

CORREIO CARIOCA®

entretenimento na medida certa

BOTAFOGO - HUMAITÁ - URCA

Novo site: www.correiocarioca.com.br

ANUNCIE! 3681-5302 ou 7923-5915
2ª a 6ª, de 9 às 19h

Desde 2003 | correiocarioca.com.br | Ano XI | Nº 112 | junho de 2013

comercial@correiocarioca.com.br - twitter.com/correiocarioca

Foto: Carolina dos Santos

PIZZARIA E LANCHONETE ROSA DE OURO
"A melhor pizza do bairro."

Promoção em 5 Sabores: Portuguesa, Napolitana, Calabresa, Mussarella e Presunto. **Só R\$ 23,00.**

Entregas*: 2527.0565 / 2286.3012
*acréscimo de R\$ 2,00

Diariamente, de 12h às 3h, servimos as mais saborosas refeições, petiscos variados e a cerveja mais gelada da região!
"O Bar Rosa de Ouro ganhou status de ponto de encontro entre os alternativos, amigos e boêmios."

Rua Voluntários da Pátria, nº 01 lj. 11 e 21 - Botafogo

Shopping New York City Center, na Barra da Tijuca.



Diversão garantida



O Rio tornou-se uma capital de shoppings. E no inverno eles são grandes opções de diversão. **Pág. 08 e 10**

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

Receitinhas Pág. 2 **Direito Fácil** Pág. 4

Delícias Juninas! A conduta dos condôminos.

Sexualidade Pág. 6 **Turismo** Pág. 12

Mais do que muito! As belezas de Alagoas.

Futebol Pág. 15 **Gastronomia** Pág. 16

Os Cariocas no Brasileirão - II Preparos para cada corte de carne.

CONSULTÓRIO DE PSICANÁLISE



Roberta Salles Gomes
CRP 05/41721

Rua Barata Ribeiro 774 / 507 - Copacabana
Cel. (21) 8858-9463
roberta_slg@hotmail.com

O SABOR DO CREPE
Crepes Doces e Salgados
Delivery

PEÇA TAMBÉM PELO SITE www.osabordocrepe.com.br

(21) 2543-1815

Rua General Polidoro, 58 - Lj. 102 A
Shopping dos Sabores - Botafogo - RJ

Empresa Formal
Contabilidade

IMPOSTO DE RENDA (Pessoa Física)
ABERTURA E BAIXA DE EMPRESA
ALTERAÇÃO CONTRATUAL

NOTA FISCAL ELETRÔNICA
DECORE
DEPARTAMENTO DE PESSOAL

Transforme o seu empreendimento em uma Empresa Formal.

www.empresaformal.com.br Tels.: (21) 2220-6593
www.facebook.com/empresaformal (21) 2532-1107

Eletricista

Bombeiro Hidráulico
Aumento de carga junto à Light
Troca de colunas e barriletes

Jair Baptista

(21) 9553-2777 / 8282-6722 / 2524-2085

SEU MUNDO É INTERATIVO.
SUA GRADUAÇÃO TAMBÉM.

UNISEB INTERATIVO

Colégio Qi - UNISEB
Rua da Matriz, 63
Tel: 3439-9509

Curso Superior UniSeb Interativo

estudeadistancia.com Vide página 10

ESTILISTAS INDEPENDENTES

08 e 09/06
14 as 21h

MODA, DECOR, CRAFT, MIMOS e ARTE

Presentes para todos os amores com + de 100 marcas

Casa de Espanha Entrada Gratuita

Info: www.estilistasindependentes.com

Delícia Carioca

Por Terezinha Coelho

DELÍCIAS JUNINAS

CACHORRO QUENTE DE FORNO

Ingredientes massa:

600 gramas de farinha de trigo, um copo de leite morno, 50 gramas de fermento de pão, uma colher (sopa) de óleo, três ovos, dois tabletes de margarina e sal a gosto.

Ingredientes recheio:

três latas de salsichas partidas em rodelas, um tomate, meia cebola, meio pimentão e um pouco de cheiro verde.

Modo de fazer massa:

dissolva o fermento no leite morno, junte os outros ingredientes e amasse bem com as mãos, e cubra a massa deixando descansar por meia hora.

Modo de fazer recheio:

leve ao fogo todos os ingredientes para refogar.

Modo de arrumar o cachorro quente: num tabuleiro untado coloque a metade da massa jogando por cima o recheio e depois cobrindo com o restante da massa. Pincele com uma gema dissolvida em óleo e leve para assar em forno médio.

COCADA BRANCA

Ingredientes:

um prato fundo de coco ralado fresco e um prato fundo com açúcar.

Modo de fazer:

numa panela coloque o açúcar e o coco. Leve-a ao fogo baixo mexendo sempre até desgrudar do fundo (cuidado para não queimar). Unte a pedra mármore com margarina e jogue a cocada ainda quente. Espere esfriar e corte do tamanho que desejar. Se preferir, para não engordurar a pedra mármore, unte um pedaço de papel alumínio e jogue a cocada ainda quente.

CUSCUZ DE COCO

Ingredientes:

um coco fresco ralado em forma de fita, um prato raso com açúcar, uma pitada de sal, um pacote de tapioca, um vidro de leite de coco e mais ou menos 2 litros de leite.

Modo de fazer:

coloque dois litros de leite para ferver. Numa bacia ponha o coco ralado (separando um pouco para cobrir o cuscus), o sal, o açúcar e a tapioca. Misture tudo muito bem. Quando o leite ferver vá jogando-o nesta mistura até ela ficar bem molhada e a tapioca cozida. Passe para um tabuleiro grande, cubra com uma toalha e deixe esfriar. Depois de frio leve à geladeira. Na hora de servir faça furinhos na parte de cima do cuscus, regue toda a extensão com o leite de coco e salpique bastante coco ralado por cima.



Dra. Renata Pescadinha

SISO OU TERCEIRO MOLAR

Os terceiros molares ou sisos, de todos os dentes são os que mais geram queixas por parte dos pacientes, seja porque estão nascendo, cariados, inflamados, fora de posição, de difícil escovação, entre outros motivos.

Os sisos mesmo estando bem posicionados muitas vezes careiam, pois a escovação não alcança; mordem as bochechas podendo evoluir para lesões mais graves (câncer), causam desconforto devido à pressão exercida nos outros dentes. Quando mal posicionados (por falta de espaço) retêm alimentos, o que leva à cárie nele e no dente vizinho; incomoda a língua e também lesa a bochecha.

E quando tem dificuldades de irruptar (nascer) ficam inclusos (dentro do osso) o que pode levar a um câncer, impedir ou até dificultar alguns movimentos ortodônticos; ou ficar

impactados (entre o dente vizinho e o osso). Isso pode resultar em pressão e entortar dentes até então certinhos na arcada, dor e cáries por acúmulo de restos de alimento ou pressão, ou pôr a perder anos de uso de aparelho ortodôntico entortando dentes que já foram alinhados, ou provocar dor e inchaço por restos de alimentos entre o dente e o osso.

Por isso em caso de qualquer dúvida ou incômodo procure seu dentista, pois ele saberá avaliar e solucionar ou explicar a melhor solução para o seu caso.

Até a próxima,

Dra. Renata Pescadinha

Colaborou: Dra. Ana Roseli.

DISK SAÚDE DENTAL

Apoio: Dra. Renata Pescadinha
EMERGÊNCIA 24 HORAS
Tel. 8800.2724 / 8116.9137

TIRE SUAS DÚVIDAS

Tel. 2244.3108
rmpesk@hotmail.com
www.rpodontologia.com.br
Rua da Passagem, 172 - Botafogo



ASSISTÊNCIA TÉCNICA DE IMPRESSORAS



Outsourcing de impressão.
Fornecemos a impressora e você só paga o toner.
Aluguel de impressoras com fornecimento de suprimentos.

CARTUCHO E TONER

Recarga na hora.
Originais, compatíveis e remanufaturados.

ASSISTÊNCIA TÉCNICA DE NOTEBOOK E NETBOOK



ASSISTÊNCIA TÉCNICA IMPRESSORA, MICRO E NOTEBOOK

TEL: 2226-5268 - laserpress@hotmail.com
Rua Voluntários da Pátria, 249 - sala 203 - Botafogo

HEITOR MOTTA DECORAÇÕES

Revestimento em Geral
Papel de Parede - Paviflex
Carpete - Decorflex
Formi-Piso - Ambianta
e Pintura em Geral



3183.5337 / 9326-5351

PROMOÇÃO DE INAUGURAÇÃO

TINGIMENTO

50% DESCONTO

restaura jeans

A SOLUÇÃO PARA SUA ROUPA

Fone: (21) 2295-0753

Rua General Polidoro, 174 - Loja A - Botafogo - RJ
www.restaurajeans.com.br

TINGIMENTO
COSTURA
COURO
LAVANDERIA

PIZZARIA E LANCHONETE POINT DA PASSAGEM

"A melhor pizza do bairro."

PROMOÇÃO EM 5 SABORES

Portuguesa, Napolitana, Calabresa, Mussarella e Presunto
Só R\$ 18,00 - Entregas com acréscimo de R\$ 2,00.



Entregas em Domicílio

2275.7630

Diariamente, de meio-dia às 3h

Servimos diariamente as mais saborosas refeições, petiscos variados e a cerveja mais gelada da região!!

"O Bar Rosa de Ouro ganhou status de ponto de encontro entre os alternativos, amigos e boêmios."

Rua da Passagem, nº 153 - Botafogo

BIBLIOTECÁRIA

- ORGANIZO BIBLIOTECAS PARTICULARES;
- LIVROS, CD'S, DOCUMENTOS, FOTOGRAFIAS, ETC.



INFORMAÇÕES E CONTATO: (21) 8151-5983 (SANDRA)

QUENTINHAS

A PARTIR DE
R\$ 9,00!

- Trabalhamos Sábado
- Entrega em domicílio
- Pratos variados

MINI QUENTINHAS
SÓ R\$ 7,00!

Tel. 3173-0043 / 2543.0437 / 8198.6283

**AULAS
PIANO E TECLADO**

Clássico e Popular

Myriam - 2275-8715 / 8899.8715

GRAVE TUDO EM DVD

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

FILMAGEM EM GERAL!

2537.0863 / 8829.4527

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

**QUENTINHAS
SOROCABA**

R\$ 8,00, R\$ 10,00 e R\$ 12,00: 8 pratos variados
de 2ª a 6ª feira e 5 opções de carne no Sábado.
Mini-feijoada por R\$ 12,00 - 6ª feira.



Entrega em domicílio somente em Botafogo
Tel. 2266.7439 / 8753.3848 / 7104.9116

CONSULTÓRIO DE PSICOLOGIA

Alessandra Azevedo Lima
CRP 0535916

Aconselhamento psicológico e psicoterapia

Tel: 8405-2040 :: aleazlima@ig.com.br
Rua Visconde de Pirajá, 550 / 1912 - Ipanema

**VHS Para DVD
LP para CD**

CONVERTA SUAS FITAS DE RECORDAÇÕES EM VHS OU
FILMADORA PARA DVD. TENDO ASSIM MAIOR
DURABILIDADE NA PRESERVAÇÃO DAS SUAS IMAGENS.
TRANSFORMAMOS TAMBÉM SEU VINIL OU FITA K7 EM CD.

CONVERTA SEU ÁLBUM DE FOTOS PARA DVD.
PREÇOS SOB CONSULTA. LIGUE-ME:

Sérgio Alves

Tel.: (21) 2535-5358 / (21) 9142.4780

REFORMAS
VERÍSSIMO MONTEIRO SERVIÇOS LTDA.

Reforma de PC | Luz e Força Projetos
Requerimentos | Montagens | Aumento de Carga
e Ligação nova do medidor

BOMBEIRO HIDRÁULICO | INSTALAÇÕES ELÉTRICAS EM GERAL

Troca de barmillete, colunas, barbas e tubulações em geral.

Fone: 3686.6318 | 9662.5500 | 9353.1165
verissimo@monteiro.com.br

Marketing em Eventos

Sheila Ladany

Formaturas • 15 anos • Empresarial

8470-1400 | sheilaladany@hotmail.com

LAVANDERIA

Serviço especializado em condomínio residencial.
Tingimento, tapetes e roupas finas.

Passar por peça a partir de R\$ 2,00
Lavar e Secar: R\$ 5,90 / kg
Lavar, Passar e Secar: R\$ 12,00 / kg
(exceto roupas finas)

2286-0532 / 8794.7878 / 9866-1160
COLETA E ENTREGA EM DOMICÍLIO.

LAVO E PASSO ROUPAS

Promoção Camisa R\$ 7,00

EDREDON a partir de R\$22,00
SÓ PASSAR R\$ 18,00 por quilo

BUSCAMOS E ENTREGAMOS

2527-4375 / 3181-8165

RODOLPHO VAZ
Stuon

- Cortes personalizados
- Colorações
- Escovas
- Reflexos
- Restaurações capilares
- Penteados para festas
- Manicure
- Pedicure

De Terça a Sábado das 9h às 20h

Tel.: (21) 2226-0411

Rua Macedo Sobrinho, 04 | Loja B | Humaitá

ACADEMIA!

Musculação
Ginástica - Bike Indoor
Ergometria - Danças - Step
Alongamento - Personal
e muito mais...

Promoção!
12 parcelas de R\$ 69,00 (1ª à vista + 11 no cartão)

PACOTES PROMOCIONAIS

MENSAL = apenas R\$ 100,00 (a partir do 2º mês)
2 MESES (à vista) = R\$ 180,00 (à vista) Média R\$ R\$ 90,00.
3 MESES = R\$ 255,00 (2 x R\$ 127,50) Média: R\$ 85,00 ao mês
6 MESES = R\$ 456,00 (3 x R\$ 152,00) Média: R\$ 76,00 ao mês
12 MESES = R\$ 810,00 (5 x R\$ 162,00) . Sai a R\$ 67,50.

PACOTES EMPRESAS

Mínimo de 10 alunos por empresa = R\$ 70,00.

Pacote 6 meses à vista - 1 mensalidade grátis.
Média de R\$ 65,14 por mês.
Pacote 12 meses à vista - 2 mensalidades grátis.
Média de R\$ 57,85 por mês.

Matrícula Grátis - Salas Climatizadas

Tel. 2543.4931 - www.academilaaptus.com.br
Av. Repórter Nestor Moreira, 42 - Botafogo
(Dentro do Clube de Regatas Guanabara)

Paulinho Celulares

>> CONSERTOS E ACESSÓRIOS EM GERAL
>> DESBLOQUEIO DE GSM



MOTOROLA NOKIA SAMSUNG LG TIM vivo

LINHA COMPLETA DE ACESSÓRIOS

Capas, baterias, fones, frentes, carregadores, carcaças, displays, etc

TODAS AS MARCAS E MODELOS.

Rua Nelson Mandela, box 31

Entre as ruas Volunt. da Pátria e São Clemente.

Rua 13 de maio, 33 - bloco b

Quiosque 5 e 6 - Centro.

Paulo - 3287.4669 / 9382.0014

**Fisioterapia, Acupuntura Estética e
Tradicional, Auriculoacupuntura,
Shiatsu, Massagem e Quiropraxia.**

ATENDIMENTO EM
CONSULTÓRIO
E DOMICILIAR

Preços especiais para quem mora
na Tijuca, Vila Isabel e Grajaú

Fone: 9525-2051 | Diogo Medina
Crefito nº 60373-F

www.acupunturaefisioterapia.com.br
http://diogomedina-diogo.blogspot.com.br
https://sites.google.com/site/terrapiaalternativa/home

GILMAR OBRAS

PINTURA | REFORMA

Tel. 7914-2491

Cozinha | Banheiro | Ladrilho
Bombeiro | Consertos | Telhado
Eletricidade | Gesso

Tel. 7542-2599 / 7177-9231

De confiança.

COLUNA VELHOS CARIOCAS

Saúde na
Melhor IdadeANIMAIS TERAPEUTAS VISITAM
CASA DE IDOSOS DE BOTAFOGO

Animais Terapeutas do Projeto Pêlo Próximo visitaram no dia 04 de maio a Dignus - Arte de Viver (site www.dignus.com.br e blog dignus-artedeviver.blogspot.com.br), casa de idosos localizada em Botafogo.

O momento foi muito especial e emocionante. Havia idosos cuidando e brincando com animais por toda a Dignus e o tempo parecia ter parado ali naquele momento de tanta sensibilidade. O Projeto Pêlo Próximo está de parabéns por desenvolver um trabalho tão grandioso como esse. O contato com os animais é sempre muito facilitador no que diz respeito aos aspectos físicos, emocionais e mentais das pessoas idosas e já foi utilizado muitas vezes nessa casa de Botafogo, com ótimos resultados.

A Dignus desenvolve um trabalho que está sempre antenado com o que há de mais eficaz para os problemas mais frequentes em idosos, oferecendo cuidados médicos; atendimentos psicológicos; serviços de enfermagem de nível superior; equipe técnica de enfermagem; cuidadoras de idosos; acompanhamento nutricional; "ginástica personalizada" (agora de 2ª à 6ª feira); "caminhadas ao ar livre" (agora de 2ª à 6ª feira); fisioterapia; "terapias corporais"; "arteterapia"; "piano dançante"; "encontros



Foto: Roney Leite da Silva

intergeracionais"; "cineterapia"; "oficina de música"; festas e "passeios pela cidade maravilhosa", com as opções de serviços nas modalidades de Centro-Dia/Horas ou Hospedagem de Longa Permanência, de acordo com as necessidades de cada idoso.

A Dignus está sempre de braços abertos para ajudar as pessoas a introduzirem um melhor ritmo às suas vidas. Agende uma visita pelo telefone 21 2542-9299 (com a Sra. Katia) e mude para melhor.

Apoio:



Rua Arnaldo Quintela, 97 - Botafogo
Tel. 2542-9299
www.dignus.com.br



DIREITO FÁCIL

Carlos Roberto Pereira das Neves | 107.070 OAB RJ
crpneves@gmail.com

O CONDOMÍNIO E A CONDUTA
ANTISSIONAL

Prezados leitores, neste mês, o Direito Fácil irá falar sobre a conduta imprópria de alguns condôminos, que não respeitam a convenção e o regimento interno, causando graves problemas aos moradores em geral.

O Tribunal de Justiça do Paraná em julgamento da apelação cível nº 957.743-1, realizado em 13/12/2012, confirmou a sentença que determinou a um morador proprietário em condomínio edilício, que se abstinse de usar seu imóvel em virtude da gravidade das condutas praticadas por ele, seja em face de terceiros, seja em face dos moradores do condomínio.

Segundo a ação, o condômino-réu se beneficiava de sua condição econômica e da necessidade de trabalho de pobres mulheres para satisfazer toda a sua lascívia e perversidades sexuais.

Após várias denúncias, o morador foi preso e, de uma hora para a outra, os residentes no condomínio se viram arrastados em um escândalo de grandes proporções. Mas não é só isso. Constataram aquilo que já suspeitavam sobre a periculosidade e incapacidade do condômino de conviver pacífica e socialmente com pessoas de bem.

A decisão confirmando o afastamento do condômino daquela comunidade fun-

damentou-se no direito da coletividade, que se sobrepõe ao direito de propriedade previsto na Constituição Federal quando exercido de modo egoístico, prejudicial ao sossego, salubridade e segurança dos possuidores, ou aos bons costumes.

Assim, aquele tribunal ao ter de decidir entre a garantia constitucional da propriedade e o direito da coletividade ao bem estar comum, optou pelo segundo, determinando o afastamento do portador da conduta delinquentes do convívio com a sociedade condominial impedindo-o de residir no bem de sua propriedade, inaugurando, desse modo, uma nova fase na relação entre condôminos.

Se a moda pega, aqueles vizinhos que não tenham uma conduta compatível e que causem problemas graves ao condomínio poderão ser compelidos a se mudar se não adotarem comportamento adequado ao local onde vivem.

É ver para crer.

E lembre-se: na dúvida, pergunte ao advogado do Direito Fácil!

Até a próxima.

Praça Floriano 55/808 - Centro
CEP: 20031-050 - Rio de Janeiro - RJ
21 35531764 - 35531765 - 78315728

PINTURA REDUZIDA REPELENTE
EM SUA CASA

Qualidade e Higiene! Você não vai acreditar no extraordinário efeito!

NOVIDADE

Lançamento, quer saber?
Ligue agora - 2527-0386 / 9445-9189

Serviço com absoluta eficácia! Qualificação sem igual!
LIGUE!

ADVOGADA - TÊC CONTABILIDADE

Dra Zenaide Augusta Alves

INSS - Família - Inventários
IMPOSTO DE RENDA PESSOA FÍSICA
Direito Imobiliário - Trabalhista - Defesa do Consumidor

Consultas: marcar com antecedência.

Tel/Fax: 2517.3355 - Mail: zenaide_advogada@hotmail.com
Rua Senador Dantas, 117 sala 711 - Centro - RJ
www.zenaidealves.adv.br

CABELOS QUE VOCÊ SEMPRE SONHO

CABELO + MÃO DE OBRA: a partir de R\$ 320,00.
Profissionais especializados em Mega Hair.
Todo tipo de Implantes: Nô Italiano, Cola de Queratina e etc.
Cabelos mais volumosos e do tamanho que preferir.
Praia de Botafogo, 484 / lj.16 - Botafogo
Tel. 3285.3343 / 9251.8574 / 8279.2741 / 7149.9562

AULAS PARTICULARES
DE INGLÊS E ESPANHOL

Professor Eduardo Rodrigues
Contato: 7939-4201

PSICOTERAPIA INFANTIL

Atendimento especializado a crianças autistas
e com outros transtornos de desenvolvimento.

Gilberto Bruzzi Desiderio
Mestre em Psicologia Clínica pela PUC - Rio
CRP: 0542081

Fone: (021) 3253-6921 - Humaitá

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

Informe Publicitário

DESIGN. VOCÊ REALMENTE SABE O QUE SIGNIFICA?

Você consome design, mas nem sempre sabe disso.

“Design” é uma palavra comum na boca das pessoas, mas constantemente utilizada de forma indiscriminada e errada. Design de carros, moda, jóias, design gráfico, webdesign, até hair design, dentre tantos outros designs que ouvimos falar. Mas então, o que quer dizer design?

Provavelmente, para você, a primeira palavra que vem à mente é “desenho”, certo? Certo! E errado, ao mesmo tempo. A palavra “design” significa literalmente “desenho”, mas a ideia é diferente do que vemos, por exemplo, na arte, com seus belos quadros e esculturas. Design, mais do que um campo de trabalho, é um conceito. É a ponte entre arte e engenharia, o balanço entre a beleza estética e a qualidade funcional. Design é projeto, tem função e objetivo e não existe somente para agradar aos olhos. Requer muito estudo para atingir um bom resultado.

Você se utiliza do design mas nem sempre sabe disso. No dia-a-dia, você percebe o quanto há de design à sua volta? Ele está na sua cama, tv, sofá, celular, computador e até mesmo na forma de pensar da empresa em que você trabalha. É a ideia que elimina um problema e abre possibilidades nunca vistas antes. Um bom profissional de design, o designer, cumpre sua função ao resolver um problema e causar um impacto positivo, resultado de estudo minucioso de mercado, público e tendências. Muitas vezes, design é identificar potencial para inovar e criar algo que parece ter sido sempre necessário, mas que nunca ninguém tinha feito antes.

Você lembra de precisar de um smartphone antes do mesmo surgir? Consegue se imaginar num mundo antes da internet? Os produtos, além de satisfazer, geram necessidades, fazem surgir mercados e perfis de consumo. O design é intrínseco à sociedade e é um investimento necessário à qualquer empresa, de qualquer área, seja nos seus produtos ou no seu modo de pensar e agir. Não é algo que pode ser feito por qualquer um, pois um design ruim pode significar a falência de um negócio. Procure profissionais qualificados. Valorize-os, pois o design está em tudo.

Por Adriana Agresta, designer, contato (21) 8067-3043 / adriana.agresta@gmail.com.

RESGATE DE PÁSSARO

Guardas municipais da 2ª Inspeção (Zona Sul) e do Grupamento de Defesa Ambiental (GDA) resgataram um biguá – ave marítima que se assemelha aos patos durante o voo, em manhã no fim do mês de maio, na praia do Leme. A ave caiu em pleno voo no mar, por volta das 10h, e conseguiu chegar até as pedras.

Como estava cansado e estressado, o animal ficou na pedra sem conseguir voar e começou a atacar as pessoas que tentavam retirá-lo de lá. Após a tentativa de resgate, a população pediu auxílio ao guarda municipal Marcelo Peres, que estava em patrulhamento na Praça Júlio de Noronha. Ao chegar ao local e verificar a situação do animal, o GM pediu a luva de um gari da Comlurb para pegá-lo e solicitou apoio da equipe do GDA.

O animal, que não tinha ferimentos aparentes, foi encaminhado pela equipe do GDA para a Faculdade de Veterinária da Universidade Estácio de Sá, em Vargem Pequena.

COLÔNIA DE FÉRIAS

O Grupo Eco realizará a 35ª Colônia de Férias, em janeiro de 2013 do morro Santa Marta. São 15 dias consecutivos com 320 crianças de 6 a 12 anos de idade e mais 50 jovens e adultos que assumem o papel de monitores de turma e apoiam direta e indiretamente o desenvolvimento das atividades.

Mesmo com tanta história para contar, o Grupo Eco ainda não tem patrocinador para viabilizar a próxima colônia.

A Sociedade de Educação e Promoção Social Grupo Eco é uma entidade de caráter educacional e cultural com atuação na Favela Santa Marta e, eventualmente, fora dela, atividades e iniciativas que visem o desenvolvimento humano integral das pessoas e da comunidade, com atenção especial às crianças, adolescentes e jovens, em busca da afirmação da dignidade da pessoa humana. Atua na favela de Santa Marta desde o final de 1976.

O sucesso é tão grande que apesar da data estar distante, já não há mais vagas.

LUTA CONTRA O CRACK

Universidade de Santa Catarina teve evento sobre Direitos Humanos, que também abordou o tema.



“Educação em Direitos Humanos e Experiências Práticas”, foi o tema da mesa-redonda da Formação de Lideranças em Direitos Humanos, que ocorreu no último mês de maio, na Unesc (Universidade do Extremo Sul Catarinense), em Criciúma. O evento contou com oficinas.

Durante a mesa-redonda, foram apresentadas sugestões de ações envolvendo os Direitos Humanos a serem implantadas na região. Uma das campanhas, pensadas por alunos e profissionais da área, diz respeito aos usuários de crack e como sensibilizá-los para procurar ou aceitar o tratamento. “É um desafio. Há falta de ferramenta humana para o trabalho e um desmonte da estrutura para atender estas pessoas”, afirmou a assistente social Priscila Cardoso.

No debate da noite, que contou com a participação de estudantes e professores do curso de Direito da Unesc, também foi abordado o trabalho dos Cras (Centro de Referência de Assistência Social) em Criciúma. Segundo a psicóloga do Cras do Bairro Teresa Cristina, Alessandra Martarela, o município conta com seis centros, que realizam as atividades conforme a necessidade dos bairros em que estão inseridos – grupos de orientação para gestantes, por exemplo – tendo como norte as recomendações do Paif (Programa de Atenção Integral à Família). “Os Cras são grupos abertos para quem quiser participar. Nós não estamos fazendo favor. As pessoas têm direito”, comentou Alessandra.

CIES Centro Interativo Eugênia Sampaio
Oportunidade Única!

REFORÇO ESCOLAR
NO CIES O FUTURO DO SEU FILHO JÁ CHEGOU!

MATRÍCULAS ABERTAS
PROFESSORA ESPECIALIZADA

- Artes
- Preparatório Pedro II e CAP (Uerj)
- Primeiro Seguimento (antigo C.A. e 1ª à 4ª série)

Salas confortáveis, com ar condicionado.

- Faça sua inscrição.
- Vagas limitadas.
- Material didático gratuito.

QUEM TRAZ UM AMIGO NÃO PAGA MATRÍCULA!

2541.6516 / 3905.9130
Rua Fernandes Guimarães, 32 - casa - Botafogo.
centroiesampaio@gmail.com - www.ciesrj.com.br

ACADEMIA CLÍNICA para Terceira idade

Se você pensa em melhorar sua condição física aumentando sua:

- Flexibilidade
- Equilíbrio
- Fortalecimento Muscular
- Condição Aeróbica

Venha fazer parte do nosso grupo!

A Academia Forma Total oferece serviços de atividades físicas para o público da terceira idade, tudo com a supervisão e orientação de Fisioterapeuta.

Faça-nos uma visita e agende sua avaliação!

Rua Humaitá, 258 / Sobreloja
Tel. 25391348 / 22868590

Venha passear com a Bebel!

08/06
CONCERTO DE CRAVO do Maestro Roberto de Regina na Capela Madalena - Pedra de Guaratiba - com jantar completo.
Preço/pessoa: 2x R\$ 110,00 com transporte.

16/06
DOMINGUEIRA - Almoço na Fazenda de Café Ponte Alta - Sarau do Getúlio.
Preço/pessoa: R\$ 220,00 com transporte.

19 a 21/07
EXCURSÃO À CONSERVATÓRIA - Saídas Siq. Campos, Lq. Machado e Sto. Afonso - em microônibus de turismo, com guia Embratur e serviço de bordo. 6ª feira - visita e almoço na Fazenda de Café. Hospedagem na pousada Sol Maior II, com pensão completa.
Preço/pessoa em apto. duplo: 3x R\$ 350,00 a partir de Maio. À vista com desconto.

Reservas Bebel ou Gisele
Tels.: 2551-0201 / 9657-6427 / 9693-6430

Curta nossa página: <https://www.facebook.com/gibeltur>

VOCÊ SABIA?

selecionado e editado por Fernando de Andrade

QUEM GANHOU MAIS VEZES A COPA DAS CONFEDERAÇÕES?

A Copa das Confederações é um torneio entre seleções a cada quatro anos. É uma verdadeira Mini Copa do Mundo, já que apenas participa a nata do futebol atual, sendo os participantes os seis campeões continentais mais o país-sede e o atual campeão da Copa do Mundo.

A primeira e a segunda edição foi disputada na Arábia Saudita, em 1992 e 1995, sendo chamada de Copa Rei Fahd. A partir de 2001 passou a ser chamada de Copa das Confederações e o torneio começou a servir de preparatório para a Copa do Mundo, que acontece ano seguinte. Assim a Fifa pode testar as condições dos países sede e os seus estádios, sabendo o que precisa ainda ser melhorado para o ano seguinte.

Quem ganhou mais taças? Novamente o Brasil está em primeiro lugar, com 3 conquistas, incluindo as duas últimas disputadas, seguido pela França, com 2 títulos, e em terceiro lugar aparecem empatados México, a Argentina e a Dinamarca, com 1 taça. O Brasil parece ser mesmo o rei da competição. Isso porque ainda tem o maior número de presença nas finais, num total de 4, contra três aparições da Argentina, possui os dois maiores artilheiros na nova erada competição, Romário, em 1997, com 10 gols, e Ronaldinho, em 1999, com 7 gols, sem falar que dos 6 maiores goleadores, o Brasil tem 4. E ainda das 6 últimas edições, possuiu atletas eleitos como melhor jogador em 4 delas.

DIA DOS NAMORADOS

Junho também é o mês dos namorados. Mas por quê? O Dia dos Namorados ou Dia de São Valentim é uma data especial e comemorativa em vários países, incluindo Portugal, na qual se celebra a união amorosa entre casais sendo comum a troca de cartões e presentes.

No Brasil, a data é comemorada no dia 12 de junho por ser véspera do Dia de Santo Antônio, santo português com tradição de casamenteiro.

A data provavelmente surgiu no comércio paulista, quando o comerciante João Dória trouxe a ideia do exterior e a apresentou aos comerciantes. A ideia se expandiu pelo Brasil, amparada pela correlação com o Dia de São Valentim - que nos países do hemisfério norte ocorre em 14 de fevereiro.

Sexo sem Mistério

MAIS DO QUE MUITO

Aprendemos que amor é um sentimento, e que portanto, deve ser sentido, não tendo como ser racionalizado. Mas parece que o amor já foi medido e analisado como fenômeno social.

Sabemos que ele transforma um indivíduo normal em especial e único. Mas no meio disso, há as pessoas que amam demais e se submetem a relacionamentos ainda que eles não funcionem.

Quando amar é sofrer isso quer dizer que ou você está amando a pessoa errada ou de forma errada. Mesmo assim, a pessoa insiste, se sacrifica, anula a sua personalidade, tudo em nome do amor. Do amor? Pode-se até acreditar que sim, mas para alguns, a melhor tradução seria carência, baixa autoestima, punição ou sei-lá-mais-o-quê.

Triste e real: pessoas apegam-se a alguém para evitar a solidão. Ou seja, quem ama demais, na verdade, são pessoas que (se) amam de menos. Assim, o amor, que poderia ser um meio de crescimento pessoal, torna-se uma prisão. E com medo de serem infelizes fora desse relacionamento, pisam

devagar, preocupando-se com os movimentos do outro e transformam-se em coadjuvante da própria história ao fugir do exercício da responsabilidade sob a própria vida. Vive a vida alheia, manipulando seus afetos e comprometendo quaisquer tipos de relacionamento que estão do "lado de fora".

São pessoas intensas querendo desesperadamente amar e se sentir acolhidas. Elas aprendem com muito sofrimento sobre a importância de ter vida própria e que um relacionamento deve vir para somar e não anular. Quando unificamos a privacidade, a intimidade, a sinceridade, o respeito e a consideração, atingimos um estado de entrega saudável.

Abrimos espaço para tirar dúvidas.

Caso tenha alguma, envie email para consultoriodepsicologia@gmail.com e aguarde a publicação. Sigilo absoluto.

Dr^a Ana Paula Veiga - Sexóloga

Tel: 2567-9181/7883-2059

**GOSTA DE VIAJAR?
VEJA A PÁGINA 12!**

VESTIBULAR e ENEM

(Preparatório)

CIES

Centro Interativo
Eugênia Sampaio

Para você que procura melhores resultados junto ao ENEM ou Vestibular. O Centro Interativo oferece o 2º Grau com professores especializados.

NÃO PERCA ESSA CHANCE!

Fones: 2541.6516 / 3905.9130

Rua Fernandes Guimarães, 32 - casa - Botafogo.
centroiesampaio@gmail.com - www.ciesrj.com.br



Armários & Cia
Soluções Inteligentes

100% MDF
Entrega 15 dias úteis



ENTREGA IMEDIATA

www.armarioseciamodulado.com.br

2435-0557 / 2674-1854

CRIS TICA
CENTRO DE ABITAÇÃO DE LENTES DE CONTATO

Armações a preços populares.
Na compra de um VARILUX ganhe um par de lentes para perto.
Laboratório computadorizado.
Exames de vista. www.crisotica.com.br / crislentes@gmail.com

Rua da Passagem, 146 - Loja 23
Botafogo - Tel.: 3178-1231

Convênios: Oi - Claro - Tim - Vivo - Nestel - OAB - Fumas - Petrobras - Banco do Brasil
Data Pres - Previ - GEAP - Sindicato dos Professores / Músicos e outros.

DELÍCIAS CARIOCA
DOCE E SALGADOS

Pronta entrega ou sob encomendas a partir de R\$ 20,00 cento congelado

COXINHA KIBE QUEIJO RISÓLIS CAMARÃO	CROQUETE DE CARNE QUEIJO C/ PRESUNTO PIZZA CALABRESA BOL. DE BACALHAU (KG)	TEMOS MIT FESTA A PARTIR DE R\$60,00 COM: SALGADINHOS, DOCINHOS, TORTA, REFRIGERANTE E DESCARTÁVEIS
----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

ACEITAMOS CARTÕES DE CREDITO E DÉBITO. ENTREGAMOS EM DOMICÍLIO. CONSULTE-NOS

3073-3941 / 3971-8340 / 3971-4729 / 2293-7537 / 8115-6859

APERITIVO PARA A COPA DO MUNDO

Copa das Confederações inicia contagem regressiva para maior evento do futebol mundial, a Copa do Mundo, disputada em 2014 no Brasil.

Por Antonio da Silva

O dia 15 de junho será o estopim que acenderá a chama da contagem oficial para a Copa do Mundo de futebol de 2014. A Copa das Confederações será disputada no Brasil, de 15 a 30 de junho, e fará o país ser sede de um grande evento futebolístico novamente, o que não acontecia desde a Copa do Mundo de 1950.

A Copa das Confederações faz parte do calendário oficial da FIFA desde 1992, sendo que desde 2005 é disputada no país-sede da Copa do Mundo, um ano antes do mundial. É uma espécie de prova para a pátria organizadora.

Esta edição do torneio contará com Brasil, país sede; Espanha, campeã da última Copa do Mundo e da Eurocopa; Itália, vice-campeã da Eurocopa; Uruguai, campeão da Copa América; Japão, campeão da Ásia; México, campeão da Concacaf; Taiti, campeão da Oceania; e Nigéria, campeã da África.

Os jogos serão realizados em seis

cidades-sede: Rio de Janeiro, Brasília, Belo Horizonte, Recife, Salvador e Fortaleza. O sorteio, realizado em dezembro de 2012, São Paulo, definiu os grupos da seguinte maneira: Brasil, Japão, Itália e México, no grupo A, e Espanha, Uruguai, Nigéria e Taiti, no grupo B.

A Seleção Brasileira só jogará no Maracanã se chegar à decisão do campeonato, pois na primeira fase o "maior do mundo" só receberá um jogo do grupo A (sem o Brasil), um do B e não receberá jogos das semifinais.

As seleções que despontam como favoritas para conquistar a Copa das Confederações são Brasil, Espanha, Itália e Uruguai. Nossa seleção não vem apresentando um belo futebol, até mesmo vem sofrendo bastante nos últimos amistosos disputados. A mudança no comando técnico ainda não surtiu efeito. Entretanto, a Seleção Brasileira, pelo peso da camisa, sempre pode ser apontada como favorita em qualquer competição que dispute. A Espanha,



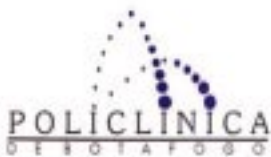
Antigo Maracanã, lotado, em jogo decisivo.

atual campeã mundial, vem liderando seu grupo nas eliminatórias da Europa para a próxima Copa do Mundo. A Fúria não vem apresentando o mesmo futebol jogado em 2010, mas continua forte. O Uruguai também já não é o mesmo. Nosso simpático vizinho vem sofrendo muito nas eliminatórias sul-

americanas e está em 6º lugar, posição que o deixa de fora da próxima Copa. A Itália, que tradicionalmente apresenta um futebol feio, porém muito competitivo e vitorioso, está liderando seu grupo nas eliminatórias europeias e vem forte para a disputa da Copa das Confederações. Emoção não vai faltar.

ODONTOLOGIA

Responsável Técnico: José R. de Souza
CRO 15.582



Convênios
**FURNAS
CABERJ**

CLÍNICA GERAL
ORTODONTIA - PRÓTESE
CIRURGIA ORAL
RESTAURAÇÕES ESTÉTICAS
IMPLANTODONTIA
PERIODONTIA
ENDODONTIA - EMERGÊNCIAS

Atendimento:
2 a 6ª feira 8h às 18h30

AV. PASTEUR, Nº 72 / 1º ANDAR - BOTAFOGO

TEL. 2543.1807 - 2543.1819

ESTACIONAMENTO EM FRENTE

POLICLINICA LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

NA POLICLINICA DE BOTAFOGO VOCÊ PODE CONTAR COM SERVIÇO DE LABORATÓRIO:

- ATENDIMENTO 24 HORAS
- LABORATÓRIO COM PREÇOS POPULARES
- EXAMES DE EMERGÊNCIA EM 1 HORA
- COLETA DOMICILIAR COM AGENDAMENTO PRÉVIO
- COLETA PEDIÁTRICA ESPECIALIZADA
- LAUDOS PELA INTERNET

ATENDEMOS A GRANDE MAIORIA DOS PLANOS DE SAÚDE

**Tels. (21) 2543-1818
(21) 2295-2835**

Av. Pasteur, 72 - Botafogo - RJ
E-mail: polilaboratorio@gmail.com

POLIMAGEM



Aceitamos Diversos Convênios e Particulares

Tomografia Computadorizada Helicoidal

- Reconstruções Multi-Planares

Ultrassonografia

- Geral
- Medicina Fetal e 4D
- Músculo Esquelético
- Doppler (Gerál e Arterial/Venoso)

Raio X Geral

- Radiologia Digital

Laudo de USG em 24 horas
Facilidade de agendamento

Tel.: 21 2543-1858

www.polimagediag.com.br

www.botafogo.com.br/polimagediagparticular

Policlínica de Botafogo - Av. Pasteur, 72 - Botafogo - RJ

O LAZER NOS SHOPPINGS DO RIO

Nos dias frios, com as praias deixadas um pouquinho de lado, os shoppings tornam-se uma boa opção de lazer.

Fotos: Fernando de Andrade

Por Fernando de Andrade

Mais do que apenas praias e cartões postais, o Rio de Janeiro tem muito mais diversão. Se não fosse isso, o que seria de nós naqueles dias friozinhos?! Com tantas dicas, os dias poderão até ser frios, mas também serão divertidos. E a matéria não se restringe somente à Zona Sul.

CINEMAS

Para começar, não poderíamos deixar de citar os cinemas e boa parte deles está nos shoppings centers. Foi-se o tempo em que shopping era sinônimo de Barra Shopping e Rio Sul, os primeiros grandes centros de lojas da cidade. Atualmente, em quase todo canto tem um shopping, e para citar apenas alguns, Botafogo Praia Shopping, Shopping da Gávea, Downtown, Via Parque, New York City Center (anexo ao Barra Shopping), Norte Shopping, Nova América, Shopping Tijuca, Iguatemi, todos de fácil acesso, inclusive com Metrô ou integração, sem falar em outros não menos importantes em outras regiões da cidade ou de centros menores. Pois bem, todos eles contam com salas de cinemas. Na verdade todos contam com grandes cinemas, de grandes grupos desse mercado, que hoje movimentam muito dinheiro na cidade. Mas se você não curte shopping e quer assistir a uma boa estreia existem também alguns bons cinemas de rua, "como nos velhos tempos", diriam os mais experientes.

Sabemos que em Botafogo há o Arteplex, na Praia de Botafogo, e os cinemas do Grupo Estação, na rua Voluntários da Pátria. Mas uma excelente opção é o relativamente novo Lagoon, dentro do antigo, porém muito bem reformado, Estádio de Remo da Lagoa. Conta com estacionamento, para comer possui excelentes restaurantes ou a opção do fast food, ou ainda a tradicional pipoquinha, e possui uma das mais agradáveis paisagens da Cidade Maravilhosa, a vista da Lagoa Rodrigo de Freitas, que mesmo à noite é belíssima. Mas convenhamos, se tivesse algumas lojinhas já poderia ser chamado de shopping não é verdade?

SHOPPINGS

Mas voltando a falar de shopping center, em seu interior há bem mais do que somente cinemas. Para a garotada, a maioria tem dois tipos de atrações: um espaço criança, para os mais novinhos, que ficam sob a supervisão de monitores, com bolas, escorregas e variados tipos de brincadeiras, como se estivessem numa verdadeira festa infantil. Se você busca passear no shopping e não sabe onde deixar seus filhos, essa é uma boa dica. Mas não se surpreenda caso após o seu divertido, mas cansativo passeio tiver dificuldade de tirar seu filho da diversão. Eles adoram.

A outra opção é para os mais grandinhos, os adolescentes. Uma ampla sala de jogos eletrônicos deixa qualquer um deles ocupado



Três shoppings em Botafogo: Rio Sul, o vertical Praia Shopping e o gastronômico Casa e Gourmet.



pelo tempo que ainda houver dinheiro. Sim, pois não costumam ser baratinhos os jogos. E se vir algum marmanjo jogando sob o pretexto de estar tomar conta dos filhos, desconfie. Essa é uma das desculpas prediletas dos pais, tamanha é a diversão. Geralmente a criança é obrigada a adquirir um cartão para jogar, onde deposita créditos para gastar nos

jogos que quiser, desde as evoluções dos antigos fliperamas a simuladores e máquinas que muitas vezes estão presentes em parques de diversão.

**CONTINUA NA
PÁG. 10!**

INSCRIÇÕES ABERTAS!

PESQUISA COM SUPLEMENTO ALIMENTAR
CLAREADOR DE MANCHAS DE SOL

Procuramos pessoas com todas
as seguintes características:

- Mulheres **asiáticas** acima de 18 anos.
- Pele branca.
- Presença de, pelo menos, duas manchas de sol nas **mãos**. (fotoenvelhecimento, vide foto)
- Pele das costas uniforme, sem muitas manchas e sem bronzeamento.

AJUDA DE CUSTO ATRAENTE!



Ligue para

2222 0480

CDP
BIOTECH - BRASIL

Rua dos Inválidos, 212 - 4º Andar
Lapa - Rio de Janeiro

comunicacao@cidp-cro.com

www.cidp-cro.com/cidp-brasil-voluntarios

www.facebook.com/CIDPBrasil

SUPER SINTEKO

Sinteko - Pinturas - Polimento de Mármore
Raspagem para Cera - Descoloração
Sinteko Fosco - Sinteko sem Cheiro
Reformas em Geral

EXCELENTE PREÇO - COM REFERÊNCIAS

João Carlos e Equipe
Tel. 3698-8417 / 9674-4395

AGRESTA

comunicação & design www.adrianaagresta.com

(21) 8067-3043

(21) 3174-1608

Soluções em comunicação visual, design, webdesign, ilustração, animação, criação e edição de vídeo, design de ambientação, scrapbook digital.

Criação de logotipo e identidade visual, cartões de visita, folders, convites, papeleria personalizada, revistas, etc. Desenvolvimento e gerenciamento de sites, blogs, e-mail marketing e interfaces.

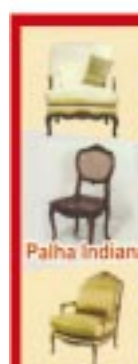
Faça um orçamento gratuito! adriana.agresta@gmail.com

SID CONSERTOS



Máquina de Lavar
Geladeira • Secadora
Lava-Louça • Freezer

8404-0886
9963-6547



ESTOFADOR E MARGENEIRO

PRONTO SOCORRO DOS ESTOFADOS
REFORMAS E DECORAÇÕES

Estofamento em geral / Capas Modeladas
Empalhador / Pátina / Verniz
Restauração de Móveis Antigos / Cromagem

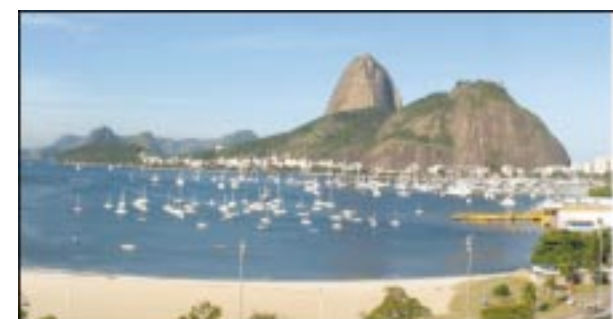
Orçamentos Grátis e Pagamento Facilitado

Carlos 9192-2626 Claro

Tel: 2581-8584 8383-8318 Tim

www.prontosocorrodosestofados.com.br 9933-3382 Vivo

Rua Barão do Bom Retiro, 253 8888-8958 Oi



Clube de Regatas
GUANABARA



NOVIDADES PARA REMAR NO GUANABARA: **CANOAGEM E SUP**

- AULAS - PASSEIOS - GUARDARIA

**VENHA
EXPERIMENTAR!**



A pedido dos associados, as aulas de canoagem retornam à lista de atividades gratuitas oferecidas. E para completar a lista, o clube passa também a oferecer aulas de Stand-up paddle e Canoagem havaiana em uma canoa Wa'apa 665 (OC 3).

INÍCIO EM JULHO. Faça já sua inscrição, vagas limitadas.



APOIO

... E MAIS DE 15 ATIVIDADES GRATUITAS. VENHA ENTRAR EM FORMA NO GUANABARA.

ESCOLAS E CURSOS GRÁTIS

ESPORTES OLÍMPICOS FEDERADOS:

- 1 - VELA MONOTIPO ADULTO / INFANTIL
- 2 - VELA OCEANO ADULTO
- 3 - REMO (IDADE MÍNIMA 14 ANOS)
- 4 - NATAÇÃO (ADULTO, INFANTIL E BEBÊ)
- 5 - NADO SINCRONIZADO
- 6 - PÓLO AQUÁTICO

OUTROS ESPORTES NÃO FEDERADOS:

- 7 - JUDÔ (ADULTO E INFANTIL)
- 8 - KARATÊ (ADULTO E INFANTIL)
- 9 - BOXE (ADULTO)
- 10 - MUAYTHAY (ADULTO)
- 11 - HIDROGINÁSTICA

AULAS, CURSOS E ATIVIDADES

SÓCIOS-CULTURAIS

- 12 - ARTESANATO
- 13 - DANÇA DE SALÃO
- 14 - SAUNA SECA E À VAPOR

OUTRAS VANTAGENS SOCIAIS

PISCINAS SOCIAL E INFANTIL AQUECIDAS NO INVERNO, SALÃO DE SINUCA, PLAYGROUND, NAVIO PIRATA E SALA DE JOGOS INFANTIS, ÁREAS DE LAZER COM 4 CHURRASQUEIRAS

ESPAÇOS PARA LOCAÇÃO

AUDITÓRIO PARA 60 PESSOAS COM DATASHOW, TELA RETRÁTIL, SOM E AR-CONDICIONADO CHURRASQUEIRA E SALÕES DE FESTA

ESPAÇOS TERCEIRIZADOS

BAR DA RAMPA - BAR E RESTAURANTE
GUANABAR - BAR E RESTAURANTE
V' DA - ARTIGOS DE NATAÇÃO - RAMAL 212
BOATSPORT - ARTIGOS NÁUTICOS - 2244-2740
MAR AZUL - ARTIGOS NÁUTICOS - 2275-6451
APTUS - GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO
FISIO & CORPO - 2275-9498 / 8363-8187

ASSOCIE-SE:
SÓCIO TRANSIT. R\$ 120,
DEPENDENTE R\$ 50, - MAT. R\$ 36,

www.crguanabara.com.br

Av. Rep. Nestor Moreira, 42
Praia de Botafogo
(21) 2295.7798 / 2541.2049

DIVERSÕES VARIADAS

Fotos: Carolina dos Santos

BOLICHE E KART

Mas não é só isso, pois nos shoppings também existem brincadeiras para gente grande. É o caso do boliche, do kart e até mesmo do paint ball. Sem dúvida, um dos melhores boliches é do Grupo Striker, que possui pistas no Barra Shopping, na Barra da Tijuca, e no Norte Shopping, no Cachambi, Zona Norte. O ambiente é excelente e anexo às pistas você tem opção de um variado cardápio para consumo gastronômico. O aluguel de uma hora de pista no fim de semana no Norte Shopping custa R\$ 115,00 e no Barra Shopping R\$135,00. Você pode alugar por mais tempo, cada pista pode ter até seis pessoas e você precisa alugar também os sapatos especiais, que custam R\$ 3,00. Na Barra, o Striker também oferece o jogo de sinuca, em que o aluguel da mesa por uma hora custa R\$ 35,00.

Um shopping que possui boas pistas de boliche com um preço mais convidativo é o São Gonçalo Shopping, na cidade de mesmo nome. O telefone para informações é o 3513-7221.

Outra boa opção dentro de shopping centers é o kart. Brincadeira de gente grande disputada por Ayrton Senna no início de sua carreira no automobilismo. Claro que a ideia



O remodelado Via Parque e o novo e elitizado Village Mall, do mesmo grupo do Barra Shopping.



Interior do New York Citi Center e o diferente Shopping Downtown, ao ar livre.



não é formar nenhum campeão de Fórmula 1, mas despejar um pouquinho de adrenalina no corpo.

Em Jacarepaguá, mais precisamente na Freguesia, há o Rio Shopping, onde existe uma pista coberta no estacionamento. O valor da corrida é R\$ 50,00, mas existem algumas boas promoções, inclusive para

aniversariantes. O telefone para reservas é o 2443-3965.

Outras opções são no anexo ao supermercado Extra 24h da Barra da Tijuca e no Shopping Nova América, em Del Castilho, ambos com opção para crianças. Os valores variam de R\$ 50,00 a R\$ 70,00, por corrida de 20 minutos. Informações

podem ser obtidas pelos telefones 2484-4545 e 2303-4545.

PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO

E depois de tanto gasto de energia, o que não falta é opção para comer, para todos os bolsos e gostos. Na grande maioria dos shoppings existem os restaurantes fechados, muitos estilizados, alguns refinados, mas também existem as populares praças de alimentação, que já faz muito tempo que não se restringem a fast foods. Há casas especializadas em quase todo o tipo de comida: refeições prontas, pizzas, massas, carnes, comidas típicas como japonesa, mexicana, árabe e tantas outras, que já fazem parte das praças de alimentação. Se estiver com fome e algum dinheiro no bolso, estará no lugar certo.

Realmente os shopping centers, hoje em dia, deixaram de ser apenas pontos de venda de roupas e produtos em geral. Nesses dias friozinhos, caso não tenha mais nada para fazer, já sabe: um shopping pode ser uma excelente opção.

**GOSTA DE VIAJAR?
LEIA A PÁG. 12!**

VENHA FAZER PARTE DA NOSSA FAMÍLIA

RP Centro Odontológico - Renata Pescadinha

QUEM SOMOS NÓS
A RP CENTRO ODONTOLÓGICO é um centro especializado e que está há nove anos no coração de Botafogo, com uma equipe de profissionais especializados, oferecendo acesso ao que existe de mais avançado em odontologia.

NOSSOS SERVIÇOS E DIFERENCIAIS

- Profissionais especializados nas mais diversas áreas
- Cirurgia
- Ortopedia Funcional dos Maxilares (problemas de articulações)
- Endodontia (tratamento de canal)
- Odontopediatria
- Implantodontia
- Periodontia (tratamento de gengiva)
- Odontologia estética
- Prótese (fixa e móvel)
- Ortodontia
- Clareamento a Laser
- Laboratório de prótese próprio
- Tecnologia de ponta
- Localizado no térreo facilitando o acesso para 3ª idade
- Instalações próprias para cadeirantes
- Mais de nove mil clientes satisfeitos

Tels.: 2244-3108

Rua da Passagem, 172 / loja - Botafogo
www.rpodontologia.com.br



Sorrir com vontade nos momentos mais marcantes da sua vida

A NOVA MARCA DA FACULDADE INTERATIVA COC

UNISEB
INTERATIVO

SEU MUNDO
É INTERATIVO.
SUA GRADUAÇÃO
TAMBÉM.



Curso Superior UniSeb Interativo

Encontros presenciais uma vez por semana, com a credibilidade de uma das maiores instituições de ensino do Brasil, escolhida entre as 10 melhores pela Associação Brasileira de Estudantes de EaD e com nota de excelência no MEC.

PROCESSO
SELETIVO
17/MAR.

Colégio Qi - UNISEB
Rua da Matriz, 63
Tel: 3439-9509
estudeadistancia.com



ESPAÇO TERAPIAS CORPORAIS



SAÚDE NÃO TEM IDADE

Por Luciano Lopes

Cuidar da saúde é fundamental, inúmeros estudos apontam a importância da atividade física e das terapias corporais, independente da idade. Hoje, temos muitas opções para exercitar, de diferentes gostos e formas, atendendo a necessidade de cada indivíduo.

O recomendado é passar por avaliações médicas, de preferência com o seu médico responsável, onde ele poderá encaminhar para inúmeras atividades, como as atividades de baixo impacto, como a caminhada, natação, hidroginástica, dança, trabalhos resistidos como a ginástica localizada, musculação, alongamento, buscando a manutenção da flexibilidade bem como a mobilidade, além da massagem para reativar a circulação e aliviar dores musculares, equilibrando o corpo e a mente.

Existem cada vez mais evidências científicas apontando o efeito benéfico de um estilo de vida ativo na manutenção da capacidade funcional e da autonomia física durante o processo de envelhecimento com importantes benefícios

do treinamento de força muscular no adulto e na terceira idade.

Confira alguns dos benefícios ao praticar uma atividade física: melhora da velocidade de andar, melhora do equilíbrio, aumento do nível de atividade física espontânea, melhora da auto-eficácia, contribuição na manutenção e/ou aumento da densidade óssea, ajuda no controle do diabetes, artrite, doença cardíaca, ingestão alimentar e na diminuição da depressão.

Atenção para uma das principais causas de acidentes e de incapacidade na terceira idade: a queda, que geralmente acontece por anormalidades do equilíbrio, fraqueza muscular e desordens visuais. Receba massagens, pratique atividade física para fortalecer os músculos das pernas e costas.

Informações, dúvidas e sugestões sobre esta coluna, enviem o seu e-mail para: lucianoterapeuta@uol.com.br, ou se preferir, acesse o site: www.itlucianolopes.com.br, contato: (21) 2255-2204 / 9771-0320 – Luciano Lopes.

Massagem

Luciano Lopes
Terapeuta Corporal



Massagem Relaxante, Terapêutica Desportiva, Shiatsu, Drenagem, Modeladora, Cursos e Eventos.

(21) 2255-2204 / 9771-0320
2ª a Sábado - 07 às 22h - Copacabana

Instituto Terapêutico
Luciano Lopes

INSTITUTO
**PHYSIO
STUDIO**

Centro Integrado de Postura e Bem Estar

Venha treinar no maior centro de Pilates Clássico e Moderno do Brasil

Credenciados pela Associação Brasileira de Pilates Fisioterapêutico

PILATES – Equilíbrio e Fortalecimento Corporal.

Faça Pilates com quem ensina, em um studio amplo com equipamentos novos e super modernos.

CORE PILATES – Pilates mais eficiente.

A necessidade de se trabalhar força, flexibilidade, equilíbrio e postura é de conhecimento de todos e a forma mais eficiente de se trabalhar estas falências é através do treinamento funcional. O Core Pilates trabalha a funcionalidade do corpo de forma equilibrada e global, onde você consegue ganhos de força, equilíbrio, flexibilidade e diminuição da gordura corporal em aulas de 60 minutos ministradas por profissionais com formação específica. Nas aulas de Core Pilates você fará: plataforma vibratória, PST (Pilates Suspensão), Gravity Pilates, trabalhando ergométrico em esteira e bicicleta, entre outros.

YOGALATES – Pilates + Yoga.

Perfeita integração da milenar Yoga e o Método Pilates, em uma aula onde o controle do movimento, a respiração e a ativação do centro são o tempo todo trabalhados.

Força,
Resistência
Flexibilidade



FLEX PILATES – Alongamento, Respiração e Concentração.

Aula onde a flexibilidade e a força são trabalhados em conjunto, sem deixar um momento de se praticar os princípios básicos e os movimentos utilizados no Método Pilates em sessões de 60 minutos.

ISOFLEX – RPG – Reeducação funcional do movimento.

Melhore sua postura e as dores articulares relacionadas a ela, com o sistema único da INRP da Physio Studio Brasil. Todos nós possuímos alterações funcionais de movimento, que são chamados vícios posturais, e quanto mais nos movemos com estas alterações funcionais, maiores são as consequências. O Instituto Nacional de Recuperação Funcional, usa o Isoflex, juntamente com outros sistemas específicos para melhorar estes distúrbios diminuindo assim as dores articulares relacionadas a má postura.



Faça uma sessão gratuita e veja você mesmo como este sistema funciona.

www.PhysioStudio.com.br
clinica@PhysioStudio.com.br
Rua Barão de Lucena, 81 | fundos | Botafogo
(21) 3902-2312 / 3079-8463

MACEIÓ E O VERDE

Além da capital, outras cidades do litoral atraem turistas em razão de suas exuberantes águas esverdeadas.

Por Antonio da Silva

Para muitos Alagoas possui o litoral mais bonito do país, pois suas maravilhosas praias possuem águas com tons esverdeados e grande quantidade de coqueiros. Só esse atrativo já poderia colocar o estado na vanguarda do turismo do país. Mas não é apenas a orla que atrai os viajantes, mas também a possibilidade de o turista conhecer um pouco mais da rica cultura nordestina.

A chegada aérea à capital Maceió se dá através do Aeroporto Zumbi dos Palmares, distante cerca de 30 km do centro da cidade, fazendo com que o viajante leve em média 50 minutos para realizar o trajeto aeroporto-litoral, em razão da distância e do tráfego nas vias de acesso. Entretanto, se a espera para chegar às praias pode ser considerada demorada, a vista aérea do litoral alagoano proporcionada ao turista quando o avião se prepara para pousar é indescritível, em razão da cor do mar.

Em Maceió o turismo concentra-se basicamente em três bairros da orla: Pajuçara, com sua importante praia de onde partem as jangadas que levam os turistas às famosas

piscinas naturais, passeio que o visitante não pode deixar de realizar; Ponta Verde, considerada a praia mais bonita da capital, e Jatiúca, onde ficam a maioria dos restaurantes.

Outro ponto de grande interesse é a feira e o pavilhão de artesanato típicos localizados na orla da Praia de Pajuçara. Lá o visitante poderá adquirir peças e produtos tradicionais do estado, como o caminho e a toalha de mesa, bem como as famosas e deliciosas castanhas.

Inaugurado no ano de 2005, o Memorial da República também merece ser visitado. No local se encontram estátuas dos marechais Deodoro da Fonseca e Floriano Peixoto, os primeiros presidentes da República, ambos nascidos em Alagoas.

No litoral sul do estado estão duas das mais bonitas e famosas praias de Alagoas: Francês e Gunga. Localizada no Município de Marechal Deodoro, a Praia do Francês está bem próxima à capital, sendo frequentada no seu canto esquerdo por famílias com crianças, em razão da ausência de ondas. No mesmo município o turista pode visitar o centro histórico de Marechal Deodoro, local de nascimento do proclamador da república e



Fotos: Antonio da Silva



primeiro presidente da história do Brasil, com suas diversas igrejas e casarões. Mais ao sul encontra-se a Praia do Gunga, de visual exuberante. Parada obrigatória antes do banho de mar deve acontecer no mirante localizado na rodovia que dá acesso à praia, com vista indescritível do mar e dos coqueirais da região.

O litoral norte de Alagoas também reserva aos turistas lindas praias, com excelente rede hoteleira. Próxima à capital a praia de Ipioca é um paraíso quase deserto, local ideal para quem quer curtir uma praia linda e pouco frequentada sem se afastar muito de Maceió. Outro lugar com praias quase desertas é São Miguel dos Milagres, uma pequena vila de pescadores que possui vários hotéis com boa infra-estrutura e localizados praticamente na areia da praia. Em São Miguel o visitante também poderá fazer o passeio de barco para

visualização do peixe-boi, animal em extinção. Mais ao norte está Maragogi, famosa por ser considerada uma das capitais de mergulho do país.

Outro ponto forte de Alagoas é sua diversificada culinária, com fortes influências indígenas e europeias. Os principais ingredientes que estão sempre presentes às mesas alagoanas são o coco e, como não poderia deixar de ser num estado com litoral tão exuberante, os frutos do mar, uma infinidade deles abastecem os estrelados restaurantes do estado.

Opções de lindas praias e passeios culturais não faltam ao turista, seja na capital ou nas cidades do interior. Curta sua viagem e aproveite o sol, o céu e o sal de Maceió e de toda Alagoas, com certeza você vai querer retornar a essa terra abençoada.

Tudesco

móveis & decorações



Persianas e Cortinas
Vidros e Espelhos
Molduras
Esquadrias de Alumínio
Box para Banheiro
Móveis Modulados

Fones: (21) 3495-3951 / 3496-5058

Rua da Passagem, 71B - Botafogo - Rio de Janeiro - RJ
tudescorj@ig.com.br

CELÇÃO BIKE

Bicicletas Novas e Usadas
Motos
Automóveis

BIKE HELP
Consertos
Peças e
Acessórios



COMPRA - VENDE - TROCA - FINANÇIA - ALUGA
(BICICLETAS)

Rua Assunção, 361 - Botafogo - Rio de Janeiro
Tel. 2537.1793 / 9113.0094

Sr. Síndico!
Isto é de seu interesse.

Tem problemas com bicicletas abandonadas em seu condomínio?

CELÇÃO BIKE tem a solução!

Compre e retire na hora!

Ligue 2537.1793 e confira!



Rua Assunção, 361 - Botafogo - Rio de Janeiro
Tel. 2537.1793 / 9113.0094

SERVIÇO SOCIAL

O ALCOOLISMO PODE DESTRUIR UMA FAMÍLIA

Al-anon e Alateen - Um Recurso para Familiares e Amigos de Alcoólic

Tel. 2220-5065 :: Site: www.alanonrj.org.br

CASA

CONFORTELAS Telas Mosquiteiras

Não deixe a dengue entrar na sua casa!

A Tela Mosquiteira Confortelas, é feita em fibra de PVC, lavável e atóxica, proporcionando maior conforto e proteção para toda sua família.

VANTAGENS do produto:

- Lavável e não cria mofo
- Resistente
- Não é tóxica
- Ecologicamente correta
- Não propaga fogo
- Circulação de ar

Tel.: 4063-4334 / 7803-8692
www.confortelas.com.br

Compre direto da fábrica!

AULAS

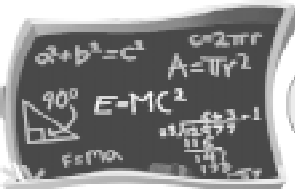
AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA - FÍSICA - QUÍMICA - PORTUGUÊS
DESENHO GEOMÉTRICO - CÁLCULO

Pedro Coppelli - Tel. 7146.1761 / 9788.0041 / 2537.6751

Aulas Particulares

Wilma Soares



tel.: (21) 2535-6700

e-mail: wilma-soares@ig.com.br

Física | Química | Matemática

ADVOGADO



Prof. Josias Frota ADVOGADO

OAB-RJ 76.981

- CÍVEL
- IMOBILIÁRIA
- TRABALHISTA
- ESPECIALIZADO em CONDOMÍNIO

Rua Bento Lisboa 184 - sala 222 - Catete
Tel. 2225-1168 :: 9388-6651 :: 9405-2411
(22) 8172-3043 :: josiasfrota.adv.br

LITERATURA

PUBLIQUE SEU LIVRO

Contos, técnico ou biográfico.
Revisão ortográfica, gramatical, formatação, capa.

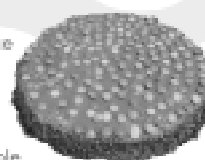
Pedro - 9893-2202 ou 3285-2927

GASTRONOMIA

BOLOS E SOBREMESAS

BOLOS:
laranja, limão, milho, cenoura c/ chocolate e chocolate

SOBREMESAS:
torta alemã, torta alemã c/ nozes, pavê de abacaxi c/ coco, pavê de bombom, rocambolo de nozes c/ damasco, rocambolo de morango c/ chantilly, rocambolo de chocolate c/ doce de leite e chocolate trufada.



Veja também as tortas no site: www.docestiamarta.com

Encomendas!!! 2535-7915 ou 9851-9283

QUENTINHAS SOROCABA

R\$ 8,00, R\$ 9,00, R\$ 10,00 e R\$ 11,00: 8 pratos variados de 2ª a 6ª feira e 5 opções de carne no Sábado.
Mini-feijoadas por R\$ 12,00 - 6ª feira.



Entrega em domicilio somente em Botafogo
Tel. 2266.7439 / 8753.3848 / 7104.9116

QUENTINHAS

A PARTIR DE
R\$ 9,00!

- Trabalhamos Sábado
- Entrega em domicilio
- Pratos variados

MINI QUENTINHAS
SÓ R\$ 7,00!

Tel. 3173-0043 / 2543.0437 / 8190.6283

VÍDEO E INFORMÁTICA

DFV DIGITALIZANDO FOTOS E VÍDEOS

Restauração de Fotos Antigas | Batizados | Casamentos | Aniversários
Formaturas | Viagens | Eventos em Geral

TAMBÉM PASSAMOS

Fitas K7 para CD | Fitas VHS para DVD | Vinil para CD

Fone: 21 3373-0004 | Cel: 21 8408-2001 | milton3453@yahoo.com.br

ANUNCIE AQUI: R\$ 22,00

por mês

O DOBRO DESTE CUSTA APENAS R\$ 30,00

*contrato mínimo de 4 meses.

Tel. 3681-5302

SAÚDE E ESTÉTICA

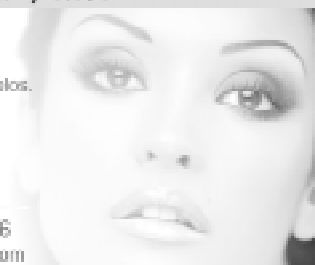
Sobrancelha Definitiva

Rogéria Veloso

Tenho sobrancelhas perfeitadas, reconstruídas naturalmente. Mesmo para quem não possui pelos. Folhudas, finas, curtas, temos a técnica de suspensão do oílio.

A sua sobrancelha expressa sua aparência e seu Oíhar!

Fones: 3902.4520 / 8570.3756
Facebook: rogeriaveloso@hotmail.com



Consultório Dentário

Dr. Antonio Martinez Murillo - CRO RJ 5872

Dr. Marco Antonio Martinez Omonte - CRO RJ 17766-4

IMPLANTES
CANAL
GENGIVA

OBTURAÇÕES EM GERAL
CIRURGIA DE DENTES INCLUSOS
CLAREAMENTO A LASER EM SESSÃO ÚNICA

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 195
Sala 1.204 - Copacabana - RJ
(ao lado da Praça do LIDO)
Telefax: 2542-2146

Rua Evaristo da Veiga, 16
Sala 905 Centro - RJ
(próximo ao Teatro Municipal)
Telefax: 2220-7287



Ótica Família Visão

VISUALIZE AS COISAS BOAS!

PROMOÇÃO! ARMAÇÕES A PARTIR DE R\$ 99,90!

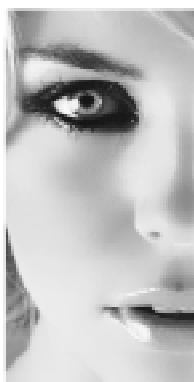
- Preço, qualidade e atendimento
- Variedade em Armações leves e modernas
- Laboratório Próprio
- Pagamento em até 10x sem juros



Descontos especiais p/:

- Funcionários de Furnas
- Aposentados e pensionistas

Rua São João Batista, 16 B - Botafogo. Tel. 2226-4078



MAKEUP & HAIR Lena Gnoez

Maquiagem e Penteado - Dia da Noiva
Marque sua prévia!

Dia da Noiva - Mães - Damas
Madrinhas - Debutantes
Formaturas
Eventos em Geral

Atendimento
em Hotel,
Residência,
Casa de festa,
etc.

2543-9421 / 8895-9420
lbgr@terra.com.br

ANUNCIE AQUI: só R\$ 35,00

por mês

*contrato mínimo de 4 meses.

Ligue 3681-5302.

CABELO QUE VOCÊ SEMPRE SONHO

CABELO + MÃO DE OBRA: a partir de R\$ 300,00.

Profissionais especializados em Mega Hair.

Todo tipo de Implante: Nô Italiano, Cola de Queratina e etc.
Cabelos mais volumosos e do tamanho que preferir.

Praia de Botafogo, 484 / lj.16 - Botafogo
Tel. 3285.3343 / 9251.9574 / 9279.2741 / 7149.9562

Estação

AGENDA CULTURAL

CASAS DE ESPETÁCULOS

CITIBANK HALL

Alex Cohen 21/06
Turma do Pagode 22/06
Roupa Nova 5 e 6/07

Av. Ayrton Senna, 3000 - Barra da Tijuca
Shopping Via Parque - Tel. 2156-7300

VIVO RIO

The Stylistics 11/06
Terça Insana 14/06
Chris Cornell 15/06
Alcione 21/06
Milton Nascimento 22/06

Av. Infante Dom Henrique, 85
Parque do Flamengo Tel. 2272-2902

HSBC ARENA

Diana Ross 29/06
Paramore 25/07

Av. Embaixador Abelardo Bueno, 3401 -
Barra - Tel. (21) 3035-5200

FILMES NOS CINEMAS

CINEMARK PRAIA E RIO SUL

Praia Shopping:

E Agora, Onde Vamos?; Faroeste Caboclo; Giovanni Improtta; Homem de Ferro 3; Reino Escondido; Somos Tão Jovens; Velozes e Furiosos 6.

Rio Sul:

Faroeste Caboclo; Giovanni Improtta; Terapia de Risco; Além da Escuridão - Star Trek; Reino Escondido; Finalmente 18!; Se Beber, Não Case: Parte III; Bonitinha, mas Ordinária; Velozes e Furiosos 6.

Praia Shopping: 2237-8494 | Rio Sul: Tel.: 2461-2461.

ITAÚ ARTEPLEX RIO

A Dátilógrafa; Além da Escuridão: Star Trek; Bonitinha, mas Ordinária; Depois de Lúcia; Depois de Maio; Elena; Faroeste Caboclo; Irmãs Jamais; O Brasil Deu Certo. E Agora?; O Massacre da Serra Elétrica - A Lenda Continua; Paulo Moura - Alma Brasileira; Raça; Reino Escondido; Somos Tão Jovens; Walachai.

Rua Praia de Botafogo, 316 - Botafogo | Tel: 2559-8750

CINE ESTAÇÃO E ESPAÇO DE CINEMA

Sem Proteção; Faroeste Caboclo; O Homem Que Ri; Sejam Muito Bem-Vindos.

Amor Profundo; O Filho Do Outro; O Que Traz Boas Novas; Terapia De Risco; A Caça (Jagten); Reality - A Grande Ilusão; Amorosa Soledad; A Criada; Cesar Deve Morrer; A Visitante Francesa; O Sonho de Wajjda; Qual é o Nome do Bebê?; Uma Garrafa no Mar de Gaza; Querida, Vou Comprar Cigarros e Já Volto; Dentro Da Casa.

Estação: R. Vol. da Pátria, 88. Tel: 2226-1988.

Espaço: R. Vol. da Pátria 35. Tel: 2226-1986.

LANCHONETE
NATURAL E SABOR

Praia de Botafogo, 324 - IJ A
Fone: (21) 2552-5595

PRAIA VERMELHA
PADARIA E CONFEITARIA

Pão francês e cafezinho, coco gelado, sorvete Kibom, sucos e vitaminas, pizzas, pães doces e sanduíches naturais e diversos.

ACEITAMOS ENCOMENDAS Tel. 2295.8497

ARMAZÉM DO PÃO

Padaria e Pizza Delivery
Tel. 2266-0811 / 2541

Rua Mena Barreto, 55 - Botafogo
www.armazemdopao.com

DANIFICAÇÃO INDUSTRIAL

Tel. 2266.6848
Rua São Clemente, 39 - Botafogo

O melhor lugar de Botafogo para comprar!

· PRODUTOS PARA O LAR
· ALIMENTAÇÃO
· FAÇA A SUA ENCOMENDA!

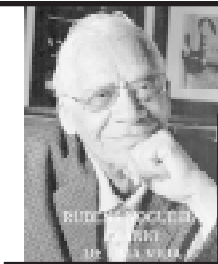
Mercadinho: 2542-8946

SHOPPING SABORES

Rua General Polidoro, 58 - Botafogo

PONTE RIO -
CURITIBA - RIO

Demorou quase sete anos! Desde o dia 18 curto a cidade onde morei por quinze anos - Curitiba. Em 2006 quando a dei-xei, prometi que voltaria anualmente, para tratamento médico e curtição - amigos, a cidade, por aí... mas somente neste ano de 2013 pude cumprir a promessa. A cidade é bela, é limpa, é

Rubens Nogueira - *escritor on line*

organizada e, por mais que digam o contrário, muito acolhedora. Amo estar aqui, sentir o clima meridional - 15 a 20 graus em média - socializar-me com gente que aprendi a admirar, comer bem, apreciar a beleza das mulheres - sempre elegantes - nos trajes que o clima exige, e inclui casacos de pele, boina ou echarpe de lã e botas de pelica - um luxo!

Após uma semana divulgando o projeto do meu livro: "O Diário de Uma Vida", estou de volta ao meu aconchego, ao bairro de Botafogo, no Rio de Janeiro, cidade que elegi para viver, quando, aos 18 anos parti de Sorocaba para ser gouche na vida. Deo volente, ficarei nessa ponte - Rio - Curitiba - Rio até que desça a cortina final.

Êêê Curitiba !

Sábado, 25, nove horas da manhã, o som do piano invade o silêncio do apar-

"O Bloomsday" será comemorado dia 16 no mundo inteiro. Celebra os 90 anos do livro "Ulysses", de James Joyce.

tamento. Curitiba, a civilizada, brilha ao sol outonal e ao frio de oito graus. O calçadão da rua das Flores começa a receber gente bem agasalhada. Homens e mulheres de variadas faixas etárias prepararam-se para uma virada gastronômica e cultural, que inclui, manifestação política. Panfletos são distribuídos por alunos

do Centro Acadêmico de Medicina Daniel Egg, órgão da Faculdade Evangélica do Paraná. Nos anos 50 conheci o pastor Daniel Egg no Rio de Janeiro. Chegado de um estágio nos Estados Unidos, ele publicou um livro meio diário de viagem, meio sociológico e que tinha por título: "The corning belt". O folheto a que me referi acima pergunta: "Se não falta médico, falta o que? E responde: falta estrutura, falta equipe multi disciplinar, falta plano de carreira, falta investimento público, falta infraestrutura para a população".

Email: rubens_n@terra.com.br
http: escritoronline.blog.terra.com.br
Meus blogs: http: rubens1.wordpress.com

CARIOCAS NO BRASILEIRÃO 2013 – PARTE 2

Por Artilheiro Carioca

Na última coluna, o assunto foi Vasco e Flamengo e as expectativas para o rebaixamento, do qual eu discordei. Agora chegou a vez de Botafogo e Fluminense. Sem dúvida os dois principais times de futebol do Rio de Janeiro na atualidade, nessa ordem.

Com a bola rolando, além de terem os melhores plantéis, são os que desempenham o melhor futebol. Se fosse apostar, apostaria que os dois irão disputar a Libertadores 2014, e que um deles será o grande campeão brasileiro 2013, com um certo favoritismo para o alvinegro. Com exceção do Atlético Mineiro, não vejo melhores. Claro que em uma competição longa como o Brasileirão, é possível que grandes equipes surjam ou se aprimorem, fazendo mudar essa prospecção. É verdade também que há bons times como Grêmio, São Paulo e Corinthians, mas no momento, jogando bola, ninguém está acima do primeiro trio mencionado.

O Fluminense, nos últimos anos, adquiriu uma capacidade muito grande de decidir títulos importantes. Possui jogadores decisivos e de Seleção Brasileira e junto ao Corinthians é o

mais vitorioso do país nos últimos anos. Além dos dois títulos brasileiros, ganhou uma Copa do Brasil e seguiu classificações para a Libertadores, e capacidade de decisão faz diferença.

Já o Botafogo, pode até não possuir essa tradição de conquistas recentes do Fluminense, mas é o Campeão Carioca, da Taça Rio, da Taça Guanabara, de tudo; e possui o melhor futebol do Rio de Janeiro. E se o Tricolor chegou lá, ele também pode, afinal, a tradição de vencer vem com o bom futebol. E na comparação com o Atlético Mineiro, que tem o status de melhor do Brasil, não vejo o excelente futebol botafoguense abaixo. Ambos tem altíssimo nível, equilibradíssimo.

Os duelos entre as duas equipes prometem. Vão avaliar a real condição do alvinegro e, dependendo, vão posicioná-lo como um dos favoritos. Se há alguns anos faltava um algo a mais para o Botafogo, com Seedorf e sua trupe não falta mais nada.

Botafogo, com seu excelente futebol, e Fluminense, com sua capacidade de decisão, são sérios candidatos ao título do Brasileirão 2013.



1ª MOSTRA DE IMPRO CONTEMPORÂNEO

De 08 de junho à 23 de junho.

A Mostra de Impro Contemporâneo é um evento de iniciativa da Cia de Teatro Contemporâneo destinado à improvisação teatral onde durante 1 mês teremos a oportunidade de conhecer diversos espetáculos de improvisação onde participarão diversos grupos cariocas que trabalham com a linguagem de improvisação teatral, hoje bastante difundida em diversos países na Europa, EUA e América Latina.

Uma técnica que abriu espaço para uma arte rara e difícil porém transformadora tanto para os artistas como para o público espectador pois este tem uma participação importante dentro dos espetáculos de improvisação no momento em que sugerem o mote para a história acontecer.

Assim nesta mostra cada grupo participante apresentará seu próprio espetáculo onde a única coisa em comum entre eles é a ausência de texto pré concebido. Assim, tal mostra nos apresenta uma diversidade rica deste seguimento teatral onde a adrenalina e o risco é permanente, e para isso os atores tem que estar afiados, treina-



dos, e muito entrosados em cena para que a história aconteça e desperte o espectador para esse mundo mágico da imaginação. Os grupos que participarão desta mostra são: AVACALHADOS ARMACENILIMITADA-IMPRUDENTES-CACHORRADA-EM BOA COMPANHIA DE TEATRO-ÉRAMOS 6.

A Mostra de Impro Contemporâneo acontecerá do dia 8 aos dia 23 de junho. Sábados, às 21h, e domingos, às 20h, na Sede da Cia de Teatro Contemporâneo: rua Conde de Irajá 253 – Botafogo. Tel: 21 25375204 ou 31725206.

Century 21
MAX IMÓVEIS

Venda ou Alugue seu imóvel com a maior franquia imobiliária do mundo Century 21 Max Imóveis.

Presente em 73 países com 8.000 agências, seu imóvel será visto por compradores em potencial do mundo inteiro.

Mantemos um padrão de atendimento garantindo segurança e muita qualidade na administração do seu imóvel.

Praia de Botafogo 501, segundo andar, Sl. 268 - 22250-040 - Botafogo
Tel.: 2546-9890 / 9858 | www.c21max.com.br | CRECI 124457



**FBL FUNERÁRIA
BOTAFOGO LTDA.**

Permissionária Municipal nº 24
Descontos Especiais

Capelas • Ambulâncias • Embalsamento • Tanatopraxia
Cremações • Remoções • Local, Estado e Exterior
RJ e todo o Brasil

A ÚNICA DA ZONA SUL

Ligação Gratuita: 08000 246146

PLANTÃO
24 HORAS

Convênio com CAARJ, PETROS, ADEPOL e seguradoras em geral.

Fones (21) 2542.2043 | 2542.8398 | Fax 2295.5348

Rua da Passagem, 146 loja A - Botafogo
funerariabotafogo@gmail.com

EXPEDIENTE

ZONA SUL
10 MIL EXEMPLARES
(O único com três distribuições ao mês).

Telefone: 3681.5302
Atendimento Zona Sul: 2ª a 6ª, das 9h30 às 19h.
E-mails: comercial@correiocarioca.com.br
redacao@correiocarioca.com.br
Site: www.correiocarioca.com.br
twitter.com/correiocarioca

Departamento Comercial e Marketing

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Rodrigo Silva - Reg: PUB 3425/RJ

Jorn. Resp.:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Publicitário:

Rodrigo Silva - Reg: PUB 3425/RJ

Consultor Jurídico:

Ricardo Silva

Diagramação e Editoração Terceirizada:

A&S Editora

Equipe de Redação:

Eduardo Alves, Raquel Lima, Antonio da Silva
e Fernando de Andrade.

ANUNCIE: 3681.5302

Anuncie no Correio Carioca Zona Norte também e seja visto em 20 mil jornais. Vila Isabel, Andaraí, Tijuca, Grajaú e Saens Pena

{ Central de Aulas VIP }

∞ = CAVIP

Matemática, Física, Química, Biologia, História,
Geografia, Português, Inglês, Cálculo,
Geometria Descritiva, Álgebra Linear,
Estatística e Matemática Financeira.

Ensino Fundamental, Médio e Nível Superior

www.centraldeaulasvip.com 7540-3405

www.centraldeaulasvip.blogspot.com 6946-6041

centraldeaulasvip 9842-6994

PREPAROS PARA CADA CORTE DE CARNE

Alcatra - macia e com pouca gordura, é indicada para bifés, picadinhos, guisados, churrasco e rosbife. / Contrafilé - corte bastante saboroso, entremeado por gordura. Fica bom frito em bifés ou cortado em pedaços menores, como em espetinhos.

Coxão duro - carne magra e dura geralmente utilizada moída e empregada em recheios, molho à bolonhesa, croquete, hambúrguer. Também fica boa em receitas com longo tempo de cozimento, como bife de panela ou bife rolê. / Coxão mole - corte magro que, apesar do nome, não é muito macio. Os usos são os mesmos do coxão duro.

Filé-Mignon - corte magro e muito macio indicado para bifés, picadinhos, estrogonofe e rosbife. Por ter sabor pouco acentuado, deve ser servido ou preparado com molho. / Fraldinha - muito saborosa e macia. Indicada para churrascos, bifés e assados.

Lagarto - carne magra e dura usada para rosbife fatiado e carne assada (cozida com molho na panela ou na pressão). Pode ser salgada e congelada para ficar mais macia (carne de sol).

Maminha - o cozimento deve ser rápido (mal passado) ou muito longo, no forno ou no fogão. / Músculo - carne dura, gelatinosa e saborosa. Precisa de cozimento prolongado, que pode ser feito na pressão. Ótima em cozidos, sopas, guisados, preparada no molho de vinho tinto (boeuf bourguignon). Quando cortado com osso é chamada de ossobuco. / Patinho - mesmos usos do coxão duro. / Picanha - carne macia e saborosa, coberta por uma grossa capa de gordura. Ótima para churrascos, bifés e rosbifes.

Nádia Lamas - <http://vieirasetrufas.blogspot.com>

PROTESTO DO CIDADÃO

20/05/2013

G.U.I.D.O.

<http://guidobrasil.blogspot.com>

Nº 297. "SOCORRO" MINISTRO DA JUSTIÇA

M enoridade Penal, Garantida Na Constituição! O I deal Que Também O Salário Mínimo Seja! O N oticiário Criminal Diário Em Todo Brasil, Que I nforma Os Crimes, Até De Morte, Feitos Pelos S uperprotegidos "Dimenor", Até Quando????!!! T ocam O Terror, Roubam, Estupram, Matam E R iem De Suas Vítimas, Certos Da Impunidade, O u Seja, Medidas Socioeducativas Até 03 Anos!?

D ar Proteção Até Os 11anos, Tudo Bem! Mas A Partir Dos 11anos, Justiça Justa Para Eles.

J ulgar Os Pais, Avós, Tios... Pelos Crimes Dos Ú seiros/Vezeiros "Dimenor" E Aos 18 Anos, S oltar Seus Responsáveis E O Maior Cumprir O T érmino Da Pena Estipulada E Pagar a Multa I niciada Pelos Pais... Às Suas Vítimas/Famílias. A Ç ões Urgentes/De Verdade! São Necessárias Ou A ssistiremos Os "Dimenor" Matarem A Justiça...

Nº 294. "SOCORRO" CRIMES HEDIONDOS

C ódigo Penal Antigo/Ultrapassado/Ineficaz... R éus Muito Cruéis, Sem Almas/Sem Piedades... I mpossíveis Recuperações, Ressocializações, M anter Todos Nas Prisões, Sem Regalias E Até Penas De Morte Nos Crimes Hediondos... S eres Humanos? Irrecuperáveis/Antissociais!!!

H umanos Ou Pior, Desumanos, Sem Corações!!! E stupram/Esfolam/Matam E R iem De Todos!!! D oentes? Dementes? Bestiais, Maus E Frios!!! I nfelicitam Lares/Famílias/O Brasil Inteiro!!! O s Crimes Hediondos Serem Julgados 2 Vezes N a 2ª Condenação, Dar A Pena De Morte, E D ar Prisão Perpétua Em Penas De 30 Anos... O utra Medida Necessária: Multas Pesadas Às S uas Vítimas, Pagas Pelos Criminosos/Governos!

Nº 296. "SOCORRO" PLANOS DE SAÚDE/ANS

P aga-Se Muito Caro Aos Planos De Saúde E Por L ocais: Hospitais/Clínicas, Sem Estruturas Básicas/A dequadas Ao Atendimento De Emergências... N ão Têm Os Exames Básicos De Doenças Afins O u Não São Feitos Logo E Podem Levar À Morte S eus Pacientes, Que Dependem Quase Sempre

D e Autorizações Até 72h!!! Dos Planos De Saúde... E A ANS - Agência Nacional De Saúde Nada Faz?!

S ão, Às Vezes, Preciso Exames Urgentes!!! E A Demora Pode Levar À Piora Ou Morte Nas Ú. T.Is/C.T.Is, Por Tratamentos Incompletos /Capengas! D ar Assistência Completa/Eficaz Para Salvar E E vitar Mortes! É Dever Dos Planos De Saúde...

Nº 298. "SOCORRO" BOLSAS/BOLSAS/BOLSAS...

B olsa Família, Cerca De R\$ 150,00/Mês É Piada! O utras Bolsas Eleitoreiras, São Puras Enganações!!! L udibriam/Traem Os Miseráveis Com 30 Moedas E S ustentam/Parasitam??? Com Esmolas, Famílias A ptas A Trabalhar, Mas Sem Salários Dignos E S ustentados, Que São Garantidos Na Constituição!!!

B olada Em 1988 E Votada Pela Câmara/Senado! O utra Lei Aprovada Só "Para Inglês Ver!!!", As L ideranças Dos Executivo/Legislativo/Judiciário, S ão Incapazes De Dar O Real Salário Mínimo De Lei! A Negar/Acabar A Constituição Cidadã De 24 Anos! S ó Promessas Vazias, Nas Eleições De 2/2 Anos...

B asta Limitar O Maior Salário Do País Em 30 SM E O brar Para Dar Salários Dignos/Decentes Aos L udibriados/Enganados, Trabalhadores/Peões Que S ão Tratados Como "Coco Do Cavalo Do Bandido!" A os Com 3º/2º/1º Graus E Elementar Dar Iniciais S alários De 10/06/04/02 Salários Mínimos! Ufa...

"Leiam Com A Alma, Passem Adiante... O Melhor Do Brasil, São Os Brasileiros"!!!

Michael Kahn

RÁDIOS

Reparos e Restaurações

55 anos de qualidade!

Tel.: 2205-6815

E-mail: mkrestaura@gmail.com

Jurema Design & Web

SITE PARA SUA EMPRESA

Apenas R\$ 49,90 mensal

- Desenvolvemos e Criamos Sites Personalizados, de acordo com suas necessidades;
- Conteúdo ilimitado;
- Hospedagem ilimitada, inclusa;
- 10 Contas de e-mails;
- Manutenção e Alteração do conteúdo do Site, sempre que necessário;
- Painel de Controle com muitas funcionalidades;
- Orientação em design para sua empresa e marca.

www.juremadesign.com.br
contato@juremadesign.com.br

Diretor de Arte

21 8359-0631

R. da Quitanda nº67, sala 702
Centro - Rio de Janeiro - RJ
CEP: 20011-030

Agência

21 2221-5400

RESIDENCIAIS EM BOTAFOGO

Apartamentos NOVOS de 3 e 4 quartos.

Localização privilegiada.
Conclusão da obra prevista para Junho/2014.
* Exclusividade - Segurança - Sustentabilidade
* Lazer - Facilidades - Conveniências

Perto do Metrô / Shopping / Colégios

Cel.: (21) 9355-6396
gouvfer@hotmail.com

Maurof.Émóveis CRECI 047965

Que tipo de Educação
você quer para seu filho?

Matemática • Português • Inglês • Japonês

Botafogo Cobal - Tel.: 3239-0406

Botafogo Praia - Tel.: 2552-7560

Botafogo Rua da Passagem - Tel.: 3026-5211

KUMON

Reservas: 3026-5211

Jefferson

Reformas e consertos de casas, apartamentos, cozinhas, banheiros e etc... Hidráulica, pinturas, revestimentos, cerâmicas, porcelanatos, parte elétrica impermeabilização com manta asfáltica e pigmentos. Executo grandes e pequenos serviços.

Temos arquiteta para indicação.

Ligue Agora:

(21) 7745.1162 id: 112*80059 / (21) 9283.7261



www.jeffersonempreiteiro.yolasite.com

GORTEC

Corpo Técnico: Eng.º Civil
Eng.º Ambiental
Eng.º de Segurança
Arquiteta
Urbanista

PERÍCIA TÉCNICA / AVALIAÇÃO / VISTORIA PREDIAL / LAUDO TÉCNICO
PROJETOS / RECUPERAÇÃO ESTRUTURAL

Caro(a) Síndico(a), deve a VISTORIA TÉCNICA PREDIAL de sua edificação para profissionais habilitados e experientes, a responsabilidade é toda sua!

Evite surpresas desagradáveis e/ou punições. Já estão em vigor as leis 6400/13, Estadual e 126/13, Municipal.

Solicite visita gratuita através de nosso e-mail:
gortec@gortec.com.br www.gortec.com.br

Tel./Fax:
0(55)(21)4103-4730