

CORREIO CARIOCA[®]

entretenimento na medida certa

VILA ISABEL - TIJUCA - SAENS PEÑA - GRAJAÚ - ANDARAÍ



BOSQUE DA BARRA

LAZER E MEIO AMBIENTE

Parque de conservação ecológica também é área de diversão

>>> Pág. 06

Foto: Antônio da Silva

CULINÁRIA pág 05

Quatro deliciosas receitas para o Dia dos Pais

TURISMO pág 07

Pantanal mato-grossense reúne flora e fauna singulares



Rio Miranda / Foto: Antonio da Silva

HISTÓRIA pág 09

Gustavo Kuerten, campeão em Roland Garros, em 1997

LAR pág 09

Dicas para decoração da casa na estação inverno

CINEMA pág 09

No mês dos pais, ótimos filmes para assistir com os filhos

CONTADOR - José Cardinelli & ADVOGADO - Leandro Goulart

CONTABILIDADE: Registro e baixa de Empresas, ONG, OS, ME, Imposto de Renda PF - PJ, Consultoria Fiscal - Contábil e Pendências RFB. JURÍDICO: Direito Trabalhista, Direito Consumidor, Direito Civil e Direito Empresarial.

(21) 2576 2353 / (21) 2577 4362 (21) 7895 0554

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

CIRURGIA PLÁSTICA

Dr. Christian Kalil - CRM: 52.82303-1

Cirurgião Plástico Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica

Cirurgias de lipoaspiração, abdome, mamas (aumento, redução, reconstrução), face, nariz, pálpebras, glúteos, orelha em abano, toxina botulínica, preenchimentos, entre outras.

**R. Conde de Bonfim 344 BL. 2 Salas 1007/1008
Telefone: 2565-8134**

E-mail: ckcabello@hotmail.com

ANUNCIE! 3681-5302

**TIRAGEM MENSAL COMPROVADA
10 MIL EXEMPLARES**

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

CORREIO CARIOCA

EXPEDIENTE - AGOSTO 2013

ZONA NORTE

(Vila Isabel - Tijuca - Grajaú - Andaraí)

Telefone: (21) 3681-5302

O Correio Carioca na Internet:

Site: www.correiocarioca.com.br

E-mail Comercial: comercial@correiocarioca.com.br

E-mail da Redação: redacao@correiocarioca.com.br

Twitter: @correiocarioca

Facebook: www.facebook.com/correiocarioca

Redação - Jornalista Responsável:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Dep. Comercial:

Rodrigo Silva - Reg: PUB 3425/RJ

Fotografia:

Luciana Dávila

Diagramação e Editoração:

A&S Editora

Equipe de Redação:

Antonio da Silva, Eduardo Alves, Fernando Andrade, Ganu Duarte, Juliana Brochado, Lu Meireles, Rodrigo Coelho e Terezinha Coelho

Publicidade: a publicação de anúncios é contratada através do telefone (21) 3681-5302.

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

PROTESTO DO CIDADÃO 20/07/2013 G.U.I.D.O. <http://guidobrasil.blogspot.com>

Nº 304. "SOCORRO" PASSEATAS/PROTESTOS

P arar O Brasil Sem Violências/Protestos! Mas A penas Com Rosas Nas Mãos??? Os Três Poderes São Cegos/Surdos/Mudos E Indiferentes, Além De Sacanas E Adiam/Adiam... As Promessas Nas E leições, Para "O Dia De São Nunca", Ou Seja, A Data De 31 De Fevereiro Do Ano (2)171!!! T ratar Passeatas Com Mais Promessas/Pactos... A dianta Pouco! Queremos Igualdade/Fraternidade/ S oluções De Legalidade Já!!! Para Todos Nós...

Nº 305. "SOCORRO" JUÍZES/JUDICIÁRIOS

J uram Seguir A Inacabada Constituição De 1988, U fanam Justiça! São Cegos/Surdos/Mudos E Í ndiferentes Ao Povão/As Passeatas/À Justiça!!! Z elam Sim, Por Salários De R\$ 224.000,00/Mês! E Ignoram O Salário Mínimo Constitucional! Pois S ão E.Ts, Com 02 Férias/02 Recessos Anuais...

Nº 303 "SOCORRO" POLÍTICOS/LEGISLATIVOS

P arece Mentira/Não Acreditamos! Nossos Políticos O missos, Ignoram As Passeatas E Vozes Das Ruas! L ixam Para O Povo E Continuam Com As Várias E Í ndevidas Regalias: Casa/Comida/Roupa Lavada/ T urismo Semanal Nas Câmaras, 3as Às 5as Feiras/ I nchaço De Assessores, Bastam 02 Das Câmaras! C rime De Lesa-Pátria: Salários Mensais Absurdos, O u Seja, R\$ 224.000,00 Frente a R\$ 678,00 (SM)! S ó 30 Salários Mínimos (R\$ 20.340,00) Chegam!!!

Nº 308. "SOCORRO" VILAREJOS/CIDADES

V aiar A Presidente Da República É Muito Feio... I números Vilarejos Sem Renda Própria, L iberados Por "Prefeitos" Que Nos Ofenderam... A o Vaiarem A Presidente Dilma Recentemente! R eursos Próprios, São Necessários Às Cidades, E Caso Contrário, Que Voltem A Ser Distritos J á! Para Que Os Estados Cresçam Como Devem! O s Vilarejos Que Se Juntem A Outros Parecidos!!! S ão Medidas Que Ajudarão A Melhorar O Brasil!

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

Nº 307. "SOCORRO" MÉDICOS NO INTERIOR

M édicos Devem Ser Os Responsáveis Direto Pelos É ventos Nos Hospitais, Clínicas E Centros De Saúde! D ar A Outros Profissionais O Examinar, O Receitar, I ncluso Diagnóstico, Anula O Ato Médico Legal!!! C ontador Não É Músico, Mas Médico É Médico!!! O Enfermeiro/Psicólogo... Compõem A Equipe Ao S ocorro Dos Pacientes E O Médico É O Cabeça!!!

N osso Salário Digno Está Anos Parado Em Brasília!!! O utros Profissionais Com 3º Grau, Merecem Salários

I niciais De 10 Salários Mínimos, R\$ 6.780,00! A N ecessidade De Profissionais Da Saúde No Interior É T amanha E Possível Já!!! Todos Que Concluírem Os Estudos Em Faculdades Públicas, Deverão E Poderão R etribuir Com 02 Anos De Serviços Ao SUS Do I nterior Do Brasil, Carente De Profissionais De O utras E Importantes Áreas, Mas Para Já (2013)!!! R etardar A Retribuição É Atrasar/Adiar O Bem!!!

Nº 309. "SOCORRO" PACTOS/PA(C)TOS

P atos/Palhaços, Como Nos Veem, Os Políticos!!! A diam... A Conclusão Da Constituição De 1988! C açoam Do Povo/Das Passeatas/Dos Protestos... T olos Policiais/Médicos: Com PECs Engavetadas! O s Três Poderes Empurram Com As Barrigas, As Mil S oluções Para 31/02/(2)171, Dia De São Nunca!!!

Nº 306 "SOCORRO" GOVERNANTES/EXECUTIVOS

G overnantes São Cegos/Surdos/Mudos E Incapazes??? O Povo Protesta, Faz Passeatas E Anos Após Anos V ive À Espera Das Promessas Feitas Nas Eleições... E Nada De As Ver Cumpridas! Nos Palácios, Os Reis... R iem/Çaçoam Dos Brasileiros E Brasileiras Iludidos, N egam As Mínimas Condições De Vida (Constituição)! A Renúncia, Seria O Melhor Caminho, Pois Os Eleitos N ão Têm Preparo/Competência Para Governar Bem E T ocar Os Governos, Só Pensam Nas (Re)Eleições! Até E legem "Postes" Sem Experiência De Governos, Para S ubirem Pouco A Pouco, Como Políticos Sérios...

VHS Para DVD LP para CD

CONVERTA SUAS FITAS DE RECORDAÇÕES EM VHS OU FUMADORA 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

FEITOSA TAVARES ELETRICA

Eletricidade Residencial e Comercial

- Ar Condicionado Split
- Chuveiro Elétrico
- Quadro de Disjuntores
- Instalação Elétrica Padrão (normas NBR e NR10)
- Quadro de bomba d'água
- Energia de alta sustentabilidade (solar)

Segurança Eletrônica

- Interfones
- Portões automáticos
- Alarmes
- CFTV

ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO

Tel: 3565-1011 / 8130-3220 / 8296-4130
E-mail: feitosatavares12@gmail.com / Técnico Responsável: Rosemberg

GRUPO R2 ASSESSORIA CONTÁBIL

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

Construindo e Reformando

Casas, apartamentos, cozinhas, banheiros e etc...
Hidráulica, pinturas, revestimentos, cerâmicas, porcelanatos, parte elétrica, impermeabilização.
Serralheria: galpões, grades, portões e etc.

Ligue Já:

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

Jefferson

www.jeffersonempreiteiro.yolasite.com

Cnpj: 15.123.804/0001-55



REFORMAS JÁ

ANUNCIE POR APENAS R\$ 45,00*

*Valor mensal. Mínimo de 3 meses

Inteiramente grátis! Seu anúncio também estará na Internet

Tel. 3681 5302

Informe publicitário

Informe publicitário

COLUNA DO DENTISTATIRE SUAS DÚVIDAS
Tel. 3904 4844Rua Costa Pereira, 3
Tijuca
Pertinho do Metrô da
Praça Saens Peña**Dr. Rafael Duarte**

CR0-RJ 71317

Traumatismo dentário

Na infância é muito comum as crianças sofrerem acidentes domésticos brincando, quedas quando estão aprendendo a andar, correndo, andando de bicicleta, skate e outros. Por isso a importância dos responsáveis saberem proceder no caso de um acidente e conseguir salvar o dente ou diminuir o dano causado. Existem vários tipos de traumatismos dentários: os que acometem tecido mole como lábios, língua e bochechas, ossos de sustentação dentária e o dentário propriamente dito com fraturas do elemento dentário e a avulsão do dente. É necessário saber que o dente de leite tem raiz e que no seu interior existe um canal por onde passam nervos e vasos sanguíneos (polpa), já que o dente permanente está sendo formado muito próximo desta raiz. Assim, existe o risco de haver alguma sequela no dente permanente dependendo do tipo de trauma sofrido. O dente afetado por trauma sempre apresenta alteração da cor, e se houver, nem sempre isso indica perda de vitalidade do mesmo, conseqüente necessidade de tratamento. Caberá ao profissional avaliar se haverá indicação de algum tratamento ou apenas continuidade do controle periódico. Mesmo os "pequenos" traumas nos dentes de leite, onde só há um leve sangramento, precisam de atenção. Em caso de trauma dental: procure entrar em contato com o Dentista imediatamente, se houver muito sangramento, procure estancá-lo, quando o dente sai parcialmente da posição (extrusão ou luxação), quanto mais rápido for reposicionado maiores são as chances de ser recuperado. Se o dente permanente sai totalmente (avulsão dental), quanto mais rápido for replantado, maiores serão as chances de sucesso, caso contrário, coloque o dente num recipiente com soro fisiológico, leite ou saliva e deixe que o profissional faça o replante.

Sexo sem MistérioDra. Ana Paula Veiga / Sexóloga
E-mail: consultoriodepsicologia@gmail**EXPECTATIVA**

Sabemos que a expectativa é um bichinho que alimentamos dentro de nós e que fica bem decepcionada quando o comportamento da outra pessoa sai diferente daquilo que nós imaginávamos. Vizinha da decepção, prima do remorso, a expectativa azeda relações e desfaz laços fortes.

Tudo porque você espera que a pessoa se lembre do aniversário do seu cachorro, que te ligue no dia seguinte para te pedir em casamento ou que durante o primeiro encontro, ao menos, te adicione no facebook. Pode ser também que lá no fundo - porque não? - você espere que ele te procure depois de uma discussão (ainda quando você estiver errado), que ela seja simpática, que ele goste das suas amigas ou que ela ame futebol. É o outro que tem a responsabilidade de nos fazer feliz, de dar sentido as nossas escolhas, de nos paparicar.

É preciso aprender a

deixar de pensar no que o outro deveria fazer nos 5 minutos seguintes pois viver o hoje ainda é mais fácil do que pensar no amanhã. Fora isso, é mais confortável e saudável. Você aproveita mais o momento, pode conhecer melhor a pessoa e, assim, sabendo quem ela é de verdade, se decepcionar menos.

Ter alguém para contar é algo muito bacana, mas contar com os seus sonhos e incluir um outro nessa história a qualquer custo é caminho curto pro fracasso. Libere o outro do seu roteiro e se libere para escrever a sua vida dia após dia.

Estamos abrindo um espaço para esclarecermos suas dúvidas. Caso tenha alguma, mande um email paraconsultoriodepsicologia@gmail.com e aguarde a publicação. Seu nome será mantido em sigilo.

CURIOSIDADES

Por Fernando de Andrade

A INDEPENDÊNCIA E O DIA DO FICO

A independência é um dos fatos mais importantes do país, pois marca o fim do domínio português e a autonomia da nação. Ocorreram muitas tentativas e muitos morreram nessa luta, inclusive Tiradentes.

Em janeiro de 1822, D. Pedro I recebeu uma carta da corte de Lisboa, exigindo seu retorno a Portugal. Há tempos os lusos insistiam nesta ideia, pois pretendiam recolonizar o Brasil e a presença de D. Pedro impedia este ideal. Porém, D. Pedro respondeu negativamente aos chamados e proclamou a famosa frase: "Se é para o bem de todos e felicidade geral da nação, diga ao povo que fico".

E DEPOIS DE DESAFIAR A COROA?

Após o Dia do Fico, D. Pedro tomou uma série de medidas para a independência: convocou uma assembleia para criar uma constituição, organizou a Marinha de Guerra, obrigou as tropas de Portugal a voltarem para o reino e convocou o povo.

Ele viajou, então, a Minas e São Paulo para acal-

mar setores da sociedade que estavam preocupados com possível desestabilização do país. Durante a viagem, D. Pedro soube que Portugal anulava a constituição e exigia sua volta. E quando estava indo de Santos a São Paulo, no riacho do Ipiranga, no dia 7 de setembro de 1822, levantou a espada e gritou: "Independência ou morte!". Este fato marcou a Independência do Brasil e em dezembro D. Pedro, que era príncipe, foi declarado imperador.

O QUE OCORREU APÓS A INDEPENDÊNCIA?

Os primeiros países que reconheceram a independência do Brasil foram os Estados Unidos e o México. Já Portugal exigiu do Brasil o pagamento de 2 milhões de libras esterlinas para reconhecer a independência. D. Pedro recorreu a um empréstimo da Inglaterra.

Embora de grande valor, este fato histórico não provocou rupturas sociais. Os mais pobres sequer acompanharam ou entenderam a independência. A estrutura agrária continuou a mesma, a escravidão se manteve e a distribuição de renda continuou desigual.

DESENTUPIMENTOS DE ÁGUA LIMPA

AQUECEDOR NÃO LIGA?
POUCA PRESSÃO DE ÁGUA?

NÃO QUEBRE SEU BANHEIRO
OU COZINHA PORQUE SEUS
CANOS ESTÃO ENTUPIDOS

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

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

3852-2330 / 9399-3744**Dança de Salão**

Rua Moraes e Silva, 113 - Maracanã
3872-5264 / 9302-1847 / www.luzvalenca.com.br

**ANUNCIE
POR APENAS
R\$ 45,00***

*Valor mensal. Mínimo de 3 meses

Inteira e grátis! Seu anúncio também
estará na Internet

Tel. 3681 5302**Espaço Saúde e Vitalidade**

Disponibilizamos atendimentos terapêuticos e clínicos oferecemos um serviço altamente qualificado e personalizado em um ambiente agradável e acolhedor.

Atendimentos Terapêuticos:

- Parapsicologia/Psicoterapia
- Hipnoterapia
- Floral
- Psicanálise (adulto e criança)

Indicações: depressão, ansiedade, dificuldades de relacionamento, fobias, medo de se apresentar em público, estresse, decepções, luto.

Atendimentos clínicos:

• Fisioterapia
Geral, Oncológica, Respiratória, Auriculoterapia, Acupuntura, Plataforma vibratória

Avaliação em Fisioterapia Geral Grátis!

Av. 28 de Setembro, 44/304

Vila Isabel, RJ/RJ

Tels: (21) 2204-8091, 8264-9845

Estacionamento Gratuito

ESPAÇO TERAPIAS CORPORAIS

Informe publicitário

ESTÉTICA MASCULINA

Luciano Lopes

Seguindo as tendências do mercado, cada vez mais homens procuram cuidados especiais para o corpo. Nada melhor do que um local especializado e direcionado para o público masculino com tratamentos realizados com hora marcada, prezando pelo conforto, qualidade, atendimento individualizado, proporcionando bem estar e qualidade de vida, esse é conceito do Instituto Terapêutico Luciano Lopes que atua há 08 anos em Copacabana e que a partir da segunda quinzena de agosto agrega em sua proposta serviços direcionados ao público masculino, oferecendo serviços de depilação, esfoliação corporal e facial, banho de argila, Day SPA e as conceituadas massagens que não poderão ficar de fora. Hoje no RJ muitos locais

atendem ambos os sexos e nem sempre um homem sente a vontade na hora de escolher seu tratamento com segurança e liberdade por estar em um local de fato direcionado. **DEPILAÇÃO MASCULINA:** Realizada por profissionais masculinos e com produtos de qualidade e tecnologia Italiana, uma cera com excelente elasticidade e aderência removendo os pelos pela raiz, proporcionando uma depilação perfeita, econômica e higiênica com material descartável. **ESFOLIAÇÃO CORPORAL:** Colabora para restaurar a pele, removendo as células mortas, deixando a pele macia e hidratada e com uma melhor aparência, prevenindo pelos encravados, cravos e espinhas. **MASSAGENS:** diferentes tipos de massagens para o bem estar: relaxante, terapêutica, desportiva, tântrica, além do **BANHO DE ARGILA** que possui inúmeras propriedades benéficas para o corpo, inclusive para ajudar a controlar o excesso de oleosidade, revitalizando os

tecidos e na desintoxicação metabólica da pele. A argila tem poder: cicatrizante, revigorante, rejuvenescedor, hidratante, dentre outros benefícios. Mais informações, dúvidas ou sugestões sobre esta coluna: lucianoterapeuta@uol.com.br / 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

Nutrideal faz sua festa mais gostosa!



Sua festa com praticidade

KIT 1 - 8 PESSOAS R\$ 88,00

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

KIT 2 - 12 PESSOAS R\$117,00

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

KIT 3 - 16 PESSOAS R\$ 167,00

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

KIT 4 - 20 PESSOAS R\$ 196,00

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

KIT 5 - 30 PESSOAS R\$ 276,00

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

KIT 6 - 50 PESSOAS R\$ 407,00

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

Aceitamos Encomendas



Rua Uruguai, 151
Tijuca

2208-4908

DELÍCIAS CARIOCA
DOCES 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 KIT FESTA A PARTIR DE R\$90,00 COM: SALGADINHOS, DOCINHOS, TORTA, REFRIGERANTE E DESCARTÁVEIS
--	---	---

Aceitamos cartões de crédito e débito. Entregamos em domicílio, consulte-nos

DISK SALGADINHOS:
3073-3941 / 3971-8340 / 3971-4729 / 2293-7537 / 8115-6859

Aquarela
Cosméticos

PARCELAMOS EM ATÉ 4X SEM JUROS!

natura bem estar bem | Vult COSMÉTICA | AVON | Yes Cosmética

RUA CASTRO BARBOSA, 36 F - GRAJAÚ
PRÓX. AMARELINHO DO GRAJAÚ - TEL: (21) 2288-7048

Unimed Rio

PLANO ODONTOLÓGICO R\$ 27,00*

Carência zero: consultas, blocos, pinos, restaurações, radiografias, tratamento de canais, gengivas e extrações.

Tel: 7999-2686 - Tim / 9165-8185 - Claro
E-mail: titojefferson@hotmail.com

*plano familiar

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

Aceitamos Visa | Carlos
Tel: 2581-8584 | 9192-2626 Claro
www.prontosocorrodosestofados.com.br | 8383-8318 Tim
Rua Barão do Bom Retiro, 253 | 9933-3382 Vivo
8888-8958 Oi

Delícias Caseiras



Por Terezinha Coelho

Dia dos pais

TORTA DE CAMARÃO

Ingredientes: 1 Kg de camarões grandes frescos descascados, uma cebola, sal a gosto, meio quilo de batatas, 3 tomates, 3 ovos, 2 maços de cheiro verde, limão, óleo, azeite e farinha d'água.

Modo de fazer: Lave bem os camarões e afervente (sem água) numa panela com casca e tudo. Quando estiverem bem rosados, retire-os do fogo, deixando-os esfriar, descasque-os e retire as tripas. Numa panela, coloque todos os temperos bem picados e regue-os com suco do limão. Leve ao fogo para refogar e depois junte os camarões. Deixe-os cozinhar sem água, no molho do próprio cozimento em fogo baixo até que fiquem macios. À parte cozinhe as batatas inteiras, deixe-as esfriar, descasque-as e as corte em pedaços peque-

nos. Unte um refratário com óleo, coloque os camarões misturados com as batatas cortadas e os ovos batidos. Cubra com a farinha d'água, regue com azeite e leve ao fogo para assar.

Importante: na hora que a farinha estiver dourada, a torta estará pronta.

SALPICÃO DE FRANGO

Ingredientes: 3 peitos de frango, 1 tomate, 1 cebola, um pedaço de pimentão verde, sal, 300 gramas de presunto partido em cubos, uma lata de ervilhas, uma lata de milho, 1 pacote de batata palha, 1 caixa de creme de leite e 1 vidro de maionese.

Modo de fazer: cozinhe os peitos de frango com o sal e os temperos, deixe esfriar, desfie-os, coloque num refratário redondo grande, adicione todos os outros ingredientes, misture bem e leve à geladeira.

SALADA RUSSA

Ingredientes: 3 peitos de frango, sal, 1 cebola, 1 tomate, 1 pedaço de pimentão verde, 1 vidro de maionese, 1 vidro de palmito picado, 3 maçãs picadas, azeite virgem e um pouco de cheiro verde.

Modo de fazer: cozinhe os peitos de frango com o sal e os temperos. Deixe esfriar, desfie-os, coloque num refratário grande, regue com bastante azeite virgem e depois adicione todos os outros ingredientes, misturando-os bem, principalmente a maionese.

Sugestão: se desejar decorar o prato, coloque em cima um ramo de cheiro verde com uma flor de tomate.

MOUSSE DE CHOCOLATE

Ingredientes: 250 gramas de chocolate meio amargo (barra), 6 ovos, 6 colheres

(sopa) de açúcar e 1 colher (sopa) de margarina.

Modo de fazer: coloque o chocolate partido em pequenos pedaços em uma pequena panela e leve-o ao fogo para derretê-lo em banho-maria. Quando o chocolate estiver completamente derretido, é o momento de apagar o fogo e de colocar rapidamente a margarina, mexendo tudo muito bem. Numa vasilha à parte bata as gemas (que deverão estar sem pele) com o açúcar, usando uma batedeira até que esta massa fique muito esbranquiçada. Junte o chocolate derretido com a margarina. Mexa bastante, envolvendo tudo sem bater. Separadamente bata as claras em neve firme e adicione ao outro creme, misturando bastante até que fique muito escuro. Finalmente coloque a mistura num refratário e leve à geladeira de um dia para o outro.

Ki-Sopa

Sopas e Caldos

Venha nos conhecer! Ambiente aconchegante.

Entregamos também em Domicílio



3684.1211
9171.5490
9503.2181



Embalagem para viagem: R\$ 9,90

Ingredientes: Batatas

Você já pode jantar fora todos os dias, saboreando nossas deliciosas sopas!

A partir de
R\$ 7,00

Cardápio

Segunda

- Angu a baiana
- Angu carioca
- Caldo verde
- Sopa de ervilha
- Frango cremoso
- Feijão amigo
- Canjiquinha
- Creme de abóbora c/ carne e queijo Minas.

Terça

- Angu a baiana
- Angu carioca
- Caldo verde
- Papas
- Sopa de ervilha
- Sopa de legumes
- Sopa de siri
- Grão de bico c/ bocalhau desfiado.
- Creme de Cebola
- Strogonoff de frango c/ arroz.

Quarta

- Angu a baiana
- Angu carioca
- Caldo verde
- Sopa de ervilha
- Sopa de feijão c/ legumes
- Dobradinha
- Creme de batata c/ peito de frango desfiado

Quinta

- Angu a baiana
- Angu carioca
- Caldo verde
- Sopa de ervilha
- Canja
- Raízes
- Vaca atolada
- Feijão branco c/ camarão

Sexta

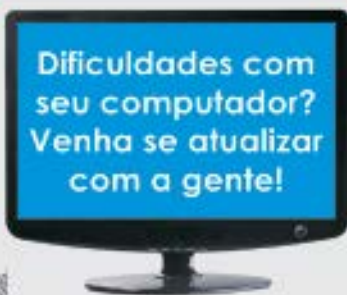
- Angu a baiana
- Angu carioca
- Caldo verde
- Sopa de ervilha
- Cassoulet
- Bobó de camarão
- Mocotó
- Caldo de frutos do mar

Agora também temos saladas

Rua Desembargador Isidro, 49 B | Tijuca
De 2ª a 6ª feira (exceto feriados)

"Tudo posso Naquele que me fortalece". Fl. 4:13

Dificuldades com seu computador? Venha se atualizar com a gente!



Informática para todas as idades

Turmas reduzidas

- Informática para 3ª Idade
- Aulas particulares
- Aulas avulsas
- Informática para concursos
- Cursos básicos e avançados (Diversas áreas da Informática)

Manutenção de computadores

Reparo de Pc's, manutenção de sistemas, recuperação de dados.

Pague em até **6x sem juros***

*Apenas para cursos com duração superior a 4 meses.



R. Conde de Bonfim 422 - sala 515 - Tijuca

Informações:
2264-7695 / 3258-7695 / 3258-7696

kapiinformatica@gmail.com
www.kapi.com.br

LAZER E CONSCIENTIZAÇÃO AMBIENTAL

Bosque da Barra é área de proteção ecológica e também serve para famílias fazerem piquenique e até mesmo para atletas praticarem suas atividades desportivas

Antonio da Silva

Fotos: Antonio da Silva

Mesmo com a vida corrida do dia a dia ainda é possível ter aquele momento de sossego e paz admirando a natureza no coração da cidade grande. O Bosque da Barra, importante parque de conservação do meio ambiente, oferece isso e muito mais.

Animais e plantas em extinção são cuidadosamente abrigados e recebem importantes cuidados no mesmo parque que acolhe visitantes em busca de lazer. Fauna, flora e seres humanos convivem harmoniosamente no mesmo espaço.

Entretanto, como em qualquer área de conservação ambiental, os frequentadores devem sempre respeitar algumas regrinhas: não retirar nada do local, colocar o lixo sempre nas lixeiras, não alimentar os animais nem os perturbar, não fazer barulho, não retirar flores nem frutas, não subir nas árvores nem danificá-las,

evitar fumar durante a estadia no parque e não levar animais domésticos, pois a entrada deles é proibida. O visitante pode e deve sempre apreciar a natureza, mas sem prejudicá-la.

A fauna do parque é riquíssima e abriga diversos animais, como: cutias, capivaras, jacarés, cobras, saguis, quero-queros, borboletas-da-praia, espécie em extinção que é o símbolo do parque, e muitos outros. Cerca de 2/3 do Bosque é fechado ao público e muitos animais costumam ficar apenas nessa área protegida. Por essa razão, é muito difícil avistar cobras e jacarés, com exceção de um pequeno filhote de jacaré-de-papo-amarelo que costuma ficar no lago do parque, sendo sua grande atração.

Outra riqueza natural do Bosque da Barra é sua flora. Algumas espécies são raras e ameaçadas de extinção, como: a quaresminha, o aracá-da-praia, o cacto coroa-de-frade e a jarrinha, entre muitas outras. Há também orquídeas e árvores frutíferas no parque.



Uma importante dica para quem vai visitar o parque pela primeira vez é levar água, pois há apenas um ponto de venda de bebidas e alimentos industrializados (a venda de outros tipos é proibida) no Bosque e mesmo assim só funciona nos finais de semana e nos feriados, dias de maior movimento.

As atividades mais frequentes no parque são: an-

dar de bicicleta, fazer caminhada e correr, inclusive alguns atletas procuram aprimorar seu condicionamento nas áreas do Bosque da Barra. Além disso, muitas famílias buscam nos agradáveis refúgios naturais do parque locais ideais para fazer piquenique e para deixar a criançada se divertir brincando nos playgrounds.

O Bosque da Barra conta com guardas municipais

e vigias especializados em meio ambiente. Além dos sempre atentos guardas e vigias, o parque conta com a presença de biólogos, que atuam na proteção da fauna e da flora e ajudam no trabalho de conscientização ambiental que todo frequentador do bosque deve ter. Frequentemente o parque recebe exposições, oficinas e jogos em seu Núcleo de Educação Ambiental e esses

profissionais atuam diretamente envolvendo o público nas atividades. O e-mail do Núcleo é nea.bosquedabarra@hotmail.com.

O Bosque da Barra está localizado na Avenida das Américas, 6000, Barra da Tijuca, e funciona de terça a domingo, das 8 às 17h. O estacionamento do parque, gratuito, possui cerca de 80 vagas e costuma ficar cheio nos finais de semana.

M&F Pilates

Saúde para o corpo e para mente

- ★ Alongamento ★ Ansiedade
- ★ Aumenta Capacidade Respiratória
- ★ Conscientização Corporal
- ★ Equilíbrio ★ Flexibilidade ★ Força Muscular
- ★ Stress
- ★ Trabalho de Corpo e Mente



Aqui nosso aluno tem

Desconto na primeira mensalidade e Profissional com Certificação Internacional

Venha conferir

Rua Barão de São Francisco, 322 - Térreo - Vila Isabel

Tels: 3627-8339 - 8182-2613

DesapegArte + A Dança é O Bicho

17 de Agosto

Abertura do Bazar às 13:30h

Show de Dança (Arabe, Cigana e Fusões) às 18h

Workshop com Suellen Morimoto às 14h (inscrição por email)

Ingressos: R\$ 20 antecipados R\$ 25 na hora Mesas: R\$ 72 (R\$ 18 por pessoa)



Realização:



Apoio:



Apoio Cultural:



contato@bellydancesolidario.com.br

Contato: 21 6870-7062 (Tati Nunes)

Local: Igreja Nossa Senhora do Libano R. Conde de Bonfim, 638 Tijuca - RJ

100% do valor arrecado será doado para: INSL, Casa Diolanda, CAARP, SOS Felinos

PARAÍSO ECOLÓGICO

Pantanal mato-grossense, presente da natureza, reúne fauna e flora singulares

Antonio da Silva

No coração do Brasil, abrangendo grande parte dos extensos estados do Mato Grosso e do Mato Grosso do Sul, está localizado um dos principais biomas do planeta, o Pantanal.

A rica fauna e a exuberante flora do Pantanal atraem anualmente milhares de turistas à região.

Muitas cidades são consideradas "portais de entrada" para o Pantanal: Cáceres, no Mato Grosso, e Aquidauana e Miranda, no estado vizinho. Além dessas, Corumbá (MS), na divisa com a Bolívia, também é muito importante na região pantaneira.

A água das chuvas deixa o Pantanal com duas paisagens bem diferentes. Na estação seca os rios correm normalmente em seus leitos, aparecem as pequenas ilhas e o terreno fica completamente exposto. Na chuvosa toda a região fica completamente alagada.

Os principais rios do Pantanal são: Paraguai, Paraná, Cuiabá, Aquidauana, Miranda, Apa e São Lourenço, além de muitos outros. Todos eles são abastecidos por inúmeros afluentes. Essa importante rede fluvial representa o coração do Pantanal, motivando a vida de animais e plantas. O barco típico dos rios da região é a chalana.

A bebida "oficial" do Pantanal é o tereré, água fria com erva-mate, uma espécie de chimarrão gelado. De origem indígena, é servido tradicionalmente em uma cuia. Como também fazem os gaúchos, a bebida é consumida várias vezes ao dia, de preferência em uma roda de conversa com familiares e amigos.

A onça-pintada e o jacaré são os animais mais impressionantes de todo o Pantanal, entretanto, seu maior símbolo é a ave Tuiuiú. Dentre os mamíferos, os grandes destaques são a Capivara (principal presa da onça), o tamanduá, a anta, o lobo-guará, o macaco-prego, o bicho-preguiça e o veado-campeiro.



Foto: Antonio da Silva

Rio Miranda: uma das principais vias fluviais do Pantanal, no Mato Grosso do Sul

Além dos tuiuiús, tucanos, papagaios, garças e as aves de rapina podem ser considerados destaques entre as mais de 600 espécies de aves que habitam a região. Jacarés e inúmeros gêneros de cobras são os principais répteis do Pantanal e, dentre os mais de 200 tipos de peixes, dourados, pintados, pacus e a

temida piranha são os mais conhecidos.

A rica fauna pantaneira sofre com caça e pesca predatórias. Entretanto, o trabalho de conscientização ecológica aliado ao grande controle ambiental são medidas salutares que visam a preservação desse magnífico santuário natural.

Férias de julho no Brasil

FOZ DO IGUAÇU Saídas: 14 e 22/07
Passagem aérea + traslados + hospedagem com café da manhã
A partir de R\$ 855,00



SALVADOR Saídas 20 e 24/07
8 dias - passagem aérea - 7 noites de hotel com café da manhã + traslados e city tour
A partir de R\$1316,00



FORTAL (25 a 29/07)
Um dos melhores carnavais fora de época do Brasil. Aproveite nossas facilidades e condições. Os pacotes podem ser parcelados em até 6x.
FORTAL 2013 - Bloco Nana Banana + Siriguela.
A partir de: R\$ 1.605,00



Internacional

BARILOCHE Saídas 13, 20 e 27/07
Inclui: passagem aérea + 7 noites de hotel com café da manhã + traslados + circuito chico e cerro cathedral + 6 dias de roupa de esqui e seguro viagem
A partir de US\$ 2133,00



2234 3001 / 7719 1089

E-mail: michellelive@gmail.com

Rua Barão de São Francisco, 373 / 406 - Vila Isabel



AGENDE SUA AULA
EXPERIMENTAL GRATUITA!
TEL. 21 3594 0070 / 8011 3799

TRAGA
ESTE ANÚNCIO
E GANHE UMA
HIDRATAÇÃO!

PILATES

Exercícios suaves e eficazes;
Resultados rápidos e duradouros;
Aumento da resistência física e mental;
Alívio das tensões, estresse e dores crônicas;
Melhora a coordenação motora;
Maior flexibilidade das articulações;

ESTÉTICA

Massagem Relaxante
Massagem Modeladora
Drenagem Linfática
Limpeza de Pele.

www.facebook.com/fisioport

Rua Silva Pinto 49, sobreloja 205 . Vila Center . Vila Isabel
(Esquina com a 28 de setembro)



Informe publicitário

Maurício Mont' Nove
O MAGO DA NOVA ERA

Tel.: 2587-9222

ERA DE AQUÁRIO

Estudos demonstram que a Era de Aquário teve seu início em 04 de fevereiro de 1962, aproximadamente às 15:30h quando ocorreu um congestionamento de planetas em Aquário. Precisamente nessa época surgiram revoluções, mudanças de comportamento e libertação sexual.

A duração de cada Era é de 2100 anos.

No ano de 2030, teremos atingido o 1º grau da Era de Aquário, cada grau leva exatamente 70 anos. O homem estará mais voltado para o Cosmos, buscando, portanto, o seu sol interior. A mente humana despertará cada vez mais para seu lado espiritual e místico. Surgin-

do, desse modo, mais pessoas que terão domínio de desdobrar-se em corpo astral; o sexto sentido estará muito presente e a terceira visão aflorando cada vez mais. Seres inteligentes se aproximarão de quem os merecer, passando assim como mensageiro de Paz e Ensinaamentos Gnósticos.

Cada vez mais presente estará a Grande Fraternidade Branca com seus ensinamentos sobre os sete caminhos sagrados.

Estejamos atentos a essas Energias Sutis, pois estarão cada vez mais conscientes em nós.

Consulte-se com o tarólogo Mauricio Montnove e tenha Sucesso na vida!

www.mauriciomontnove.com.br/portal

VIRADA DO PROFISSIONALISMO

Clubes do Rio de Janeiro, que começaram mal o Brasileiro, melhoram estrutura e contratam reforços

Artilheiro Carioca

E quando todos apontavam Flamengo e Vasco da Gama candidatos ao rebaixamento, eis que surgiu uma luz no fim do túnel: reforços chegam, há melhoras em campo e surge a esperança de campanhas honrosas, devido sobretudo ao profissionalismo administrativo.

Antes de mais nada, é bom lembrar que em coluna anterior eu disse não acreditar em nenhum momento no rebaixamento do Mais Querido, porque na minha humilde opinião não tinha um time ruim. Talvez não fosse o time dos sonhos da nação, mas não era um time fraco para cair de divisão. Já sobre o Gigante deixei claro que também não acredito em seu rebaixamento, mas ao contrário do seu rival, o time era limitadíssimo sim, mas acreditei no trabalho de pessoas que estão conseguindo reestruturá-lo antes do que eu imaginava.

O Flamengo passa por

uma fase de reestruturação também. No futebol, se para mim o time não era tão fraco e já não cairia, com Mano Menezes e algumas contratações em posições carentes ainda tenho mais confiança. A equipe ganhou entrosamento, uma base e faz boas partidas, até mesmo quando perde. Melhorias fruto da reestruturação de um clube acostumado a nadar em águas absurdas e a ter péssimas administrações. A nova direção tenta profissionalizar e arrumar uma bagunça de décadas. Esse é o principal jogo do Flamengo este ano.

E a palavra profissionalismo está mesmo em evidência, pois o Vasco da Gama trilha o mesmo caminho. O administrador Cristiano Khoeler, diretor geral, e o competetíssimo Ricardo Gomes, diretor de futebol, ambos remunerados, são as principais figuras de um novo clube que tenta o profissionalismo como solução definitiva para uma crise que já completa cerca de 10 anos. E é por isso que sempre acreditei que o Vasco daria a volta por cima.



Foto: Vinicius Lara

Quando soube que estes homens e suas equipes, com vasta experiência em suas áreas, estariam à frente da situação e que não seriam manipulados por amadores, como de costume, percebi que o negócio era sério. Em pouco tempo patrocínios foram conquistados, um sistema administrativo foi desenvolvido, dívidas milionárias foram parceladas e contratações vieram como consequência. Pode até demorar

a aparecerem os resultados em campo, mas sem dúvida é um novo Vasco da Gama.

Para finalizar, quando toco no tema profissionalismo não falo em vão: nada menos do que todos os clubes e federações que ganham títulos e são ricos no futebol moderno são profissionalizados. Os amadores estão ficando pelo caminho. Na próxima coluna falaremos de Fluminense e Botafogo. Não perca!

Psicoterapia Ericksoniana - Hipnose Natural

Uma das mais modernas abordagens em Psicoterapia, criada por Milton H. Erickson e que utiliza os recursos existentes em cada pessoa.



Ansiedade, depressão, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, estresse pós-traumático, acompanhamento psicológico no tratamento de obesidade e tabagismo. Orientação Vocacional. Atendimento a jovens e adultos. Preços que cabem no seu orçamento.

"Você sabe algo, mesmo que não saiba que você sabe". (Milton H. Erickson)

Consultório adaptado para portadores de necessidades especiais. Estacionamento no local.



Maria de Fátima de Oliveira Dutra
Psicóloga - Hipnoterapeuta
CRP 05/16.991

Mestranda em Psicoterapia Ericksoniana pelo Centro Ericksoniano de México

Informações: 3185-5027 e 9152-2873 - www.psicohipnose.com.br
Rua Barão de São Francisco, 322/204 - Vila Isabel, bem pertinho de você!

ÓTICA E CONSERTOS

VARILUX

Hospital dos Óculos

Conserte seu usado ou compre um novo com a gente

CONSERTAMOS NA HORA

Rua Conde de Bonfim, 310 Lojas C e D - Tel.: 2234-0265

VENDO COBERTURA TIJUCA

Rua Soares da Costa, junto a Praça Saens Peña, 3 quartos, 1 com armário embutido, sala em 3 ambientes, banheiro social, lavabo, ampla cozinha, dependência de empregada, área de serviço, terraço em L, linda vista. Precisa de modernização.

Creci 45.069
Tel: 8000-8788

Memórias do esporte

1930 1958 1970 1997
1900 1950
por Rodrigo Coelho

GUSTAVO KUERTEN: CAMPEÃO EM ROLAND GARROS, EM 1997

Gustavo Kuerten, o tenista masculino mais famoso da história do esporte no país, sagrou-se tricampeão de Roland Garros, o mítico torneio disputado em quadras francesas e um dos importantíssimos quatro "Grand Slams".

Gustavo Kuerten conquistou o título em Roland Garros em 1997, 2000 e 2001. Vamos lembrar a primeira conquista do bra-

sileiro, quando Guga, ainda muito jovem, surpreendeu o mundo do tênis e conquistou de forma brilhante o torneio, em 1997.

Até a ocasião, apenas Maria Ester Bueno havia vencido campeonatos na categoria simples. A lenda do tênis feminino ainda ganhou várias outras vezes nas duplas femininas e nas duplas mistas. Tomaz Koch, outro renomado tenista brasileiro,

venceu na categoria duplas mistas.

Para chegar ao sonhado título em 1997, Guga precisou se superar em diversas partidas e sobrepujar os três últimos campeões do torneio até aquela ocasião: Bruguera (espanhol), Muster (austriaco) e Kafelnikov (russo), excelente tenista, mas que por enorme coincidência foi vencido por Guga nas três vezes que o brasi-

leiro conquistou o título em Roland Garros. Além dos três últimos campeões, Guga passou por Dosedel (tcheco), Bjorkman (sueco), Medvedev (ucraniano) e Dewulf (belga).

Gustavo Kuerten, que chegou praticamente anônimo às quadras de Paris começou a estabelecer-se, ainda naquele ano, como um dos maiores tenistas da história do esporte.

PIPOCA CARIOCA

Sua coluna de cinema

DIA DOS PAIS

Juliana Brochado

pipocacarioca@correiocarioca.com.br

No mês dos pais o **Correio Carioca** indica bons filmes para assistir com os filhos.

Rei Leão- Uma animação da Disney que emociona adultos e crianças. Ao som da magnífica canção "Circle of Life", o rei da floresta reúne os súditos para a apresentação de seu filho Simba, mas ao crescer este é envolvido nas artimanhas de seu tio, que planeja livrar-se do sobrinho e herdar o trono.

Era do gelo- Animação que se tornou um clássico dos cinemas, com quatro excelentes filmes que retratam a vida de personagens divertidos e carismáticos que habitam a terra durante o período glacial.

E.T.- Um dos filmes mais famosos e marcantes das grandes telas. Conta a história de amizade entre um garoto e um ser de outro planeta, que ficou sozinho na Terra. O menino protege o inusitado visitante de todas as formas para evitar que ele seja capturado.

Esqueceram de mim- O personagem interpretado por Macaulay Culkin marcou uma geração. Quando a família viaja para passar o Natal fora do país, o personagem principal é esquecido em casa. Assim, o garoto se vê obrigado a sozinho defender a casa de dois ladrões.

A bela e a fera- Só pelo fato de ser a primeira animação da história a concorrer a Oscar de melhor filme já vale assistir. Mais um clássico da Disney que marcou época.

Kung Fu Panda- Com personagens divertidos e belos cenários oriundos da computação gráfica o filme é uma das melhores animações já produzidas. Também merece aplausos a coreografia das lutas.

Shrek- Assistir o ogro mais famoso das telas do cinema é diversão garantida. São quatro filmes que fazem rir e se emocionar, em tramas que misturam comédia, amizade e romance.

Bom divertimento.

Lar & Decoração

por Lu Meireles

ESTAÇÃO INVERNO

Estamos no inverno, a estação em que mais temos vontade de ficar em casa. Então, não tem nada mais gostoso do que ficar em nosso espaço confortável e aquecido. Para que isso aconteça, invista em uma decoração que beneficie o aconchego do lar nessa estação do ano. Com poucos detalhes você pode mudar bastante o visual de sua casa. E não pense que é

preciso gastar muito, é possível adaptar sua residência gastando pouquinho e, mesmo assim, deixando-a do jeitinho que você quer. Veja algumas sugestões:

- Aproveite as mantas, as almofadas e também as cobertas. Além de aquecerem nas noites frias, suas cores, padrões e texturas também avivam a decoração do ambiente.

- Use objetos com cores

vivas, como vasos e poltronas. Misture móveis claros com objetos em tons de escuro e tenha um resultado perfeito na sua sala.

- Invista em abajures diferenciados e luminárias e velas que dão características especiais ao ambiente. As velas precisam fazer parte da sua decoração porque, além de iluminarem, proporcionam um ambiente íntimo e aconchegante.

- Evite deixar suas mesas vazias, ou seja, cubra-as com toalhas que vá até o chão e de cores que combinem nesta estação.

Para não encarecer a decoração de sua residência procure não mexer na infraestrutura atual, porém aproveite bem as cores entre os móveis, paredes e objetos. É importante para conseguir um efeito diferenciado.



Armários & Cia
Soluções Inteligentes

100% MDF
Entrega 15 dias úteis



ENTREGA IMEDIATA

www.armarioseciamodulado.com.br

2435-0557 / 2674-1854

SUPER SINTEKO

Sinteko - Pinturas - Polimento de Mármore
Raspagem para Cera - Descoloração
Sinteko Fosco - Sinteko sem Cheiro
Colocação de tábua corrida - Rodapés
Serviços de Marcenaria - Reformas em Geral

EXCELENTE PREÇO - COM REFERÊNCIAS

João Carlos e Equipe
Tel. 3698-8417 / 9674-3395



GORTEC
Engenharia e Arquitetura

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), deixe 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



INFORMÁTICA

PARA A TERCEIRA IDADE
(INTERNET)

AULAS INDIVIDUAIS COM HORA MARCADA

TAMBÉM
EXECUTAMOS TODO E QUALQUER
SERVIÇO DE DIGITAÇÃO E
IMPOSTO DE RENDA

De 2ª a 6ª Feira - 10 às 16 horas
Av. 28 de Setembro, 252 casa 01
Vila Isabel
Tel.: 2576-7580 / 7622-2521

nazarethwilma@gmail.com
NAZARETH (MARCAR HORA)

ADVOCACIA

ADVOCACIA

Equipe do Dr. Samir Rabelo, OAB-RJ, 101852
Consumidor, Cível, Trabalhista, Família,
Juizados Especiais, Consultas

Praça Tiradentes, 10/1.405, Centro, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 20060-070
Tel. 2263-3232 e 8196-8045 e e-mail: samirrabelo@hotmail.com

ADVOCACIA E CONSULTORIA

Especializada em direito previdenciário. Sua
aposentadoria foi suspensa? Seu benefício
foi suspenso? Direito do consumidor e área
cível em geral. Consulte-nos: 8288-3584
E-mail: barrosconsultoriajuridica@yahoo.com.br

Dr. Aclizio Ameal Calazans

- Tribuno do Júri
- Assessoria Jurídica
Cível e Criminal

Rua Barão de São Francisco, 373/406 - Vila Isabel
Telefones: (21) 3879-5646 / 9495-3123
E-mail: calazansconsultor@globo.com

AULAS / CURSOS

PROFESSORA HELENA

Explico matérias escolar p/ 1º e 2º graus; preparo p/ provas,
testes, concursos em geral. Também alfabetizo crianças e
adultos. Aulas individuais.

Tel: 2572-7510 / 9133-0406

AULAS PARTICULARES
1º ao 9º ano/Fundamental

Matemática - Língua Portuguesa - Inglês

Profª Elaine - 2278-1391 - 9958-5420

Profesor em casa

Aulas particulares com excelentes
professores no conforto da sua casa

- | | | |
|------------|-------------------|-------------|
| Matemática | Inglês | Informática |
| Química | Francês | Violão |
| Física | Italiano | Guitarra |
| Português | Espanhol | Canto |
| Redação | Alemão | Desenho |
| Geografia | | Pintura |
| História | Dança do ventre | Artesanato |
| Ciências | Música p/ bebê | Culinária |
| | Preparação Física | Xadrez |

Temos preparatório
para o ENEM, Pedro II,
CAP e Colégio Militar

Ótimo preço com a
melhor qualidade

3069-2299
8369-9662

www.professoremcasa.com

ESPAÑHOL E INGLÊS

AULAS PARTICULARES

Eduardo Rodrigues

Contato: 7939-4201

MATEMÁTICA

AULAS PARTICULARES

• Ensino Fundamental (6º ao 9º ano)

• Ensino Médio

Cosme Oliveira

(21) 2571-3403 / (21) 9373-7511

AULA PARTICULAR INGLÊS

Para viagem, reforço escolar, conversação

Tel: 9392-3638 / 3879-5646

E-mail: iracymdc@yahoo.com.br

CASA

MARCENEIRO SAMUEL

SOB MEDIDA PARA CADA CLIENTE

ARMÁRIOS DE QUARTOS, CLOSETS
COZINHAS PLANEJADAS
BANHEIROS, ÁREAS DE SERVIÇO E LAMBRIS
REFORMAS EM GERAL, TROCA FÓRMICAS E DOBRADIÇAS
FORRA-SE CADEIRAS

FAÇA ORÇAMENTOS E PROJETOS CONOSCO

TEL : 3770-0346 / 9694-9895 / 9237-1970

SITE : www.samuellmarceneiro.com.br

Construindo e Reformando

Casas, apartamentos, cozinhas, banheiros e etc...
Hidráulica, pinturas, revestimentos, cerâmicas,
porcelanatos, parte elétrica, impermeabilização.
Serralheria: galpões, grades, portões e etc.

Ligue Já:

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

Jefferson

www.jeffersonempreiteiro.yolasite.com

Cnpj: 15.123.804/0001-55



Rio-Lins 20 anos de experiência
Toldos & Coberturas

• Troca de lona, manutenção, lavagem e substituição de acessórios
• Atendemos também sábados e domingos
Rua Zizi, 27 Lins - RJ
2218-2101 • 3822-7174 • 9763-4023 • 8739-4698

MARCENARIA BARBOSA

Móveis sob medida
Armários embutidos
Cozinha em madeira ou fórmica
Armários de banheiro
Colocação de porta, janela e assoalho
Rebaixamento de teto em lambri
Reforma em geral
Tel. 3699 5838

CONTABILIDADE

RABELO CONTADORES, CONSULTORES E AUDITORES INDEPENDENTES LTDA. - EPP

Contabilidade, Constituição e Legalização Empresas, Folhas de Pagamento, Imposto de Renda, Planilhas Judiciais, Defesas etc.
Praça Tiradentes, 10/1.405, Centro, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 20060-070
Tel. 2263-3232 e 8196-8045 e e-mail: adm@rabelocontadores.com.br

CONTABILIDADE

Legalização de micro empresa, empresa, baixa de empresa, Decore, avaliamos e vendemos pontos comerciais (fundo de comércio). Temos um bar que está passando o ponto na Av. Mem de Sá (próximo a Cruz Vermelha). Fazemos visitas - comercial / residencial.
3174-6223 - 9465-5652 - 9239-2263 Sérgio

FESTAS / EVENTOS

THIAGO'S - FESTAS E EVENTOS

Buffet, Ornamentação de Igrejas,
Confecção de Buque de noivas e Lapelas
Rua Felipe Camarão, 08 - Maracanã - Rio de Janeiro - RJ
Telefax: 3181-8525 / 2567-8757 - Cels: 8899-2205 / 9266-7359
Site: www.thiagoseventos.com.br
E-mail: thiagoseventos@gmail.com



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

FESTA PROVENÇAL
Aluguel de móveis

Móveis para decoração de festa provençal.
Aluguel de kits a partir de R\$ 150,00.

Tel: 2568-3623 / 2234-3239 / 9984-4432

E-mail: kaci2006@yahoo.com.br

GRÁFICA

5000 PANFLETOS

SÓ R\$ 210,00

Formato..... 10cm x 15cm
Papel Couché com frente colorida

Tel: 3681-5302 / 8738-5283

e-mail: artesgraficas@correiocarioca.com.br

IMÓVEIS

VENDO CASA LINEAR EM RUA RESIDENCIAL NA TIJUCA

São 2 quartos, dependência, 2 salas, banheiro social com box blindex, lavabo, escritório, cozinha ampla, lavanderia, garagem com portão automático. Não aceito corretores. Direto com proprietário. Aceito carta de crédito.
R\$ 465.000,00. Tel: 8503-4052 / 8712-2817

ANUNCIE!
APENAS R\$ 35,00*

*Valor mensal. Mínimo de 3 meses

Tel. 3681 5302

RELIGIOSOS

LOJA ENCANTO DOS ORIXÁS
ORIENTAÇÃO ESPIRITUAL COM HONESTIDADE

- UMBANDA - CANDOMBLÉ - ESOTERISMO
- COBRIMOS QUALQUER OFERTA
- VENDEMOS: AVON - NATURA - DE MILLUS - JEQUITI - HERMES
- FUNCIONAMOS ATÉ ÀS 20H

DIREÇÃO: PAI BETO DE AIRÁ
RUA FARIAS BRITO, 8 - C - GRAJAÚ - VERDUN
2571-4566

SAÚDE

Dra. Andréa Pinheiro
Fisioterapeuta - CREFITO: 55827-F

Ortopedia / Neurologia / Geriatria

Atendimento em Domicílio

Tel/fax: 2264-1004 Cel: 7768-4492
ID 4*823192

e-mail: andrea_angelim@ig.com.br

Psicóloga Alessandra Pereira Lopes
CRP 0544267

Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)
Reabilitação Neuropsicológica

Contato: (21) 9503-6466

<http://psialessandralopes.wix.com/psialessandralopes>

Psicoterapia para Transtornos de Ansiedade e Estresse, Depressão e Transtornos do Humor, Transtornos Alimentares, Disfunções Sexuais, Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

Reabilitação para casos de Demência, Acidente Vascular Cerebral (AVC) e Traumatismo Cranioencefálico (TCE).

**CENTRO MÉDICO
RADIOLÓGICO CATETE**

Raios X Geral - Ultrassonografia - Densitometria Óssea
Exames ocupacionais - PPRA - PCMSO

Particular e convênios

Tel: 2225-6040 / Fax: 2265-9768

Rua do Catete, 274, sala 206 - Largo do Machado
Próximo à Estação do Metrô

RNC SERVIÇOS DE ENFERMAGEM DOMICILIAR
CURATIVOS - ACOMPANHANTE E CUIDADORES DE
IDOSOS - ADMINISTRAÇÃO DE MEDICAMENTOS
DIARISTAS
CONTATO
3248-8622 / 8612-6290 / 9272-6593 / 8216-2576
www.rncenfermagemdomiciliar.com.br

SERVIÇOS DIVERSOS

BRECHÓ CHIQUE

Móveis, objetos decorativos, roupas semi-novas e acessórios

Trabalhamos sob sistema de consignação.
É hora de reciclar. Venha nos visitar.

Rua Luiz Guimarães, 79 - loja. Tel 2576-2847
Funcionamento: 3ª a 6ª, das 10 às 18h e Sábado, das 9 às 18h.

**ALUGO
HORÁRIO
CONSULTÓRIO DENTÁRIO**

INSTALAÇÕES NOVAS
PRÓXIMO AO SHOPPING TIJUCA

Tel. 9571-6592

**ANUNCIE!
APENAS R\$ 22,00***

*Valor mensal. Mínimo de 3 meses

Tel. 3681 5302

SOME IMAGEM

GRAVE TUDO EM DVD
Filmes em Super 8, Filmes em 8mm,
Fitas de Vídeo (todas), Slides.
CaminhoDigital
Produção em vídeo
FILMAGEM EM GERAL!
2537.0863 / 8829.4527
www.caminhodigital.com.br / contato@caminhodigital.com.br

**ANUNCIE!
APENAS R\$ 35,00***

*Valor mensal. Mínimo de 3 meses

Tel. 3681 5302

**PRAÇA EM VILA ISABEL**

Muitos moradores de Vila Isabel e bairros vizinhos não conhecem ainda a Praça Duílio Barroso Beltrão, recanto bastante agradável do bairro. O local possui alguns brinquedos para as crianças se divertirem. A praça, que é pouco frequentada, fica situada entre as ruas Engenheiro Gama Lobo e Herber de Bôscoli.



Foto: Luciana Dávila

SOLIDARIEDADE

A Congregação Espírita Francisco de Paula, na Rua Conselheiro Zenha, 31, no bairro da Tijuca, aceita doações, com finalidade filantrópica, de mantimentos, de roupas e agasalhos para crianças e adultos e também de material de limpeza e higiene pessoal. As doações podem ser entregues na recepção em quaisquer dias e horários.

PARCEIROS

CRIE FABRIK

Tel: 3507-7689 - Rua Barão de Mesquita, 663, lj 18 - Andaraí

GALERIA SAN REMO

Rua Barão de Mesquita, 891 - Andaraí

PADARIA TRIGO E CEVADA

Tel: 3879-2681 - Rua Vega, 16, loja 01 (Tijolinho) - Andaraí

NUTRIDEAL TORTAS

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

LOTERIA DO MATEUS

Tel: 2208-1576 - Barão de Mesquita, 948 - Grajaú

MECÂNICA GRAJAÚ

Tel: 2577-0454 - Rua Teodoro da Silva, 999 - Grajaú

MUNDO VERDE

Tel: 2258-7065 - Rua Barão de Mesquita, 1061 - Grajaú

ENCANTO DOS ORIXÁS

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

RENASCER LOTERIAS - GRAJAÚ

Tel: 2571-3713 - Praça Edmundo Rêgo

GRAJAÚ TÊNIS CLUBE

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

LIVRARIA ELDORADO

Tel: 2569-4747 - Rua Conde de Bonfim, 422, lojas C, D, K - Tijuca

SAPATARIA GAMBIER

Tel: 2568-8815 - Praça Saens Peña, 11 - Tijuca

LABORATÓRIO RICHET

Tel: 3184-3000 - Rua Conde de Bonfim, 383, Loja B - Tijuca

LOTERIA CHIANELLO

Tel: 2568-0384 - Rua General Roca, 894, LC - Tijuca

ASSAÍ TIJUCA

Rua Uruguai, 329 - Tijuca

GALERIA THOR

Rua Conde de Bonfim, 142, loja 9 - Tijuca

LOTERIA SANTO AFONSO

Tel: 2571-9852 - Rua José Higino, 115, loja 8 - Tijuca

DI TUTTO UN POCO

Tel: 2238-2894 - Rua Uruguai, 234 B - Tijuca

MARINA'S ADVANCED - INSTITUTO DE BELEZA

Tel: 2278-3809 - Rua Conde de Bonfim, 746, loja A - Tijuca

DISK KI-SOPA

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

CONSULTÓRIO DENTÁRIO

Tel: 3904-4844 - Rua Costa Pereira, 3 - Tijuca

JULIO'S COIFFEUR

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

SALÃO TOP VILA

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

RIO MIX COLOR

Tel: 2577-9462 - Rua Mendes Tavares, 13, loja G, Vila Isabel

SEBO, LIVROS E REVISTAS - NOVOS E USADOS

Tel: 2298-9297 - Rua Luís Barbosa, 14, loja, Vila Isabel

OFFICE PHOTOCOPY TRADE

Telefone: 2576-3099 - Rua Teodoro da Silva, 507, A - Vila Isabel

PADARIA VILLAS GARDEN

Tel: 2234-7734 - Avenida 28 de Setembro, 235/255 - Vila Isabel

ÓTICA APOLO

Tel: 2576-0726 - Avenida 28 de Setembro, 258, Loja D - Vila Isabel

CONDOMÍNIO VILA TRADE OFFICE

Rua Barão de São Francisco, 322 - Vila Isabel

CONDOMÍNIO VARANDAS DA VILA

Av. 28 de Setembro, 86 - Vila Isabel



Sandra Serrado
projetoREDE
Arts, Cultura e Cidadania!

projetoREDE
Arts, Cultura e Cidadania!

Agora em COPACABANA! Nova temporada de "A SABIÁ - TRIBUTA A CLARA NUNES"
Todas as 4^{as} de AGOSTO e SETEMBRO, às 20h
Teatro Princesa Isabel - Av. Princesa Isabel, 186.
Leitores do Jornal tem 50% de desconto na apresentação deste recorte.



PRODUÇÃO: Zéuli Moraes / Z7 Produções Audiovisuais
(21) 8581-3642 oi / zeulims@gmail.com / www.z7producoes.com
Coprodução: Sandra Serrado e Mônica Lucas
www.sandraserrado.sitepx.com
Assessoria de Imprensa: Giselle Machado

MÚSICOS: Cesar Velho, Edinho Souza, Miler, Pirulito, Telmo Ramires / CENÁRIO: Mario Costa Filho - Claquele Cendários / ILUMINAÇÃO: Giba de Oliveira / ASSISTENTE DE PALCO E CAMARIM: Corla de Jesus / FIGURINO e ACESSÓRIOS DE CLARA NUNES: Irene Fachin / PRODUÇÃO DE ARTE: Laura Coelho / PRODUÇÃO GRÁFICA: Cite Fabrik Soluções Gráficas / EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA "A SABIÁ" por Milena Pessoa / ASSESSORIA DE IMPRENSA DA ATRIZ SANDRA SERRADO: Giselle Machado / PRODUÇÃO DE CABELO DA ATRIZ SANDRA SERRADO: Clene's Cabeleireiros Unisex



Trupe da Arte: os ensaios da Cia Trupe da Arte passarão para as 2^{as} feiras das 14:30h no Rio Previdência Cultural - Av. Prof. Manoel de Abreu, 300.

Coordenação Geral do projetoREDE Arts, Cultura e Cidadania
www.sandraserrado.sitepx.com
(21) 7117-3991 (tim) / (21) 9636-9619 (vivo) / (21) 8564-2573 (oi)

DESIGN, QUALIDADE E PRATICIDADE



Os dormitórios são verdadeiros refúgios dentro de casa, principalmente quando buscamos privacidade ou momentos de descanso a sós. As propostas de quartos planejados levam em conta o perfil do "dono" que impõe ali suas preferências, tornando a rotina prática e aconchegante.

As apostas da A&C podem aperfeiçoar a adequação dos guarda-roupas, com espaços distribuídos de acordo com a quantidade de gavetas, cabideiros e sapateiras. Prateleiras, espelhos, materiais e cores também dão um toque pessoal e aparência diferente aos quartos planejados.

A&C Armários & Cia armarioecia@bol.com.br
Soluções Inteligentes contato@armarioseciamodulado.com.br
(21) 2435-0557 / 7594-1690
Estrada do Rio Grande, 1101 Loja B - Taquara - RJ

PROCURANDO SOLUÇÕES PARA O SEU CONDOMÍNIO? VENDER OU ALUGAR IMÓVEIS? NÃO SABE POR ONDE COMEÇAR?

NOSSOS SERVIÇOS FORAM CRIADOS E APERFEIÇADOS COM OBJETIVO DE ENCONTRAR SOLUÇÕES PARA ADMINISTRAÇÃO DO PATRIMÔNIO IMOBILIÁRIO DE NOSSOS CLIENTES.

CONHEÇA NOSSOS SERVIÇOS:

- ✓ ADMINISTRAÇÃO DE CONDOMÍNIOS
- ✓ SÍNDICO PROFISSIONAL
- ✓ LOCAÇÃO DE IMÓVEIS
- ✓ LOCAÇÃO DE IMÓVEIS - TEMPORADA
- ✓ MONTAGEM DE MOBÍLIA DE APARTAMENTOS
- ✓ VENDA DE IMÓVEIS

www.paladinoadm.com.br

PALADINO
CONDOMÍNIOS - VENDAS - LOCAÇÕES

VENDA

- . Apartamento, Vila Isabel, 94 m², 2 quartos, Dep.Completa c/garagem. R\$380.000,00
 - . Apartamento, Bairro de Fátima, 82 m², 2 quartos, c/garagem. R\$ 550.000,00
 - . Cobertura, Recreio dos Bandeirantes, 210m², 3 quartos, c/garagem, piscina e churrasqueira. R\$ 1.500.000,00
 - . Apartamento, São Cristovão, 98m², 4 quartos, Dep.Completa. R\$ 380.000,00
 - . Apartamento, Barra da Tijuca, 226 m², 4 quartos, Dep.Completa, 03 vagas de Garagem. R\$ 2.700.000,00
 - . Galpão Comercial - Porto Maravilha (Centro), 600 m², R\$ 3.000.000,00
 - . Apartamento, Recreio dos Bandeirantes, 91 m², 02 quartos, c/garagem. R\$ 530.000,00
- Fotos: www.paladinoadm.com.br

ALUGUEL

- . Galpão Porto Maravilha (Centro), 600 m², R\$ 25.000,00 + IPTU.
 - . Loja, Leblon, 45m² + Jirau R\$ 12.000,00 + ADICIONAIS.
 - . Apartamento, Barra da Tijuca, 92m², 03 quartos, c/garagem. R\$ 2.500,00 + TAXAS
 - . Cobertura, Recreio dos Bandeirantes, 219m², 03 quartos, c/garagem. R\$ 3.500,00 + TAXAS.
 - . Apart Hotel, Recreio dos Bandeirantes, 55 m², 01 quarto, c/garagem. R\$ 3.700,00
 - . Sala comercial (médica), 33 m², 02 salas, 01 banheiro, c/garagem. R\$ 1.500,00 + TAXAS
- Fotos: www.paladinoadm.com.br

Travessa do Paço, 23 - grupo 1207 - Centro - Rio de Janeiro
Tel / fax: 21 2544-5925



SID CONSERTOS

Máquina de Lavar
Geladeira • Secadora
Lava-Louça • Freezer

8404-0886
9963-6547



Studio B Pilates

Benefícios do Pilates:

- Força
- Energia vital
- Flexibilidade
- Equilíbrio mente e corpo
- Concentração
- Reorganização postural

Agende a sua aula experimental e confira!

'Se aos 30 você está sem flexibilidade e fora de forma, você é velho. Se aos 60 você é flexível e forte, você é um jovem.'
Joseph Pilates

Estrada dos Três Rios, 741 - Sala 505
Telefone: (21) 3068-0225 / (21) 8201-4242



O ALCOOLISMO PODE DESTRUIR UMA FAMÍLIA

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

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