIANÇAS**  
**ALUGUEL DE BRINQUEDOS**  
**HORÁRIO LIVRE**

51 984.241.699   
 51 985.701.283   
 51 999.870.152 

Aceitamos cartões de crédito e débito. Consulte.

**VENTILADOR DE TETO**

**Paulo Santos**  
 ESPECIALIZADO EM  
 CONCERTO E INSTALAÇÃO  
**\*\*\*TODAS AS MARCAS\*\*\***  
 INSTALAÇÕES ELÉTRICAS EM GERAL  
 RESIDENCIAL E COMERCIAL

(51) 999.230.717   
 (51) 984.273.379 

981.470.297   
 992.344.781 

**Ângela**  
 Faxinas

Residências - Condomínios  
 Salões de Festas  
 (Inclusive finais de semana)  
 Jardinagem e Pintura de Casas

Tenho referências **51 986.535.043**

**Jardinagem**  
 Manutenção em Geral

Limpeza de Terreno  
 Limpeza de Caixa de Água  
 Podas de Árvores

**Osmar - Cel.: 992.848.968**  
 Rua Fin nº 181 - Serraria - POA/RS

**Comercial**   
**KNETIG**

**EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES**

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

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

**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

**P.R**  
**MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS**

Móveis Novos  
 e Usados

**PAULO ROBERTO**

997.930.802   
 984.339.161 

**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 12x 

**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:**  

**Com Vendas pelo Site!**

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

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

## MULTI SERVIÇOS e PINTURAS

**ARMANDO SANTOS**

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

[www.flashbrico.com](http://www.flashbrico.com)

**(51) 984.379.605**

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

## ALEXANDRINO Esquadrias

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



**(51) 3246.0648 - 3245.6170**

**3248.1650 - 3245.6103**

**984.702.100 - 984.702.300**

E-mail:

[vendas@alexandrinoesquadrias.com.br](mailto:vendas@alexandrinoesquadrias.com.br)

Av. Juca Batista, 7580 - Bairro Belém Novo  
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 12X

## FUNILARIA ITAQUI

- CALHAS • ALGEROSAS • CHAMINÉ • RINCÃO
- COIFAS • CANOS • REFORMA DE TELHADOS

- CHURRASQUEIRINHAS SOB ENCOMENDA -



**(51) 9.8564.6681 - 9.9663.9823**

Av. Toledo Piza, 20 - Sarandi - PoA

## Teletelas

**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



**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](http://www.teletelas.com) E-mail: [contato@teletelas.com](mailto:contato@teletelas.com)

## FERRAGEM

# Fratelli



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

Av. Getúlio Vargas, 170  
Menino Deus - Porto Alegre-RS

**3221.2687**



A **festa junina** tem a temática bem caipira e sempre foi feita com produtos baratos, tanto na decoração como na cozinha. É claro que dá para jogar um raio gourmetizador nisso também, vou até mostrar alguns exemplos, mas acho que a essência desse tipo de festa não pode ser perdida! Temos que cultivar essa cultura tão rica

## O potencial do papelão Teatro de fantoches



# ProcureAche

Acesse nossa revista  
on-line!

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

## ANUNCIE CONOSCO!

**ALUELO DE BRINQUEDOS**  
HORÁRIO LIVRE

51 984.241.699  
51 985.701.283  
51 999.870.152

Aceitamos cartões de crédito e débito. Consulte.

# START

rom e luz

- \* Festas em geral
- \* 15 anos
- \* Casamentos

Dj Lucas Oliveira

Fones:  
991.149.531 / 994.049.594

E-mail: [lucasbarbosadeoliveira@mail.com](mailto:lucasbarbosadeoliveira@mail.com)

# CONFEITARIA

Doces, tortas e salgados  
artesanais por encomenda.

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

\* Consulte tele-entrega

f [cdedosdemel](https://www.facebook.com/cdedosdemel) ACEITAMOS CARTÕES

# 51 3383.1639

## Cada aluno é único, com interesses e talentos próprios e responde de forma única a estímulos de aprendizagem

Se fôssemos tentar descrever uma sala de aula de ensino fundamental típica no Brasil, ela seria em uma escola pública e urbana, com aulas por 4,5 horas por dia e teria por volta de 25 alunos em cada classe.

Se a turma fosse de quinto ano, duas ou três dessas crianças seriam daquelas que sabem tudo de matemática e que pedem novos desafios porque já estão lá na frente enquanto os colegas ainda estão absorvendo os conceitos mais básicos. Oito ou nove delas, por outro lado, estariam entre as que têm tanta dificuldade que precisam de uma atenção especial; neste grupo, é provável que ao menos uma tivesse algum déficit de aprendizagem mais sério. Os 18 ou 19 restantes comporiam um grupo com conhecimentos de um nível que oscila entre o mínimo necessário e o adequado.

Esses dados, retirados do Education at a Glance e de estatísticas do MEC (Ministério da Educação) mostram que, mesmo na configuração de sala de aula mais comum no país, o desafio de proporcionar um ensino significativo para cada estudante é imenso. Numa classe com 25 alunos, os professores precisam lidar com 25 interesses, 25 talentos e 25 necessidades de aprendizagem diferentes.

Não por acaso, a personalização do ensino, ou o ensino personalizado, tem se mostrado uma das tendências mais fortes da educação no Brasil e

no mundo.

O termo se refere a uma série de estratégias pedagógicas voltadas a promover o desenvolvimento dos estudantes de maneira individualizada, respeitando as limitações e os talentos de cada um. Ele leva em consideração que os alunos aprendem de formas e em ritmos diferentes, já que também são diversos seus conhecimentos prévios, competências e interesses.

**50 milhões de alunos estão na educação básica no Brasil.**

**83% Estão matriculados na rede pública**

**12% Sabem no 9º ano o que deveriam de matemática**

**22% Sabem no 9º ano o que deveriam de português.**



**Iria Santos Vaz**

Psicóloga Clínica - CRP 07/27195

Formação UFRGS

**Psicoterapia - Atendimento Psicológico**  
**Transtornos de ansiedade, personalidade.**  
**Orientações a Casais**  
**Aconselhamento a Pais**  
**Psicoterapia breve - Pré-natal e Pós-parto**  
**Dificuldade de aprendizado**  
**Psicoterapia individual**  
**Crianças - Adultos - Adolescentes**

51 981.577.835 ☎ ✉ iriasantos57@hotmail.com

Consultório particular e Atendimento domiciliar  
 Av. Bento Gonçalves, 1639 - Porto Alegre - RS



# ENSINO PERSONALIZADO

**Matemática - Física - Química - Português - Inglês - Oficina de Redação**

Trabalha-se desenvolvendo o potencial do aluno, dando-lhe mais segurança para continuar os estudos.

Pode-se também, usar o material da escola para fixar conteúdo anteriores, deixando-o seguro para prosseguir os estudos.

**Para você que deseja retornar aos estudos e não sabe por onde iniciar.**

**VENHA NOS CONHECER!**

**3093.0085 / 9 8425.1122** 📞

# Informática para Melhor Idade



**EMPRESA HÁ 5 ANOS NO MERCADO**

Horários flexíveis de acordo com sua disponibilidade. Aulas individuais e didática própria para MELHOR IDADE.



Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador.

Aulas para tablet, computador e celular



WhatsApp



**EQUIPE COM ALTA QUALIDADE PARA ENSINAR**

Inglês para MELHOR IDADE, com apenas 03 alunos em sala, perfeito para quem vai viajar, com o preço que cabe no seu bolso.



51 3224.0335  
51 3224.0527

Rua Uruguai, 289 - 7º Andar - Centro  
www.onbyte-rs.com.br



## Associação Boanerges

Aceitamos doações de eletrodomésticos, móveis, alimentos, roupas, etc.

Aquilo que está sobrando para Você, pode ser útil para outra família.

Buscamos em sua residência!

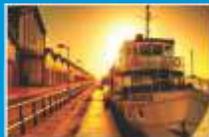
Rua Nunes Machado, 41 - Azenha

51 3219.3727

# CISNE BRANCO



PASSEIO TURÍSTICO | DIARIAMENTE ÀS 15H  
1H DE NAVEGAÇÃO | 3 ANDARES DE EMBARCAÇÃO  
SERVIÇO DE BAR A BORDO COM PESTISCOS E BEBIDAS



Reservas: (51) 3224.5222 | Av. Mauá, 1050 - Armazém B3

www.barcocisnebranco.com.br | cisnebranco@barcocisnebranco.com.br | Barco Cisne Branco

**Ter um animal de estimação traz alegria, qualidade de vida e saúde**

Um casamento pode se desfazer em pouco tempo. Já a relação entre um humano e seu bicho de estimação, quase sempre, cumpre o "até que a morte os separe". É assim há pelo menos 10 mil anos, desde que o homem domesticou cão e gato. Aos poucos, tornaram-se companheiros inseparáveis e essa relação foi evoluindo ao longo do tempo.

Filmes como "Marley e Eu" e "Para sempre ao seu lado", que mostram o relacionamento entre os humanos e seus animais de estimação, não só foram sucesso de bilheteria como levaram plateias às lágrimas. Hoje,

pesquisas e estudos em todo o mundo demonstram que a convivência com os animais traz tranquilidade e bem-estar às pessoas.

Especialistas em comportamento animal afirma: "Quando levamos cães em locais com pessoas doentes, em especial crianças, e idosos, constatamos a alegria que trazem. A relação é muito diferente se há apenas humanos nas visitas", explicam que, ao contrário dos visitantes que se comovem com as histórias tristes dos pacientes e muitas vezes não conseguem dar força às crianças e velhos, os cães trazem leveza ao ambiente. Eles brincam, fazem algo engraçado e proporcionam momentos felizes.

**Tele-entrega de RAÇÕES**



Monello tradicional Ad.  
25kg - R\$ 144,90



Naturalis Ad. Fgo/Peru  
15kg - R\$ 99,90



Primocão Orig.  
20kg - R\$ 99,90



Naturalis Gato Ad.  
10kg - R\$ 104,90



Golden Gato Ad. Fgo  
10kg - R\$ 99,90

51. 3084.0023  
51. 3029.9309  
51.99912.5696



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

**Dica sobre Adestramento de cães**

O cão só tem dois tipos de relação com os humanos, a de dominante e a de dominado, então desde o início você deve mostrar quem manda para seu cãozinho, o começo do adestramento para cães, se dá com estímulos negativos em caso de atitudes erradas e positivas quando fizerem o que o dono quer, aprender o não é essencial para um bom adestramento futuro.

Mais do que exercícios para ensinar truques simpáticos para fazer com o cão, o adestramento visa principalmente a educação do cachorro. Do mesmo jeito que crianças precisam aprender a respeitar e obedecer aos seus pais, os cães também devem passar por esse processo de aprendizagem. Os truques básicos de adestramento servem apenas para exercitar a obediência do cão.

A primeira coisa a ser aprendida é o significado do “não”, do “muito bem” e do “aqui”, o cachorro precisa saber o que pode fazer, o que não pode e onde ele deve ficar.

Táticas interessantes de adestramento são a recompensa com petiscos, para quando o cão faz o que foi mandado, e o “não” junto com segurar com força a pele da parte de trás do pescoço do cachorro quando for necessário repreender. A repetição é a chave do adestramento.

É importante lembrar que o adestramento não pode

incluir: bater no cão; prendê-lo a maior parte do tempo; deixá-lo sozinho e longe de contato com todas as pessoas da casa; provocar o cão ou gritar e se exaltar com ele. O cachorro precisa ter contato com todos os moradores da casa, para sempre reconhecê-los e respeitá-los.

É importante que o dono seja firme nas decisões, sempre cumprindo com as regras que forem impostas ao cão. Os planos da casa sempre devem levar o cãozinho em consideração. No caso de viagens, é fundamental que seja pensado o que fazer com o cão no período que não tiver ninguém em casa, seja reservar um hotel para cachorros ou pedir para alguém de confiança cuidar do animal. Treino é importante para o treinamento do seu cão e, mais uma vez, é preciso que todos os membros da casa participem do adestramento para dar tudo certo!

Fonte: <http://www.cachorrogato.com.br>

**Veterinária e Pet Store**  
**São Chicão**  
 ✨ CONSULTAS ✨ VACINAS ✨ HOSPEDAGEM ✨  
 ✨ PET SHOP ✨ BANHO E TOSA ✨ CRECHE




**TEMOS SERVIÇO DE TELE-BUSCA**

AV. PROTÁSIO ALVES, 2324  
 PETRÓPOLIS - P. ALEGRE - RS

**☎ 3028.8383**



**Pet Jully**

**Horário de Atendimento:**  
**Domingo à Domingo**

- Consultório • Medicamentos
- Vacinas • Rações • Banho
- Tosa • Hospedagem
- Adestrasmento • Comportamento

**TELE-BUSCA e TELE-ENTREGA**

**☎ 3907.2663 / 📞 981.297.085**

29 ANOS

**FUNERÁRIA UNIDAS - HAHN**  
— SERVIÇOS FUNERÁRIOS —

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 seguro funeral **CAIXA**

## Personal Organizer

Você sabia que a organização pode beneficiar na qualidade de vida e na produtividade?

Ambientes desorganizados são reflexos de sobrecarga de atividades ou problemas comportamentais. Atualmente, existem no mercado profissionais habilitados e qualificados desenvolvedores de soluções criativas denominados: Organizadores Pessoais (Personal Organizer).

Através de técnicas e métodos, esses profissionais transformam ambientes em espaços agradáveis, ergonômicos, práticos e saudáveis. Dessa forma, proporcionam indiretamente bem-estar, melhor qualidade

de vida e tempo livre.

Serviços oferecidos pelos organizadores pessoais: (Personal Organizer).

- Organização de Residências (cozinha, área de serviço, armários, closets, banheiros, garagens)
- Organização empresarial (consultórios, clinicas e escritórios)
- Organização de Mudanças (pré e pós mudança)
- Consultoria de Produtos Organizadores.

**Jerusa Leal**

Personal Organizer



**Vest Lav**  
Lavanderia

Lavagem a seco e úmido, por peça e por quilo.  
Cobertores, edredons, cortinas, tapetes, lenis, 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

**Jerusa Leal**  
PERSONAL ORGANIZER

AMBIENTE ORGANIZADO, ENERGIA RENOVADA.

ARMÁRIOS, CLOSETS MUDANÇAS  
ESCRITÓRIOS, LOJAS  
COZINHA, A.SERVIÇO

(51) 9.8205.3946  
jerusaorganizer  
jerusa.leal@gmail.com

**Mirimão**  
tabacaria

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

(51) 3219.6361  
Av. Azenha, 1377 Loja 2

**ALUGA-SE QUARTO (individual)**  
**Casa ampla, ambiente familiar.**  
**Garagem (opcional)**  
**Bairro Azenha**

**51 981.921.975**

**Você sabe o que é Saúde Ocupacional?**

É um setor específico dentro da grande área da saúde, porém, que lida unicamente com a saúde voltada para o trabalhador.

O principal intuito da saúde ocupacional é se voltar para a prevenção de doenças e demais problemáticas que possam se originar no ambiente de trabalho.

Dessa forma, ela é o que previne contra riscos e demais problemas que o trabalhador venha a enfrentar por conta do ambiente físico/ambiental em que realiza suas atividades.

A saúde ocupacional é caracterizada como um setor obrigatório dentro de empresas de pequeno, médio e grande porte.

O Ministério do Trabalho é o órgão responsável por essa fiscalização e impõe também todas as regras no que diz respeito à qualidade de vida do trabalhador.

Todos os empregadores devem observar atentamente o ambiente físico de suas instalações, tomando sempre medidas necessárias para colocar seus

empregados o mais distante possível de riscos físicos, químicos, biológicos e ergonômicos.

Para saber realmente quais são esses riscos, deve-se realizar uma vistoria com profissionais especializados em Segurança do Trabalho, esses profissionais levantarão quais os riscos existentes em todos os ambientes de sua empresa, e indicarão ações a serem tomadas para evitar a ocorrência de acidentes, estas ações vão desde mudança de lay-out da empresa até utilização de Equipamentos de Proteção Individual – EPI, conforme as regras da saúde ocupacional.

Todas essas ações devem ser elaboradas por Técnicos de Segurança do Trabalho, inscritos nas DRT de sua região e Engenheiros de Segurança do Trabalho filiados ao CREA.

**ASSISTEC - SUL**

REFRIGERAÇÃO E MÁQUINAS  
Serviço Autorizado

**AR CONDICIONADO** (INSTALAÇÃO, MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO)

**FREEZER - GELADEIRA**  
**FROST FREE - LAVA ROUPAS**

Serviços com garantia

**51 3516-8189**

☎ 999 230 145 ☎ 991 223 074 ☎ 985 181 587

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



**Bella Acessórios**

A Loja mais completa em  
Semi-Jóias e Bijuterias da Zona Sul  
**(51) 3266.1983**  
Big da Cavalhada - Loja 14

## As Gestantes x Estabilidade Provisória

O legislador Constituinte de 1988 preocupou-se em garantir proteção ao trabalho das empregadas gestantes, em razão de abusos que eram praticados no passado, com despedidas arbitrárias, o que motivou o legislador a colocar expressamente tal proteção no art. 10, inciso II, alínea "b", do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias, nos seguintes termos:

"Art. 10. Até que seja promulgada a lei complementar a que se refere o art. 7º, I, da Constituição:

II - fica vedada a dispensa arbitrária ou sem justa causa:

b) da empregada gestante, desde a confirmação da gravidez até cinco meses após o parto."

Na prática isto quer dizer que se você é gestante **NÃO PODE SER DESPEDIDA**, até 5 (cinco) meses após o parto e se você for, tem direito de pedir judicialmente sua **REINTEGRAÇÃO AO EMPREGO**, pois a **ESTABILIDADE PROVISÓRIA** é um direito garantido na constituição.

Este direito pode ser exercido mesmo se você estava engravidou durante o contrato de

experiência ou no curso do cumprimento do aviso prévio e, se você foi despedida e somente depois ficou sabendo da gravidez, também pode pedir seu retorno ao emprego.

Estes direitos foram reconhecidos pelo Tribunal Superior do trabalho que editou a Súmula nº 244, que deixa claro e sem dúvida estes direitos.

Se seus direitos foram violados, informe-se e busque seus direitos.

Também atendemos outros tipos de ações trabalhistas e de outras áreas do direito, informe-se, marcando consulta.

## Amandio

Advocacia & Consultoria Jurídica

F: 3028-5285 e 991.585.285

**Amandio**  
Advocacia & Consultoria Jurídica

Escritório atuante  
a mais de 14 anos

- Ações Trabalhistas,
- Ações Indenizatórias,
- Família e Sucessões,
- INSS (aposentaria e Benefícios cessados)
- Direito imobiliário
- Seguros negados

Agende sua consulta

Telefone: 3028.5285 9.9158.5285  
Andradas, 1251 sala 92 - Centro - PoA  
E-mail: amandio.adv@gmail.com  
www.amandioadvocacia.jur.adv.br

**VIANA & ASSUMPTÃO**  
Advogados Associados

OAB/RS 87.395  
OAB/RS 105.122

**DIREITO CIVIL:**  
Contratos/ Cobranças/ Indenizações/ Consumidor

**DIREITO IMOBILIÁRIO:**  
Regularização de Imóveis/ Condomínios/ Despejo

**DIREITO DO TRABALHO:**  
Reclamatórias/ Acidente do Trabalho/  
Indenização por Doença

**Demissão por Justa Causa? Saiba seus direitos:**

- Saldo de salário; Aviso Prévio Indenizado;
- Aviso Prévio Indenizado Proporcional
- Férias vencidas e + 1/3; Férias proporcionais e + 1/3;
- 13º salário proporcional; FGTS; Multa de 40% sobre o saldo do FGTS;
- O trabalhador demitido sem justa causa pode ter direito ao Seguro Desemprego

51 985.965.670   
**Consulta Gratuita**

Rua dos Açores, 79 - Sala 501 - Passo D'Areia - PoA - RS  
**Fones: (51) 3028.0140 - 3024.0035**

**ProcureAche**

Alcance mais visibilidade  
anunciando nas  
nossas revistas!

**ANUNCIE AQUI**

51 3026-8445  
 996-136-986 **vivo**

**DIREITO AO AUXÍLIO-DOENÇA**

O Auxílio-Doença é um benefício concedido pela Previdência Social à pessoa que esteja impossibilitada para o trabalho, em situação que a torne temporariamente incapaz, por motivo de doença – desde que tenha no mínimo 12 contribuições ao INSS. Entretanto, para auxílio-doença ou aposentadoria por invalidez - desde que decorrentes de acidente de trabalho de qualquer natureza, não existe a exigência das 12 contribuições à Previdência Social, bem como não existe tal exigência – conforme prevê a legislação, nos casos das seguintes doenças graves, que são: a tuberculose ativa, hanseníase, alienação mental, neoplasia maligna, cegueira, paralisia irreversível e incapacitante, cardiopatia grave, doença de Parkinson, espondiloartrose anquilosante (doença inflamatória das articulações da coluna, quadris e ombros), nefropatia grave, doença de Paget (osteíte deformante) em estágio avançado, síndrome da deficiência imunológica adquirida (AIDS), contaminação por radiação – com base em conclusão da medicina especializada e hepatopatia grave. Em caso de indeferimento pelo do INSS do auxílio-doença requerido, ou mesmo

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

**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  
almirsarmento@hotmail.com

em caso de alta pela Previdência quando o segurado ainda não apresenta condições de trabalho, caso em que muitas vezes até as empresas não querem aceitar que o empregado retorne às suas atividades, a via judicial é o único meio de o trabalhador ver reconhecido seu direito ao benefício, face ao sobredito indeferimento ou alta pelo INSS.

Registra-se, ainda, por importante e oportuno, que o empregado não deve ser demitido doente, sobretudo quando a doença tenha origem nos serviços prestados pelo trabalhador, portanto ilícita a demissão, que é considerada nula na Justiça do Trabalho, sendo a empresa obrigada a reintegrar o trabalhador.

**ALMIR SARMENTO & FILHOS -  
ADVOCACIA**

Avenida Borges de Medeiros, 453,  
Conjunto 104, Porto Alegre - RS  
**3026-0303 / 3013-1928**  
WhatsApp **9-9875-0370**  
almirsarmento@hotmail.com

**GRUPO**  
**DINÂMICA**®  
**DESENTUPIDORA**

**Esgotos em Geral**



desentupidoradinamica.com.br

**ENTUPIU?**

Chamou, chegou!

(51) **3334-9000**

Cel: 999.999.000 / 999.888.000

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

## Saúde e Bem Estar

Vamos falar de saúde, mas num sentido mais amplo. A “Organização Mundial de Saúde” (OMS) define a saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afeições e enfermidades”. No passado, saúde era apenas uma questão biológica, sendo a ausência de doenças, integridade de órgãos e funções vitais do organismo. Portanto, devemos refletir sobre a importância que damos para nossa saúde física, mental e espiritual.

Falando apenas da parte que me compete como educador físico, não é uma questão de ficar “sarado”, mas de ser saudável. Devemos conhecer nosso corpo, ter coordenação motora, músculos fortalecidos, articulações estáveis e postura correta. A idade e a genética influenciam nisso, mas não define quem somos, e sim, a nossa rotina e cuidados que temos com o nosso corpo.

Exercícios físicos bem orientados são fundamentais e te auxiliarão muito em

todos esses aspectos. Com músculos mais fortes e uma melhor consciência corporal terá uma postura melhor e menor sobrecargas sobre as articulações. Com as alterações no metabolismo e condicionamento, terá artérias e o coração mais saudáveis e eficientes. O controle do peso corporal e melhora na qualidade do sono são outros benefícios importantíssimos.

Desequilíbrios musculoesqueléticos, perda da qualidade nos movimentos e amplitudes articulares são problemas cada vez mais comuns. Devemos ter padrões de movimentos funcionais corretos, pois disfunções destes acarretarão em desvios posturais, desgastes nas articulações, dores na coluna, ciático, joelhos, dentre outros sintomas e doenças.

É comum as pessoas darem importância para bens materiais, mas esquecerem que precisam de saúde para usá-los.

**Éder de Pauli**

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

**(51) 98118-9014**



Centro de Exercício Físico e Saúde

**“Seu corpo não vem com manual de instruções. Treine com um profissional de educação física.”**

Atendimento personalizado, priorizando sua saúde, reabilitação e bem estar. Seus exercícios serão orientados todos os dias, sempre com poucos alunos de cada vez. Temos também aulas de Muay Thai e Boxe.

Rua Adda Mascarenhas de Moraes, 45  
Jardim Planalto (51) 98118-9014

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



(51) 99218-9927

Espaço **BELEZA e SAÚDE**  
Podologia  
Depilação  
Massoterapia  
Manicure e Pedicure.

## Sistema elétrico Automotivo

Hoje a eletrônica embarcada já é uma realidade nos carros, porém é uma área muito negligenciada, às vezes pela falta de informação ou de conhecimento, casos de problemas de injeção eletrônica, arrefecimento, problemas de partida ou iluminação tem sua origem no sistema elétrico.

Nas oficinas aparecem diariamente problemas com origem no sistema elétrico, um exemplo comum é o sistema de injeção eletrônica, apresentando funcionamento irregular, causando muitas vezes falsos defeitos em sensores ou atuadores, gerando trocas desnecessárias de peças.

Sistemas elétricos em geral são simples de serem diagnosticados, muitas vezes você mesmo em casa pode diagnosticar defeitos de forma simples e rápida, necessitando apenas de um multímetro, pois alguns parâmetros como carga de bateria e queda de tensão de positivo ou negativo, mesmo sendo de fácil diagnóstico, passam despercebidos em muitas oficinas, tornando assim, o diagnóstico bem mais difícil.

Para realizar este teste você precisa apenas um multímetro, pode ser aquele bem simples, precisa colocar ele na escala de 20V (volts)

corrente contínua, nesta escala poderá realizar os três testes, vejamos como:

. Carga de bateria – com Multímetro ajustado, ponta vermelha no positivo da bateria e ponta preta no negativo da bateria, deverá encontrar o valor entre 13,80V e 14,50V, qualquer valor diferente procure um profissional para corrigir o problema.

. Queda de Tensão do negativo – colocar uma ponta do Multímetro no negativo da bateria e a outra em qualquer ponto de aterramento (carroceria ou motor) o valor encontrado deverá estar entre 0 e 0,70mV (de Zero a Setenta milivolts).

. Queda de tensão do positivo – colocar uma ponta do Multímetro no positivo da bateria e a outra na saída do alternador, os valores deverão ser os mesmos da queda de tensão do negativo acima, qualquer valor diferente deve se procurar um profissional para corrigir o problema.

Hoje em nossa Oficina Trabalhamos em cima do diagnóstico de precisão em muitas vezes resolvendo o problema de forma simples e rápida, apenas realizando testes básicos. Mantenha sempre em dia a manutenção preventiva do sistema elétrico do seu carro, evitando problemas e gastos desnecessários.

**ALEX**  
Tecnologia



**CAR**  
Precisão

**CÂMBIOS AUTOMÁTICOS e  
AUTOMATIZADOS  
INJEÇÃO ELETRÔNICA**

☎ 51 **3372.3053**

51 **995.233.435** 📞

Joaquim Silveira, 654

✉ alexcursos@gmail.com

📺 Alex Car

📘 alexcarservice

**GEO**  
*Point*

**CONSERTOS DE RODAS**

Geometria - Balanceamento

Suspensão - Freios - Pneus - Rodas



Av. Ceará, 238 - Porto Alegre - RS - Fones: (51) 3337.7888 / 3273.7888 / 981.483.031  
E-mail: geo.point@yahoo.com.br

# HORÓSCOPO



A sua vida não está nada monótona porém muitos de seus planos não avançam conforme seus desejos por causa dos obstáculos que acabam gerando atrasos. Você precisa redobrar a paciência buscando formas alternativas de solucionar esses obstáculos se quiser avançar.



Você pode pensar em quais planos você estará priorizando pois aconteceu uma renovação energética salutar. Chegou a hora de crescer aquilo que você plantou na semana anterior. A oposição de Marte (em seu signo) a Saturno indica que você tem ainda muito trabalho a fazer.



Você conseguirá consolidar as suas relações profissionais, especialmente se estiver disposto a dialogar com abertura de mente, acolhendo as sugestões de seus parceiros e colegas. Seja mais flexível em seu julgamento.



Ao iniciar novos projetos não deixe de avaliar claramente todos os pontos e os desafios que eles irão lhe apresentar, pois na pressa de aceitá-los pode cometer enganos e comprometer os bons resultados. Aproveite esse período para cuidar de sua saúde concedendo descanso ao seu corpo.



A vida não está nada fácil. Você enfrenta as restrições impostas por Saturno aos natos em Sagitário. Você pode acabar sofrendo algum problema de saúde, como cansaço físico e mental, que resultam em desconfortos emocionais. Redobre a sua paciência.



Em sua vida privada a sua boa energia começa a dar bons resultados, oferecendo uma melhor notável em seus relacionamentos pessoais que andavam estremeceados com os mal-entendidos das semanas anteriores. Aproveite para desfrutar os momentos felizes.



Você pode fortalecer os relacionamentos com seus colegas e conseguir uma boa equipe para conseguir o sucesso de seus projetos. No âmbito familiar o fortalecimento dos laços pessoais lhe fornecerá bases sólidas para poder aguentar o tranco do dia a dia.



haverá muita negociação e muito bate-boca em suas reuniões profissionais, e por isso é melhor você se armar de paciência para acabar virando a mesa quando seus planos não estão sendo acolhidos. Não espere demais para não se frustrar depois.



Sem nenhuma razão aparente você pode perder a confiança em você mesmo porque não consegue encontrar saídas para superar seus desafios. Não permita que a dificuldade em superar esses obstáculos atrapalhe o seu raciocínio pois você vai precisar de toda a sua habilidade.



Alguns de seus projetos não deram certo e precisarão ser modificados. Não deixe que os aborrecimentos causem tensões nos seus relacionamentos profissionais e pessoais. Talvez nesse momento você deva simplesmente recuar e avaliar melhor as suas posições.



Desvios e atrasos são inevitáveis visto as configurações tensas que o céu da semana nos propõem! Tente encontrar novas formas para contornar os principais obstáculos e concentre suas iniciativas em poucas atividades para não se desgastar.



Transforme, refaça, analise tudo novamente e encontre novas formas para solucionar os antigos e velhos problemas, pois se você continuar procrastinando não chegará a lugar nenhum. A criatividade e a inspiração precisam ser acompanhados por ações práticas.

**TEMPLO RELIGIOSO DESPERTAR**

Trabalhos de Umbanda, Nação, Quimbanda, Magia e Bruxaria.

Envie seu pedido de ajuda pelo whatsapp:  
51 996.783.355 993.407.291

Consultório na Av. Cavalhada - POA

**JOGA-SE CARTAS**

51 981.921.975



## CURSO DE GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:

IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA  
CLÍNICA GERAL

Orion Instituto de Odontologia Ltda - CR0

(51) 3276.8483 / 3276.8481

(51) 982.946.374 992.091.881

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta - POA



# TECNOBRAS

Conserto:  
LAVADORA  
SECADORA  
REFRIGERADOR

ORÇAMENTO GRATUITO

51 3217.1717 / 992.985.829 Plantão  
Zak Marrone - Técnico Formado na Brastemp

# ADSUL

ASSESSORIA CONTÁBIL E FISCAL

MAIS DE 20 ANOS  
PRESTANDO SERVIÇOS  
DE ALTA QUALIDADE

FAÇA SUA  
DECLARAÇÃO IR  
CONOSCO

- Abertura de Empresa
- Registro de Empresa
- Assessoria Fiscal
- Certificadora Digital
- Assessoria
- Área de Trabalho

www.adsulrs.com.br

(51) 3224.1270 | 3226.5160

Praça Bartolomeu de Gusmão, 28 | Bairro Floresta | POA

SARA DE LIMA AUGUSTIN  
PSICÓLOGA | CRP 07/26469

Sara Augustin

(51) 99983.8994  
VIVO | WHATSAPP

(51) 98231.2950  
TIM

saralaugustin@gmail.com

PORTO ALEGRE/RS | MONTENEGRO/RS

# Desentupidora & Dedetizadora ROTOMASTER

ATENDIMENTO IMEDIATO 24h

Desentupimento Pias, Ralos e Vasos  
Limpa Fossa  
Hidrojateamento

Limpeza de Caixa d'Água  
Controle de Pragas  
Hidráulica  
Colunas

Visita e Orçamento  
**GRÁTIS**

51 3246.0941  
51 98273.8717

# ALEXANDRINO

esquadrias

www.alexandrinoesquadrias.com.br

(51) 3246.0648 - 3245.6170

3248.1650 - 3245.6103 - 984.702.100 - 984.702.300

E-mail: vendas@alexandrinoesquadrias.com.br

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

# JG Multiserviços

Relojoeiro - Cópia de controle - Conserto de celular  
Chaveiro - Afações profissionais em geral  
Conserto de móveis e aberturas  
Venda e conserto de guarda-chuvas

995.288.476 995.039.191 985.163.002

# 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 - POAR

# 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

# ELETRICISTA

Luís Augusto Silva

Instalações Elétricas em Geral  
Projetos Elétricos com ART  
Laudos Elétricos

Fone e (51) 984.696.349

# P.R. MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS

Móveis Novos e Usados

PAULO ROBERTO

997.930.802 984.339.161



No site da **ProcureAche** você tem acesso às edições anteriores de nossas revistas  
[www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores](http://www.procureacherevista.com.br/edicoes-antiores)