

ESTOFARIA VENTURINI

Desde 1989



ANTIQUÁRIO

REFORME SEU ESTOFADO

SOFÁS CAPITONE COM COURO OU VELUDO

Especializado em Antiquidades e Sofás sob medida

FAZEMOS RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS

Acompanhe nossas dicas no Agenda Feminíssima, com Carmem Achutti

Sextas às 11h e Domingo às 16h, no canal 20 da NET.

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
Bairro Rio Branco

Filial - 51 3226.3609

Rua José do Patrocínio, 285
Bairro Cidade Baixa

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

Fone: (51) 3224.3242

UNIDAS - HAHN

SERVIÇOS FUNERÁRIOS

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 99986.2111

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

Cremação com Funeral a partir de R\$ 4.000,00

AQUI TEM FARMÁCIA POPULAR



FARMÁCIA São Matheus

Sua Saúde em 1º Lugar
Atendimento Imediato

Telentrega sem taxa **3340.4988**

Av. do Forte, 1807 - Vila Ipiranga

MAXTINTAS
DISTRIBUIDORA LTDA.
AUTOMOTIVA INDUSTRIAL PREDIAL



Precisando de
auxílio técnico
na sua pintura?

Venha conferir nossas
promoções de inauguração!

Atendimento especializado e
auxílio técnico na sua reforma ou construção

51 3237.9118

Av. Faria Lobato, 497 - Sarandi - P. Alegre

www.maxtintas.com.br

REI DOS EXTINTORES



(51) 3411.3379

996.812.819

985.111.246

992.276.456

- Recargas de Extintores
- Vendas de Extintores Novos
- Cursos de Treinamento
- Placas de Sinalização

24
HORAS



Aceitamos

E-mail: luciano.alves@bol.com.br | www.reidosextingtores.com.br

GRUPO
DINÂMICA
DESENTUPIDORA

Esgotos em Geral



desentupidoradinamica.com.br

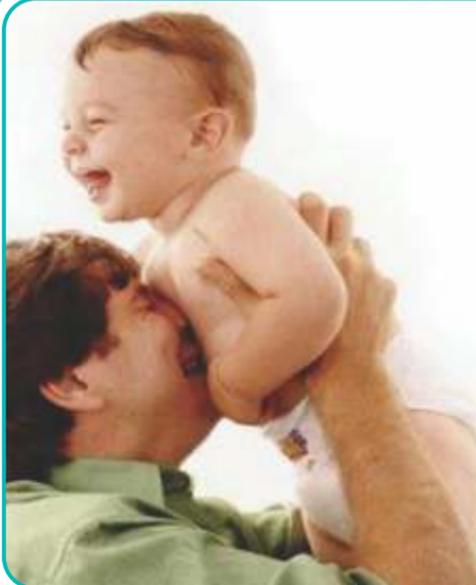
ENTUPIU?

Chamou, chegou!

(51) **3334-9000**

Cel: 999.999.000 / 999.888.000

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

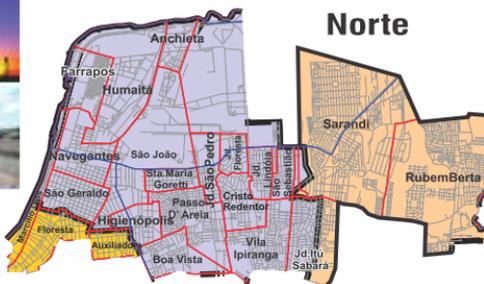


*Um Pai...
Alguém para
se orgulhar,
Alguém para se
agradecer e,
especialmente,
Alguém para se amar.*

Feliz Dia dos Pais
são os votos da ProcureAche

ProcureAche

Estes são os bairros onde circulam
as Revistas ProcureAche



Central - Sul - Norte

- | | |
|--------------------|---------------------|
| Aberta dos Morros | Jd. Floresta |
| Anchieta | Jd. Itú-Sabará |
| Auxiliadora | Jd. Lindóia |
| Assunção | Lami |
| Azenha | Medianeira |
| Belem Novo | Moinhos de Vento |
| Belem Velho | Mont Serrat |
| Boa Vista | Navegantes |
| Bom Fim | Passo da Areia |
| Bom Jesus | Partenon |
| Campo Novo | Petrópolis |
| Cavalhada | Restinga |
| Cascata | 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 Salso | 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

www.procureacherevista.com.br

f /RevistaProcureAche

Jornalista Responsável: Angélica Konzen
SRTE_MTE/RS nº 17.297

Editor: Maria das Dores Pereira





Grande Promoção
Retirada no balcão

2 Pizzas 35cm Grande **R\$ 59,90**

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

PIZZA GRANDE/ 35cm
Sem borda **R\$ 39,90**
4 Sabores

PIZZA SUPER FAMILIA/ 45cm
Sem borda **R\$ 49,90**
4 Sabores

Selecione qual cada pizza preferir por até 3 sabores: margherita, mussarela, abóbora, carne, milho, salada, bacon, mussarela, palmito, bacon, frango e cogumelos, mussarela, salame, mussarela e tomate.

Tele-Entrega
3386.7171
3386.9000
984.981.206
986.860.304

Av. Alberto Pasqualini, 475 - Jardim Itú - Sabará
www.ofornopizzariapoa.com.br



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

ESTÉTICA FASHION
Tratamentos
FACIAL - CORPORAL - CAPILAR

Fale conosco, ligue:
(51) **3334.8216**

Rua Alberto Silva, 1783
(em frente ao posto de saúde)



Uniformes Profissionais
Camisetas - Camisas - Calças
Jalecos - Jaquetas - Parkas c/ Fibra
Bainhas - Reformas em Geral

(51) **3347.3013**
(51) **9.9312.7322**

Karine Borges
costurinha.com@gmail.com
Av. Alcides Maia, 468 - Sarandi - Poa/RS

Temos Pronta Entrega de Produtos
Aceitamos:
natura VISA Mastercard



Sorvetes crepes E
Preço de fábrica

Crepe Suíço

UM UNIVERSO DE SABORES!

Av. do Forte, 1825 - Vila Ipiranga - POA
Fones: (51) 3325.0809
whats: (51) 984.722.686

TREINAMENTO PARA HABILITADOS PERCA O MEDO DE DIRIGIR



989.196.039
985.218.253

Instrutor TIAGO (credenciado ao Conselho de Trânsito)

51 989.196.039 985.218.253
Aulas de Direção



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
I.B.A. EM SAÚDE
(51) 3029.1209 | 3342.1209 - www.gerionmoinhos.com.br

O que é Terapia?

Diferentemente da Psiquiatria (farmacologia), a Terapia ou Psicoterapia de Orientação Psicanalítica é a aplicação de técnicas que irão auxiliar o paciente na ressignificação de suas histórias de vida, bem como na solução de seus problemas. Seja na adolescência, na adultez ou na terceira idade, vivemos situações de estresse elevado, ansiedades frequentes, medos, perda de entes queridos, as quais poderão nos causar sofrimento psíquico e dificuldades de enfrentamento. A partir da elaboração dessas questões em sessões de terapia, novos caminhos

poderão ser traçados, assim como a construção de uma vida de melhor qualidade e estabilidade afetivo-emocional, lembrando que o convívio com estas situações não tratadas, poderão desencadear quadros clínicos mais graves.

Psicologia Clínica. Psicoterapia de Orientação Psicanalítica. Psicoterapia Breve.

Psicóloga Leci M^a Soriano Bobsin Corrêa



Leci M^a 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



Cirurgiã ^{CRO 20719}
Dentista

Suelem Lemos
Clínico Geral

Prótese flexível
livre de metal

🦷 Agende sua Consulta 🦷
51 **982.394.326** 📞

Rua Gen. Vitorino, 151 Lj 16 - Galeria Sta. Fé - Centro - P. Alegre/RS
Prótese - Restaurações estéticas - Ortodontia

AQUI TEM



FARMÁCIA
POPULAR



Disponíveis de profissionais habilitados para lhe atender em diversos serviços:

- Assistência farmacêutica
- Aplicação de injetáveis
- Teste de glicose
- Aferição da pressão arterial

TELE-ENTREGA

Av. Assis Brasil, 626

Agora com Farmácia Popular. Aproveite!

Fone:

📞 3337.0324

Farmácia Record

Tele Entrega

3364.4500
3508.4555

Av. Assis Brasil, 6824



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

Planos de Saúde e Odontológico - Seguros

Empresarial e Individual



3345.3648 | 981681515 | 981082897 | 980577538

cristina.izabel@terra.com.br | www.corretoracristinaizabel.com.br

Av. Assis Brasil, 115 / 209 - POA

Receita de detergente natural

Para fazer uma receita de detergente natural, misture 4 colheres de sopa de bicarbonato, 1 colher de sopa de glicerina, suco de quatro limões e 1 barra de sabão de coco ralada. A junção dos ingredientes proporciona uma fácil remoção da gordura, graças a ação do limão, e ajuda a acabar com as bactérias, por conta do uso do bicarbonato.

água. Faça a mistura um pouco antes de começar a limpeza da casa, e use a receita para limpar o banheiro, as pedras, o vaso sanitário e os eletrodomésticos.



Como fazer multiuso caseiro

Prepare um produto caseiro multiuso utilizando vinagre, bicarbonato de sódio e

Durma bem e viva melhor!

Infravermelho longo e magnetismo



Colchão - Conforto e bem-estar



Colchonete



Edredon e Fronha



Travesseiro

Melhora a circulação sanguínea | Promove um sono mais tranquilo e profundo | Reduz o ácido lático diminuindo as dores
Combate a insônia | Acelera o processo de renovação celular - Alivia o estresse



51 3026.5225
51 999.096.603

Rua Felipe Camarão, 681
Bom Fim

Estacionamento c/desconto Porto Park - Felipe Camarão, 564
www.vivendomelhor.com



"Este é o Cordeiro de Deus."

No dia seguinte, após João Batista ter esclarecido seus discípulos que ele não era o Cristo, Jesus veio ao seu encontro. (Leia em sua Bíblia o relato do evangelista João – João 1.29-34.)

Ao ver Jesus, João o apresentou aos que estavam ao seu redor: "Este é o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo".

Jesus, disse João, já existia antes da fundação do mundo, pois era o seu criador, como lemos na parte inicial do evangelho. Por que o Criador do mundo veio ao mundo que havia criado? Para conhecê-lo? Certamente, não, pois ele o conhecia bem. A palavra "mundo" pode significar o universo material, particularmente o planeta Terra, mas também significa o ser humano, as pessoas, também criadas por Jesus e colocadas no planeta. O contexto deixa claro a qual dos sentidos o autor se refere.

Quando João disse que Jesus "tira o pecado do mundo" não estava se referindo a uma limpeza moral indiscriminada e total, mas à reconciliação pessoal do homem com Deus. O profeta Isaías nos explica que "a mão do Senhor não está encolhida para que não possa salvar; nem o seu ouvido está surdo, para que não possa ouvir; mas as vossas maldades fazem separação entre vós e o vosso Deus; e os vossos pecados esconderam o seu rosto de vós, de modo que não vos ouve" (Isaías 59.1-2). O desejo de Deus é manter comunhão com o homem, pois para isso Ele o criou, mas o pecado causou uma separação intransponível, pois Deus que é Santo, não pode conviver com o pecado e a maldade. O pecado da desobediência e da rebeldia

nos leva a cometer os pecados que entristecem a Deus e que, sabemos muito bem, tiram também a nossa alegria e a nossa paz pessoal. Por isso, o próprio Deus providenciou um modo de nos reconciliarmos com Ele. Ele enviou Jesus. João disse que Jesus é o "Cordeiro de Deus".

Nós não podemos salvar-nos sozinhos. Nada podemos fazer nem oferecer a Deus em troca de nossa salvação. Alguém tem que fazer alguma coisa. Inicialmente, como uma figura de seu plano final, Deus ordenou ao seu povo que oferecesse sacrifícios – um cordeiro inocente seria sacrificado em favor do pecador que o oferecia a Deus. Simbolicamente, o justo (sem pecado) morreria pelo injusto (o pecador). No antigo Testamento essa é uma das mais belas figuras que representam o sacrifício de Jesus. Quando Jesus veio ao mundo, ele veio como o Cordeiro que o próprio Deus ofereceu a si mesmo. A morte de Jesus, sem pecado, satisfaz a justiça de Deus, porque Deus é amor, mas também é justo. Sua justiça não pode deixar o pecado impune, mas o seu amor quer o pecador sem pecado. O Cordeiro de Deus é o único meio de tirar o pecado do mundo, do pecador individualmente.

O que precisamos fazer é crer que "Jesus é o Filho de Deus". Se cremos nele, seu perdão é total, porque ele paga o preço e nos dá a vida eterna. Não é preciso mais nenhum sacrifício material, de qualquer espécie, pois "o sangue de Jesus nos purifica de todo pecado" (1João 1.7).

Pr. Bruno T. Seitz
bruno.seitz1967@gmail.com

Convite

* Venha participar de nossas reuniões, nos seguintes horários:

Domingos: 09h30 - 10h30 - Escola Bíblica Dominical
 11h00 - 12h00 - Culto de Louvor e adoração a Deus.

*A participação em nossas reuniões é livre, é para todos, por isso, você é nosso convidado especial!



IGREJA BATISTA GAÚCHA

Av. Amazonas, 620 (esquina Av. Maranhão) - São Geraldo
 90240-541 - Porto Alegre, RS
 Tel.: (51): 999-611-083 (pr. Bruno Seitz)

Dor nas costas

Dor nas costas é uma dor que pode ser de leve, moderada até intensa. As principais causas da dor são as de nervos, músculos, postura, stress, excesso de peso e a doenças relacionadas. Entre as principais causas da dor nas costas está a tensão postural decorrente das atividades exercidas no dia a dia, hérnia de disco e problemas da região lombar, como a lombalgia. A dor é um informativo do organismo de que algo não está ocorrendo bem, por isso a importância de conhecer o diagnóstico para ser assertivo no tratamento. A combinação de técnicas de Quiropraxia, fisioterapia e Filosofia Clínica tratam as dores na raiz do problema, seja ele de fundo emocional ou patológicos como:

- Lombalgia
- Dorsalgia
- Inflamação do nervo ciático
- Estresse
- Má postura
- Lesões desportivas
- Envelhecimento da colu
- Ruptura do disco
- Osteoporose
- Sedentarismo
- Desvios de coluna
- Fibromialgia



- Hérnia de disco
- Artrose

Drª Jane Difini Kopzinski
51- 996842953



QUIROPRAXIA, FISIOTERAPIA e FILOSOFIA CLÍNICA

A solução para suas dores

A sua saúde em primeiro lugar!

Elimine as suas dores!

Tratamento diferenciado!

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

Residencial Bem Me Quer



Aqui você encontra uma nova residência para quem você ama!

Direção: Indianara Franciosi

- Médico Geriátrico • Nutricionista
- Enfermagem 24hs • Cuidadoras
- CFTV (câmeras de monitoramento 24hs)

Rua Padre Alois Kades, 116 - Vila Ipiranga POA/RS
próximo ao Hospital Banco de Olhos

51 3365-9377 51 992-960-297

51 984-215-402 ☎

RESIDENCIAL BEM QUERER

FILIAL

Av. Benno Mentz, 1688 - Vila Ipiranga - POA/RS

51 3574-2370 51 992-960-297

51 984-215-402 ☎



PILATES

Pilates e Programa Especializado de Exercício Físico para pessoas Idosas



✉ maisvitalidadeps@gmail.com
f maisvitalidadeps
e maisvitalidadepilatesstudio

ATENDIMENTO A DOMICÍLIO

MARQUE SUA AULA EXPERIMENTAL

Dra. Clarissa Printes
Prof. Cursos Esp. IGG PUC
☎ 51. 9.9247.8400

Esp. Mariana Sana
Reestruturação Corporal Global
☎ 51. 9.9422.7575

Rua dos Andradas, 1137 sl 1512 | Centro Histórico | Porto Alegre

Residencial

Cuidado Carinho

ENFERMAGEM HOSPITALAR & RESIDENCIAL (Creche/Diária)

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) 3339.0032 | 985.222.739

Não há como almejar uma vida saudável e não incluir na rotina **produtos frescos do hortifrúti**. Obviamente, a escolha do que colocar no prato parte do paladar de cada um, mas quem está em busca do bem-estar precisa levar em conta outro fator crucial na seleção de frutas e legumes. Trata-se do período do ano. Normalmente mais baratos, os produtos da estação têm mais que preço baixo e beleza a oferecer.



Quando a fruta, legume ou hortaliça é produzido na época dele, concentrará mais **nutrientes**, e isso é o melhor para o corpo.

Panificadora, Lancheria e Cafeteria



Todo dia cresce pão fresquinho no forno, e o nosso respeito por você.

MarPan Cucas Bolos
Salgados Pizzas

51 3019.0174 / 996.236.129

Alcides Maia, 668 - Loja 02 - Sarandi - POA

Quartas e Sábados Dia de Feira

mercado PIMENTA

Av. Ary Tarrago, 2060 - Porto Alegre - Fone: (51) 3026-2060
De Segunda a Sábado das 7h às 21h30 Domingos e Feriados: 8h às 20h



Arte do Pastel

Happy Hour ou torcer pelo seu time

Com 44 sabores de pastéis,
39 sabores de panquecas,
e A la minutas



Av. São Pedro, 1378
Bairro São Geraldo

(51) 3325.0320

f Facebook:

Arte do Pastel - Pastelaria e Lancheria
www.artedopastel.com.br

ABERTO APENAS AOS DOMINGOS das 11h às 18h
Obrigatório entrar em contato e ver disponibilidade de mesa.

viamonte
estância gourmet

Somos



Pet Friendly

Casa Restaurante em meio a Natureza

Gastronomia Campeira - Chef José Luiz - apresentador de Um Gordo na Cozinha
Petiscos e Saladas - Buffet Campeiro (sempre c/novidades)
Diversidade de carnes grelhadas e assadas no Menarosto - Sobremesas



Diversão e tranquilidade para toda família - natureza exuberante - atividades rurais
Happy com acústico ao vivo - Trilha - Pescaria - Passeio a cavalo - Piscina, etc



NOVIDADE!

Playground - Castelinho pula pula e piscina de bolinhas (até 10 anos) / cama elástica (até 13 anos)
Mesa de Bilhar oficial - Fla flu - brincadeiras diversas pelo jardim



Custo do PASSAPORTE:

Almoço completo (livre) + atividades rurais + playground + estacionamento

ADULTO - pagto. antecipado (DOC/Transf.) até Sexta R\$60,00
no local, dinheiro R\$65,00 /cartão R\$70,00 (Visa, Master, Elo, Banri)

INFANTIL (6 a 10 anos) - R\$35,00

CRIANÇAS (2 a 5 anos) - R\$15,00

COMO CHEGAR:

VINDO POR VIAMÃO, passe a entrada da rótula da RS 040 c/RS118, cruze a sinaleira, entre a direita no Bairro Fiúsa e siga as placas indicativas VIAMONTE, sempre sentido ao Espigão (6km de chão batido).

Pela **ZONA SUL DE POA**, pela Av. Edgar Pires de Castro, passe a rótula da Restinga e na rótula de entrada p/praias do Lami, entre a esquerda bem ao lado do Posto do Lúcio, siga placas indicativas VIAMONTE (4km de chão batido subindo o morro da Tala).

Anfitriões



José Luiz

Lisandro Larrea

INFORMAÇÕES E RESERVAS:

☎ 51 9.8021.2021 Recepção: 51 3108.7034

📍 estanciagourmetviamonte

Chocolate quente

COM RUM



INGREDIENTES

- 1 lata de creme de leite
- 1 lata de leite condensado
- 1 litro de leite
- 4 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de amido de milho
- 1 colher de café de noz-moscada
- 2 unidades de canela em pau
- 6 unidades de cravo-da-Índia
- 1 1/2 xícaras de rum

MODO DE PREPARO

Misture o leite, o leite condensado, o chocolate, o amido de milho, a noz-moscada, os cravos e a canela. Coloque no fogo e espere ferver. Retire do fogo e misture o creme de leite. Coe para retirar os pedaços de canela e os cravos. Depois, basta misturar o rum.



Restaurante
TIA MARIA
O sabor da comida da mamãe.

O Restaurante Tia Maria oferece diariamente uma variedade de pratos quentes, saladas e sobremesas em dois amplos ambientes



Buffet Livre

De Segunda à Sábado,
das 11h às 15h

Aceitamos Cartões de Crédito

Av. Minas Gerais, 304 - B. Sarandi

Fone: (51) 3366.0436

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

Sopa-creme de brócolis, palmito e bacon

Além de ser deliciosa, essa Sopa-creme de brócolis, palmito e bacon é uma alternativa bastante nutritiva.

Ingredientes:

- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados
- 4 xícaras (chá) de brócolis cozido e picado
- 1 vidro de palmito escorrido e picado (300g)
- 1 cubo de caldo de legumes
- 1 litro de leite
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 caixa de creme de leite (200g)
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 xícara (chá) de bacon frito em cubos

Modo de preparo:

Derreta a manteiga em uma panela, em fogo médio, e refogue a cebola e o alho por 3 minutos. Junte 3 xícaras (chá) do brócolis, 2/3 do palmito, o caldo de legumes e refogue por 5 minutos. Transfira para o liquidificador, despeje o leite, a farinha e bata até homogeneizar. Volte à panela, acrescente o brócolis e o palmito restantes, o creme de leite, sal, pimenta e cozinhe, em fogo médio, até engrossar. Desligue, polvilhe com o bacon e sirva.



As financeiras, como são popularmente conhecidas, concedem crédito para a aquisição de bens, serviços e para capital de giro.

As sociedades de crédito, financiamento e investimento (SCFI), conhecidas como "financeiras", são instituições privadas que fornecem empréstimo e financiamento para aquisição de bens, serviços e capital de giro.

Muitas das financeiras não ligadas a bancos fazem parte de conglomerados econômicos e operam como braço financeiro de grupos comerciais ou industriais. É o caso, por exemplo, de algumas lojas de departamento e montadoras de veículos que possuem suas próprias financeiras, concentrando suas operações no financiamento de seus próprios produtos.



As SCFIs também podem operar em nichos que não são atendidos pelos conglomerados bancários, principalmente nos empréstimos e financiamentos com características específicas (risco mais elevado, financiamento de veículos usados, convênios com estabelecimentos comerciais).

Devem ser constituídas sob a forma de sociedade anônima, em cuja denominação social deve constar a expressão "Crédito, Financiamento e Investimento". São supervisionadas pelo Banco Central.

Saiba a diferença entre empréstimo e financiamento.

Empréstimo: O dinheiro recebido não tem destinação obrigatória.

Financiamento: O dinheiro recebido está vinculado à aquisição de determinado bem ou serviço como, por exemplo, a aquisição de um veículo ou equipamento.

HÁ MAIS DE 20 ANOS AJUDAMOS QUEM PRECISA DE CRÉDITO EM POA. VEM CONVERSAR COM A GENTE.

publinterior

Pague em

36
vezes

1ª parcela em até

60
dias

Crédito de até

35mil

Pagamento facilitado por
**Cheque, débito em conta
ou carnê.**

Venha fazer uma simulação ou fale com a gente por telefone ou whatsapp.

Rua dos Andradas, 1444
Loja 7B

(51) 3076-2098

(51) 99329-7503

Av Azenha, 1214

(51) 3076-2071

(51) 99334-9863

portocredfinanceira

portocred
financeira

portocred.com.br

Crédito concedido pela Portocred S.A. CNPJ. 01.800.019.0001-85. Proposta sujeita à análise e aprovação do crédito. O dinheiro será liberado na conta do cliente em até 30 minutos após a aprovação. Operações aprovadas após as 17:15h serão liberadas às 8:00h do próximo dia útil. Consulte o CET (Custo Efetivo Total). Central de Relacionamento do Cliente: 08006000777 – Atendimento dias úteis, de 2ª a 6ª feira, das 9h às 18h. SAC: 08006000772 – Atendimento dias úteis, de 2ª a 6ª feira, das 9h às 18h / sac@portocred.com.br. Ouvidoria (Caso já tenha recorrido aos nossos Canais de Atendimento e não esteja satisfeito.): 08006017700 – Atendimento dias úteis, de 2ª a 6ª feira, das 9h às 18h / ouvidoria@portocred.com.br. Site: www.portocred.com.br

MANTENHA SUA PISCINA O ANO INTEIRO!

Sua piscina em boas mãos!

- Quer transformar sua piscina de verde-turva para cristalina?
- Quer aumentar a qualidade de filtragem?
- Quer deixar o motor mais silencioso e eficiente?
- Quer manter sua piscina em boas condições de uso, com o nível de cloro e ph sempre no ideal com apenas uma visita semanal?

PINTURA E REVITALIZAÇÃO DE PISCINAS

ANTES

DEPOIS

LIMPEZA DE PISCINAS, VENDA DE PRODUTOS, FILTROS, MOTORES E ACESSÓRIOS AQUECIMENTO SOLAR E ELÉTRICO.



TRATAMENTO DE CHOQUE

ANTES

DEPOIS

- Tratamento de choque
- Troca de areia de filtro
- Manutenção geral

ORÇAMENTO GRÁTIS



FAR MANUTENÇÃO E REFORMA

AV. BALTAZAR DE OLIVEIRA GARCIA, 2375 - SALA 201 - P. ALEGRE - RS

E-mail: raf_piscina@hotmail.com

☎ (51) 3012.4540 📞 (51) 99237.3308

CUIDADOS NA PISCINA

Campanha PISCINA+SEGURA

CADEIA DE SOBREVIVÊNCIA DO AFOGAMENTO



- A** **Atenção** 100% no seu filho(a) a distância de um braço mesmo na presença de um guarda-vidas.
- G** **Guarda-vidas** certificado por entidade reconhecida pela Sobrasa para cada piscina devidamente equipado com seu flutuador de resgate. (Não se aplica a piscinas residenciais)
- U** **Urgência** - Aprenda como agir em emergências aquáticas. O uso de cilindro de oxigênio é restrito ao guarda-vidas e deve estar em local visível e a disposição na área da piscina.
- A** **Acesso restrito** a(s) piscina(s) com uso de grades ou cercas transparentes com portões auto-travantes a uma altura que impeça crianças de entrar no recinto da piscina sem um adulto.
- S** **Sucção** de cabelo e partes do corpo deve ser evitado com uso de ralo(s) anti-aprisionamento e precauções de desligamento do funcionamento da bomba.



Joãozinho chamou o pai no meio da noite e disse:
 - Pai, tem muitos mosquitos no meu quarto!
 - Apague a luz que eles vão embora, filhote! — diz o pai, carinhosamente.
 Logo depois apareceu um vaga-lume. O menino chamou o pai outra vez:
 Pai! Socorro! Agora os mosquitos estão vindo com lanternas!!!!

Joãozinho chega em casa e diz:
 - Mãe, eu descobri que sou mais inteligente que a professora.
 E a mãe diz:
 - Por que você acha isso?
 - Porque eu passei de ano e ela continuou no mesmo.



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

TeleTelas
 NÃO MOSQUITOS

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

Todos Contra DENGUE

ORÇAMENTO GRÁTIS

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

ACEITAMOS cartão de crédito, cheque e boletos

CLIMATIZAÇÃO BECKER
 Especializada em SPLIT

LG | GREE | LENOX | Springer | Electrolux | LORRAINE

INSTALAÇÃO - LIMPEZA - MANUTENÇÃO - ELÉTRICA
 Prediais Residenciais Comerciais

CLIMATIZAÇÃO BECKER | **Orçamento Gratuito**

(51) 993.786.020 | 996.750.401 | 985.798.469 até 12X

SOS CONSERTO DE FOGÕES

Consertos e Manutenção de Fogões à Gás
 Limpeza interna - Troca de mangueiras e válvulas
 Conversão de GIP para GN - Limpeza do forno
 Máquinas de Lavar e Ar Condicionado
 TODAS AS MARCAS

Conserto e Instalação POA/ Gde. POA e LITORAL
JUNKERS 985.069.003
 3386.6413

ESTOFARIA VIEIRA
 Reformas em Geral - Consertos
 Customização - Variedades de Tecidos

Orçamento Gratuito Márcio
 E-mail: vieira_estofados@hotmail.com

996.385.999 - 3235.1546
 Rua Monsenhor Veras, 177 - Santana - Poa/RS

ZONA NORTE MÓVEIS
 Compra e Venda de Móveis

Av. dos Gaúchos, 1407 - Bairro Sarandi - P. Alegre - RS

MasterCard | VISA | MasterCard | **51 3364.4422**

ProcureRiche

Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

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

CORTINA Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral

Manoela

📞 **51 992.515.881** ☎ **51 984.754.657**
 ✉ cortina.sobmedida@outlook.com 🌐 Cortina Sob Medida

Planos de Saúde e Odontológico - Seguros

Empresarial e Individual



3345.3648 | 981681515 | 981082897 | 980577538

cristina.izabel@terra.com.br | www.corretoracristinaizabel.com.br

Av. Assis Brasil, 115 / 209 - POA

Emergência! O número universal de emergência para celular é 112. Se você estiver fora da área de cobertura de sua operadora e tiver alguma emergência, disque 112 e o celular irá procurar conexão com qualquer operadora possível para enviar o número

de emergência para você, e o mais interessante é que o número 112 pode ser digitado mesmo se o teclado estiver travado. Experimente!

ARATUR TURISMO

Em Todo o Estado do Rio Grande do Sul!
*FRETAMENTO *VIAGENS *PASSEIOS *TURISMO



Tratar: 51 996.811.026
araujoamvep@yahoo.com.br

Eletricista Ronaldo

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

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



SERVIÇOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

51 3340.9553
51 995.916.499

E-mail: vigiconsegur@gmail.com
Assis Brasil, 5380 / 301 - POA/RS



Gerion Moinhos

Residencial da 3ª Idade

Um lugar para fazer amigos



Histórias de vida para contar.

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

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

(51) 3029.1209 | 3342.1209 - www.gerionmoinhos.com.br





Fazer pequenos reparos em casa gera economia, mas requer cuidados e atenção.

Quem nunca foi pego de surpresa e precisou colocar um prego na parede, arrumar uma fechadura ou até mesmo trocar a resistência de um chuveiro? Muitas vezes, fazer pequenos reparos em casa, além de necessário, é questão de economia. Contudo, nestas horas, todo cuidado é pouco.

Outra medida muito importante é analisar com atenção o conserto a ser feito para encontrar a ferramenta certa. Utilizar um aparelho inadequado pode prejudicar o andamento do reparo, piorar ainda mais a situação e até resultar em algum acidente.



Muita gente não liga, mas utilizar equipamentos de proteção, como óculos e luvas, é imprescindível. O ideal é colocá-los antes de começar e só retirá-los após o término da atividade.

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

Personalize Center

Artigos de Festas, Fantasias e Adereços

VGR Construções e Reformas

• Pedreiro • Gesso • Pintor • Eletricista
• Revestimentos Porcelanatos Pastilhas
• Instalações de Banheiros • Hidráulicas

Atendemos toda região Metropolitana, Litoral e Serra

51 98053.6629 51 99238.8534

Email: contato.vgreformas@gmail.com
Site: vg-reformas9.webnode.com

Fantasias a partir de R\$ 29,90

51-3019-0331
51-99810-0554

Av. Assis Brasil, 3729 - Jd. Lindóia

Brick MIX

Protásio Alves, 6593

Móveis e Eletro
3094.3330
986.821.909

Comparamos e Vendemos. Pagamos a vista.

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

📞 Cel.: 51 996.563.664 | 📞 984.895.925 | 992.312.220

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

INFORMAÇÕES
e INSCRIÇÕES:
(51) 996.811.026



10 Anos
Masculino e Feminino
05 a 15 anos

ESCOLA DE FUTEBOL AMVEP

Terças e Quintas - Manhã e Tarde
Av. 21 de Abril, 792 - Sarandi - POA

RS FUTSAL (com TRANSPORTE)

Segundas e Quartas - Manhã e Tarde
Rua Tamoios, 127 - Cachoeirinha

AUTO-ESTIMA-SOCIALIZAÇÃO
PSICOMOTRICIDADE

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



STEFANI
GESSO

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

Portas

elmo

Sob medida
Padrão e
c/colocação



ORÇAMENTO
GRATUITO

Revisão e Manutenção de
Esquadrias em Geral

51 3347.2121 | 996.491.036 | 980.319.205

Av. Assis Brasil, 4711 - Sarandi - PoA - RS

E-mail: jluis2894@gmail.com



Descupinização - Desinsetização
Desratização - Controle de Voedores



O verão vem aí e eles também!

Faça seu orçamento grátis!
(51) 3377-3060

comercial@mrprotect.com.br

ELETRICISTA

Luís Augusto Silva

Instalações Elétricas em Geral
Projetos Elétricos com ART
Laudos Elétricos

Fone e 📞: (51) 984.696.349



Reformas de estofados residenciais,
escritórios, veículos e hospitalares.
Parcelamos em até 3 vezes

📞 984.182.124
3364.4288
998.384.208

Orçamento grátis!
ANUNCIANTE RESPONSÁVEL

Av. Faria Lobato, 819 - Bairro Sarandi

CHAMOU? ...CHEGOU

Jardinagem **FÉLIX**

PoA e
Grande PoA

992.043.934

985.520.360

E-mail: agenor.f.silveira@hotmail.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.



P.R.
MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS

Móveis Novos e Usados

PAULO ROBERTO

997.930.802 984.339.161



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!

51 3219.3727

Rua Nunes Machado, 41 - Azenha



CHAVEIRO PLANALTO

997.277.227

Av. Baltazar de Oliveira Garcia, 919



Cerutti
Madeiras

Bancos - Mesas p/ churrasqueira
Balcão para pia de cozinha, etc.
Manutenção de portas e janelas - venezianas

Orçamento sem compromisso!

51 99831.6555



Real FECHADURAS
VIAO DO COBRE FECHADURAS

51 3341.7112

Av. Assis Brasil, 4039 - Porto Alegre
www.realfechaduras.com.br



FERNANDES & OLIVEIRA
Relojoaria e Ótica

Conserto de Relógios
Óculos - Troca de Pilha

Av. Borges de Medeiros (Viaduto Otávio Rocha) Loja 15 Cel.: 986.360.556

Fernandes e Oliveira Ltda ME



CONSTRULEAL

MAT. DE CONSTRUÇÃO, MANUTENÇÃO E REFORMA

Av. A.J Renner 1240, Humaitá - Porto Alegre/RS

3061.4717
984.007.985
atendimento@construleal.com.br

Horário de atendimento
Segunda a Sexta 8:00 às 12:00 e 13:00 às 18:00
Sábados 8:00 às 12:00 e 13:30 às 16:00



Aposentadoria Especial

A aposentadoria especial será devida, desde que cumprida a carência de 180 (cento e oitenta meses de contribuições), ao segurado que tiver trabalhado sob condições que causem prejuízos a sua saúde ou integridade física, durante 15, 20 ou 25 anos, conforme artigo 57 da Lei nº 8.213/91. Para a concessão do benefício, o segurado deverá comprovar ao Instituto Nacional do Seguro Social – INSS, o tempo de trabalho permanente, não ocasional nem intermitente, em condições especiais que prejudiquem a saúde ou integridade física, durante o período mínimo fixado. Também, deverá ser comprovado a exposição aos agentes nocivos químicos, físicos, biológicos ou associação de agentes prejudiciais à saúde ou à integridade física, pelo período equivalente ao exigido para a concessão do benefício. A comprovação da efetiva exposição do segurado aos nocivos será feita mediante formulário, na forma estabelecida pelo INSS, mas deverá ser emitido pelo empregador com

base no laudo técnico de condições ambientais do trabalho expedido por médico do trabalho ou engenheiro de segurança do trabalho nos termos da legislação trabalhistas. O laudo acima é conhecido como PPP, Perfil Profissiográfico Previdenciário, e deve apresentar informações acerca da existência de tecnologia de proteção coletiva e individual que diminua a intensidade do agente agressivo a limites de tolerância e recomendação sobre a sua adoção na empresa. Quando da rescisão do contrato de trabalho, o empregador tem a obrigação de fornecer o PPP ao empregado devidamente atualizado e abrangendo as atividades desenvolvidas por este, cabe destacar que a cópia deve ser autêntica e fornecida quando da assinatura do termo de rescisão e homologação do contrato de trabalho.

Lisiane d'Avila – OAB/RS 80.652
lisiane@dntadvocacia.adv.br



VIANA & ASSUMÇÃO
Advogadas Associadas

OAB/RS 87.395
OAB/RS 105.122

DIREITO CIVIL:

Contratos/ Cobranças/ Indenizações/ Consumidor

DIREITO IMOBILIÁRIO:

Regularização de Imóveis/ Condomínios/ Despejo

DIREITO DO TRABALHO:

Reclamações/ 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 Açores, 79 - Sala 501 - Passo D'Areia - PoA - RS

Fones: (51) 3028.0140 - 3024.0035



DNT ADVOCACIA

- ◆ Direito do Trabalho ◆ Direito Previdenciário
- ◆ Direito de Família e Sucessões
- ◆ Direito Imobiliário ◆ Direito Contratual

51 3058.6135

51 997.133.021 

 contato@dntadvocacia.adv.br

 DNT Advocacia

Rua Cristóvão Pereira, 117 sala 206 - POA
www.dntadvocacia.adv.br

DIREITOS DOS TRABALHADORES

I - O trabalhador, com carteira de trabalho anotada (o que é mais um direito), ou mesmo sem anotação do contrato de trabalho em sua carteira, faz jus a receber seu salário até o quinto dia útil após o mês trabalhado; a ter uma jornada diária de no máximo oito horas e/ou 44 horas semanais - podendo em regra trabalhar mais duas horas extras por dia, que deverão ser remuneradas no mínimo com o adicional de 50% sobre a hora normal.

II - Tem direito ainda a receber o adicional de insalubridade – caso trabalhe em contato com agentes nocivos à saúde, tal adicional deverá ser pago nos valores de 40%, 20% ou 10% do salário; bem como tem direito - caso trabalhe em contato permanente com inflamáveis ou explosivos em condições de risco acentuado, ao adicional de periculosidade, este no valor de 30% do salário – destacando-se que este direito é estendido aos eletricitários e motociclistas; bem como se exposto ainda a roubos ou outras espécies de violência física nas atividades profissionais de segurança pessoal ou patrimonial.

III - Em caso de acidente de trabalho, ou doença adquirida no trabalho – ou por este agravada, tem direito a estabilidade de um ano no emprego após o retorno do auxílio doença acidentário, sem prejuízo de eventual indenização caso haja culpa da empresa no acidente ou doença adquirida ou agravada pelo trabalho.

IV - Importante registrar que as trabalhadoras gestantes têm direito a garantia do emprego desde a confirmação da gravidez até cinco meses após o parto, portanto em caso de demissão, têm direito a serem reintegradas nas empresas.

V - Por fim, nas hipóteses em que as empresas descumprirem com suas obrigações, como por exemplo, não recolherem o FGTS, ou mesmo em caso de assédio moral – ou seja, exporem os trabalhadores a situações humilhantes ou constrangedoras no ambiente de trabalho - normalmente com a finalidade de que o empregado peça demissão, os trabalhadores têm direito a rescindir seu contrato na própria Justiça do Trabalho – recebendo os direitos que estão sendo sonegados, e/ou suas verbas rescisórias, bem como eventual indenização por dano moral.

**ALMIR SARMENTO & FILHOS
ADVOCACIA**

Av. Borges de Medeiros, nº. 453 - Conj. 104 - Centro Histórico - PoA - RS

(51) 3013-1928 / 3226-0303 / 9875-0370
almirsarmento@hotmail.com**ALMIR SARMENTO & FILHOS
ADVOCACIA****DIREITO DO TRABALHO
INSS****CONSULTA
GRATUÍTA****DIREITO DE FAMÍLIA
DANO MORAL**Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS
(51) 3226-0303 / 3013-1928 / 998-750-370
almirsarmento@hotmail.com**Themis
ADVOCACIA****Drª Themis Cauduro Guedes OAB/RS 77.147B**
Direito do trabalho e Previdenciário**Drª Ingrid Wondracek de Almeida OAB/RS 56.245**
Direito de família e sucessões**Drª Ana Paula Jung OAB/RS 87.166**
Direito civil e consumidor**Dr. Gilvan Gomes de Almeida OAB/RS 54.728**
Direito Criminal**51 985.449.990****themiscauduro@hotmail.com**A. Assis Brasil, 3123 | Cristo Redentor | 51 3024.0016
Av. Flores da Cunha, 1320/707 | Cachoerinha | 51 3102.5084

PSICOLOGIA CANINA



Um mau comportamento é apenas um sintoma de possíveis causas. Conseqüentemente, apenas tratá-lo isoladamente não resolverá o problema na origem. O comportamento que desagrada o proprietário pode desaparecer, mas logo o cão encontrará uma nova válvula de escape para extravasar a frustração e/ou o conflito, gerando um novo comportamento nocivo, algumas vezes pior que o anterior.

Somente usando a psicologia canina é possível tratar o problema na raiz, eliminando a sua causa fundamental e reequilibrando o cão.

Aí sim, como coadjuvante, o adiestramento e o tratamento do sintoma (mau comportamento) vão ser realmente eficazes.

Um cão mal comportado é um cão desequilibrado. Apenas satisfazer a vontade do dono sem reequilibrar o cão não terá eficiência a médio e longo prazo. A maneira mais humana e justa de ajudar um cachorro com problemas é usando a psicologia canina para reabilitá-lo definitivamente.



Tele-entrega de Rações

ARMAZÉM DOS BICHOS



Three Dogs Original
20kg - R\$ 109,90

Primocão Original
20kg - R\$ 89,90

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

Equilíbrio Gato Ad.
+ Frontline TS brinde
7,5kg - R\$ 99,90

Three Cats Gatos Ad.
8kg - R\$ 89,90

(51) 3084-0023
(51) 3029-9309
(51) 99912-5696



fb.com/armazemdosbichosrs/

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

Treinamentos

Existem diversos métodos de treinamento. O HIIT ou Treinamento Intervalado de Alta Intensidade, promete eliminar gorduras e melhorar o condicionamento com um treino rápido, entretanto precisamos tomar muito cuidado. Deve ser bem planejado e executado de maneira correta, pois podem ocorrer lesões e o conceito de intensidade é muito mais amplo do que imaginamos.

O método HIIT não tem um sistema pré-determinado ou pronto para realizar. Na verdade, segue os princípios do Método Tabata, onde o foco são exercícios realizados SEMPRE com a maior intensidade possível (não necessariamente com pesos elevados). Pesquisadores japoneses, liderados pelo PhD Izumi Tabata, através de um estudo, afirmam que a intensidade do exercício é tão importante ou até mais que o volume do treinamento. Com isso, o mesmo pesquisador criou o Método Tabata, que deu origem a muitos outros programas que se basearam em sua metodologia.

Os benefícios são devidos, principalmente, ao EPOC (Consumo de Oxigênio Pós Exercício). Quando realizamos exercícios intensos, o corpo humano sofre “desgastes” musculares, metabólicos, hormonais e energéticos. Para se recuperar desse desgaste, uma taxa maior de energia é utilizada, e como o metabolismo pós-treino é predominantemente aeróbio, aumenta o consumo de oxigênio no repouso.

Contudo, treinos com intensidades elevadas precisam de muito cuidado. Na

minha opinião, treinos assim não são adequados à alunos iniciantes ou com limitações mais sérias. Primeiro, o aluno precisa querer treinar assim, e também ter bom controle corporal, padrões de movimentos adequados e as execuções “perfeitas”. Quando estamos fadigados, as chances de lesões aumentam consideravelmente. Se não considerarmos isso, os riscos serão muito maiores que os possíveis benefícios.

Éder de Pauli

www.lifecore.com.br

(51) 98118-9014

PILATES

Pilates e Programa Especializado de Exercício Físico para pessoas Idosas



VITALIDADE
PILATES STUDIO

✉ maisvitalidade@p@gmail.com
f maisvitalidadeps
@ maisvitalidadepilatesstudio

ATENDIMENTO A DOMICÍLIO

MARQUE SUA AULA EXPERIMENTAL

Dra. Clarissa Printes
Prof. Cursos Esp. IGG PUC
☎ 51. 9.9247.8400

Esp. Mariana Sana
Reestruturação Corporal Global
☎ 51. 9.9422.7575

Rua dos Andradas, 1137 sl 1512 | Centro Histórico | Porto Alegre



ProcureAche

Alcance mais visibilidade
anunciando nas
nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

☎ **51 3026-8445**

☎ **996-136-986 vivo**



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

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

Temos também aulas de:
Muay Thai e Boxe.

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

www.lifecore.com.br



O Gráfico

A função do gráfico é parte essencial na comunicação, jornalismo, publicidade, desenvolvimento de produtos e embalagens. No dia 07 de fevereiro comemora-se o Dia do Gráfico, um protagonista das mídias e do desenvolvimento econômico. Esta data foi fixada por conta da reivindicação destes profissionais em 07 de fevereiro de 1923 para melhores condições de trabalho e salários mais justos. Foi um movimento muito bem sucedido e marcou a base sindical do país.

A atividade é distribuída por inúmeras ocupações. Os processos gráficos podem ser divididos, basicamente, em três etapas: pré-impressão, impressão e acabamento. Na primeira delas, é realizada a preparação daquilo que será impresso, normalmente desenvolvido com computação gráfica por meio da criação de

peças, como anúncios e embalagens – os designers gráficos e tratadores de imagens são os que atuam neste campo. Na fase de impressão existem diferentes processos. Para grandes volumes, o mais usual em todo o mundo é o chamado offset (“fora do lugar”, que vem do fato da impressão ser indireta, ou seja, a tinta passa por um cilindro intermediário, antes de atingir a superfície), utilizado para produção de jornais e revistas. Nesta divisão, existem os profissionais impressores, que se dividem e se especializam conforme o tipo de maquinário.

Ainda na fase da impressão, existe o processo da flexografia (usa-se tintas líquidas altamente secativas, a base de água, solvente ou curadas por luz UV ou feixe de elétrons), onde operadores devem ter conhecimentos específicos para esta prática. A impressão digital, serigrafia e rotogravura correspondem também a atividades de profissionais distintos.

PROCURA-SE GRÁFICAS e profissionais de propaganda, Arte Finalistas com ou sem experiência

Para você que procura por gráficas que possuem preço para revenda, ou o contrário, caso você seja uma gráfica e tenha produtos de propaganda para revendedores...

(51) 3084.4930 **vivo** 99943.0147
graficadeblocos24h@gmail.com Av. Assis Brasil - Poa



Uniformes Profissionais
Camisetas - Camisas - Calças
Jalecos - Jaquetas - Parkas c/ Fibra
Bainhas - Reformas em Geral

(51) 3347.3013
(51) 9.9312.7322

Karine Borges
costurinha.com@gmail.com
Av. Alcides Maia, 468 - Sarandi - PoA/RS

Temos Pronta Entrega de Produtos

Aceitamos:



CNPJ: 18.178.321/0001-07

PR Reformas

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




(51) 992-056-498
Tratar c/ Paulo (51) 985-422-964
E-mail: berchon10@gmail.com

JG Serviços

Relojoeiro - Conserto de Celular - Chaveiro
Afições profissionais em geral

Av. Azenha, 1067 Loja 54
995.288.476 995.039.191 985.163.002



Trabalhamos para você ficar bem

Limpeza pós-obra | Condomínios
Limpeza de Carpetes
Faxinas/Diaristas | Limpezas Especiais
Alagamentos

985.435.864 982.977.274



Jerusa Leal
PERSONAL ORGANIZER

(51) 9.8205.3946
jerusaorganizer@gmail.com

AMBIENTE ORGANIZADO, ENERGIA RENOVADA.

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

Piadas

OS CANIBAIS

CARA, NÃO ABUENTO MAIS MINHA SOBRAL!

PÔ, ENTÃO COME SÔ AS BATATINHAS!



Não é preguiça;
é Redirecionamento
Estratégico da
Energia Vital



CALMA, CALMA, SOU PROFESSOR!

PÔ, DESOCPA AÍ, TOMA UM TROCADO!



**DESENTUPIDORA
HIDRO MAK** 24h

DESENTUPIMENTO, LIMPEZA DE FOSSAS,
HIDROJATEAMENTO, HIDRÁULICA

PAGAMENTO FACILITADO

3319-3848 | 99247.7905 | 98055.5362

TeleTelas
TELAS MOSQUITEIROS

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



Não impede a passagem do ar e do sol.

Montagem rápida e de fácil instalação.

Resistente a todos os climas, lavável, anti-mofo, não desfia e não propaga fogo. Versátil, eficiente e elegante.

Bloqueia a entrada de baratas, moscas, mosquitos, aranhas, morcegos, cupim, lagartixas, abelhas, formigas e vários



Todos
Contra
DENGUE



**ORÇAMENTO
GRÁTIS**

Parcelamos em até 10x e juros

Av. Assis Brasil, 1174 - Sta. Mª Goretti - Poa/RS
Fone: (51) 3019.3075 - 999.828.983 - 992.229.725
www.teletelas.com E-mail: contato@teletelas.com



**CHAVEIRO
PLANALTO**

997.277.227

Av. Baltazar de Oliveira Garcia, 919

VSR Vidraçaria Santa Rita Ltda.

Vidro quebrou, Santa Rita trocou.

Espelhos e Moldurações.

Reposição à domicilio. 42 anos no Bairro.

Rua Domingos Rubbo, 254 3340.3308 - 3337.9757

Cristo Redentor - PoA - RS Com Estacionamento

luizcarlosorrigio@hotmail.com

Cuide bem do seu fogão

Tudo começa na hora da instalação, que deve ser feita por um profissional capacitado, o local também deve ser apropriado para receber seu fogão, o chão nivelado, próximo à tomada, com espaço suficiente para abrir o vidro e a porta do forno, longe de janelas e correntes de vento, afinal, isso pode apagar o fogo e causar um vazamento de gás.

Evite deixar plásticos, panos e produtos inflamáveis próximos as chamas do fogão. Nunca coloque painéis menores nas bocas grandes, alimentos ou líquidos podem acabar caindo na saída da chama e a entupindo.

Nunca feche a tampa de vidro do seu fogão logo após o uso, as bocas quentes podem causar uma explosão doo vidro. Mesmo se o seu fogão possuir

acendimento automático, na hora de ligar o forno, abra a porta e acenda a chama, não fique muito tempo como gás aberto antes de acendê-la, caso isso aconteça, feche o gás e espere o excesso se dissipar no ar.

Pelo menos, uma vez por ano é necessário fazer uma manutenção no fogão, regular os acendedores, as saídas de gás, o forno, isso diminui gastos com substituição de peças, evita acidentes e ainda prolonga a vida útil do



ADSUL

ASSESSORIA CONTÁBIL E FISCAL



MAIS DE 20 ANOS

PRESTANDO SERVIÇOS DE ALTA QUALIDADE

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



FAÇA SUA DECLARAÇÃO IR CONOSCO

www.adsulrs.com.br

(51) 3224.1270 | 3226.5160

Praça Bartolomeu de Gusmão, 28 | Bairro Floresta | POA

ASSISTÊNCIA TÉCNICA COSMOGÁS

AQUECEDORES À GÁS
SACURA, RINNAI, KOMEKO
GERALTERM, BOSCH e outros



FOGÕES
domésticos e industriais

Orçamento grátis 25 ANOS
Serviço com garantia de experiência

3341.0667 996.842.072



UNIDAS - HAHN

SERVIÇOS FUNERÁRIOS

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 99986.2111

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

Cremação com Funeral a partir de R\$ 4.000,00

ANUNCIE!

nas Revistas ou no SITE e aumente suas Vendas e Serviços!!

(51) 3026.8445 / 996.136.986



www.procureacherevista.com.br



/Revista ProcureAche

Selecione sua forma de pagamento:





CÂMBIOS AUTOMÁTICOS e AUTOMATIZADOS INJEÇÃO ELETRÔNICA

51 3372.3053

51 995.233.435

Joaquim Silveira,654

alexcarcursos@gmail.com Alex Car

alexcarservice

Câmbio Automático, trocar ou não trocar o óleo do câmbio?

Esta pergunta nos é frequente no dia a dia da oficina, pois ainda existe um tabu muito forte e a falta de informação técnica faz com que isso acabe se tornando uma dor de cabeça para os proprietários de veículos auto-motor com câmbio automático.

Lembrando que um motor que trabalha em condições muitas vezes severas tanto de força quanto de temperatura, necessita no máximo de 8 mil Km para troca do óleo a fim de não acarretar sérios danos a este motor ou até mesmo sua perda total.

O que acontece, é que o câmbio automático também passa pelas mesmas situações de uso severo as vezes mais que nos motores, um exemplo disso está no conversor de torque do câmbio que dependendo da situação pode passar dos 500 graus de temperatura, situação esta que acaba diminuindo ainda mais a vida útil deste fluido.

Vale lembrar que diferente do óleo de motor, o fluido de Transmissão Automática além de desempenhar o papel de lubrificante, ainda assim excuta outras tantas funções dentre elas: Transferência de torque, troca de calor, pressurização do sistema, aplicação de marchas, controle interno de aplicação de marchas, etc...

Seguimos criteriosamente em nossa oficina o que o Fabricante do câmbio Recomenda, pois o fabricante do automóvel ou não fala sobre a troca do óleo ou fala para trocar com uma kilometragem muito alta o que causa sérios danos ao sistema.

Em geral Recomendamos a troca total do fluido a cada 50 mil Km podendo alterar para mais ou para menos este intervalo dependendo do modelo de fabricação do câmbio, seguindo este programa de manutenção

preventiva, seguido de um treinamento de como utilizar o câmbio e aproveitando 100% da sua eficiência, reduzimos a zero os problemas de câmbio em nossa Empresa.

Se Você que saber o que acontece em um Câmbio que não troca óleo, acesse nosso Canal no YouTube (Alex Car) e Assista os diversos vídeos sobre o assunto e mostrando o que acontece dentro do Câmbio, também pode acessar nosso site: www.alexcarcambiosautomaticos.com.br e ficar por dentro do assunto.

Portanto não espere seu Câmbio quebrar e procure Hoje mesmo que é autoridade no assunto, pois hoje trabalhamos com os mais modernos equipamentos de diagnóstico para Injeção Eletrônica e Câmbios Automáticos e Automatizados.

ALEX CAR

Tecnologia e precisão em manutenção automotiva.

Contatos: 51 995.233.435 | 51-3372.3053



Rua Xavier de Carvalho, 172

99351.7130 ☎ 3022.3999

Películas de proteção solar

Adesivos em geral

Adesivagem de frotas

Envelopamento carros, motos e geladeiras

NÃO PINTE, ENVELOPE!

@pilhascustoms

pilhascustoms



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

Bisol Imóveis

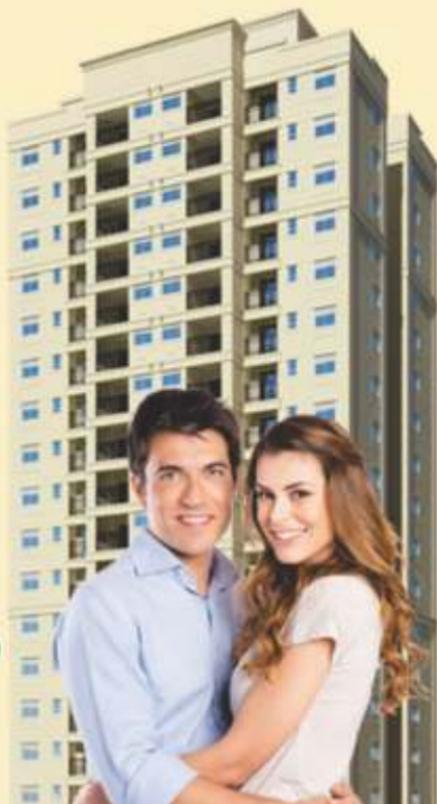
A certeza do bom atendimento e cuidado com seu imóvel.

VENDA E LOCAÇÃO

www.bisolimoveis.com.br

(51) 3286-3834 | (51) 99156-0541 
contato@bisolimoveis.com.br

Rua dos Andradas, 1137 - 1813
Centro - Porto Alegre - RS



Como Locar Rápido um Imóvel?

Você que está pensando em colocar seu imóvel para a locação, não se esqueça de sempre se por no lugar do inquilino. Ter o cuidado de deixar o imóvel em ótimas condições de uso é essencial para a rápida locação. Os inquilinos procuram imóveis que não precisam de reformas e adequações. Móveis e equipamentos velhos também são empecilhos para o êxito na

locação. Portanto, livre-se de tudo aquilo que pode vir a dar problemas. E não esqueça, todo custo de manutenção no imóvel é de responsabilidade do proprietário. Então, quanto menos problemas no seu imóvel, mais lucro para você.

BISOL IMOVEIS

A certeza do bom atendimento e cuidado com seu imóvel

• 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

COMPARTILHANDO AS CARGAS

Gálatas 6.2

Quando uma pessoa se dirige a uma igreja, o que ela busca? Os motivos podem ser diversos, mas normalmente ela busca alívio para as suas cargas. Mas, será que as igrejas têm condições de oferecer a solução de todos os problemas humanos e o alívio de todas as cartas? Em contrapartida, lendo a Bíblia, na epístola aos Gálatas, capítulo 6, observamos que ela se refere à igreja, não como um ambiente onde as cargas simplesmente desaparecem, mas sim, onde elas são compartilhadas; onde um ajuda o outro a carregar as cargas, conforme as palavras do apóstolo: "Levai as cargas uns dos outros". Que visão maravilhosa da igreja de Cristo, você não acha?

Porém, antes de falar do compartilhamento das cargas, eu quero conduzir sua atenção para as palavras de Jesus: "Venham a mim, todos vocês que estão cansados de carregar as suas pesadas cargas, e eu lhes darei descanso" (Mateus 11.28). Jesus carregou a carga que nós simplesmente não suportaríamos: o castigo pelos pecados! Referindo-se ao sofrimento de Jesus, Isaías profetizou: "Era o nosso sofrimento que ele estava carregando, era a nossa dor que ele estava suportando" (Isaías 53.4), e ainda: "O Senhor castigou o seu servo; fez com que ele sofresse o castigo que nós merecíamos" (Isaías 53.6). Sim, Jesus nos dá o alívio que necessitamos!

Mas então, se Cristo já suportou o castigo pelos nossos pecados, o que ainda pesa sobre os nossos ombros? Que cargas ainda nos oprimem e que podem ser compartilhadas? Precisamos estar conscientes de que as consequências do pecado ainda nos acompanham: Por

exemplo: Ficamos doentes, tristes e deprimidos; envelhecemos, enfraquecemos e, por fim, morremos. Contudo, a doença, a dor, a tristeza, a fraqueza, o luto ou outros problemas, são cargas que podem ser compartilhadas. Também precisa ser dito que existem cargas que nós mesmos provocamos quando tomamos atitudes e decisões impensadas; quando vivemos uma vida desregrada ou quando simplesmente nos omitimos na hora em que deveríamos agir. Afinal, "o que uma pessoa plantar, isso ela também colherá" (Gálatas 6.7). Mas, até estas cargas podem ser compartilhadas com os irmãos.

Mas, como podemos levar as cargas uns dos outros? O livro de Gálatas 6 nos dá algumas dicas: Não nos julgando superiores aos outros (versos 3-4); advertindo e corrigindo os que estão no erro, porém com "espírito de brandura" (verso 1) e, fazendo o bem a todos (verso 10). Mas também "orando uns pelos outros" (Tiago 5.16); "dando suporte uns aos outros", "perdoando-nos mutuamente" (Colossenses 3.13) e "instruindo-nos e aconselhando-nos mutuamente" (Colossenses 3.16). Na igreja de Cristo não existem alguns que são fortes e outros que são fracos; não existem alguns com pesadas cargas e outros sem cargas. Na igreja de Cristo existem pessoas, cada uma com suas cargas e fraquezas, à procura de alguém para compartilhá-las. E na igreja de Cristo também há pessoas que estão sempre prontas a ajudar os outros a carregar suas pesadas cargas. Onde você se situa? Pense nisso!

Pr. Reinaldo M. Lüdke
reinaldo@comcristo.org.br



COMUNIDADE EVANGÉLICA LUTERANA CRISTO
 PORTO ALEGRE - RS

www.comcristo.org.br

Cultos: Domingos às 10h e Segundas-feiras às 20h

51 3342-1408

Av. Presidente Roosevelt, 730 - B.: São Geraldo




Informática para Melhor Idade

Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador.
Aulas para Tablet, Computador e Celular.
Inglês para MELHOR IDADE, com apenas 03 alunos em sala.
Horários flexíveis de acordo com sua disponibilidade.
Aulas individuais e didática própria para MELHOR IDADE.

 Rua Uruguai, 299 - 7º Andar - Centro
www.onbyte-rs.com.br

3224.0335 / 3224.0527


Equilíbrio entre trabalho e lazer evita doenças e aumenta produtividade

Não é incomum, nos dias de hoje, vermos profissionais levando **trabalho para terminar em casa ou ficando mais horas do que o necessário no escritório**. Com isso, acabam deixando de lado o pouco tempo destinado ao lazer e, muitas vezes, entram em um ciclo vicioso de trabalho, que os consome quase que integralmente. Mas será que é tão difícil assim equilibrar vida profissional e pessoal?

A Ph.D. e presidente ISMA-BR (International Stress Management Association), associação internacional, sem fins lucrativos, voltada à pesquisa e ao desenvolvimento da prevenção e do tratamento de stress no mundo, Dra. Ana Maria Rossi, acredita que o trabalho em excesso é,

infelizmente, uma realidade brasileira, e que os profissionais estão com as suas jornadas de trabalho cada vez mais longas. Para a psicóloga, isso pode ser explicado por dois fatores: as empresas estão diminuindo cada vez mais o número de funcionários, mas a quantidade de trabalho só aumenta; e os profissionais estão se sentindo intimidados de sair no horário certo, já que muitos dos seus colegas ficam além do horário exigido no escritório.

Administrando bem o seu tempo, a pessoa conseguirá ser mais criativa, ter mais qualidade no seu trabalho, além de mais satisfação e motivação. Lucrando, assim, tanto o profissional como a empresa.



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 | [f](#) Barco Cisne Branco

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.



Telefones Úteis

SAMU	192
Defesa Civil	199
Polícia Rodoviária Federal	191
Polícia Militar	190
Polícia Federal	194
Polícia Civil	197
EPTC	156 (opção 1)
Corpo de Bombeiros	193
Disque-Previdência Social	135
Rodoviária	3210-0101
Aeroporto Salgado Filho	3358 2000
CEEE	0800 721 2333
Dmae	3289 9000
Detran	0800 510 3311
Lista Telefônica	102
PROCON	3289 1774



ProcureAche

Alcance mais visibilidade anunciando nas nossas revistas!

ANUNCIE AQUI

51 3026-8445

996-136-986 vivo



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



HORÓSCOPO

ÁRIES	Reflexões sobre seus ideais, crenças, motivações e valores. É preciso que tenha mais comprometimento com a verdade e autenticidade. Importantes situações relacionadas com palestras, cursos, concursos e viagens.	TOURO	Momento de clara percepção de quais são os seus medos e fantasmas emocionais. Modificações na forma como você lida com a sexualidade e o dinheiro estão em pauta nesta fase. É preciso agir com responsabilidade e maturidade, mas isso não significa atitudes defensivas.
GÊMEOS	Temos a conjunção entre Lua e Saturno no setor de relacionamentos. Percepção das dificuldades e limitações de suas relações e parcerias. Não deve projetar nas outras pessoas as suas próprias dificuldades.	CÂNCER	Um belo momento para o estabelecimento de um ritmo mais focado e produtivo no cotidiano. Conhecimentos ligados ao trabalho e saúde são importantíssimos nesta fase. A consciência dos próprios limites físicos pode trazer mudanças nos hábitos cotidianos.
LEÃO	Saturno e Lua conjuntos no setor amoroso. É um momento de fortes desafios ligados ao amadurecimento e autonomia emocional. Responsabilidades envolvendo filhos, crianças e amor.	VRGEM	Momento de importantes desafios relacionados com a família e questões emocionais. É um momento em que está revendo as bases e estruturas que constituiram sua vida até agora. Uma fase mais introspectiva onde você está em contato com a consequência de atos anteriores.
LIBRA	Ética, justiça e sabedoria estão em pauta hoje aos librianos. O desenvolvimento de atributos intelectuais podem estar relacionados ao trabalho. Momento importante para agir com mais responsabilidade sobre conhecimentos adquiridos ao longo do tempo.	ESCORPIÃO	A fase pede mais maturidade na forma como você lida com seus recursos materiais. Questionamento sobre como você tem utilizado as suas potencialidades e habilidades. Importantes resoluções ligadas às finanças, é preciso agir com coerência.
SAGITÁRIO	conjunção de Lua e Saturno em seu signo. O momento é de percepção das responsabilidades e atribuições que cabem somente a você. É preciso que aja com mais consciência de sua identidade, individualidade e autonomia.	CAPRICÓRNO	Momento de reflexões e introspecção. Interessante fazer um balanço do que tem ocorrido em sua vida ao longo dos últimos meses. O envolvimento com questões coletivas está em pauta assim como um uso maior da intuição.
AGUÁRIO	As amizades podem demandar certas responsabilidades. Projetos com grupos estão enfatizados e requerem foco e produtividade. É um momento de questionamento de suas metas e esperanças mais importantes.	PEIXES	Reestruturação de objetivos ligados à carreira e pessoal. É necessário agir com mais responsabilidade e maturidade no trabalho. O aprimoramento de conhecimentos e experiências internacionais podem colaborar na estruturação profissional.

Ilê Ogum Adiola
Oxalá Orinmilá

Leandro de Oduá Márcio de Ogum

Búzios e Baralho Cigano

Ambiente diferenciado
Sigilo, Respeito e Compromisso

Agende a sua consulta!
(51) 3384-4999 / 98419-4999

Av. Valado, 413, Partenon
www.facebook.com/ogumadiola

CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:

**IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA
CLÍNICA GERAL**

Hodos Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS
R.L.Dra. Daniela de Chico Brugnara - CRO 21916RS

(51) **3276.8483** / **3276.8481**
(51) **982.946.374** (51) **992.091.881**

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Partícula de poeira que entra no olho		(?) de Aço", música de Lupicínio		(?) e cola: Ctrl+C e Ctrl+V (Inform.) Regina (?), apresentadora e atriz	Vento forte, comum em tempestades	(?) -split, sobremesa com sorvete		Marca da escrita de James Joyce, sobretudo em "Ulisses" (Lit.)
Animal de chifre e pele grossa								Feito de ganchos do açougue
Edição à parte								
Conflito de namorados					Vasos da floricultura	Não, em inglês		
Sepultura						Especie de morcego		
					Iha da Indonésia			Ferro esmaltado, usado em painéis
					Coleção musical			
Único Nobel de Literatura da língua portuguesa	Local de venda de óculos		(?) cabeça, uma sentença" (dito)				(?) Arabiya, rede de TV árabe	
"Sniper Americano", para "Birdman", no Oscar de Melhor Filme (2015)		Arte dominada por Padre Antônio Vieira, como evidenciado em seus sermões			(?) Boechat, jornalista nascido na Argentina		Interjeição de alívio	
							Guardar (as compras) no supermercado	
(?) Meira, atouou em "Velho Chico"	Cidade Perdida dos (?); Machu Picchu		"Ordem", em OAB		Testa (uma performance)	Grupo que combate o alcoolismo (sigla)		Desinência dos verbos de segunda conjugação
Ambulante								
Compras feitas pela internet								
								Lolita Rodrigues, atriz paulista
						Santiago de (?), cidade da Colômbia		
Céu (fig.)			Amigo, em francês			(?) Jacobs, estilista americano		
Fora de (?): des-norteadado			Página (abrev.)					
Jogador como o meio-campista Xavi, por distribuir a bola aos atacantes (fut.)								Gás essencial à vida (símbolo)

2/a. 3/ami — not. 4/marc. 7/vampiro. 8/separata. 12/josé saramago. 15/estilo hermélico. BANCO



Solução

A	P	O	I	A	D	O	R	O
S	I	R	A	I	S	O	M	A
C	R	I	S	E	J	A	V	A
R	I	N	O	C	E	R	A	T
C	O	V	A	J	A	V	A	I
J	O	S	E	A	R	A	M	A
T	A	R	C	I	S	I	O	E
C	O	N	C	O	R	R	E	M
T	I	N	R	P	I	A	H	
L	I	T	I	N	E	R	A	N
E	M	C	O	M	E	N	D	A
P	A	R	A	I	S	O	C	A
C	A	L	I					
B	A							



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

"Seu corpo não vem com manual de instruções. Treine com um profissional de educação física."

Temos também aulas de:
Muay Thai e Boxe.

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

www.lifecore.com.br



3061.4717
984.007.985

MAT. DE CONSTRUÇÃO, MANUTENÇÃO E REFORMA
✉ atendimento@construleal.com.br

Horário de atendimento

Segunda a Sexta 8:00 às 12:00 e 13:00 às 18:00

Sábados 8:00 às 12:00 e 13:30 às 16:00

Av. A.J. Renner 1240, Humaitá - Porto Alegre/RS

Portas

elmo

**Sob medida
Padrão e
c/colocação**



ORÇAMENTO
GRATUITO

Revisão e Manutenção de
Esquadrias em Geral

51 3347.2121 | 996.491.036 | 980.319.205

Av. Assis Brasil, 4711 - Sarandi - PoA - RS
E-mail: jluis2894@gmail.com

CAMPOS PERSIANAS

CONSERTOS, REFORMAS E VENDAS DE **PERSIANAS**

PVC Interna
(alumínio, tecido, horizontal e vertical)

PVC Externa

Nova, Reformas, Troca de cadaço,
Projeção, etc.

(51) 3386.2695/99812.5708 / 98640.2695

**Eletricista
Ronaldo**

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

ORÇAMENTO
GRATUITO

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

Amandio
Advocacia & Consultoria Jurídica

Escritório atuante a mais de 14 anos

- Ações Trabalhistas
- Ações Indenizadoras
- Família e Sucessões
- INSS (aposentadoria e Benefícios cessados)
- Direito Imobiliário
- Seguros Negados

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



ZONA NORTE MÓVEIS

Compra e Venda de Móveis

Av. dos Gaúchos, 1407 - Bairro Sarandi - P. Alegre - RS



51 3364.4422

SERRALHERIA METSUL

Estruturas Metálicas

Grades - Portas - Janelas - Portão de Correr - Contra-peso
Cortinas - Corimão - Escadas - Consertos em geral

Fones: 3329.1728 - 3574.1728 - 992.312.822

Av. Brasil, 184 São Geraldo - Porto Alegre/RS
www.serralheriametsul.xpg.com.br



Pagamento
em até 4x



Atendimento
24hs

<http://www.procureacherevista.com.br>



Revista ProcureAche