

CORREIO CARIOCA

Tijuca | Grajaú | Andaraí | Vila Isabel

correiocarioca.com.br /correiocarioca

ANUNCIE NA CAPA PROMOÇÃO!

Só **R\$ 114,90** p/mês - contrato de 6 meses (DIREITO A MIL CARTÕES DE VISITA!!!)
R\$ 124,90 p/mês - contrato de 4 meses
R\$ 135,00 p/mês - contrato de 3 meses

Ligue agora: 3681.5302 | 98738-5283
ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

ANUNCIE! 3681-5302 | 98738-5283 2ª a 6ª feira, das 9 às 19h
Comercial: publicidade@correiocarioca.com.br | Redação: redacao@correiocarioca.com.br

Desde 2008 | Ano XII | Nº 140 | setembro de 2019

Foto: divulgação

Moda Pág. 2

Sabe qual será a tendência do verão?

Receitas Pág. 3

Drinks e sobremesas dos deuses (e anjos).

Seu Direito Pág. 7

Pais podem cobrar pensão dos filhos?

Turismo Pág. 8

Tem paraíso ali na Baixada, pessoal!

Sexo Pág. 10

Sexóloga desvenda a mulher no sexo.

Teatro Pg. 11

Espectáculo pode ter até strip tease!.



GERAÇÃO DE SUPERIDOSOS

A ciência descobriu nos últimos anos que a atividade física melhora a qualidade de vida da terceira idade muito mais do que se pensava. Confira o que eles podem fazer e todos os benefícios! Pág 4



ADVOCACIA & ASSESSORIA
CONSULTORIA JURÍDICA

Dir. de Família / Dir. Imobiliário / Gestão Condominial

www.aejus.com.br (21) 4104-7839
/alinneeliasadvocacia (21) 98372-4480

Novo horário de funcionamento: 8 às 20h

OAB/RJ 173.925

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)



DESENTUPIDORA CAMPOS

Desentupimentos em Geral

24h

Pia
Coluna de Gordura
Águas Pluviais
Tanque
Lixeira
Conduíte

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

Esgoto e Fossa em Geral

COMPRO TUDO ANTIGO

DA 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



PÉ & CORPO
Podologia e esmalteria

2576-9395

VOCÊ GANHOU
UM CUPOM DE
R\$ 15,00
DESCONTO EM TODOS
OS TRATAMENTOS

*Cupom válido até dia 15/10/19.

*Exceto manicure. * Não acumulativo

*Exclusivo unidade Boulevard Shopping - Loja 307 - 2º Piso

NÃO FECHES FESTA SEM
VER NOSSAS PROMOÇÕES!



Aniversário - Casamento - Bodas de Casamento
15 Anos - Jantar Comemorativo - Coquetel
Coffee Break - Mesa de Frios - Ornamentação

(21) 3181-8525
(21) 98899-2205

VEJA FOTOS AQUI
www.thiagoseventos.com.br
Thiagos.maracana

Rua Felipe Camarão, 08 - Maracanã

HP Hospital das
Persianas

Novas & Reparos

Qualidade,
Requinte e
Fino Acabamento

Painéis Decorativos | Persianas Horizontais | Portas Sanfonadas | Persianas Verticais | Box / Acrílico e Vidro Temperado | Venezianas

✓ Lavagem ✓ Reparos ✓ Consertos ✓ Instalações

INSULFILM

Canela | 97000-8141 / PABX: 3802-0900

MÓVEIS SOB MEDIDA MAIS BARATO QUE FÁBRICA!

QUARTOS PLANEJADOS
COZINHAS PLANEJADAS
BANHEIRO
REFORMA EM GERAL
MARIDO DE ALUGUEL



3770-0346
99237-1970

PAGAMENTO EM ATÉ 12 x
1º ORÇAMENTO É GRÁTIS

www.samuelmarceneiro.com.br

MODA FASHION

TOP, SENSACÃO DO VERÃO!

Um brinde às blusinhas que vão aparecer no verão de forma confortáveis e fresquinhas! Esse look nos ajuda a aguentar altas temperaturas e a bater pernas com bastante estilo pelas ruas da cidade. Nesta matéria, vamos selecionar os tops que são coringas, somados àqueles que foram 'trend' em estações passadas, mas continuam como aposta certa.

Um look calorento vai muito além da regata básica, viu! É claro que a peça salva vidas nos dias de pouca inspiração, sendo uma das alternativas mais seguras para combinar com short e saias. Mas quando se pensa em tops, a gama de opções é vasta – principalmente na estação primavera/verão. Nossos palpites em matérias de blusinhas envolvem amarrações, babados, decote trançado, tecido fresh, como seda e cetim, linho, algodão.

“O cenário é de um verão romântico e confortável. Já que o boho volta a dar as caras, vale adotar blusas com volumes e riqueza em materiais. Se a pegada hippie não te satisfaz tanto, decotes, ciganinha ou costas à mostra é a modelagem ‘high neck’, a gola alta do calor, entram na conta. As cores candy ainda têm seu valor, mas são estampas da vibe tropical que estão com reinado consolidado lá na gringa”, afirma a estilista e consultora de moda Bruna Lioncio.

A dica, gata, é misturar os neutros do guarda-roupa com jeans, que você vai acertar na mosca, mas nada a impede de escolher uma cartela de cores mais acesa e tops com babados, amarrações e aplicações.

Por Eliz França

GASTRONOMIA XAROPE DE MAPLE?

Mais conhecido pelo nome em inglês que pelos equivalentes em nosso idioma - xarope de ácer ou de bordo, este produto é extraído da seiva da árvore no final do inverno e início da primavera no hemisfério norte, quando o metabolismo das árvores ainda está lento devido ao frio. Tal extração, iniciada pelos nativos, foi continuada pelos colonizadores europeus, que refinaram os métodos de produção. Há registros de que o explorador Jacques Cartier (século XVI) era grande apreciador do maple.

Até os anos 30 os EUA eram o maior produtor mundial de maple, tendo sido superados pelo Canadá, que atualmente produz 80% do total mundial. No Canadá, o maior produtor é a província de Quebec, enquanto os estados americanos que lideram a produção são Vermont, Nova York e Maine. Não por acaso a bandeira canadense ostenta uma folha da “maple tree”, enquanto a do estado de Vermont exibe a própria árvore. Durante a II Guerra Mundial, devido à escassez de alimentos, e durante a escravidão, por abolicionistas que desejavam boicotar produtos que utilizavam mão de obra escrava, o maple foi usado como substituto do açúcar.

Fora da América, países como a Coreia do Sul e o Japão produzem maple em pequena escala – sendo este último um grande consumidor e importador do produto.

Na hora de comprar, é importante verificar se o xarope é feito exclusivamente de maple, sem a mistura de outras substâncias – infelizmente, já vi à venda produtos com apenas 15% de maple. O maple de grau A tem cor mais clara e sabor menos intenso do que o de grau B. Dentro do grau A existem as subdivisões claro, médio e escuro. O grau A é mais usado como calda de panquecas e sorvetes, enquanto o intenso grau B é o melhor para uso culinário.

O maple possui sabor complexo, com notas de nozes, baunilha, café, flores e especiarias, e é rico em compostos antioxidantes.

Nádia Lamas

<http://vieirasetrufas.blogspot.com>

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

Mudanças

À PORTUGUESA

25 anos de experiência



Temos guarda móveis.
Atendimento 24 horas.

Tels.: 2247-2687 | 96572-4725 | 98309-0898

wilcportuguesa@hotmail.com

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

Monitoramento CFTV (Comercial ou Condominial)
Câmeras Wireless HD e FULL HD - Residências

Microsoft

Licenças MICROSOFT - Regularize a sua empresa

Sinalização Digital para Shoppings
Soluções em Tecnologia

DLN
Soluções e Serviços

Daniel de Assis Tel: (21) 96806-5720
E-Mail: comercial@dlnsolucoes.net

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

CURIOSIDADES

TRIÂNGULO DAS BERMUDAS

Um dos maiores mistérios do planeta, sem dúvida. Vários artigos foram publicados na década de 70 sobre essa área do Oceano Atlântico, circundada pelo litoral do sul da Virgínia, as Ilhas Bermudas e as ilhas Flórida. Esta região tem a fama de acontecimentos estranhos e trágicos como desaparecimento de embarcações, de aviões e navios com sumiço da tripulação.

A história começa com Cristóvão Colombo, que escreveu sobre "um extraordinário raio de fogo" imergindo no mar

ALGUNS CASOS ESPETACULARES

Em 1902, embarcação saiu de Cuba e foi encontrada no dia seguinte, no mesmo local, porém sem nenhuma pessoa a bordo. Os tripulantes simplesmente desapareceram.

Em 1945, o maior mistério da marinha americana. O "Voo 19", uma esquadrilha de cinco aviões, desapareceu. Nas conversas entre a torre e os aviões percebeu-se que os experientes pilotos americanos se perderam em região que conheciam. O mesmo aconteceu ao avião que foi fazer o resgate.

Outro caso curioso foi com avião que perdeu o contato pelo rádio e logo recupera-o, quatro minutos depois, mas descobre que agora está sobre Miami, com mais gasolina do que deveria ter para uma viagem normal.

CAUSAS APONTADAS

As causas apontadas são diversas. Dentre elas, a pirataria, em tempos antigos, a 2ª Guerra Mundial e a Guerra Fria são outros motivos apontados, que poderiam ter causado naufrágios. A região também é repleta de fenômenos naturais como seu magnetismo diferente, que alteraria as bússolas e outros equipamentos, embarcações e aviões, fazendo-os se perderem. Há também uma forte corrente que vai do Golfo do México à Flórida, com força para carregar grandes objetos flutuantes, além de grandes tempestades, furacões e até histórias de ondas gigantes. Relativamente recente, uma descoberta garante que depósitos de gás metano estão embaixo do oceano naquela região e que esse ao ser liberado produziria bolhas gigantes até alcançar a atmosfera. Ele reduziria a densidade da água e do ar, naufragando barcos e causando queda de aviões. No entanto, há cientistas que refutam tal ideia.

Enquanto os cientistas não se entendem, sobram explicações menos científicas. Há quem garanta que naquela região há um portal do tempo, outros afirmam que é uma região com muitos relatos de óvnis e também há pessoas que acreditam que ali ainda restam alguns cristais de Atlântida, a cidade perdida que teria afundado e seria próximo do local. Ganhou força quando pesquisadores descobriram sinais de civilização antiga.

COLUNA DELÍCIA CARIOCA

Por Chef C. Carioca

ESPECIAIS PARA O MÊS DOS PAIS

TORTA DE NOZES DO BOM VELHINHO

Ingredientes massa – 6 ovos, 1 copo pequeno de açúcar, meio quilo de nozes descascadas e partidas, 6 colheres (sopa) de farinha de rosca, 1 copo pequeno com leite de vaca, e uma colher (sopa) de fermento em pó.

Modo de fazer massa – separe as claras das gemas. Bata as gemas com os outros ingredientes em uma batedeira até formar bolhas. Separadamente, bata as claras em ponto de neve e vá adicionando à massa já batida, mexendo de leve, de baixo para cima até tudo ficar bem homogêneo. Unte uma forma de abrir, forre com papel coloque laminado untado e aí coloque a massa. Leve para assar por mais ou menos 40 minutos em forno médio.

Ingredientes recheio e cobertura – Uma colher (sopa) de margarina, uma lata de leite condensado, uma lata com leite de vaca, uma colher (sopa) de amido de milho e 300 gramas de nozes descascadas e partidas.

Modo de fazer recheio e cobertura – Leve ao fogo uma panela com a margarina para derreter e após adicione os outros ingredientes com exceção das nozes (o amido de milho deve ser dissolvido no leite de vaca). Mexa até formar um creme. Retire a panela do fogo e junte a maior parte das nozes, deixando um pouco para cobrir a torta. Recheie e cubra a torta com este creme não esquecendo de colocar as nozes reservadas.

PAPOS DE ANJO

Ingredientes – 12 gemas (retirar a película). 2 copos grandes de açúcar, um copo de água e baunilha.

Modo de fazer - bata as gemas na batedeira por 20 minu-

tos. Unte forminhas de empada, coloque a massa das gemas, arrumando as forminhas num tabuleiro e levando o tabuleiro para assar no forno pré-aquecido. Numa panela coloque o açúcar e a água. Leve ao fogo e deixe ferver até formar uma calda rala. Desligue o fogo e junte um pouco de baunilha. Depois de retirar os papos de anjo das forminhas, mergulhe-os nesta calda. Com uma escumadeira retire-os da calda e os coloque numa compoteira ou em forminhas de papel alumínio.



COQUETEL DE FRUTAS SEM ÁLCOOL

Ingredientes – uma lata de leite condensado, uma lata de creme de leite, a mesma lata para medir: suco de abacaxi, suco de uva, suco de caju, suco de maracujá, suco de goiaba e meia lata de groselha. (se achar que é muita quantidade de sucos, coloque mais um pouco de leite condensado e creme de leite).

Modo de fazer – coloque todos os ingredientes no liquidificador, (dividindo se a quantidade não couber no copo do liquidificador) bata bem, e sirva em taças com gelo.

Uma prática transformadora de auto aprimoramento através do constante desafio físico e mental em movimentos, tipicamente superando obstáculos e se adaptando a vários terrenos, buscando desenvolver resiliência, adaptabilidade, autonomia, força de vontade e domínio de si.

PARKOUR

GENERATIONS

BRASIL



✉ aulas@parkourgenerations.com | 🌐 parkourgenerations.com.br

adrianacouto
BIJOUX

Em qualquer compra você concorre a uma linda bijuteria.

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

☎ 3185-3331

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

ANUNCIE!

3681-5302 | 98738-5283

TIRAGEM MENSAL COMPROVADA
10 MIL EXEMPLARES**EXPEDIENTE**

ZONA NORTE

10 MIL EXEMPLARES

(O único com distribuição de reposição).

Telefone: 3681.5302 | 98738-5283

Atendimento: 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

Informes Publicitários e anúncios são de
responsabilidade exclusiva de seus autores, não cabendo ao
jornal nenhuma responsabilidade sobre os mesmos.Anuncie no Correio Carioca Zona Sul também e seja
visto em 20 mil jornais. Botafogo, Humaitá e Urca.**SUPERIDOSOS**

A ciência descobriu, nos últimos anos, que a atividade física melhora a qualidade de vida da terceira idade muito mais do que se pensava.

A expectativa de vida aumentou bastante nos últimos 50 anos, e estão aí as reformas das previdências de todo o mundo que não nos deixam mentir. Entretanto, uma coisa é viver mais, outra é viver mais e bem. Então, surgiu o desafio: como envelhecermos com qualidade de vida e a maior independência possível? E foi aí que os pesquisadores perceberam que um dos maiores aliados para se alcançar esse objetivo é a atividade física.

Claro que começar cedo é o ideal. Um idoso que é atleta amador desde os seus 20 anos colhe os benefícios desse tempo e tem maior facilidade. Mas a ciência é clara:

nunca é tarde para se começar. Vários são os casos de ex-sedentários que descobriram problemas de saúde aos 50 anos, até mesmo aos 70, 80, e começaram aí uma história de amor com o esporte. Alguns hoje até correm maratonas, outros participam de travessias a nado.

Mas ninguém precisa se tornar um atleta, aliás, o objetivo não é esse. A prática da atividade física nos idosos busca inicialmente facilitar a vida cotidiana nas coisas mais simples, como caminhar, deitar, sentar, levantar, e até respirar melhor. E isso é muito fácil de se alcançar.

BENEFÍCIOS

O ideal é que o idoso pratique esportes que desenvolvam flexibilidade, equilíbrio e força muscular, este último sobretudo nos membros inferiores, para aumentar a autonomia e a segurança na rotina diária. Outro benefício que se deve alcançar é a coordenação motora, e buscar atividades de fácil realização para não haver lesões, como ensina o professor de educação física



Thiago da Silva Socoloski: “Evite atividades com grande impacto e muito vigorosas, com alta intensidade”, sugere.

O benefício mental também é enorme. Está provado que a atividade física altera a química do organismo, liberando substâncias no cérebro que combatem doenças psicológicas, como a ansiedade e a depressão, e proporcionam enorme sensação de prazer, relaxamento e até felicidade.

RECOMENDAÇÕES

Mas antes de começar, é imprescindível uma consulta com um médico, seja clínico geral, geriatra ou cardiologista, para se saber o que se pode executar. Depois disso, buscar a orientação e o acompanhamento de um professor de educação física. Nas academias e na sua atividade escolhida, provavelmente haverá um, mas pode ser também um profissional exclusivo, um perso-

CONTINUA NA PÁGINA 10**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

**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****CONTECONTIGO**

canal no youtube

VIVA BEM E SEJA FELIZCurso de Desenvolvimento Humano
onde você desperta a exerce o seu
Poder de reconstruir sua existência.Com até cinco pessoas, uma vez por
semana, por duas horas,
durante três meses.INSTRUTORA DE
AUTOCONFIANÇA
LIS Dias: 99939-5782.

lisdias.contecontigo@gmail.com

SAENS PEÑA - TIJUCA - RJ.

Rua Conde de Bonfim,
Nº 289 A, SALA 1006.VISITA COM
HORA MARCADANão é só 1 contador.
Especialistas de
TODAS as áreas contábeis
ao seu dispor.**A contabilidade que**
resolveu os problemas
do Correio Carioca!**LIGUE E RESOLVA OS SEUS**Tecnologia.
Fim da burocracia.

ContabilizaRIO

 Praça Olavo Bilac, 28
Cobertura. 01 – Centro.

2210-0859 /
 99243-2984

contato@r2assessoria.com.br

www.r2assessoria.com.br



- ✓ Assistência funeral completa 24h.
- ✓ Indenização de R\$ 5.000,00 em caso de falecimento acidental.
- ✓ Indenização de R\$ 3.000,00 em caso de falecimento natural.
- ✓ Descontos em consultas, exames, medicamentos e exames odontológicos nas redes credenciadas.
- ✓ Auxílio Cesta Básica por um período de 6 meses.
- ✓ Sem limite de idade.
- ✓ Compra de carência de outros planos.
- ✓ Desconto de 50% no funeral no período de carência.
- ✓ Funerais para não associados em até 10x sem juros nos cartões.

3279-8800

 **96485-3339**

 **96465-6800**

0800 021 3460

www.santacasacopacabana.com.br



Planos a partir de
R\$ 0,85 ao dia*

Loja Copacabana:
Rua Djalma Ulrich,
183

Sede Própria Méier:
Rua Arquias Cordeiro,
249/253/255/257

*Valor correspondente para o titular no plano Popular 02.

VEM AÍ... O RESIDENCIAL MAIS MODERNO E SOFISTICADO DO GRAJAÚ



PROJETO DE ARQUITETURA

Alexandre Fiu

Conheça nosso decorado e se encante pelos apartamentos de 2 suítes com lavabo e coberturas com até 3 suítes!

VILLA GRAJAÚ

CANOPUS



Condições comerciais super facilitadas!
Agende sua visita ao stand!



21 98325-3020



VENDE-SE APARTAMENTO

1 QUARTO - SALA - COZINHA - BANHEIRO
COM MÓVEIS, GELADEIRA, TV, MÁQ. DE LAVAR

VALOR: R\$ 420.000,00

AV. NOSSA SENHORA DE COPACABANA
1250 - 12º ANDAR - COPACABANA RJ
POSTO 6

TELEFONES PARA CONTATO:
21 2533-5922 | 99622-5149



INSTITUTO EMBELLEZE
Transformação de Vidas



Ao sacar o
FGTS

*Invista
em seu futuro!*

FALE COM A GENTE!

☎ 21 2268-8070 | 📞 21 98162-2071

www.institutoembelleze.com/franquia/rjtijuca

Rua Pinto de Figueiredo 84 - 3º andar - Tijuca

CURSOS PROFISSIONALIZANTES

Cabeleireiro
Barbeiro
Maquiador
Depilação
Manicure e Pedicure
Designer de Sobrancelhas
Designer de Cílios
Depilação
Massagem

BRINDE DO MÊS!

Escolha um serviço de
beleza gratuito ou
desconto em nosso curso!



INSTITUTO EMBELLEZE
Formação Profissional



WWW.ARAUJOEVILLASANTI.COM.BR



CONTATO@ARAUJOEVILLASANTI.COM.BR



(21) 3199-1377



(21) 999-498-498

ARAUJO & VILLASANTI
sociedade de advogadas

PENSÃO ALIMENTÍCIA

Podem os pais cobrar na justiça pensão de alimentos contra os próprios filhos?

É muito comum que os filhos, através de um dos genitores, cobrem na justiça a pensão alimentícia contra o outro. A situação mais corriqueira se dá quando o filho, representado pela mãe, pleiteia o benefício contra o pai.

Mas, em caso de necessidade, poderiam os pais cobrar alimentos de seus filhos? A resposta é SIM. O Código Civil estabelece que o direito à prestação é recíproco entre pais e filhos. Esta prestação será fixada para garantir modo de vida compatível com a condição social de quem faz o pedido, não podendo causar prejuízos significativos de quem irá suportá-la.

Além disso, quando quem pleiteia os alimentos for maior de 65 anos, o Estatuto do Idoso garante que a obrigação é solidária e o idoso ainda pode optar entre os prestadores, obedecendo o grau de parentesco mais próximo, e levando em conta a possibilidade econômica de quem vai pagar.

A solidariedade em pagar os alimentos se estabelece em cada classe de parentesco; Filhos, netos, etc.

Se seus familiares não puderem prover o sustento do idoso, o Estatuto sustenta que o Poder Público deverá suprir esta necessidade. Para garantir este sustento, o INSS presta o Benefício de Prestação Continuada, no valor de 1 salário mínimo, previsto na Lei Orgânica da Assistência Social.

Para assegurar este direito, a Lei prevê critérios objetivos: a família deve ter renda per capita inferior a 1/4 de salário-mínimo, mas recentes decisões na justiça aceitaram critérios mais flexíveis para cumprir o espírito da lei, que é beneficiar famílias em condição de miserabilidade. Se já houver um idoso da família recebendo o benefício, isso não será computado no cálculo da renda familiar para concessão de um segundo benefício. O BPC não pode ser acumulado com outros benefícios previdenciários.

O BPC não é um benefício previdenciário, mas assistencial, por isso, não é necessário ter contribuído para o INSS para ter direito. No entanto, este benefício não paga 13º salário e não dá direito à pensão por morte.



Clínica Odontopediátrica Dente de Leite

Dra. Thayse C. de A. Brandi - CRO/RJ: 42.316
Rua Barão de São Francisco, 322
sala 504 - Vila Isabel.

2115-0878 / 98373-0878

drathaysebrandi@gmail.co

Dente de Leite (brandithayse)



SEU BEBÊ TAMBÉM CHORA PRA ESCOVAR OS DENTINHOS?

Bons hábitos de higiene podem e devem ser criados a vida toda, mas existem aqueles que são imprescindíveis e devem ser instituídos ainda quando se é bem pequeno. Um bom exemplo deles é o hábito da higiene bucal, que inclui escovação dos dentes, além do uso do fio dental e da limpeza da língua.

E quando devemos começar? Desde que começa a nascer (erupcionar) os primeiros dentinhos, isso mesmo, próximo aos 5/6 meses, já com a escova apropriada e pasta com flúoreto na prescrição (quantidade e frequência) correta, que deve ser feita por uma odontopediatra.

Mas, será fácil? Sendo bem sincera, provavelmente não será nada fácil, porém, até pode ser que sim. No entanto, essa dificuldade é normal, pois os bebês estão se habituando a um novo procedimento. Manipular a boca deve ser feito, tal como o trocar de fraldas ou limpar o bumbum, tomar banho, cortar cabelos e unhas, fazer nebulização, ou seja, hábitos que não são naturais como o dormir ou comer.

No começo pode gerar estranhamento e desconforto, inclusive podem acontecer só muito choro, ações como trancar de boca e muita pirraça podem existir, mas quando explicado e feito com carinho e

amor, paciência e trabalhando bastante o lúdico, fazendo uso de músicas e canções, eles se distrairão e se acostumarão e com certeza se sentirão confiantes.

Insista e persista, mas não seja bruto e nem ameace. Um bom hábito está sendo criado.

Fazer a escovação na hora do banho ajuda bastante.

E já que eles gostam tanto de ajudar, que tal deixar uma escova só para eles desenvolverem essa destreza manual?

Vale lembrar que bebês e crianças pequenas usam o choro para se comunicar, e até protestar se for o caso. Normalmente choram também para os outros hábitos, como cortar a unha, por exemplo.

No entanto, tem dia que a escovação será muito boa, mas terão dias que aquele caos estará instaurado.

Mas fique calma... seu filho não ficará traumatizado por isso, muito pelo contrário. Com o passar do tempo, ele irá se sentir mais íntimo dessa atividade a ponto de querer executar sozinho. Isso acontece, pois ele sabe que, mesmo fazendo com chororô, você o ama. E no final, lá na frente, ele ainda irá lhe agradecer.

Dra. Thayse Brandi
Odontopediatra

OSSUÁRIO CATEDRAL S. SEBASTIÃO



fotos da Capela

Venda de Nichos para guarda de restos mortais na Catedral

MAIORES INFORMAÇÕES E VENDAS

2240-2669 / 2240-2869 / 98212-7672

www.ossuariodacatedral.com.br

Av. República do Chile, 245 - Centro
Subsolo da Catedral Metropolitana

PAULO JOSÉ Psicólogo Junguiano

CRP: 05/47632



www.psicologojunguiano.com.br

TEL.: (21) 9 8133-8671

E-MAIL: PAULOJOSERIO@GMAIL.COM

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

RECANTO NA METRÓPOLE

Ali na Baixada Fluminense, Tinguá oferece os atrativos de uma cidadezinha serrana do interior, só que bem pertinho da cidade grande.

Fotos: Luciana Dávila



Por Antonio da Silva

Cercado por montanhas, rios e exuberante vegetação, assim é o centro de Tinguá, bairro rural de Nova Iguaçu. O sossego e a natureza fazem com que o local, distante cerca de 50 km do centro do Rio, pareça remoto e muito mais afastado da região metropolitana.

Além de todas essas belezas naturais, que pertencem à Reserva Federal do Tinguá, o bairro conserva construções históricas, como um cemitério de escravos, um casarão secular e a antiga estação ferroviária.

O antigo cemitério, embora de grande valor histórico,

encontra-se, atualmente, mal preservado. Na sua frente há uma torre da mesma época que moradores dizem ter pertencido a uma igreja. Para acessar o local, o visitante que seguir da Via Dutra para o centro de Tinguá deve observar placa informativa do lado direito da rodovia.

A região é importante centro produtor de aipim. Os saborosos quitutes preparados com o alimento podem ser consumidos em diversas lanchonetes do local, que oferecem também muitas outras gostosuras preparadas com frutas da região.

O centro do bairro, em vez de ruidoso e movimentado, é

como os das típicas cidades do interior, tranquilo, com pessoas calmamente conversando pelas ruas, vizinhas à antiga estação ferroviária, hoje desativada, e fornecendo agradáveis vistas da Reserva Federal do Tinguá, com suas montanhas cobertas pela mata atlântica. O local, como todos de natureza exuberante, principalmente os próximos aos grandes centros, é merecedor de cuidados ecológicos.

Além de todos esses atrativos naturais, históricos e gastronômicos, Tinguá ainda possui diversos clubes. Muitos visitantes procuram o bairro para diversão diária nesses locais.

BLANCTOUR
operadora

A EXPERIÊNCIA DE
VIAJAR EM GRUPO

CONSULTE SEU
AGENTE DE VIAGENS

**PRIVILÉGIO QUE CABE
NO SEU BOLSO**

Entrada de US\$ 416,00
+ 12 parcelas de US\$ 200,00

Valor por pessoa em apartamento duplo.
Condições de pagamento em promoção de
early booking e reservas até dia 31 de julho.

ANTILHAS E
O SUL DO CARIBE
À BORDO DO
PULLMANTUR MONARCH

CONSULTE OUTRAS
OPÇÕES DE VIAGENS

• DE 06 À 19
DE NOVEMBRO •

www.blanctour.com.br • +55 21 2533.0306

BE HAPPY TURISMO E EVENTOS

Rua Henrique Dias, 95 • CSSE
(21) 3689 9377 (21) 98299 8368
behappyturismoeventos

SURPREENDENTE
Libano

De 18 a 25 de outubro

US\$ **190** + Entrada
12x de de US\$ 115

AÉREO + HOSPEDAGEM + PASSEIOS + SEGURO

Preço por pessoa em acomodação dupla.
Condições de pagamento por tempo limitado.

**VIAGENS EM GRUPO COM GUIA BRASILEIRO
CONFIRA NOSSA PROGRAMAÇÃO DE RÉVEILLON**

ESPECTACULAR RÉVEILLON NO LÍBANO & JORDÂNIA 27/12 A 14/01	EXTRAORDINÁRIO RÉVEILLON NO HAVAÍ 26/12 A 10/01	RÉVEILLON NA PATAGÔNIA ARGENTINA 27/12 A 04/01

CLASSIFICADOS - CATEGORIAS

- Artigos Religiosos
- Bordados
- Compra e Venda de Antiguidades
- Contabilidade
- Cópias p/ DVD e Pen Drive / Vídeos
- Imóveis
- Restauração
- Saúde
- Toldos

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

ARTIGOS RELIGIOSOS

LOJA ENCANTO DOS ORIXÁS

UMBANDA - CANDOMBLÉ - ESOTERISMO

- * VELA AZUL E ROSA Nº 5:R\$ 0,60
- * VELA VOTIVA AZUL E ROSA 330gr:R\$ 6,50

AXÉ SÃO COSME E SÃO DAMIÃO!
PARTICIPE DA NOSSA FESTA - Informações na loja.

FUNCIONAMOS ATÉ ÀS 20H

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

CÓPIAS PARA DVD E PEN DRIVE VÍDEOS

GRAVE TUDO EM DVD OU PEN DRIVE

Filmes em Super 8, Filmes em 8mm,
Fitas de Vídeo (todas), Slides.
CaminhoDigital FAZEMOS FILMAGEM EM GERAL!
Produção em vídeo
2537.0863 / 98829.4527
www.caminhodigital.com.br / contato@caminhodigital.com.br

SAÚDE

PERCA PESO
3KG EM 1 SEMANA
☎ 99318-1472 AVALIAÇÃO GRATUITA



CENTRO MÉDICO
LETÍCIA

Cartão de Desconto SEM LIMITE DE IDADE
✓ 1 titular + 4 dependentes
✓ Promoção: R\$ 170,00 mensais (todas as idades)
☎ 21 2570-2471 | ☎ 21 96524-0244

IMÓVEIS

VENDO APARTAMENTO

Rua Uruguai, próximo supermercado e ótimo comércio.
Vendo apartamento de quarto e sala (suite), com outro quarto reversível, jardim de inverno, e área de serviço com banheiro. Andar alto.

Tratar pelo telefone 99158-1644.

VENDO GRAJAÚ

BELO E ACONCHEGANTE APTO MOBILIADO

Fino gosto, 2 qtos, coz. americana, área tipo quintal.
Mensagens p/: 96405-2521 ☎ **R\$ 478.000,00**

RESTAURAÇÃO

OFICINA DO TEMPO (no Andaraí)

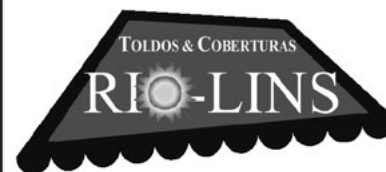
- RESTAURO: Devolvo a originalidade do móvel/peça;
- REPAGINO: Customização do móvel;
- RECICLO: Transformo sua peça em outra peça;
- RECUPERO: Portas, janelas, batentes, molduras;
- REVITALIZO: Limpeza, higienização e descupinização.

"Cuide bem de suas madeiras."

Aceito Cartões

Sandra Simas - Restauradora e Artesã Visite a página
(21) 99278-8609 Oficina do Tempo
☎ (24) 99222-7000 Pré-orçamento pelo WhatsApp

TOLDOS



MANUTENÇÃO
INSTALAÇÃO
CONCERTOS
REFORMAS
LAVAGEM

• Troca de lona, manutenção, lavagem e substituição de acessórios

• Atendemos também sábados e domingos **20 anos de experiência**

Rua Zizi, 27 - Lins - RJ

(21) 2218-2101 / 97389-3479 / 98739-4698 / 98009-3520 ☎

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

BORDADOS

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

COMPRA E VENDA DE ANTIGUIDADES

COMPRO

MÓVEIS - LUSTRES
CRISTAIS ANTIGOS

☎ 99456-6366 (Zeca)

CONTABILIDADE



CRC.RJ 055532
Sérgio

CONTABILIDADE

Legalização Microempresa, Empresa e Baixa.
Previdenciário: Aposentadoria e INSS, Pensão por Morte,
Auxílio-Doença, Auxílio-Reclusão, outros benefícios.

☎ (21) 3174-6223 / (21) 96533-0163

Sexo sem Mistério



A MULHER NO SEXO

Ainda não tenho minha opinião formada sobre Paulo Coelho, mas outro dia estava arrumando uns papéis e me deparei com uma crônica que achei bem interessante. Ele falava que o primeiro passo da nossa mudança em relação ao sexo é a entrega. Lendo isso, automaticamente comecei a pensar: Como será que as mulheres, em meio a tantas regras de uso, estão se entregando ao sexo?

É tão bonito e libertador falar do caminho que elas atravessaram, mas é tão pouco gratificante pensar no que elas fizeram com elas mesmas. Pensemos no corpo das mulheres. Ele ainda não é dela. Muitas, ainda escondem o corpo de si ao produzi-lo baseando se num apelo visual masculino. É preciso recupera-lo para usá-lo da forma que julgar mais interessante.

Fora isso, o não envolvimento afetivo dificulta a resposta do orgasmo feminino. As mulheres não veem o sexo com a praticidade masculina e, no meio disso, algumas fazem sexo por escambo, por submissão ou mesmo

sem estarem envolvidas. Só que sexo virou sinônimo de prazer e o direito do orgasmo virou um dever.

Daí, laboratórios utilizam anos de pesquisas na tentativa de decifrar a sexualidade feminina. Tentam desvendar os mistérios sobre a fisiologia desse desejo sexual. E prometem colocar em forma de gel a solução para aquelas que não se sentem muito à vontade no território sexual. Apesar desse movimento estar liberando as mulheres que não sentem desejo espontâneo, confesso minha pontinha de preocupação com a fabricação de novas doenças. Sabemos que a maioria das mulheres gosta de fazer sexo quando está bem e não para se sentir bem, o contrário dos homens.

Sejamos sinceros e menos práticos: o que interessa mais às mulheres não é só o clitóris. Algumas têm o clitóris em lugares um tanto estranhos. Basta procurá-lo.

Dra. Ana Paula Veiga | Sexóloga

CONTINUAÇÃO DA PÁGINA 4 ATIVIDADES FÍSICAS PARA IDOSOS



nal trainer. Alguns são especialistas em terceira idade.

Outras recomendações são manter uma boa alimentação, que até pode ser orientada por um nutricionista, e dar preferência por atividades em grupo, pois além do corpo, trazem benefícios psicológicos enormes, ganhando mais do que saúde, também novos amigos. E claro, não ter o hábito de beber álcool e não fumar.

AS MELHORES ATIVIDADES PARA IDOSOS:

Musculação: Muita gente não sabe, mas a musculação é um ótimo exercício muito indicado para a terceira idade. Cada um tem o seu ritmo e limite, e tanto os pesos como os exercícios são personalizados, e se começa bem leve. A evolução geralmente é rápida, trabalha todo o corpo e fortalece a musculatura.

Pilates: Assim como a musculação, ela fortalece e a musculatura, e ainda propicia o alinhamento corporal e melhora a flexibilidade.

Esportes Aquáticos: A natação ou a hidroginástica regular traz benefícios relacionados à frequência cardíaca, à função respiratória e aumenta a mobilidade, sem prejudicar as articulações ou provocar lesões. Também proporciona força moderada.

Caminhada/Corrida: A caminhada diária, e sendo encarada como treino e não como passeio, ajuda a aumentar a disposição e o bem-estar, e dá energia aos músculos através do trabalho respiratório. Pode-se caminhar na esteira, dentro de uma academia com o acompanhamento profissional, ou ao ar livre, que para muitos é bastante prazeroso. Dependendo da condição física e da saúde do idoso, com a evolução, o profissional pode liberar até o início da corrida.

Dança: Faz bem não somente ao corpo, mas também à mente, pois a satisfação que propicia combate a depressão. Também é um ótimo exercício para a memória, pois o praticante deve memorizar as coreografias. Trabalha a coordenação motora e ajuda a prevenir doenças como hipertensão e osteoporose.

Alongamento: Os alongamentos são recomendados para melhorar a flexibilidade, com benefícios na funcionalidade, equilíbrio e controle de dores de origem muscular. Em geral são associados a outros tipos de exercícios. São recomendados principalmente para idosos com pouca mobilidade.

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 MATHÉUS

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 RICHEL

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.

CURSOS PROFISSIONALIZANTES NA ÁREA DE SAÚDE E EDUCAÇÃO

AS 50 PRIMEIRAS MATRÍCULAS GANHARÃO DESCONTO!

Cuidador de Idosos (Estágio Garantido)
Cuidador Infantil
Agente Comunitário de Saúde
Carga Horária: 160 horas
Pré-Vestibular
Preparatório p/ Enem



MATRÍCULAS ABERTAS

Local: Centro | 97101-0526

Psicóloga e Hipnoterapeuta

CRP 05/7510

Vera L.S. Arruda Souza

DESENVOLVIMENTO PESSOAL
(TERAPIA COM HIPNOSE)

- ✓ Focar na solução
- ✓ Sonhos, Metas e Visão do futuro
- ✓ Hipnose (fibromialgia)
- ✓ Autoestima, Aceitação
- ✓ Curando memória emocional



21 97979.66.69

@PsicologaVeraArruda

MONTADOR DE MÓVEIS PROFSSIONAL

Montagem
Desmontagem
Manutenção
Pequenos Reparos



Alessandro - Orçamento Grátis
3979.5189 | 98225.8146 | 99165-5309



SALVE UMA VIDA. DOE SANGUE!

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



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

Atendimento domiciliar

www.facebook.com/fisioport

COLUNA DO TEATRO

O BURLESCO – O CORPO – A POESIA

O burlesco tem suas raízes históricas na cultura americana dos menestréis, cuja origem data dos anos 1840. Porém, a versão que conhecemos hoje – um casamento do humor vaudeville e do striptease – tornou-se popular no início dos anos 1990, quando as artistas (a maioria mulheres) invadiram os clubes e palcos da Broadway com seu próprio estilo de música, dança e nudez provocativa.

A performance burlesca praticada hoje no Brasil (como também em alguns países da Europa, na Austrália, no Canadá e Estados Unidos) é, geralmente, a ação de uma performer realizada dentro do tempo de uma canção pop, e não baseada num texto (como no teatro tradicional), mas sim em elementos visuais e num estreito jogo com a audiência. A estrutura dessa performance envolve, na maioria dos casos, um striptease.

Assim, a Cia de Teatro Contemporâneo recebe para única apresentação um noite de burlesco com as performers: YVETTE, DELA FELINA, MAMACITA PETITA CAPPUCCINE, E VOLUPIA BURLESCA



Dia 20 de setembro, às 21h, na Sede da Cia de Teatro Contemporâneo.

www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br

ANUNCIE AQUI

Só R\$ 54,90 p/mês - contrato de 6 meses
(DIREITO A MIL CARTÕES DE VISITA!!!)

R\$ 59,90 p/mês - contrato de 4 meses

R\$ 70,00 p/mês - contrato de 3 meses

Ligue agora: 3681.5302 | 98738-5283

ACEITAMOS CARTÃO DE CRÉDITO

CONCERTO DE MÁQUINAS DE LAVAR ROUPAS

10% DE DESCONTO - AGUAMAKI
COMPROVADO: MENOR PREÇO DO MERCADO!

Visita Grátis
Garantia de 1 ano

30 anos de bons serviços

Especialista em Brastemp, Consul e Eletrolux

Tel. 2298-3775 / 99156-9782 / 99141-1142
Rua Souza Cruz, 109 - Andaraí.

ASSISTÊNCIA PERSONALIZADA PARA SENHORAS

Já pensou em ter uma assistente pessoal para ajudar na organização das atividades diárias?



Compra de ingressos - Pesquisas na internet
Pagamento de contas - Cotação de serviços e produtos - Elaboração de lista de compras
Marcação de exames e consultas - Elaboração de agenda de atividades - Organização de orçamento doméstico - Solução de problemas com serviços de água, luz, gás, telefone, bancos e cartórios, dentre outros - Redação de textos - Planejamento de viagens - Organização de lanches - Elaboração de lista de presentes - Organização de documentos e retratos - Organização de closets e armários

Ao delegar essas atividades, que consomem tempo e energia, você terá mais qualidade de vida e oportunidade para se dedicar ao que realmente te faz feliz.

Peça um orçamento sem compromisso!

96716-5256 | assistenciapersonalizada@yahoo.com

ORION TAROT

- TAROT
- CONSULTAS
- PSICOGRAFIA
- TRABALHOS

97579-4816

3734-5509

HEL PREVI INSS

CONSULTORIA PREVIDENCIÁRIA

APOSENTADORIA



A REFORMA DA PREVIDÊNCIA ESTÁ TIRANDO SEU SONO?

A Consultoria Hel Previ INSS pode representar você e ajudar resolver seus assuntos junto ao INSS. Somos especializados em:

- APOSENTADORIA POR IDADE, POR TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO E ESPECIAL COM RECONHECIMENTO DE INSALUBRIDADE
- MANUTENÇÃO, CONCESSÃO E RESTABELECIMENTO AUXÍLIO ACIDENTE
- MANUTENÇÃO, CONCESSÃO E RESTABELECIMENTO AUXÍLIO DOENÇA
- PENSÃO POR MORTE, AUXÍLIO RECLUSÃO E SALÁRIO MATERNIDADE
- BPC - LOAS - IDOSO, DEFICIENTE E PORTUÁRIO
- ACERTO DE CNIS, PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO E CÁLCULO DE RENDA
- ACOMPANHAMENTO PROCESSUAL, RECURSOS ADMINISTRATIVOS E REVISÃO DE BENEFÍCIO

NÃO PERCA TEMPO, FAÇA CONTATO E AGENDE O HORÁRIO DO SEU ATENDIMENTO



3900-9849



96430 2988

VISITE NOSSO SITE:

www.helpreviinss.com.br

Atendemos no Centro do Rio, Ramos, Bangu, Realengo e Jacarepaguá



TRINDADE

RELOJOARIA



CONSERTAMOS SEU RELÓGIO COM GARANTIA!

Todos os tipos e marcas

Trocamos baterias,
pulseiras e vidros



CONSRTO E CONFEÇÃO DE JOIAS!

Alianças - Anéis de Formatura
Colares - Brincos

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



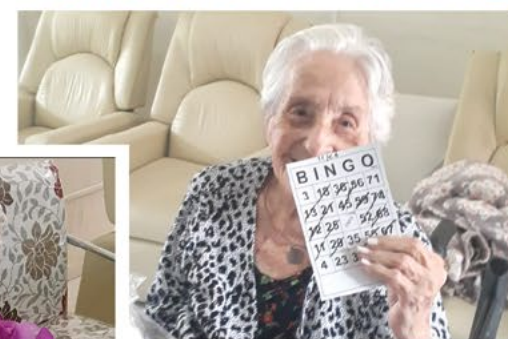
Bella Vita

Residencial

CASA DE REPOUSO PARA IDOSOS NO ANDARAÍ

NOSSOS SERVIÇOS:

- Acompanhamento geriátrico e neurológico semanal
- Equipe de Enfermagem 24h por dia
- Fonoaudiologia e Fisioterapia semanais • Acompanhamento Nutricional
- Avaliação Odontológica • 06 refeições diárias
- Serviço de lavanderia completo • Hotelaria
- Calendário de Atividades Diversificado
- Eventos Temáticos Mensais com Música ao Vivo



• 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