

ProcureAche

www.procureacherevista.com.br

Facebook /RevistaProcureAche

Anuncie: (51) 3026-8445 WhatsApp (51) 9613.6986

Zona Sul
Distribuição Gratuita

Edição Outubro Rosa

GERAmigos Comunicação

14 Anos



3085.1313 Tela-entrega: Ou retire no balcão

Na compra de duas pizzas tamanho família GRATIS refri 2ls




Av. Otto Niemeyer, 2001 - Bairro Camaquã f Bepizzaria
*Promoções não cumulativas (sujeito a alterações sem aviso prévio) - Consulte balcão atendido e taxa de tela-entrega



scadas Pereira
Soluções em Madeira

Orçamento Gratuito na Hora
Vamos até você
Experiência de 20 anos
Pagamento Facilitado
Fino Acabamento



Rua Marcelino Ramos, 222
Fone: 3447-0829 / 9244-1184 / 8445-0090
facebook.com/escadaspereira - e-mail: escadaspereira@gmail.com



Lar de Repouso Zona Sul

Um lar que tem como objetivo dar carinho e cuidados especiais ao idoso





A partir de 2 salários
Agora c/ crêche do vovô
Trabalhamos com diárias

Rua Capão da Canoa, 234 - Ipanema ☎ 3242 8384 - 8439 3703

Entupiu? Dia e Noite

DESENTUPIDORA HIDRO MAK

Desentupimento, limpeza de fossas, hidrojateamento, hidráulica,
Caça vazamento: Detector eletrônico de vazamento
elétrica, dedetização Instalação e manutenção de ar condicionado

PAGAMENTO FACILITADO
 

Cobrimos qualquer orçamento
(51) 3339.8800

Plantão:
9247-7905
9174-8672

Gener Crema

TELAS MOSQUITEIRAS

Proteja você e sua família dos Mosquitos da Dengue, Zika e Insetos





- *Esquadrias
- *Persianas
- *Portas *Janelas
- *Pinturas
- *Fechaduras
- *Reformas em Geral

Vendas e Instalações Orçamento Gratuito
Faça seu Orçamento! Fone: (51) 8550.0655

***Leandro**
8947.5844 84616108



Serviços:

- Apartamentos
- Casas de Alvenaria
- Casas de Madeira
- Grutes
- Portões
- Aberturas
- Trocá de Tomadas
- Trocá de Torneiras

LGS Pinturas & Reformas

WhatsApp: 8947.5844

lgs.pinturaspoa@gmail.com f LGS Pinturas & Reformas

Aceitamos:      

PADARIA CONFEITARIA E MINI-MERCADO

MACEDO

3259-1907

Tortas, Doces e Salgados



PROMOÇÃO DE TORTAS!!!

MINI	MÉDIA	GRANDE
RS 19,90	RS 39,90	RS 49,90



Estrada do Lami, 517 - tel.: 3259-1907
Filial Belém Novo: Av. Heitor Vieira, 579 - tel.: 3508-6658

FUNERÁRIA UNIDAS - HAHN

— SERVIÇOS FUNERÁRIOS —

Mais do que funeral, fazemos homenagem

(51) 3223.7661 / 9986.2111

ATENDIMENTO 24 HORAS

www.funerariasunidas.com | funerariasunidas@gmail.com

Funerária Unidas - Hahn

Sepultamento e Cremação - Consulte nossos planos e o seguro funeral CAIXA

GRUPO DINÂMICA®

DESENTUPIDORA

Esgotos em Geral

desentupidoradinamica.com.br



ENTUPIU?

Chamou, chegou!

3334.9000 / 9999.9000

Indústria, Condomínio, Comércio e Residência
HIDROJATEAMENTO- LIMPA-FOSSA
Atendemos todo o Estado do RS



Nos acompanhe nas redes sociais:

/RevistaProcureAche

/JornalGerAmigos

www.procureacherevista.com.br

Expediente

CNPJ: 11.248.576/0001-99

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

E-mail: contato@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.

Índice

Página 3	3
Melhor Idade	4
Agilidade e Praticidade	5
Saúde e Bem Estar	6
Alimentação	8
Gastronomia	11
Festas e Eventos	12
Pet e Agropecuária	14
Tecnologia	15
Guia Profissionais	16
Moda e Beleza	18
Automotivo	20
Residencial / Comercial	21
Educação	23
Serviços Especializados	24
Construção e Reforma	25
Telefones úteis	25
Serviços Especializados	27
Religião	29
Palavras Cruzadas	30
Horóscopo	31

Pontos de distribuição

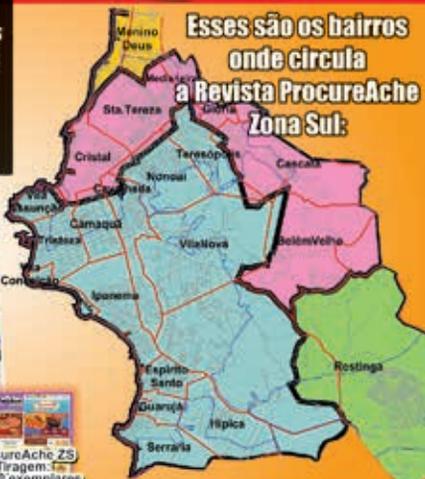
Confira todos os pontos de distribuição em nosso site: www.procureacherevista.com.br

Revista ProcureAche Zona Sul



Quer ver sua marca, serviço ou negócio aparecer? Seja como um dos mais de 300 colaboradores, anuncie nas revistas ProcureAche ou nos jornais GerAmigos e faça parte de um dos veículos de comunicação que há 14 anos mais cresce em Porto Alegre!

Um guia de serviços rápidos você sempre encontra nas páginas centrais das revistas!



Esses são os bairros onde circula a Revista ProcureAche Zona Sul:

Estados Unidos, Menino Deus, Santa Tereza, Cristal, Tereópólis, Gasca, Vila Nova, Itaipuaçu, Camarajá, Vila Nova, Jardim Velho, Canoinha, Ipanema, Espirito Santo, Rostinga, Guarujá, Itipica, Serraria

E ainda:
- Belém Novo - Lami - Itapuã/Viamão

14 Anos
TIRAGEM 101 mil IMPRESSOS TODO MÊS

(51) 3026-8445 | 9613-6986
E-mail: comercial@geramigos.com.br



ProcureAche Tiragem: 41.000 exemplares



GERAmigos Tiragem: 10.000 exemplares



ProcureAche ZN Tiragem: 20.000 exemplares



ProcureAche ZS Tiragem: 20.000 exemplares

STYLLUS BAZAR

UTILIDADES PARA VOCÊ E SEU LAR

• PRESENTES • BRINQUEDOS • MATERIAL ESCOLAR
 • UTILIDADES DOMÉSTICAS • CAMA, MESA E BANHO
 • ARTIGOS PARA PRESENTES • ARTIGOS PARA PETS

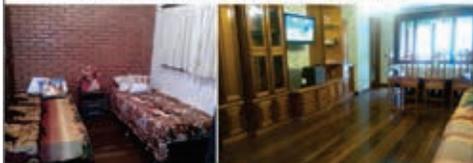
3245-1029 / 3022-5338

RUA TENENTE ARIZOLY FAGUNDES, 100 - LOJA 7 - POA/RESTINCA
 No centro comercial ao lado do Super ABC



Residencial Geriátrico Santa Vitória

Atendimento 24h | Ambiente totalmente climatizado
 Banheiros adaptados | Quartos individuais e coletivos
 Seis refeições diárias | Festas temáticas | Nutricionista
 Acessibilidade total | Médico assistente geriatra
 Fisioterapeuta | Equipe de enfermagem



3209.7728 | 9525.7550 | 9944.9949
www.geriatriasantavitoria.com.br
 Rua Prof. Elpidio Ferreira Paes, 80 | Jardim Verde
 Ipanema | Porto Alegre
residencialgeriatricosantavitoria@hotmail.com

Como Limpar Panelas e Frigideira Queimada

- Ingredientes**
- 1 xícara de vinagre
 - 2 colheres de sopa de bicarbonato de sódio
 - 1 xícara de água (a quantidade depende do tamanho da sua panela)



Como fazer

1. Coloque a água no fundo da panela.
2. Em seguida despeje o vinagre.
3. Leve ao fogo para ferver.
4. Retire a panela do fogo e adicione o bicarbonato de sódio (vai efervescer).
5. Esvazie a panela e esfregada um pouco (se necessário, adicione um pouco mais de bicarbonato).

Dica: Caso fique alguma manchinha, misture um pouco de bicarbonato com algumas gotas de bicarbonato, coloque sobre a mancha e deixe agir por 10 minutos. Depois é só esfregar e lavar.

Tok Final

Instalação de Pisos Vinílicos, Tátil, Grama Sintética, Decorflex, Paviflex, Rodapés, Reformas, Hidráulica, Elétrica, Pinturas em Geral e Jardinagem

Fone: (51) 9206.8529

E-mail: tokfinalreformas@yahoo.com.br [f Tokfinal Reformas](https://www.facebook.com/TokfinalReformas)

CANTINHO DO CÃO PESHOP

Cantinho do Cão Cuidando da sua família

Espaço de Adoção Responsável: 1º Sábado de cada mês - seu sonho é ter um(a) amigo(a) incondicional? Participe!

Camas descontos de 10% a 30%

www.petcantinhodocao.com.br

RUA CORONEL CLAUDINO, 643 - CRISTAL - PORTO ALEGRE
(51) 3249-8091

RESIDENCIAL GERIÁTRICO VOVÔ FRANCISCO
*Conforto e bem estar...
 O mais agradável lar para a vovô e o vovô.*

Enfermagem 24 hs - Fisioterapeuta - Nutricionista
 Enfermeira - Terapia Ocupacional - 6 refeições diárias
 Refeitório - TV a cabo - Tvs de Led - Circuito de câmeras
 Ambiente climatizado - Festas comemorativas e festivas

Av. Eduardo Prado, 1601 - Porto Alegre - RS
 Fones: (51) 3248.4557 - 8401.3964

RESIDENCIAL GERIÁTRICO DOCE CANTINHO
 LAR E CRECHE PARA IDOSOS

Enfermagem 24hs.
 Médico * Nutricionista
 Fisioterapia
 Lar só para mulheres
 Diárias e mensais
 Quartos privativos e semi-privativos
 TV a cabo

Fone: (51) 3377.5792
 Emerson 8476.9242 Michele 9612.0665

Travessa Escobar, 399 - Camaquã esquina Otto Niemayer

Residencial Geriátrico Casa Verde

Enfermeira e equipe de Enfermagem - Médico Assistente
 Fisioterapeuta - Diária / Pernoite - Longa Permanência

Facebook/Residencial Geriátrico Casa Verde

3239-2502 / 8529-6039
 Av Juca Batista, nº 405 - Ipanema POA
 E-mail : marceloalvescarbonel@hotmail.com

Residencial Vivecer Geriatria

- Prestação de Serviços de Enfermagem 24hs
 - Hospedagem, Alimentações diárias - Fisioterapia Coletiva
 - Consulta Médica Mensal - Ambulância 24hs - Nutricionista

51 3243.3798 / 9917.1137
 Rua Ibirubá, 387 - Cavalhada
 Esquina com Av. Otto Niemayer

Lar de Repouso Zona Sul

Um lar que tem como objetivo dar carinho e cuidados especiais ao idoso

A partir de 2 salários
 Agora c/ creche do vovô
 Trabalhamos com diárias

Rua Capão da Canoa, 234 - Ipanema ☎ 3242 8384 - 8439 3703

Dicas de exercícios para estimular a memória



1. Palavras cruzadas

Os jogos no papel, que podem ser praticados sozinho ou em grupo, são grandes facilitadores da manutenção da

memória. Os jogos de palavras cruzadas costumam ser os preferidos pelos neurologistas.

É que esses exercícios para estimular a memória exigem que o cérebro faça uma busca em todo o seu conhecimento a cada charada, incitando assim a capacidade de memória e discernimento.

2. Leitura

Ler é um ato imprescindível ao longo de toda a vida, mas na terceira idade ele ganha ainda mais força e importância. É que a leitura estimula tanto a memória de curto prazo quanto a memória de longo prazo.

3. Jogos infantis

Podem parecer estranho, mas os jogos infantis podem ser grandes exercícios para estimular a memória na terceira idade. Isso porque as habilidades que precisam ser desenvolvidas na infância necessitam de manutenção na maturidade.

Quebra-cabeças, jogo da memória, "qual é a música?" e dominó são boas dicas.

APARELHOS AUDITIVOS

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



Agende avaliação sem compromisso.
Atendimento domiciliar

Pagamento em até 12x

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



Rua dos Andradas, 1755 / sala 51
 Centro / Porto Alegre / RS
 www.audicaors.com.br

Fone: (51) 3224.3242

SANVICENTE & SARTORI

PLANOS DE SAÚDE

Imprevistos não tem hora para acontecer!

PROTEJA SUA FAMÍLIA E SEUS FUNCIONÁRIOS

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

Outubro Rosa - o que é e suas origens

Outubro Rosa é uma campanha de conscientização realizada por diversos entes no mês de outubro dirigida à sociedade e às mulheres sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

O movimento surgiu em 1990, na primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York, e desde então, vem sendo promovida anualmente na cidade. O nome remete à cor do laço rosa que simboliza, mundialmente, a luta contra o câncer de mama e estimula a participação da população, empresas e entidades.

MUDANÇAS | FRETES | VIAGENS

Cláudio Márcio

Litoral | Capital | Interior | SC | PR

Realizamos seu serviço com embalagens específicas para acomodar cada item da sua mudança com segurança, cuidado e agilidade.

ACEITAMOS

Faça seu orçamento

Fones: (51) 9605.5865 | (51) 9209.4633

Souza Investigações Confidenciais

Detetive Souza

Investigação Conjugal
Investigação Particular/Empresarial
Localização de Pessoas
Investigação de Bens
Provas Concretas para a Justiça
Pensão Alimentícia

Aceitamos cartões:

(51) 9841.6472
(51) 8100.0185

Atendimento Porto Alegre e Grande Porto Alegre

coyotedetectives@gmail.com

CONSTRUFORM

Soluções em construção civil e reformas em geral

Hidráulica - Elétrica
Pintura - Gesso - Ar Condicionado
Água Quente - Telhado - Porcelanato
Alvenaria - Textura - Gás - Funilaria

Samir Squeff
(51) 9921.6714 (VIVO) | (51) 8447.2065 (01)
construform@hotmail.com

3085-1313

Tele-entrega: Ou retire no balcão

Ná compra de duas pizzas tamanho família GRÁTIS refri 2ls

Av. Otto Niemeyer, 2001 - Bairro Camaquã f Bapizzaria

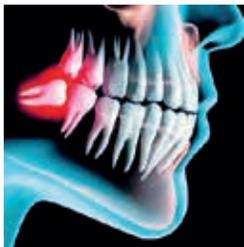
ARAUPACK

EMBALAGENS

www.araupackembalagens.com.br

Televendas 51 3348.5624 vendas@araupackembalagens.com.br
Av. Manoel Elias, 936 - Jardim Ingá - Porto Alegre/RS

O risco em manter os dentes sisos



Se houver espaço suficiente para o dente se acomodar, é possível conviver com ele, mas assumindo o risco de encarar alguns dramas. Um panorama da encrenca que isso pode causar vem da Universidade de Cincinnati, nos Estados Unidos. Ali, um estudo avaliou sisos sem nenhum sinal de que algo estava errado e descobriu um grande número de casos de infecções silenciosas capazes de afetar a gengiva, a raiz e os ossos da face. "Por isso, se a decisão for mantê-lo, é preciso fazer exames de imagem periódicos para detectar doenças antes de surgirem complicações", adverte Robert Marciani, autor do trabalho.

Até porque a enrascada pode ir além da

boca, como mostra outra pesquisa americana, da Universidade da Carolina do Norte. Feita em pacientes com o siso baqueado, ela constatou um aumento da proteína C-reativa, que indica a presença de inflamação no organismo. "Essa molécula é diretamente relacionada a panes cardiovasculares, principalmente infartos e derrames", alerta José Flávio Torezan, cirurgião bucomaxilofacial do Hospital-Sírio Libanês, em São Paulo.

A lista de fatores apontados por especialistas para sua retirada preventiva é considerável. Para começar, esse componente tardio da dentição gosta de nascer em posições inconvenientes e danificar os vizinhos, isso quando não se infiltra no osso. Ele vive também em constante movimentação angular. Quando está parcialmente erupcionado, fica exposto às bactérias que causam cáries e infecções. Existe ainda a probabilidade de aparecerem cistos e tumores em seu entorno.



Especialização em pés diabéticos
 Corte técnico das unhas
 Correção de unhas encravadas
 Calos e calosidades
 Podologia aplicada ao esporte
 Podologia infantil
 Estética - Saúde dos Pés
 Material esterilizado a 200°

Aline Emiliano
 alinemilianodasilva@hotmail.com
 Fone: 8174.5789 | 8527.8962

Rua Cel. Massot, 90
 Atendimento domiciliar e hospitalar com hora marcada

Radiologia Odontológica
RNT3D
RADIOLOGIA DIGITAL - DOCUMENTAÇÕES
TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA CONE BEAM
DE ALTA RESOLUÇÃO
 Dr. Karlon Froes de Vargas - CRO: 10036
(51) 3239-2198 / 3259-7375 / 3263-3900
 Segunda a Sexta: 8h às 18h, sem fechar ao meio-dia
 Sábado: 9h às 12h



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

ORTODONTIA
 APARELHOS ESTÉTICOS E METÁLICOS
 DOCUMENTAÇÃO ORTODÔNTICA
 REALIZADA EM CLÍNICA ESPECIALIZADA

IMPLANTES

PERIODONTIA

ODONTOPIEDIATRIA
 TRATAMENTO CLÍNICO E
 ODONTOLOGIA PREVENTIVA

TRATAMENTO
 ODONTOLÓGICO ESTÉTICO

**PRÓTESE / RX /
 CLAREAMENTO**

www.caeroclins.com.br

Matriz Canoas Filial 1 Agronomia Filial 2 L. Pinheiro
 Av. Rio Grande do Sul, 64 / sala 101 Estr. João O. Remião, 1969 - Parada 4 Estr. João O. Remião, 6457 - 1º andar - Parada 15 A
 3425.1860 3319.1573 - 3352.9644 3319.7943 - 3072.2043
 RT Dr. Marcelo Barboza Borille RT Dr. Maria Luiza Rigon RT Dr. Maria Clarisse Teruel Cardoso
 CRO/RS 14520 - EPAO/RS 1841 CRO/RS 5486 - EPAO/RS 2137 CRO/RS 11328 - EPAO 2138

Ansiedade : Sofrer ou Viver

Observa-se em pacientes, que buscam atendimento no Plantão Psicológico, uma dúvida comum: "Sou muito ansioso, será que isto é uma doença?"

Entretanto, observando as especificidades de cada situação, podemos esclarecer que a ansiedade é uma característica natural da espécie humana. Ela nos acompanha ao longo da vida, não devendo nos levar ao sofrimento.

Por outro lado, a preocupação com o que é normal e patológico pode tornar-se uma fonte de inquietação e ansiedade maior. A falta de uma adequada estrutura para atendimento, prevenção e manutenção da saúde mental levam a população a temer algum distúrbio mental. E esse receio poderá incapacitar e provocar uma exclusão ainda maior na esfera do convívio social.

Algumas pessoas manifestam sua ansiedade falando, comendo ou comprando com exagero. Outras, para não deixar que suas dificuldades sejam percebidas recorrem, equivocadamente, ao uso de drogas. Há ainda, os que preferem manter-se em isolamento, evitando os agentes causadores da mesma.

Portanto, é importante que diante de situações geradoras de sofrimento, devido à ansiedade, seja procurado um profissional da saúde, psicólogo ou psiquiatra, que fornecerá diagnóstico e tratamento adequado para esse sintoma, que poderá tornar-se uma doença ou transtorno, quando não tratado adequadamente.

*Grace Gomes
Psicóloga Clínica

*Criadora do Plantão Psicológico na Associação para Amigos e Familiares de Transtornos de Ansiedade: AportaRS

Protegendo a saúde emocional

Este ano, a Organização Mundial da Saúde divulgou estudos relacionados à crescente incidência de transtornos de saúde mental que afetam a população mundial. A ansiedade e a depressão lideram esses índices, estes dados são preocupantes, pois as dificuldades emocionais quando não tratadas, podem resultar em prejuízos ao indivíduo como a perda da autonomia, dificuldades nos relacionamentos social e familiar, afetando o desempenho profissional e provocando o desenrolamento de outras síndromes. Cuidar da saúde emocional é investir em qualidade de vida, no melhor desempenho profissional e social, obtendo resultados satisfatórios, uma vida mais harmoniosa e feliz.

Florinda Luz Silva/Psicóloga CRP 07/25412/Tel.: (51) 98054293



Florinda Luz Silva

Psicóloga
CRP 07/25412

(51) 9805 4293

ls.florinda@gmail.com



Consultório

ODONTOLÓGICO

Dr. Diego Isola Caminha

CIRURGIÃO DENTISTA CRO 17185
APARELHOS E IMPLANTES ORTODONTICOS

Av. Cavalhada, 3910 - Sala 201 - 3242.5389 / 2111.3376 - POA

Av. Martim Félix Berta, 435 - Sala 2 - 3344.3518 - POA
Rua R^o Laura Azambuja, 305 - Sala 23 - 3480.2296 - Guaíba

Grace Gomes

CRP 07/15.702

Psicoterapeuta individual e de casais

Especialista no tratamento dos
Transtornos de Ansiedade,
Pânico e Depressão.

Serviço de Orientação Educacional e
Profissional

Consultório no Shopping Cavalhada e
Bom Fim

E-mail: gagrace@gmail.com

Fones: (051) 8407-8679 / (051) 8289-4747

**Aviamos
receitas**
Tudo em até
6 x s/ acréscimo



Ótica Reis

Óculos - Jóias - Relógios - Artigos para
presentes - Certos em Geral

☎ (51) 3336.6943

Av. Teresópolis, 3173

otica_reis@hotmail.com

**Descontos especiais pra você realizar os exames que precisa.
Venha conferir.**

RADICOM
Clínica de Diagnóstico Médico por Imagem

**CONVENIADOS IPE
TÊM DESCONTO
ESPECIAL**

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

AGORA ATENDEMOS SOMENTE EM NOSSA MATRIZ:

Av. Érico Veríssimo, 624 - B. Menino Deus - www.radicom.com.br

SUPER TRES



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

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

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



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



ESPETÃO do Forte

CHURRASCO PARA LEVAR

Av. Otto Niemeyer, 2532
(51) 3242.4299

Restaurante

TIA MARIA

O sabor da comida da mamãe.

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

Buffet Livre

De Segunda à Sábado,
das 11h às 15h
Aceitamos Cartões de Crédito

Av. Minas Gerais, 304 - B. Sarandi
Fone: (51) 3366.0436

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

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

PASQUALI

Padaria e Confeitaria

TORTAS
DOCES E
SALGADOS

Aceitamos Encomendas

Tele Entrega
3241.6262

Av. Otto Niemeyer, 3465



Carboni

Supermercado
PINHEIRO

(51) 3315.2493

Aceitamos os principais cartões.

Afonso Lourenço Mariante, 4550 - Porto Alegre/RS



Curta nossa página no Facebook e fique por dentro de todas as ofertas do Carboni Pinheiro
www.facebook.com/CarboniPinheiroNovo

RECEITAS

Bolo Delicioso de Creme de Leite



Ingredientes

- 2 copos de açúcar
- 2 copos de farinha de trigo com fermento
- 5 ovos inteiros
- 250g de margarina Qualy Sadia
- 1 caixa de creme de leite
- rasps de limão (opcional)

Modo de Preparo:

1. Bata o açúcar com a margarina até obter um creme liso e fofo.
2. Em seguida acrescente os ovos, um a um, adicionando depois a farinha de trigo.
3. Por último, acrescente o creme de leite e bata até misturar bem.
4. Leve ao forno médio pré aquecido por 30 a 40 minutos.
5. Esse bolo fica ainda mais gostoso sendo feito de véspera; e se desejar, faça uma calda de limão com açúcar e jogue por cima dele ainda quente.

Costela com batata na pressão

Ingredientes

- 1,5kg de costela bovina em pedaços
- 4 dentes de alho picados
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 2 cebolas em tiras
- 1 cubo de caldo de carne
- 1 folha de louro
- 2 colheres (sopa) de shoyu
- 4 batatas em cubos
- 1 lata de milho escorrido
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado



Modo de preparo

Tempere a costela com o alho, sal e pimenta e reserve. Aqueça uma panela de pressão grande com o óleo, em fogo alto, e frite a carne até dourar. Junte a cebola e refogue por 3 minutos. Adicione o caldo de carne, o louro, o shoyu e cubra com água até cobrir metade da carne. Tampe a panela e cozinhe por 40 minutos depois de iniciada a pressão, em fogo médio. Desligue e deixe sair a pressão. Abra a panela, volte ao fogo, acrescente a batata, o milho e o cheiro-verde. Coloque mais água, se necessário, e cozinhe com a panela aberta até a batata e a carne amaciarem. Acerte o sal, transfira para uma travessa e sirva em seguida.

MERCADO E AÇOUGUE
NAVEGANTES

Visite-nos e confira!

Linguíça de porco
Com queijo

Incremente Seu Churrasco
Cupim Bovino Resfriado
R\$ 12,98 kg

Av. Edgar Pires de Castro, 2649 3311.0597
mnavegantes2010@hotmail.com

Carne de Ovelha é Aqui!
Temos Carne Bovina - Suína - Aves

RS 19,99 kg

Meia Ovelha

RS 21,98 kg

Pernil

RS 19,98 kg

Costela Com Carré

RS 19,00 kg

Ovelha Inteira

RS 26,98 kg

Paleta

Miúdos de Ovelha

RS 4,99 kg

Língua

RS 3,98 kg

Rins

RS 12,98 kg

Coração

RS 19,98 kg

Filé de Ovelha

RS 3,69

Tempo para carne de ovelha 200g

Pudim de abobrinha**Ingredientes**

- 3 abobrinhas em pedaços
- 4 ovos
- 1 e 1/2 colher (sopa) de maisena
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 e 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de leite
- Calda
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1/2 xícara (chá) de água

Modo de preparo

Cozinhe as abobrinhas em água até ficarem macia. Escorra e aperte as abobrinhas, até que saia toda a água. No liquidificador, bata com os outros ingredientes até ficar homogêneo. Reserve. Para fazer a calda, coloque o açúcar e a água em uma panela e leve ao fogo baixo até caramelizar. Despeje em uma fôrma de buraco no meio média e deixe esfriar. Transfira a massa do pudim para a fôrma e leve ao forno médio, preaquecido, em banho-maria, por 40 minutos ou até firmar. Espere esfriar e leve à geladeira por 3 horas. Retire, desenforme e sirva.

Molho Barbecue Simples**Ingredientes**

- 2 colheres sopa azeite de oliva
- 1 cebola ralada
- 2 colheres sopa acucar mascavo
- 2 colheres sopa mostarda
- 2 colheres sopa molho ingles
- 1 colher sopa vinagre
- 1 xicara cha molho de tomate
- sal e molho de pimenta a gosto

Modo de preparo

1. em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola;
2. acrescente o restante dos ingredientes
3. deixe ferver até encopar e depois tire do fogo

Dica: ótimo para comer com costelinha suína.



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

IMPÉRIO

das Frutas

Ambiente familiar e com bom atendimento

Horário: Segunda à Sábado das 8:30 até 24:00
Domingo das 8:30 até 20:00
Sem fechar ao Meio Dia

Av. Edgar Pires de Castro, 3749

Fone: 3266-2991

ACEITAMOS CARTÕES
VISA MASTERCARD
CARTÃO DE CREDITO

Mercado & Açougue

TRADIÇÃO

Sucesso em carnes.

3258.5276

Estrada do Varejão, 5135 - Bairro Lami

SUPERMERCADO

FABONATO

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

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



Restaurante e Hotel Fazenda



Gastronomia ítalo-campeira | Lounge | Música ao vivo | Passeio a cavalo | Playground



Chef José Luiz, apresentador
do Programa

"Um **GORDO** na Cozinha"

convida todos a saborearem
sua gastronomia.

Chef José Luiz

Sábados, domingos e feriados

Costelão 12h e Menarosto com:

Carnes de javali, costelinha de porco, frango, coração e linguiças artesanais.

Adulto
R\$ 39,90

Acompanhamento ítalo campeiro com:

- Carreteiro de costela - feijão tropeiro - quibebe
- Couve refogada com bacon - moranga caramelada
- Gonocci - lasanha - rigatoni com molho rosé
- Tortei de frango - ravioli - polenta mole - saladas.

Infantil
R\$ 25,90
6 a 11 anos

Terça a sexta

Buffet caseiro tipo da nonna
com sobremesa inclusa

R\$ 18,00

Localização e informações



Alemão Lisandro Larréa:
☎ (51) 8021.2021
Recepção: 3108.7034

www.lacapela.com.br

Dicas para arrasar na decoração da festa das bruxas



Comemorado no dia 31 de outubro, o Halloween já é uma das festas mais aguardadas no Brasil, realizado tradicionalmente pelos norte americanos, a magia da festa das bruxas

cada vez ganha mais adeptos, dos pequenos aos mais grandinhos.

A festa já conquista os convidados pela decoração, o ambiente pode recriar o clima macabro com toques de humor, o laranja e o preto prevalecem trazendo a abóbora como protagonista da comemoração.

As abóboras são super versáteis e podem ser usadas como telas em branco, prontas para serem pintadas e sofrerem várias intervenções, usadas como lanternas, combinadas com flores pretas, morcegos e aranhas ou ainda em objetos inusitados como um carrosel de bruxas.

Adesivos de parede são uma alternativa criativa de decoração, use corvos e ratos para uma decoração de horror, combine com teias de aranha e abajures tortos complementando o ambiente com cara de abandonado.

A massa de biskuit, usada para modelar peças de artesanato, cria objetos incríveis para Halloween, outra alternativa é usar a pasta americana que tem a vantagem de ser comestível, possibilitando o uso em guloseimas decorativas.

A importância de um bom fotógrafo no casamento

O casamento é um evento que exige muito planejamento e cuidado em cada detalhe. Afinal, é um dos momentos mais marcantes e importantes da vida de um casal.

Para deixar tudo do jeito que os noivos sonharam, existem alguns caminhos a serem percorridos. Muitas vezes é preciso provar uma infinidade de sabores para escolher o bolo, ouvir várias bandas para definir quem vai animar a festa e fazer diversos orçamentos para contratar fornecedores. E quanto ao fotógrafo, você já parou para pensar nisso?

Ao contrário da banda, do bolo, da decoração e de outros fornecedores, a fotografia é algo que você não pode ouvir, comer e nem mesmo ver até o momento em que o álbum com as fotos do grande dia fique pronto. É possível conhecer o trabalho do profissional antes da cerimônia, mas fotografar é algo muito subjetivo e o resultado de um casamento nunca será igual ao outro.

Pesquisar é muito importante para conhecer o estilo do fotógrafo e entender o "olhar" que esse profissional tem em relação a fotografia. Isso vai ajudar a saber se o perfil dele se encaixa no resultado que o casal espera.

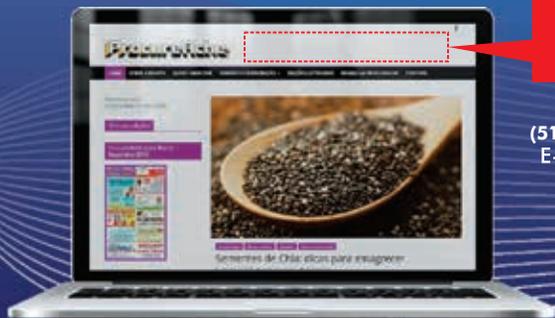
Comparar orçamentos é imprescindível, mas a fotografia é algo que vai além do caro ou barato. Nem sempre o menor orçamento é capaz de oferecer o registro da emoção, do amor e da felicidade de daquele instante.

+ Dicas de:

- ▶ Saúde e bem estar
- ▶ Moda e beleza
- ▶ Receitas e muito mais!

Novo site da ProcureAche

A sua revista também online!



**Tenha o banner do seu
negócio aqui!**

Ligue e saiba como!

(51) 3026-8445 / 9613-6986
E-mail: comercial@geramigos.com.br



Acesse agora do seu celular!
Use o aplicativo de qr code do
seu celular e oponte para cá!

www.procureacherevista.com.br

A origem do Dia das Crianças

O Dia das Crianças foi criado no Brasil antes de ser comemorado no restante do mundo. A ideia foi de um político brasileiro (deputado federal Galdino do Valle Filho), em 1920, e oficializada em 5 de novembro de 1924 pelo então presidente Arthur Bernardes. Somente entre 1955 e 1960, quando a fábrica de brinquedos Estrela, em parceria com a Johnson & Johnson, lançou a Semana do Bebê Robusto (intenção comercial de aumentar a venda de brinquedos nessa semana) é que ela passou a ser comemorada em 12 de outubro (aqui no Brasil).

Em 20 de novembro de 1959, a UNICEF oficializou a Declaração Universal dos Direitos da Criança e, a partir de então, essa data (20 de novembro) passou a ser comemorada na maioria dos países do mundo.

De acordo com a história e seu significado, alguns países têm outras datas para essa celebração: no Japão, por exemplo, os meninos comemoram no dia 5 de maio (como na China) e as meninas no dia 3 de março, ambos com exposições de bonecos (para os meninos eles lembram samurais). Em Moçambique, essa celebração ocorre no dia 1º de junho para marcar o dia em que as forças nazistas, em 1943, assassinaram cruelmente muitas crianças pequenas. Na Nova Zelândia, aproveitando esse dia para passar mais tempo com a família e sem fins comerciais, essa lembrança ocorre no primeiro domingo de março.

Origem de alguns brinquedos

Já que estamos falando sobre origens, você sabia que alguns dos brinquedos que usamos ou presenteamos hoje foram criados há séculos e até há milênios?

As bonecas, que foram criadas como estatuetas de barro na África e na Ásia, se transformaram em brinquedos há cerca de 5.000 anos no Egito. As casas para essas bonecas parecem ter tido sua primeira aparição na Alemanha, perto de 1.558 como um presente do Duque de Albrecht para sua filha mais velha. Conta-se que essa casa teria quatro andares e teria levado dois anos para ser construída com quarto de vestir, banheiro e outros ambientes. Até 1930, a maioria das crianças no Brasil brincava com bonecas de pano feitas por costureiras e carrinhos de madeira feitos em pequenas oficinas por artesãos.

As bolinhas de pedra, argila, madeira ou osso de carneiro foram as precursoras das bolinhas de gude. As mais antigas eram de pedras semi-preciosas encontradas em um túmulo de uma criança egípcia há 5.000 anos. Mas foi só no século XV que elas se transformaram em bolinhas de vidro (Veneza e Boêmia) e no século XVII de porcelana e louça. Foi através do Império Romano e suas conquistas que houve a disseminação de seu uso como brinquedo pelo mundo. No Brasil, elas são conhecidas por vários nomes (buraca, búrcia, firol, bolita).

Já a bicicleta tem sua origem em 1790, conhecida como celerífero (celer=rápido e fero=transporte) por um conde francês (Sivrac), feita de madeira, sem pedais ou correntes, empurrada com os pés no chão. Os carrinhos de brinquedo apareceram ao mesmo tempo que os carrões originais, nos primeiros anos do século XX e o autograma em 1956, na Inglaterra, enquanto o primeiro trem elétrico em miniatura foi feito em 1835 por um ferreiro em Nova York. No Brasil, a Metalúrgica Matarazzo foi a primeira fábrica a fazer jipes, carrinhos e aviões de lata. A fábrica Estrela foi a primeira a produzir brinquedos em variedade e quantidade significativa, a partir de 1937, porque com a Segunda Guerra Mundial as importações foram dificultadas e a indústria nacional se desenvolveu em vários setores, inclusive na produção de brinquedos.

Assim também a caixinha de música (1170, Suíça), o bilboquê ou emboca-bola (século XVI, França), o pião (strombo na Grécia ou turba na Roma antiga), entre outros fizeram parte da história até chegarmos aos brinquedos de hoje.

Brinquedos devem ser variados em cores, tamanhos, texturas, sons, formas. Brinque com seu filho e demonstre toda sua alegria!



Atacado MARONAS
Atacado e varejo de materiais esportivos e brinquedos

Rua Arroio Grande, 353 | Cavalhada
CEP 91740-180 | Porto Alegre | RS

Face: Atacado Maronas
vendas@atacadomaronas.com.br Fone: 51 3349.1318 | 51 3249.9074



Espaço para Eventos
Casamentos | 15 anos | Formaturas
Festas Infantís/ Empresariais

☎ 3249.1602 / 9908.9972
Rua Frederico Etzberger, 700 - Bairro Nooai



O Kasarão do Samba
Música ao vivo

☎ 3557.0761
☎ 9150.6100

Rua Frederico Etzberger, 700 - Bairro Nooai

**O melhor conteúdo
Você encontra aqui!**

Revista
ProcureAche

Agregando serviços
e conhecimento junto a você!



TERCEIRA
LA BIONDA
O SOM DA PEGADA

SOM LUZ TELAÔ

Aniversários
Casamentos
Formaturas
Festas em Geral

☎ 8553.6320 / 9178.3620 www.3labionda.com.br
Rua Frederico Etzberger, 700 - Bairro Nooai

Como ensinar o cachorro a fazer as necessidades no lugar certo



Antes de tudo é importante ressaltar que você proprietário terá uma tarefa árdua que exigirá paciência e dedicação, principalmente se o seu animalzinho de estimação não seja mais filhote,

ou seja, já sem encontre em fase adulta, os quais visualizam qualquer lugar da casa como banheiro. Ainda, esta missão se torna mais difícil quando os animais residem dentro de casa, não tendo acesso ao quintal ou a passeios regulares, o que reduz e muito as possibilidades de lugares para se aliviarem.

Como eles agem?

Os cachorros possuem o hábito de marcar o território através da micção, isto é, através da urina. Isso deve-se ao fato de se relacionarem em especial pelo olfato, assim, urinando em um determinado lugar, o animal deixa o seu cheiro, o qual é notado por outro animal que denota que este ambiente já possui um dono. Desta forma, seguindo este raciocínio canino, pelo fato de estar em sua casa, o cachorro procura marcar todos os cantos possíveis, principalmente, móveis novos, objetivos diferentes, enfim, trata-se de uma necessidade instintiva.

Caso o seu cachorro vem fazendo as necessidades no lugar errado, sobretudo, em tapetes e carpetes, saiba que seu pet associa estes a grama, local de predileção canina para fazer fezes e urinar. Por este motivo, durante a fase de treinamento de como ensinar seu cachorro a fazer as necessidades no lugar certo, procure retirar todos os carpetes e tapetes da sua residência.

Como ensinar o cachorro a fazer as necessidades no lugar certo

É indicado que você deixe espalhados jornais ou tapetes higiênicos por toda a casa ou principalmente na área que deseja que ele faça as necessidades, e troque sempre que for usado. Jamais deixe as fezes ou a urina por muito tempo no jornal ou tapete higiênico, o animal não faz duas ou mais necessidades no mesmo lugar, por isso, sempre mantenha o local higienizado para facilitar o aprendizado de seu cãozinho.

Quando você flagrar o ato, ou seja, quando visualizar que o seu cachorro fez xixi ou cocô no lugar certo, dê parabéns, agrade-o e ofereça sempre um petisco. Isso faz com que ele associe as necessidades às coisas boas, e em determinados

casos, há cães que forçam a micção para ganhar tal agrado.

Passar com seu pet também pode ser de grande valia durante este treinamento, pois geralmente durante o passeio o cachorro faz suas necessidades, principalmente urina em diferentes locais para marcar o território. Isso reduz as chances dele fazer cocô e xixi em lugares errados, além de criar um vínculo saudável entre animal e proprietário.

Ainda, para auxiliar no adestramento de seu cachorro é interessante dizer que no mercado Pet você tem a sua disponibilização um produto que garante ensinar o cachorro a fazer as necessidades no lugar certo, o chamado Adestrador spray. Isto mesmo, através de um spray você torna determinada área de sua residência mais atrativa para o animal fazer suas necessidades. Existem diferentes empresas fabricantes, logo diferentes preços, e no mínimo você desembolsa R\$20.

Agrocenter Coldebella
Qualidade, Preço e Bom Atendimento

Venda de pintos

Vestuário | Mudas | Rações | Medicamentos

3258.1108 / 8104.8785

ESTRADA DO VAREJÃO, 5155 - LAMI - POA / RS

Agropecuária Sentinela
(51) 3245.3495
Fazemos você acreditar!

Banho e Tosa | Rações | Medicamentos
Tudo para Pássaros | Acessórios em Geral

Av. Cecílio Moita N. 10736 - Bojém Novo - Porto Alegre/RS

MasterCard | Visa | American Express | Boleto | PIX | Debit | Crédito

Conheça nossos serviços:

- 🐾 Banho e Tosa
- 🐾 Atendimento Veterinário
- 🐾 Venda de Ração e Acessórios
- 🐾 Tele-Ração
- 🐾 Dog Walker
- 🐾 Service Dog

Esperamos por você!

facebook.com/PetShopBrutos
Tele-busca: **3557.7548 e 8505.7548**
RUA ENGENHEIRO JORGE PORTO, 640/SALA 104 IPANEMA - POA/RS

O que é "Internet das Coisas"?



A "Internet das Coisas" se refere a uma revolução tecnológica que tem como objetivo conectar os itens usados do dia a dia à rede mundial de computadores. Cada vez mais surgem eletrodomésticos, meios de transporte e até mesmo tênis, roupas e maçanetas conectadas à Internet e a outros dispositivos, como computadores e smartphones.

A ideia é que, cada vez mais, o mundo físico e o digital se tornem um só, através dispositivos que se comuniquem com os outros, os data centers e suas nuvens. Aparelhos vestíveis, como o Google Glass e o Smartwatch 2, da Sony, transformam a mobilidade e a presença da Internet em diversos objetos em uma realidade cada vez mais próxima.

5 dicas para economizar bateria do Android

1. Desabilite Wifi, 3G e GPS quando não usados - Wifi, 3G, GPS e até mesmo o Bluetooth consomem significativamente a bateria quando acionados constantemente. Então, desabilite todos eles quando não estiverem em uso.

2. Diminuir o tempo de tela - O tempo de tela ativo também é outro fator que influencia no gasto de bateria, quanto menor o tempo de tela ativo melhor, pois assim o dispositivo irá entrar em modo de espera mais rápido.

Para diminuir o tempo de tela, acesse seu Android em: Configurações > Tela > Limite de tempo de tela. Logo após diminua para 15 segundos. Que dentre as opções é o menor tempo.

3. Evite papéis de parede animados (Live Wallpaper) - O uso dos famosos Live Wallpapers consomem sim mais bateria do que os papéis de parede comuns pois eles exigem mais do processador.

4. Use um gerenciador de bateria - Esses aplicativos são sempre bem vindos pois podem ajudar a economizar a bateria do dispositivo. Logicamente não espere nada de milagroso, mas sabendo fazer a escolha certa um gerenciador será de bom agrado.

5. Não deixe aplicativos abertos em segundo plano - Feche tudo o que não está usando no momento. Aplicativos em segundo plano continuam consumindo a bateria. Para finalizar os aplicativos entre em "Gerenciador de aplicativos" > "Em execução" e veja o que está sendo executado no momento pelo seu aparelho.

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

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

Sétimarte
Game & Video
www.setimarteloja.com.br
Games Incríveis - Manutenção de Consoles e Controles - Melhores Filmes
Venda de Jogos! Entregamos em qualquer estação sem custo!
Entregas a domicílio, favor consultar taxa!
Fones: 51 3779.8618 - 51 9297.4535
Aceitamos todos os cartões - temos máquina movel
AV. JUCA BATISTA, 4678 #setimarteoficial

GMSINFO
www.gmsinfo.com.br
gmsinfo@gmsinfo.com.br
Formatação com recuperação total dos dados
- Redes domésticas e Corporativas Cat 5 e 6
- Remoção de vírus e soluções para segurança dos dados
- Firewall
- Sistemas de Gestão e NF-e e Contabilidade
Empresa especializada em atender Empresas e Contadores.
Garantindo as Melhores Soluções!
Venha Comprovar!
Rua Padre João Batista Reus, 2013 - Tristeza
(51)3022-7705 - (51)3224-8608

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

EXECUTIVA DO LAR



Limpeza de casas, apartamentos, prédios e empreendimentos

Ligue e fale com a Luciana!

T: 8917.1298 | 8052.5689 | 9864-1233

Vando Decorações



Pinturas residenciais e Pequenas reformas



Fones: (51) 9657-7457 / 8576-3987
3268-4930

Marcenaria

Carvalho

Móveis planejados
Móveis sob medida



Waldir



Trabalhamos com móveis rústicos
Atendimento 24 Horas



Fone/Fax:

51 3247.1264

Cel.: 9412.7920 / 8549.5426
9782.9495

waldirmarceneiro@hotmail.com

R. Professor Joaquim Felizardo, 30 lj 2 - Espírito Santo

O SEU CONFORTO MERCE
UM BOM SERVIÇO

CNPJ: 20.821.774/0001-90

REFRIGERAÇÃO NAZARIO



- Instalações Elétricas residenciais, comerciais e industriais;
- Máquinas de lavar e secar roupas;
- Refrigeradores;
- Microondas e forno elétrico;
- Instalação e Manutenção;
- Higienização de ar condicionado Split e janela.



8142.6232 | 8471.7074 com Alex

9940.9565 | 8529.5733 com João

Rua Herceu Farins Barbosa, 61 - Aberta dos Morros

Lauri & Claiton Herdina Marceneiro

«Pai e Filho trabalhando unidos para servir melhor»

Você quer reformar e recuperar suas esquadrias de madeira, Portas, Janelas de correr e venezianas.

Ajuste e manutenção / troca de trilhos e roldanas

Temos uma Marcenaria ambulante, recuperamos na sua residência tudo o que for possível.

Temos 25 anos de experiência. Orçamento s/ compromisso

Rua Espatódeas, 290 - Casa 01

Fones: (51) 9685.7710 - 9849.8715



fazerconstrucao.com
fazerservicos1@gmail.com

(51) 9546-7111
(51) 8538-7890
(51) 9240-0573
(51) 8230-9873

ORÇAMENTO GRATUITO!
Empresa registrada no CREA/RS



Serralheria



Conserto de telhados



Projetos



Pintura



Elétrica



Construção Civil



Cerâmica



Hidráulica



Pequenos reparos

VIDROS BARBIANI
 Vidros - Boxes de Vidro - Boxes de Acrílico
 Telhado de Vidro - Fechamento de Área
 Colocação à Domicílio



3023.6017
 8108.1684
 8108.1685

Av. Juca Batista, 770 - Porto Alegre/RS

DR. CUPIM
 DEDETIZAÇÃO - DESRATIZAÇÃO
 LIMPEZA CX D'ÁGUA
 DESCUPINIZAÇÃO
 ORÇAMENTO E VISITA TÉCNICA GRATUITA



GARANTIA
 Até 10 anos nos produtos

3519.9738 / 8179.7816

REPAROS
BALESTRIN

Consertos:

- Torneira
- Válvula Hidra
- Registros
- Caixa Acoplada
- Caixa D'Água

(51) 3246.4489 / 8455.3561

PORTO
 Refrigeração

Instalação | Manutenção
 Higienização | Venda
 Manutenção de Microondas



9274.6392
 9589.0662
 8456.1855
 8320.7737

MÓVEIS

CONSERTOS E RESTAURO

MADEIRA - RATÃ E FIBRAS
 PORTAS - FERROS

FONE: (51) 9755.4963



Jardinagem
 Manutenção em Geral

Limpeza de Terreno
 Limpeza de Caixa de Água
 Podas de Árvores

Osmar - Cel.: 9284.8968
 Rua F nº 181 - Serraria - POA/RS



Caça Vazamentos
 Equipamento eletrônico de alta precisão
 Sem quebra-quebra



Cada gota de água faz a diferença!

9147.5637
 8494.7242
 3423.2521

joseluislula@hotmail.com

***Leandro**
 8947.5844 8461.6108



LGS
 Pinturas & Reformas

Serviços:

Orçamento Gratuito

Mister Máquinas
 ASSISTÊNCIA TÉCNICA



- REFRIGERAÇÃO COMERCIAL
- MÁQUINA DE LAVAR
- GELADEIRAS FROSTFREE
- SECADORAS
- LAVA LOUÇA
- FREEZER

51 8050-9800



lgs.pinturaspoa@gmail.com
f LGS Pinturas & Reformas

Aceitamos:



Studio Art



Cortes
Masculino
Feminino
Infantil

studioart

8525-5537 Fernando 8403-7334 Angela
9756-8491 Thasiane
Rua Ten. Arizoly Fagundes 2290 - prox. Mercado ABC



Antonia
Costureira

Rua Marechal Hermes, 576 - Bairro Tristeza
Fones: 3268.4930 - 3391.5594 - 9963.1873



cosmobel
BEAUTY STORE

Venha conhecer a COSMOBEL zona sul



cosmobel
BEAUTY STORE

MOVEIS PARA SALÃO DE BELEZA
Lavatórios
Cirandinhas
Poltronas

COSMÉTICOS PROFISSIONAIS
Colorações
Maquiagens
Secadores e pranchas
Esmaltes
Depilação

Fone: 3084.1020

www.facebook.com/cosmobel

Av. Edgar Pires de Castro, 1700 loja 101
Em frente ao Super KAN - Estacionamento gratuito

Dicas para Manter os Cabelos Saudáveis



1. Tenha uma alimentação saudável e diversificada, intensificando a quantidade de vitamina A.
2. Tome bastante líquido para manter os fios hidratados.
3. Antes de fazer escova ou chapinha, use cremes e silicones antitérmicos para proteger os fios.
4. Corte as pontas do cabelo a cada três meses.
5. Proteja os cabelos do sol. Use chapéu e hidratantes com protetores solares.

6. Ao lavar os cabelos, evite a água quente, que abre a cutícula dos fios e provoca ressecamento.
7. Não esqueça de repor a queratina de seus cabelos!
8. Uma vez por semana, use shampoo anti-resíduos para fazer uma limpeza profunda.
9. Se possível, procure usar shampoo sem sulfato.
10. Para não quebrar os fios, evite dormir com os cabelos molhados.
11. Cabelos oleosos: lave diariamente para retirar o excesso de sebo e evitar a queda.
12. Para fortalecer e hidratar os fios, passe babosa. Deixe-a agir por 30 minutos. Lave normalmente.
13. Máscara para dar brilho: Bata no liquidificador uma maçã sem sementes e 1/2 copo de água. Após a lavagem dos fios, passe nos cabelos, massageando o couro cabeludo. Deixe agir por 30 minutos e enxágüe em seguida.

Dicas para uma Maquiagem Perfeita



1. Antes de começar a maquiagem, limpe e hidrate a pele.
2. Para aumentar os olhos, passe o lápis ou delineador em volta dos olhos.
3. Utilize sombras de tons claros e brilhantes para aumentar as

pálpebras.

4. Para diminuir o tamanho do nariz, passe um pouquinho de base dissolvida em água nos cantos e na pontinha do nariz. Ele ficará mais fininho.

5. Antes de começar a maquiagem, aplique uma dose generosa de pó iluminador na parte inferior. Ele facilita a remoção dos excessos de maquiagem que possam cair das pálpebras superiores.

6. Para esconder as imperfeições da pele, use um corretivo mais claro que o da sua pele.

7. Passe base nos lábios para fixar melhor o

batom.

8. Prefira pó facial ao invés de compacto, pois ele é mais suave. Espalhe-o com pincel de dentro para fora.

9. Após passar a base e o pó facial, elimine o excesso com um chumaço de algodão seco, dando leves batidinhas.

10. Para alongar os cílios, use primeiro a máscara incolor para uniformizar, depois use a máscara preta.

11. Para esconder as sardas, a melhor tática é usar pó facial ao invés de base.

12. Aumente os lábios usando contorno mais escuro que o batom. Utilize também gloss e brilhos.

13. Use demaquilante específico para a região dos olhos. As fórmulas desses produtos são próprias para eliminar os pigmentos de tinta do lápis, do delineador e das sombras — sem que seja necessário esfregar, o que irrita as pálpebras.

Haiss
Moda Íntima

Rua Dr. Flores, 106 loja 07
Galeria A Nação
Centro - Porto Alegre
haissfilial01@outlook.com
Fone: (51) 3024.0590

Atacado & Varejo

*Preço especial para revenda
Parcelamos em 3 x no cartão*

Studio Black
Cabeleireiros

Simara e equipe
Aqui você é vip!!!
Fone: (51) 85087651

Antônio Mazzaferro Neto, 149 - Moradas da Hípica

Ky Corte

Cabeleireira Unissex
Maquiagem Definitiva
Progressiva
Unhas Decoradas
Depilação
Relaxamento
Definitiva

51 3241 9080 /
8435 0025

eljanekycorte@hotmail.com
Rua Dr. João Evangelista F. da Costa, 42
Bairro Cavallhada - CEP: 91740-660

Maçaroca
CÍRCULO

Lojas Maçaroca

Moda Feminina, Acessórios,
Bijuterias, Lãs e Aviamentos

NOVA LOJA
3258-5768
AV. EDGAR PIRES DE CASTRO, 1940

3242-2597
CENTRO COMERCIAL LAMI - LOJA 14

Baixa potência: conheça os principais motivos



Não é raro ouvir proprietários reclamarem da perda de potência do veículo. Quando o carro perde a força e pisar fundo no acelerador já não adianta, é preciso ficar

atento. O problema, geralmente está relacionado a defeitos mecânicos, no entanto, outros fatores também podem colaborar.

Primeiro, é importante saber que um automóvel de motor 1.0 não possui o mesmo desempenho de um carro 1.4 em determinadas situações, como em subidas e arrancadas, porém, ao dirigir, a ausência de força é considerada uma avaria.

Listamos os principais motivos para o problema:

Motor com turbo:

A válvula pode estar desregulada ou algum cabo pode estar danificado, sujo ou mal ajustado.

Mau contato no injetor:

O mau contato do injetor causa além da perda de potência, vibrações fora do comum no motor.

Sistema de embreagem:

Danos no disco de embreagem desregulam o volante do motor, causando a perda de potência.

Ar-condicionado:

A utilização do ar-condicionado durante ultrapassagens em subidas pode ocasionar a perda de potência.

Altas temperaturas:

Temperaturas externas elevadas podem causar sobrecarga na refrigeração, fazendo com que a potência do veículo diminua.

Falta de cuidados:

Negligenciar a manutenção é um perigo, por isso, não deixe de ir a uma mecânica especializada realizar a troca de óleo, fazer a checagem da água e analisar o carro como um todo para evitar a perda de potência e outros problemas.

Como reparar rodas arranhadas?



Quem nunca deu aquela arranhada nas rodas na hora de estacionar? A boa notícia é que elas podem ser facilmente reparadas em uma mecânica especializada.

Antes de realizar o serviço, o profissional precisa avaliar o material da roda e verificar se a peça pode estar quebrada ou comprometida, nesse caso é aconselhável substituí-la.

O conserto envolve, geralmente, a correção da avaria, aplicação de massa plástica ou solda, aplicação de base, tinta de acabamento e, por fim, verniz para dar brilho e proteção à peça.

O custo do conserto é baixo comparado ao preço de uma roda nova e o serviço é realizado em poucos dias. É preciso saber que o reparo só vale a pena em caso de danos leves. Depois do serviço, vale realizar o balanceamento das rodas.

Se a peça sofreu danos profundos, é indicado comprar uma roda nova, principalmente, se o preço do conserto ultrapassar um terço do valor do item.

Cuidados com os pneus do carro



O cuidado com o pneu do carro, começa na verificação mensal da pressão ideal, indicada no manual do proprietário. Pneus corretamente calibrados têm vida útil mais longa e economizam combustível. Em viagens e situações em que o veículo estiver muito pesado, calibre com duas libras a mais do que o usual (caso o manual não indique nada). Quando os sulcos dos pneus atingem dois milímetros de profundidade, é sinal de que estão chegando ao limite. Observe o TWI (tread wear indicator), que é a indicação presente entre os sulcos do pneu, se eles estiverem no mesmo nível, é hora de trocar. Não deixe de fazer o rodízio a cada 10 mil quilômetros, assim como o alinhamento e balanceamento.



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

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

LED
Extintores

- ✂️ PPCI-PROJETO
- ✂️ ELÉTRICA PARA PPCI
- ✂️ EXTINTORES E RECARGAS
- ✂️ TESTE DE MANGUEIRA
- ✂️ PLACAS E LUMINÁRIAS
- ✂️ CURSO BRIGADA DE INCÊNDIO
- ✂️ CURSO PRIMEIROS SOCORROS
- ✂️ ALUGUEL DE EXTINTORES
- ✂️ BOMBEIRO CIVIL P/ EVENTOS
- ✂️ PALESTRANTE P/ EVENTOS

📘 Facebook.com/Led Extintores (51) 8598.5949
E-mail: ledextintores@outlook.com (51) 9384.4354 📞



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

Acesse nosso site: www.gruporodriguesrs.com.br

Decore
Vidros

Solução em Vidros



SUPER PROMOÇÃO

PARCELAMOS
EM ATÉ **3x**

Box Frontal | Vidro Incolor 8mm até 1,00m
Perfil Natural Fosco (instalado)

no cheque ou nos cartões:



F. (51) 3237-5707 / @ 8622-4382 | decorvidros2011@hotmail.com

Rua Ilhéus, 295 - Vila Ipiranga - POA/RS | www.decorvidros-rs.com.br

Serralheria Ferreira Ferro



Artesanato em ferro forjado

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

Castelhanos:

51-3245.5489 / 51-8144.7965

Av. Eduardo Prado, 2070 - Ipanema

Orion

4100-2211

📘 sinistrosorion
📞 orionsinistros

Orion Serviços

☎ (51) 4100-3131

Faxinas Residenciais

a partir de **R\$ 50,00**

www.orionsinistros.com.br

Orion Serviços

Limpeza Pós Obra

Limpeza Fachadas

Limpeza de Estofados

Limpeza de Calhas

Faxineiras

Diaristas

Condomínios

Residências

Comercial

Atendemos Poa e Litoral

4 dicas para estudar melhor para concursos



Como quase tudo na vida, quando se trata de estudo vale a máxima: mais vale a qualidade do que a quantidade.

Quantas pessoas você conhece que estudam dez, doze horas por dia sem reter conhecimento, sem técnica e sem conseguir um bom resultado nos exercícios e provas?

Quantas pessoas, por outro lado, que você conhece que estudam quatro ou menos horas por dia, mas têm um quadro horário (geral e de estudo) bem estruturado, com as matérias divididas de acordo com um critério bem pensado, que estudam com técnica e estão sempre exercitando o que aprenderam, seja em exercícios (provas, simulados etc.) ou com mapas mentais, fichas e outros mecanismos de remissão de conhecimento?

São muitos os fatores que contribuem para que o estudo tenha qualidade – independentemente da quantidade de horas que seja destinada para ele. Os fundamentais são: concentração, método, ambiente e motivação.

Concentração

Sem concentração e foco é impossível render no estudo. Se a cada distração o concurseiro emendar outra atividade e for deixando o estudo de lado, o dia vai ter acabado sem que ele tenha conseguido rever a matéria satisfatoriamente. Isso cobrará um preço no dia seguinte, pois o estudo acumulado pode gerar ansiedade e intensificar a busca por fugas.

Método

Método e técnica são essenciais. O ideal é que o candidato desenvolva

suas próprias técnicas após ter analisado as que estão disponíveis e são recomendadas.

A esse processo damos o nome de personalização. Quanto mais personalizado e técnico é o estudo, melhores e mais rápidos são os resultados. Ter um método ajuda o estudo a ser mais eficiente e, conseqüentemente, mais ágil. Ou seja, mais conseqüentemente em menos tempo.

Ambiente

Ter um ambiente adequado para estudar (iluminado, fresco e silencioso) é um importante diferencial, especialmente se o concurseiro tende a abraçar distrações.

Motivação

Deixe por último a motivação, que é um dos mais importantes elementos do estudo. Ter motivação é a diferença entre percorrer aquela milha extra no estudo ou fazer só o mínimo necessário.

É a motivação que fará o concurseiro abrir mão de parte do lazer, dos muitos amigos festeiros e das atividades que não contribuem para seu futuro. Estar motivado reduz a ansiedade e aumenta a produtividade.

Mais horas não significam melhor estudo

Mesmo sabendo de todos esses fatores, alguns concurseiros ainda se preocupam apenas com quantas horas ele ou o colega estuda por dia.

Tenha em mente, como um mantra, que uma hora de estudo com qualidade vale mais do que cinco sem qualquer direcionamento. E que cinco horas de estudo valerão cada segundo, se mantiverem a qualidade daquela primeira. Portanto, reserve o maior tempo possível para estudo, com atenção às suas necessidades de descanso, mantendo o máximo desempenho.

Informática para Melhor Idade

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

Não dependa de ninguém, faça você mesmo no computador.

EQUIPE COM ALTA QUALIDADE PARA ENSINAR

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

Aulas para tablete, computador e celular

☎ 3224.0335

☎ 3224.0527

Rua Uruguai, 299 - 7º Andar - Centro

www.onbyte-rs.com.br

FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Desafio ao aprender



Os Transtornos de Aprendizagem interferem significativamente no rendimento escolar e nas atividades diárias. Os distúrbios representam a falta de habilidade na aprendizagem e problemas na escrita, fala e leitura.

Pode manifestar-se em indivíduo que apresente resultados negativos, abaixo do nível de desenvolvimento, tanto intelectual quanto na escolaridade. As dificuldades em aprender também podem ser relacionadas à aspectos exteriores, como uma metodologia de ensino inadequada ou problemas familiares, sendo que os transtornos de aprendizagem correspondem a fatores intrínsecos ao indivíduo, como anormalidades no processo cognitivo, que derivam de alguma alteração biológica.

Isso significa que a pessoa afetada pode apresentar complicações para adquirir habilidades na infância, fatos que às vezes, permanece até a vida adulta, caso não haja intervenção médica e psicopedagógica.

Por isso, os responsáveis pela criança, é importante ficarem atentos, pois nesta fase em que ocorre a identificação, devem estar atentos aos vínculos afetivos, a desatenção, e inquietação dentro e fora do espaço escolar. Assim é possível diferenciar o Distúrbio do Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH).

Para o diagnóstico, é preciso realizar avaliação com uma equipe multidisciplinar, composta por psicopedagogo, neurologista, fonodólogo e neuropsicólogos.

INFORMAÇÕES:

CONTATO: (051) 84825288

Terezinha Dinamar dos Santos

Psicopedagoga Clínica com Especialização em Neuropsicopedagogia

Missão:

“Desenvolver potencialidades no indivíduo com dificuldades.”



Terezinha Dinamar dos Santos
Psicopedagoga especialista em Neuropsicopedagogia

Seu filho está com dificuldade de aprendizagem, dislexia, disgrafia, dislalia, disortografia, TDAH Transtorno de déficit de Atenção e Hiperatividade? Tratamento individualizado.

Av. Cavalhada, 2360 sala 230
Bairro Cavalhada

F.: 8482.5288

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

A	G	I	H	X	C	L	O	N	
F	B	H	I	X	C	L	O	N	
P	E	K	O	S	T	A	D	W	U
Y	Z	A	V	Q	P	M	F	C	R



I AM
Instituto de aprendizagem musical - RS
Rio Grande do Sul

Cel.: 51-9541-6734
Facebook.com/rogerinho.silva
Av. Edgar Pires de Castro, 174

Aulas de:

- Violão • Guitarra • Cavaco • Teclado
- Contrabaixo • Bateria • Percussão
- Técnica Vocal • Acordeão • Teoria e Solfejo



Horários:
Segunda a Sexta-feira, das 7:00 às 19:00 horas

Turmas:
Berçário I - Berçário II - Maternal I
Maternal II - Jardim I - Jardim II

Rua Inhanduí, 421 - Cristal / POA
Fones: 3013-5012 / 2112-3608
www.amiguinhosdocristal.com.br

Escola de Educação Infantil **45** anos



"Meu Cantinho"

MATRÍCULAS ABERTAS!!!

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

Fone: 3336-8542 Funcionamento das 7h às 19h

Av. Clemenciano Barnasque, 200 - Teresópolis
www.escolameucantinho.com.br

Dicas de manutenção de fechaduras



Fechaduras são peças fundamentais, tanto para segurança quanto para garantir um toc especial na sua decoração. Usadas diversas vezes ao dia, o bom funcionamento delas é fundamental e as vezes nem percebemos quando elas apresentam problemas. Acompanhe abaixo algumas dicas da Casa das Chaves e Fechaduras.

Fechadura emperrada

Uma boa forma de solucionar uma fechadura emperrada é passando pó de grafite na chave ou diretamente na fechadura.

Algumas pessoas costumam utilizar óleo de cozinha para lubrificar, mas este não deve ser aplicado em suas chaves e fechaduras. O ideal são os óleos de baixa viscosidade (os mesmos utilizados em máquinas de costura).

Limpar fechaduras

Utilize apenas pano umedecido com água. Produtos de limpeza podem danificar o acabamento da fechadura.

Manutenção de fechaduras

A qualquer sinal de dificuldade ao girar a chave é preciso fazer uma lubrificação.

Instalação

É importante atentar-se ao instalar a fechadura somente após a porta estar pintada. Assim você evita danos na mesma.

MIX-BAZAR
utilidades & presentes

• Presentes e utilidades domésticas • Bijuterias
• Bolsas, carteiras, frascadeiras • Flores
• Material escolar • Chinelos
• Brinquedos • Guarda-chuvas e sombrinhas

ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES
Alfaparc VISA MCDONALD'S

Av. Cavalhada, 2965 - quase esquina Otto Niemeyer
Bairro Cavalhada - POA - RS Fone: 51 3023.3220

LUZEVIDA
www.luzevida.com.br

Aproximar pessoas a Deus é a nossa missão.

Grande variedade em cartões, CDs, DVDs e artigos para presentes

PORTO ALEGRE: Rua Gal. Vitorino, 58 Fone/Fax: (51) 3224 0664 - 3286 5404 lojapoa@luzevida.com.br

CANOAS: Av. Guilherme Shell, 6750 Fone: (51) 3059 0602 lojacanoas@luzevida.com.br

AGROFLORA
Ungaretti

51 3095.2206

Rua Tenente Arizoly Fagundes 100 lj 7
Bairro Restinga

Fretes e transportes residencial, comercial, atacadista, tele-entrega entre outros.

Transporte Gaúcho

Atuamos em todo território Rio-Grandense e arredor.

(51)3249-7358
(01)8448-6902
(VIVO)9618-5856
transportegaucho@hotmail.com

Chavesul
BIG VILA NOVA Chaveiro

24 HORAS

Controle de Portão Eletrônico
Abertura de Portas
Troca de Segredo
Fechaduras
Cópia de Chaves
Chave Codificada
Carimbos

Chavesul-Big Vila Nova
Av. Eduardo Prado, 330- Lj 19
Cavalhada - Porto Alegre - RS
chavesul.chaveiro@gmail.com

(51)3241.6376
(51) 9404.9594
(51) 8244.3743

Serralheria Ferreira Ferro



Artesanato 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

Marmoraria



Reves't

Soluções em Pedras

Peitoris • Tampos • Churrasqueiras • Lareiras
Golas de Elevador • Escadarias • Fachadas
Porcelanatos • Pastilhas • Passa Prato
Basaltos • Miracema • Caxambú

(51) 3300.5653 Reves't Soluções em Pedras

(51) 9321.4798 / (51) 8918.9650

REVEST649@GMAIL.COM

Tijolo baiano – benefícios



Esse tipo de tijolo é um dos mais comuns de encontrarmos em construções. Sabe aquele tijolo com seis ou oito furos? Pois é, o tijolo baiano tem essas características e é um tijolo bem barato

comparado a outros tipos de tijolos. Porém ele não suporta cargas estruturais, mas possui um elevado desempenho térmico e as ranhuras que podemos encontrar nesse modelo de tijolo, é o que ajuda na aderência do mesmo, ou melhor, a argamassa consegue penetrar melhor e com isso, o resultado na hora da construção é excelente.

Além do mais, o tijolo baiano é bem leve e isso é um dos pontos positivos do mesmo, já que facilita a execução da construção e facilita também o seu transporte e logística. O tijolo baiano é usado para fazer divisas de cômodos internos, paredes e para dar fechamento em prédios e escritórios, além de servir também para a construção de imóveis residenciais e comerciais.

O tijolo baiano também é conhecido como bloco cerâmico de vedação e com ele a obra fica ainda mais rápida e econômica. A eficiência da vedação térmica e acústica do tijolo baiano, muitas vezes é superior até mesmo que o bloco de concreto e então, isso também é uma das vantagens, pois além de ser mais em conta, o tijolo baiano ainda se mostra mais eficiente nesses dois requisitos.

Gener Crema

TELAS MOSQUITEIROS

Proteja você e sua família dos Mosquitos da Dengue, Zika e Insetos



*Esmadrias *Persianas
*Portas *Janelas
*Pinturas
*Fechaduras
*Reformas em Geral

Vendas e Instalações

Orçamento Gratuito

Faça seu Orçamento! Fone: (51) 8550.0655



Hart

MANUTENÇÃO PREDIAL

GARANTIA DE ATÉ 5 ANOS

ESPECIALIZADA EM REFORMA DE CONDOMÍNIOS

-RESTAURAÇÃO E MODERNIZAÇÃO DE FACHADAS
-PINTURA PREDIAL COMERCIAL E INDUSTRIAL
-IMPERMEABILIZAÇÃO

-FINANCIAMENTO DIRETO E FACILITADO EM ATÉ 60X

ORÇAMENTO GRATUITO (051) 3574 2738 / 9295 9326

orcamento@hartpredial.com.br - www.hartpredial.com.br



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

Manta térmica no telhado: benefícios



Manta térmica no telhado

Para quem não conhece esse material, poderá saber agora que a manta térmica é responsável pela proteção do seu telhado contra o sol e a chuva e ainda proporciona o bem estar térmico. A manta térmica funciona como uma proteção e impede que o calor ultrapasse suas barreiras e assim acontece também com o frio, nesse período, a manta impede que o frio adentre sua residência. Esses são os benefícios que a manta térmica tem a lhe proporcionar e é um produto excelente, já que

mantém a sensação térmica da sua casa sempre estável.

Você poderá instalar a manta térmica em qualquer tipo de telhado, porém é preciso sempre tomar cuidado para que essa instalação seja feita da maneira correta, por isso é preciso seguir o passo a passo de instalação ou então contratar uma mão de obra especializada no assunto. Quando for instalar a sua manta térmica no telhado, preste atenção no madeiramento que sustenta a telha, é importante que esteja tudo em ordem para que a manta térmica possa proporcionar os seus benefícios.

Quanto a instalação correta, observe o lado do alumínio da manta, este deve estar para o lado de cima. Use alguns pregos para fixar a manta no madeiramento, se precisa, use grampos ou até mesmo fitas, veja qual adere melhor. Depois de instalar a manta térmica no telhado, é só seguir colocando as telhas normalmente.

Consertos:

- Torneira
- Válvula Hidra
- Registros
- Caixa Acoplada
- Caixa D'Água

(51) 3246.4489 / 8455.3561

FERRAGEM

REGONS

TINTAS CONSTRUÇÃO DECORAÇÃO

ELETRICA ILUMINAÇÃO

ELABORAÇÃO DE HIDRÁULICA

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

João Antônio da Silveira, 2600 - Restinga PRÓXIMO AO FIM DA LINHA DO GIBRIS RESTINGA - 209

(51) 3062.5704

escadas Pereira

Soluções em Madeira

Orçamento Gratuito na Hora
Vamos até você
Experiência de 20 anos
Pagamento Facilitado
Fino Acabamento



Rua Marcelino Ramos, 222
Fone: 3447-0829 / 9244-1184 / 8445-0090
[facebook.com/escadaspereira](https://www.facebook.com/escadaspereira)
e-mail: escadaspereira@gmail.com

Nelson Reformas

pequenas coisas fazem a maior diferença

- Aplicação de revestimentos e de resinas em interiores e exteriores
- Serviços de pintura de edifícios em geral
- Instalações Hidráulicas, sanitárias e de gás
- Instalação e manutenção elétrica
- Fabricação de móveis com predominância de madeira

(51) 3232-5669 e (51) 9899-9901
www.reformasnelson.wix.com/nelson
E-mail: reformasnelson@gmail.com

SANTARÉM

arte em madeira

decks - pergolas - móveis de demolição - decoração

Eucalipto serrado e TRATADO para telhado Madeira tratada deck de pinus * R\$ 48,00 m²

Av. Edgar Pires de Castro 553 - Aberta dos Morros - POA
santarempoa@hotmail.com Tel. (51) 3311-3694

Pereira

Lavanderia Industrial

Lavamos
Cobertores
Edredons
Tapetes

TeleBusca e Entrega
Gratuita

3245.3528 / 9235.5388



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 | atendimento@danermotores.com.br



Assessoria em Licitações

Não fique de fora deste mercado que movimentava **BILHÕES DE REAIS**, fazemos toda a parte burocrática necessária, mantendo as empresas que representamos com seu foco voltado ao que interessa o seu produto.

Você sabia que independente de crise, o Governo não pára de comprar e principalmente, compra de tudo?

Entre em contato e solicite um orçamento sem compromisso.
www.gularteassessoria.com.br

[f](https://www.facebook.com/gularteassessoriaempresarial) gularteassessoriaempresarial | gularteassessoria@gmail.com

(51) 3517.7844 - 8:30 às 12h | **(51) 9418.3636**



VENHA FAZER PARTE
 DESSA PARCERIA DE BONS
 RESULTADOS!

Liz Ferreira Meira OAB/RS 54.457

TRABALHISTA
 Reclamatória Trabalhista, Acidente de Trabalho.

PREVIDENCIÁRIO
 Aposentadorias, Pensões, Auxílio Doença,
 Benefício Assistencial (LOAS).

FAMÍLIA
 Divórcio, Alimentos, Inventários Judiciais e Extrajudiciais.

IFM ADVOCACIA

Av. Otto Niemeyer 2751, sala 201 - Cavalhada - POA
3022.8997 8193.6337 (Tim) 
www.ifmadvocacia.com.br

Bordados e Uniformes

Escolas e Empresas

tw clothing
 (51)3085-7923
 E-mail: twbordados@gmail.com
www.facebook.com/twclothing.br
 Av. Juca Batista, 4678 - Hípica

RCSR Service

portaria, limpeza e manutenção
 CNPJ: 24.737.146/0001-82

E nos colocamos á inteira disposição para prestar-lhes serviços, na certeza de lhe oferecermos organização, responsabilidade e segurança.

Acesso Dois, 4736 - Bairro Restinga Nova / 4ª Unidade Quadra F
 Porto Alegre - RS, 91795-130
servicercr@gmail.com

 +55 (51) 3246 5702

 Jonas Oliveira | Comercial +55 (51) 8608.5849

RCRSERVICE.COM.BR



Piadas

Trabalho

Ao chegar na empresa, o chefe vê a sua secretária trabalhando que nem uma condenada e pergunta:

- Nossa, dona Priscila! Desde quando a senhora trabalha assim deste jeito?
- Desde que eu vi o sr. descendo do seu carro.

O melhor detergente

Um casal estava preocupado em ter o melhor detergente para limpeza e o vizinho disse:

- O melhor detergente de limpeza é a bebida.
- Como assim? - perguntou o marido e o vizinho responde:
- A bebida limpa o dinheiro, limpa a fama, limpa o juízo, limpa a beleza, limpa a fortuna, limpa o stress e sobretudo, limpa o tesão.

Velha no gastro

A velha no consultório do gastro:

- Doutor, vim aqui para que o senhor me tire os dentes.
- Mas minha senhora, não sou dentista, sou gastro. E vejo que a senhora não tem nenhum dente na boca.
- É claro. Engoli todos.

No psiquiatra

- Doutor, tenho complexo de feiúra.
- Que complexo que nada...

Amnésia

O cara sofria de amnésia e procurou o médico:

- Doutor, estou com uma terrível amnésia.
- Desde quando?
- Desde quando, o quê, doutor?...



PRESTAÇÃO DOS SERVIÇOS DE MÃO DE OBRA TERCEIRIZADA DE AUXILIAR DE LIMPEZA PARA CONDOMÍNIOS E EMPRESAS.

Rua Duque de Caxias, 153/06 - Centro Histórico

Fones: (51) 3084-8171 e 3224-8070

america_prestadora@hotmail.com ou diretoria@americaprestadora.com.br
www.americaprestadora.com.br

Atuamos no mercado de mão de obra terceirizada desde 2004.



Indústria & Comércio

3022.3653
9720.4923

Dr. Barcelos, 1660
Tristeza - POA/RS



Portões, Grades Galvanizadas ou Alumínio, Toldos Articulados, Motorizados, Coberturas de Policarbonato, box de banheiro Pergolado de Alumínio / Madeira de Lei Vidro ou Policarbonato, Solda TIG e MIG

www.pgtoldos.com.br

SERRALHERIA E FUNILARIA



CALDEIRÃO



CALHAS - ALGEROSAS
CANOS P/ LAREIRA e FOGÃO A LENHA
GRADES - PORTÕES - TOLDOS
ESCADAS e CORRIMÃOS
REFORMAS EM GERAL

ORÇAMENTO
GRATUITO

ACEITAMOS: VISA, MASTERCARD

3246.5813 / 8524.5563 / 9373.4863

Serralheria e Funilaria Caldeirão

Rua Mário Andreza, 87 - Campo Novo - Porto Alegre

LAVAGEM e Estacionamento

3325.3050
8938.7110

DIÁRIA

R\$ 14,90 LEVA - TRÁZ
AEROPORTO

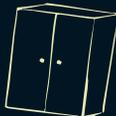
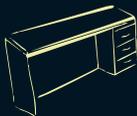
24HS

AV. CEARÁ, 128



MÓVEIS PLANEJADOS

planejados@petroli.art.br
maiconpetroli@yahoo.com.br



www.petroli.art.br

8515.2220

Rua Dorival Castilho Machado, 323 - Hípica



Casa De Oxalá



Joga-se cartas e búzios
com hora marcada
das 14h as 21h
com Mãe Moça de Oxalá

Trabalhos para amor, negócios, saúde. Limpezas espirituais de residências e empresas. Venha e marque sua consulta.

QUEM É A MÃE MOÇA DE OXALÁ?



Yalorixá, escritora, colunista e terapeuta. Com uma caminhada de mais de 30 anos, pertencente a nação Cabinda, Umbanda e Quimbanda. Tem como ética o amor e respeito ao ser humano. Sem o exercício do amor, respeito e solidariedade, nada acontece.

O que é Umbanda

A Umbanda é uma religião brasileira que sintetiza vários elementos das religiões africanas e cristãs, porém sem ser definida por eles. Formada no início do século XX no sudeste do Brasil a partir da síntese com movimentos religiosos, afros, o Catolicismo e o Espiritismo. É considerada uma "religião brasileira por excelência" com um sincretismo que combina o Catolicismo, a tradição dos orixás africanos e os espíritos de origem indígena.

No Brasil, o Rio Grande do Sul tem a maior

proporção nacional de adeptos da umbanda e do candomblé: 1,47%, quase cinco vezes o percentual do estado da Bahia.

O dia 15 de novembro, já considerado pelos adeptos como a data do surgimento da umbanda, foi oficializado no Brasil em 18 de maio de 2012 pela Lei 12.644.

O que é Quimbanda ou Exus e Pombas Giras

QUIM ou KIM, quer dizer em linguagem africana, médico ou grão-sacerdote dos cultos BANTOS.

BANDA quer dizer LUGAR ou CIDADE.

Resumindo, chegamos à conclusão de que em nosso idioma, quimbandeiro quer dizer grão-sacerdote dos cultos bantos, vindos de angola, Moçambique e Benguela.

QUIMBANDA = curandeiro-advinho, necromante, exorcista, mago. Por extensão: médico, benzedeiro. Todo aquele que busca a anunciação e interpretação dos fatos, através dos mais variados processos.

A QUIMBANDA trata as enfermidades diagnosticadas, sejam materiais ou espirituais, debela os azares, restabelece a harmonia conjugal ou provoca a inimizade, concede poderes para o domínio do amor ou para a anulação de demandas.

Busca a cura, nos cruzeiros, nas matas ou campos, cachoeiras, mares, enfim nos elementos da natureza, aonde vai à busca de plantas medicinais.

Trabalhamos com as bandeiras:



www.casadeoxala.com.br | axeemdebate.blogspot.com

(51) 3392.4693 | (51) 9556.5758 | Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre



f Kaianga panos afros

Kaianga Tecidos Afros e Alakás

Os melhores tecidos africanos.

Muito brilho e qualidade!

Venha conhecer nosso espaço.

Parcelamos em até 6x

(51) 3392.4693 | (51) 9556.5758 | Rua Chico Pedro, 214 - Camaquã - Porto Alegre



Áries (21 de março - 20 de abril) - AMOR: Se você sentiu um pouco de amargura afetiva ou uma desavença ruim, terá modo de remediar e de qualquer modo encontrar um novo equilíbrio na união de vocês. TRABALHO: Até o dia 14 poderia haver fortes interferências externas que o seu sossego. Não seja apressado nos seus projetos e mantenha os nervos firmes. SAÚDE: É o momento de pensar um pouco em si mesmo, aproveite este mês para relaxar e dedicar-se aos seus hobbies sem programar muitos compromissos.



Touro (21 de abril - 20 de maio) - AMOR: Ponha à parte as suas próprias exigências de estabilidade e aceite as incertezas momentâneas, assim poderá esclarecer atritos e encontrar alternativas ao conflito. TRABALHO: Vontade, determinação e prontidão: com essas qualidades você tentará enfrentar e superar os imprevistos profissionais que encontrará no seu caminho. SAÚDE: É um período muito delicado para os olhos, portanto deverá estar atento, talvez marcando uma consulta de prevenção com o oftalmologista.



Gêmeos (21 de maio - 20 de junho) - AMOR: Se vive a dois, terá à sua disposição muitas possibilidades para enriquecer a relação. O diálogo será favorecido e você poderá fazer projetos de longa data. TRABALHO: Você terá grandes oportunidades, especialmente na segunda metade do mês. Extremamente favorecidos os novos contatos e sintonias. Explore ao máximo o seu intuito. SAÚDE: Você poderia ser surpreendido por uma crise de cansaço imprevista, ligada provavelmente à dificuldade de repousar adequadamente por um número correto de horas.



Câncer (21 de junho - 22 de julho) - AMOR: Você terá muita sorte por volta do fim do mês, quando terá ocasiões para fazer valer a sua personalidade e a sua necessidade de estar no centro das atenções. TRABALHO: Você alcançará uma certa fama e notoriedade, mas terá se saber colher no ar as ocasiões, que se apresentarão logo, e evitar deixá-las escapar das mãos. SAÚDE: O setor da saúde é bem protegido pelos trânsitos celestes. Procure somente controlar a pressão sanguínea pois estará sujeito a oscilações nervosas.



Leão (22 de julho - 22 de agosto) - AMOR: Os solteiros terão ótimas oportunidades para iniciar novos relacionamentos entre os dias 7 e 18; de fato, nesse período não faltarão novos e simpáticos contatos. TRABALHO: Será um mês cheio de iniciativas, em que você terá de pôr o máximo empenho para levar adiante os seus projetos, sem perder tempo. Regular a renda. SAÚDE: Sua forma não estará na melhor das condições. Você terá a tendência a aproveitar indistintamente todos os prazeres da mesa, sendo um bom garfo, e vai sofrer com as consequências.



Virgem (23 de agosto - 22 de setembro) - AMOR: As estrelas vão requerer decisões radicais: para as histórias exauridas poderá haver uma ruptura definitiva, os casais mais sólidos pensarão em projetos sérios. TRABALHO: Se você tem já uma boa posição profissional poderia obter lautos ganhos e recompensas inesperadas e receber notas de mérito por parte de um superior. SAÚDE: Para reativar a circulação você deverá se dedicar à corrida. Proteja-se das correntes de ar. Dia 10 é o dia adapto para se começar uma dieta de desintoxicação.



Libra (23 de setembro - 22 de outubro) - AMOR: A sua radiosidade parecerá apagada, você terá a tendência a ficar na sua, mas por volta do 20 encontrará uma pessoa especial que lhe dará nova energia. TRABALHO: Você se deixará tentar por gastos insensatos, com a desculpa de que servem para a sua profissão, mas no fim do mês a conta bancária poderá fazer você arrependê-se amargamente. SAÚDE: As estrelas assinalam problemas de origem alimentar. Controle como e quanto você come. Um regime pobre em gorduras poderia ser aconselhável para a linha.



Escorpião (23 de outubro - 21 de novembro) - AMOR: Você terá a impressão de ter encontrado a pessoa certa, mas terá de refletir muito atentamente antes de dar passos importantes muito arriscados. TRABALHO: Será um mês muito profícuo no plano profissional. Novas idéias, dinamismo e espírito de adaptação permitirão que você as-

suma o encargo de projetos de vulto. SAÚDE: As energias estarão excepcionais. Você poderá programar tudo o que quiser em nível de esporte e de atividade muscular. Cuida melhor do seu aspecto exterior.



Sagitário (22 de novembro - 21 de dezembro)

AMOR: O céu favorecerá um extraordinário fermento na relação a dois, que se prevê mais dinâmica graças a uma bela sintonia intelectual e espiritual. TRABALHO: Muito afortunada se mostra a primeira metade do mês, período no qual você poderá tirar uma desforra dos colegas que não acreditaram nos seus objetivos. SAÚDE: Você terá de ocupar-se mais diligentemente de si mesmo e cobrir algum imprevisto; poderá sofrer de problemas de tireóide ou variações de pressão.



Capricórnio (22 de dezembro - 20 de janeiro)

AMOR: Cuidado com os exageros e evite especialmente repetir muito as mesmas coisas porque podem exasperar o parceiro e levá-lo a decisões extremas. TRABALHO: Favorecidos empreendedorismo e desejo de arriscar mais, a fim de obter o que deseja. Você terá condições ideais para pôr à luz personalidade e carisma. SAÚDE: As energias físicas e psíquicas deveriam manter-se boas: mas você poderia estar sujeito a distúrbios de origem hormonal ou circulatória.



Aquário (21 de janeiro - 19 de fevereiro)

AMOR: Por volta do dia 22 deste mês, você perceberá uma grande energia positiva e sentirá a exigência de renovar o seu cotidiano, afastando as presenças negativas. TRABALHO: Você se sentirá um vulcão de idéias, que podem ser corajosas e insólitas, mas exitosas e rentáveis, e encontrará a coragem de expô-las ao chefe. SAÚDE: Será um período de substancial bem-estar psicofísico. Cuide a qualidade energética da sua casa para harmonizá-la com cores, aromas e essências.



Peixes (20 de fevereiro - 20 de março)

AMOR: Para os solteiros tempos duros no horizonte. Arriscarão, de fato, deixar escapar ótimas ocasiões, muito intencionados a manter o seu senso de independência. TRABALHO: Você terá muitas probabilidades de realizar o que foi programado, mas terá de evitar a improvisação e a imprecisão. A primeira metade do mês será a mais brilhante. SAÚDE: Você estará sujeito a patologias relacionadas com a cabeça e os seus órgãos, terá necessidade de mais repouso e sobretudo de não exagerar com bebidas alcoólicas.



CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO

SELECIONA PACIENTES PARA TRATAMENTO NA ÁREA DE:

IMPLANTODONTIA | ORTODONTIA | PRÓTESE DENTÁRIA

Órion Instituto de Odontologia Ss Ltda - CRO 3501/RS

R.T. Dra. Daniela De Chico Brugnara - CRO 21916/RS

(51) 3276.8483

(51) 8294.6374 —TIM (51) 9209.1881 —CLIX

Rua Santos Dumont, 871 - Floresta/POA

DETECÇÃO ELETRÔNICA DE VAZAMENTO

HIDRO STOP 

ECONOMIZE ÁGUA

ÁGUA, GÁS E PISCINA
INSTALAÇÕES HIDRÁULICAS
QUENTE, FRIA, AQUECEDORES
ELÉTRICA E PRESSURIZADORES

8413.6494

AS Agropecuária Sentinela

(51) 3245.3495
 Paroquial de São João

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

Av. Getúlio Moniz N. 1073B - Bojão Novo - Porto Alegre/RS



MadKasa
 Materiais de Construção

Televendas
3267.1081

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

APARELHOS DENTÁRIOS | PRÓTESES | URGÊNCIA | RAIOS X

DentoSul
 Clínica Dentária



www.dentosul.com.br
 (51) 3250-3408/3250-2171 | (51) 9595-3238

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

LABORATÓRIO DE PRÓTESE PRÓPRIO

RF Dr. Fernando Müller - Clínica geral 22005-10-00 - 09/07/05 3248

www.ssvlimpezas.blogspot.com.br

Faxinas Residenciais

1 Faxina.....R\$ 75,00
 2 Faxinas.....R\$ 140,00
 3 Faxinas.....R\$ 195,00
 4 Faxinas.....R\$ 250,00

Faxinas Condominiais

1 Faxina.....R\$ 95,00
 2 Faxinas.....R\$ 180,00
 3 Faxinas.....R\$ 260,00



ssvlimpezas@gmail.com
 (51) 9827.5106

LIGUE 4100.2211

TEMOS PLANOS COM PRODUTOS DE LIMPEZA



MODA DO BEM BRECHÓ
 Adulto e Infantil
 Avaliações nas segundas

Compra - Venda - Troca **NOVA LOJA**

www.facebook.com/brechobelemnovo

LOJA MODA INFANTIL:
 Rua Jorge Melo Guimarães, 1077 | fone: (51) 3407-9802

LOJA MODA ADULTO/FEMININO:
 Av. Heitor Vieira, 609 | fone: (51) 8431-9956



DESENTUPIDORA

S.O.S. Cometa
 Desentupidoras

24 HORAS
 ORÇAMENTO GRÁTIS

Desentupimentos em geral
 Hidrojateamento, Sucção de Fossa, Dedetização,
 Desratização e Limpeza de Caixas d'água
 Pagamento facilitado. Atendemos todo o RS

(51) 2112 8332

HELIO MÁQUINAS

Em nossa loja você encontra

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

3381.9115
8448.4220

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

VIDROLAR
VIDRAÇARIA

Fernando / Vilson
(51) 9729 0229 (51) 3266 5439

Estrada Edgar Pires de Castro, 9248

Orçamento e colocação no dia e hora marcada



Box Temperado - Sacadas
 Coberturas - Espelhos
 Vidros comuns