

CORREIO CARIOCA[®]

Tijuca | Grajaú | Andaraí | Vila Isabel

correiocarioca.com.br

/correiocarioca

INTERPRISE - CONTABILIDADE E CONSULTORIA

CONTADOR - José Cardinelli
ADVOGADO - Leandro Goulart

CONTABILIDADE: Legalização e baixa de Empresas, ONG, eSocial Doméstico, ME, Imposto de Renda Física - Jurídica, Consultoria Fiscal - Contábil - Pendências Receita Federal.

JURÍDICO: Direito Trabalhista, Direito Consumidor, Direito Civil e Direito Empresarial.

2576 2353 | 2577 4362 | Cel. 97986-1817

Boulevard Vinte e Oito de Setembro, 112, sala 201, Vila Isabel - RJ
E-mail: interprisecontab@uol.com.br
www.interprisecontabilidade.com

Desde 2008 | Ano XI | Nº 130 | novembro de 2018

ANUNCIE! 3681-5302 e 98738-5283 ATENDIMENTO [2ª a 6ª, de 9 às 19h]
Comercial: publicidade@correiocarioca.com.br | Redação: redacao@correiocarioca.com.br

Foto: Divulgação

Moda Pág. 3 **INSS** Pág. 7
Aprenda a usar a moda afro! Coluna tira dúvidas de graça!

PLANO DE SAÚDE
INDIVIDUAL - FAMILIAR - EMPRESA
Plano empresa a partir de 2 vidas podendo ser MEI **CONSULTE!**

Planos (00 - 18 anos)	Planos (02 - 12 anos)	Amil
R\$ 115,54 ASSIM SAUDE of CNPJ	R\$ 106,21 Intermédica of CNPJ	R\$ 92,70 Amil of CNPJ
R\$ 160,69 ASSIM SAUDE estudantes	R\$ 196,59 Unimed of estudantes	PLANO DENTAL Cuide da Saúde Bucal PROMOÇÃO R\$ 27,00 Amil CNPJ sem carência

4102-2553 Fixo
96975-8666
99728-8091
PROMOÇÃO DESCONTO na contratação dos Planos de Saúde!
Ligue! Vamos até você!
saudemais@globo.com

SALÃO TIJUCANO
Tradição e Qualidade
Barba, Cabelo e Bigode

Rua General Roca, 586 - Loja B
Tijuca - Praça Saens Peña
Atendimento: 7h às 20h
3648-1335
LEVE ESTE E GANHE 10%



A HISTÓRIA DA TIJUCA

Autossuficiente, tanto em sua estrutura quanto no orgulho de seus moradores, está entre os bairros mais antigos, tradicionais, caros e populosos da capital, com alto índice de qualidade de vida. [Pág 2.](#)

centroOdonto
Clínica Odontológica

/CentroodontoRio
<http://centroodontorio.com.br>

Loja G Particular e Convênios

TIJUCA (21) 3557-0154 | (21) 3557-0384

DESENTUPIDORA CAMPOS
Desentupimentos em Geral

24h
Pia
Coluna de Gordura
Águas Pluviais
Tanque
Lixeira
Conduite
Esgoto e Fossa em Geral

Tel. 4108-9413 | 98332-4048
Aos domingos 2556-0898

CIGANO DA ESTRADA
Baralho cigano para prosperidade, saúde e problemas afetivos.

Atendimento na Tijuca.
Atendimento à distância.
Faço todos os trabalhos que forem necessários.

Bernardo: (21) 99799-5543 / (21) 98210-7044

Bolos
ARQUITETA DOS SONHOS
VÁRIOS RECHEIOS MASSA CASEIRA

CASAMENTOS - 15 ANOS - BODAS

96414-2715

ALINNE ELIAS
OAB/RJ 173.925

(21) 4104-7839
(21) 98372-4480

Novo horário de funcionamento: 8 às 20h

www.aejus.com.br
atendimentoaejus@gmail.com

Rua Padre Elias Gorayeb, 15 - Sala 802 - Tijuca
CEP 20520-140 - Rio de Janeiro
(esquina c/ Rua Conde de Bonfim ao lado da Praça Saens Peña)

COMPRO TUDO ANTIGO
D^ª. VITÓRIA ANTIGUIDADES

Louças - Cristais - Marfins - Relógios
Faqueiros - Quadros - Pratarias - Móveis
Mármore - Lustres Bijouterias - Miudezas - Santos
Malas - Bronzes - Moedas - Joias - Biscuit - etc.

PAGO EM DINHEIRO RETIRO NA HORA

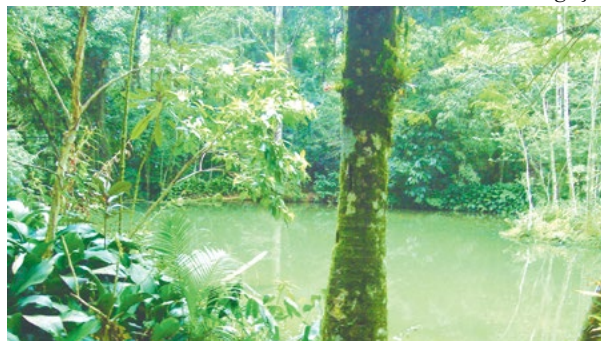
Ligue ou mande seu e-mail:
vitoriaantiguidades@hotmail.com

Tels.: 2235-1578 / 99839-8384

HISTÓRIA DA TIJUCA

Ela já foi chamada da Zona Sul da Zona Norte, mas em muitos aspectos está à frente até desta outra região da cidade.

Foto: Divulgação



Floresta da Tijuca.

São Francisco Xavier que deu o nome à fazenda dos jesuítas mais próxima do Centro: a Fazenda de São Francisco Xavier. Em 1759, com a expulsão dos jesuítas do Brasil pelo Marquês de Pombal, as suas fazendas foram vendidas a centenas de novos sítiantes.

A região passou a caracterizar-se pelas suas chácaras, mas, a partir do século XX, passou a um bairro tipicamente urbano. Mas assim mesmo é lá que está a terceira maior floresta urbana do mundo: a Floresta da Tijuca, plantada por determinação de dom Pedro II na segunda metade do século XIX, em terras de café desapropriadas, para combater a falta de água que se instalara na então capital do império. Desde aquela época já se sabia da importância da natureza que hoje é tão maltratada.

Trata-se de uma floresta secundária, uma vez que é fruto de um replantio, compreendendo espécies que não são nativas da mata atlântica, a cobertura vegetal original.

Por volta de 1865, havia a primeira linha de transporte em veículos sobre trilhos no Rio de Janeiro, com tração animal, anterior ao bonde elétrico, ligando

CONTINUA NA PÁGINA 08

Nutrideal faz sua festa mais gostosa!



Sua festa com praticidade

KIT 1 - 8 PESSOAS R\$ 125,00

- 100 Salgadinhos
- 2 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta redonda pequena
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

KIT 2 - 12 PESSOAS R\$ 168,00

- 150 Salgadinhos
- 3 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta redonda pequena
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

KIT 3 - 16 PESSOAS R\$ 241,00

- 200 Salgadinhos
- 4 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta redonda média
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

KIT 4 - 20 PESSOAS R\$ 284,00

- 250 Salgadinhos
- 5 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta redonda média
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

KIT 5 - 30 PESSOAS R\$ 406,00

- 350 Salgadinhos
- 7 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta redonda grande
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

KIT 6 - 50 PESSOAS R\$ 601,00

- 500 Salgadinhos
- 12 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta retangular
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

Aceitamos Encomendas



Rua Uruguai, 151
Tijuca

2208-4908

A Tijuca é sem dúvida, um dos mais importantes e tradicionais bairros do Rio de Janeiro. Enorme, tanto do ponto de vista de população quanto de território, tem o tamanho de muitas cidades. Ela também é autossuficiente, o que significa dizer que tem de tudo um pouco, o que facilita a vida de seus moradores, geralmente apaixonados e orgulhosos pela região.

HISTÓRIA

“Tijuca” tem origem no tupi e significa “água suja”, mas o significado não é tão feio quanto parece. Refere-se à região da Lagoa da Tijuca, que possui muito mangue e água parada, logo associada à suja, mas de terra, barro, nenhuma referência a esgoto, por exemplo. Essa lagoa está separada do atual bairro da Tijuca pelo Maciço da Tijuca. O bairro atual era caminho para a Lagoa da Tijuca, razão pela qual acabou por adquirir o nome.

Os portugueses venceram os franceses no episódio da França Antártica, em 1565, e, logo após isso, a região do atual bairro da Tijuca foi ocupada pelos padres jesuítas, que, nela, instalaram imensas fazendas dedicadas ao cultivo da cana-de-açúcar. Quem diria que no coração da cidade havia plantações!

Nessa época, foi construída uma capela dedicada a

Tia Li **QUENTINHA CASEIRA**

☎ 3874-9291 - Comida fresca **R\$ 12,99**
98226-0747 c/ opções diárias
PEDIDOS ATÉ 10H - De 3ª a Sábado (entregamos)

Temos empadão / Bolos / Salgadinhos
Kit festas a partir de R\$ 199,00 (completo)

Mudanças

À PORTUGUESA

25 anos de experiência

Temos guarda móveis.
Atendimento 24 horas.

Tels.: 2247-2687 | 96572-4725 | 98309-0898
wilcaportuguesa@hotmail.com

Caminhão Semanal para: Curitiba . Porto Alegre
Brasília . Nordeste . São Paulo

TRANSPORTADORA IRMÃOS UNIDOS

53 anos
no mercado!

Mudanças Comerciais e Residenciais
Estaduais e Inter-Estaduais
Guarda-Móveis
Içamentos

Orçamento
sem
compromisso
e pagamento
facilitado!

Rua Ana Neri, 181 - Benfica
Tels.: 2558-5000 / 3890-4392 / 3860-5673
2205-8244 / 2225-0810 / 99646-8939 / 98205-4333
www.mudancasirmaosunidos.com.br
transportadora@mudancasirmaosunidos.com.br

CURIOSIDADES...

JOGADOR MAIS VELHO A JOGAR UMA COPA

O goleiro egípcio Essam El-Hadary tornou-se o mais velho jogador a atuar em um Mundial, com 45 anos de idade. O feito ocorreu nesta última Copa do Mundo. O antigo recorde pertencia a outro goleiro, o colombiano Faryd Mondragon, que havia alcançado o feito ao entrar em campo devido a uma homenagem de seus companheiros, apenas para bater o recorde naquela altura. Ele tinha 43 anos de idade.

Até então, o recorde pertencia ao atacante camaronês Roger Milla, que disputou sua última partida na Copa do Mundo da Itália, em 1990 aos 42 anos.

O MAIOR PÚBLICO REGISTRADO

A quarta edição da Copa do Mundo, disputada no Brasil em 1950, registrou o maior público da história das Copas. O fato ocorreu no dia 16 de julho do Estádio do Maracanã, justamente na final do torneio contra a Seleção do Uruguai.

Por ter feito uma melhor campanha, a Seleção Brasileira se sagraria campeão com o empate. No entanto, a derrota de virada para a "Celeste Olímpica" diante de um público de 199.854 torcedores marcou o maior público da história das Copas, ironicamente marcou também uma das maiores derrotas da Seleção Brasileira em mundiais. A partida ficou conhecida como "Maracanazo".

JOGADORES COM MAIS PARTICIPAÇÕES

Somente três jogadores fazem parte do seletivo grupo com mais participações em Copas do Mundo. O goleiro mexicano Antônio Carbajal, disputou os mundiais de 1950, 1954, 1958, 1962 e 1966. O meio-campista alemão Lottar Matthäus, além de também ter disputado 5 Copas do Mundo 1982, 1986, 1990, 1994, 1998, sagrou-se campeão na Copa do Mundo de 90, disputada na Itália. Recentemente, o goleiro italiano Gianluigi Buffon, participou de sua quinta Copa do Mundo. Jogou os mundiais de 1998, 2002, sagrou-se campeão na Copa de 2006, disputada na Alemanha. Participou também do mundial de 2010 e da Copa de 2014, disputada no Brasil.



PERDA E DESLOCAMENTO

A posição que os dentes ocupam na boca interfere diretamente na mastigação que é a primeira fase do processo digestivo. Portanto a mastigação só será eficiente se cada dente estiver em seu lugar correto e em condições de exercer sua função. Nossos dentes dividem-se em molares, pré-molares, caninos e incisivos, sendo que os molares e pré-molares têm a função de amassar os alimentos e os caninos e incisivos de cortá-los. Os dentes sustentam-se na sua posição na arcada dentária pelo osso e gengiva. A perda de qualquer um destes elementos compromete a posição e a estabilidade, causando problemas.

A perda de dentes pode ser ocasionada por cárie ou doença periodontal (da gengiva) ambas causadas pela placa bacteriana (película fina de bactéria e "sujeira", que se gruda ao dente). Se não houver tratamento adequado, no caso da cárie ocorrerá possível dor de dente e posterior tratamento de canal ou extração (tirar o dente). Já no caso da doença periodontal ocorrerá a reabsorção do osso, presença de pus, mau hálito, mobilidade dentária e posterior perda dos dentes.

Na falta de um dente, os outros preenchem o espaço, deslocando-se de sua posição. A estrutura é modificada, afetando os movimentos da mandíbula (o osso da abertura e fechamento da boca), isso pode ocasionar dor de cabeça, estalo e zumbido no ouvido, dor no estômago devido à má digestão, fora que os dentes inflamados podem ocasionar dor nas articulações do corpo (odontologia sistêmica). Não deixe que isso ocorra com você, trate-se!!! Coloque prótese nos lugares com falta de dente; trate os outros dentes doentes, se tem "medo de dentista", use os novos tratamentos disponíveis no mercado como a anestesia sem agulha, mas não deixe que seu dente se perca. Tem dificuldade de mastigar, a oclusão não está correta? Faça uma avaliação ortodôntica e ortopédica, não prejudique seu organismo todo pela falta de dentes!!! Afinal, a saúde começa pela boca.

Até mês que vem,
Drª Renata Pescadinha



VALORIZAÇÃO DA MODA AFRO

A moda afro-brasileira se fixa na cultura brasileira e pode ser um suporte de comunicação de outras culturas como africana ou indígena, construindo assim sua própria identidade plural. A moda afro se mostra como um importante suporte da cultura afro-brasileira, o qual pode informar por meio de suas vestimentas a mistura que tivemos em nosso Brasil, principalmente a influência africanas e portuguesas, mas não somente essas, e sim todas que fazem parte da nossa base cultural.

Ao falarmos dessa moda e afirmá-la como um segmento dentro do mercado brasileiro, não se pode deixar de mencionar os percussores sociais, ou seja, aqueles que desenvolvem, criam, constroem um sonho em moda: os estilistas.

Nos anos 90, com o surgimento da Revista Raça, dedicada ao público negro, era comum estilistas destacarem em suas coleções estampas étnicas, com inspirações africanas.

Em 2012, a moda afro-brasileira começa a ficar em ascensão, as roupas africanas passam a ter um toque de tradição tanto em seus modelos como nas estampas com 100% identidade. A maior inspiração são as ruas, onde encontra gente de corpos e desejos diferentes.

A moda Afro é comunicação, por isso, a autoestima, o empoderamento e a identidade da mulher sempre está presente.

A roupa afro é algo totalmente atemporal e casual. É um look para qualquer momento do dia e qualquer lugar, além de levar uma ideia de elegância, leveza e riqueza que alguns estilistas não abrem mão, na seda, musselina, linho e viscose.

A moda afro-brasileira é para todos, não existe estereótipos. É simplesmente a cara do Brasil, uma mistura de etnias.

Por Eliz França
elizfranca@yahoo.com.br e 96948-3594.

DESENTUPIMENTOS DE ÁGUA LIMPA

AQUECEDOR NÃO LIGA?
POUCA PRESSÃO DE ÁGUA?

NÃO QUEBRE SEU BANHEIRO
OU COZINHA PORQUE SEUS
CANOS ESTÃO ENTUPIDOS

MÉTODO DE LIMPEZA SEM
PRODUTOS QUÍMICOS, SEM
PRESSÃO E SEM QUEBRAR.
ÁGUA QUENTE E FRIA

ORÇAMENTO **GRÁTIS**
VOCÊ SÓ PAGA SE FICAR
SATISFEITO
JEFERS

3852-2330 / 99399-3744

OFICINA DO ENTUSIASMO



Com
LIS Leila Dias
Treinadora Entusiástica

PARA VOCÊ VIVER BEM;
Em harmonia com a
Lei da Atração

WORKSHOPS

Às quartas-feiras, durante duas horas.
R\$ 20,00.

SE INFORME E CONFIRME SUA PRESENÇA:
2254-1182 ou 99939-5782.

Rua Conde de Bonfim, 289 A, sala 1006.
SAENS PEÑA, TIJUCA, RJ.
VISITAS SÃO COM HORA MARCADA



ADVOCACIA . CÍVEL . CONDOMINIAL
DEFESA DO CONSUMIDOR

Advogada Vera Feliciano

E-mail: verfeli_9@hotmail.com
Tel.: 98048-9204

adriana couto

BIJOUX

OFERTAS DE NATAL !!!

Compre e concorra a uma linda
bijuteria sorteada todo mês.

Rua Conde de Bonfim, 346 - quiosque 3
Galeria Vitrine da Tijuca - Praça Saens Peña
Tel. 3185-3331

ANUNCIE!

3681-5302 | 98738-5283
TIRAGEM MENSAL
10 MIL EXEMPLARES

EXPEDIENTE

ZONA NORTE
10 MIL EXEMPLARES
(O único com distribuição de reposição.)

Telefone: 3681.5302 | 98738-5283

Atendimento Zona Sul: 2ª a 6ª, das 9h às 19h.

E-mails: publicidade@correiocarioca.com.br

redacao@correiocarioca.com.br

Site: www.correiocarioca.com.br

Twitter: @correiocarioca

Facebook: www.facebook.com/correiocarioca

Jorn. Resp.:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Comercial e Marketing

Luiz Jardim

Diagramação:

A&S Mkt Direto

Artes Gráficas: Márcia Oliveira

Equipe de Redação e Fotografia:

Eduardo Oliveira, Raquel Lima,

Antonio da Silva e Fernando de Andrade.

Impressão: A Tribuna

Fundadores: Rodrigo Silva e Luiz Jardim

Anuncie no Correio Carioca Zona Sul também e seja visto em 20 mil jornais. Botafogo, Humaitá e Urca.

Informes Publicitários e anúncios são de responsabilidade exclusiva de seus autores, não cabendo ao jornal nenhuma responsabilidade sobre os mesmos.

MUITA DIVERSÃO E CULTURA EM NITERÓI

Que tal turistar pertinho? Museus, fortalezas históricas, lindas praias e agitada vida noturna.

Foto: *Luciana Dávila*

Por Antonio da Silva

Às margens da Baía de Guanabara e do oceano Atlântico e vizinha à capital do estado, Niterói oferece muitas opções de lazer e atrações históricas.

Belas praias, museus, igrejas seculares e fortalezas militares da época da colonização do Brasil fazem parte do roteiro turístico da cidade, que também oferece diversão noturna através de seus bares e restaurantes. Passado e presente caminham lado a lado em Niterói.

Fundada em 1573 pelo cacique Arariboia, a cidade atualmente possui cerca de 500 mil habitantes, sendo a 6ª mais populosa do estado e uma das mais prósperas do país. Integra a região metropolitana do Rio e foi a capital do estado até a fusão com a Guanabara, em 1975. Seu nome quer dizer “água que se esconde”, em Tupi, idioma dos índios que habitavam boa parte do território nacional à época da chegada dos portugueses.

ATRAÇÕES HISTÓRICAS: A Fortaleza de Santa Cruz, localizada em área militar na entrada da Baía de Guanabara, oferece passeios guiados. Além de aprender sobre a história do local, o visitante se deslumbra com a belíssima vista de Niterói e do Rio.

Santa Cruz serviu para ajudar a expulsar os franceses da região, no início da colonização portuguesa.

Alguns elementos de grande interesse da fortaleza são: as antigas celas e câmaras para prisioneiros e piratas; as enormes baterias de canhões; belíssima arquitetura e a capela de Santa Bárbara, que abriga a santa original da época de sua fundação. Há uma lenda que diz que sempre que os antigos soldados tentavam levar a santa para outro lugar, o mar se revoltava e eles não conseguiam lograr êxito, até que resolveram deixar a imagem na capela da fortaleza.

A região tem outros fortes, pois Portugal, durante a colonização, resolveu proteger a entrada da Baía de Guanabara, considerada de grande importância estratégica defensiva.

CULTURA: Apesar de recente (foi fundado em 1996), o Museu de Arte Contemporânea (MAC) possui valioso acervo e constantemente abriga exposições de artistas consagrados. Além disso, a linda edificação construída no Mirante da Boa



Viagem parece pairar sobre as águas da Baía de Guanabara. O projeto do arquiteto Oscar Niemeyer fez o MAC se destacar na linda orla de Niterói e em pouco tempo se tornou um dos principais símbolos da cidade.

LAZER: Parque da Cidade – A entrada do parque está situada na Praia de Charitas. Para chegar ao local é preciso subir a pé ou de carro seus quase 300 metros de altura. O lugar é frequentado por praticantes de voo livre, pois há duas rampas no local. Uma voltada para a própria Praia de Charitas e outra para a Lagoa de Piratininga. Além disso, o parque oferece linda vista de Niterói, de muitos bairros do Rio de Janeiro, da Baía de Guanabara e até mesmo da Ponte Rio-Niterói.

A cidade possui praias na Baía de Guanabara, sendo Icaraí a mais movimentada delas. Na região oceânica estão localizadas as praias mais afastadas do centro, como Cambinhas, Itaipu, Piratininga e Itacoatiara, que mesmo distantes recebem muitos banhistas, em razão de sua beleza.

RESTAURANTES E BARES: Os bairros de Charitas e São Francisco possuem grande quantidade de restaurantes, bares, casas noturnas e quiosques à beira da praia. Nos finais de semana, à noite, há muito movimento no local, que é frequentado por pessoas de todas as idades. Outro importante centro gastronômico da cidade é o bairro de Jurujuba. Há no local uma colônia de pescadores e, como não poderia deixar de ser, muitos restaurantes típicos de frutos do mar.



ABERTURA DE EMPRESA GRÁTIS!

Acesse: www.contadoraroma.com.br

Rua Barão de Mesquita, 663 lj 19 - Tijuca
Telefone: (21) 4042-8858

MARCENEIRO

**ARMÁRIOS EMBUTIDOS
COZINHAS - BANHEIROS, ETC**

VENDO PRATELEIRAS BRANCAS SOB MEDIDA

Profissional com mais 35 anos no ramo.

Rangel

2693-4255 / 98717-8145

Sede Própria em Nilópolis



Estética Global

PROMOÇÃO! 50% de desconto em 30 min. de massagem relaxante em colchão massageador. Sai por 25 reais!

**FACE E CORPO**

Micropigmentação de Sobrancelhas
Aparelhos Modernos e
Cosméticos Nanotecnológicos

Esteticista Vanda

Pós Graduada em Estética Clínica

(21) 99178-1016

Boulevard 28 Office - Sala 418 | Boulevard 28 de Setembro, 62
Vila Isabel - em frente ao Hospital Pedro Hernesto

**GRUPO R2 ASSESSORIA CONTÁBIL**

Empresa especializada

na área contábil, fiscal e do

departamento pessoal, que facilitem

as tomadas de decisões dos diretores, sócios, investidores e financiadores de projetos sociais.

Venha nos conhecer, acesse no site

www.r2assessoria.com.br

e conheça um pouco mais da nossa missão, visão e valores ou entre em contato através dos...

...Fones: 21-2210.0859

| 3247.4843 ou 8216.9954

ANUNCIE AQUI

R\$ 44,90 p/ mês - contrato de 6 meses
(DIREITO A MIL CARTÕES DE VISITA!!!)

R\$ 49,90 p/ mês - contrato de 4 meses

R\$ 55,00 p/ mês - contrato de 3 meses

Ligue agora: 3681.5302 | 98738-5283

ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

**Para sua obra
não parar,
Vem economizar
na Amoedo!**

Amoedo

FREI CANECA

Rua Frei Caneca, 68 - Centro / RJ



Informações:
(21) 2490-9110

Compre pelo site:
www.amoedo.com.br



lojaamoedo
amoedohomedecor
amoedodesign



TEMOS ESTACIONAMENTO

BARRA DA TIJUCA - Av. das Américas, 5.150 • **BOTAFOGO** - Rua São Clemente, 14 • **CAXIAS** - Rod. Washington Luís, 4.735 • **CENTRO** - Rua Frei Caneca, 68 • **NOVA LOJA COPACABANA** - Av. N. S. de Copacabana, 264 • **FREEWAY BARRA** - Av. das Américas, 2.000 • **IPANEMA** - Rua Farma de Amoedo, 107/109 • **NITERÓI** - Rua São Lourenço, 87 • **PRAÇA SECA** - Rua Cândido Benício, 2.113 • **MADUREIRA** - Rua Dagmar da Fonseca, 54 • **RECREIO DOS BANDEIRANTES** - Av. das Américas, 21777 • **JARDIM BOTÂNICO** - Rua Pacheco Leão, 960

Amoedo

Construir, reformar e decorar não tem segredo.

Amoedo
HOME DECOR

Amoedo
DESIGN

Sexo sem Mistério

MAS EU ME MORDO DE CIÚME

Se a criança sente ciúmes dos pais por que é incapaz de viver sem seu auxílio, há quem diga que nesse caso, ele é um mecanismo adaptativo. Mas e como ficam os adultos? A menos que mantenham a insegurança num nível infantil, não teriam porque ter esse tipo de sentimento, certo? Errado.

Quem nunca sentiu seu gosto azedo ainda que burro velho? Confuso, egoísta, contraditório, complexo, presente entre irmãos, nas relações no trabalho ou amorosa. Palavra de complicada tradução, às vezes mais fácil, ainda que difícil de ser sentida. Se algumas teorias o propõem como uma emoção imatura, outras dizem que é uma expressão normal, sem traço de imaturidade ou neurose. Na verdade, ele pode ser revelado como um tempero da relação ou o seu veneno, o que não quer dizer necessariamente patológico. Vivemos num mundo incerto onde confiamos nos nossos sentidos para recolher informações e o medo de perder a ilusão de ser único na vida de alguém ou de ser substituído é que mascara a realidade dando novas cores e significados aos acontecimentos para os ciumentos.



Normalmente esse é seu lado negro, mas, além desse tem o lado adaptativo que funciona como adubo para a relação. É um combustível para os parceiros, que não tem a ver com posse, mas com amor. É quando a dor nos alerta para uma ameaça verdadeira, quando a indiferença sexual não é um problema fora da relação, quando reunimos sinais e nos sentimos abandonados.

Pode-se chamá-lo por vários nomes: baixa auto-estima, imaturidade, insegurança. Fato que são poucos que conseguem ignorá-lo. Mas mesmo que não seja esquecido, é possível dominá-lo ao deixar de sofrer por aquilo que não se tem o controle. É importante se valorizar e aprender a confiar em si. E a recíproca é verdadeira: é importante valorizar e confiar no outro. Tendo isso na cabeça, é só correr pro abraço.

Dra. Ana Paula Veiga

ANUNCIE AQUI

PROMOÇÃO!

R\$ 139,90

p/ mês - contrato de 6 meses
(DIREITO A 5 MIL PANFLETOS GRÁTIS!!!)

R\$ 139,90

p/ mês - contrato de 5 meses

R\$ 189,90

p/ mês - contrato de 3 meses

Ligue 3681-5302 | 98738-5283
ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO



Atendimentos: Psicologia, Nutrição; Acupuntura; Aurículo Medicina; Massagem Ayurvédica, Bambuterapia, Pedras Quentes, Candle Cream, Pindas Sweda, Ventosas, Moxabustão, Reflexologia, Shiatsu, Drenagem Linfática; Estética Corporal, Facial e Avançada (peelings; Botox; Microagulhamento; Intradermo Enzima; Preenchimento Facial); Aromaterapia, Cristaloterapia, Cromoterapia, Mapa Cromático, Cura Arcthuriana, Cura Multidimensional, Florais de Bach, Mesa Radiônica, Psicoaromaterapia, Radiestesia, Reiki. Astrologia (Kármica, Mapa Natal, Revolução Solar, Trânsitos Anual e Sinastrias), Alinhamento Energético, Barra de Access, Constelação Familiar, Círculo de Sagrado Feminino, Feng Shui, Limpeza de Aura, Meditação, Numerologia Cabalística, Numerologia, Oráculos, Terapia Xamânica, Pranic Healing, ThetaHealing.

SUBLOCAMOS PARA TERAPEUTAS – VENHAM NOS CONHECER!

CONTATOS: 21 3518-8460; 21 99324-9670 (WHATSAPP)
INSTAGRAM: GAIAPHOLISTICA; GAIA_HOLISTICATERAPIAS
PÁGINAS/FACEBOOK: GAIA DESENVOLVIMENTO HUMANO E TERAPIAS HOLÍSTICAS;
GAIA TERAPIAS HOLÍSTICAS
SITE: WWW.GAIAPHUMDESENVOLVIMENTO.COM.BR
BAIRRO: TIJUCA (PRÓXIMO À ESTAÇÃO DE METRÔ SÃO FRANCISCO XAVIER).

CURSOS
ACONTECENDO
EM GAIA.
ENTREM
EM CONTATO.

MEDITAÇÃO
GRATUITA:
Todas as
terças-feiras.
(Vagas limitadas,
necessário
confirmar).

• THETAHEALING ATENDIMENTO SOCIAL; CURA MULTIDIMENSIONAL ARCTHURIANA AMBULATÓRIO SOCIAL;
ACONTECENDO ÀS QUINTAS-FEIRAS (ALTERNADAS) – COM AGENDAMENTO.
• ATENDIMENTO SOCIAL COM PRANIC HEALING – ACONTECENDO ÀS TERÇAS-FEIRAS (ALTERNADAS) – COM AGENDAMENTO.

COLUNA APRENDENDO NO MUNDO COACHING

1440

O NÚMERO DA SUA VIDA

1440. O que esse número representa para você? Você já parou para pensar que nada é mais justo do que o tempo? Não importa se você é a pessoa mais rica do mundo, não importa se é a mais inteligente ou a mais famosa, todos nós temos 1440 minutos para viver a cada dia.

E o que você anda fazendo com seus preciosos minutos? Gastando em redes sociais? Assistindo muita televisão? Você está perdendo tempo? Você está perdendo vida!

É comum escutarmos pessoas reclamando que não têm tempo para isso ou aquilo. Mas o tempo não é comum a todas as pessoas? Porque será que temos a sensação de que as pessoas bem sucedidas sabem aproveitar melhor o seu tempo?

Vou te dizer algo muito simples, mas muito eficaz. As pessoas bem sucedidas não administram o tempo. Isso é impossível! Ninguém é capaz de "ganhar tempo". As pessoas bem sucedidas administram suas tarefas, suas ações, suas prioridades.

E o que você precisa mudar para ser mais produtivo e chegar ao final de cada dia comemorando o excelente aproveitamento do seus incríveis 1440

minutos?

Planejamento. Não diga simplesmente "eu tenho tanta coisa para fazer". Escreva tudo o que você tem que fazer, o que você quer fazer e o que você pode fazer. Separe na sua lista de tarefas aquilo que é obrigatório, o que é desejável e o que é possível. Não esqueça nada. Inclua as atividades que você anda adiando, que te trazem satisfação, que te fazem feliz. Talvez seja brincar um pouco mais com seus filhos, dar uma caminhada relaxante, ler um bom livro ou aprender algo novo. Determine quando você vai fazer cada tarefa, uma vez ao dia, três vezes por semana, duas vezes por mês, seja o mais específico possível. Tente definir exatamente o dia e a hora.

Foco. Agora, analise com muita atenção a sua lista e faça a sua própria definição de prioridades. Faça uma autoanálise, seja bem sincero e descarte, ou pelo menos diminua, aquelas atividades improdutivas. Cumpra o compromisso que você tem com você mesmo e comemore cada minuto em que você foi bem sucedido nas tarefas que você mesmo determinou para a sua vida.

Aprendendo no mundo Coaching.
Carol Lima | olive.carol@hotmail.com

Coluna

Dúvidas sobre INSS

por Dr^a Elaine Apolinário

APOSENTADORIA ESPECIAL

A aposentadoria especial é um benefício previdenciário concedido ao trabalhador que labora exposto a agentes nocivos insalubres, perigosos e ou penosos que podem causar algum risco à sua saúde ao longo do tempo.

O tempo mínimo de exercício da atividade para gerar o direito à aposentadoria especial é de 15, 20 ou 25 anos, conforme a agressividade do agente a que o trabalhador estiver exposto durante a sua vida laboral.

Esta exposição existe quando o ambiente de trabalho coloca as pessoas em contato com produtos químicos específicos, ou ainda expõe demais ao calor, frio, radiação, trepidação ou ruído. Também há a exposição para trabalhadores da construção civil (quando em contato com esgotos), para garis, motoristas de ônibus e caminhões, eletricitários (com exposição acima de 250Volts), trabalhadores que laboram como guarda armado, que fazem pintura industrial, dentre outros.

A vantagem deste tipo de aposentadoria se dá pelo menor tempo necessário de contribuição e pela inexistência de Fator Previdenciário, uma vez que não existe

idade mínima. A carência exigida são de 180 meses.

Até abril de 1995, o enquadramento se dava pela profissão exercida. Assim, bastava o exercício da profissão que a especialidade era concedida. Mas isso mudou. Atualmente, os documentos comprobatórios da atividade especial são o LTCAT (Laudo Técnico das Condições do Ambiente de Trabalho) e o PPP (perfil profissiográfico previdenciário). Tais documentos são elaborados por um médico ou engenheiro do trabalho e atestam o grau da exposição ao agente físico, químico ou biológico. É muito comum a negativa do tempo especial pelo INSS, mas não se assuste, pois existem grandes chances do Juiz conceder a especialidade no caso do ingresso com uma ação judicial. No caso de dúvidas, procure um profissional e faça valer seus direitos!

Dra. Elaine Apolinário
Advogada previdenciária
Faz consultoria para Diprev
Tijuca Assessoria Previdenciária.
Rua Conde de Bonfim, 344 bl 02
Sala 807 - Tijuca. Tel: 3199.1177 /
Whastapp: 96015-0254.

Dr^a Elaine Apolinário é especializada em Direito Previdenciário - OAB/RJ 173.977



facebook.com/DiprevTijuca
diprevtijuca@gmail.com
www.diprevtijuca.com.br
3199-1177 | 96015-0254

Rua Conde de Bonfim, n.º 344 Bloco 2 sala 807 - Tijuca.

CONCERTO DE MÁQUINAS DE LAVAR

10% DE DESCONTO

COMPROVADO: MENOR PREÇO DO MERCADO!

Visita Grátis
Garantia de 1 ano



30 anos de bons serviços

Especialista em Brastemp, Consul e Eletrolux

Tel. 3228-9471 / 2298-3775 / 99156-9782.
Rua Souza Cruz, 109 - Andaraí.



CURSO AUTOMAQUIAGEM

Maquiadora Monica Santos

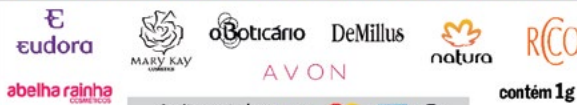


Entre em contato e faça sua inscrição!

(21) 99348-0502 / 2208-9244 | nikabellacosmeticos@gmail.com

Rua Conde de Bonfim, 310A - loja 3

VENDA DE PRODUTOS DAS MARCAS E PRESENTES



Aceitamos todos os cartões: VISA, Mastercard, American Express, Elo

contém 1g

RPG

FISIOTERAPIA E TERAPIA MANUAL



Correção de postura inadequada.
Melhora o aspecto estético e preventivo da má postura.

Alívio de dores na coluna.

Correção de desvios posturais.

Atua na prevenção e tratamento de hérnia de disco.

Correção das patologias músculo esqueléticas.



Rua Silva Pinto, 49 - Sobreloja 205
Vila Isabel - Vila Center Shopping
(21) 3594-0070 / 96433-1053

Atendimento domiciliar

www.facebook.com/fisioport



Nunes Curativos

Atendimento domiciliar

AGENDE UMA AVALIAÇÃO GRATUITA!

- CUIDADOR DE IDOSO E ADULTO
- CONSULTORIA CLINICA DE ENFERMAGEM
- REALIZAMOS CURATIVOS DIVERSOS
- AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DE ÚLCERA POR PRESSÃO

Veja todos serviços no site

www.nunescurativosad.com.br

(21) 99506-7041 / 4102-9596
contato@nunescurativosad.com.br

(Continuação da página 2)

HISTÓRIA DA TIJUCA



públicas, fenômeno mais forte na região do que no restante da cidade, por questões geográficas. Entretanto, no início da última década houve grande valorização imobiliária devido a melhorias estruturais.

ESCOLAS E CLUBES

A Tijuca tem muita tradição na educação. O bairro abriga tradicionalíssimas escolas, como o Colégio Pedro II, que teve instalada a sua primeira unidade de externato na Tijuca em 1858; o Instituto Superior de Educação do Rio de Janeiro, fundado em 1880; Colégio Militar; Colégio Maria Raythe, Colégio Marista São José, fundado em 1902 pelos irmãos Maristas, e Colégio Batista Shepard.

Há também clubes importantes, como o queridinho da cidade, o América Football Club, segundo time de todo carioca. O Mequinha, como é carinhosamente conhecido, conquistou sete Campeonatos Estaduais de Futebol, enfrentando os grandes da cidade, dentre outros títulos. Ainda há o famoso Tijuca Tênis Clube, o Country Clube, o Montanha, Monte Sinai, Municipal, a Associação Atlética Tijuca, além de uma gama de clubes portugueses.

Outras riquezas do bairro são as diversas e históricas igrejas católicas, como a de São Francisco Xavier.

o Largo do Rocio (a atual Praça Tiradentes) ao Alto da Boa Vista. Isto é, se tratava de regiões adjacentes à zona previamente urbanizada, como o Centro e os bairros ao seu redor, caracterizando-se, portanto, como regiões suburbanas no sentido literal.

É bom lembrar que nos Estados Unidos e na Europa, onde o processo de urbanização das cidades foi pioneiro, o subúrbio, em geral, é o espaço destinado às elites e classes médias, uma espécie de refúgio da confusão, sujeira e perigos do Centro, e geralmente com casas confortáveis.

Até o início do século XX, assim também era no Rio de Janeiro, local de nobreza, não tão refinada como Botafogo ou o Engenho Velho, que eram bairros da aristocracia, mas com serviços voltados a essa classe, que também se dirigiam para lá com fins de descanso.

A partir da reforma urbana do prefeito Pereira Passos, em 1903, que o conceito de subúrbio ganhou contornos pejorativos, com a implantação de uma nova ordem urbana no Centro da futura metrópole, associada também à expansão do mercado imobiliário para as classes altas à beira-mar. Economicamente, o proletariado foi praticamente “expulso” para os subúrbios, que passaram a ser vistos como locais estratégicos de escoamento dessa população, passando a palavra subúrbio a ter um caráter pejorativo.

Mas isso não se aplica à Tijuca e seus arredores, que sempre foram habitados por classes socioeconômicas privilegiadas, mesmo fazendo parte da Zona Norte. Trata-se na verdade de uma exceção.

Originalmente aristocrática, a Tijuca sempre foi um bairro valorizado do Rio de Janeiro, berço de famílias tradicionais e de uma classe média com bom poder aquisitivo. Já nos anos 80 e 90, o bairro viu surgir ou serem ampliadas várias comunidades carentes em seu redor, diante da inoperância de várias administrações

G. MARTINS REFORMAS
TRABALHAMOS COM REFORMAS E CONSTRUÇÕES EM GERAL
 CNPJ 13.555.484/0001-87
 Impermeabilizações em Geral | Hidráulica | Elétrica
 Forros em PVC e Drywall | Serviços de Solda | Serralheria
PARCELAMOS - ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO - TEMOS NOTA FISCAL
3495-7302 | 96404-2153 | 96404-2189

MONTADOR DE MÓVEIS

Montagem
 Desmontagem
 Manutenção
 Pequenos Reparos

Alessandro - Orçamento Grátis
 3979.5189 | 98225.8146 | 99165-5309

SALVE UMA VIDA. DOE SANGUE!

Aniversário
 Casamento
 Bodas de Casamento
 15 Anos

Jantar Comemorativo
 Coquetel
 Coffee Break
 Mesa de Frios

Thiago's Ornamentação

thiagoseventos@gmail.com | (21) 3181-8525 | (21) 98899-2205
 www.thiagoseventos.com.br | Rua Felipe Camarão, 08
 thiagos.maracana | Maracanã/RJ



ARMENIA CRISTINA DIAS LEONARDI

Advogada
 Aquisição de Nacionalidade
 Responsabilidade Civil
 Direito de Família

21 99587-9222
 acdleonardi@gmail.com

MARCENEIRO

MÓVEIS PLANEJADOS 100% MDF

- COZINHAS • CLOSETS
- QUARTOS • SALAS
- BANHEIROS
- LUSTRADOR DE MÓVEIS
- RESTAURAÇÃO DE MÓVEIS ANTIGOS



ORÇAMENTO GRÁTIS 10x SEM JUROS!!! PREÇOS IMBATÍVEIS

Samuel Marceneiro 3770-0346
 www.samuelmarceneiro.com.br 99237-1970 (Claro)
 samu.azevedo@hotmail.com 99760-4513 (Vivo)

PERSONAL ORGANIZER (ORGANIZADORA DE AMBIENTES)

Dê um up em sua vida
 através da organização,
 trazendo qualidade
 de vida e bem-estar.



Residencial - Closet - Despensas
 Recém-Casados - Debutantes - Office
 Baby - Pré e Pós Mudança
 Acumuladores - Pós-Luto

Lurdes D'Elia

99341-7171
 Instagram :lurdesdelia
 ltd.delia@gmail.com

Kátia Monteiro

98143-6703
 katiaprmonteiro@terra.com.br

PAULO JOSÉ Psicólogo Junguiano

CRP: 05/47632



www.psicologojunguiano.com.br
 TEL.: (21) 9 8133-8671
 E-MAIL: PAULOJOSERIO@GMAIL.COM

RELIGIÃO E ESOTERISMO

LOJA ENCANTO DOS ORIXÁS

"A alegria de sermos Umbandistas e Candomblecistas!"

UMBANDA - CANDOMBLÉ - ESOTERISMO

*INCENSOS: 10 por R\$ 13,00

*DEFUMADOR (Queima sem Carvão): R\$ 1,50

*CACHACINHA: R\$ 3,90

*CARVÃO 3kg: R\$ 9,00

FUNCIONAMOS ATÉ ÀS 20H

DIREÇÃO: PAI BETO DE AIRÁ (EX SOUSA FRANCO)
RUA FARIAS BRITO, 8 - C - GRAJAÚ - VERDUN
2571-4566

AULAS

AULAS DE MÚSICA

CANTO - TECLADO - PIANO
Crianças, jovens, adultos e 3ª idade.
Partitura e cifra.
Hora/aula: R\$ 45,00TECLADISTA / CANTORA
para Casamento,
Bodas e Eventos.
Repertório variado

Tel: (21) 2261-5318 / 99288-8182

PROFESSORA LENA FREITAS

Não deixe a reprovação
entrar em casa!

- Reforço Escolar (Português / Matemática)
- Acompanhamento individual
- Concursos

Ensino Fundamental
completo

Tel. 2587-9076 | 99729-4353

ALUGO ESPAÇO PARA FINS COMERCIAIS

(Psicólogos, Advogados, Fisioterapeutas,
Aulas, Guarda-Volume, etc.)

Com 20m² e banheiro. Pé direito de 3 metros.

R\$ 600,00 p/ mês s/ fiador. Tel. 99236-3448 / 2572-7510

GASTRONOMIA

PROMOÇÃO DE INVERNO!!!!

VINHO DE MESA

- GARRAFÃO DE 4,6l - R\$ 50,00
- GARRAFA DE 750ml - R\$ 16,90Tel: 99483-9561
(Claro)

ANUNCIE AQUI

Só R\$ 19,99 p/ mês - contrato de 4 meses
R\$ 24,90 p/ mês - contrato de 3 meses

Tel. 3681.5302 | 98738-5283 | ACEITAMOS CARTÃO

ANUNCIE AQUI

Só R\$ 19,99 p/ mês - contrato de 4 meses
R\$ 24,90 p/ mês - contrato de 3 meses

Tel. 3681.5302 | 98738-5283 | ACEITAMOS CARTÃO

SAÚDE

CUIDADORA DE IDOSOS

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL QUALIFICADA POR REFERÊNCIA

Realizando Diversos Procedimentos para sua Rotina. Banhos,
alimentação, etc. Domiciliar ou Hospitalar. Folguista Plantão 12h.
Noturno/Dia. Atendemos vários bairros.

21 97683-2633 - Katia

FISIOTERAPIA

Fisioterapia Geral - Fisioterapia Reumática
Fisioterapia Respiratória Neurológica - Ortopedia Pediátrica
Estética - Pilates Solo - RPG - Kinesiologia
Drenagem Linfática - Drenagem Linfática Pré e Pós operatória
Massoterapia - Massagem Modeladora - Aurículo Acupuntura
Manobras Quiropraxia (Manipulação de Coluna)
Exercícios para 3ª Idade e GrávidasMenor Preço da Região: 50 reais!!!!
Av. Maracanã, 43 - Maracanã
Tel: 3179-1020

Fisioterapia Geral

Terapias Integrativas e
ComplementaresFisioterapia Respiratória
Fisioterapia Neurológica
Fisioterapia Reumática
Fisioterapia Traumatológica Ortopédica
Drenagem Linfática

Acupuntura

Aromaterapia

Auriculoterapia

Shiatsu

RE-98 Crefito 2
CNPJ: 28.383.446/0001-61Tel.: 21 2572-2210 | Rua Dona Maria, 100 - Vila Isabel
fisioterapia@yahoo.com.br

SOM, IMAGEM E INFO

GRAVE TUDO EM DVD OU PEN DRIVE

Filmes em Super 8, Filmes em 8mm,
Fitas de Vídeo (todas), Slides.

Caminho Digital FAZEMOS FILMAGEM EM GERAL!

2537.0863 / 98829.4527
www.caminhodigital.com.br / contato@caminhodigital.com.br

ANUNCIE AQUI

só R\$ 29,99

p/ mês - contrato de 4 meses

R\$ 34,90

p/ mês - contrato de 3 meses

Ligue agora: 3681.5302 | 98738-5283

ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

MARCENARIA E FÓRMICA

NELSON FÓRMICAS
REVESTIMENTOS E MARCENARIAColocador de Fórmica Especializada à 18 Anos.
Fórmica sobre parede embolsada ou com azulejo.
Aplicação de Fórmica sobre Gesso Acartonado.
Formipiso, Paviflex, Dura Flor e Diversos tipos de Bases.
Colocamos Tábua corrida, Portas e Fechaduras.
Colocação de Rodapés.3109-2469
99164-0550CARPINTARIA EM GERAL
Orçamento sem compromisso
Nelson Formicas

VESTUÁRIO

VICTOR BORDADOS

BORDADOS COMPUTADORIZADOS

BORDADOS EM GERAL
CRIAÇÃO DE LOGOTIPOS EM BORDADOS
CONCERTOS DE ROUPAS

- Rua Barão de Mesquita, 663 Loja 4
Tel: 2266-2143
- Rua Siqueira Campos 143
(Shopping de Antiquários)
Tel. 99019-1159
- Cel: 98669-2503

victorbordados@yahoo.com.br

ESTÉTICA

REVENDEDORA JEQUITI AVON E NATURA

Jequití AVON natura

Venda de perfumes, batons, hidratante, e muito mais.
Aceitamos cartões de crédito e débito e pagamento a vista.Tel: 2298-3775 / 3228-9471 / 99141-1142
Rua Dr Aquino 58 - AndaraíSTUDIO
CARLA GOMESAv. 28 de setembro, 389 / sl 213
Vila Isabel

97630-4680 | 98782-2742

PROMOÇÃO!!! LIMPEZA DE PELE + PÉ + MÃO = R\$ 99,90

FACIAL: Depilação, Design de Sobrancelha,
Peeling Químico e de Diamante, Clareamento,
Massagem, Revitalização.CORPORAL: Depilação, Bambuterapia,
Drenagem linfática, Dreno Detox, Massagem,
Magic Pump e muito mais.

UNHAS: Serviços de manicure em geral, Especialista em Fibra de Vidro.



“UMA PILHA DE PRATOS NA COZINHA”, DE MÁRIO BORTOLOTTI, REESTREIA NO RIO

Montagem que marca a estreia do ator Alexandre Borges como diretor teatral é considerada um dos melhores textos de Bortolotto.

“Uma Pilha de Pratos na Cozinha” nos faz refletir sobre a vida e o sentido de nossa existência, numa direção belíssima de Borges que soube com rara sensibilidade criar um espetáculo forte e de alta relevância artística, contando com um elenco que soube dar o peso certo para cada palavra criada milimetricamente por Mário Bortolotto.” Renato Mello

O drama Uma Pilha de Pratos na Cozinha retorna aos palcos cariocas para curta temporada no Teatro Rogério Cardoso (porão) do Teatro Laura Alvim, Ipanema, espaço da Secretaria de Estado de Cultura do Rio de Janeiro e da Fundação Anita Mantuano de Artes (FUNARJ), a partir de 13 de novembro, 19h, com temporada às terças e quartas-feiras até o dia 5 de dezembro.

Considerado um dos melhores textos de Bortolotto, a peça narra a história de quatro amigos que encaram uma longa jornada noite adentro num

apartamento. Eles falam sobre vida e morte ao som de muito rock'n roll, drogas e bebidas.

Em cena, Júlio, um jovem avesso às relações com outros seres humanos está enclausurado em seu apartamento, enquanto sua pilha de pratos cresce na pia. Chegam três presenças em série que mexem com essa monotonia: Daniel, um amigo sanguessuga fracassado; Breno, o síndico do prédio e Cristina, ex-namorada de Júlio e doente terminal.

A peça é marcada por tiradas ácidas, sarcásticas, inteligentes e entremeadas com a inação das personagens que sabem bem analisar suas próprias vidas, mas não conseguem se mover. Faz com que naturalmente o espectador saia do teatro pensando sobre a vida. Como é a sua vida? O que você faz dela, ou não faz? Enfim, não existe certo nem errado. É tudo um grande ensaio.

Idealizada pelos atores Silvana D’Lacoc e Rodrigo Rosado, “Uma Pilha de Pratos na Cozinha”

ANUNCIE AQUI

só **R\$ 29,99**

p/ mês - contrato de 4 meses

R\$ 34,90

p/ mês - contrato de 3 meses

Ligue agora: 3681.5302 | 98738-5283

ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

homenageia o grupo de teatro paulistano Cemitério de Automóveis criado pelo dramaturgo, ator, diretor e músico Mário Bortolotto e marca a primeira direção teatral do ator Alexandre Borges, que integrou o grupo de teatro Boi voador, de Ulysses Cruz.

A direção de Borges aconteceu pela admiração que ele tem pelo autor, um de seus contemporâneos. A dupla já havia trabalhado nos cinemas e agora renova a parceria nos palcos.

– Essa estreia como diretor veio por acaso. O Mário liberou um de seus textos para uma montagem carioca. A conversa inicial aconteceu em 2013 e a equipe achou que eu seria um cara legal para acompanhar a produção desde o começo e prestar uma homenagem aos 30 anos do Cemitério de Automóveis que aconteceu em 2014. Topei pelo entusiasmo! – celebra Borges.

SINOPSE: Quatro amigos num apartamento com uma pia lotada de louça suja, metáfora sobre o submundo de São Paulo, falam sobre vida e morte ao som de muito rock'n roll. É neste contexto que acontece o drama “Uma Pilha de Pratos na Cozinha”, texto de Mário Bortolotto que encerra a trilogia da Praça Roosevelt e marca a primeira direção teatral do ator Alexandre Borges.

SERVICO

Uma Pilha de Pratos na Cozinha

Reestrela: 13 de novembro – 19h

Temporada: Até 5 de dezembro de 2018

Horários: Terças e quartas-feiras, às 19h

Local: Espaço Rogério Cardoso (Casa de Cultura Laura Alvim)

Lotação: 53 lugares

Endereço: Av. Vieira Souto, 176 - Ipanema, Rio de Janeiro - Telefone: (21) 2332-2016

Preços: 30,00 (inteira) / 15,00 (meia entrada)

Vendas: <https://www.ingressorapido.com.br/>

Classificação: 16 anos

Duração: 55 minutos

Gênero: Drama

Funcionamento da bilheteria/teatro:

Terça a sexta – 16h às 21h

Sábado – 15h às 21h

Domingo – 15h às 20h

PONTOS DE DISTRIBUIÇÃO DO CORREIO CARIOCA

Estes parceiros contribuem com a informação no seu bairro.

> **EDIFÍCIO OPEN (Prédio Comercial)**

Rua 28 de Setembro, 44 - Vila Isabel.

> **CONDOMÍNIO VARANDAS DA VILA**

Rua 28 de Setembro, 86 - Vila Isabel

> **JULIO'S COIFFEUR**

Av. 28 de Setembro, 134 - Vila Isabel. Tel. 2568-4995.

> **SALÃO TOP VILA**

Rua Sousa Franco, 386 A - Vila Isabel. Tel. 2577-4252.

> **CONDOMÍNIO VILA SPACE CENTER**

Rua Sousa Franco, 425 - Vila Isabel. Tel. 3879-0728

> **PADARIA VILLAS GARDEN**

Av. 28 de Setembro, 253/255 - Vila Isabel. 2234-7734

> **VILA SHOPPING - GALERIA 226**

Av. 28 de Setembro, 226- Vila Isabel.

> **ÓTICA APOLO**

Av. 28 de setembro, 258 lj D - Vila Isabel. Tel. 2576-0726.

> **OFFICE PHOTOCOPY TRADE**

R. Teodoro da Silva, 507 A - Vila Isabel. Tel. 2576-3099.

> **VILA TRADE CENTER**

Rua 28 de setembro, 389 - Vila Isabel.

> **VILA TRADE SQUARE**

R. Barão de São Francisco, 373 - Vila Isabel. 3879-5600.

> **CENTRO EMPRESARIAL THE OFFICER.** Visconde de Santa

Isabel, 20 - Vila Isabel. Tel. 3879-5570

> **CONDOMÍNIO VILA TRADE OFFICE**

R. Barão de São Francisco, 322 - Vila Isabel. 2576-4624.

> **PADARIA ESTRELA DO TIJOLINHO**

Rua Vega - Andaraí. 2258-7751.

> **GALERIA SAN REMO**

Rua Barão de Mesquita, 891 - Andaraí. Tel. 2238-3986.

> **NUTRIDEAL TORTAS**

Rua Uruguai, 151 - Andaraí. Tel. 2208-4908.

> **CRIE FABRIK**

R. Barão de Mesquita, 663, lj 18 - Andaraí. Tel. 3507-7689.

> **ENCANTO DOS ORIXÁS**

Rua Farias Brito, 8, loja C - Grajaú. Tel. 2571-4566.

> **GRAJAÚ TÊNIS CLUBE**

Av. Engenheiro Richard, 83 - Grajaú. Tel. 2577-2365.

> **LOTERIA DO MATHEUS**

Rua Barão de Mesquita, 948 - Grajaú. Tel. 2571-9852.

> **RENASCER LOTERIAS**

Praça Edmundo Rêgo - Grajaú. Tel. 2571-3713.

> **ANTUNES LOTERIAS**

Rua Uruguai, 329 - Tijuca. Tel. 2575-9453.

> **DISK KI-SOPA**

Rua Desembargador Izidro, 49 B - Tijuca. Tel. 3684-1211.

> **LABORATÓRIO RICHET**

Rua Pinto de Figueiredo, 55 lj A - Tijuca. Tel. 3184-3000.

> **LIVRARIA ELDORADO**

Rua Conde de Bonfim, 383, lj B - Tijuca. Tel. 2569-4747.

> **LOTERIA CHIANELLO**

Rua General Roca, 894 - Tijuca. Tel. 2568-0384.

> **VILA CENTER SHOPPING**

Rua Silva Pinto, 49.

> **MARINA'S ADVANCED - INSTITUTO DE BELEZA**

Rua Conde de Bonfim, 746 lj A - Tijuca. Tel. 2278-3809.

> **HOSPITAL DOS ÓCULOS**

R. Conde de Bonfim, 310, lojas C e D - Tijuca. 2234-0265

> **CENTRO COMERCIAL SAENS PEÑA**

R. Conde de Bonfim, 310 - Tijuca 2568-5993

> **EDIFÍCIO SAENS PENA MEDICAL CENTER**

Rua Conde de Bonfim, 255 - Tijuca. Tel. 2196-0255

> **GALERIA THOR**

Rua Conde de Bonfim, 142 - lj 13 - Tijuca.

> **ESPAÇO DAS ARTES DE A a Z**

Rua Araújo Pena, 88 - Tijuca. Tel. 3872-3735

> **DENTISTA MONIQUE**

Rua Major Ávila, 455 / lj G - Tijuca. Tel. 3474-4757

> **ESTRELUZ**

Rua Santo Afonso, 153 / lj A - Tijuca. 3359-5305

> **CRECHE E ESCOLA PEQUENO POLEGAR**

Rua Carvalho Alvim, 653 - Tijuca. Tel. 3172-3003.

> **CONSULTÓRIO DENTÁRIO DR. RAFAEL**

Rua Costa Pereira, 3 - Tijuca. 3904-4844.

> **ELETRICISTA JAIR**

Tv. Soledad, 32 - Maracanã. 3149-8988 / 99553-2777.

> **AULAS PARTICULARES**

R. Maxwell, 202 - Vila Isabel. Tel: 2572-7510 / 9133-0406

> **IMANTADO DIGITAL**

Rua Conde de Bonfim 831, lj D - Tijuca. Tel. 3592-2900.

> **EMPÓRIO**

Rua Almirante Córchrane, 146 - Tijuca.

> **GRAJAÚ COUNTRY CLUB**

R. Prof. Valadares, 262 - Grajaú. Tel: 2576-1996.

> **SALÃO TIJUCANO**

Rua General Roca, 586 loja B - Tijuca. Tel. 3648-1335.

GASTRONOMIA

NOSTALGIA DE SABORES

“Você lembra, lembra, daquele tempo...”, diz a música. Proust resgata memórias e revive a infância ao experimentar um bolinho “madeleine” na obra *Em Busca do Tempo Perdido*.

Como o escritor francês, todos já nos transportamos no tempo e no espaço ao associar determinados aromas culinários e sabores a lugares, momentos ou mesmo a pessoas queridas.

A gastronomia absorve influências e sofre modismos. Comida de festa já foi estrogonofê precedido por coquetel de camarão e seus molhos à base de creme de leite. Bebida era Cuba Libre, Bloody Mary, uísque com guaraná e vinho alemão em garrafa azul.

Algumas mudanças se justificam pela preocupação com a saúde. Se a alimentação é responsável pelo aumento nas doenças cardiovasculares, a saída é buscar alternativas mais saudáveis. Assim, virou passado a época em que ir a um fast food era um grande programa, destituído de qualquer culpa. Os sanduiches gigantes cobertos de chantilly, a banana split, os milkshakes – alguns de nomes exóticos, como vaca preta e vaca branca, conforme a cor do refrigerante misturado ao sorvete – deram lugar ao açaí, aos isotônicos industrializados e à água de coco.

Os anos 90 abriram as portas do mundo para as nossas despenas. A internet fez de nós seres globalizados – uma pesquisa no Google possibilita executar receitas de qualquer país – e os ingredientes estão à venda logo ali: tacos mexicanos, molhos indianos, algas japonesas, chocolates suíços e outros ingredientes antes só acessíveis a quem viajava para o exterior.

Ninguém mais cozinha com banha de porco e gordura de coco em lata, mas fomos apresentados a inúmeros tipos de arroz e ao verdadeiro risoto italiano. O tiramisú, o crème brûlée e o onipresente petit gâteau vieram ocupar o lugar dos bombocados e manjares. Até a ratatouille teve seu momento de fama, graças a um filme de animação.

As modas vêm, vão e voltam... mas as lembranças e emoções associadas aos pratos ficam.

Nádia Lamas

<http://vieirasetruflas.blogspot.com/>



COLUNA DO TEATRO



SOCORRO, AS FÉRIAS ESTÃO CHEGANDO!

Quando temos filhos, as férias também são uma preocupação: será que meu filho vai se divertir? Será que ele vai ter amigos? Será que vai dar tudo certo? Será que estou fazendo o melhor para ele? Pois a Cia de Teatro Contemporâneo, há 12 anos, realiza um projeto pensado especialmente para a garotada e oferece justamente uma alternativa diferente aos pais que desejam uma diversão saudável para seus filhos, mas que proporcione também um desenvolvimento da criatividade e sensibilidade.

Assim, a Colônia se apresenta criativa, divertida e com muita colaboração, o que faz com que todas as crianças que vivem essa experiência façam muitos amigos de verdade. São 3 semanas em que as crianças, a partir de 4 anos, poderão mergulhar no mundo das artes cênicas (teatro, circo, dança, artes plásticas e música) através da construção de um espetáculo teatral. A colônia propõe uma vivência em diversas áreas ligadas ao espetáculo teatral – confecção do cenário, preparação das coreografias, figurinos e interpretação. Dentro deste “Universo Teatro”, escolhemos uma peça. Criamos uma metodologia própria para divertir construindo, criando e explorando este tema, com momentos de pura brincadeira. E, ao final da colônia, encerramos com uma apresentação de uma peça com tudo o que foi criado e produzido pelas crianças. Ao final da Colônia, as crianças apresentam como resultado dessa experiência, um espetáculo feito por elas: PETER PAN NA TERRA NO NUNCA!

São apenas 14 alunos por turma, as aulas se realizarão



num teatro de verdade, para proporcionar a experiência mágica de experimentar a magia das luzes da ribalta. E para este ano teremos as opções: meio período ou integral (das 9:00 às 18:00).

“Fazendo Arte nas Férias” ocorre na Sede da Cia. de Teatro Contemporâneo - Rua Conde de Irajá, 253, em Botafogo.

Período: de 8 a 26 de janeiro de 2019 (todos os dias de 2ª a 6ª feira). Horário: das 13h às 18h (meio período) ou das 9h às 18h (período integral).

Investimento: R\$ 480,00 por semana ou R\$ 550,00 (com o lanche incluído), com desconto para quem fizer mais de uma semana.

Informações (contato): 21 2537-5204 e 31725206

Emails: cenaecia@gmail.com

ou teatro.secretaria@gmail.com

Site: <http://www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br/index.php/colonia-de-ferias>

SOBRANCELHAS FIO A FIO
MICROPIGMENTAÇÃO
DESIGN DE SOBRANCELHAS
APLICAÇÃO DE HENNA
APLICAÇÃO DE TINTURA
EXTENSÃO DE CÍLIOS FIO A FIO

Tels: 3502-9032/ 99494-0106

End: Boulevard 28 de Setembro, 226 lj. 109

Salão Vera's Coiffeur
Vila Isabel

@estudio.luana



marcojorgedigital

AULAS PERSONALIZADAS
DE NOVAS TECNOLOGIAS
E PLATAFORMAS DIGITAIS
INFORMÁTICA E CELULAR
SMARTPHONE PARA
IDOSOS E ADULTOS

10 anos de experiência
comprovada

www.interidade.com.br
21 96522-8899



ANUNCIE AQUI
PROMOÇÃO!

só R\$ 94,90

p/ mês - contrato de 6 meses
(COM DIREITO A 5 MIL PANFLETOS!!!)

R\$ 94,90

p/ mês - contrato de 5 meses

R\$ 100,00

p/ mês - contrato de 4 meses

R\$ 110,00

p/ mês - contrato de 3 meses

A metade deste tamanho
por apenas **R\$ 54,90 !!!***

*a partir de

Ligue 3681-5302 | 98738-5283

ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

Centro Especializado em
Prevenção, Diagnóstico e Reabilitação
de CÂNCER

Tratamento de Dor e Cuidados Paliativos

- Fisioterapia
- Fonoaudiologia
- Nutrição
- Oncologia Clínica
- Psicoterapia
- Psicologia
- Serviço Social
- Enfermagem
- Acupuntura
- Auriculoterapia

E s p a ç o

2204-8091

96737-2809

saúde &
vitalidade

Boulevard 28 de setembro,
44/304, Ed. Open, Vila Isabel
ESTACIONAMENTO GRATUITO

www.espacosaudееvitalidade.com.br

Pilates na
Terceira
Idade

Alívio das Dores
Fortalecimento Muscular
Maior Equilíbrio
Aumento da Flexibilidade
Alívio do Stress
Melhora da Auto-estima
Maior percepção dos movimentos

Agende sua
avaliação

fisioport
PILATES . ESTÉTICA

Rua Silva Pinto, 49 - Sobreloja 205
Vila Isabel - Vila Center Shopping
(21) 3594-0070 / 96433-1053

Atendimento domiciliar

www.facebook.com/fisioport

TODO DIA É DIA!

SALGADOS
A partir de
R\$ 3,50
15 unidades



Creμες

Pitaya



Cupuaçu



Açaí

CHURROS

Doce de Leite e Chocolate



MORDIDELA

Paixão à primeira mordida.

R, Visconde de Sta Isabel, Ed The Office, Loja B, Rio de Janeiro | 21 3879-5502



TRINDADE RELOJOARIA



**CONSERVAMOS SEU RELÓGIO
COM GARANTIA!**

Todos os tipos e marcas

**Trocamos baterias,
pulseiras e vidros**



**CONCERTO E CONFECCÃO
DE JOIAS!**



**Alianças - Anéis de Formatura
Colares - Brincos**

**Blvd. 28 de Setembro, 258 - Loja 5 - Vila Isabel
Tel.: 2578-6785**



Bella Vita

Residencial

CASA DE REPOUSO PARA IDOSOS NO ANDARAÍ

A nova proposta de instituição de longa permanência para idosos na região do Andaraí e Tijuca. Totalmente planejado para proporcionar qualidade de vida, a estrutura mantém características de residência voltada para a felicidade, segurança, conforto e o bem-estar dos idosos.

NOSSOS SERVIÇOS:

Acompanhamento geriátrico e neurológico semanal | Acompanhamento da equipe de enfermagem (técnicos) 24h | Acompanhamento com fonoaudióloga semanalmente | 06 refeições diárias elaboradas por Nutricionista especializado | Serviço completo de hotelaria | Calendário de Atividades Diversificado | Eventos Temáticos Mensais | Festa dos Aniversariantes do Mês com Música ao Vivo | Celebração Religiosa Semanal | Avaliação Odontológica



- AMBIENTE TOTALMENTE CLIMATIZADO
- ATENDIMENTO MÉDICO, NUTRICIONAL E COGNITIVO PERSONALIZADO PARA ATENDER AS DIFERENTES NECESSIDADES DE CADA RESIDENTE.

21 3178-3526 | 99931-8416 | 99158-4093 | contato@bellavitaresidencial.com.br
Rua Amaral, 57 – Andaraí - Rio de Janeiro/RJ | www.bellavitaresidencial.com.br