

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 115 | setembro de 2013

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

Foto: divulgação / produção

Concorra a três pares de ingressos. Veja na matéria.



Foto: Rudy Trindade

Comédia musical foi sucesso no Leblon e São Conrado e volta ao Rio, no Teatro João Caetano. **Pág. 8 e 10**

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

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

Receitinhas Pág. 2 **Moda** Pág. 4

Prato principal e sobremesa.

Agora é o corpo em evidência.

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

Você não sabe o quanto eu caminhei.

Viaje sem sair de casa: Grã-Bretanha.

Animais Pág. 15 **Gastronomia** Pág. 16

Vacinação. Rio Sem Raiva.

As flores comestíveis.

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

CONVITE
VENHA CONHECER A NOVA
ALAKHAZAN
BRINQUEDOS EDUCATIVOS
RUA GENERAL POLIDORO, 58 / LOJA 102
BOTAFOGO (HORTIFRUTTI - PERTO METRÔ) **3579-5152**
WWW.ALAKHAZAN.COM.BR

Eletricista
Bombeiro Hidráulico
Aumento de carga junto à Light
Troca de colunas e barriletes
Jair Baptista
(21) 9553-2777 / 8282-6722 / 2524-2085
jbdias@gmail.com

SEU MUNDO É INTERATIVO. SUA GRADUAÇÃO TAMBÉM.
Curso Superior UniSeb Interativo
Colégio Qi - UNISEB
Rua da Matriz, 63
Tel: 3439-9509
estudeadistancia.com Vide página 10

ESTILISTAS INDEPENDENTES
Eli **O Mercado**
07 e 08/09
14 as 21h
Moda, arte, decoração
Exposições
Gastronomia
Edição de natal **14 e 15/12**
Casa de Espanha Entrada Gratuita
Info: www.estilistasindependentes.com

Delícia Carioca

Por Terezinha Coelho

PRATO PRINCIPAL COM SOBREMESA

COSTELA DE CARNEIRO

Ingredientes:

8 costeletas de carneiro; sal a gosto; alho a gosto; pimenta a gosto; alecrim a gosto; 3 colheres de azeite; 1/2 garrafa de vinho tinto ou branco (500 ml).

Modo de Preparo:

Separe as costelas e tempere com o sal, a pimenta, o vinho e o alho. Coe o suco e reserve. Doure as costeletas no azeite e sem o suco.

Cozinhe o primeiro de um lado e depois do outro, deixando-as ao ponto e douradas. Reserve.

Adicione o excesso de gordura deixado pelo cozimento, e acrescente ao suco coado. Coloque-o em uma panela, em fogo baixo, e deixe o caldo engrossar. Desligue o fogo e coloque o caldo em cima das costeletas, já postas no prato.

TORTA GELADA DE COCO

Ingredientes da massa:

2 xícaras (chá) de farinha de trigo, 2 xícaras (chá) de açúcar, 4 ovos, 8 colheres (sopa) de suco de laranja e 1 colher (sopa) de fermento.

Ingredientes do recheio:

1 lata ou caixa de creme de leite, 1 lata de leite condensado, 1 lata (tamanho de leite condensado) com leite de vaca, 1 vidro de leite de coco, 1 coco fresco ralado, 1 colher de amido de milho e mais meia xícara (chá) de leite de vaca.

Modo de fazer massa:

bata as gemas com suco de laranja, acrescente o açúcar e continue batendo sem parar. Adicione o fermento e a farinha, bata mais e, por último, coloque as claras em neve, misture bem, unte uma forma e leve ao forno para assar.

Modo de fazer recheio:

leve ao fogo 1 panela com o leite condensado, o leite de vaca com 1 colher de maisena bem cheia. Faça um creme e deixe esfriar. Quando estiver frio coloque o creme de leite (que deve estar gelado) e misture metade do coco ralado. Reserve. Desenforme o bolo, corte-o em duas partes, molhe-o com o leite de coco misturado à meia xícara de leite de vaca. Recheie a primeira parte do bolo com a metade do creme já frio. Por cima coloque a outra metade do bolo, cubra com o restante do creme e salpique com o que restou do coco ralado. Leve à geladeira de um dia para o outro.



Coluna do Dentista

Dra. Renata Pescadinha

BRUXISMO.

O QUE É E COMO SE TRATA?

O Bruxismo é um hábito parafuncional de ranger os dentes inconscientemente. Estes aparecem desgastados e o paciente freqüentemente acorda com dor muscular. É considerado uma doença de ocorrência comum, podendo ser observado em todas as faixas etárias, com prevalência semelhante em ambos os sexos.

O esmalte dentário é a primeira estrutura que recebe a carga parafuncional do bruxismo, sendo o desgaste anormal dos dentes o sinal mais freqüente da presença desta patologia.

A freqüência e a severidade do bruxismo pode variar a cada noite e parece estar altamente associado ao estresse emocional e físico.

A seleção de um plano de tra-

tamento para o bruxismo, uma desordem multifatorial (muitas causas), é um dos grandes desafios na clínica odontológica. É fundamental a precisão em seu planejamento. Até agora não há ainda um método que acabe com o bruxismo permanentemente, mas podemos minimizar seus sintomas. Podemos usar placas interoclusais (que não deixam um dente bater no outro), reduzir a tensão psicológica do paciente, modificar seu padrão neuro-muscular habitual e minimizar a irritação oclusal.

Não deixe seus dentes se desgastarem!!! Vá fazer uma consulta com seu dentista. Lembre-se: quanto melhores forem seus dentes, mais saúde você terá!!!

Dra. Renata Pescadinha.

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

ESTOFADOR

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

Cartões: Aceitamos

Tel: 2581-8584

9192-2626 Claro
8383-8318 Tim
9933-3382 Vivo
8888-8958 Oi

www.prontosocorrodosestofados.com.br
Rua Barão do Bom Retiro, 253

HEITOR MOTTA DECORAÇÕES

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



3183.5337 / 9326-5351

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) 8151-5963 (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

**RECRUTAMENTO & SELEÇÃO
DE SUPERVISORES**

para distribuição de Produtos de Nutrição

Contatos: 8208.7825

**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

5000 PANFLETOS

VALOR PARA ANUNCIANTES
só R\$ 165,00

PREÇO PARA NÃO ANUNCIANTES: R\$ 185,00!

Formato.....10cm x 14cm
Papel Couchê c/ Frente Colorida

Tel. 3681.5302 / 7923-5915

artigraficas@correiocarioca.com.br

SOS

A Caritas anima as campanhas
SOS da CNBB, e as ações são
possíveis porque existe a sua ajuda.



CÁRITAS
BRASILEIRA

FAÇA A SUA DOAÇÃO PARA O HAITI OU ÁFRICA!!!



PRESTAÇÃO
DE CONTAS



AÇÕES INTERNACIONAIS DA REDE CÁRITAS BRASILEIRA

HAITI: Construção de mais de 100 casas com sistemas; novo ambulatório
para 200 atendimentos/dia; construção de cozinhas comunitárias com
produção de alimentos; criação de pequenos animais e hortifrutigranjeiros;
2.500 alunos beneficiados por novas escolas.

ÁFRICA: 1,3 milhões de reais imediatamente arrecadados junto ao povo
brasileiro; 12.360 beneficiados com a construção de tanques d'água;
formação de 96 promotores de saúde; 936 famílias atendidas pela
construção de latrinas.

SUA ATITUDE SOLIDÁRIA PODE FAZER MAIS!

HAITI

ÁFRICA

Banco do Brasil
Ag. 3475-4
Conta Corrente: 23969-0
Caixa Econômica Federal
Ag. 1041 Operação 003
Conta: 1132-1.

Banco do Brasil
Ag. 3475-4
Conta Corrente: 26116-5
Caixa Econômica Federal
Ag. 1041 Operação: 003
Conta: 1751-6.

SAIBA MAIS! WWW.CARITAS.ORG.BR

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.

ANUNCIE AQUI!

Apenas R\$ 45,00 por mês!*

+ anúncio grátis na internet!

Tel. 3681.5302

*contrato de 3 meses
(Público da Zona Sul)

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

ATENÇÃO!
**ESTE ESPAÇO PODE
SER SEU POR APENAS
R\$ 75,00**

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

Se você leu, seus clientes também podem ler!

10 mil exemplares mensais.
Público da Zona Sul
(Botafogo, Humaitá e Urca)

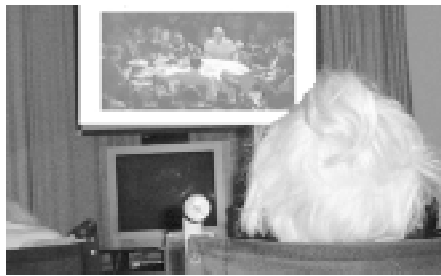
LIGUE AGORA: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.

COLUNA VELHOS CARIOCAS

Saúde na
Melhor Idade

IDOSOS RELAX E PARTICIPANTES



Parece impossível, mas ainda existem pessoas relaxadas e antenadas no mundo de hoje. O mundo moderno é repleto de novidades maravilhosas, mas tudo segue em uma velocidade tão grande que acabamos estafados quando tentamos acompanhar esse ritmo.

A Dignus - Arte de Viver, casa de Botafogo que desenvolve um trabalho moderno e especializado com pessoas idosas, preocupa-se em oferecer estímulos que sejam capazes de favorecer, de forma bem relaxante, o contato dos idosos com o mundo moderno.

A Cineterapia, uma das atividades oferecidas nessa casa, exhibe filmes antigos e modernos, shows de músicos da velha guarda e atuais, como por exemplo, o "Show do Grupo Sambô", que fez o maior sucesso junto aos idosos da Dignus no mês de agosto. Sendo assim, os idosos da Dignus acabam antenados com tudo que acontece no mundo moderno, mas de uma maneira menos



estressante, porque os estímulos são cuidadosamente selecionados pela equipe da Dignus.

Essa casa simpática oferece cuidados médicos; atendimentos psicológicos; estimulação cognitiva; serviços de enfermagem de nível superior; equipe técnica de enfermagem; cuidadoras de idosos; acompanhamento nutricional; "ginástica personalizada" (de 2ª a 6ª); "caminhadas ao ar livre" (de 2ª a 6ª); fisioterapia; "terapias corporais"; "arteterapia"; "piano dançante"; "cineterapia"; "encontros intergeracionais com escolas interessadas"; "oficina de música"; festas e "passeios pela cidade maravilhosa", com as opções de todos esses serviços nas modalidades de Centro-Dia/Horas ou Hospedagem de Longa Permanência, de acordo com as necessidades de cada idoso.

Agende logo uma visita pelo telefone 21 2542-9299 (com a Sra. Katia) e mude para uma vida mais relax, saudável e feliz.

Apoio:



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

AGORA É O CORPO
EM EVIDÊNCIA

Por Eliz Franca

A moda, como qualquer outra forma de expressão cultural, produz significados, constrói posições de sujeitos, sentidos, identidades individuais e em determinados grupos. Assim, pode ser entendida como reflexo de uma sociedade em determinado período histórico, como forma de expressão da personalidade e fantasia, que funciona como ferramenta para expressar toda forma sendo sonhos e outra ora desejo.

Não era novidade que vivemos numa época onde quase todos os grandes tabus do sexo foram quebrados. Pelo menos em relação à moda feminina. Hoje, os microshorts ou saias não são condenados pela sociedade.

Ora, vestidos ultra-justos, cinta-liga, corsets, couro, vinil e corrente. Há tempo esses elementos deixaram de ser indumentárias sado-masoquistas e fetichistas, e integram hoje a moda global como ferramentas que traduzem poder, sedução e sensualidade.

Há aproximadamente três décadas atrás, o culto a determinadas peças do vestuário ou partes do corpo passaram a influenciar a moda convencional.

Tudo começou lá pelo fim dos anos 70, quando o punk aflorou com os Sex Pistols, que tinham figurinos produzidos por Vivienne Westwood. Isto viria como resultado da liberação sexual que ocorreu nas décadas de 60 e 70.

A estilista e consultora de moda Bruna Lioncio ressalta que o salto agulha, couro ou vinil preto, entre outras peças utilizadas no universo fetichista foram aos poucos ganhando espaço entre roupas tidas como mais convencionais.

Muito se deve a estilistas como Vivienne Westwood, Jean Paul Gaultier, Thierry Mugler e Claude Montana que nos anos 80 chocaram o mundo com coleções destacando o lado sexual, cheio de elementos fetichistas, utilizados como forma de provocação, mas acima de tudo, como roupa para vida real. Neste mesmo ano surge o culto ao corpo perfeito com o ápice das academias de ginástica.

Nesta época surgem inspirações mais sensuais, as roupas moldavam o corpo, mostrando as curvas fazendo sucesso até hoje. A cultura de massa hoje é puramente de consumo que consolidou por completo, afetando o imaginário sexual dos indivíduos. Sobre isso, o fetichismo na moda também pode ser relacionado aos produtos de luxo, que acabam por transformar as roupas e acessórios em verdadeiros objetos de desejo.

Podemos observar que hoje o fetiche controla o corpo. Não é mais o corpo que é enaltecido com uma minissaia, e sim as próprias roupas que ganham relevância em prol do corpo. Ou seja, o que sobressai são as curvas do próprio corpo.

Contato: elisfranca@yahoo.com.br e 7961-0456.

LAVO E PASSO ROUPAS

Promoção Camisa R\$ 10,00

EDREDON a partir de R\$ 25,00
SÓ PASSAR R\$ 18,00 por quilo

BUSCAMOS E ENTREGAMOS

2527-4375 / 3181-8165

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 / 7149.8562

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

ADVOGADA - TÉC 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

ACADEMIA PARA MELHOR IDADE

A melhor idade em ação.

A saúde é hoje uma questão que extrapola o indivíduo. Daí porque cresce a cada dia a preocupação das organizações com o bem-estar físico e psicológico dos idosos. Segundo dados do IBGE existem hoje no Brasil cerca de 22 milhões de brasileiros com mais de 60 anos de idade. Até 2050 eles serão 22% da população. Esse crescimento de idosos gera um mercado de produtos e serviços promissor, uma vez que não há uma grande concorrência nesta área.

Com o aumento da expectativa de vida em todo o mundo, o mercado tem investido cada vez mais em serviços e produtos específicos para o público da melhor idade. A atividade física é um dos grandes fatores que propicia o aumento de qualidade de vida dos idosos. A criação de um espaço voltado para esse público vem de encontro às necessidades dos idosos que vem aumentando sistematicamente nos últimos anos no Brasil.

Os idosos precisam de trabalho de fortalecimento muscular, atividades que contemplem suas necessidades e principalmente a capacidade de realizá-los. "A turma da melhor idade" já entendeu que quanto mais exercícios físicos praticarem, mais aumentarão sua qualidade de vida, diminuindo consideravelmente as taxas de colesterol, índices glicêmicos, osteoporose, osteopenia, ansiedade, depressão, pressão arterial para quem é hipertenso, enfim, adquire mais saúde, mais vida!

Na Academia Forma Total esse serviço é diferenciado e acompanhado por profissional fisioterapeuta.

Venha para a Academia Forma Total e faça sua avaliação gratuita!

Dra. Erica Heredia
Crefito 41077F

POEMAS ESCRITOS COM LUZ NA CAIXA CULTURAL RIO

Mostra multimídia reúne trabalhos de Arnaldo Antunes, Fernando Laszlo e Walter Silveira.

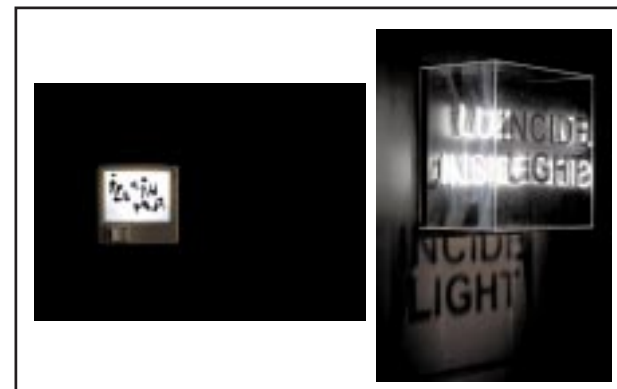
A Caixa Cultural Rio de Janeiro apresenta, de 5 de setembro a 27 de outubro, a exposição "Luzescrita", dos artistas Arnaldo Antunes, Fernando Laszlo e Walter Silveira. A mostra multimídia, com curadoria de Daniel Rangel, reúne poemas, vídeos, objetos, fotografias e uma instalação. O projeto tem o patrocínio da Caixa Econômica Federal e do Governo Federal.

As 39 obras da exposição serão organizadas em dois espaços: a Sala Clara, branca e iluminada, para as fotografias; e a Sala Escura, preta e escurecida, para abrigar os objetos de luz, a instalação e os vídeos.

A pesquisa realizada para a criação e a produção das obras investigou as possibilidades de se trabalhar com a luz como forma de caligrafia dos poemas. Buscando garantir o efeito desejado, os artistas exploram esse recurso de diferentes maneiras, desde sinalizadores utilizados por embarcações, até pólvora de palito de fósforo e massa fosforescente, entre outras ferramentas.

"O projeto foi concebido pelos três artistas, inicialmente, para ser uma publicação de fotografias e poemas. Eles buscavam encontrar formas de escrever poesia com luz e registrar visualmente as experiências", comenta Rangel. "Quando conheci o projeto do livro e me deparei com a riqueza do processo e de seus resultados, tive a certeza de que se tratava também de uma exposição única e multidisciplinar", completa o curador. Segundo ele, cada vez que a mostra é montada, a Sala Escura vira um recurso visual para novas obras, que futuramente ocuparão a Sala Clara. "É uma exposição que se retroalimenta", finaliza.

A mostra "Luzescrita" já esteve em Salvador, Brasília e em Portugal, e é diferente em cada cidade por onde passa. Na abertura na CAIXA Cultural Rio de Janeiro, no dia 4 de setembro (quarta-feira), às 19h, os artistas Arnaldo Antunes,



Walter Silveira, Tuzé Abreu e Tato Taborda fazem uma performance para o público presente, com entrada franca.

SERVIÇO

Exposição "Luzescrita"

Entrada franca

Abertura: 4 de setembro de 2013 (quarta-feira), às 19h, com performance de Arnaldo Antunes, Walter Silveira, Tuzé Abreu e Tato Taborda.

Visitação: de 5 de setembro a 27 de outubro de 2013 (terça-feira a domingo)

Horário: das 10h às 21h

Local: CAIXA Cultural Rio de Janeiro – Galeria 4

Endereço: Av. Almirante Barroso, 25, Centro (Metrô: Estação Carioca).

Telefone: (21) 3980-3815

Classificação indicativa: livre para todos os públicos

Acesso para pessoas com deficiência

Programação completa da CAIXA Cultural:

www.caixa.gov.br/caixacultural

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



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

CASA do TANGO



Alice Vasques & André Carvalho

NOVA TURMA DE TANGO

Desconto para casais.

Desconto de 50% em julho e agosto para os 20 primeiros que se matricularem!

Aula aberta durante todo o mês de julho.

Início Julho de 2013

Terça-feira, das 21 às 22:30h.

Informações: 9665-4435 / 7159-6220
alicevasques@gmail.com - www.facebook.com/aliceandretango
Rua da Passagem, 172 - 3º piso - Botafogo.

VOCÊ SABIA?

selecionado e editado por Fernando de Andrade

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 perto de São Salvador. Seu diário fala também de luzes estranhas e do funcionamento estranho da bússola. Os registros da guarda costeira dos EUA, só entre 1945 e 1972, apontam o desaparecimento de mais de 100 navios e aviões na região. Em documentário de um canal de tv por assinatura, especula-se que cerca de 22 desaparecimentos ainda ocorrem por ano, incluindo pequenos barcos de pesca.

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. Essa última causa ganhou força quando pesquisadores afirmaram terem descoberto um ambiente com sinais de civilização antiga no fundo do mar.

Sexo sem Mistério

VOCÊ NÃO SABE O QUANTO EU CAMINHEI

Para algumas mulheres, ver estrelas pode estar mais distante do que olhar o céu. Apesar disso, muitas ainda se sentem constrangidas de falar sobre sexo e suas necessidades sexuais com o parceiro. Tal inibição, a longo prazo, pode comprometer o bem estar feminino e a relação como um todo. É preciso se interessar pelo assunto pois a falta de prazer sexual não pode ser visto como uma questão secundária. Claro que se o fato está sendo nomeado pelo parceiro, não podemos pensar numa disfunção sexual, mas talvez numa ferida narcísica.

Agora se de fato você está lá e o "bom-bom" não tá bom, é preciso colocar as cartas na mesa sabe? É importante que se mantenha um bom canal de comunicação com o parceiro e com o seu corpo. Convenhamos, se você não se conhece, como o outro irá conhecer? A mulher precisa se responsabilizar pelo seu prazer, descobrir os pontos que a acende para poder mostrar como ser conduzida.

No sexo, é preciso se deixar levar pelas sensações e pelas fantasias, se liberando

da preocupação maternal da mulher de agradar sempre o outro. É preciso deixar a inibição de lado pra fazer da sexualidade algo mais interessante e criativa. É preciso investir na própria sexualidade. Descubra novas posições, liberte-se dos preconceitos e libere suas fantasias, leia contos eróticos, masturbe-se e/ou procure ajuda especializada.

Saiba que você não está sozinha. Abra a caixa secreta da sua sexualidade sem medo de aceitá-la. O orgasmo é a consequência. O prazer não pode estar aí, hein, mas no encontro. Por isso, identifique e compartilhe seus medos. Permita-se ter prazer. Sexo não deve ameaçar ninguém.

Abrimos espaço para tirar dúvidas.

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

Drª 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 ADAPTAÇÃO DE LENTES DE CONTATO

Armações a preços populares.
Laboratório computadorizado.
Exames de vista.

Rua da Passagem, 146 - Loja 23
Botafogo - Tel: 3178-1231
www.crisatica.com.br / crislentes@gmail.com

10% DE DESCONTO COM ESTE ANÚNCIO

Convênios: GI - Claro - Tim - Vivo - Nextel - DAB - Farnas - Petróbras - Banco do Brasil
Data Prev - Prev - GEAP - Sindicato dos Professores / Músicos e outros.

O ALCOOLISMO PODE DESTRUIR UMA FAMÍLIA



Al-Anon / Alateen:
um recurso para familiares e amigos de alccólicos.

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

ANS Nº 343876

ASSISTÊNCIA MÉDICA
SAMOC
Saúde

Carência ZERO Para Consultas e Exames simples.

Planos: Individual, Ambulatorial e Hospitalar

Planos sem co-participação atendimento de emergência e/ou urgência domiciliar

10% de Desconto

nas 6 primeiras mensalidades Bancárias

Televendas: **2224-2404 / 2232-8818**

Telemédico 24h

A PARTIR DE:
R\$ 74,75

Tabelas por Faixa etária para planos: Individual, Ambulatorial e Hospitalar

Faixa Etária	Valores (R\$) Sem Desconto
00 - 18	R\$ 74,75
19 - 23	R\$ 82,25
24 - 28	R\$ 86,70
29 - 33	R\$ 97,20
34 - 38	R\$ 112,12
39 - 43	R\$ 134,55
44 - 48	R\$ 183,90
49 - 53	R\$ 207,00
54 - 58	R\$ 269,10
59 ou mais	R\$ 448,50

Maristela Simões
Banko à casa

UMA NOVA LOJA PRA VOCÊ!

VENHA E CONHEÇA A VARIEDADE DE PRODUTOS QUE TEMOS PRA VOCÊ E PRA SUA CASA

DELICIOSOS SABONETES 100% VEGETAIS EM DIVERSOS FORMATOS



PRA SUA CASA

- MUITO ARTESANATO
- DIFUSOR E AROMATIZADOR DE AMBIENTE
- ÁGUA PERFUMADA PARA ROUPAS E LENÇÓIS
- VELAS PERFUMADAS
- NECESSAIRES
- PANOS DE PRATO
- ARRANJOS
- E ETC...

PRA VOCÊ

- MAQUIAGENS
- ESMALTES DNA
- ÓLEO PÓS BANHO
- ESCALDA PÉS
- CREME HIDRATANTE PARA CORPO E PÉS, COM URÉIA
- ESFOLJANTE CORPORAL
- SABONETES EM BARRAS
- KIT «EU ME AMO»
- E MUITO MAIS...

HUMM...DÁ ÁGUA NA BOCA! AROMAS E CORES MARCANTES!

CONFECIONAMOS BRINDES PARA ANIVERSÁRIOS, EVENTOS, EMPRESAS (DIA DA MULHER, SECRETARIA, NATAL E ETC)

RUA GENERAL SEVERIANO, Nº 66 A (ATRÁS DO HOSP. ROCHA MAIA)
2ª A 6ª DAS, 9:30 ÀS 18:30H E SÁBADO DAS 10 ÀS 14H

WWW.MARISTELASIMOES.COM.BR - 21-2244-7592 / 8872-9059

CCPD
BOTAFOGO
Clínica de Cirurgia Plástica & Dermatologia

Unimed

Luz Pulsada **Botox**

Depilação a Laser **Laser CO2**

Preenchimento **Peeling**

Dra. Anna Carolina Braga
CRM 5279498-8
Dermatologia Clínica e Cosmiatria

Rua Álvaro Ramos, 68 . Botafogo . Rio de Janeiro . RJ
Tels.: 21 2295.4215 | 21 2295.4688

CELÇÃO BIKE

Bicicletas Novas e Usadas
Motos
Automóveis

Compra • Vende • Troca
Financia • Aluga
(Bicicletas)

Sr. Síndico!
Isto é de seu interesse:

Tem problemas com bicicletas abandonadas em seu condomínio?
CELÇÃO BIKE tem a solução!
Ligue e confira!

BIKE HELP
Consertos
Peças e Acessórios

Rua Assunção, 361 | Botafogo | Rio de Janeiro
Tels.: **2537-1793 / 9113-0094**

A VOLTA DA “FAVELA”

A comédia musical do ano reestreado dia 6 de setembro no Teatro João Caetano.

Fotos: divulgação/ produção.

O espetáculo Favela, já é um grande sucesso, tendo levado ao teatro cerca de 15 mil pessoas em suas curtas temporadas no Teatro Fashion Mall, no Teatro Leblon, na Sala Municipal Baden Powell e em sua estreia nacional na Festa Internacional de Teatro de Angra dos Reis - Fita, lotando o teatro de 1500 lugares e sendo premiado com o Troféu Ítalo Rossi – Prêmio Fita de Teatro, na categoria Prêmio Especial, para todo elenco do espetáculo, além da indicação a melhor texto.

Favela reestreado no dia 6 de setembro

no Teatro João Caetano de quinta a sábado às 20h e domingo às 19h, contando agora com música ao vivo. O espetáculo diferente de tudo que já se viu falando desse tema, fala de favela de forma engraçada e com muita música, onde o público de todas as idades sai do espetáculo tendo dado boas gargalhadas e se emocionado com as histórias contadas.

Com direção de Márcio Vieira e texto de Rômulo Rodrigues, “Favela” traz através de suas piadas e cenas cômicas questionamentos como: “A vida é feita



de escolhas?”. O que você quer da vida? Que escolhas você fez? Onde elas te levaram? Que escolhas você fará?

O texto é resultado de dois anos de pesquisa do autor Rômulo Rodrigues e do diretor e idealizador do projeto Márcio Vieira. A imersão nesse universo popular fez a dupla desmistificar toda uma opinião pré-concebida que tinham sobre a favela e seus moradores e é essa desmistificação que o espetáculo “Favela” leva à cena.

A ficha técnica mistura nomes já experientes e premiados com talentos promissores, como é o caso do diretor

Márcio Vieira, que vem sendo apontado como um dos melhores diretores da nova geração desde o trabalho nos espetáculos “Quando as Máquinas Param”, de Plínio Marcos, e “Um Rio Chamado Machado”, de Rômulo Rodrigues e Carlos Eduardo Caetano. No elenco a mistura continua: entre os 21 atores há gente de todas as idades, profissionais experientes e novos talentos, alguns conhecidos do grande

CONTINUA NA PÁG. 10!

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 058795 RJ

SUPER SINTEKO

Sinteko - Pinturas - Polimento de Mármore
Raspagem para Cera - Descoloração - Sinteko Fosco
Sinteko sem Cheiro - Colocação de tábuas corridas
Rodapés - Serviços de Marcenaria - Reformas em Geral
Decorações em Gesso - Gesso Acartonado - Dual
Divisórias - Paredes - Sancas

EXCELENTE PREÇO - COM REFERÊNCIAS

João Carlos e Equipe - Tel. 3698-8417 / 9674-3395
Rádio: 7806-8710 / ID: 654*20744

Problemas com **MATEMÁTICA e FÍSICA?**
AULAS PARTICULARES

Elisa Lessa - UFRJ - Ensino Fundamental / Ensino Médio / Casos

- Matemática
- Física
- Raciocínio Lógico

Perto do metrô!

Contato:
(21) 9869-8748 (Vivo) | lisalessa@hotmail.com



ANUNCIE AQUI
SÓ R\$ 60,00

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

LIGUE AGORA:
3681.5302

10 mil exemplares mensais.
Público da Zona Sul.
(Botafogo, Humaitá e Urca)

*contrato de 3 meses.

ACUPUNTURA
SHIATSU
QI GONG



Dores reumáticas, musculares,
enxaquecas entre outras.
Problemas digestivos, intestinais,
respiratórios e circulatórios.
Instabilidade emocional, irritabilidade,
ansiedade, depressão, insônia.

Elisa Maia
Acupunturista e Shiatsu terapeuta
formada pela ABACO -
Academia Brasileira de Arte e Ciência Oriental

Telefones: 2245-6042 / 8860-0322 / 3185-0393
Largo do Machado - perto do Metrô



Clube de Regatas
GUANABARA

COLÔNIA DE FÉRIAS DO CRG

INSCRIÇÕES ABERTAS



ATIVIDADES ESPORTIVAS: REMO, VELA, CANOAGEM, WIND SURF, STAND-UP, FUTEBOL, JUDÔ, KARATÊ, NATAÇÃO, PÓLO AQUÁTICO, NADO SINCRONIZADO E VOLEI. **ATIVIDADES RECREATIVAS:** DANÇA, OFICINAS DE DESENHO (ARTES), PESCARIA, JOGOS ESPORTIVOS, JOGOS PEDAGÓGICOS, RECREAÇÃO NA PISCINA E NA PRAIA E OFICINA DE MÁGICA. **PASSEIOS:** CINEMA, TEATRO, COCA-COLA, CENTRO CULTURAL E HOTEL FAZENDA.

DE 13 DE JANEIRO A 1 DE FEVEREIRO DE 2014, DAS - 8:30H ÀS 17:00H - INSCRIÇÕES A PARTIR DE 01/10/2013 A 10/01/2014



TODOS OS RESPONSÁVEIS DEVERÃO PARTICIPAR DA REUNIÃO QUE SERÁ REALIZADA NO DIA 11/JANEIRO/DE 2014, NO AUDITÓRIO DO CLUBE AS 9:00 H PARA:

- ENTREGA DO MATERIAL (MOCHILA, CAMISA E BONÉ)
- AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PARA OS PASSEIOS
- ENTREGA DO MAPA COM OS HORÁRIOS DAS ATIVIDADES
- ASSUNTOS GERAIS, PARA TIRAR DÚVIDAS.

PARA MAIORES INFORMAÇÕES ENTRAR EM CONTATO COM A SECRETÁRIA DO CLUBE.

... E MAIS DE 15 ATIVIDADES GRATUÍTAS. 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 RAMPÁ - 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 FISIS & 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

GANHE INGRESSOS PARA O ESPETÁCULO!

Fotos: divulgação/ produção.

público por conta de trabalhos de sucesso na tv, como Lincoln Tornado (“Salve Jorge e Escrito nas Estrelas”- Globo), Michel Gomes (próxima novela Jóia Rara – Globo) Gabriel Chadan (“Amor à vida” e “Malhação” Globo), Dja Martins (Saramandaia- Globo), Ana Bertines (“Cama de Gato”- Globo), Cridemar Aquino (“Suburbia”- Globo) e Leandro Santana (“Avenida Brasil”- Globo). Essa eclética ficha técnica traz o tom ideal a esse espetáculo que procura falar a jovens e adultos, abrindo novos caminhos artísticos, divertindo e suscitando questionamentos.

SINOPSE

“FAVELA” conta de forma bem divertida histórias como: A senhora aposentada que passa o dia na janela observando a vida alheia; o pastor de uma igreja preocupado que sua única filha se misture com os outros jovens da favela; o casal que vive brigando e fazendo as pazes; a mãe solteira de vários filhos com nomes de famosos; o malandro mulhengo que não se entende com a mãe evangélica e, protagonizando a história, dois jovens primos que fazem escolhas opostas na vida. O grande mote do espetáculo é “A vida é feita de escolhas”. O que você quer da vida? Que escolhas você fez? Onde elas te levaram? Que escolhas que você fará?

SERVIÇO

De 06 a 29/09. Teatro João Caetano: Praça Tiradentes, s/nº - Centro. Tel: 2332-9257. Quinta a sábado, 20h e domingo, 19h. Bilheteria: 14h/18h (terça a quinta); a partir das 14h (sexta a domingo). Ingresso: R\$30,00. Duração: 80 minutos. Classificação: não recomendado para menores de 12 anos. Capacidade: 1140 lugares. Gênero: Comédia musical.

PROMOÇÃO

Escreva uma frase sobre “Favela” e envie para comercial@correiocarioca.com.br, com seu nome, sobrenome, telefone para contato e e-mail. As três melhores frases vão ganhar um par de ingressos do espetáculo.

GOSTA DE VIAJAR? LEIA A PÁG. 12!



FICHA TÉCNICA

Texto: Rômulo Rodrigues. Direção e idealização: Márcio Vieira. Elenco: Gabriel Chadan, Lincoln Tornado, Michel Gomes, Leandro Santana, Dja Marthins, Cridemar Aquino, Ana Bertines, Renata Tavares, Dilene Prado, Carla Cristina, Natalio Maria, Cinthia Andrade, Rafael Zolly, Felipe Frazão, Helena Giffonni, João Augusto Mathias, Wallace Fortunato, Kawane Weza, Gisele Castro, Claudia Leopoldo, Nilson Melo. Iluminação: Djalma Amaral. Cenário: Derô Martin. Figurinos: Caio Braga. Direção de Corpo: Sueli Guerra. Preparação Vocal: Pedro Lima. Direção Musical: Márcio Eduardo. Música inédita: Gabriel Chadan - Banda Fulanos e Ciclanos. Música inédita: João Augusto Mathias - Mc Jota. Assistente de Direção: Gilbert Magalhães. Fotografia: Fernanda Sabença. Arte: Leonardo Miranda. Produção: Prama Comunicação (Ana Bertines e Rômulo Rodrigues) & Sobradinho Cultural (Leandro Antônio, Milton Filho e Márcio Vieira).

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



Sorria 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



SPAMASCULINO

Por Luciano Lopes

Tratamentos masculinos realizados por profissionais masculinos em um ambiente agradável, climatizado em Copacabana, Zona Sul do Rio de Janeiro, prezando pelo conforto e bem estar. Um local onde cada cliente tem o seu horário exclusivo para desfrutar de vários serviços.

Não é necessário passar horas, os serviços / tratamentos podem ser contratados separadamente, de acordo com o seu tempo e necessidade, desde diversos tipos de massagens (relaxante, terapêutica, desportiva, shiatsu, dentre outras técnicas), além de depilação masculina com material descartável ou aparar os pelos corporais com máquina (costas, pernas, peitoral...), passando por esfoliação, banho de argila, reflexologia podal com hidromassagem para os pés, ou seja, cuidados especiais para o corpo com o objetivo de aliviar as tensões do dia a dia e dores musculares.

Todos nós merecemos pelo menos algumas horas para relaxar, deixar de lado por um peque-

no momento o trabalho ou problemas diários e se concentrar nos benefícios das terapias corporais com profissionais qualificados.

É dessa forma que preparamos um ambiente pra você entrar em sintonia com o próprio "eu" e escolher o seu tratamento com segurança e liberdade por estar em um local de fato direcionado. Navegue pelo site e conheça cada terapia corporal ou entre em contato para dúvidas e mais informações.

Neste ano de 2013 estamos completando 08 anos em Copacabana, todo esse período foi fundamental para estudarmos várias opções e necessidades masculinas no campo da beleza, saúde, estética e bem estar. Comprove!

Atendimento de segunda a sexta, das 07h às 22h e aos sábados, das 07h as 19h. Breve atendimento também aos domingos, sempre com hora marcada.

Mais informações, dúvidas ou sugestões sobre esta coluna envie seu e-mail para: lucianoterapeuta@uol.com.br ou institutolucianolopes@gmail.com / 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

BELEZAS DA GRÃ-BRETANHA

Uma pequena joia chamada Perth.

Por Eduardo Alves

A Grã-Bretanha se destaca por suas luxuosas igrejas, por seus imponentes castelos e palácios, se orgulha em ser referência artística e cultural com destaque principalmente em seus museus e exposições reconhecidos no mundo inteiro, mas é o quase desconhecido condado de Perth que exhibe belezas naturais inigualáveis com seus lagos e montanhas.

Situada às margens do rio Tummel, e uma população ligeiramente superior a dois milhões e meio de habitantes, Pitlochry possui arquitetura em estilo vitoriano.

Em 1842, a rainha Vitória visitou o condado de Perth e ficou encantada com a beleza da região.

Em 1863, a estrada de ferro foi inaugurada,

tornando o povoado o destino preferido para turistas do mundo inteiro.

Cercada por montanhas, o condado de Perth é um local apropriado para caminhadas e escaladas.



Jardim do Castelo de Blair.

A ponte de Pedestres construída em 1913 é outro atrativo bem interessante para apreciar e fotografar.

Em 1951, John Stewart organizou o Festival de Teatro em uma tenda. O sucesso foi tamanho que a tenda ficou armada por longos 30 anos. O edifício atual tem data de 1981.

Neste pitoresco condado, um dos principais

Fotos: divulgação da empresa de turismo Mar e Montanha



Vista do Loch Lomond.

pontos turísticos sem dúvida é o Castelo de Blair. Tal patrimônio pertence ao Duque de Athol e possui 30 salas para apreciar os mais variados tipos de pinturas, armaduras e porcelanas chinesas.

Em 2009, a cidade foi contemplada com a Medalha de Ouro, em um tradicional concurso horticultural chamado "Grã-Bretanha em Flor", na categoria "cidade pequena".

Na região existem duas tradicionais destilarias de Whisky: a Edradour, a menor em toda a Escócia, e a Whisky Blair Athol, fundada em 1798.

Ao visitarem a Escócia, fica a dica em visitar a adorável Perth e apreciar um excelente Whisky do berço dos destilados: a Grã-Bretanha.



Raça de gado típica da Escócia....Highland Cattle

Tudesco
vidros & decorações

Persianas e Cortinas
Vidros e Espelhos
Esquadrias de Alumínio
Box para Banheiro;
Toda Linha Elegance:
Encanto (Box Elegance
Para Canto), Flex (Articulado),
Luna (Box Curvo),
Due (Elegance Frontal)

Fones: (21) 3495-3951 / 3496-5058
Rua da Passagem, 71B - Botafogo - Rio de Janeiro - RJ
tudescorj@ig.com.br

SAÚDE E ESTÉTICA

Sobrancelha Definitiva

Rogéria Veloso

Tenha sobrancelhas perfeitas, reconstruídas naturalmente. Mesmo para quem não possui pelos. Falhas, fios, curtos, temos a técnica de suspensão do oilar. A sua sobrancelha expressa sua aparência e seu Olhar!

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

Consultório Dentário

Dr. Antonio Martinez Murillo CRO RJ 6373
Dr. Marco Antonio Martinez Omente CRO RJ 17766-4

IMPLANTES
CANAL
GENGIVA

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

Av. Nossa Senhora do 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

TÉC. DE ENFERMAGEM
Daniele

Serviços de: Acompanhante e Cuidadora de Idosos
(com cadastro no COREN)

PACIENTES DE BAIXA, MÉDIA E ALTA COMPLEXIDADE

Fone: (21) 9141-5201 | 9553-2817

PSICÓLOGA | PSICANALISTA

Barbara Zenicola | CRP- 05/25.903

ATENDIMENTO CLÍNICO
Adulto | Adolescente | Criança.



Tel: 21 9619-2192 | Largo do Machado

ANIMAIS

MODA PET

Para todas ocasiões: lazer, festa, datas comemorativas.

Contato: Marcia 8417-1858 ou Zeze 9809-7478

GASTRONOMIA E EVENTOS



Serviço de Open Bar e
Barman para festas!

Pague em até 12 x

Tel: 2222-4126 / 8198-6574
www.BarmanTom.com



TEL: 6922-8143
6703-0906

Garçons - Garçonete - Barman - Copeira
Fritadeira - Cozinheira - Churrasqueiro
naljara.nsjs@ovi.com

SEJA CORDADA COM CHUVA DE PRATA SUPER MODERNA!

Equipamento de última geração, girando 360° em todo o salão.
O único no Rio de Janeiro!

CHARME EM SEU EVENTO

Você e seus convidados ficarão encantados com o espetáculo.
Preço de lançamento para locação do equipamento.

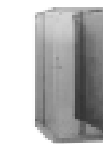
Peça maiores informações: LIGUE: 2527-0388 / 9445-9189

CASA E DECORAÇÃO

VIDRAÇARIA

Espelhos de 4mm A 8mm cristal | Vidros coloridos
Box padrão | Box engenharia com prazo
Manutenção de temperados

Rua 24 de outubro, 8 E - Vidigal - Lelton.
André e Sandra: 2235-0293 | 9982-2938 | 9680-6305
E-mails: sanddelima@hotmail.com e andretenen@yahoo.com.br



ORGANIZADO SEM
COMPROMISSO

MARIDO DE ALUGUEL

Reformando em geral.

Faço o que o seu marido não sabe,
não tem tempo ou não quer fazer.

Tel. 7745-1162 ID 112*80059. Jefferson

SERVIÇO SOCIAL

ASSOCIAÇÃO CONTRA A VIOLENCIA
NOS CONDOMÍNIOS E ENTORNO

VISITE O SITE:

www.condominioseentorno.com.br

ANUNCIE AQUI: R\$ 22,00

por mês

O DOBRO DESTE CUSTA APENAS R\$ 35,00

*contrato mínimo de 4 meses.

Tel. 3681-5302

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

DIREITO E CONTABILIDADE



Prof. Josias Frota
ADVOGADO

OAB-RJ 78.081

- 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

MONTEIRO BORGES ADVOGADOS ASSOCIADOS

CÍVEL EM GERAL, TRIBUTÁRIO E TRABALHISTA
AGENDE SUA CONSULTA



Av. Rio Branco, 185, sl. 210 - Centro | Tels: 2220-2789 | 8591-7789
monteiroborges.adv@gmail.com

IMÓVEIS

SÓIMÓVEIS
ADMINISTRADORA

Avalia | Aluga | Administra

Seu melhor imóvel!



Tels: 4103-9541 | 8829-7553 | 7749-2036

FILMAGEM

DFV DIGITALIZANDO FOTOS E VÍDEOS

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

TAMBÉM PASSAMOS

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

Fone: 21 3373-0084 | Cel: 21 8489-2081 | milton3453@yahoo.com.br

Estação

AGENDA CULTURAL

CASAS DE ESPETÁCULOS

CITIBANK HALL

Belo 13/09
Vanessa da Mata 27 e 28/09
O Rappa 04 e 05/10

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

VIVO RIO

Arlindo Cruz 14/09
Ney Matogrosso 20 e 21/09
Lente de Aumento 25/09
Toquinho 27/09
Festa Pacha 40 Anos 28/09
The B-52s 04/10
Marisa Monte 05, 06, 11,12 e 13/10

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

HSBCARENA

NBA Global Games 12/10

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

FILMES NOS CINEMAS

CINEMARK PRAIA E RIO SUL**Praia Shopping:**

Flores Raras; Gente Grande 2; O Casamento do Ano; One Direction; Os Estagiários; Os Instrumentos Mortais - Cidade dos Ossos; Os Smurfs 2; Percy Jackson e O Mar de Monstros; Se Puder... Dirija; Terapia de Risco; Wolverine - Imortal.

Rio Sul:

Os Estagiários; Se Puder Dirija!; O Casamento do Ano; Os Instrumentos Mortais - Cidade dos Ossos; Gente Grande 2; Percy Jackson e O Mar de Monstros.

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

ITAÚARTEPLEX RIO

A Alma da Gente; A Sorte em Suas Mãos; Bling Ring: A Gangue de Hollywood; Flores Raras; O Casamento do Ano; O Renascimento do Parto; Os Instrumentos Mortais - Cidade dos Ossos; Repare Bem; Se Puder... Dirija!

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

ESTAÇÃO RIO E ESTAÇÃO BOTAFOGO

> Aconteceu em Saint-Tropez; O Verão Do Skylab; Os Sabores do Palácio; Hannah Arendt; Cabaré Bibliotheque Pascal; Terra Firme.
> Frances Ha; O Grande Gatsby; Uma Dama Em Paris; Querida, Vou Comprar Cigarros e Já Volto; Apenas o Vento; Amor Pleno; Augustine; Camille Claudel 1915; Os Amantes Passageiros; Bling Ring: A Gangue de Hollywood; A Espuma Dos Dias.

Estação Rio: R. Vol. da Pátria 35. Tel: 2226-1986.
Estação Botafogo: R. Vol. da Pátria, 88. Tel: 2226-1988.

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



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

OPÚSCULO II
- CRIMES -
CRENÇAS

É versão atualizada do primeiro livro escrito por Roberto Bentes Monteiro. Se na sua estreia o arquiteto aposentado nem se deu ao trabalho de assinar seu nome – “as elucubrações sobre a Língua Portuguesa Brasileira” – fizeram sucesso e foram sucedidas por este li-

vro bem elaborado e editado com esmero, cujo lançamento (não arremço) como brinca o “seu” Bob, acontecerá no sábado, 14/9, as 11 horas, no Shopping dos Sabores, mais precisamente no Prost Bier (loja 110), rua General Polidoro, 58.

ANA CRISTINA CESAR

Em outubro completam-se trinta anos da morte de Ana Cristina Cesar ou Ana C. Era uma jovem mulher – 31 anos – já reconhecida como grande poeta de uma geração nascida e sofrida durante os anos da ditadura – começada em 1964.

Dela, escolhi dois pequenos poemas do seu primeiro livro: “Cenas de Abril”, 1979.

Primeira lição (trecho)

“Epicédio é uma poesia onde o poeta relata
A vida de uma pessoa morta”

Recuperação da adolescência

“é sempre mais difícil
ancorar um navio no espaço”

PS: Ana C. (1951-1983) suicidou-se, jogando-se do oitavo andar do edifício onde moravam seus pais, Maria Luiza e Waldo Cesar, em Copacabana. Era a manhã de 29 de outubro de 1983.

Rubens Nogueira. Autor do livro:
“Diário de uma vida”



A poeta Ana Cristina Cesar (1951-1983) em foto de 1982

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

RIO SEM RAIVA 2013

Vacina cães e gatos em toda cidade.

A Secretaria Municipal de Saúde realiza a campanha Rio Sem Raiva 2013 vacinando cães e gatos em toda a cidade em cinco etapas. Os postos funcionarão das 8h às 17h e são montados em escolas municipais, unidades básicas de saúde, associações de moradores, clubes e agremiações localizados em comunidades. A campanha terá ao todo cinco etapas, cada uma contemplando regiões diferentes da cidade. A estimativa é vacinar cerca de 685 mil animais em 1.026 postos distribuídos por toda a cidade. O local mais próximo para levar o animal ao posto de vacinação pode ser conferido pelo telefone 1746 ou pelo site da Secretaria Municipal de Saúde: www.rio.rj.gov.br/web/sms.

Na hora da vacinação, os cães deverão estar com coleira e guia e os gatos em sacolas de pano ou em gaiolas apropriadas. Animais com temperamento agressivo devem estar com focinheira. Cães, gatos e morcegos são os principais transmissores da raiva, doença que compromete o sistema nervoso do homem, quando contaminado. Daí a importância da vacinação. A doença tem grau de letalidade próximo a 100% e, no município do Rio, está controlada há 25 anos.

Sintomas como dores no local vacinado, febre e comportamento mais quieto do animal podem surgir por cerca de 36 horas após a aplicação. As etapas seguintes acontecerão em 31 de agosto, 21 de setembro, 19 de outubro e 30 de novembro com alcance em todo o Município do Rio.

A campanha começou no dia 10 de agosto nos locais: Saúde, Gamboa, Caju, Santo Cristo, Portuária, Centro, Catumbi, Rio Comprido, Cidade Nova, Estácio, Santa Teresa, Mangueira, Benfica, São Cristóvão, Praça da Bandeira, Tijuca, Alto da Boa Vista, Maracanã, Vila Isabel, Andaraí, Grajaú, Ilha do Governador, Ilha de Paquetá e bairros da Zona Sul.

A segunda etapa ocorreu em 31 de agosto e as outras ocorrerão no dia 21 de setembro, 19 de outubro e 30 de novembro na Zona Oeste, Norte e Baixada.

Quem tiver perdido a data da vacinação em seu bairro ainda poderá levar seu bichinho de estimação para vacinar gratuitamente nos seguintes locais: Unidade de Medicina Veterinária Jorge Vaitsman, na Rua Bartolomeu de Gusmão, 1.120, na Mangueira; Unidade de Vigilância e Fiscalização Sanitária e Zoonoses Paulo Dacorso Filho, no Largo do Bodegão, 150, em Santa Cruz.

Coluna do Teatro

IX CAMPEONATO DE IMPROVISAÇÃO

Este ano a Cia. de Teatro Contemporâneo está com força total não só ocupando seus dois teatros, mas em parceria com o Teatro Cândido Mendes.

Estamos preparando o Campeonato de Improviso

que acontecerá a partir de 05 de outubro, todos os finais de semana na Sede da Cia. de Teatro Contemporâneo em horário nobre: aos sábados, às 21hs, e domingos, às 20hs.

No dia 06 de novembro as 21hs faremos a grande final no Teatro Cândido Mendes, do Centro do Rio. Do dia 07 ao dia 10 faremos o brasileiro e sul-americano com sessões quinta e sexta, às 21hs, e sábados e domingos, às 19hs e 21hs. O Campeonato Carioca de Improvisação idealizado pela Cia de Teatro Contemporâneo é realizado anualmente há 9 anos sempre no segundo semestre do ano. Ao longo desses anos vem promovendo um intercâmbio entre grupos e linguagens de teatro de improviso, fomentando o seu próprio desenvolvimento e dando origem a formação de novos grupos.

Já participaram do Campeonato jogadores como Marcio Ballas do Grupo Jogando no Quintal/SP, que atualmente apresenta o programa Tudo é Improviso, na TV Bandeirantes, assim como a atriz e improvisadora Talita Werneck, que hoje está no elenco da

novela Amor à Vida.

O Campeonato é um espetáculo de teatro esportivo ligado à comédia, usando como princípio a improvisação, onde times compostos por 3 a 4 jogadores/improvisadores disputam as melhores cenas criadas na hora com títulos e informações sorteadas da plateia. Fazem as melhores histórias, as cenas inesquecíveis e impossível de se repetir! E claro, os pontos que são decisivos para a classificação dos times para a final.

Os primeiros classificados no Campeonato Carioca de Improvisação, garantem vaga para o Campeonato Brasileiro de Improvisação, quando receberemos times de diversos estados brasileiros.

Local: Sede da Cia de Teatro Contemporâneo - TEATRO I: Rua Conde de Irajá, 253 - Botafogo (próximo à Cobal do humaitá). Tel: 2537-5204 / 3172-5201. Classificação etária: 16 anos; Duração: 70 minutos; Ingresso: R\$ 30,00 (estudante paga meia entrada). Site: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br.



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

Anuncie aqui apenas R\$ 60,00*

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

10 mil exemplares mensais. Público da Zona Sul. (Botafogo, Humaitá e Urca)

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.

FarinhaPura
EMPÓRIO
Desde 1985

Delivery: (21) 3239-8000
www.farinhapura.com.br

Venha Conhecer
Nova Loja

Virtual Shop
Tudo Entre Eletrônicos, Celulares e Periféricos

Venda de Computadores
Venda de Periféricos e Acessórios
Manutenção e Suporte

Internet
Tan House

Recargas
Originals
Compatíveis
Remanufaturados

2286-8910 / 2537-4963
Rua São João Batista, 16 A - Botafogo

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

FLORES NA GASTRONOMIA

Com a chegada da primavera, as flores comestíveis estão em alta. Além de embelezar os pratos elas também têm função nutritiva. Mesmo que não sejam cultivadas com agrotóxicos, nem todas as flores podem ser ingeridas. As mais indicadas são:

flor de abobrinha - pode ser recheada, empanada, usada em risotos e saladas;

pétalas de rosa – ricas em vitaminas, são tradicionais na cozinha árabe. Usadas em geleias e xaropes concentrados para dar um toque exótico a drinks, sorvetes e sobremesas em geral;

capuchinha – nativa do Peru, possui vitamina C e adiciona um sabor apimentado aos pratos;

calêndula - rica em vitamina C e potássio;

hibisco - apropriado para saladas, chás, xaropes e bebidas alcoólicas. Sabor cítrico e frutado, ligeiramente ácido, deve ser usado com moderação;

dente-de-leão - delicioso na salada. As flores devem ser colhidas jovens e servidas logo em seguida. Tem sabor doce, parecido com mel;

amor-perfeito – tem propriedades diuréticas e sabor doce e refrescante, por isso é comum em doces, tortas e saladas de frutas;

lavanda – versátil, é usada em chás, biscoitos, xaropes, tortas... perfumada e cítrica;

tulipa – devido ao alto teor nutritivo, serviu como alimento para os soldados da II Guerra Mundial. Usada em saladas, vinagretes e condimentos.

As flores devem ser colhidas pela manhã, depois que o orvalho seca, ou ao cair da tarde, após o sol baixar. Não as colha no meio do dia, pois o calor pode causar a perda de sabor e cores. Remova os estames e pistilos, pois eles normalmente são amargos e não devem ser mastigados. Agite e lave as flores para remover insetos e detritos. Inspeção com cuidado e pulverize-as delicadamente com água, pois as flores se machucam com facilidade. Também é possível mergulhar rapidamente em água e depois secar com toalhas de papel ou deixar secar no ar.

Nádia Lamas

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

PROTESTO DO CIDADÃO 20/08/2013

G.U.I.D.O. <http://guidobrasil.blogspot.com>

Nº 310. "SOCORRO" ENSINO ROUBADO

E nsino/Saúde/Moradia/Segurança... *Roubados E*
N a Cara Do Povo! *Por Falta De Fiscalizações,*
S ó 1,4% Das Cidades (120) Têm Fiscais, Que São
I nsuficientes Nas 5.565 Cidades/Lugarejos! *Que*
N a Certa, *Facilitam Desvios/Superfaturamentos E*
O utros *Malfeitos Nas Verbas Recebidas E Certas.*

R oubos Descobertos: *Apurações/Afastamentos Já!*
O s Recursos E Defesas *Dos Suspeitos, Fora Das*
U suais *Desculpas "De Não Saber De Nada!!!"*
B obos Da Corte? *Mas Espertos Ladrões. Que.*
A busam *Da Paciência E Fé Do Povo E Só*
D ão O Que Sobra, *Quase Nada, Da Verba Certa,*
O ra Para *O Ensino/Saúde/Segurança/Moradia...*

Nº 312. "SOCORRO" VERDADES

V erdades? *Ou Mentiras! Oficiais/Políticas...*
E nvergonham *Todos Os Brasileiros(as)...*
R eduzem A Pó, *A Esperança De Termos Já,*
D ias Melhores *E De Vermos O Nosso Brasil*
A gigantar-Se Entre As Nações, *Porquê... Alguns,*
D esviam Recursos *Da Saúde/Moradia/Merenda/*
E nsino/Segurança... *Falsificam Índices/Números*
S uperfaturam Obras... *Mentem À Beça!!!*

Nº314 "SOCORRO" VIDAS SALVAS

V iolências/Mortes *Estúpidas, A Toda Hora!!!*
I nventem *"Bolsas Vidas Salvas" Para Serem*
D adas *Aos Bandidos, Quando Assaltarem... E*
A penas *Roubarem, Sem Ferir De Morte As*
S uas *Vítimas, Que Sem Proteção Da Lei/Sem*

S egurança *No Ir E Vir E Até De Viver, Morrem!*
A s *Autoridades Públicas Sérias/Juízes Que*
L evem *Tais Monstros Sem Almas, Os Mais,*
V iolentos *Bandidos Com Sede De Sangue!!!*
A os *Tribunais E Dobrem/Tripliquem As Suas*
S uas *Penas Ou Dêem Prisão Perpétua E Até*
S a *Pena De Morte, Inclusive Aos "Dimenor"...*

"Se Gostarem Passem Cópias Adiante..."

Nº 311. "SOCORRO" IMPUNIDADES

I nversão *De Valores Pessoais, Éticos E Morais!!!*
M alfeitos *Viram Bem Feitos!!! Nos Governos...*
P olíticos *Desviam Verbas Públicas... E Até Se*
U fanam! *Tiram O Doce Da Boca Das Crianças!!!*
N ada *Acontece! Ganham Medalhas/Prêmios E A*
I njustiça *Acontece! Pois Leva Anos A Apuração*
D os *Crimes Nos Três Poderes, Devem Ser E.Ts!*
A Bandidagem *Deita E Rola, Certa, Também,*
D a *Impunidade: Rouba E Até Mata... Pois Os*
E leitos *E Indicados Nos Governos Ficam Impunes/*
S imulam *Inflação De Araque (Tomate/Ônibus...)!*

Nº313. "SOCORRO" MAIS MÉDICOS

M ais *Médicos A Mais, No Interior Do Brasil!!!*
A penas, *Não Basta! É Necessário Que Outros*
I mportantes *Profissionais Da Saúde Pública*
S ejam *Também Convocados, Além De Recursos*

M ateriais *Importantes E Fundamentais Na*
É xcelência *Do Atendimento Psicossocial! E*
D irectionar *Os Universitários Públicos (0800) Ao*
I nterior, *A Pagarem O Ensino Grátis, Ao SUS*
C om *Salários Decentes E 02 Anos De Atuação,*
O utros *Universitários Particulares Podem Até*
S e *Aliarem Ao Projeto Mais Médicos...*

Nº 254. "SOCORRO" RACIAIS COTAS

R angem *Os Dentes E Menosprezam As Cotas!!!*
A fim, *Que O Racismo Aparente Continue...*
C ota *E Ações Afirmativas São Necessárias,*
I nclusive, *A Prisão, De Verdade, Dos Racistas,*
A Rirem *Das Leis E Mais Leis Que Não Pegam...*
I nfiável *O Crime De Racismo??? Não!!!*
S ão *Soltos Os Réus, Pagam Fianças! E Continuam*

C onfiantes *Que A (In)Justiça Os Perdoarão!!!*
O s *Negros/Descendentes Que Se Conformem Em*
T odas *Atividades De 3ª Categoria!!! E, Invisíveis*
À s *De 1ª Categoria! Sem Direito No Destino De*
S eu *País, Por Exclusão E Racismo Disfarçados!!!*

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 Diretor de Arte
contato@juremadesign.com.br 21 8359-0631

R. da Quitanda nº67, sala 702 Agência
Centro - Rio de Janeiro - RJ 21 2221-5400
CEP: 20011-030

GORTEC Engenharia e Arquitetura

Cargo Técnico: Eng. Civil
Eng. Ambiental
Eng. de Segurança
Arquiteta
Urbanista

**VISTORIA TÉCNICA PREDIAL / LAUDO TÉCNICO
PROJETOS / RECUPERAÇÃO ESTRUTURAL**

Previna sua edificação de acidentes, 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.

GORTEC ENGENHARIA E ARQUITETURA LTDA. gortec@gortec.com.br www.gortec.com.br AGENDE SUA VISITA TÉCNICA POR E-MAIL

50% de desconto na matrícula
01/08 a 20/09/13

Matemática · Português · Japonês

Botafogo Rua da Passagem
(21) 3026-5211
www.kumon.com.br

KUMON

SERVIÇOS DE LIMPEZA PARA SUA EMPRESA, RESIDÊNCIA OU OBRA COM QUALIDADE E ECONOMIA.

- Limpeza Pós - Obra
- Limpeza de vidros
- Limpeza de telhados
- Limpeza de pedras
- Impermeabilização
- Aplicação de antiderrapante
- Revitalização de pisos

Mr. Limp

2295-6725 / 9305-5402
Rua Oliveira Fausto • 31 loja A
Unidade - Botafogo
botafogo@mrlimp.com
www.mrlimp.com