

# ProcureAche

www.procureache.geramigos.com.br

👍 /RevistaProcureAche

## Zona Sul

Edição Carnaval

Anuncie:

(51)3026-8445

📞 (51)9613.6986

Distribuição Gratuita



## PET SHOP Santiago

BANHO E TOSA 🐾 RAÇÕES 🐾 MEDICAMENTOS  
ACESSÓRIOS EM GERAL 🐾 ATENDIMENTO 🐾 VETERINÁRIO

### 3084-8989

Atendimento: SEGUNDA À SÁBADO 8:30 AS 19:30  
AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 615  
(JUNTO AO POSTO BR HÍPICA)

Assinamos:

Correspondente Banrisul

Aqui você paga todas suas contas com código de barras

## FARMÁCIA DROGANEMA

FARMACIAS Associadas

Verificação de pressão /  
Aplicação de injetáveis (com receita)

- Medicamentos
- Perfumaria
- Produtos médico-hospitalares

Telemarketing: **3246.8627/3241.6875**  
**Av. Juca Batista, 2249 IPANEMA**  
Atenção Farmacêutica: Dra. Nicele Scholles dos Santos CRF/RS 7271

## BOM SABOR!

De quarta a segunda das 18h30 às 0h

**3246-5421**  
vivo **8042-0033** **9342-4607**  
TIM **8102-3142**  
GOL **9411-7331**

**PROMOÇÃO I**  
Pizza Família 40cm + Pizza doce 20cm + Refri 2L  
**R\$ 45,90**

**PROMOÇÃO II**  
Pizza Grande 35cm + Refri 2L  
**R\$ 32,90**

**PROMOÇÃO QUARTAS-FEIRAS**  
Pizza Família 40cm + Refri (Fruki) 2L  
**R\$ 31,90\***  
\* Consulte sabores

**COMBO**  
Pizza Hiper Família 45cm. (até 4 sabores) + Fritas + Refri 2L  
**R\$ 45,90**

Por apenas **R\$ 45,90**

**CONSULTE ÁREA DE ENTREGA GRATUITA**

## Gás do Lami

### 3258.7003

### 3259.7244

Aceitamos:

## Eliny Gomes

Consultora de Beleza Independente Mary Kay

(51) 3028-7148  
(51) 9394-9145

elin.gomes@gmail.com

**MARY KAY**

## AS Agropecuária Sentinela

(51) 3245.3495

Banho e Tosa / Rações / Medicamentos  
Tudo para Passaros / Acessórios em Geral

Av. Celso Moura N. 10736 - Belém Novo - Porto Alegre/RS

## PHARMA+IMA

É UM PRAZER ATENDER VOCÊ!

TELE-ENTREGA: **3258 - 5371**  
**3261 - 2143**  
Av. do Lami, 4737 - Belém Novo

## Ala Minuta

Xis  
Cachorro

### Canchonete da Família

Tele-entrega: (51) 9916.1874 / 8570.8821  
Av. do Lami, 4600

## Terezinha Dinamar dos Santos

Psicopedagoga Clínica e Institucional

Seu filho está com dificuldades na escola?  
Tratamento individualizado com estratégia de aprendizagem

PSICOPEDAGOGIA  
Av. Cavalhada, 2360 sala 230  
Bairro Cavalhada

F.: **8482.5288** **8527.8648**

Grupo de Apoio para Pais e Familiares  
Atendimento com hora marcada.

## REI DO XIS

TELENTREGA  
**3 2 2 2 - 5 4 3 4**



## Expediente

**CNPJ:** 11.248.576/0001-99

Av. Borges de Medeiros, 915 sala 202

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

**E-mail:** comercial@geramigos.com.br

**Jornalista Responsável:**

Angelica Konzen

SRTE-MTE/RS nº 17.297

**Redação, Diagramação e Projeto Gráfico:**

Josias Godoy

**Tiragem:** 20.000 exemplares

**Distribuição:**

GERAmigos Empresa Jornalística LTDA

## Pontos de distribuição

Confira todos os pontos de distribuição em  
nosso site:

[www.procureache.geramigos.com.br](http://www.procureache.geramigos.com.br)

## Índice

Serviços Especializados .....	3
Melhor Idade .....	4
Serviços Especializados .....	5
Saúde e Bem Estar .....	6
Alimentação .....	8
Residencial/Comercial.....	14
Festas e Eventos .....	16
Moda e Beleza .....	18
Construção e Reforma.....	20
Telefones Úteis.....	20
Tecnologia .....	22
Educação.....	23
Pet e Agropecuária .....	24
Automotivo .....	25
Serviços Especializados .....	26
Piadas .....	29
Palavras Cruzadas .....	30
Horóscopo .....	31



Quer ter acesso a mais receitas, dicas de saúde e bem estar,  
moda e beleza, e muito mais conteúdo?

Curta a nossa página no Facebook: [f/RevistaProcureAche](https://www.facebook.com/RevistaProcureAche)



SANVICENTE & SARTORI

## PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS



DOCTOR CLIN

[www.sanvicentesartori.com.br](http://www.sanvicentesartori.com.br)  
[planosdesaude.rs@live.com](mailto:planosdesaude.rs@live.com)  
[contato@sanvicentesartori.com.br](mailto: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

hinode

FAZENDO SUA VIDA MELHOR

100% de lucro em todos os nossos produtos



(51) 9437-5893  
(51) 8537-0034

Seja um distribuidor direto  
de fábrica!

Ganhe **R\$3.000,00** no mês,  
vendendo **02** perfumes por dia!

São mais de  
**300 produtos**  
na linha de  
Tratamento corporal,  
facial, capilar,  
perfumaria e  
maquiagens

E-mail: [analisebutlerres@bol.com.br](mailto:analisebutlerres@bol.com.br)  
E-mail: [rsleandros@gmail.com](mailto:rsleandros@gmail.com)

Quer ficar atualizado com notícias  
sempre fresquinhas da sua região?

Distribuição Gratuita!



Conheça o Jornal  
Geramigos Zona Sul!

Tiragem de 10.000 exemplares todo mês

Confira os pontos de distribuição em:  
[www.geramigos.com.br/expositores-zs](http://www.geramigos.com.br/expositores-zs)

Perdeu alguma edição? Tenha acesso às  
edições anteriores em:  
[www.geramigos.com.br/edicoes-antiores](http://www.geramigos.com.br/edicoes-antiores)

# Maria Brasileira, uma rede de serviços de limpeza e cuidados em sua residência



Maria Brasileira, uma rede de franquias de limpeza e cuidados, criados para facilitar o dia a dia de residências, condôminos e comércio acabou de inaugurar sua unidade em Porto Alegre. Além dos serviços domésticos: diaristas, passeadeiras e auxiliar de limpeza, há serviços de cuidados como: babá, cuidador de idosos, porteiro e o bom vizinho. Esse último é um profissional que recolhe correspondências, jornais, acende as luzes da residência, entre outros cuidados, quando os moradores estão viajando e muito mais outros serviços que trarão mais praticidade. Com a sanção da PEC das domésticas o mercado está buscando alternativas para limpeza

e cuidados sem dor de cabeça na contratação de prestadores.

Quem nunca teve dificuldade de contratar profissionais de confiança? Principalmente para serviços domésticos? A Maria Brasileira chegou como a alternativa para quem busca qualidade, procedência e confiança.

A franquia segue um procedimento rigoroso de contratação desde o cadastro feito na unidade com os dados pessoais básicos, checagem de documentos, bons antecedentes e referências, além de entrevista e treinamento. Tal prática vem chamando a atenção de empresários, que estão buscando a franquia para atuar também em suas empresas.

A Maria Brasileira veio para fazer parte do seu dia-a-dia, facilitando a sua vida e oferecendo soluções práticas, de qualidade e segurança, entre em contato com a unidade Praia de Belas e conheça nossos serviços.

**MARIA BRASILEIRA**  
*Limpeza e cuidados*  
www.mariabrasileira.com.br

DIARISTA  
PASSADEIRA  
CUIDADOR DE IDOSOS  
BABÁ  
BABYSITTER  
COZINHEIRA  
RECRUTAMENTO E SELEÇÃO  
ATENDIMENTO EMPRESARIAL  
MOTORISTA  
JARDINEIRO  
LIMPADOR DE PISCINAS  
DOG WALKER e PETSITTER  
BOM VIZINHO

**A CONFIANÇA E O PROFISSIONALISMO QUE VOCÊ ESPERA PARA MANTER A SUA CASA OU EMPRESA SEMPRE LIMPAS E ORGANIZADAS.**

UNIDADE FRANQUEADA  
PORTO ALEGRE - PRAIA DE BELAS / RS  
Av. Edgar Pires de Castro, 1620 - Sala 202  
Aberta dos Morros | 91.788-000 | Porto Alegre - RS

51 3028.3888 | 51 3028.9698  
poa.praiaabelas@mariabrasileira.com.br

## Os benefícios da atividade física na melhor idade



Todos os tipos de exercícios físicos, especialmente em idosos, devem ser acompanhados por uma equipe médica multidisciplinar. É também muito importante a presença familiar para o auxílio na manutenção do equilíbrio e da autoconfiança. Envelhecer é um processo natural e sua ocorrência de forma saudável é essencial para a autoestima e qualidade de vida.

Os exercícios de flexibilidade e o treinamento de força são fundamentais para melhorar a sustentação muscular, o amortecimento de impactos e para reduzir acidentes e lesões degenerativas do aparelho locomotor.

Inicialmente os exercícios devem ser realizados somente com o peso do próprio corpo e posteriormente são acrescentados pequenos pesos, sempre com muito cuidado e supervisão. A melhora da força e da massa muscular é também importante na prevenção e tratamento de distúrbios como a osteoporose, obesidade e o diabetes.

## 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](http://www.enfermatec.com.br)

## Residencial Geriátrico Morada das Flores

Enfermagem 24h, Nutricionista,  
Médico, Fisioterapia.

Horários livres para visitação.

(51) 3307.7106 - (51) 9720.0967

Rua Flor do Campo, 92. Bairro Vila Nova



## Dicas de alimentação saudável para a melhor idade



- Faça pelo menos três refeições (café da manhã, almoço e jantar) e dois lanches saudáveis por dia. Evite pular as refeições;
- Inclua diariamente seis porções do grupo dos cereais (arroz, milho, trigo, pães e massas), tubérculos como a batata, raízes como mandioca/ macaxeira/ aipim, nas refeições. Dê preferência aos grãos integrais e aos alimentos na sua forma mais natural;
- Coma diariamente pelo menos três porções de legumes e verduras como parte das refeições e três porções ou mais de frutas

nas sobremesas e lanches;

- Coma feijão com arroz todos os dias ou, pelo menos, cinco vezes por semana. Esse prato brasileiro é uma combinação completa de proteínas e bom para a saúde;
- Consuma diariamente três porções de leite e derivados e uma porção de carnes, aves, peixes ou ovos. Retirar a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação torna esses alimentos mais saudáveis;
- Consuma, no máximo, uma porção por dia de óleos vegetais, azeite, manteiga ou margarina;
- Diminua a quantidade de sal na comida;
- Beba pelo menos dois litros (seis a oito copos) de água por dia. Dê preferência ao consumo de água nos intervalos das refeições.
- Torne sua vida mais saudável. Pratique pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias e evite as o consumo de bebidas alcoólicas e o fumo.

# Qual o Significado???

## O que é Falsiane



Falsiane é um neologismo que se popularizou na internet e é utilizado como um sinônimo de pessoa falsa e que finge ser amiga de alguém unicamente para atingir objetivos egoístas.

A palavra falsiane é muito comum entre os usuários das redes sociais (como o Facebook e Twitter, por exemplo), principalmente em tom de brincadeira entre os amigos.

Uma pessoa falsiane é caracterizada por ser aparentemente simpática e amiga de todo mundo, mas basta se afastar das pessoas para começar a falar mal dos “amigos”. As falsianes também costumam fazer falsos e exagerados elogios.

Esta expressão se tornou um dos memes mais populares da internet em 2015 no Brasil, sendo utilizada desde montagens de imagens, em músicas, vídeos e etc.

### Origem do meme Falsiane

Não se sabe ao certo como este meme foi criado, mas acredita-se que o termo começou a viralizar na internet a partir de um tweet da atriz brasileira Camila Pitanga, que teria sido chamada por um internauta de “falsiane”.

Até aquele momento, Camila não sabia o significado da palavra, mas depois que aprendeu, começou a utilizá-la constantemente, tornando-a ainda mais conhecida nas redes sociais.

## O que é trollar



problem?

Essa palavra já é quase como um neologismo\* e foi parar até mesmo na Globo, no programa “Tomara Que Caia”. É o mesmo que aprontar algo com alguém. O autor da “trollagem” é chamado de “Troll”.

\*Neologismo: *emprego de palavras novas, derivadas ou formadas de outras já existentes, na mesma língua ou não.*

**Colabore!** Envie-nos por e-mail ([procureache@geramigos.com.br](mailto:procureache@geramigos.com.br)) alguma expressão que você gostaria de descobrir o significado, que publicamos em uma próxima edição!

## 5 motivos para realizar uma pesquisa de mercado antes de abrir um negócio



### 1) Com a pesquisa de mercado você conhece mais sobre os clientes

Antes de abrir um negócio, existem duas coisas básicas que você deve conhecer: uma delas é quem vai utilizar seus produtos e serviços e outra é como agradar este público alvo. Através de pesquisas quantitativas você descobre quem será seu público alvo e com as abordagens qualitativas você descobre como vender seus produtos e serviços para eles.

### 2) Você erra menos na hora de abrir o seu negócio

No mercado corporativo, tempo é dinheiro e dinheiro é precioso. Por isso, você não vai querer desperdiçar nem uma coisa nem outra na hora em que estiver com o seu empreendimento a todo vapor. Planejar e pesquisar são as melhores formas de se conseguir economizar estas perdas futuras, uma vez que você já conhece um pouco sobre onde você vai investir.

### 3) Você consegue enxergar novas oportunidades e nichos para o seu negócio

Por mais que você tenha conhecimento sobre as coisas relacionadas a sua realidade, não há como saber tudo sobre o seu negócio só com as experiências que você e pessoas próximas passaram. Através das pesquisas de mercado, você pode descobrir caminhos que farão seu negócio render muito mais.

### 4) Você diminui custos com fornecedores e conhece a sua concorrência

Que tal saber quais são os produtos que atingem diretamente o público alvo e investir neles? E que tal saber quais são os principais erros da concorrência? Isso só se alcança com a pesquisa de mercado!



Ferrari



Assessoria Contábil

(51)3517-4990

(51) 8587-5928



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

Rua Carlos Maximiliano Fayet, 720  
Bairro Aberta dos Morros



# CaeroClins

## Clínica Odontológica

Edgar Pires de Castro, 1580  
Lj. 3 - Lagos Strip Center

RT Dr. Luís Gustavo Zambiasi Caero  
ESPECIALISTA EM IMPLANTODONTIA  
CRO/RS 18040 - EPAO/RS 3088

HÁ MAIS DE 10 ANOS CONQUISTANDO SUA CONFIANÇA

3072.3828 / 3414.2009



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

### ORTODONTIA

APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS  
DOCUMENTAÇÃO ORTODONTICA  
REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

### IMPLANTES

### PERIODONTIA

### ODONTOPEDIATRIA

TRATAMENTO CLÍNICO E  
ODONTOLOGIA PREVENTIVA

TRATAMENTO  
ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

PRÓTESE / RX /  
CLAREAMENTO

Matriz Canoas

Av. Rio Grande do Sul, 64 / sala 101  
3425.1860

RT Dr. Marcelo Barboza Borille  
CRO/RS 14520 - EPAO/RS 1841

Filial 1 Agronomia

Estr. João O. Remião, 1969 - Parada 4  
3319.1573 - 3352.9644

RT Dr. Maria Luiza Rigon  
CRO/RS 5486 - EPAO/RS 2137

Filial 2 L. Pinheiro

Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 15 A  
3319.7943 - 3072.2043

RT Dr. Maria Clarisse Teruel Cardoso  
CRO/RS 11328 - EPAO 2138

## Grávidas: Veja cinco dicas para se proteger do vírus zika



A relação dos casos de microcefalia (cérebro menor do que o normal) com o zika vírus deixou gestantes e mulheres que querem engravidar apreensivas. Não é para menos: o próprio ministro da Saúde disse que quem quiser ter um filho agora deve redobrar os cuidados.

O vírus zika é transmitido pelo mosquito da dengue (*Aedes aegypti*) e também tem sintomas parecidos com os da doença endêmica, embora mais suaves. Há casos em que a febre zika, como ficou conhecida, nem apresenta sintomas. Os sintomas se resumem a febre, náuseas, dores e manchas pelo corpo que desaparecem em até cinco dias.

Como o surto do zika batia com nove meses antes dos bebês com microcefalia nascerem, foi lançada a hipótese. Quando o vírus foi encontrado no líquido amniótico de duas grávidas a relação se tornou ainda mais forte.

“Zika e dengue são vírus diferentes e, embora tenham manifestações parecidas, o zika tem uma estrutura genética mais parecida com a do vírus da rubéola do que da dengue. E a gente sabe que a rubéola causa problemas de má formação e aborto”, afirma Érico Arruda, presidente da Sociedade Brasileira de Infectologia.

Não há tratamento para o zika. Assim como a dengue, o doente é curado com remédios para dor, febre e hidratação. A falta de um exame específico para detectar zika dificulta o diagnóstico no país, afirma Arruda.

### Atenção no início da gravidez

O ginecologista e obstetra Manoel Sarno, especialista em Medicina Fetal pela UFBA (Universidade Federal da Bahia), atendeu a maioria das gestantes com o vírus na Bahia. Os primeiros casos deste ano surgiram em agosto, segundo ele.

Sarno, que tem um grupo de pesquisa sobre zika em grávidas na UFBA, observou que a maioria das gestantes cujos filhos nasceram com microcefalia foi infectada até o terceiro mês de gravidez. “Mas ainda é cedo para afirmar que o vírus realmente causa a má formação. Pretendemos estudar o caso de cem gestantes que tiveram zika para entender o fenômeno. Só estamos esperando o Conselho de Ética aprovar o projeto de pesquisa”, diz.

A decisão de engravidar neste momento deve

levar em conta a vontade da mulher e do casal e a situação do vírus no país, segundo os especialistas.

“Esse controle de risco deve ser feito de forma individual e, se a mulher engravidar, tem que fazer as medidas de proteção até mesmo nas áreas de surto. Mas temos que lembrar que o surto tem um curto espaço de tempo”, afirma Sarno.

“Temos que levar em conta que a temperatura vai aumentar, o período de chuva vai chegar, a proliferação vai aumentar. Se eu tivesse uma filha desejando engravidar, eu diria ‘vamos deixar esperar o verão e ver como a vai se comportar a disseminação do vírus no Brasil’”, diz Arruda.

### Cinco dicas para evitar o zika vírus

**1. Evite a proliferação do mosquito em casa** - retire o excesso de água dos vasos com plantas e evite acumular garrafas, copos e pneus no quintal. Esses objetos facilmente acumulam água da chuva e se tornam um criadouro natural. Limpe periodicamente o reservatório de água da geladei-

ra (comum em modelos frost free), que também acumula água

**2. Aposte em roupas de manga longa e calças** - use roupas que cubram o máximo possível do corpo como calça e camisas de manga longa. Elas evitam o contato do mosquito com a pele. No verão aposte em tecidos leves

**3. Use repelente como se não houvesse amanha** - passe repelente pelo menos três vezes ao dia em todo o corpo. Reponha sempre que molhar a pele ou se suar muito. Dê atenção especial às pernas e braços. Velas de citronela também ajudam

**4. Use telas em janelas** - use telas nas janelas e evite deixar portas abertas de manhã e à tarde para evitar que os mosquitos entrem em casa

**5. Mobilize os vizinhos** - não adianta acabar com todos os possíveis criadouros da casa se o vizinho não faz o mesmo. Mobilize a vizinhança seja chamando para uma reuniãozinha, seja no boca-a-boca, para ter certeza que todos estão tomando os mesmos cuidados

USINA DOS  
**OCULOS**  
A óptica perto de você  
[facebook.com.br/usinadosoculos](https://facebook.com.br/usinadosoculos)

Parcelamos em até **6X** 

Av. Edgar Pires de Castro, 1680 / Loja 103 (em frente ao Super Kan)  
Fone: 51 **3062 1675**

Aviamos  
receitas  
Tudo em até  
6 x s/ acréscimo

  
**Ótica Reis**  
Óculos - Jóias - Relógios - Artigos para presentes - Concertos em Geral  
 (51) 3336.6943  
Av. Teresópolis, 3173  
[otica\\_reis@hotmail.com](mailto:otica_reis@hotmail.com)

**Clinica de Podologia, Manicure, Depilação e Bronze a jato.**  
podologa\_simone@hotmail.com  
simone-comercial2012@hotmail.com


  
**3241.2588**   
**9898.3084** vivo   
**8178.3030** TIM   
**9415.6954**   
**8494.6630**   
"Sempre pensando no melhor para você."

  
**CLAUDYA**  
PERSONAL TRAINER  
COZZER

+saúde  
+qualidade de vida  
+resultados  
+tempo para você

(51) 9935-0962

**NO MÊS DO CARNAVAL, EXAMES PARTICULARES COM 50% DE DESCONTO**

  
**RADICOM**  
Clínica de Diagnóstico Médico por Imagem

Agende seu exame na nossa Central de Atendimento: **3218.2400**

- Ressonância Magnética de 1,5 Tesla
- Ressonância Magnética de Extremidade
- Ressonância Magnética de Campo Aberto
- Tomografia Computadorizada de 8 canais
- Ecografia Cardio, 3D e 4D
- Densitometria Óssea
- Mamografia

**CONVENIADOS IPE TÊM DESCONTO ESPECIAL**

**AGORA ATENDEMOS SOMENTE EM NOSSA MATRIZ:**  
Av. Érico Veríssimo, 624 - B. Menino Deus - [www.radicom.com.br](http://www.radicom.com.br)

Promoção válida até 01/04/2016

# Procurando por mais...



Curta a nossa página no Facebook



/RevistaProcureAche

dicas  
receitas  
curiosidades  
artigos  
variedades?

**ProcureAche**

Todo mês com uma tiragem total de 40.000 exemplares entre a Zona Norte e a Zona Sul de Porto Alegre

...e fique por dentro da data exata que sai cada revista impressa e online, além de todo conteúdo extra que preparamos para você!

## • RECEITAS •

### Batata suíça



#### Ingredientes:

- 250 g de batatas
- Manteiga para untar a frigideira
- Vasilha com água e sal para umedecer os dedos

#### Sugestões de recheio:

- Queijo cremoso, mussarela, abobrinha crua fatiada em rodelas finas
- Queijo cremoso, mussarela, carne seca
- Queijo cremoso, mussarela, frango desfiado com milho verde ou frango com tomate seco e cogumelo
- Queijo cremoso, mussarela, estrogonofe grosso

- Queijo cremoso, mussarela, camarão

**Obs.:** Podem ser utilizados outros tipos de queijo ou somente o recheio de sua preferência

#### Modo de preparo:

1. Leve as batatas para cozinhar em uma panela com água
2. Quando começar a ferver, marque 7 minutos e retire as batatas
3. Leve para geladeira e deixe de um dia para o outro
4. Retire da geladeira e passe no ralo grosso
5. Unte uma frigideira de 16 cm de diâmetro com manteiga
6. Coloque a batata ralada, o suficiente para cobrir o fundo da frigideira, sempre umedecendo as mãos na água com sal (facilita o manuseio da batata e salga ao mesmo tempo)
7. Ponha também uma camada do recheio desejado, quantidade para cobrir a batata, deixando as bordas livres
8. Depois, coloque mais uma camada de batata e leve ao fogo médio por mais ou menos 3 minutos
9. Pegue outra frigideira também untada, vire e deixe mais 3 minutos deste lado
10. Repita o processo mais duas vezes ou até dourar a batata

**Tempo de preparo:** 15 minutos

**Rendimento:** 4 porções



## Brownie de chocolate com sorvete



### Ingredientes:

- 150 g de margarina
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 3 ovos
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 250 g de chocolate meio amargo picado
- 100 g de nozes picada
- Sorvete de baunilha
- Calda de chocolate para sorvete

### Modo de preparo:

1. Junte a margarina com o açúcar até obter um creme leve

2. Acrescente 2 gemas de ovo, 1 ovo inteiro e a farinha, misturando bem

3. Derreta o chocolate em banho-maria e adicione à massa, juntamente com as nozes

4. Bata as 2 claras restantes em neve e incorpore-as delicadamente

5. Despeje a massa numa forma retangular pequena, untada e enfarinhada, leve ao forno moderado por 40 minutos

6. Espere esfriar, corte em quadrados e sirva acompanhando as bolas de sorvete de baunilha e decorado com a calda

**Tempo de preparo:** 40 minutos.

**Rendimento:** 20 porções.

**Dica:** sirva com um bom café!

## Cordeiro assado



### Ingredientes:

- 1,3kg de carne de cordeiro (perna)
- 2 dentes de alho socados
- 1 1/2 colher (sopa) de sal
- 1 colher (chá) de pimenta do reino
- 3 folhas de louro
- 1 colher (sopa) de colorau
- 2 xícaras (chá) de vinho branco
- 500g de cebolas bem pequenas
- 500g de batatas pequenas e branqueadas
- 2 colheres (sopa) de óleo

lher (sopa) de sal

- 1 colher (chá) de pimenta do reino
- 3 folhas de louro
- 1 colher (sopa) de colorau
- 2 xícaras (chá) de vinho branco
- 500g de cebolas bem pequenas
- 500g de batatas pequenas e branqueadas
- 2 colheres (sopa) de óleo

### Modo de preparo:

1. Tempere a carne com os 6 primeiros ingredientes e deixe descansar por 1 dia, na geladeira.

2. Escorra, reservando a marinada, coloque em uma assadeira com as cebolinhas e as batatas passadas pelo óleo.

3. Leve ao forno preaquecido cerca de 2 horas, até fechar a carne, regando com a marinada.

4. Se for preciso, junte um pouco de água para que a carne fique bem assada e com molho.

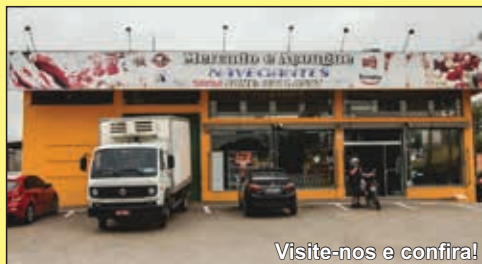
5. Sirva com salada crua ou cozida, arroz ou puré de batatas.

**Tempo de preparo:** 75 minutos

**Rendimento:** 6 a 8 porções

**Dificuldade:** Média

## MERCADO E AÇOUGUE NAVEGANTES



Visite-nos e confira!

## Carne de Ovelha é Aqui!

Temos Carne Bovina, Suína e Aves

CARNES INSPECIONADAS



R\$ 17,00 kg

**Ovelha Inteira**

R\$ 18,00 kg

**Meia Ovelha**

R\$ 17,98 kg

**Costela Com Carré**

R\$ 19,98 kg

**Pernil**

R\$ 24,99 kg

**Paleta**

### NOVIDADE:

Agora também linguiça de porco com queijo

Promoção Especial: Filé de Ovelha Kg R\$ 18,99

### Exclusividade: Miúdos de Ovelha

Coração: R\$ 11,98 kg / Rins: R\$ 3,98 kg  
Lingua: R\$ 4,99 kg

### Incremento Seu Churrasco Cupim Bovino Resfriado

R\$ 12,98 kg



Faça a sua Encomenda

Av. Edgar Pires de Castro, 2649 ☎ 3311.0597



**Mercado Dalzatti**  
O Leão da Economia!

\*Mercado, Padaria, Açougue e Fruteria

Entrega de Rancho Grátis no Bairro e Arredores

**ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES E TICKETS**  
Estr. Afonso Lourenço Mariante, 2254 - Belém Velho  
Fone: 51 3263.1356



Venha fazer o cartão Super PIA!  
Trabalhamos com todos os cartões de crédito!

Entrega de rancho grátis

Horário de funcionamento:  
seg à sáb das 8h às 21h (sem fechar ao meio-dia)  
Domingo das 8h às 13h30 e das 15h às 20h30  
Av. Rio Grande, 325 - Campo Novo - POA/RS  
FONE: 3391.6882



**Mercado Caxias**

**AÇOUGUE - PADARIA - FRUTERIA**



Horário: das 8h às 22h00  
Domingo: das 8h às 14h e das 16h às 22h  
Av. Costa Gama, 5001  
(51) 3239-3614  
Filial: Estrada Barro Vermelho, 571

## Os Benefícios Da Melancia



**Ajuda na Retenção do Nível da Água:** a melancia é uma excelente fonte de água. O Consumo de melancia ajuda na hidratação do corpo que reduz as tonturas. Além disso, A melancia é rica em sais de reidratação, eletrólitos, como sódio, magnésio e potássio, que podem manter o nível correto da água no organismo.

**É uma Excelente Fonte de Licopeno:** O licopeno é um carotenoide e, basicamente, um poderoso antioxidante que ajuda no combate ao câncer. Ele inibe o crescimento de células cancerígenas perigosas no corpo. O licopeno mostrou-se ser eficaz em conter o câncer de cólon, mama, próstata e de pulmão. Eles ajudam na manutenção adequada da força, fluidez e espessura na membrana celular, que por sua vez combate qualquer doença prejudicial de entrar no corpo.

**Previne Problemas Renais:** a melancia é uma rica fonte de potássio, que é útil para o corpo liberar as toxinas a partir do rim. Ele libera ácido úrico e reduz a formação de cálculos renais no rim

tornando-o eficiente. Além disso o alto teor de água na melancia ajuda no bom funcionamento dos rins.

**Benefícios para Pressão Arterial:** a melancia é fonte de magnésio e potássio que são benéficos na redução da pressão sanguínea do corpo. A formação de praga nas artérias são impedidas e os carotenoides ajudam na prevenção de endurecimento das paredes das artérias.

**Benefícios para o Coração:** a melancia não contém gordura. É uma boa fonte de Vitamina C, betacaroteno e licopeno. Todos estes compostos ajudam na prevenção de problemas cardíacos relacionados. Eles ajudam na diminuição do colesterol mau (LDL) e a impedir a acumulação de colesterol nos vasos sanguíneos.

**Benefícios para a Pele:** a melancia protege contra os radicais livres e, portanto, atua como um protetor solar e protege dos raios solares nocivos. A presença de vitamina C e antioxidantes, ajuda na prevenção do envelhecimento e várias questões relacionadas com a pele.

**Impede Diabetes:** pacientes diabéticos podem consumir Melancia, uma vez que contém uma quantidade muito mínima de açúcar e fornece muitos nutrientes e água. A arginina é uma substância presente na melancia, que melhora a taxa de insulina no corpo, reduzindo assim os problemas diabéticos. Além disso, os minerais como potássio e magnésio mostraram-se ser vantajosos para o funcionamento adequado de insulina no corpo.



**SUPERMERCADO**  
**Itapua**

ACEITAMOS TODOS OS TICKETS E CARTÕES INCLUSIVE GOOD CARD

Rua Nossa Senhora dos Navegantes, 1.260 - Itapua - Viamão/RS

Fone: 3494.1250 / Fax: 3494.1249



Tele-Encomendas

☎ 3258.5248 / 8626.6119

Estrada do Varejão 655 - Lami



AV JUCA BATISTA, 2154 - FONE: 3246.7307  
RUA BECO DO PALADINO, 77 - FONE: 3245.3245



**Mercado**  
**& Açougue**

**TRADIÇÃO**

Sucesso em carnes.

☎ 3258.5276

Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami



**PADARIA - CONFEITARIA - AÇOUQUE - HORTIFRUTI**

Entrega Grátis de Rancho  
Na região acima de R\$ 100,00

Avenida Juca Batista, 3817 - bairro Hípica  
☎ 3264.0139

**Sandro Salgados**  
BOLOS - DOCES - SALGADOS

9274.5585 CLARO  
8613.4878 DI  
TEL. ENTREGA GRÁTIS 8197.8701 TM  
NA RESTINGA 9926.9264 VIVO  
CONSULTE TAXA PARA OUTRAS REGIÕES

DOCENOS  
SALGADINHOS  
BOLOS E TORTAS

Ligue e faça sua encomenda!

**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

**SUPERMERCADO**  
**FABONATO**



Avenida Herval, 41 - Bairro Cascata  
(51) 3249-7894

Rua Enio Aveline da Roxa, 105 - Cohab  
Cavalhada - (51) 3093-0566

## Bolo de blueberry que derrete na boca



### Sobre a receita:

Um bolo molhadinho delicioso! Esse bolo fica fofo e leve e realmente derrete na boca. Passe os mirtilos na farinha antes de colocá-los na massa para eles não afundarem.

### Ingredientes:

Rende: 1 bolo

- 125 g de manteiga
- 100 g de açúcar
- ¼ de colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de baunilha
- 2 gemas de ovos
- 200 g de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 1/3 xícara (80 ml) de leite
- 2 claras de ovos
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 225 g de mirtilo (blueberry) fresco ou descongelado
- 1 colher (sopa) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de açúcar

### Modo de preparo:

Preparo: 30mins > Cozimento: 50mins >

Pronto em: 1hora20mins

1. Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada de 20 cm.

2. Bata a manteiga e 100 g de açúcar até obter uma mistura fofa. Acrescente o sal e a baunilha. Separe os ovos e reserve as claras. Adicione as gemas ao açúcar amanteigado. Volte a bater até formar um creme.

3. Junte 200 g de farinha com o fermento. Adicione, alternadamente, o leite e a mistura de gema de ovo. Cubra os mirtilos com 1 colher (sopa) de farinha e acrescente-os à mistura.

4. Em uma tigela separada, bata as claras em neve até obter picos suaves. Acrescente 4 colheres (sopa) de açúcar, 1 colher (sopa) de cada vez, e volte a bater até formar picos firmes. Com cuidado, acrescente as claras à massa do bolo. Despeje-a na forma preparada. Polvilhe com 1 colher (sopa) de açúcar restante.

5. Asse por 50 minutos ou até o teste do palito mostrar que o bolo está pronto.

## Suco para Eliminar o Inchaço

Suco para eliminar o inchaço é uma alternativa saudável para diminuir a retenção de líquidos. A retenção de líquidos, um dos vilões das dietas e de quem busca a famosa barriga de tanquinho é o efeito de inchaço que muitas pessoas sofrem. Este problema, que provoca aquele aspecto inchado do corpo, pode ser causado pela má alimentação ou mesmo pela ingestão de álcool.

Além de diminuir a retenção de líquidos, os nutrientes da receita são ricos em fibras, vitaminas e sais minerais, o que as transforma em algo muito maior do que um simples Suco para Eliminar o inchaço. Então, confira:

### Ingredientes:

- 1 Talo pequeno de salsa picado.
- 1 Talo de erva-doce picado.
- 1 Fatia grande de Abacaxi.
- 250 ml de água.

### Modo de preparo:

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador até formar uma mistura homogênea.

2. Sirva imediatamente após o preparo.

Rendimento: 1 Porção

Tempo de Preparo: 5 Minutos



## Suco Detox de Limão e Melancia



O Suco Detox de Limão e Melancia é um excelente diurético, digestivo, fonte de antioxidante, ajuda na eliminação de toxinas do nosso organismo, diminui a fome, diminui o acúmulo de gordura no nosso corpo e é um termogênico. Além disso, o Suco Detox de Limão e Melancia ainda ajuda a regular os níveis de açúcar no sangue e por ser rico em fibras e estimulando a saciedade.

### Ingredientes:

- 180 ml de água de coco.
- 1/4 melancia.
- Suco de 1 limão.
- 1 ramo de hortelã.

**SUPER TRES** 

Av. Teresópolis, 3742 - Nonoai - (51) 3259-6229

Av. Prof. Oscar Pereira, 4125 - Cascata - (51) 3318-7138

Av. Teresópolis, 3398 - Teresópolis - (51) 3266-3053

**PASQUALI**

Padaria e Confeitaria

TORTAS  
DOCES E  
SALGADOS

Aceitamos Encomendas

**Tele Entrega**

3241.6262

Av. Otto Niemayer, 3465



**Carboni**

Supermercado  
**PINHEIRO**

**(51) 3315.2493**

Aceitamos os principais cartões.

Afonso Lourenço Mariente, 4550 - Porto Alegre/RS



Curta nossa página no Facebook e fique por dentro de todas as ofertas do Carboni Pinheiro  
[www.facebook.com/CarboniPinheiroNovo](http://www.facebook.com/CarboniPinheiroNovo)

**DONA ANTONIA**  
Massas e Risotos

**DELIVERY**

1. (051) 3898 - 7117

2. (051) 3062 - 3023

**UNIDADES**

1. Juca Batista, 4531 Lj 15

2. Av. da Cavalhada, 3164 Lj 114



*Alquimia dos*  
**SABORES**

Pães recheados doces e salgados,  
empadas e salgados em geral.  
Comida caseira.



*Faça sua encomenda!*

**f** **tienerbello**

Tiene Rebello - Chef de Cozinha

51 8300.9678 | 51 3339.0800

**PADARIA CONFEITARIA E MINI-MERCADO**

**MACEDO**

**3259-1907**

**Tortas, Doces e Salgados**

Salgadinhos p/ Festa



**R\$ 29,00**  
O CENTO



**MINI**  
**R\$ 16,80**

**MÉDIA**  
**R\$ 31,80**

**GRANDE**  
**R\$ 41,80**

**PROMOÇÃO DE TORTAS!!!**

**Estrada do Lami, 517 - tel.: 3259-1907**

**Filial Belém Novo: Av. Heitor Vieira, 579 - tel.: 3508-6658**

## Peres Construções e Reformas



Pintura  
Pisos e Azulejos  
Elétrica e Hidráulica  
Impermeabilizações

*Luciano Peres*

f PERESREFORMAS

9739.8157

CASAS DO ALICERCE AO TELhado  
REFORMAS EM GERAL



## FRETES

### MUDANÇAS & VIAGENS

Disponível para pequenos fretes  
e grandes viagens



E-mail: [jsa\\_transportes@hotmail.com](mailto:jsa_transportes@hotmail.com)

(51) 8402-9606 / (51) 9849-3008

## 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

Orçamento Gratuito

Montador

**Juliano  
Peixoto**



Roupeiro

Cozinha

Regulagem

9936.8999  
3024.6897

MOVEIS

CNPJ:  
21.560.307/0001-17

Montagem e Desmontagem

## Master Souza

### Instalação e Manutenção



\* Elétrica

\* Hidráulica

\* Climatização



8426.4036 - 8181.1041 - 9553.2093

O SEU CONFORTO MERECE UM  
BOM SERVIÇO

- Instalações elétricas, residenciais, comerciais e industrial
- Máquinas de lavar e secar roupas
- Refrigeradores
- Microondas e forno elétrico
- Instalação, Manutenção
- Higienização de ar condicionado Split e Janela

REFRIGERAÇÃO NAZARIO



8471.7074 - 9452.1584

8142.6232 - 9892.1762

9940-9565 - 8529-5733

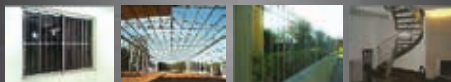
Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros



## SERRALHERIA RODRIGUES

Qualidade e Eficiência que faz toda diferença

Portas | Portões | Grades | Janelas  
Cercas Elétricas | Escadas | Estruturas Metálicas  
Alarmes | Câmeras | Concertinas



Atendemos Porto Alegre  
e Grande Porto Alegre  
Aceitamos cartões de  
crédito em 3x



Ligue e peça orçamento gratuito

51 8411.1151 | 8413.7291

3246.3902 Av. Lami, 1650 - Belém Novo

E-mail: [serralheria.rodriguez@hotmail.com](mailto:serralheria.rodriguez@hotmail.com)

Acesse nosso site: [www.gruporodriguesrs.com.br](http://www.gruporodriguesrs.com.br)

ProcureAche

**Divulgue a sua marca!  
também na Internet!**

Anunciando na ProcureAche,  
você ainda recebe divulgação  
da sua marca em nosso site e  
mídias sociais!

(51) 3026-8445

(51) 9613-6986

(51) 9814-2056

(51) 9100-0440

(51) 8564-6451

(51) 8105-4796

ProcureAche

Este espaço pode ser seu!

LIGUE E GARANTA O SEU ESPAÇO JÁ  
NA PRÓXIMA EDIÇÃO DA PROCUREACHE!

Anuncie: (51) 3026-8445

(51) 9613-6986



## LUMINNUS ∞

CNPJ: 14.726.235/0001-70

- Instalação Elétrica
- Instalação de Split
- Instalação de CFTV
- Reformas
- Rede de Computadores
- Cabeamento Estruturado

**Márcio Brasil**

NR 10

Fone: (51) 9925.8625 Vivo - 9347.8160 Claro

E-mail: marciobrasil.eletricista@hotmail.com

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

Climatização  
**GOLDEN**



**INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DE AR SPLIT**

Ofecemos garantia na  
Instalação dos aparelhos

*Garantia de 2 Anos*

Carrier

KOMEKO  
A vida em equilíbrio.

YORK

SAMSUNG

LG

Midea

Electrolux

Springer

(51) 9189.5456 ☎ / 8047.1227 ☎

**Vinicius Coelho**  
Téc. Autorizado

Aceitamos cartões



*Não perca sua garantia, instale conosco!*

**COLMAGE**

Instalação e Restauração

Janelas, Móveis, Esquadrias, Escadas, Decks, Mezaninos  
e Pergolados, Tudo em Madeira



(51) 8200.2627 - 8940.5185 - 9929.7966 - 9691.3104

✉ colmagers@hotmail.com

**ADELAR**  
IMÓVEIS creci: 16038

Compra e venda de terrenos, casas e sítios

51-3250.6575 / 51-9964.7944

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

Edgar Pires de Castro, 9291

## Amigo de casa Reparos Caseiros



Consertos, reparos, fabricação, montagem e desmontagem de móveis, prateleiras, portas, janelas, em geral. Colocação de quadros, espelhos



Consertos e reparos hidráulicos dosméticos (torneiras, pias, tanque, ralos, sifão, instalação de máquinas de lava roupas/louça).



Reparos e instalação de luminárias, chuveiros, torneiras elétrica, tomadas, interruptores, extensões, etc.



Pinturas total ou parcial de casas e apartamentos



Limpeza com lava-a-jato de pisos, paredes, toldos, telhados, pátios e calçadas.



Pequenos consertos em alvenaria, impermeabilização de box de banheiro



Colocação e conserto de pisos e azulejos.

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

(51) 9127-9890



**EXECUTIVA  
DO LAR**

Limpeza de casas,  
apartamentos,  
prédios e  
empreendimentos



Ligue e fale com a Luciana!

T: 8917.1298 - 8547.7606

**Via CHOPP**  
70 ANOS SUA

Tele entrega de:  
**CHOPP**  
Barril sistema Mix Winter de 10, 15 e 19 litros

Temos também:  
Kit de vodka e energética e barris de 30 e 50 litros com chopeiras elétricas

**Gelo**  
Sacos de 3 e 10kg

Tele-entrega de **Água Mineral**

www.viachoppportoalegre.com.br  
9600.9427 .. 8117.2942 ☎ 8530.5885  
Rua Professor Joaquim Felizardo, 30 - Loja 01 - Porto Alegre/RS

**PEG Fotos e Filmagens**

Casamentos, 15 anos, Infantil, Newborn  
Book, Pré-casamento, Gestante, etc.

Fones: 3061-0267 / 4100-0267 / 9843-1404  
www.pegfotos.com.br

**Sandro Salgados**  
BOLOS - DOCES - SALGADOS

9274.5585 CLARO ☎  
8613.4878 OI  
GRÁTIS 8197.8701 TIM  
NA RESTINGA 9926.9264 VIVO  
CONSULTE TAXA PARA OUTRAS REGIÕES

Ligue e faça sua encomenda!

DOCINHOS  
SALGADINHOS  
BOLOS E TORTAS

**EQUIPE DE APOIO**

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

Contato c/ Fabiano  
Fone: (51)9449.6651

## Como fazer uma festa de Carnaval em casa



Os mais animados aproveitam para curtir o Carnaval no sambódromo, nas ruas ou em clubes e baladas. Contudo, há quem prefira aproveitar os dias de folia para organizar uma festa em casa.

### Local

Com as altas temperaturas típicas dessa época do ano, o ideal é fazer a festa no quintal. Se o quintal for muito pequeno ou o número de convidados for maior do que o espaço disponível, a sala também pode acomodar uma parte da festa. Dá para afastar os móveis e se divertir.

### Tema

Para a festa ficar mais divertida, a dica é escolher um tema para compor a decoração e as fantasias dos convidados. Baile de máscaras, festa à fantasia e estilo micareta com a confecção de camisas personalizadas estão entre os temas mais populares. Chapéus e perucas também podem ser usados. Além de divertidos, esses adereços são fáceis de comprar ou mesmo alugar.

### Música

É claro que o gênero musical escolhido deve seguir o estilo dos convidados, mas as marchinhas e sambas enredos são presença quase obrigatória na playlist de Carnaval. Outras músicas alegres, atuais ou não, também são opções de música para o evento.

### Decoração

A decoração de Carnaval permite diversos adereços e objetos diferentes. Bexigas, confete, serpentina e máscaras são itens de decoração simples e baratos. Doces coloridos, além de divertirem a criançada, também incrementam a decoração. Distribuir colares havaianos também é uma dica bacana para animar e decorar.

Embora o Carnaval aconteça geralmente no mês de fevereiro, essas dicas valem para o ano todo, principalmente nos meses mais quentes do ano, pois combina bem!





## Como fazer uma festa infantil na piscina de casa



1. Convide as crianças e pelo menos um dos pais para vir e ficar na festa. Deixe claro que ele terá que ser responsável por seu filho dentro e fora da

água. Isso diminui a sua obrigação de olhar todas as crianças o tempo todo.

2. Envie os convites feitos à mão ou com um tema aquático pelo menos quinze dias antes da data da festa. Inclua a data, o horário e a ocasião, se houver, bem como os itens que você quer que eles tragam: traje de banho, toalha, boia de braço, etc.

3. Coloque um aviso dizendo as regras da piscina e mostre-o para cada criança. Não se pode correr ao redor da piscina nem mergulhar ao

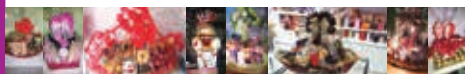
mesmo tempo e, se a piscina for rasa, não se deve mergulhar de jeito nenhum; essas são algumas regras de segurança para acrescentar às suas próprias regras da casa. Lembre que é responsável e não maldoso fazer com que as crianças cumpram essas regras de segurança.

4. Tenha um adulto para olhar a piscina a todo momento. Adultos responsáveis podem se revezar para que isso não seja responsabilidade de apenas uma pessoa. Essa deve ser a única tarefa da pessoa durante seu tempo designado. Sem cozinhar e sem servir bebidas, apenas executar a função de salva-vidas.

5. Coloque pequenos corredores de tapetes em uma linha para o banheiro mais próximo. As crianças esperam até o último minuto para sair da piscina e não têm tempo para se secar bem antes de entrar para usar o banheiro. O tapete diminui a chance de escorregar quando elas correrem para dentro da casa.

### Fraga Cestas

- Cestas de café da manhã, formatura, happy hour.
- Presentes, bichos de pelúcia, Natura e Boticário com pronta entrega.



(51) 3245-3128 / (51) 9895-7716

Estrada Costa Gama, 144 - Belém Velho  
www.facebook.com/fragacestas

**Top Fest**  
Decorações

O melhor para sua festa!!!

PISTAS - FANTASMAS - DECORAÇÕES - BRINQUEDOS - LOCAÇÕES DE MATERIAIS

3414-9665 / 9914-9665

www.topfestbr.com.br  
topfest@topfestbr.com.br



### Lady Birdy

#### Decorações

- Arco de balões
- Arranjos para mesa de convidados
  - Balões à gás
  - Brinquedos
- Arranjos com flores naturais e artificiais
  - Festas temáticas
  - Decoração provençal



Lady Bird Decorações

51 9291.6648 (Claro)

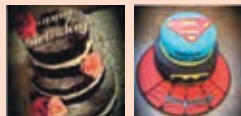
8477.2836 (Oi)

ladybird.decoracoes@yahoo.com.br

### Kitty's Cake Design

BOLOS ARTÍSTICOS \* DOCES FINOS \* DOCES TRADICIONAIS

(51) 9854.4319



KITTYSKAKEDESIGN.VPWEB.COM  
KITTYSALVADOR@HOTMAIL.COM

FACEBOOK.COM/KITTYSKAKEDESIGN

@KITTYSKAKEDESIGN

**Proteção Solar**  
Com as cores do Verão



**UV LINE**

**Vivendo Melhor**

**Bermuda Anticelulite**  
Melhora a circulação  
AMANHÃ 19:00/20:00Z

**Camiseta**  
Alivia a dor lombar  
AMANHÃ 19:00/20:00Z

**Regata Modeladora**

**Luva Terapêutica**  
Alivia a dor no punho  
AMANHÃ 19:00/20:00Z

DEFINE A CINTURA  
COMPRIE O ABDOMEN

**Aproveite as promoções de verão!**

(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



ESTÉTICA

**Bella Curva**



*Aceitamos cartões*  
Das 9:30 às 19:00 De Seg a Sab  
Fone: 96460308 - 89187564  
Av Monte Cristo 447 - Vila Nova

**Stylo Próprio**

Moda Jovem & Moda Kids  
**(51) 3266-6454**

 Stylopropriomj@gmail.com  
Av. do Lami, 4717  
Av. Juca Batista, 3185

## É preciso remover todos os sinais que aparecem na pele? Saiba como tratar as pintinhas



De acordo com dermatologistas, é comum ouvir no consultório médico a queixa de pacientes sobre novas pintas e verrugas. Mas é importante entender que nem toda pinta ou sinal novo são sinônimos de perigo para a saúde da pele. A derma-

tologista Luciana Kalache, de Curitiba, no Paraná, explica as características, como é feito o diagnóstico e o tratamento desses quadros. Confira!

### Dermatologista explica que existem sinais benignos

Segundo a especialista, nem todo sinal que surge na pele é maligno. “Existem diferentes lesões cutâneas que podem estar presentes desde o nascimento ou podem surgir no decorrer da vida, que não interferem na saúde do corpo. Alguns deles podem ser de causa genética, enquanto outros podem ter sido estimulados por agentes externos variados”, explicou, alertando que é extremamente importante se consultar com o dermatologista. “Esteja atento ao surgimento de novas lesões, feridas que não cicatrizam ou lesões existentes que mudam suas características”, disse.

**Entenda como é possível entender o momento de retirar o sinal**

A Dra. Luciana explicou que são avaliados diversos aspectos do paciente para chegar ao diagnóstico. “São analisados além da história clínica e do exame físico, as características dermatoscópicas da lesão. O dermatoscópio é um aparelho que auxilia a avaliação do médico a partir da luz polarizada”, esclareceu, completando que o médico decide se há necessidade de remoção e biopsia do sinal, ou apenas acompanhamento clínico baseando-se nesses três pilares.

**Descubra qual o intervalo ideal entre consultas ao dermatologista**

Para a médica, o ideal é se consultar anualmente com o dermatologista a fim de checar os nevus e realizar o exame clínico geral. “O câncer de pele, na maioria das vezes, não dói, não coça ou sangra e pode passar despercebido. Além disso, a lesão maligna pode estar localizada em uma área de difícil análise pelo paciente, como as costas”, concluiu, lembrando que pessoas com histórico fa-

miliar ou pessoal de câncer de pele, muitas pintas, pele muito clara ou com excessiva exposição solar devem fazer acompanhamento mais frequente.

**Saiba como é possível evitar manchas e como é realizado o tratamento**

Segundo a dermatologista, não é possível evitar o surgimento das pintas genéticas mas sim de manchas, envelhecimento precoce e o câncer de pele com o uso do protetor solar. “Aposte nos produtos com FPS maior ou igual a 30 sem esquecer de reaplicar durante o dia. Além disso, evite se expor entre as dez horas da manhã e as quatro da tarde”, contou.

O tratamento varia de acordo com o caráter da lesão. “As benignas, por exemplo, são apenas acompanhadas anualmente e podem ser extraídas por motivos estéticos. Verrugas virais podem ser cauterizadas e tratadas de diferentes formas. Já o câncer de pele depende do tipo histológico, tamanho, localização, além de outras características que devem ser analisadas de maneira individual”, concluiu.

*Requinte Noivas*

Noivas | Madrinhas | Aias | 15 anos  
1ª Comunhão | Masculino | Acessórios  
Confeção Própria | Tamanhos Grandes



Aceitamos:  

www.requintenoivaspoa.com.br | requintenoivas@bol.com.br  
**(51) 3224.7684 | 3228.3466**  
Rua dos andradas, 1560 - Sala 308 | Galeria Malcon/POA



**VERSUS BARBER SHOP**  
HÍPICA X HUBBY



TESOURA - CERVEJA - LIFESTYLE

Av. Juca Batista, 4531 loja 12  
**Fone 51 3377.0708**  
Bairro Hípica - Porto Alegre/RS  
www.versusbarbershop.com.br

**hinode**  
FAZENDO SUA VIDA MELHOR  
100% de lucro em todos os nossos produtos

**Seja um distribuidor direto de fábrica!**

Ganhe **R\$3.000,00** no mês,  
vendendo **02** perfumes por dia!

São mais de **300 produtos** na linha de Tratamento corporal, facial, capilar, perfumaria e maquiagens

(51) **9437-5893**  E-mail: [anelisebutterres@bol.com.br](mailto:anelisebutterres@bol.com.br)  
(51) **8537-0034**  E-mail: [rsleandros@gmail.com](mailto:rsleandros@gmail.com)




**Lojas Maçaroca**

Moda Feminina, Acessórios, Bijuterias, Lãs e Aviamentos

**NOVA LOJA**

**3258-5768**

AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 1940

**3258-5768** **3242-2597**

AV. NILO WULFF, 243 - RESTINGA NOVA CENTRO COMERCIAL LAMI - LOJA 14

**ProcureAche**

*Este espaço pode ser seu!*

LIGUE E GARANTA O SEU ESPAÇO JÁ NA PRÓXIMA EDIÇÃO DA PROCUREACHE!

Anuncie: (51) **3026-8445**  
(51) **9613-6986** 



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

**FUNILARIA CRISTAL**

EXAUSTORES - CALHAS - COIFAS  
 ALGEROSAS - CAPEAMENTO  
 DUTOS DE METAL - RUFOS  
 CALHA DE SEIS METROS



(51) 8484-2421 / 9927-6978 / 9986-4597  
 Av. Vicente Montegia, 268 - Nonoai

**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



**TELENTREGA**

**3093-0215**  
**3093-0213**  
 www.rotasultintas.com.br  
 AV JUCA BATISTA, 332 - Lj. 03

**Teletelas**  
 TELAS MOSQUITEIROS

**PREÇOS PROMOCIONAIS!**

**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 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

**Renovar**  
 CONSTRUÇÕES E REFORMAS

Mão de obra especializada em:

- Gesso acartonado - Molduras
- Sancas - Acabamentos - Pinturas
- Pisos - Porcelanatos - Hidráulica
- Telhados - Impermeabilização

**Milton Lunardi Siqueira**

**Fones: (51)**  
**9699.4830 / 8567.9059**  
**8687.3824** 



**Consertos:**  
 • Torneira  
 • Válvula Hidra  
 • Registros  
 • Caixa Acoplada  
 • Caixa D'Água

(51) 3246.4489 / 8455.3561

## VIDROS BARBIANI

Vidros - Boxes de Vidro - Boxes de Acrílico  
 Telhado de Vidro - Fechamento de Área  
 Colocação e Domicílio



3023.6017  
 8108.1684  
 8108.1685

Av. Juca Batista, 770 - Porto Alegre/RS



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

**O melhor conteúdo  
 Você encontra aqui!**

Revista  
**ProcureAche**

Agregando serviços  
 e conhecimento junto de você!

Compre o seu Cartão Senff em até 5X sem juros! \*Consulte a política de parcelamento.

João Antônio da Silveira, 2600 - Restinga  
 PRÓXIMO AO FIM DA LINHA DO ÔNIBUS RESTINGA - ZON

(51) 3062.5704

## VIDREX VIDRAÇARIA



\*BOX TEMPERADO \*SACADAS \*ESPELHOS  
 \*VIDROS COMUNS \*JATO DE AREIA

**3268.1477 - 8454.7018**

Rua Schinaider, 618 - Bairro Hípica - POA - RS

## Serralheria Ferreira Ferro



Artisanato em ferro forjado

Portão Contra Peso, Automatizado,  
 Grades, Janelas, Escada Caracol  
 e Consertos em geral

Castelhana:

51-3245.5489 / 51-8144.7965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

## Eloi Freitas - Construção Civil

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



e-mail: eloifreitas4@gmail.com

9169-7606 / 8614-3534

CNPJ: 19994575/0001-03

## 4 dicas para “bombar” seu Instagram



O Instagram já conta com cerca de 300 milhões de usuários mensais, mas você sabe como se destacar em meio a tantas pessoas e aparecer entre aqueles

que mais recebem “likes” nessa famosa rede de compartilhamento de imagens? Existem alguns passos importantes que devem ser seguidos por aqueles que querem ficar famosos no universo do Instagram e conquistar seguidores, comentários e curtidas.

### Melhore seu conteúdo

Em primeiro lugar, se você quer ser notado, tenha a certeza de que seu perfil esteja definido como público e não privado, assim você não restringe o alcance de suas imagens e pode angariar mais seguidores. Em segundo lugar, sua biografia é a primeira coisa que as pessoas vão ver, portanto escreva algo que seja ao mesmo tempo conciso e que mostre um pouco da sua personalidade.

Sem dúvidas você quer fazer o upload das suas melhores imagens para o seu perfil. Sabemos que é tentador carregar todas as fotos da noite passada (que deve ter sido realmente incrível), mas é provável que você consiga provocar mais irritação do que curiosidade. Em outras palavras: não seja um spammer.

Escolha um local apropriado para tirar fotos bem iluminadas, limpas e com grandes proporções. Usuários do Instagram procuram por fotos bonitas, por isso é importante que você carregue para seu perfil apenas as melhores imagens quando se trata de definição, exposição e composição.

### O momento certo

Use o Statigr.am, um site que te ajuda a gerenciar o seu Instagram, para ver qual é o melhor horário para você postar fotos. Ele recolhe os dados do seu Instagram e fornece gráficos para mostrar a análise de conteúdo e engajamento. Ele mostra basicamente todas as estatísticas do seu Instagram em um infográfico útil, incluindo informações como o número de fotos que você postou, quantas “curtidas” e comentários você recebeu, e quantas vezes você usou cada filtro do Instagram.

Sua melhor aposta é liberar uma foto em um momento oportuno, quando seus seguidores estão ativos e interagindo com a rede social. O melhor horário para cada usuário postar suas fotos pode variar de acordo com o perfil de seus seguidores, por exemplo.

### #hashtags

A tag que você coloca em sua foto é o elo da

sua pequena imagem com todo o restante do universo do Instagram (ou Instaverso, se preferir). As hashtags certas podem dar uma exposição imensa às suas fotos, deixando-as abertas para serem descobertas.

**Importante:** colocar uma dúzia de hashtags em uma mesma foto não vai atrair mais seguidores, e pode até mesmo espantá-los devido ao exagero. O ideal para cada imagem é ter entre uma e três hashtags, sendo cinco o limite do aceitável.

### Seja social!

Ao seguir outros usuários, curtir e comentar fotos, você com certeza conseguirá que algumas dessas pessoas o sigam de volta. Encontre amigos com a ajuda da função “explorar” do Instagram, mas também veja os usuários sugeridos e convide seus amigos que ainda não fazem parte do Instagram para participar da rede social. Utilize seus demais perfis em outras redes sociais para republicar fotos do Instagram, tendo mais alcance.

## ALPHA SYSTEM

INFORMÁTICA

Atendimento:  
8h30 às 12h e  
das 13h30 às 19h

Av. Rodrigues da Fonseca,  
1920 - Loja 04 - Vila Nova

(51) 3239.6468 / 3239.6459

E-mail: info.alphasystem@gmail.com

<p><b>Venda e Assistência Técnica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Touch Screen</li> <li>Alto Falantes</li> <li>Tablets</li> <li>Notebooks</li> <li>Computadores</li> <li>Impressoras</li> <li>Remoção de Virus</li> <li>Formatação e Recuperação de placas</li> </ul>		<p><b>Acessórios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Capas</li> <li>Felículas</li> <li>Fones de ouvido</li> <li>Carregadores</li> <li>Baterias</li> <li>Memórias</li> <li>Câmeras</li> <li>Alarms Residenciais</li> </ul>
--	--	--

## multimarcas

CELULARES

Assistência técnica autorizada LG

Especializada em:  
iPhone, Nokia, Samsung, Sony, Motorola e outras.

Fone: (51) 3333-6666

Av. Protásio Alves, 666 - Rio Branco

## HCTEC

Informática

**Manutenção de computadores**

**Formatação**

**Acessórios**

**Adaptadores sem fio**

**Fone: 51 3264.5363**

**Cel.: 51 9522.4878**

Av. Edgar Pires de Castro, 1925 - Loja 11 - Aberta dos Morros  
[hctec@hctecinformatica.com.br](http://hctec@hctecinformatica.com.br)    [www.hctecinformatica.com.br](http://www.hctecinformatica.com.br)

22

## Depressão Infantil



De acordo com a última pesquisa Nacional de Saúde (PNS) realizada pelo Ministério da Saúde, em parceria com o IBG, entre agosto de 2013 e fevereiro de 2015, o país constatou

11,2 milhões de pacientes diagnosticados com DEPRESSÃO. Recentemente, crianças e adolescentes passaram a fazer parte das estatísticas, pois o diagnóstico de DEPRESSÃO na faixa etária dos 06 a 12 anos, aumentou de 4,5% a 8% nos últimos 10 anos.

A DEPRESSÃO pode ser hereditária, reativa e secundária. Por ser uma doença recorrente, requer um acompanhamento a longo prazo, uma pessoa que sofre de um episódio de DEPRESSÃO tem 50% de chance de desenvolver o segundo e 70% de desenvolver o terceiro episódio. Ressaltando que filhos, netos e bisnetos de pessoas que passaram por um episódio de DEPRESSÃO, tem a probabilidade de desenvolver a doença, pois carregam geneticamente a tendência.

O estresse e a DEPRESSÃO nas crianças, se agrega principalmente pela sobrecarga de tarefas e cobranças de responsabilidades, comuns na fase escolar. Por outro lado, maus tratos físicos, traumas, abusos sexuais e emocionais, bullying.

Quando nos referimos a maus tratos, é impor-

tante salientar que, não se trata apenas de abusos considerados físicos, mas também emocionais, como humilhar e agredir emocionalmente.

A DEPRESSÃO mexe tanto com a mente como com o corpo da criança, gerando consequências físicas e psicológicas. Na pré-adolescência, a DEPRESSÃO é muito comum, devido a intensidade de sentimentos que não se consegue administrar.

A constatação deve ser imediata, nos primeiros sinais da disfunção (alteração de humor, ansiedade, desinteresse nos estudos, condutas antisociais e destrutivas, distúrbios do sono, etc...), é necessário a procura de um especialista para avaliar o caso e buscar o tratamento adequado.

Muitas crianças e pré-adolescentes, devido aos sintomas da Depressão, tem sua fase da vida mais importante interrompida, recorrendo a caminharos perigosos, como o uso de entorpecentes e até mesmo a tentativa do suicídio.

Ao primeiro sinal de DEPRESSÃO, os pais devem acolher essa criança e encaminhá-la a um profissional o mais rápido possível. Lembrem-se: seu filho precisa de atenção, com ou sem depressão, caso seja detectada, demonstre ainda mais amor e carinho, mesmo que ele tenha acompanhamento médico, o afeto de quem ele mais ama é importantíssimo.

**Terezinha Dinamar dos Santos, Especialista em Psicopedagogia Clínica e Institucional Neuropsicopedagogia. Contato: (51) 8527-8648**

**QUADRA 7 CAMPO NOVO**

**Quadra society grama sintética e natural, sede com bar, churrasqueira, estacionamento e ótimo ambiente**

**Est. Cristiano Kraemer, 2880 Fone: 9296 8961 / 8507 3036**

Escola de Educação Infantil 45 ANOS

**"Meu Cantinho"**

**MATRÍCULAS ABERTAS!!!**

Oferecemos: **Turnos: Integral, Intermediário, Manhã e Tarde**  
**Turnos: Pré-Maternal, Maternais 1 e 2 e Jardins A e B**  
 Idade: de 08 meses à 5 anos e 11 meses

**3336-8542** Funcionamento das 7h às 19h

Av. Clemenciano Barnasque, 200 - Teresópolis  
[www.escolameucantinho.com.br](http://www.escolameucantinho.com.br)

**vamos crescer**  
escola de educação infantil

A escola atende crianças de 0 a 6 anos, organizadas em grupos de acordo com a faixa etária:

- BERÇÁRIO
- MINI MATERNAL
- PRÉ MATERNAL
- MATERNAL I
- MATERNAL II
- JARDIM A
- JARDIM B

Horário de funcionamento: das 7 horas às 19 horas.  
 EscolaVamosCrescer - [www.vamoscrescer.com.br](http://www.vamoscrescer.com.br)  
 Rua Comendador Castro, 473 - Ipanema - Porto Alegre - RS  
 Fone: (51) 3012.0693

**CENTRO MULTIDISCIPLINAR BAHAMAS**

**Auxílio Jurídico**  
 (Cecatto & Araújo advogados)

**Auxílio Pedagógico**  
 (Reforço escolar - 1º ao 4º ano)

Rua Paulo Derly Strehl, 101 (ao lado do Zaffari Ipanema)  
 Fone: (51) 3286.1192 / 3239.2239

## Dicas para os cães curtirem o calor com segurança



• Não passeie em horários de sol forte (entre 10h e 16h) quando, tanto o ambiente quanto o chão, estão muito quentes. Nestes horários, é real o risco de o cão queimar as patas (coxim) ao andar no asfalto ou calçada.

• O raio do sol que incide sobre o cão é tão prejudicial quanto ao raio de sol que reflete no chão e incide no cão. Pense nisto.

• Cães com focinho curto sofrem ainda mais com os dias quentes, pois a troca de ar para regular a temperatura é prejudicada pela sua anatomia.

• Garanta água fresca em abundância, tanto durante os passeios, quanto em casa.

**ProcureAche**  
**Divulgue a sua marca! também na Internet!**  
 Anunciando na ProcureAche, você ainda recebe divulgação da sua marca em nosso site e mídias sociais!

(51) 3026-8445 (51) 9613-6986 (51) 9814-2056   
 (51) 9100-0440 (51) 8564-6451 (51) 8105-4796

**Agrocenter Coldebella**  
 Qualidade, Preço e Bom Atendimento  
**Venda de pintos**  
 Vestuário | Mudanças | Rações | Medicamentos  
**3258.1108 / 8104.8785**  
 ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA / RS

# TELE ENTREGA DE RAÇÕES

DIVERSAS MARCAS DE RAÇÕES PARA CÃES E GATOS



Three Dogs Original - 20 Kg  
**R\$ 125,00**



Monello Tradicional - 25 kg  
**R\$ 129,90**



Golden Special - 15 Kg  
**R\$ 99,90**



Golden Gatos - 10,1 Kg  
**R\$ 99,90**



Cat Chow Ad. - 10,1 Kg  
**R\$ 89,90**



(51) 3084-0023  
 (51) 3029-9309  
 (51) 9912-5696



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



## Acidentes de trânsito - causas



Os acidentes de trânsito no Brasil atualmente, faz com que uma grande quantidade de vidas sejam perdidas anualmente. Segundo dados do Ministério da Saúde, em 2013 (último ano disponível) foram cerca de 44 mil mortos, aumento considerável se levarmos em conta que o DENATRAN, em 2005 divulgou que foram pouco mais de 26 mil mortos em acidentes. Os quase 200 mil feridos demonstram uma significativa redução perante os 513 mil feridos em 2005 do total de 383.371 acidentes com vítimas naquele ano. São números assustadores maior do que sérias doenças que atingem a população brasileira. Mas, infelizmente, esses números parecem não atingir a sensibilidade e razoabilidade dos dirigentes dos órgãos de trânsito e dos nossos governantes, no sentido de se combater veementemente e com ações essa real guerra no trânsito.

Coincidências à parte, em 2012 entrou em vigor a lei 12.760, conhecida como de Lei Seca, mais rigorosa que as anteriores e que, com certeza, contribuiu para frear o crescimento contínuo nos números de vítimas fatais, que verificado nos anos anteriores.

Existem dois tipos de acidentes: o evitável e o não evitável. O primeiro é aquele em que você deixou de fazer tudo que razoavelmente poderia ter feito para evitá-lo, enquanto o segundo é aquele em que se esgotando todas as medidas para impedi-lo, este veio a acontecer.

Normalmente as pessoas perguntam quem é o culpado, onde a pergunta correta é quem poderia ter evitado o acidente. Uma das maiores causas dos acidentes chama-se condutor de veículo. Estatisticamente, 75% dos acidentes foram causados por falha humana (condutor), 12% por problemas nos veículos, 6% por deficiências das vias e 7% por causas diversas, ou seja, podemos dizer que o homem, no mínimo, é responsável, direta ou indiretamente, por 93% dos acidentes. Na atualidade, o Brasil participa com apenas 3,3% do número de veículos da frota mundial, mas é responsável por 5,5% dos acidentes com vítima fatal, registrados em todo mundo.

**DU FILM** Auto Som

SOUNDigital Pioneer

**3268.8027** Aceitamos

Som \* Rádios \* Alarmes \* Envolvimento \* Adesivos e Impressos Digital \* Película Automotiva e Residencial

**Silveira** Parafusos & Ferramentas

Parafusos de Cabeçote - Prisioneiros  
Parafusos de Roda - Rolamentos

**Especializada em parafusos**

3249.3377 / 9309.0559  
csilveirafixadores@yahoo.com.br  
Est. João Antônio da Silveira, 1093 - Restinga

**Boni** Auto Peças

boniautopecas@gmail.com *Seu Amigo de Todas as Horas!*  
facebook: Boni Auto Peças Nelson Bonifácio

Peças e Acessórios para Carro e Moto  
Mecânica & Elétrica em geral

**51 - 3242.3857**  
**51 - 3245.5653**

Aceitamos todos tipos de cartões

Estrada Retiro da Ponta Grossa, 1050

**MAURICIO**  
ELÉTRICA E MECÂNICA AUTOMOTIVA

**MAURICIO BERNARDES** f

**CEL.: 51 9670.5400** WhatsApp

VISA MasterCard Hipercard Post

**MAUTO** LOCADORA

www.vmautolocadora.com.br  
vmautolocadora@gmail.com

Completo 1.0 a partir de  
R\$80,00 em até 3X  
S/Juros!

(51) 8292-3306 WhatsApp  
(51) 8231-5876 TIM  
(51) 9959-0221 vivo  
(51) 8610-5613  
(51) 9345-1641  
(51) 3249-0327

**Seguro Grátis!**

**MadKasa**  
Materiais de Construção



**Televendas**  
**3267.1081**

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

Av. Edgar Pires de Castro, 4280 - Restinga  
Fone: 3250.5081  
Av. Costa Gama, 5261 - Hípica  
Fone: 3085.8781

FAÇA  
JÁ O SEU  
CARTÃO



Pague em até 18x

**SANDRO** TRANSPORTES  
E MUDANÇAS

**CAPITAL E INTERIOR**

Montagem, Desmontagem  
de Móveis, Içamentos, Pinturas,  
Reformas em Geral



**24hs**

(51) 3209-0910 / (51) 3208-0910  
(51) 9157-0910 / (51) 9901-1619

e-mail: [sandro\\_transportes@gmail.com](mailto:sandro_transportes@gmail.com)

**GM Instalações**

Hidráulico - Elétrica - Alvenaria - Pintura em Geral  
Reformas - Serviços de Grades e Soldas



Capitô

CNPJ 15.783.782/0001-50

(51) 3245-3128 / (51) 9646-4173

**DANER ELÉTRO MOTORES**

Comércio Manutenção Ltda - ME



ASSISTÊNCIA TÉCNICA



Av. Juca Batista, 2263 / 2203 - Subsolo - Ipanema  
Fone: (51) 3248.2575 - Fax: (51) 3249.1916 - POA/RS  
[www.danermotores.com.br](http://www.danermotores.com.br) | [atendimento@danermotores.com.br](mailto:atendimento@danermotores.com.br)

**MOTORISTA MULTADO**

**Evite perder sua CNH**

Assessoria de trânsito e empresarial



(51) **3109 7097 - 9345 9008**

**Rocha&Maidana Advocacia**

**CÍVEL, TRABALHISTA, AÇÕES CONTRA O INSS E REVISIONAIS BANCÁRIAS**



Luis Alfredo Rocha de Quadros - OAB/RS 68.467  
Patricia Maidana de Andrade - OAB/RS 85.925

**NÃO COBRAMOS A 1ª CONSULTA**

Aceitamos:

Ligue e agende sua consulta: 51 3015-2227

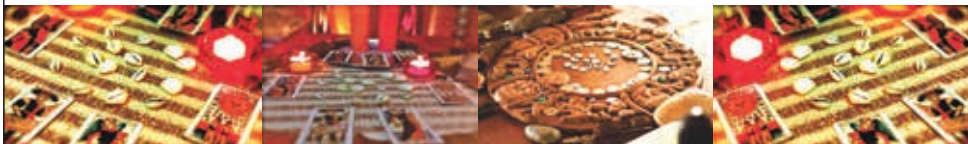
51 9798-1761 51 8953-5205 51 8271-8340 51 8624-9807

Rua Celeste Gobatto, 32, sala 302, Praia de Belas, POA/RS  
próximo ao Fórum Central e IPE.

**MESTRE WIEC DA MAGIA**



**MARQUE SUA CONSULTA E RECEBA AS ORIENTAÇÕES DO PLANO ESPIRITUAL  
PARA SUA VIDA FINANCEIRA, AMOROSA E FAMILIAR.  
REALIZAMOS TODOS OS TIPOS DE TRABALHOS.**



**F: 51 3519.8300** | **51 8914.7262** **F: 53 8457.1323**   
PORTO ALEGRE PRAIA DO CASSINO  
[www.mestrewiecdamagia.com.br](http://www.mestrewiecdamagia.com.br)

## Como limpar o reservatório de um refrigerador



A maioria dos refrigeradores é autodescongelante, o que significa que as bobinas de refrigeração aquecem a cada seis a oito horas, derretendo o acúmulo de gelo. A água criada por esse processo escorre em um reservatório de gotejamento, onde futuramente se evaporará. Caso o seu equipamento não seja autodescongelante,

será preciso desligá-lo por algumas horas antes de esvaziar o reservatório. Não se deve esvaziar esse recipiente a menos que haja um problema com o seu refrigerador liberando água de outra fonte para o reservatório. No entanto, a limpeza ocasional é necessária para evitar o acúmulo de mofo.

### Instruções:

1. Puxe o seu refrigerador para longe da parede. Verifique abaixo dele por trás para garantir que todos os materiais de revestimento e fitas foram removidos quando o aparelho foi instalado. Caso contrário, remova-os.
2. Recoloque a sua geladeira contra a parede.
3. Retire a grade dianteira na parte inferior da sua geladeira. Ela está presa com grampos em cada lado. Você não deve precisar de ferramentas adicionais.
4. Puxe o reservatório com cuidado para evitar o derramamento de água parada.
5. Delicadamente, lave o reservatório com água morna e sabão para poder remover qualquer acúmulo de mofo e outras sujeiras.
6. Enxágue o reservatório com uma solução de água sanitária diluída. Isso ajudará a acabar com o mofo.
7. Recoloque o reservatório e a grade dianteira do seu refrigerador.

**MAURÍCIO**  
Refrigeração

Residencial e Comercial  
- Manutenção de geladeiras  
- Máquinas de lavar e secar roupas  
- Ar Condicionado

**Orçamento Gratuito!**

8437.1083   
9135.6030   
8207.6388

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

Porto Alegre  
e Região Metropolitana  
(até 15 pessoas)

(51) 3264.0171 | 9418.3638 | 8601.1881

pelariatiotoninho@yahoo.com.br

**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

**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   
Cheque, boleto (sem consulta) ou à negociar.

**www.wginstalacoeselétricas.com.br**  
**fabiano@wginstalacoeselétricas.com.br**

**agamax**  
LAVANDERIA

Lavagem: Máquina | Secagem | Passadoria  
Cobertor e Edredom (promoção)  
Lavagem a seco e tapetes.

\*Atendemos empresas e indústrias

Aceitamos:

Ligue: 3109.1704  
Av. Oscar Pereira, 1211  
\*Ao lado da Ferragem Medianeira



**Não fique no escuro! Divulgue a sua marca!**  
*Divulgue a sua empresa ou o seu produto para além da sua rua ou do seu bairro, e conquiste novos clientes em potencial!*

Tenha sua marca divulgada, mensalmente, em **60 mil** exemplares da **Revista ProcureAche** e do **Jornal Geramigos** em **TODA A CIDADE** de Porto Alegre e também online!  
 Esteja à frente dos seus concorrentes e aumente sua visibilidade por um preço que cabe no seu bolso. Faça uma consulta hoje mesmo!

ProcureAche Zona Norte 20 mil exemplares	ProcureAche Zona Sul 20 mil exemplares	Geramigos Zona Norte 10 mil exemplares	Geramigos Zona Sul 10 mil exemplares
---	---	---	---

**Anuncie:** (51) 3026-8445 (51) 9613-6986  (51) 9814-2056   
 (51) 9100-0440  (51) 8564-6451  (51) 8105-4796 

**GERAmigos**  
 Comunicação  
**ProcureAche**

Acesse:  
[www.geramigos.com.br](http://www.geramigos.com.br)  
[www.procureache.geramigos.com.br](http://www.procureache.geramigos.com.br)

## Leilões da Receita Federal: saiba o que são e como participar



O que acontece com os produtos que são barrados pela alfândega na hora em que vão entrar no Brasil e, depois, nunca são reclamados por ninguém? Embora poucas pessoas

saibam, muitos desses produtos acabam sendo vendidos pela Receita Federal em leilões - e com preços bastante atraentes.

Segundo a própria Receita Federal, “as mercadorias levadas a leilão consistem em produtos abandonados, entregues à Fazenda Nacional ou objeto de pena de perdimento”. Os produtos que acabam nesses leilões são de todos os tipos, desde canecas e tigelas de porcelana, passando por carros e outros veículos, até aparelhos eletrônicos de uso pessoal. Quem tiver paciência para fuçar em todos os editais, porém, pode acabar encontrando ofertas matadoras.

### Tipos de leilão

Existem dois tipos de leilões da Receita Federal: os presenciais e os eletrônicos. Dos presenciais, como o nome indica, só podem participar as pessoas que frequentarem pessoalmente o leilão. Isso pode ser um problema, já que eles acontecem em diferentes cidades do país. A lista de leilões presenciais, por Estado, pode ser conferida em <http://goo.gl/5YhgD8>.

Existem também os leilões eletrônicos. Estes acontecem de maneira totalmente digital, de forma semelhante a uma venda em um site online de leilões. Para participar deles, contudo, é necessário acessar o portal e-CAC da Receita Federal, que exige um código de acesso. Um guia mostrando como pessoas físicas podem gerar esse código pode ser encontrado em <http://goo.gl/7nH3Dt> (pdf). É necessário possuir também um certificado digital.

A princípio, qualquer cidadão brasileiro ou pessoa jurídica com CNPJ pode participar desses leilões. Isso depende, porém, dos editais dos leilões, que não são todos necessariamente iguais. Alguns permitem a participação de pessoas físicas, enquanto outros são restritos a pessoas jurídicas. É necessário estar em dia com a Receita Federal para participar.

### Leilões eletrônicos

Mesmo antes de se acessar o portal e-CAC, é possível visualizar os editais que ainda estão correndo no portal do Sistema de Leilões Eletrônicos (SLE) da Receita. Os Editais são organizados por data e por local. No lado esquerdo, é possível filtrar os resultados por categoria, para facilitar a busca.

Após clicar em um edital, o usuário é levado para outra página, com diversas opções. Na parte inferior, é possível visualizar todos os “lotes” daquele edital. Cada lote representa diferentes produtos, ou conjuntos de produtos, e tem um lance mínimo, mostrado ao lado. Alguns lotes ainda possuem fotos dos produtos.

### Informações importantes

Vale notar que os valores mostrados ao lado dos produtos são os lances mínimos. Como se trata de um leilão, aquele dificilmente será o preço final pelo qual o lote será vendido. Além disso, os valores lançados nos leilões da Receita Federal estão sujeitos a ICMS, que é calculado posteriormente.

O esquema é diferente de uma compra tradicional, e é extremamente importante conferir o texto completo do edital de qualquer lote interessante. Isso porque o edital explica como será o leilão, quais propostas podem ser feitas, como deverá ser feito o pagamento (que pode levar a multas se não for feito adequadamente) e como será a entrega ou retirada dos produtos.

## Piadas



**Dinheiro**  
Amor de mulher é  
REAL

**Bêbados**  
Galileu, quando afirmou que o mundo apenas girava, confirmou o que os bêbados já sabiam.

### Na balada

Um homem chega na balada e encontra uma mulher e então dá um garfo a ela. E ela pergunta: para quê o garfo, e ele responde: é por que eu to dando sopa, e ela diz: mas sopa se come de colher, e ele responde: é que eu sou difícil...

### Louco

Porque o louco toma banho com o chuveiro desligado? Por que ele comprou um champô para cabelos secos!

### Geografia

Qual o estado do Brasil que queria ser car-

ro? Sergipe (ser jipe).

### Minhoca

O que a minhoca falou pro minhoco? Você minhoquece!

### Carreira

A mulher desempregada estava consultando os classificados e decide ligar para um anúncio de faxineira. No final da conversa, a senhora que a atendeu lhe pergunta: - E quanto a senhora espera ganhar por dia? - Ah, por menos de sessenta Reais por dia eu nem saio de casa! - a mulher responde, categórica. - Mas isso é um absurdo! Eu sou professora e não ganho tudo isso! - E por que a senhora acha que eu parei de dar aula?

### Casais

A cartomante está vendo a sorte de um cliente na bola de cristal: - Vejo uma morena que o fez sofrer muito no passado. Agora vejo uma loira que o fará sofrer muito no futuro. - É minha mulher! Ela pintou o cabelo!

## Seja um franqueado

# ProcureAche



Alcance mais rápido os seus objetivos!

Nós mostramos como.

**\*Com apenas um pequeno investimento em dinheiro para dar o pontapé inicial!**

*Seja empreendedor, sem empregados, sem escritório, com baixo investimento, em Porto Alegre ou no município que você desejar.*

*Seu único foco será a comercialização e a distribuição. Você receberá as revistas diagramadas e prontas para a entrega mensal.*



**Comece 2016 com Foco, e não espere a sorte acontecer.**

**Entre em contato conosco!**

**Informações através do e-mail: [franquias@geramigos.com.br](mailto:franquias@geramigos.com.br) ou pelo fone: (51) 3026.8445**



PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

1ª opção na prova de múltipla escolha		(?) de Quintal, grupo que revelou Ariando Cruz (Mús.) Que se pode achar de novo	Suico aberto na terra pela água corrente	O lado (de qualquer coisa)		Pedra para amolar Peixe tropical
Orelhas (Anat.)				O mundo dos desen-carnados (Esp.)		
Palavra inscrita na bandeira da Paraíba		O corte de cabelos típico de militares				
Preposição de origem						
Bailado que simula uma luta, é praticado com dois bastões		Laço apertado Inglês (abrev.)		A da safi-ra é azul Devagar; lenta		
	César (?), recordista dos 50 metros livres					O escolar é vendido na papelaria
"O (?) e o Executivo" livro sobre liderança					Mililitro (símbolo) Prece; oração	
						Cortar a (?): livrar-se de algo (pap.)
Brinquedo de parques de praças		Tom Cruise, ator Curtidor do couro	Atribui algum dom a			
Raspagem feita em cirurgias				No presente momento		
Embalagem reciclável de bebidas		A terra natal do Padre Cícero (sigla)			Novembro (abrev.) Néon (símbolo)	
Exercer o magistério						
Obra como "Império" (TV)						

3/cor — ora, 5/aleto, 6/tianco — tanho, 9/curetagem, BANCO



Curta nossa Fan Page!

facebook.com/JornalGerAmigos

Notícias diárias da sua região!

Solução

F	A	A	F	F
A	U	R	I	C
N	E	G	O	A
O	E	R	E	N
O	N	R	E	C
C	I	E	L	O
M	O	N	G	E
G	A	N	G	O
R	R	A	L	A
C	T	D	O	T
A	T	A	O	R
L	E	V	A	N
L	E	C	T	O
T	E	L	E	V

# Horóscopo



## Áries (21 de março - 20 de abril)

**AMOR:** Os esforços na academia presentearão você com uma forma física excepcional e as pessoas que o rodeiam admirarão o seu corpo e o seu andar elegante. **TRABALHO:** Desde os primeiros dias do mês chegarão novidades vantajosas, comunicações que há tempo esperava e haverá uma esclarecida no seu cotidiano profissional. **SAÚDE:** Sua forma não será mal, ainda que não muito vistosa: tenha ainda um pouco mais de paciência e você vai voltar a estar em forma. Você poderá sentir também alguma leve dor de cabeça.



## Touro (21 de abril - 20 de maio)

**AMOR:** Se você é solteiro, vai atravessar uma fase complicada, sobretudo por volta do dia 15 alguns aspectos astrais não o favorecerão. E o tornarão até mesmo nervoso. **TRABALHO:** Você terá ótimas oportunidades de fazer grandes investimentos, os inóritos se mostrarão ótimos, e conseguirá fazer inovações em casa. **SAÚDE:** As suas obsessões com a linha poderiam fazer mal a você. Academia demais e muito exercício físico estão destruindo-lhe um pouco. Você precisa de muito repouso.



## Gêmeos (21 de maio - 20 de junho)

**AMOR:** Conseguirá conciliar de modo equilibrado as suas exigências com as da pessoa amada: viverá em grande harmonia e tirará a máxima satisfação disso. **TRABALHO:** O setor profissional será bem apoiado pelos astros que tornam você brilhante, vivaz e muito capaz! As novas negociações de negócio terão ótimos resultados. **SAÚDE:** Dor nas costas e enxaqueca poderiam ser a incomodação deste mês. Não force demais o ritmo se praticar um esporte porque a forma não está ao máximo.



## Câncer (21 de junho - 22 de julho)

**AMOR:** Os solteiros viverão um período difícil até o 15. Depois desta data o sol voltará a resplandecer sobre as suas conquistas e encontrarão uma pessoa importante. **TRABALHO:** Se você é profissional liberal, viverá um dos períodos mais importantes da sua vida e o seu prestígio a sua popularidade aumentarão notavelmente. **SAÚDE:** Eventuais distúrbios crônicos serão curáveis com sucesso, em particular a partir da metade do mês em diante. Aconselham-se terapias naturais à base de ervas.



## Leão (22 de julho - 22 de agosto)

**AMOR:** As pessoas maduras receberão notícias agradáveis no campo familiar e surpresas boas dos netinhos, especialmente por volta do fim do mês. **TRABALHO:** Você terá a tendência a estar distraído e a deixar-se condicionar por palavras alheias, fazendo, impulsivamente, todo o contrário do que deveria. **SAÚDE:** Ao nível das energias físicas e musculares se manterá bem. Você poderia registrar algum distúrbio provavelmente ligado a um desequilíbrio hormonal.



## Virgem (23 de agosto - 22 de setembro)

**AMOR:** As estrelas parecem não olhar para o seu lado e você terá a tendência a ver tudo de forma negativa. Uma pessoa especial, porém, saberá fazê-lo reagir. **TRABALHO:** Você terá uma grande facilidade de contatos, as situações são claras, deixe a distância o nervosismo e a inquietude, procurando agir de modo profissional. **SAÚDE:** Você vai acusar uma certa falta de energia. Procure dormir muito e manter uma postura equilibrada à mesa. Coma um pouco de tudo, mas sem exagerar.



## Libra (23 de setembro - 22 de outubro)

**AMOR:** Você deverá se empenhar em manter as promessas feitas e principalmente em manter uma grande sinceridade com relação ao companheiro, porque, caso contrário, você poderia se arriscar a comprometer a história. **TRABALHO:** Será um período muito intenso e você se sentirá estressado. A falta de atenção e de concentração poderia pesar sobre os seus resultados concretos. **SAÚDE:** Você tenderá a exagerar com a alimentação e as comodidades, mas os resultados poderiam ser desagradáveis: aumento de peso e possibilidade de inflamação intestinal.



## Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro)

**AMOR:** Você tentará eliminar os eventos que se repetem e adquirirá uma consciência mais clara seja em relação a si mesmo, seja em relação a relacionamentos interpessoais e afetivos. **TRABALHO:** Você terá a tendência a distrair-se e não será brilhante como normalmente, mas é prevista uma onda de novidades que colocará você novamente em forma por volta do fim do mês. **SAÚDE:** O seu fascínio se intensificará e a saúde se manterá decididamente boa, motivo pelo qual poderá contar com uma pele lisa e cabelos como seda.



## Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

**AMOR:** Você encontrará a pessoa adequada às suas exigências e capaz de compreender seus estados de humor e suas esquisitices; isso fará com que o relacionamento seja duradouro. **TRABALHO:** Você terá a oportunidade de obter ótimos resultados seja pelo moral seja pela carteira, fazendo algum novo conhecido que abrirá horizontes diferentes. **SAÚDE:** Será um mês esplêndido no qual desfrutará de ótima saúde. O único ponto negativo é que poderia sofrer com pequenos problemas de tipo alérgico.



## Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

**AMOR:** Reflita com atenção sobre as consequências de cada decisão afetiva sua, evitando fazer jogar-se no escuro e pondo um freio aos ciúmes e ao nervosismo. **TRABALHO:** A vida profissional poderá conhecer evoluções e transformação, que será você mesmo a gerar, mas terá de avaliar atentamente os parceiros que vão estar ao seu lado. **SAÚDE:** Lembre-se que todos os excessos são equivocados, em um sentido ou em outro. Poderia ser o momento ideal para fazer um regime, se tem de perder peso.



## Aquário (21 de Janeiro - 19 de fevereiro)

**AMOR:** Você não se sentirá completamente satisfeito: o sofrimento em relação ao parceiro será forte... mas tente ser paciente: de fato, a partir do dia 15 a música vai ser outra. **TRABALHO:** Período positivo para quem procura trabalho. Por volta do fim do mês, os fluxos astrais são muito positivos e as ocasiões de encontrar um trabalho duradouro aumentarão. **SAÚDE:** O céu poderá perturbar a funcionalidade renal, inflamar os tendões e reaguzidar os males crônicos. Você tenderá a escolher o que é nocivo para si.



## Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

**AMOR:** Neste período, você será mais maleável do que normalmente e caminhará em direção às problemáticas dos outros com um comportamento de compreensão e participação. **TRABALHO:** Aceite a colaboração por parte de pessoas que têm condições de ajudar no seu trabalho e verá que as suas idéias serão aceitas pelos seus superiores. **SAÚDE:** Você ficará consciente de novas necessidades psicofísicas e fará o que for preciso para supri-las. Nos remédios naturais e sobretudo na farmácia de manipulação, você poderia encontrar a resposta.



**AGROCOMERCIAL  
BUJURU**

**TELE-ENTREGA DE RAÇÃO**

**3392.3954**

**3392.3955**

**9863.0181**

**Av. Edgar Pires de Castro, 1640 / Loja 1**

Apresente este anúncio ou informe que viu nesta revista e ganhe descontos especiais.

**PLANOS DE SAÚDE**

INDIVIDUAIS E EMPRESARIAIS



CLARO **3367.3296** VIVO  
**9157.7917 - 9869-7278**

Delcio Endres  
delcioendres@hotmail.com

**JARDINAGEM**

- \* PODAS DE ÁRVORES
- \* PODAS DE COQUEIROS
- \* LIMPEZA DE TERRENO

Atendemos também no litoral

**9941.5778**  
**9913.2391**

**VIDROLAR**

**VIDRAÇARIA**



Box Temperado - Sacadas  
Coberturas - Espelhos  
Vidros comuns

Fernando / Wilson

(51) **9729 0229** (51) **3266 5439**

Estrada Edgar Pires de Castro, 9248

Orçamento e colocação no dia e hora marcada

**MadKasa**  
Materiais de Construção



Televendas  
**3267.1081**

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

FAÇA  
JÁ O SEU  
CARTÃO



Pague em até 18x

Av. Edgar Pires de Castro, 4280 - Restinga

Fone: 3250.5081

Av. Costa Gama, 5261 - Hípica

Fone: 3085.8781

**AULAS PARA  
HABILITADOS**

Tem medo de dirigir?  
Falta prática na direção?



Ligue e informe-se!

**51 3106.8055**

**51 8530.6382**



**Pratikar Treinamentos**

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

**Comercial**  
**KNETIG**

EQUIPAMENTOS PARA RESTAURANTES

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

[www.knetig.com.br](http://www.knetig.com.br) / Av. Farrapos, 3059 - PoA - RS

**(51) 3343-0251 / 3343.2156 / 3343.6773**

e-mail: comercial@knetig.com.br

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

**DentoSul**  
Clínica Dentária

/dentosulrestinga

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

(51) **3250-3408 / 3250-2171** ☎ **9595-3238**

Av. João Antônio da Silveira, 1911 - SJ 302  
Bairro Restinga (Ao Lado do Barrisul)

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

FF do Fernando Müller - Clínica Genef CRO/RS 1014E - FFM/RS 2018



Acesse o site da ProcureAche e tenha acesso às edições anteriores:

[www.procureache.geramigos.com.br](http://www.procureache.geramigos.com.br)