



GERAnigos
Comunicação
12 Anos

ProcureAche

1 / Revista ProcureAche

Zona Norte

Edição Boas Festas | Distribuição Gratuita
Anuncie: (51) 3026.8445 | (51) 9613.6986

Disponíveis de profissionais habilitados para
te atender em diversos serviços:

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

TELE-
ENTREGA
Av. Assis Brasil, 626



Fone:
3337 0324

Agora com Farmácia Popular. Aproveite!

B Bauru

sabor & qualidade

Baurus - Saladas
Porções - Sanduiches
Sobremesas
Faça seu pedido!

Atendimento de Ter à Dom
Das 11h às 23:30h
Venha nos conhecer!



Av. do Forte, 1844 - Porto Alegre/RS
Tele-Entrega: 51 3013.1100
www.bbauru.com.br



Equipe especializada para
melhor atendê-lo!

MANUTENÇÃO
PREDIAL, RESIDENCIAL
E EMPRESARIAL

contato@maridodealuguel-rs.com
Celular 51 8151 5451
Fone 51 3386 6774 - 51 3392 5721
Rua Ten. Ary Tarrago, 1720/91
www.maridodealuguel-rs.com



KOREIA MOTORS

PRIMEIRA OFICINA ESPECIALIZADA HYUNDAI E KIA EM PORTO ALEGRE



- Revisão Periódica
- Motor / Câmbio
- Suspensão
- Eletrônica
- Estética
- Freios

(51)
3264-4222 9261.8455
8189.8888

www.koreiamotors.com.br

Av Brasil, 233 - Navegantes - Porto Alegre - RS

Quero Gás



3325-5875

9930-3659 Vi

9229-4319 CI

8295-7928 Ti



ESPETÃO do Forte

CHURRASCO PARA LEVAR

Av. Saturnino de Brito, 1570
(51) 3334.0489

Rua Santana, 1262
(51) 3223.5218

Av. Azenha, 1564
(51) 3085.4255

Av. Antônio de Carvalho, 1651
3387.2545

Av. Otto Niemeyer, 2532
(51) 3242.4299



Em nossa loja
você encontra

Atendimento em Domicílio
Assistência Técnica
Vendas
Máquinas novas e usadas
Mesas
Gabinetes

Av. Manoel Elias, 2485
Protásio Alves, Porto Alegre RS

(51) 3381.9115
8448.4220

DESENTUPIDORA

PERES

www.desentupidoraperes.com.br

Qualidade com garantia e menor preço!
Atendemos Porto Alegre e Região
Metropolitana!

24 Horas! Visita Grátis!

(51) 3030-3169

(51) 8213-5308 | (51) 8427-3149



- * DEDETIZAÇÃO
- * SUÇÃO DE FOSSA
- * HIDROJATEAMENTO
- * ENTREGAS DE ÁGUA POTÁVEL
- * DESENTUPIDORA DE RALOS, PIAS, VASOS EM GERAL

CIA DAS TINTAS & FERRAGEM

Fone: 51 33729060



Estacionamento
Ao lado

Segunda a Sexta 8:00 às 18h30 Sábados das 8:00 às 16:00 Domingo das 9:00 às 12:00

Av. Presidente Franklin Roosevelt, 1100, Porto Alegre



Expediente:

CNPJ: 11.248.576/0001-99

Av. Borges de Medeiros, 915 sala 202

Telefones: (51)3026-8445 / (51)9613-6986

comercial@geramigos.com.br

redacao@geramigos.com.br

criacao@geramigos.com.br

Jornalista responsável: Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:

Fernando Cunha

Tiragem: 20.000 exemplares

Distribuição: GERAmigos Empresa Jornalística LTDA

Pontos de distribuição:

Unisuper - Av. Benjamin Constant, 235; Placar 13 Lotéricas - Av. São Pedro, 624; Arco Iris Loteria e Bazar - Assis Brasil, 354; Mundo Fantástico do Real - Av. Assis Brasil, 410; Farmácias Kali - Av. Assis Brasil, 626; Lotérica Volta do Guerino - Av. Assis Brasil, 1740; Tudo Fácil - Rua Domingos Rubbo, 51; Rissul - Av. Cristóvão Colombo, 1271; Lotérica Floresta - Av. Cristóvão Colombo, 1396; Rissul - Av. São Pedro, 512; Unisuper - Av. São Pedro, 1177; Rissul - Av. Brasil, 1455; Unisuper - Av. do Forte, 1669; Lotérica Cristo Redentor - Av. Assis Brasil, 2935; Casa Lotérica: X-O Loterias - Avenida Assis Brasil, 2324; Jogoteka Loterias - R. Vinte e Quatro de Outubro, 1728; Unisuper Big Box - Rua Bonifácio, 138; Hotel de Conto - Av Farrapos 3452; Colossi Hotel - Rua Cairu 626; Hotel Wamosy - Rua Cairú, 393; Hostel Boutique Porto Alegre - São Carlos 545; Radicom: Rua Álvares Cabral, 65 - Cristo Redentor; Hórus Financiamentos: Av. Ceará, 1008/Loja 01 - São João; Arquipélago e Ilhas.

* A revista se encontra nos endereços de todos os anunciantes + 400 pontos de distribuição

Seguimos em frente!

Esse é um mês especial para nós, enquanto toda economia nacional e estadual entrou em recessão, o Grupo Geramigos vem atravessando a crise com bons resultados. Em 2015, além de seguirmos com os jornais mensais, lançamos a Revista ProcureAche que completa um ano esse mês. Neste ano, foram 240 mil revistas na zona Sul e 240mil revistas na zona Norte, com tiragem certificada pela Grafica Pallotti e onde pudemos contribuir com leitores e anunciantes. Estamos preparados para ousar ainda mais em 2016!

Desejamos a todos um ótimo Natal e um próspero ano novo, que ele seja de alegrias e realizações.

Um abraço da equipe Geramigos.

Temos um presente para você!

Após 12 anos de jornalismo comunitário com o Geramigos, em dezembro completamos 1 ano com a Revista ProcureAche. Nesse tempo, depois de comprovarem o ótimo retorno financeiro, empreendedores continuam anunciando satisfeitos devido aos novos negócios gerados pelas revistas.

Em meio a essa satisfação, quem ganha um presente é você: Seja um franqueado da ProcureAche.

Baixo investimento e com ótimo retorno financeiro. Seja empresário, sem empregados e sem escritório. Vá além, aproveite!

Entre em contato conosco. Informações através do e-mail: comercial@geramigos.com.br

Seu relacionamento pode ser feliz!

Os relacionamentos são prazerosos, mas também são um desafio para ambos. A convivência é um desafio em qualquer situação. Raramente as relações são simples como gostaríamos e até arriscamos a dizer que todas são assim, pois tem suas peculiaridades e suas dificuldades a serem superadas.

Seja qual for a situação, existem maneiras que podem contribuir para transformar problemas em felicidade. Embora existam muitos desafios, felizmente também há muitas coisas que podem ser feitas para melhorar seu relacionamento.

Sim, os relacionamentos são desafios e sempre existirão coisas que podem melhorar tanto em você, quanto em sua parceira, mas a relação, assim como a vida, é um eterno aprendizado.

Nada de conflitos e problemas. Vá viver a alegria e o quanto de amor seu parceiro lhe dá.

VipClass

(51) 3085.8188 / 9768.4456



CHEGA DE SOLIDÃO

Você que está sozinho, em busca de um relacionamento afetivo e sério, a VIP CLASS - Assessoria Sentimental ajuda você a encontrá-lo. Com competência, seriedade e descrição, para pessoas seletivas e de alto nível.

Há 13 anos com excelência em resultados.

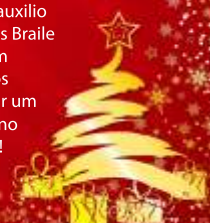
Atendimento personalizado em Porto Alegre e Novo Hamburgo.

VIP CLASS no Topo das Assessorias para Relacionamentos Sérios

(51) 3085.8188 / 9768.4456

www.assessoriavipclass.com.br

A Sra. Maria de Lourdes Gomes de Oliveira agradece o apoio e auxílio que a Distribuidora de Papéis Braille (Rua Alvaro Chaves, 476) vem dedicando a ela ao longo dos anos e aproveita para desejar um **Feliz Natal** e um próspero ano novo ao Sr. Vicente e Família!



SANVICENTE e SARTORI

PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

SulAmérica
ING

Bradesco Saúde

Centro Uniao Gaúcho
Plano de Saúde Empresarial

Unimed

PORTO ALEGRE CLINICAS

Amil

DOCTOR CLIN

www.sanvicentesartori.com.br
planosdesaude.rs@live.com
contato@sanvicentesartori.com.br

(51) 3221.6844 3221.5995 3084-4720
9255.4716- WhatsApp 9255.4720

Praça Osvaldo Cruz, 15 conj. 2713
Ed.Coliseu - Centro/POA

stillus

persianas

www.stilluspersianas.com

Cortinas de Tecido - Papel de Parede Tapetes sob Medida

Av. Plínio Brasil Milano 705 Higienópolis Porto Alegre
Fone: 51 3333.0422
stilluspersianas@terra.com.br

Av. Eduardo Prado 501 (cassol) Cavalhada Porto Alegre
Fone: 51 3737.3033
stillus@stilluspersianas.com

Faça um orçamento sem compromisso

Imã de geladeira e blocos calendário 2016

Folders e Panfletos Cartões de Visita

(51) 3019-1377 (51) 8549-7730 oi

Sua saúde agradece: cuide diariamente do seu corpo

As atividades físicas são importantes aliadas no cuidado da saúde. Estudos apontam a melhoria do sono, a redução da pressão arterial, o aumento do metabolismo e a redução de peso corporal como principais benefícios. Correr, andar de bicicleta e caminhar são as práticas mais comuns entre os brasileiros. Mas, existem outras atividades que também podem fazer parte do cotidiano, como por exemplo, jogos coletivos (voleibol, futebol, basquetebol), academia, dança, entre outras.

Não fique parado

Defina uma atividade física que melhor se enquadra em seu dia a dia. Convidar amigos para participar também é importante, pois lhe incentiva à prática e um acaba cobrando o outro do “compromisso” firmado com a saúde.

O Ministério da Saúde está de olho

O Ministério da Saúde lançou o Programa Academia da Saúde, que se caracteriza por espaços de saúde ligados à Atenção Básica. As unidades contam com profissionais que desenvolvem e orientam atividades físicas, práticas corporais, oficinas de culinária, rodas de conversa, atividades artísticas e culturais, práticas integrativas e complementares, de mobilização social e tantas outras atividades que contribuem com o cuidado com a saúde. Verifique se este Programa existe no seu bairro e conheça as atividades físicas que são ofertadas.



Desde 2011, o Ministério da Saúde vem repassando incentivos financeiros para implementação de polos do Programa Academia da Saúde pelos municípios brasileiros.

O objetivo é contribuir para a promoção da saúde, trabalhando com o cidadão de maneira completa. O Programa estimula modos de vida saudáveis, promovendo informações e cuidados relacionados à saúde individual e coletiva.

Por que devo fazer uma atividade física?

A atividade física e as práticas corporais são fortes componentes no cuidado com a saúde; Uma vida mais saudável e ativa rende bons frutos, como maior disposição para realizar as tarefas diárias;

Atividades físicas fazem bem a saúde e com isso combatem diversos problemas;

Seu animo renovado e o sentimento de leveza e alto astral;

No campo ou na cidade, na escola ou no trabalho, cuidar da saúde é um compromisso constante. Coloque você em primeiro lugar.



cosméticos - florais - cápsulas - ortomolecular
fórmulas dermatológicas - fórmulas odontológicas

Horário de Atendimento:
Segunda à sexta 8h30 às 18h30 • Sábados 9h às 13h

Rua Cel. Bordini, 106 - Auxiliadora
Fones: (51) 3325.5795 / 3325.5913



MÓVIMENTO DO CORPO
Instituto Funcional

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

Treinamento funcional, qual o motivo de tanto sucesso?
Perda de peso, maior gasto calórico.
Aumento da resistência.
Equilíbrio, força e flexibilidade em uma única aula.
Treino que tem como objetivo desenvolver ou manter aptidões cardiorrespiratórias e neuromusculares (flexibilidade, resistência muscular e equilíbrio).

Av. Assis Brasil, 107 sala 02 | Passo D'Areia | POA/RS
Contato: 51 3024.3097 - (51) 9933.8767 João Paulo

Conheça mais sobre o câncer de pele

O que é o câncer de pele?

É uma doença que ocorre pelo desenvolvimento anormal das células da pele. Elas multiplicam-se repetidamente até formar um tumor maligno.

No Brasil, país com clima tropical e alta incidência solar, o câncer de pele é o tipo mais frequente, correspondendo a 25% de todos tumores malignos registrados. Fique atento, quanto mais cedo detectado maior a chance de cura.

Quais são os principais fatores de risco para desenvolver o câncer de pele?

- Histórico familiar de câncer de pele;
- Pessoas de pele e cabelos claros, com cabelos ruivos ou loiros;
- Pessoas que trabalham frequentemente expostas ao sol sem proteção adequada;
- Exposição prolongada e repetida ao sol na infância e adolescência.

Que sinais de alerta devem ser procurados?

- Manchas que coçam, ardem, escamam ou sangram;
- Sinais ou pintas que mudam de tamanho, forma ou cor;

- Feridas que não cicatrizam em 4 semanas;
- mudança na textura da pele ou dor.

Como deve ser feito o autoexame da pele?

- Em frente a um espelho, com os braços levantados, examine seu corpo de frente, de costas e dos lados esquerdo e direito.
- Dobre os cotovelos e observe cuidadosamente, as mãos, antebraços, braços e axilas.
- Examine as partes da frente, de trás e dos lados, além da região genital.
- Sentado examine atentamente a planta e os peito dos pés, assim como o espaço entre os dedos.
- Com o auxílio de um espelho de mão e de uma escova ou secador, examine o couro cabeludo, pescoço e orelhas.

O que deve ser feito para prevenir o câncer de pele?

Evite exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h, pois nesse horário a quantidade de raios ultravioletas nocivos à pele é maior.

Fabiola Cristine Tolotti

CRF-RS 7769

Diretora Técnica Kali Farmácias

Clínica de Podologia



PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS
E ESTERILIZAÇÃO EM AUTOCLAVE

- * Unhas encravadas (ONICOCRIPTOSE)
 - * Calos e Calosidades
- * Tratamentos em pés diabéticos
- * Correção de unhas (ORTESES)
 - * Reconstrução Ungueal
- * Reflexologia (Massagem com manobras para aliviar tensões nos pés)

AVALIAÇÃO GRATUITA

Fone: 3061.5005

Rua dos Andradas, 1727 - Sala 86 - Centro - POA/RS

Residencial
SOLARIS
São Jorge

Cuidando de quem cuidou de você!

MÉDICO - ENFERMAGEM - NUTRICIONISTA
CUIDADOS EM GERAL
ÓTIMA LOCALIZAÇÃO

Rua Maria Montessori, 387 - Parque São Sebastião
Atrás do Strip Center - Porto Alegre/RS

(51) 3085.6765 / 8454.7648 (co) / 9867.2063 (vivo)
Responsável Mônica Romeira: 9210.4456 (clara) / 8155.5092 (pax)

AQUI TEM
FARMÁCIA POPULAR

**Dispomos 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

Como se tornar mais disposto no dia-a-dia corrido



Precisando de disposição? No dia-a-dia corrido, quem tem disposição, está sempre pronto para realizar as tarefas e enfrentar as atividades diárias está um passo à frente dos demais. A rotina atual requer isso e existem pequenas adaptações que, se inseridas no seu dia, poderão lhe trazer um bom resultado. Separamos abaixo algumas dicas simples para você espantar a acomodação:

1 – Esqueça a soneca

Nada de colocar o “soneca” no despertador. Colocar esta opção com diferença de poucos minutos não ajuda em nada, pelo contrário, só faz com que sua disposição vá lá embaixo. O correto é ajustar o despertador adequadamente, em um horário onde possa levantar e iniciar as tarefas do dia sem atraso. Esqueça o “só mais dez minutinhos”.

2 – Café da manhã

Um café da manhã, de preferência, que contenha carboidratos, proteínas e fibras, é essencial para iniciar o dia disposto. Isso faz com que seu corpo comece a rotina com fontes de energia. Aposte na alimentação!

3 – Hidrate-se

Beba água, muita água, já pela manhã para hidratar e contribuir com o sistema digestivo.

Um copo d'água ao lado da cama, para ingerir ao acordar é indicado para energizar-se já pela manhã.

4 – Exercite-se

Se possível, exercite-se logo após acordar, antes de ir para o trabalho. Exercícios ao iniciar o dia queima mais calorias e oferece mais resistência. Tenho certeza que após realizar os exercícios, você terá ainda mais disposição e leveza ao longo do dia, além de melhorar o humor.

5 – Organização no trabalho

Sua mesa no trabalho está aquela bagunça? Olhar todo esse emaranhado de papéis só traz mais cansaço e estresse. Limpar e organizar esse espaço, deixando-o mais clean lhe proporcionará uma sensação de relaxamento e ao mesmo tempo alegria e disposição para realizar suas tarefas. Com a disposição em dia, a produtividade agradece.

6 – Durma o tempo adequado

Faça as contas, a hora que você deve acordar e a hora que deve ir dormir. Vá dormir em um horário confortável, que não seja muito tarde para acordar indisposto no dia seguinte. Nada de só mais uma horinha para assistir aquele seriado ou ver aquele programa na tv. Priorize seu sono, a necessidade de seu corpo e sua mente.



Radiofrequência

6 sessões por R\$ 299,00
Atendimento: das 13h às 18h
de Segunda a Sábado

Fone :
(51) 3307-3517
Enf^a Magda Chagas
Coren 90197

- Linhas de expressão
- Gordura localizada
- Redução de medidas
- Celulite
- Tonificação
(praticantes ou
não de esportes)

Rua Edmundo Bastian, 1270 - Esq. Ouro Preto - Cristo Redentor

Saiba mais sobre a Febre Zika

Febre Zika é uma infecção causada pelo vírus ZIKV, transmitida pelo mosquito *Aedes aegypti*, mesmo transmissor da dengue da febre chikungunya. O vírus Zika teve sua primeira aparição registrada em 1947, quando foi encontrado em macacos da Floresta Zika, em Uganda. Entretanto, somente em 1954 os primeiros seres humanos foram contaminados, na Nigéria. O vírus Zika atingiu a Oceania em 2007 e a França no ano de 2013. O Brasil notificou os primeiros casos de vírus Zika em 2015, no Rio Grande do Norte e na Bahia.

Sintomas de Febre Zika:

- * Febre baixa (entre 37,8 e 38,5 graus)
- * Dor nas articulações (artralgia), mais frequentemente nas articulações das mãos e pés, com possível inchaço
- * Dor muscular (mialgia)
- * Dor de cabeça e atrás dos olhos
- * Erupções cutâneas (exantemas), acompanhadas de coceira. Podem afetar o rosto, o tronco e alcançar membros periféricos, como mãos e pés. Sintomas mais raros de infecção pelo vírus Zika incluem:



- * Dor abdominal
- * Diarreia
- * Constipação
- * Fotofobia e conjuntivite
- * Pequenas úlceras na mucosa oral



Valéria

Técnica em enfermagem | cabeleireira | manicure

Técnica em enfermagem com longa experiência e referências. Atende também como cabeleireira e manicure pessoas acamadas em residências, clínicas e hospitais, além de acompanhante a consultas médicas.

(51) 9330-8037

CUIDADORES

de

IDOSOS



Oferecemos:

Enfermeiros, Cuidadores e Técnicos de Enfermagem. **Domicílio e Hospitalar**




E-mail: niltonc@cpovo.net

Telefones:

(51) 3226-3242 / 8057-8287 / 9961-6188



São Rafael

RESIDENCIAL GERIÁTRICO

- * Ambientes adaptados, confortáveis e seguros
- * Acompanhamento nutricional
 - * Médico
 - * Fisioterapia
- * Serviços de enfermagem 24h
- * Excelente localização

"O amor reconhece as necessidades"

Fone: (51) 3030.0695

Rua Bartolomeu Dias, 420 - V. Ipiranga - Porto Alegre - RS

Residencial Geriátrico Gávea

Oferecemos:

- Enfermagem 24 hs
- Médico Assistente
- Nutricionista
- Fisioterapeuta
- Terapia Ocupacional



Telefone: 3279.3603 / 9203.3868

Rua Gávea, 362 - Ipanema

Enfermatec

CUIDANDO DA SUA FAMÍLIA

ENFERMEIROS, TÉCNICOS EM ENFERMAGEM
FISIOTERAPEUTAS, CUIDADORES DE IDOSOS



Ligue:

(51) 9985.5201
ou 8182.9193

Conheça melhor nossos serviços,
acesse:
www.enfermatec.com.br

6 substitutos ao açúcar para tornar seu café mais gostoso

Quem resiste aquele cafezinho no serviço ou toma-lo ao acordar, no café da manhã? Muita gente é adepto do café no Brasil. O problema desse consumo contínuo é a quantidade de açúcar que colocamos na bebida, que nem sempre é tão saudável assim.

Mas, para os amantes do café, você sabia que existem outras opções e de gosto realmente bom? Por que não adicionar um pouco de impulso para seu café? Algo novo, diferente do óbvio açúcar ou do adoçante industrializado. Adicionando opções mais saudáveis é muito mais benéfico do que apenas a sua dose de cafeína diária.

Abaixo alguns exemplos para substituir o açúcar e dar um up no seu café:

1 – Mel

O mel é o adoçante saudável. Ele tem propriedades antimicrobianas e antioxidantes que contribuem como ótima maneira de carregar seu café com sabor e doçura.

2 – Canela

Você quer colocar algo que o deixará ainda mais ligado em sua xícara de café? Adicione a canela! Esta especiaria adiciona uma nova nota de sabor,

além de melhorar os seus níveis de açúcar no sangue e ajudar a combater infecções. Mel é ideal para carregar sua bebida com ainda mais eletricidade.

3 - Extrato de baunilha

O extrato de baunilha levará seu café para outro nível, mais gourmet e saboroso e sem acrescentar qualquer excesso de açúcar. É super gostoso!

4 - Adoçante feito de Stevia

Está renunciando ao açúcar, tente adoçante com Stevia! Diferente do adoçante mais conhecido, que é artificial (com sacarina e aspartame), o feito com a planta stevia é considerado natural e muito melhor para sua saúde do que o açúcar comum.

5 - Cacau em pó

Adora o sabor do chocolate? Adicionar cacau em pó acrescenta muito de sabor, enquanto ajuda na sua saúde mental. O pó é um antidepressivo e um elevador de humor natural.

6 – Néctar de Agave

Esta planta de origem mexicana é parecida com um cacto e fornece um néctar, que após ser extraído e filtrado resulta em um adoçante orgânico que pode ser um ótimo substituto para o açúcar. Agave é 1,5 vezes mais doce do que o açúcar, sem adição de qualquer componente negativo para a sua dieta.



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

f Facebook:

 **(51) 3325.0320**

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

Saiba mais sobre os alimentos transgênicos

Transgênicos ou organismos geneticamente modificados (OGMs) são seres vivos cuja estrutura genética, seu DNA, foi modificado pelo homem através da engenharia genética, de modo a atribuir a esses seres uma determinada característica não programada por sua natureza.

Pontos positivos:

- * Aumento da produção
- * Maior resistência à pragas (vírus, fungos, bactérias e insetos)
- * Resistência aos agrotóxicos
- * Aumento do conteúdo nutricional
- * Maior durabilidade e tempo de estocagem

Pontos negativos:

- * Eliminação de populações naturais de insetos,

animais e outras espécies de plantas.

RISCOS PARA A SAÚDE: são vários e graves os riscos potenciais, entre os principais:

1. Aumento das alergias
2. Aumento de resistência aos antibióticos
3. Maior incremento de contaminação nos alimentos
4. Um estudo realizado na Áustria demonstrou que estes alimentos reduzem a capacidade de fertilidade

A longo prazo não foi possível estabelecer os riscos para a saúde que o consumo de alimentos transgênicos possa ter. No entanto, suspeita-se que estes alimentos podem influenciar na aparição de certas doenças, como o câncer.



UNISUPER Supermercado
BIG BOX

51 **3374-4105**

Segunda a Sexta das 8h às 21h - Sábados das 8h30 às 12h30 / 14h30 às 20h30

Rua Bonifácio Nunes, 138
Bairro Humaitá - POA - RS



Cafeteria e Lancheria
Cinco Corações

Café - Pães
Doces - Sucos
Batidas - Salgados
Lanches em geral
A la minuta - Xis

Temos buffet - Alugamos o contra-piso para eventos.

Horário de Funcionamento: de seg. à sex. das 7h às 19h | sáb. das 7h às 14h
AV. PRES. FRANKLIN ROOSEVELT, 244 - NAVEGANTES

Fone: (51) 3022.7182 E-mail: cincocoracoes1997@gmail.com



Restaurante
Santa Mônica

Buffet livre com:

- 2 carnes,
- suco e café
- sobremesas

Fazemos Festas e Eventos

R\$12,00

Av. França, 622 - Navegantes - POA/RS
3029.6233 | 3029.6236 | 9437.2100



CONFEITARIA
Doces, tortas e salgados artesanais por encomenda.

facebook.com/cdedosdemel
* Consulte tele-entrega

ACEITAMOS CARTÕES

3383.1639



Experimente nossas delícias.

Café da Manhã e Lanches De Seg. à Sex. A partir das 7h30

Telentrega* Consulte horário de atendimento

Almoço De Seg. à Sex. das 11h às 14h30

Confraria do Marmitta

Consulte nosso cardápio em www.confrariadarmarmitta.wordpress.com ou pelos fones: 51 3062.1654 | 9755.7845 | 9514.6767

Av. Berlim, 196 - Bairro São Geraldo

Convênio com Empresas

Pague com

Receitas

Lentilha para a ceia de Ano Novo

1. Na véspera do ano novo, separe a lentilha e lave bem, em seguida deixe-a de molho em 2 1/2 litros de água em um recipiente.
2. No dia seguinte, comece fritando o bacon por cerca de 5 minutos, até que se desprenda toda a gordura.
3. Depois junte a cebola bem picadinha, o alho e os legumes, deixe refogando aproximadamente 10 minutos, e mexa frequentemente.
4. Adicione à panela o louro e os cravos da índia, para dar o sabor especial.
5. Disponha na panela com os temperos, a lentilha e a água em que ficou de molho no recipiente e tempere com sal e pimenta do reino. Diminua o fogo e espere levantar fervura.
6. Depois, tampe a panela e cozinhe, sempre em fogo forte, por cerca de 50 minutos, quando a lentilha estiver macia, é porque ela está pronta.
7. Enquanto está fervendo na panela, corte as



- salsichas em rodelas de 1,5cm de espessura.
8. Retire o louro e os cravos da índia da panela e em seguida acrescente a salsicha picada. Misture bem e cozinhe por mais 15 minutos. Polvilhe salsa por cima e sirva em seguida. (Você pode servir em porções prontas, individuais, ou deixar que todos se sirvam).

Rabanada de Chocolate

Ingredientes

- 6 unidades de pão francês amanhecido
- 1/2 xícara de chocolate em pó
- 1 xícara de açúcar
- 1 + 1/2 xícara de leite morno
- 1 colher de sopa de essência de rum

3 unidades de Ovo

- * a gosto de óleo de soja para fritar
- * a gosto de açúcar refinado

Modo de preparo

Corte o pão em fatias de mais ou menos 1 cm.

Misture os outros ingredientes (exceto os ovos e o óleo) até formar uma calda. Passe as fatias de pão pela calda e deixe escorrer numa peneira. Depois, passe-as nos ovos ligeiramente batidos e frite em óleo bem quente. Quando estiverem douradas, retire e passe no açúcar refinado. Rende de 25 a 30 unidades.



Chester assado com purê de maçã e castanhas

Ingredientes:

- 1 Chester
- 300 gr de castanha portuguesa cozida sem casca
- 6 maçãs sem casca e sem caroço
- 100 ml de creme de leite fresco
- Sal e pimenta do reino a gosto.

Preparo do Chester:

Em uma fôrma grande, amarre o chester e cubra com papel alumínio.
Leve ao forno médio, pré-aquecido, a 180° C, por aproximadamente 1 hora e 45 minutos.
Retire o papel alumínio e retorne ao forno por cerca de 20 minutos, para dourar. Reserve.
Em uma panela, cozinhe as maçãs até que



estejam macias. Escorra e passe por um espremedor.

Leve as maçãs espremidas novamente ao fogo. Adicione o creme de leite, pimenta e sal a gosto. Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Desligue o fogo e acrescente as castanhas.

Sirva com a ave.

Petiscos
LANCHERIA & RESTAURANTE

Comida Caseira

- Comida Caseira
- Melhor Pastel da Zona Norte
- Alimentos cozidos a vapor, valorizando sua saúde
- Fornecemos refeições empresariais

* Cadastrado ao PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador)

Fone: (51) 3019-0985 lanchecidadapetisco@hotmail.com
Av. Assis Brasil, 4037 - São Sebastião - POA/RS

Mercearia e Padaria
Quebra Galho
Telentrega: 3342.0532

24 de Outubro, 1704

DOM 20/ DEZ **ROCK NA RUA**

(51) 3094.6594 **ESPECIAL NATAL**

Gastronomia - Brecho - Feira de vinil
Feira de antiguidades, artesanato e arte
Cultura custom e motociclismo

CONTRIBUA COM BRINQUEDOS, NOVOS OU USADOS - EM BOM ESTADO -, QUE SERÃO DOADOS PARA ALEGRAR O NATAL DE MUITAS CRIANÇAS CARENTES.

VENHA COM A FAMÍLIA E AS CADEIRAS PARA CURTIR MUITO ROCK NO DOMINGO!

f /natusfera t @natus_fera natusfera

AV. CEARÁ, 1491 - ESQUINA MARANHÃO - BAIRRO SÃO GERALDO - POA/RS

9 BANDAS

- 14H - EXTINTO SECO
- 15H - HELSING
- 16H - ROCK DE APARTAMENTO
- 17H - JAPA NEGRA
- 18H - TRIE KARMA
- 19H - LADY ETÍLICA
- 20H - TOP ROCKS
- 21H - ELETRO PHONICA
- 22H - ROCKSTRY

Como escolher e combinar cores de esmaltes

Que mulher nunca viu uma cor de esmalte linda na mão de uma amiga e quando colocou na sua não ficou tão legal assim? Na maioria das vezes isso acontece por causa do tom de pele, pois cada tom de pele pede uma cor de esmalte, é bem simples, basta observar dois detalhes cores que contrastam e cores que complementam.

Nem todas as cores vão ficar bem na sua mão, mas com certeza terão varias que deixarão o visual delicado e muito bonito.

Cor de esmalte que combina com a sua cor de pele

Pele Branca – por ser uma pele com base clara os



tons de esmaltes que mais combinam são aqueles que proporcionam contrastes como pretos, vermelhos, roxos e pinks, mas nada contra usar cores claras como nude. Com certeza suas mãos ficarão lindas.

Vip aromas
Cheiros - Aromas - Cosméticos
Produtos da Serra Gaúcha
 Telefones: 51 3012-6005 | 51 9221-4964
 Shopping Assis Brasil
 Av. Assis Brasil, 2005 | Loja 39

Helianthus
Tamanhos Especiais:
 Masculino & Feminino
 Trabalhamos com os Cartões
 (51) 3343-3402
 Av. Assis Brasil, nº 2100 / Loja 13

VINCO CONFECÇÕES
LOJA DE FÁBRICA

Não se preocupe se você não achar roupas do seu tamanho. Aqui nós fabricamos o que você desejar!

DO INFANTIL ATÉ PESSOAS COM 250 KG OU MAIS.

A MAIOR VARIEDADE DE CAMISAS DO MERCADO

CALÇAS JEANS ATÉ O TAMANHO 84
 CALÇAS SOCIAIS ATÉ O TAMANHO 70
 VARIEDADE DE BERMUDAS, CAMISETAS,
 POLOS, ABRIGOS, CALÇAS E
 BLUSAS DE MOLETON,
 JAQUETAS, CUECAS E MUITO MAIS

TAMANHOS ESPECIAIS
 Masculino e Feminino

ROUPAS FEMININAS, JEANS, BERMUDAS E BLUSAS ATÉ O TAMANHO 76

CONFECCIONAMOS UNIFORMES

Venha nos visitar e conferir nossa variedade de produtos e preços baixos!

Av. Martins Bastos, 306 - Bairro Sarandi - POA/RS
 (51) 3364-1086 / (51) 3085-1086

BRINCANDO COM ARTE NAS ROUPAS

- × Bainha Original
- × Bainha Simples
- × Ajustes
- × Zíper
- × Reformas em Lastana: Suplex, Coton, etc...
- × Confeção e Reparos de Cortinas
- × Reformas de Bolsas e Mochilas
- × Reforma linha Praia, Boneca
- × Reforma Linha Bebê
- × Reforma em Couro
- × Roupas de Religião
- × Ajustes Variados
- × Linha Pet
- × Forro em sono Leve
- × Alfaiataria (Reforma)

Catarina
 Shopping Assis Brasil,
 2005 – Sala 202
Fone: (51) 9414.6763

Pele Morena – para peles bem bronzeadas a dica é para esmaltes laranjas e de tons coral. Cores como roxos, verdes e azuis são também recomendadas, uma vez que proporcionam um belo contraste deixando as mãos muito mais bonitas e alegres.

Pele Negra – esmaltes metálicos coloridos e mais chamativos como neons e pastel. Nunca use esmaltes incolores, pois eles derrubarão qualquer look.

Círculo Cromático



O **Círculo Cromático** é muito utilizado por designers, pintores e publicitários como base para compor as cores que necessitam. É bem fácil compreender o círculo, uma vez que ele apresenta as cores complementares, que são as cores opostas que quando juntas contrastam e completam uma a outra. A cor complementar do azul, como por exemplo, é o laranja, pois é a cor que se encontra oposta no círculo e assim sucessivamente com todas as cores.

MAQUIAGEM A DOMICILIO

MAKE EXPRESS



ROSANGELA
FORTUNATO

(51) 84828527

Proteção Solar

Com as cores do Verão

UV LINE

Bermuda Anticelulite
Melhora a circulação
(MATERIAL 100% ELASTICO)

Camiseta
Alivia a dor lombar
AVANÇADA 100% POLIESTER

Luva Terapêutica
Alivia a dor no punho
(MATERIAL 100% ELASTICO)

Regata Modeladora

DEFINE A CINTURA
COMPRIME O ABDOMEN

MOODERADA INCLUIBILIDADE NO TELAÇO

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

www.vivendomelhor.com - facebook.com/VivendoMelhor

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

Desejamos a todos um Feliz Natal!

10 dicas para fazer

Você já tentou pintar a parede, comprar um sofá novo, trocar a cortina e, mesmo assim, ainda não está feliz com o “jeitão” da sua casa? Então, talvez, tenha chegado a hora de mexer nas estruturas e encarar uma transformação de verdade. Mas como reformar não é coisa fácil, a revista ProcureAche separou dicas essenciais para ajudar você nesta empreitada.

1. Primeiro passo

Com uma régua, faça um desenho em escala, onde cada centímetro corresponda a um metro. Tente retratar fielmente as condições físicas do imóvel, como a localização dos quartos,

banheiros, cozinha, entre outros cômodos.

2. Planejamento

Com o desenho da planta baixa pronta, defina onde os móveis e eletrodomésticos vão ficar. Desta forma, você terá uma ideia da disposição das peças nos ambientes na situação atual, e o que pode ser modificado estruturalmente durante a reforma.

3. Palavra de quem entende

Antes de qualquer mudança, é sempre bom consultar um profissional da área, como um engenheiro ou um arquiteto. Só eles podem autorizar a remoção de qualquer parede ou outro elemento de sustentação, como vigas, pilares e lajes.

FUNILARIA
SCHMIDT

CALHAS
CHAMINÉS

COIFAS
TELHADOS

(51) **3342.3449**
Oí **8424.6025**
Claro **9336.5516**
Claro **9264.6712**



Decore Vidros

SUPER PROMOÇÃO
Box Frontal | Vidro Incolor 8mm até 1,20m
Perfil Natural Fosco (instalado)

Solução em Vidros

PARCELAMOS EM ATÉ 3X
no cheque ou nos cartões
CAIXA VISA

F. (51) 3237-5707 / @ 8622-4382 | decorvidros2011@hotmail.com
Rua Ilhéus, 295 - Vila Ipiranga - POA/RS | www.decorvidros-rs.com.br




Atendemos Porto Alegre e Grande Porto Alegre

SERRALHERIA RODRIGUES
Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

Cercas Elétricas | Escadas | Estruturas Metálicas
Alarmes | Câmeras | Concertinas

Aceitamos cartões de crédito em 3x
VISA Hipercard

Ligue e peça orçamento gratuito
51 8411.1151 | **8413.7291** www.gruporodriguesrs.com.br **3246.3902**





Eloi Freitas - Construção Civil

- ✓ Reformas em geral
- ✓ Pinturas
- ✓ Pisos
- ✓ Porcelanato
- ✓ Telhados
- ✓ Alvenaria
- ✓ Vigas
- ✓ Mármore e granitos
- ✓ Encanador
- ✓ Instalação de água quente

9169-7606 Claro / **8614-3534** oi
e-mail: eloifreitas4@gmail.com CNPJ: 19994575/0001-03



J E Terraplanagem Élison

Terraplanagem, areia, brita e saibro em geral

Fones: 9928.7456 / 9814.8175

Av. Juca Batista, 6298 - Bairro Ponta Grossa - Porto Alegre - RS



uma reforma de sucesso

4. Redesenhe

Com o parecer do profissional, refaça a planta baixa com as remoções e construções das novas paredes ou pavimentos, sempre seguindo a escala.

5. Economia

Definidas essas etapas, chegou a hora de escolher os materiais para a reforma. Lembre-se que nem sempre o barato é o mais conveniente, por isso, pese os prós e contras de cada material e faça um balanço.

6. Sem desperdício

Para evitar cortes desnecessários nas peças de cerâmica, é interessante que as medidas dos ambientes, onde as paredes e pisos serão revestidos, sejam múltiplos de 15, 20 ou 30cm.

7. Mão de obra

A escolha de pedreiros e outros deve ser cuidadosa. Além de apresentar um bom serviço, esses profissionais devem ser de extrema confiança.

8. Mudanças

O ideal é que a casa esteja desocupada durante a reforma, mas se isto não for possível, é recomendável deixar sempre os ambientes abertos e arejados para evitar qualquer tipo de



intoxicação. Também é indicado reformar a casa por etapas, ou seja, cômodo por cômodo.

9. Subindo!

Se sua casa tiver apenas o pavimento térreo e você desejar subir um andar, consulte os órgãos competentes e analise, com um profissional, os pilares e as vigas que irão suportar a nova estrutura. Além disso, lembre-se que existem diferentes tipos de laje. A laje de forro, por exemplo, não suporta peso como a laje de piso.

10. Pequenos espaços

Para ambientes de tamanhos reduzidos, prefira tintas com cores claras, que aumentam visualmente os espaços e proporcionam uma sensação de bem-estar. Em alguns casos, uma parede com um tom mais escuro ajuda a dar profundidade no ambiente.

Jardim do Paraíso Verde
Jardinagem
Limpeza de Pátio

Fernando
(51)9849.1971 vivo
melo.vargas@hotmail.com

ELETRICIDADE RESIDENCIAL E COMERCIAL

João Batista - Eletrotécnico Parobé
Instrutor Senai + 35 anos

> Instalações novas > Reforma de instalações
> Instalação de equipamentos > Revisão de instalações e manutenção preventiva

51 9877.7518
E-mail: jbsilva1000@yahoo.com.br

FUNILARIA ITAQUI

Coifas • Calhas • Algerosas
Chaminé • Rinção • Canos
• Reformas de Telhados

ORÇAMENTO GRATUITO

8564-6681 / 9663-9823
Rua Toledo Pizza, 20 - Sarandi - POA/RS

João - O Quebra Galho

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

ORÇAMENTO GRÁTIS
JOÃO FRITZEN

Fone: 9205-5485

É HORA DE DAR RISADA

Entrevista de emprego

O chefe de um RH justifica a um candidato solteiro por que não vai contratá-lo:

- Desculpe, mas nossa empresa só trabalha com homens casados.
- Por quê? Por acaso são mais inteligentes e mais competentes do que os solteiros?
- Não, mas estão mais acostumados a obedecer.

Vou ser pai

Dois amigos se encontram, depois de muito tempo:

- Puxa, quanto tempo?
- Como vão as coisas?
- Eu estou ótimo e você?
- Eu vou ser pai pela primeira vez!
- Que legal! Parabéns! E a sua mulher está feliz?
- Por enquanto está! Mas, na hora que ela souber, vai ficar uma feral!



EQUIPE DE APOIO

Eventos, Desfiles, Shows
Bailes, Festas em Geral, Portaria
Recepção e Estacionamento

Contato c/ Fabiano
Fone: (51)9449.6651

SE7EBOL

FUTEBOL SOCIETY

Espaços para Festas, Estacionamentos,
churrasqueiras e Chuveiros a gás.

Av. Assis Brasil, 4711. (Próximo ao Strip Center) - Sarandi
FONES: (51) 3340.7179 - (51) 9803.9000



Aluguel de Fantacias
(51) 3325.5090
facebook.com/bigfantacias
www.bigfantacias.com.br



Av. Carneiro da Fontoura, 206 | Passo D'Arela

Top Fest Decorações

FESTAS - EVENTOS - DECORAÇÕES - BRINQUEDOS - LOCAÇÕES DE MATERIAIS



3414-9665 / 9914-9665

Av. Martins Bastos, 142 - Sarandi - POA/RS

O melhor
para sua festa!!!

www.topfestrs.com.br
topfest@topfestrs.com.br

Dicas para organizar uma festa de sucesso

Festas são sempre uma ótima oportunidade de se divertir com os amigos e a família. Contudo, para o anfitrião a festa não é só diversão. Organizar uma comemoração, seja grande ou pequena, requer planejamento. Confira algumas dicas:

Lista de convidados

O primeiro passo é fazer a lista de convidados. A partir do número de pessoas e do perfil dos convidados é feita a escolha do local e os cálculos de comida e bebida. Se o orçamento for restrito, comece pelos amigos mais íntimos e pela família.

Escolha do local

Segundo o especialista, o ideal é tentar conciliar o estilo dos anfitriões com o perfil da lista de convidados. Se a ideia for fazer a festa em casa, escolha quais ambientes ficarão disponíveis para os convidados. Para outros lugares, é importante ficar atenta também se o espaço comporta confortavelmente o número de pessoas esperadas para a festa.

Decoração

A decoração ajuda a compor um ambiente agradável e alegre. Escolha itens relacionados ao tema da festa ou ao motivo da comemoração.



Buscar referências na internet é uma boa alternativa para ter ideias criativas, e até mesmo baratas, de decoração.

Comidas e bebidas

É preciso escolher com cautela quem fornecerá os petiscos da festa. O cálculo da quantidade também é importante para evitar saia justa. Se forem servidos salgadinhos, por exemplo, faça as contas de oito unidades por convidado. Já quantidade de bebidas depende do tipo de bebida. Refrigerante, por exemplo, deve ser calculado meio litro por pessoa.

Restaurante
Santa Mônica

Buffet livre com:

- 2 carnes,
- suco e café
- sobremesas

Fazemos Festas e Eventos

R\$12,00

Av. França, 622 - Navegantes - POA/RS
3029.6233 | 3029.6236 | 9437.2100



CLUBE AMIGO SOCIAL E CULTURAL

BAILE

TODOS OS DOMINGOS
DAS 17:00 AS 21:30h

"MÚSICA AO VIVO DA MELHOR QUALIDADE."

ALUGA-SE AMPLO SALÃO PARA FESTAS

Av. Madrid, 277 (travessa da Ceará)
Reservas Fone: 9168.9380



LOCAÇÃO DE BRINQUEDOS

- Festas infantis
- Promoções para Creches e Escolas
- Festas para Empresas
- Alimentação - Pipoca e Algodão Doce

Pacotes a partir de R\$ 190,00
Atendemos a Região Metropolitana

facebook: facebook.com/animajafestas
instagram: @animajafestas
www.animaja.com.br



Ligue Agora! 51-3102-7458 | 51-9744-0537 | 51-8582-8700

Você sabe quais vacinas deve fazer antes de viajar?

Sabemos como é gostoso planejar uma viagem, não é? Onde vamos nos hospedar, quais pontos turísticos desejamos conhecer, onde poderemos fazer aquelas compras para nós e familiares, quais pratos vamos experimentar e quais lugares legais existem perto do hotel. Saiba que um item deve ser acrescentado a esses planos: a saúde. As questões sanitárias ao qual o país se insere também deve ser avaliada com precaução e alguns deles até mesmo exigem a imunização por parte dos turistas que desejam desvendar estes roteiros.

Vacinas necessárias para cada país

No site da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), é possível acessar todas as vacinas necessárias para cada país. Basta fazer o cadastro no endereço: <http://www.anvisa.gov.br/viajante> e indicar o país para qual você viajará.

Em países como África do Sul, Arábia Saudita, Austrália, Egito, Indonésia e Tailândia é obrigatório a apresentação do Certificado Internacional de Vacinação e Profilaxia (CIVP), que é amparado pelo Regulamento Sanitário Internacional.

Onde fazer o certificado de vacinação

O CIVP é emitido em Centros de Orientação de Viajantes espalhados por todo o Brasil (no site da ANVISA consta a listagem completa).



Para fazer o certificado, é necessário levar o documento oficial de identificação com foto ou certidão de nascimento (para menores de idade). No caso de possuir alguma vacinação, é preciso constar no comprovante de vacinação o nome, fabricante e lote completo da vacina, data da vacinação, assinatura e nome do vacinador e identificação da unidade de vacinação.

Vacinas como a de febre amarela, por exemplo, precisam ser realizadas no mínimo dez dias antes da data de viagem. A vacina tem validade de dez anos.

OPORTUNIDADE!

Representante

Comercial com CORE

Selecionamos

Representante Comercial

com CORE e CARRO

Área de Atuação:

Porto Alegre e Grande

Porto Alegre



Ligue

3013-5229

Envie CV para:

representacao.comercialpoa@gmail.com

Hotel Porto Alegre



- TV à cabo - Elevador
- Internet Wi-fi - Estacionamento
- Apartamentos com ar-condicionado e frigobar

Informações e reservas:
(51) 3337-8448

www.hotelportoalegre.com.br

Av. Cairú, 340 - Navegantes - POA/RS



Tablet ou notebook: qual escolher?

Na hora de escolher entre tablet e notebook, leve em conta sua rotina, seus costumes e afazeres diários.

Os tablets têm a vantagem de oferecer ainda mais portabilidade do que os notebooks. Por serem mais leves e menores, podem ser levados para qualquer lugar sem maiores problemas.

Excelentes para leitura de conteúdo digital como livros e revistas, os tablets podem ser utilizados para digitação de pequenos textos.

A visualização de sites e vídeos é mais agradável na tela dos tablets. São mais leves, ligarão mais rápido e sua autonomia de bateria também pode ser mais longa.

Já o notebook sai na frente pelo poder de processamento. Executar aplicações mais pesadas, como editores de vídeo, pode não ser uma tarefa fácil para os tablets.

Os notebooks também apresentam mais conexões. Portas USB, HDMI, leitores de cartão, gravadores de ou DVD/Blu-Ray podem fazer a diferença para quem precisa exportar grandes quantidades de arquivos com facilidade.

Seja qual for a escolha, é possível encontrar o aparelho certo para suas tarefas.



LinkWare Informática





Rua Adão Bains, 146 / 516 - Cristo Redentor

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

Fones: 51 3062.1555 | 8411.1555

ATENDIMENTO A DOMICÍLIO OU EMPRESARIAL




GANHE 10% DE DESCONTO
NA APRESENTAÇÃO DESTE ANÚNCIO

Painéis Eletrônicos High Tech

Importação - Distribuição - Assistência Técnica

O Painel eletrônico, desde a sua instalação gera um considerável aumento de clientes.

Em custo/benefício de pequeno valor, não há melhor mídia nem resultado mais imediato.

100 vezes mais econômico e
100 vezes mais eficiente que televisão.

Garantia e manutenção gratuita em troca da divulgação de nosso telefone no painel.



Selecione
Representantes
Comerciais com
Core e Carro.

Av. Presidente Roosevelt, 757 - São Geraldo - POA

F: 3085-0885 / 3085-0883 / 9805-5158 | gerenciakecher@hotmail.com

Prova de amor

“Deus amou tanto o mundo, que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna” (João 3.16).

Neste mês os olhos de todos estão voltados para o Natal, a despeito de todas as turbulências políticas, econômicas e éticas que estamos enfrentando. É um tempo de festa, de celebração, de alegria, mesmo que muitos nem saibam o que, verdadeiramente se comemora. Quase todos sabem que se trata do nascimento de Jesus, do aniversário mais celebrado em todo o mundo. As festas acontecem com suas ceias, trocas de presentes, amigos secretos, pinheiros enfeitados, luzes multicoloridas, hinos e canções especiais, etc., mas, infelizmente, na maioria das casas e dos corações humanos o Aniversariante é deixado de lado. Para muitos, ele não é importante, não faz falta.

O texto bíblico acima é a síntese do Natal. Esse fato aconteceu porque Deus é amor. O amor de Deus para conosco manifestou-se no fato de Deus ter enviado seu Filho unigênito ao mundo para que vivamos por meio dele”, diz João (1João 4.8-9).

Foi por amor, o amor perfeito de Deus, que Jesus veio nos buscar. É a maior prova de amor. Para termos a vida eterna, que ultrapassa os limites da vida terrena, só é necessário crer em Jesus.

Crê em Jesus, arrepende-te de teus pecados e recebe o seu perdão. Só assim terás, então, um Feliz Natal!

Pr. Bruno T. Seitz
btseitz@terra.com.br

13/12 - Dia de Santa Luzia

O nome de Santa Luzia deriva do latim e significa: Portadora da luz. Ela é invocada pelos fiéis como a protetora dos olhos, que são a “janela da alma”, canal de luz.

Ela nasceu em Siracusa (Itália) no fim do século III. Conta-se que pertencia a uma família italiana e rica, que lhe deu ótima formação cristã, a ponto de ter feito um voto de viver a virgindade perpétua. Com a morte do pai, Luzia soube que sua mãe, chamada Eutícia, a queria casada com um jovem de distinta família, porém, pagão.

Ao pedir um tempo para o discernimento e tendo a mãe gravemente enferma, Santa Luzia inspiradamente propôs à mãe que fossem em romaria ao túmulo da mártir Santa Águeda, em Catânia, e que a cura da grave doença seria a confirmação do “não” para o casamento. Milagrosamente, foi o que ocorreu logo com a chegada das romeiras e, assim, Santa Luzia voltou para Siracusa com a certeza da vontade de Deus quanto à virgindade e quanto aos sofrimentos pelos quais passaria, assim como Santa Águeda.

Santa Luzia vendeu tudo, deu aos pobres, e logo foi acusada pelo jovem que a queria como esposa. Não querendo oferecer sacrifício aos falsos deuses nem quebrar o seu santo voto, ela teve que enfrentar as autoridades perseguidoras. Quis o prefeito da cidade, Pascásio, levar à desonra a virgem cristã, mas não houve força humana que a pudesse arrastar. As chamas do fogo também se mostravam impotentes diante dela, até que por fim a espada acabou com vida tão preciosa. A decapitação de Santa Luzia se deu no ano de 303.



Domingos

10h00-11h30 - Escola Bíblica Dominical
19h30-20h30 - Culto de adoração a Deus

Terças

14h30-16h30 - Oficinas de Artes e Música

Quartas

19h30-20h30 - Reunião de Oração e estudo bíblico

Av. Amazonas, 620 (esquina Av. Maranhão) - São Geraldo
CEP:90240-541 - Porto Alegre, RS
Tel.: (051) 9961-1083 (pr. Bruno Seitz)

Férias: Como fazer a criançada aproveitar o tempo

As férias escolares chegaram e os pais que trabalham fora e não conseguem ficar em casa nessa época do ano podem ficar perdidos com a presença do filho em casa ou ainda não sabem o que fazer para a criança não ficar entediada.

Para quem pode ficar em casa e não tem idéia de como animar as crianças para não deixá-las entediadas, bole brincadeiras divertidas, como caça ao tesouro, onde você pode confeccionar um mapa e deixar dicas. Explore sua casa, seu prédio ou até mesmo uma praça perto de casa. Convide os amigos para participar.

Se os pais continuam com o dia-a-dia corrido e preferem que os filhos continuem com alguma ocupação nas férias, existem locais que oferecem serviços de colônia de férias onde seu filho pode ter entretenimento durante todo o dia e ainda fazer novas amizades.

Seja qual for a opção, cabe aos pais tornarem esse tempo atrativo e importante para a criançada.



Escola Infantil

Nossa proposta pedagógica é de atender pequenos grupos de 0 a 3 anos, em um ambiente seguro e acolhedor, com profissionais direcionados aos pequenos de berçário. Agende uma visita e venha nos conhecer.

Hora do conto

Música

Horta

Oficina culinária

Férias no Castelo

Pais, as férias estão chegando e nós estamos prontos para receber essa turminha com oficinas e atividades educativas. Pacote mínimo de 15 dias. Início da temporada em 22/12 até 26/02. Sem limite de idade.

(51) 3337-0112
(51) 8563-4424
Rua Sorocaba, 263

Venha conhecer o nosso espaço e não deixe seu filho de fora!

SE7EBOL

FUTEBOL SOCIETY

Espaços para Festas, Estacionamentos, churrasqueiras e Chuveiros a gás.


Av. Assis Brasil, 4711. (Próximo ao Strip Center) - Sarandi
FONES: (51) 3340.7179 - (51) 9803.9000

AULAS DE QUÍMICA

**PREPARAÇÃO PARA
PROVAS, ENEM E
VESTIBULAR**

**PARTICULAR OU
EM GRUPO**

**TRATAR COM MARIA DO CARMO
PELO FONE (51) 8142.2529**





AULAS PARTICULARES

PORTUGUÊS - REDAÇÃO - MATEMÁTICA
FÍSICA - QUÍMICA - BIOLOGIA
HISTÓRIA - GEOGRAFIA - INGLÊS

Centro de Aulas Particulares

REFORÇO ESCOLAR
(ajuda para o tema de casa)

ANTECIPE 4 AULAS E GANHE 10% DE DESCONTO

Fones:
(51) 9863-6917
(51) 8174-3223
(51) 3338-2609

Rua D. Luiz Guanella, 455 - Vila Ipiranga
Porto Alegre - RS



Somos a primeira e única franquia brasileira de educação complementar voltada para o reforço escolar multidisciplinar.

Atendemos todas as faixas etárias nos diversos níveis de educação: Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio, Técnico e Universitário.
Agende logo uma avaliação!

51 3083-9816 / 8247-9657
51 3330-6930 / 9121-6114

f Tutores Porto Alegre
www.tutores.com.br
E-mail: portoalegre-moinhos1@tutores.com.br

www.atelierdemoveis.com.br
E-mail: fabrica@atelierdemoveis.com.br



ATELIER DE MÓVEIS



Projetamos e executamos o seu móvel com qualidade e requinte, procurando sempre o conforto e bem estar em sua residência ou escritório.

Rua Orlando Silva, 95 - 9357-0058 📞 e 9827-8985 📱

Renato

Marido de Aluguel

Reparos em sua residência

(51) 3325-0053 / 📞 8438-4052 / 📞 9102-1238 / 📱 9907-7859

Orçamento sem compromisso!



Fretes

Mudanças & Viagens

Disponível para pequenos fretes e para grandes viagens.

jsa_transportes@hotmail.com



(51) 8402-9609 / (51) 9849-3008



Móveis para Empresas

Av. Benjamin Constant, 1134 - São João - PO/RS
Fone: 51 3343 8570 - www.pratimoveis.com



Solicite seu Orçamento: laureano@pratimoveis.com.br Consultor: Marcelo Laureano

Comercial KNETIG

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

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

ESTOFARIA KARLA

REFORMAS EM GERAL E CONSERTOS - Orçamento sem Compromisso



(51) 3023-3965 | 9191-5404 📞 | 8049-4179 📞 | 8409-6438 | 8222-5045 📱

Rua Marcílio Dias, 1312

S.O.S

Serviços

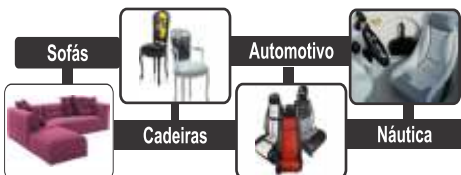


Orçamento Gratuito

Elétrica - Pintura
Hidráulica - Solda
Conserto de grades
Alarmes residenciais
Câmeras de segurança
Valdecir

Fones: 51 8185.6689 📱 - 51 9681.6894

ESTOFARIA CONFORTO



Fones:

(51) 3337.6613

(51) 9709.1236 🧑‍🔧

📞 Marco Antonio da Silva Pereira

E-mail: marcoantonio130769@gmail.com

Av. Assis Brasil, 1125 - Bairro Passo d'Areia

CORTINA Sob Medida

Cortinas e Persianas Sob Medida - Decoração em Geral


Manoela

☎ 51 9251.5881 ☎ 51 9957.9195

✉ cortina.sobmedida@outlook.com  Cortina Sob Medida

MARCENARIA XICO

Portas - Janelas - Venezianas
sob medida - Consertos
ATENDEMOS A DOMICÍLIO

(51) 9956-3230 vivo (51) 8357-3235 

Francisco Ribeiro da Costa
Marceneiro Chico

Rua Gen. Couto de Magalhães, 569
Esquina com Av. Nova York
Bairro Higienópolis - POA

Vidraçaria Dinamarca

Box e Sacada em vidros temperados,
Janelas e Box em alumínio Lapidação,
Polimento e Faceta

(51) 3345-3414 - (51) 3362-7521
(51) 9139-4051

dinamarcame@hotmail.com

Av. A. J. Renner, 1548 - Porto Alegre/RS

Atendemos Porto Alegre e grande Porto Alegre

25

Anos perto de você

Estofaria Barbosa



Trabalhamos
com os melhores
tecidos, couros
e corinos.

Não compre
estofados novos
sem antes
solicitar um

**ORÇAMENTO
GRATUITO**

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

(51) 3374-0104 | 8138-0134

estofariabarbosa@hotmail.com

ESTOFARIA Estofa-car

Valdeni | estofa-car@hotmail.com
valdeni.nascimento@hotmail.com

Sofás - Poltronas
Bancos de Carro
Estofados em
Couro

Orçamento
Gratuito:

3249.8676

8486.6690

9831.2500 

Rua Icaraí, 1400 - Cristal - POA/RS



EXECUTIVA DO LAR



Limpeza de casas,
apartamentos,
prédios e
empreendimentos

Ligue e fale com a Luciana!

T: 8917.1298 - 8052.5689



Bella Casa Comércio
Móveis e Decoração

- * Móveis Residenciais
- * Linha Escritório
- * Dormitórios e Salas
- * Cozinhas Moduladas
- * Colchões

(51) 3343-1012

(51) 3023-7990

E-mail: bellacasa476@gmail.com



Av. Pres. Franklin Roosevelt, 476
Navegantes - Porto Alegre/RS


 Nossa Fan PAGE no facebook
 Curta
 facebook
 /Revista (Procure aqui)




 LAVANDERIA DA TATI
 LAVAMOS | SECAMOS | PASSAMOS
 COBERTORES - EDREDONS - CORTINAS
 TAPETES - BICHOS DE PELÚCIA
 ROUPAS EM GERAL - CAMA, MESA E BANHO
 TRAVESEIROS - ALMOFADAS
 COM O MENOR CUSTO DA REGIÃO
 Apresente este anúncio e ganhe **10%** desconto no primeiro serviço
 Promoção não cumulativa, válida até 31/12/15.
 SHOPPING OBIRICI
 Assis Brasil, 2005 - Lj. 41 - Passo D'Areia
 Fone - 3126.9066
 www.lavanderiadatati.com.br


 www.vmautolocadora.com.br
 vmautolocadora@gmail.com
 (51) 8292-3306
 (51) 8231-5876
 (51) 9959-0221
 (51) 8610-5613
 (51) 9345-1641
 (51) 3249-0327
 Completo 1.0 a partir de R\$80,00 em até 3X S/Juros!
Seguro Grátis!

Advogada
Éldi Rosin
 OAB/RS 16.877
 Direito Imobiliário - Inventários
 Rua General Neto, 71/304 - Bairro Floresta
 CEP 90560-020 - Porto Alegre/RS
 Fones: (51) 3225.1364 / (51) 9782.3859
 E-mail: eldi@cprovo.net

UP Lavagem e Estacionamento
 3325.3050
DIÁRIA LEVA - TRÁZ AEROPORTO
R\$ 14,90
24HS
AV. CEARÁ, 128

Fretes e transportes residenciais, comercial, atacadista, tele-entrega entre outros

 Atuamos em todo território Rio-Grandense e arredor.
 (51)3249-7359
 (01)8448-6902
 (Vivo)9618-5856
 transportegaudio@hotmail.com

QUER CAUSAR BOA IMPRESSÃO?
 Lembre-se: Impressos bem feitos causam melhor impressão. Deixe isso por nossa conta.
 ● Folders ● Pedidos ● Notas Fiscais
 ● Malas Diretas ● Orçamentos ● Envelopes
 ● Folhetos ● Panfletos ● Memorandos
 ● Cartazes ● Pastas ● Timbrados

PRINT GRAF
 EDITORA GRÁFICA LTDA
 Av. Guido Mondim, 164
 São Geraldo - Porto Alegre/RS
 E-mail: printgrafeditora@gmail.com
 Fones: (51) 3019.4513 / 3019.4519


MASTHER CHAVEIRO
 24 HORAS
 ABERTURAS DE PORTAS
 VENDA DE FECHADURAS
 CONTROLE DE PORTÃO
 CHAVES EM GERAL
 CHAVES CODIFICADAS
 vivo 9965-1700 8424-2136 FIXO 3574-8354
 Aceitamos: VISA MasterCard
RUA TEN. ARY TARRAGÔ, 1900

IMÓVEIS

Você quer Vender???

Nós Vendemos para Você!

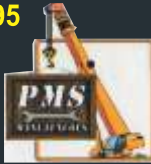


Telefones:
 (51) 9302-0587 | (51) 9859-6440
 vivo (51) 8553-0689 | (51) 8294-2021
 Gestão e Marketing de Negócios Imobiliários
 e-mail: contato@corretor-rs.com.br
 Site: www.ocorretor-rs.com.br

Hidráulica - Elétrica Eletrônica - Mecânica Geral

**Manutenções em:
 Guindaste - Munck - Empilhadeiras**

(51) 9791.2795 | 9250.6195



contato@pmsmanutencoes.com.br
 www.pmsmanutencoes.com.br

Rua Oreste Botega, 81 | Niterói
 Distrito Industrial | Canoas | RS

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

DIREITO DO TRABALHO
 INSS
 DIREITO DE FAMÍLIA
 DANO MORAL

CONSULTA
 GRATUITA

Av. Borges de Medeiros, 453, Conj. 104 Centro Histórico - POA/RS
 (51) 3226-0303 / 3013-1928 / 9875-0370
 almirsarmento@hotmail.com

Larissa e Ilda

(51) 8112-4344
 (51) 8112-4647

Lembrancinhas, qurландas, arte em feltro e bonecas de pano
 E-mail: larissa.paiva@globo.com | facebook.com/artesanataticamaafilha

HIDROMECC

Mangueiras e conexões
 hidráulicas e pneumáticas

Desde 1980 distribuindo produtos de qualidade

fone/fax: (51) 3342.9177

Rua São Salvador nº 400 - Porto Alegre/RS

www.hidromec.com.br



REFRIGERAÇÃO MARANHÃO



**Renato
 Técnico**

Conserto de refrigerador,
 ar-condicionado,
 câmara fria, bebedor de água
 máquinas de lavar
 Conserto e Instalação de Split

Av. Cairú, 1231 - Porto Alegre/RS
F.: 3062.6311 / 9987.5296
 refmaranhao@hotmail.com



Hidráulica - Elétrica Eletrônica - Mecânica Geral

**Manutenções em:
 Guindaste - Munck - Empilhadeiras**

(51) 9791.2795 | 9250.6195

contato@pmsmanutencoes.com.br
 www.pmsmanutencoes.com.br

Rua Oreste Botega, 81 | Niterói
 Distrito Industrial | Canoas | RS

WG Instalação Elétrica em Geral

Poste de Concreto e Poste Galvanizado

Poste Padrão CEEE - RGE - AES Sul

(51) 9323.5181 (51) 9283.6970
 (51) 8329.8656 (51) 8516.3227
 vivo (51) 3414.6970 (51) 7815.2130
 vivo (51) 9575.3808

Fabiano - Orçamento Grátis!
 Troca de caixa de luz sem precisar trocar o poste.

Formas de pagamento:

Em até 6x nos cartões **VISA** e **MasterCard**

Cheque, boleto (sem consulta) ou à negociar.

www.wginstalacoeseltricas.com.br
 fabiano@wginstalacoeseltricas.com.br

CB

Cassandra Baldessar
Advogada

- Ações Trabalhistas
- Aposentadoria, Pensão e Revisões do INSS
- Separação, Divórcio, Pensão Alimentícia e Guarda
 - Dano moral
- Inscrição indevida no SPC/Serasa

Rua Adelino Machado de Souza, 476, Farrapos
(51) 3325 - 9234 / Oj: 8501 - 1933 /
Vivo: 8404 - 2878 / Claro: 9149 - 9119

TIO TONINHO *Tur*
Viagens - Turismo - Festas - Eventos



Porto Alegre
e Região Metropolitana
(até 15 pessoas)

(51) 3264.0171 | 9418.3638 | 8601.1881
papelariatotoninho@yahoo.com.br

FUNILARIA
ITÚ-SABARÁ

- Calha
- Alçargosa
- Coifas
- Chaminés
- Telhados
- Instalação de Exaustores Eólicos



3387.0017 / 9829.4898 (Vivo) 8499.5038 (Oj) / 8606.7502 (Oj)

Av. Alberto Pasqualini, 516 - B. Jardim Itú-Sabará - POA/RS

Jeferson Moraes

(51) 8437.2674 / (51) 9127-2762
Elétrica Predial, Comercial e Industrial
Cabeamento Estruturado
Rede de micros e telefonia.

Distribuidora
de revistas **Oliveira**

A maior revisteria e livraria da
Assis Brasil.

Compra, venda e troca de livros.
Palavras cruzadas a R\$1,00:
Cripto, Numerix e Letrix.



Ao apresentar este anuncio ganhe
1 palavra cruzada. Uma palavra
cruzada por CPF.

Fones: (51) 3085-3104 / (51) 9848-6131
Av. Assis Brasil, 2426

MGJP personalizados!

Peça já sua caneca personalizada!

Colocamos seu nome
Personagens animados
Frases
ou qualquer imagem de sua preferência



* Canecas acrílico auto brilho R\$14,99 / Canecas de cerâmica R\$25,00 / almofada a partir de R\$25,00.

(51) 3246-3592 | (51) 9750-0330

E-mail: mgjssanchez@gmail.com



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

PREÇOS
PROMOCIONAIS

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 - 9982.8983 - 9222.9725

www.teletelas.com E-mail: contato@teletelas.com

5 razões pelas quais amamos nossos cães

Que o cachorro é o melhor amigo do homem nós sabemos, aliás, ouvimos essa história a séculos. Veja alguns benefícios que os cães nos trazem e formas com que nos tornam pessoas mais completas.

Eles estão conectados a nós

Quando estamos perto, seja trocando um olhar ou um abraço com nosso cãozinho, ocorre a liberação da oxitocina, conhecida como o hormônio do amor. Para muitos, essa ação que aproxima de forma carinhosa e diferenciada o homem e seu cão.

Diminuem nossa ansiedade

Uma pesquisa publicada no Journal of Personality and Social Psychology, diz que ter um animal de estimação nos torna mais felizes. Pesquisas apontam que ficamos mais felizes quando estamos perto de nosso cachorro.

Eles são ciumentos

Sim, os cachorros também sentem ciúmes. O estudo é da Universidade da Califórnia, que deduziu que os cães demonstravam este sentimento quando seus donos interagiam com um cachorro de pelúcia.

Eles lêem nossas expressões

Sim, eles sabem quando estamos felizes, irritados, tristes ou emocionados. O estudo publicado na revista Current Biology, diz que eles realmente são sensíveis e perceptivos quanto ao nosso humor e expressões faciais.

Não há defeitos. Eles nos amam como somos.

Eles não dão bola para a roupa que você está vestindo, se sua casa é pequena ou grande, se o seu salário é baixo ou se você tem defeitos ou não. Os cães nos aceitam como somos, sem deixarem-se levar por aparência, status, nível cultural ou social. Os cães nos amam de qualquer forma e isso que os torna tão fascinante também. Nós podemos contar com eles e isso faz dessa amizade algo forte e único.



• Vacinas
• Rações
• Medicamentos
• Produtos para jardinagem

Tele-Entrega
3334.2376

Endereço:
Dom Luiz Guanella, 75 - Vila Ipiranga - POA

TORRA TORRA
Animaniacos
Pet Store

PREÇO BAIXO PARA LIMPAR O ESTOQUE!

TODA A LINHA DE ACESSÓRIOS, SAÚDE, SEGURANÇA, TRANSPORTE COM UM SUPER DESCONTO!

Compre pelo site www.animaniacos.pt.com.br
pelo facebook.com/AnimaniacosPetStore ou pelos telefones: 51 35166310, 94095490 ou 94091735

AGROPECUÁRIA
PET-SHOP
SENNA

33711142 / 33746679

R. ADELINO MACHADO DE SOUZA 618 B. FARRAPOS - POA

Luciane dog walker Carvalho

Dog Walker (Passeio)
Pet Care
(Cuido do seu cão em sua casa)
Seu amigos mais feliz e mais saudável, proporcionando saúde física e mental.

51 9109.0380
Dog Walker Luciane Carvalho
Icarvalhors@hotmail.com

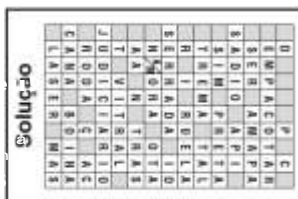
Agende seu horário.
Avaliação gratuita com profissional certificado pela **Trota Dog**

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Fenômeno como a enchente	Determinar o tamanho	Ordinal que corresponde a 1	Artigo definido feminino	Terreno plantado de árvores frutíferas	Roma (Geog.) Cobre soalhos	Regiane Alves, atriz
Embrulhar						
Ente; criatura De boa saúde			Estado da região Norte do Brasil			
				El. comp. de "apícola" Mulata		Dotadas de asas
Resposta positiva			Variedade de amêixa			
Sinal abolido pelo Acordo Ortográfico					Semeilhante	
Cortada pelo marceneiro	Conjunto de galhos		Beco; viela Erva usada em confusões			
					Podir a Deus	
Corteja; galanteia					Sufixo de "filhota"	
Arnaldo Antunes, músico brasileiro		Decoração típica das janelas das igrejas		Risco a lápis Apos; depois de		
Poder (?); garante a aplicação das leis	As do galo são sete Proprietária					Cabanas indígenas (bras.)
Círculo; rodela Cachaça (gir.)				Sigla do Brasil na internet	Ana Carolina, cantora	
			Bonê de lá sem pala ou costura			
Raio aplicado em cirurgias do olho					Porém; entretanto	

3/p1 — mas, 4/tes, 5/pomax — nuda, 6/amica — veda

ProcureAche
 Este espaço pode ser seu
Anuncie conosco
 Ligue agora mesmo e garanta o seu espaço na próxima edição da revista ProcureAche!
 (51) 3026-8445 / 9613-6980



SUDOKU

Para jogar: SUDOKU é um jogo de raciocínio e lógica. O objetivo do jogo é completar todos os quadrados utilizando números de 1 a 9. Para completá-los basta seguir a seguinte regra: Não podem haver números repetidos nas linhas horizontais e verticais, assim como nos quadrados delimitados por linhas em negrito.

8			2					5
		6	4				2	3
		4	7	1				6
1	3			7			6	
	5		6	3	8		7	
	6			4			9	8
2				5	7	6		
6	1				4	8		
9			6					2

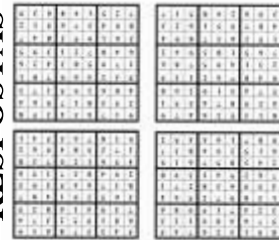
		2		8				9
	8			5	2			4
7	3				6			5
	6	5		9		4		
		7		4		2		
		4		3		1	5	
4			1				3	8
1			5	8			6	
9			7			5		

8	1	3					4	
			8	7	4	3		
5	7			1		2		
9	4		7		2			
2	3						8	6
			1		3		4	2
		2		3			9	4
		7	9	5	1			
		6				5	1	7

			6			2	5	8
			8	1	7			
4	8	6		9				
5	2	4		9				
1	9					4		6
			7		1	3		5
				5		8	4	7
			3	7	6			
7	2	5			8			



RESPOSTAS



Coloque o nome da sua empresa além da sua rua ou do seu bairro. Tenha sua marca, mensalmente, em **60 mil** exemplares do **Jornal Geramigos** e da **Revista ProcureAche** em **TODA A CIDADE** de Porto Alegre e online. Esteja à frente do seu concorrente e aumente sua visibilidade por um preço que cabe no seu bolso. Faça uma consulta hoje mesmo!



Geramigos
Zona Sul
10 mil
exemplares

Geramigos
Zona Norte
10 mil
exemplares

ProcureAche
Zona Sul
20 mil
exemplares

ProcureAche
Zona Norte
20 mil
exemplares

Anuncie: (51) 3026-8445
(51) 9100-0440

(51) 9613-6986
(51) 8564-6451

vivo (51) 9814-2056
vivo (51) 8105-4796

Acesse:
www.geramigos.com.br
www.procureache-geramigos.com.br

Materiais Gráficos

Com Qualidade e Comprometimento

Folders | Panfletos | Cartões de visita | Imãs | Blocos Calendário e Muito Mais



Faça um orçamento sem compromisso



(51) 3019-1377 ☎
(51) 8549-7730 📍



Templo de Magia Negra

MUDE SUA VIDA:

SEU DINHEIRO NÃO SOBRA
AMOR NÃO CORRESPONDE
OS INIMIGOS ATRAPALHAM
NÓS TEMOS A SOLUÇÃO

CONSULTAS COM BÚZIOS
ATENDIMENTO PERSONALIZADO



f: +55 (51) 3279 5103 / 8144 8385 ☎

www.templodemagianegra.com.br

face: /marconi.prometeu

PROMOÇÃO:
LIMPEZA FINAL DE ANO CONSULTE

HERDEIRO DA LINHA DE MAGIA
DO ZÉ DO CAIXÃO DE PORTO ALEGRE

Áries

A partir do dia 10, questões relacionadas à sua vida profissional e carreira, vêm à tona. Você pode receber uma proposta para fazer parte de uma nova equipe de trabalho, ou para trabalhar em uma nova empresa. Você estará mais simpático e sociável.

Touro

Apartir do dia 10 inicia uma fase em que você estará mais voltado para os estudos, para a comunicação. Se estiver envolvido com publicações, a fase promete ser altamente benéfica. Um projeto de médio prazo pode começar.

Gêmeos

Nas três primeiras semanas do mês, cuidados com períodos de tensão e possíveis complicações relacionadas a um romance ou namoro. Um acontecimento imprevisto pode desencadear um problema mais sério.

Câncer

No dia 11, se você estiver desempregado, ou querendo mudar de emprego, arregace as mangas e comece a enviar currículos, pois em pouco tempo você pode ter boas notícias ou pode convidado para participar de um novo projeto.

Leão

No dia 22, você poderá estar totalmente voltado para o seu trabalho e projetos. Você pode receber um convite para trabalhar em outra empresa, em uma nova equipe de trabalho. Caso esteja com problemas de saúde, sua saúde melhora nesse dias.

Virgem

Durante as três primeiras semanas do mês, ocorrerá uma fase em que você deve tomar cuidados redobrados com suas finanças. Procure não se envolver em dívidas ou gastos desnecessários.

Libra

No dia 25, seus relacionamentos, tanto os pessoais, quanto os profissionais podem se movimentar. Este pode ser um momento que marca a finalização de negociações envolvendo uma sociedade ou parceria comercial.

Escorpião

As três primeiras semanas do mês indicam dias de baixa energética e saúde frágil. Nessa fase, você precisa cuidar de si mesmo e procurar renovar sua energia vital todos os dias, através de banhos energéticos, meditação, prática de yoga ou exercícios moderados e regulares.

Sagitário

O dia 11 chega indicando dias de maior planejamento futuro e algumas mudanças importantes em todos os setores de sua vida. Uma nova fase começa e dura aproximadamente, três semanas.

Capricórnio

Durante as três primeiras semanas do mês, pode ocorrer tensão em projetos que envolvem sua carreira e seu crescimento profissional. Procure evitar confrontos e embates, que podem ser frequentes.

Aquário

O mês começa sob a influência da Lua Minguante em Virgem deixando você mais fechado e disposto a deixar algumas situações, sentimentos e pessoas para trás. O momento envolve reflexão e necessidade de ficar só.

Peixe

O dia 11 chega indicando um período de mudanças em seus projetos profissionais. Um plano de negócios pode precisar de revisão. Uma nova fase pode chegar através de novos projetos, que você terá um papel fundamental.



E-mail: vidracariadecanto@gmail.com

Promoção de box de vidro temperado incolor 8mm até 120m com alumínio fosco R\$ 365,00



Box, sacadas, espelhos, tampos e etc.

Telefones: (51) 3387.7108 / WhatsApp (51) 8415.2066 /

(51) 9769.5008 / (51) 9202.8223

Rua Tenente Ary Tarragô, 641
Bairro Protásio Alves - POA/RS

IMÓVEIS

Você quer Vender???

Nós Vendemos para Você!

Evite o acesso e a circulação de pessoas estranhas a sua casa ou a seu condomínio. Não contrate a imobiliária, contrate "O Corretor"
Um novo conceito em fazer negócios.



Telefones:
(51) 9302-0587 | (51) 9859-6440
vivo (51) 8553-0689 | (51) 8294-2021

Gestão e Marketing de Negócios Imobiliários

e-mail: contato@corretor-rs.com.br
Site: www.ocorretor-rs.com.br

CORRESPONDENTE CAIXA

Aprovamos seu crédito com facilidade e rapidez.



MASTHER CHAVEIRO

24 HORAS

ABERTURAS DE PORTAS
VENDA DE FECHADURAS
CONTROLE DE PORTÃO
CHAVES EM GERAL
CHAVES CODIFICADAS

vivo 9965-1700 8424-2136 FIXO 3574-8354

Aceitamos: VISA

RUA TEN. ARY TARRAGÔ, 1900



Mattos CONTABILIDADE

Assessoria Trabalhista - Fiscal e Contábil

(51) 3019.8934 / 9884.1113

E-mail: contato@mattoscontabilidaders.com.br
www.mattoscontabilidaders.com.br

Rua Luzitana, 161 - sala 301 - Porto Alegre/RS

SERRALHERIA METSUL



Estruturas Metálicas

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



Pagamento em até 4x

Atendimento 24hs

Fones: 3329.1728 - 3574.1728 - 9231.2822

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

TENHA UMA RENDA EXTRA COM LUCRO DE 100%

SEJA UM REVENDEDOR(A) UP!

UP!

essência

www.upesencia.com.br/433148

Empresa brasileira com expansão na América Latina (Peru).

Contato: (51) 9394.8641 c/ Euvânia



CONSTRULEAL

MAT. DE CONSTRUÇÃO, MANUTENÇÃO E REFORMA

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

3061.4717
8400.7985

Horário de atendimento
Segunda a Sexta 8:00 às 18:00
Sábados 8:00 às 12:00 e 13:30 às 16:00
Domingos/feriados 9:00 às 12:00

atendimento@construleal.com.br

Acesse o nosso guia online e consulte os melhores serviços e empresas de sua região!

www.procureache.geramigos.com.br