



CORONAVÍRUS



**A importância
de lavar bem
as mãos**

página 5

**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



17 Anos de Jornalismo
e Comunicação

ProcureAche 

Expediente:

TRABALHAMOS TODA A WEB

www.procureacherevista.com.br/marketing-digital

CNPJ: 11.248.576/0001-99 | Geramigos Comunicação Ltda

(51) 981.427.686 

Edição não encontrada impressa, basta fazer download
www.procureacherevista.com.br

 /ProcureAcheRevista

 revista_procureache

E-mail: contato@procureacherevista.com.br

Marketing Digital ProcureAche: procureacherevista.com.br/marketing-digital

Tiragem: 85.000 exemplares

Editora: Maria das Dores Pereira | **Jornalista Revisora:** Carine Bidone Lopes MTB nº 12.749



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	156 (opção 1)
Corpo de Bombeiros	193
Disque-Previdência Social	135
Rodoviária	3210-0101
Aeroporto Salgado Filho	3358 2000
CEEE	0800 721 2333
Dmae	3289 9000
Detran	0800 905 5555
Lista Telefônica	102
PROCON	3289 1774

VANTAGENS DE ANUNCIAR NA PROCUREACHE

A ProcureAche, assim como você, sabe que a mídia digital é bastante eficaz também para compra/venda de produtos e serviços. Em grande parte das vezes, as pessoas buscam através da Internet. Então, se a oferta ou serviço não tem presença digital, muitas vezes não é lembrado.

A ProcureAche disponibiliza para você serviços de Gerenciamento de Redes Sociais, criação de site, campanhas Google Ads – para otimizar o ranqueamento do seu site através do Google - e anúncios patrocinados.

Além disso, a ProcureAche traz um portal rico, contendo todos os serviços de anunciantes, seus contatos, endereços e horários de funcionamento.

Através da visibilidade da ProcureAche na Internet, os anunciantes são beneficiados também.

Não fique de fora!

Fone: (51) 98142-7686 WhatsApp

SOBRE O CORONAVÍRUS



Ele pode parecer novidade, mas não é: o coronavírus foi descoberto na década de 1960 e reúne um grupo de agentes infecciosos causadores de resfriados comuns até infecções graves e letais - como a que se espalhou a partir de Wuhan, na China, recentemente. É dessa "família" também que surgiram doenças como a SARS (sigla em inglês para Síndrome Respiratória Aguda Grave) e da MERS (Síndrome Respiratória do Oriente Médio).

Acredita-se que o novo coronavírus tenha origem em animais silvestres como cobras, morcegos e pangolins, que seriam hospedeiros até chegar a humanos, mas não há um consenso sobre a origem entre os especialistas. Até agora, não existe uma vacina desenvolvida especificamente para o nCoV, como é chamado o novo coronavírus. A médica infectologista Umbeliana Barbosa, do Instituto de Infectologia Emílio Ribas, explica: "O que sabemos é que o vírus está sendo transmitido de pessoa para pessoa, o que direciona o foco em contenção e prevenção de riscos de contaminação". **Mais sobre na página 5.**



ANUNCIE

**Revista Impressa
ProcureAche** 



**Gerenciamento de
Redes Sociais**



OU



**Criação de site +
Google Ads** 

PLANOS a partir de R\$ 285,00!!!

 **(51) 98142.7686**

QUIROPRAXIA É QUALIDADE DE VIDA!



Você já imaginou a melhora significativa na sua vida ao tratar não apenas os sintomas, mas sim a causa de suas dores? A quiropraxia vai te ajudar a ter mais saúde, dormir melhor, ter mais bem-estar e, consequentemente, uma vida mais feliz, além de melhorar o seu sistema imunológico e sua mobilidade.

A quiropraxia pode ser usada tanto para tratar quanto para prevenir problemas relacionados ao desalinhamento da coluna vertebral, que podem ser ocasionados por diversos fatores: má postura, passar muito tempo sentado ou em pé e até estresse e ansiedade.

Problemas como dores no ciático, pelve, pescoço, lombar, costas, quadril, ombros, braço e qualquer outro ligado ao sistema neuro-músculo-esquelético podem ser tratados por um quiroprático.

Drª Jane Difini Kopzinski

Fone: (51)99684-2953



QUIROPRAXIA, FISIOTERAPIA e FILOSOFIA 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

Revista ProcureAche

Invista em Marketing Digital!

Seu site nas primeiras posições do Google, presença digital, vendas e fortalecimento da sua marca!

- Criação de sites responsivos, e-commerce e landing pages;
- Gerenciamento de Redes Sociais;  
- Google Ads 

& Anúncio na Revista Impressa:

- 85 mil exemplares mensais, com circulação em 49 bairros de Porto Alegre;
- Alcance de milhares de pessoas!
- 17 anos de sucesso!

*Equipe especializada em Marketing Digital!

Planos a partir de *R\$ 85,00/mês

WhatsApp (51) 98142.7686

Não perca!

ProcureAche 

CORONAVÍRUS - A IMPORTÂNCIA DE LAVAR BEM AS MÃOS

O Brasil confirmou o primeiro caso de coronavírus, mas não precisa entrar em pânico. Uma das melhores formas de se prevenir contra o vírus é lavar as mãos. Ter as mãos limpas é tão importante para a saúde que tem até uma data dedicada a isso: o Dia Mundial de Lavar as Mãos, lembrado sempre no dia 15 de outubro. A data é usada por governos e organizações sanitárias para incentivar a lavagem das mãos e fazer com que isso faça parte do cotidiano de todos.

Lavar as mãos é ato reconhecido pela OMS (Organização Mundial da Saúde) como um dos principais instrumentos contra epidemias. Dados mostram que o hábito pode reduzir em até 40% a contaminação por vírus e bactérias que causam doenças como gripes, resfriados, conjuntivites e viroses. Um estudo do Unicef (Fundo das Nações Unidas para a Infância) mostrou que 41% das mortes de recém-nascidos podem ser evitadas pelo simples ato de higienizar as mãos, jogando literalmente água abaixo a infecção trazida por vírus e bactérias. No Brasil, de acordo com dados da Anvisa, cerca de 25% das infecções registradas são causadas por microrganismos multirresistentes —aqueles que se tornam imunes à ação dos antibióticos.

Você sabe lavar as mãos? Veja um passo a passo:

- Use a quantidade de sabão suficiente para que a espuma cubra toda a superfície das mãos (lembre-se de tirar os anéis);

- Dedique 15-20 segundos só no ato de esfregar. Não precisa ficar contando, cante o “Parabéns a você” por duas vezes que dá o tempo certinho;

- O ritual completo deve durar cerca de 50 segundos;

- Capriche na limpeza do espaço entre os dedos; esfregue também o dorso e o punho;

- Seque com toalha descartável (em ambientes coletivos);

- Se a torneira não for automática, use a toalha de papel para fechá-la, ou lave também a torneira antes de lavar as mãos;

- Vale também ter sempre à mão álcool gel para fazer a limpeza quando não houver outros meios à disposição.

Como e quando lavar as mãos

- Para higienizar, o ideal é água e sabão, porque a água sozinha, neste caso, não é o suficiente para eliminar vírus e bactérias. A recomendação é de sempre lavar as mãos:

- Antes e após o preparo de alimentos;
- Antes de comer;
- Antes e após tratar qualquer machucado, principalmente em crianças;
- Antes e depois de entrar em contato com pessoas doentes;
- Sempre depois de usar o banheiro.

Previna-se contra o coronavírus

Além de lavar as mãos, o Ministério da Saúde orienta cuidados básicos para reduzir o risco geral de contrair ou transmitir infecções respiratórias agudas, incluindo o novo coronavírus. Entre as medidas estão: Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Evitar contato próximo com pessoas doentes. Ficar em casa quando estiver doente. Cobrir boca e nariz ao tossir ou espirrar com um lenço de papel e jogar no lixo. Limpar e desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência.



EXERCÍCIOS EM CASA NA QUARENTENA



Com o surto do novo coronavírus, COVID-19, a recomendação é que as pessoas circulem na rua o mínimo possível, além de manterem a higiene das mãos e evitem tocar o rosto. Em uma situação de quarentena, seja ela para o cuidado em não transmitir o vírus, seja para não se contagiar, muitas pessoas estão ficando em casa. Mas como já sabemos que o Brasil, ainda que país do futebol, é um dos mais sedentários do mundo, ficar fechado em casa pode agravar esse quadro.

Com todas as medidas para prevenir a disseminação rápida do vírus, uma boa alimentação e o cuidado com o corpo podem ajudar na resistência e na imunidade. Assim, fizemos uma seleção de aplicativos e canais com aulas que vão de exercícios aeróbicos, meditação e musculação.

É importante respeitar os limites do seu corpo e não dar uma de crossfit, se forçando até o limite do impossível. Se numa academia ou box você tem alguém olhando sua postura, em casa a coisa é com você. Então respeite seu corpo para não se machucar. Deu fadiga e já não está fazendo o movimento como era para ser feito? PARE. Essas são dicas para manter o corpo ativo e não para mandar mais uma pessoa para o já sobrecarregado sistema de saúde, ok?

Meditação

Headspace

Aprenda habilidades que transformam vidas meditando apenas alguns minutos por dia com o Headspace. Aproveite centenas de sessões sobre saúde física, desenvolvimento pessoal, gerenciamento do estresse e alívio da ansiedade para você ficar zen. Todas têm o intuito de ajudar você a se estressar menos, se concentrar mais e se sentir melhor. Pratique mindfulness onde e quando quiser. Para te ajudar neste momento de crise, o aplicativo oferece algumas meditações gratuitas que fazem parte de uma

coleção maior no aplicativo do Headspace chamada Enfrentando a tempestade. Lá você encontra exercícios de movimento, para o sono e meditações para te ajudar conforme o que estiver sentindo naquele momento. É o nosso singelo modo de te ajudar a encontrar um espaço e gentileza para você e as pessoas à sua volta. Google Play e iOS.

Alongamento e Pilates

Namu Pilates

Namu, que significa árvore em coreano, simboliza o conhecimento com suas múltiplas ramificações, está representada no nosso logotipo por uma folha que aponta para o norte como uma bússola e mostra nosso objetivo de busca do equilíbrio. Ao cair na água, ela cria ondas circulares que ao se ampliarem, remetem à expansão de conhecimento e de consciência. A plataforma tem a missão de contribuir para a evolução individual e coletiva das pessoas por meio da geração e divulgação de conteúdos que inspirem uma vida mais equilibrada.

Musculação

Home Fit Home

O canal do Youtube tem treinos novos a cada semana, com muitas dicas para usar pequenos espaços. O foco ali é queimar gordura, mas vale também para quem quer tonificar o corpo.

DUDU
bike shop

BICICLETAS

PEÇAS

OFICINA

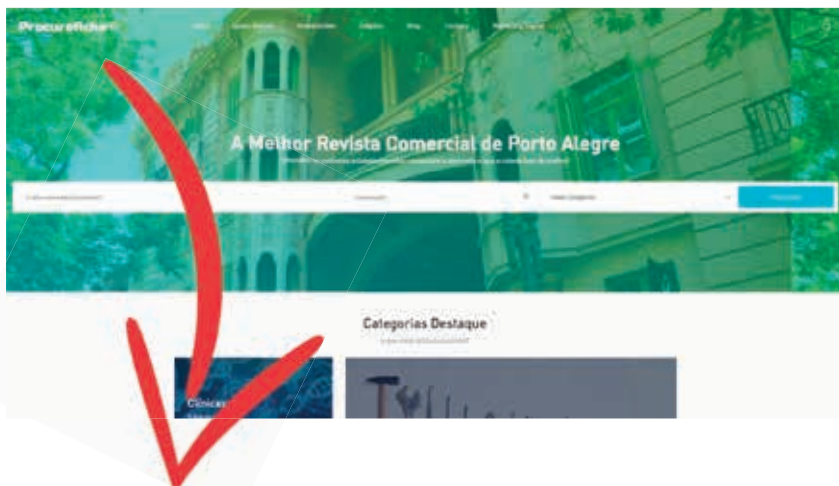
BICIESCOLA

Av. Wenceslau Escobar, 2307

51 3269.2369

Não fique parado em tempos de crise! Anuncie conosco e garanta visibilidade e novos negócios!

Trabalhamos para que você tenha visibilidade no impresso e na Internet.
Em tempos de crise criamos oportunidades.
Divulgue o seu negócio conosco!



Temos um portal na Internet cheio de serviços e informações úteis!
Seu negócio nos celulares e tablets!

www.procureacherevista.com.br

Serviços essenciais, que não podem parar!



Entrega



Limpeza



Consertos

e muito mais!

(51) 981.427.686 

Saiba mais! Estamos aqui pra te ajudar.

Acesse também através
do QR CODE ao lado
e tenha acesso
a conteúdo e serviços
essenciais:



**CORONAVÍRUS
COVID-19****O que você precisa
saber e fazer.****Como posso me proteger?**

-  Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.
-  Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
-  Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.
-  Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.
-  Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
-  Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

Como o coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:

**E quais são os principais sintomas?**

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:

-  Febre
-  Tosse
-  Dificuldade para respirar

Saiba como proteger você e sua família.

Acesse:

saude.gov.br/coronavirus

DISQUE
SAÚDE
136



MINISTÉRIO DA
SAÚDE
BRASIL

Mais do que nunca: apoie seus amigos e negócios locais

Pequenos negócios correm muito risco com o COVID-19.

Um mês difícil pode “quebrar” um negócio!

Peca comida das pequenas lanchonetes.

Compre no petshop da esquina e não nas grandes redes.

Vá na mercearia perto da sua casa e não na grande rede de supermercado.

Grandes redes vão sobreviver. Ajude aquelas empresas que realmente precisam para continuar existindo.

Compre do pequeno. Ajude o independente e mantenha a economia girando.

RECEITAS PARA A QUARENTENA

#fiqueemcasa

SALADA CAESAR

**Ingredientes:**

- 2 pés de alface-romana mini;
- 4 fatias de pão de fôrma

Para o molho:

- 1/2 colher de chá de alho amassado;
- 3 a 4 filés de anchova;
- 1 gema;
- 5 ml de suco de limão;
- 50ml de azeite de oliva;
- 50g de queijo parmesão ralado fino;
- Pimenta-do-reino moída na hora, a gosto;
- Sal a gosto

Modo de preparo:

1. Lave e seque bem as folhas de alface e, com as mãos, rasgue-as em pedaços grandes. Reserve.

2. Corte o pão em cubinhos, ponha numa assadeira e asse até endurecer, sem dourar. Reserve.

3. Amasse os filés de anchova e o alho numa tigela até formar uma pasta. Junte a gema e o suco de limão, mexendo bem, tempere com sal e pimenta.

4. Despeje o azeite aos poucos, batendo com um fouet para emulsionar. Adicione o parmesão.

5. Distribua as folhas em pratos individuais, ponha duas colheres de molho em cada um. Espalhe os croutons e sirva.

FROZEN DE MANGA COM FRUTAS VERMELHAS

**Ingredientes:**

- 2 mangas, cortadas em cubos e congeladas;
- 1 copo de iogurte natural;
- Frutas vermelhas frescas a gosto, para enfeitar

Modo de preparo:

1. Descasque as mangas e corte-as em cubos grandes. Ponha os cubos numa vasilha com tampa e guarde no congelador por pelo menos 24 horas antes de usar na receita.

2. Tire a manga do congelador, ponha no liquidificador, junte o iogurte e bata pulsando até deixar na consistência de frozen yogurt. Cuidado para não bater demais, senão vira uma papa.

3. Ponha em taças individuais. Por cima, espalhe frutas vermelhas frescas variadas – dessa vez, usei groselha e mirtilo. Sirva antes que derreta.

ANUNCIE

Revista Impressa
ProcureAche

+

Gerenciamento de
Redes Sociais

OU

Criação de site +
Google Ads

PLANOS a partir de R\$ 285,00!!!

(51) 98142.7686

PENNE COM TOMATE CEREJA E ATUM



Ingredientes:

- 1 pacote de massa tipo penne;
- 600g de tomates cereja;
- 1 dente de alho picado;
- 1 lata de atum em conserva bem escorrida;
- 3 colheres (sopa) azeite;
- 2 colheres (sopa) de pimenta dedo-de-moça fresca sem as sementes e picada;
- 50g de azeitonas cortadas em rodellas (pretas e ou verdes);
- 1 colher (sopa) de alcaparras lavadas e escorridas;
- 1 colher (chá) de raspas de limão;
- 1 colher (chá) de suco de limão;
- 3 colheres (sopa) de ervas picadas;
- 1 colher (chá) de manteiga sem sal em temperatura ambiente;
- Sal a gosto

Modo de preparo:

1. Ponha a massa para cozinhar em uma panela grande com 4 litros de água fervente e salgada.

2. Aqueça o azeite numa frigideira grande, junte a pimenta picada e cozinhe, mexendo, por aproximadamente 2 a 3 minutos.

3. Junte os tomates (inteiros ou cortados ao meio, se preferir) e cozinhe, mexendo, por 4 a 5 minutos, até começarem a soltar o líquido.

4. Acrescente o alho e cozinhe, mexendo, por 30 segundos, ponha as raspas e o suco de limão e mexa rapidamente.

5. Tire a panela do fogo, acrescente a manteiga, mexa.

6. Escorra a massa quando estiver cozida, mas firme (reserve uma concha da água do cozimento para usar no molho).

7. Despeje a massa cozida na frigideira com os tomates e volte ao fogo. Adicione o atum em pedaços, as alcaparras e azeitonas, mexa. Prove o sal.

8. Despeje a concha de água do cozimento na panela, mexa, espalhe as ervas aromáticas, ponha a massa e o molho na travessa e sirva em seguida.

PROCON: SAIBA COMO DENUNCIAR AUMENTOS INJUSTIFICADOS DE PREÇOS

Na noite de sexta-feira, 20 de março, o prefeito Nelson Marchezan Júnior assinou o Decreto 20.522, que proíbe de forma oficial o aumento injustificado de preços de qualquer serviço ou produto de higiene e saúde durante a situação de emergência ou calamidade pública em Porto Alegre. A medida se aplica a itens como álcool gel e máscaras de proteção respiratória. Os estabelecimentos que descumprirem a norma estão sujeitos a multa, interdição e cassação de alvará.

Os cidadãos que flagrarem casos de aumento injustificado nos preços devem fazer a denúncia exclusivamente pelo atendimento eletrônico do Procon Porto Alegre. É fundamental que a denúncia contenha o nome e o endereço completo do estabelecimento, além de informações que ajudem os fiscais do Procon a agirem rapidamente. notas fiscais, recibos ou fotos que comprovem o problema para auxiliar na identificação.

“Temos recebido muitas denúncias com informações parciais ou incompletas, que impedem uma ação efetiva da nossa fiscalização. É importante que o consumidor forneça todos os dados possíveis para que possamos combater o aumento injustificado dos preços neste momento de crise”, explica a diretora executiva do Procon Porto Alegre, Fernanda Borges. Ela também destaca a importância de concentrar as denúncias no atendimento eletrônico. “Algumas pessoas nos procuram pelo Facebook, por exemplo, e aí não temos condições de processar e formalizar as demandas”, diz Fernanda.

Sem atendimentos presenciais – O Procon Porto Alegre informa, ainda, que estão suspensos todos os tipos de atendimento presencial na sede localizada na Rua dos Andradas, 686. Até agora, o órgão vinha funcionando em regime restrito, com atendimento presencial exclusivo para os consumidores que faziam agendamento prévio pelo site. A partir de segunda-feira, 23, nem mesmo esses agendamentos serão realizados. Nesse contexto, os consumidores que precisarem de apoio devem recorrer ao atendimento eletrônico do Procon Porto Alegre.

Serviço de Protocolo – Os estabelecimentos notificados pelo Procon Porto Alegre devem apresentar suas manifestações e defesas exclusivamente pelo e-mail protocolo.procon@portoalegre.rs.gov.br. Os documentos devem ser enviados em formato PDF. A confirmação de recebimento será realizada em até dois dias úteis. (PMPA)



Rei dos Extintores

51 **3411.3379**
 **996 812 819**

Aceitamos os cartões



LUCIANO F. ALVES
 Depto. Técnico

e-mail: rdosextingtores@gmail.com / lucianof.alves@bol.com.br
 site: www.reidosextingtores.com.br

Só o amor e o trabalho constroem um futuro e uma vida de sucesso. Deus abençoe você.



Entupiu? **Dia e Noite** 24hs

DESENTUPIDORA HIDRO MAK

Desentupimento, Limpeza de Fossas,
Hidrojateamento, Hidráulica

Caça Vazamento:

DETECTOR ELETRÔNICO DE VAZAMENTO

Elétrica, Dedetização,
Instalação e Manutenção de Ar-Condicionado

*****PAGAMENTO FACILITADO*****



Cobrimos Qualquer Orçamento

(51) 3339.8800

Plantão: 992.477.905 
desent.hidromak@yahoo.com.br



DESENTUPIDORA SERVITECH

Esgoto, Ralos e Pias

Caixas de gordura

Dedetização

Hidráulica e Elétrica

Caça Vazamento

ATENDIMENTO 24H



3110.4164



980.555.362

desentupidoraservitech@gmail.com

INDÚSTRIA / COMÉRCIO
RESIDÊNCIA / SERVIÇOS



7 DICAS PARA ESTUDAR EM CASA E NÃO PERDER O RITMO

Por causa da pandemia do covid-19, doença causada pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2), escolas e cursinhos suspenderam as aulas. Mesmo sabendo que a paralisação é necessária, muitos alunos se preocupam com os prejuízos dessa quebra de rotina em ano de vestibular.



A preocupação é válida, mas o momento agora é de se cuidar e de encontrar maneiras de se adaptar à nova realidade e manter o ritmo de estudos em casa. Aproveite o ambiente seguro e familiar e o tempo que você economiza de transporte até o trajeto, para descansar antes de iniciar os estudos. Foco e determinação!

Confira algumas dicas que separamos:

Siga uma rotina

A dica é seguir uma rotina similar à que teria se fosse para a escola: acordar cedo, vestir-se adequadamente, tomar o café da manhã no horário normal e focar nas atividades seguindo os conteúdos programáticos que seriam trabalhados em sala de aula. Recursos digitais oferecidos pela instituição de ensino são excelentes para esse momento, principalmente se eles possibilitarem que o professor acompanhe o desempenho dos alunos.

Defina um local de estudos

É importante que o estudante escolha um ambiente tranquilo no qual não seja distraído pelo que acontece em seu entorno e realmente possa focar.

Tenha equilíbrio

Pequenas pausas devem ocorrer com uma frequência semelhante à que teria na escola ou cursinho. E não se esqueça de se alimentar e se hidratar adequadamente.

Conecte-se com seus colegas

Mantenha contato. Em muitos momentos, vocês poderão trocar informações relevantes e tirar dúvidas uns com os outros. Que tal criar grupos de estudos em redes sociais ou no WhatsApp?

Peça ajuda da família

Os familiares também têm um papel fundamental nessa mudança. É importante que os pais demonstrem interesse naquilo que os filhos estão aprendendo e que se disponham a ajudá-los quando possível.

Use a tecnologia a seu favor

É válido utilizar outras fontes de conhecimento, como a internet, para tirar dúvidas e aumentar o conhecimento. Acesse plataformas digitais.

Mais uma dica: estude por meio de filmes, músicas e podcasts

Além da questão da saúde física, uma pandemia também mexe com o emocional das pessoas. Fazer coisas que te entretêm e te distraem é muito importante no cenário em que vivemos. Se puder conciliar com os estudos então, melhor ainda! Estudar por meio de músicas, podcasts e filmes é uma ótima saída.



ENSINO PERSONALIZADO

Inscrições abertas o ano todo Para todas as idades

Oferecemos aulas particulares e em grupos para que você possa escolher exatamente o estilo que mais gosta.

#Matemática
#Química

#Português
#História

#Inglês
#Física

#Biologia
#Redação

#Geografia
#Espanhol

Alfabetização, Bridge, Interpretação através da arte, Artes, Filosofia, Sociologia, preparação para ENCEJA, NEEJA, EJA, Vestibular e concursos em geral.

www.i5ensino.com

3093.0085 / 9 8425.1122





QUIROPRAXIA, FISIOTERAPIA e FILOSOFIA CLÍNICA

A solução para suas dores

A sua saúde em primeiro lugar

Dr.ª Jane Difini Kopzinski
Rua dos Andradas 1137 sala 1603
51 99684.2953 ☎

Elimine as suas dores!
Tratamento diferenciado

DUDU
bike shop

**BICICLETAS
PEÇAS
OFICINA
BICIESCOLA**

Av. Wenceslau Escobar, 2307
51 3269.2369

Entupiu? **Dia e Noite** 24hs
**DESENTUPIDORA
HIDRO MAK**

Desentupimento, Limpeza de Fossas,
Hidro-jateamento, Hidráulica

Caça Vazamento:

DETECTOR ELETRÔNICO DE VAZAMENTO

Elétrica, Dedetização,
Instalação e Manutenção de Ar-Condicionado

PAGAMENTO FACILITADO



Cobrimos Qualquer Orçamento

(51) 3339.8800

Plantão: 992.477.905 ☎
desent.hidromak@yahoo.com.br



Rei dos Extintores

51 **3411.3379**
☎ **996 812 819**

Aceitamos os cartões



LUCIANO F. ALVES

Depto. Técnico

e-mail: rdosextintores@gmail.com / luciano.f.alves@bol.com.br

site: www.reidosextintores.com.br

Só o amor e o trabalho constroem um futuro e uma vida de sucesso. Deus abençoe você.



**Anuncie na
ProcureAche** 🔍

Temos o que você precisa
para deslanchar o seu
negócio: no impresso e na Web!

Saiba como:

51 **981.427.686** ☎



**DESENTUPIDORA
SERVITECH**

Esgoto, Ralos e Pias
Caixas de gordura
Dedetização
Hidráulica e Elétrica
Caça Vazamento

ATENDIMENTO 24H

☎ **3110.4164**
☎ **980.555.362**

desentupidoraservitech@gmail.com

INDÚSTRIA / COMÉRCIO
RESIDÊNCIA / SERVIÇOS



5

ENSINO PERSONALIZADO

Inscrições abertas o ano todo Para todas as idades

Oferecemos aulas particulares e em grupos para que você possa escolher exatamente o estilo que mais gosta.

**#Matemática
#Química**

**#Português
#História**

**#Inglês
#Física**

**#Biologia
#Redação**

**#Geografia
#Espanhol**

Alfabetização, Bridge, Interpretação através da arte, Artes, Filosofia, Sociologia,
preparação para ENCCEJA, NEEJA, EJA, Vestibular e concursos em geral.

www.i5ensino.com

3093.0085 / 9 8425.1122 ☎