

CORREIO CARIOCA®

entretenimento na medida certa

Vila Isabel | Tijuca | Grajaú | Andaraí

www.correiocarioca.com.br

ANUNCIE! 3681-5302 ou 97923-5915
2ª a 6ª, de 9 às 19h

Desde 2008 | correiocarioca.com.br | Ano VII | Nº 74 | março de 2014

comercial@correiocarioca.com.br

Foto: arquivo Elfostur

Moda

Pág. 3

A obsessão do corpo perfeito.

Turismo

Pág. 8

São Luís, a única “francesinha” do país.

Comercial

Pág. 10

Guia de Produtos e Serviços.

Culinária

Pág. 5

Receitas para o verão.

Sexualidade

Pág. 9

“Muito mais do que ficar duro!”

Gastronomia

Pág.11

O café e o mundo.

CIDADE DAS ÁGUAS

Excursão a São Lourenço é grande oportunidade para quem ainda não conhece a cidade. **Pág. 04 e 07.**

IGREJA DE NOVA VIDA DE VILA ISABEL

Nossos Cultos:

3ª feira - "Culto de Oração" - 19h30hs

4ª feira - "Culto da Conquista" - 19:30hs

6ª feira - "Culto de Cura e Libertação" - 19:30hs

2ª e 3ª Sábado - "Juventude (Giro 180°)" - 19:30hs

Domingo - "Culto da Família e do Ensino" - 10:15hs

"Culto de Celebração e Fé" - 19:00hs

Deus quer transformar a sua vida! www.novavidavilaisabel.com.br

Rua Visconde de Abaeté, 33 - Vila Isabel | (21) 3561-5564



igrejavanovavidavilaisabel



invvilaisabel

Dança de Salão



Rua Moraes e Silva, 113 - Maracanã

3872-5264 / 99302-1847 / www.luizvalenca.com.br

ENGEPROX ENGENHARIA

SUA GARANTIA DE BONS SERVIÇOS

- Reforma de Fachadas
- Impermeabilizações
- Obras e Reformas
- Obras Industriais
- Construção
- Manutenção
- Climatização
- Isolamento Térmico de Telhados
- Instalação Elétrica
- Instalação de Esgoto, Hidráulica e Lógica
- Instalações Hospitalares
- Recuperação Estrutural

FAZEMOS PARCELAMENTOS PARA CONDOMÍNIOS

REGISTRO CREA: 11080-4
REGISTRO CREA: 200201167

Tel.: (21) 2581-2607 / 2501-4174

engeproxengenharia.com.br | www.engeproxengenharia.com.br

INTERPRISE - CONTABILIDADE E AUDITORIA

CONTADOR - José Cardinelli
ADVOGADO - Leandro Goulart

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

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

2576 2353 | 2577 4362 | Cel. 7895 0554

Boulevard Vinte e Nove de Setembro, 112, sala 201, Vila Isabel - RJ

E-mail: interprisecontab@uol.com.br

www.interprisecontabilidade.com

Eletricista

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

Jair Baptista

(21) 3149-8988 | 9553-2777 | 8282-6722 | 2524-2085

jbdias@gmail.com

Consultório de Cuidados

Seguimento:

Injeção, Curativos, PA, Glicose,
Procedimentos de Enfermagem 24h.
Programas específicos para sua necessidade.

Visita e avaliação gratuita para clientes.



Enfermeira Responsável: Cristiane de Oliveira Severina (COREN 1708835)

Tel.: (21) 3025-5091 | Cel.: (21) 7887-6798 ID 125*8431

Rua Conde de Bonfim, 289 A - Sala 403 - Tijuca (próximo ao UPA)

Inscrição Municipal: 0597846-7

ANUNCIE!

3681-5302 | 7923-5915
TIRAGEM MENSAL COMPROVADA
10 MIL EXEMPLARES

EXPEDIENTE

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

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

Com. Resp.:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Departamento Comercial e Marketing

Luiz Jardim e Eduardo Alves

Diagramação e Edição: Terceirizada:

A&S Editora

Equipe de Redação e Fotografia:

Eduardo Oliveira, Raquel Lima,

Antonio da Silva e Fernando de Andrade.

Fundadores: Rodrigo Silva e Luiz Jardim

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

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

PROJETOS DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO E PÂNICO :: APROVAÇÃO NO CBMERJ ::

Consultoria e Treinamentos para empresas
Laudos de Acessibilidade (PPNE) | Planos de Escape

Ana Claudia Silva - Arquiteta / Engenheira de Segurança
Credenciada no CBMERJ: 01-110

Fone: (21) 9 9633-0150 (Tim) | Skype: anaclaudiasilva2

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 H7 EM CD.

CONVERTA SEU ÁLBUM DE FOTOS PARA DVD.

PREÇOS SOB CONSULTA. LIGUE-ME.

Sérgio Alves

Tel.: (21) 2535-5358 / (21) 9142-4780

MARCENEIRO SAMUEL

SOB MEDIDA PARA CADA CLIENTE

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

FAÇA ORÇAMENTOS E PROJETOS CONOSCO

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

SITE: www.samuellmarceneiro.com.br

PROTESTO DO CIDADÃO

20/02/2014

G.U.I.D.O.

<http://guidobrasil.blogspot.com>**Nº 339. "SOCORRO" IMPÉRIO DO BRASIL**

Inconstitucional É A República Do Brasil!!!
Morar Em Palácios... Às Custas Do Povo!
Papas Finas, Lagostas... Às Custas Do Povo!
Émpregados Domésticos Às Custas Do Povo!!!
Reis (Governadores/Prefeitos/Juízes...),
Imperadores (Presidentes Dos Três Poderes),
Otros Nobres (Ministros/Secretários/Diretores...)

Dão Rombo De R\$ 20.360.000.000,00 Mensais!!!
Ou Se Restabelece A República, *De Verdade*, No

Brasil, *Ilha Da Fantasia! Do Faz De Conta...!!!*
Rabeira Dos Países Em *Desenvolvimento!!!*
A Ralé (95 Milhões De Operários/Aposentados...
São As "Ricas" Classes "C", "D", "E"... Que,
Ilegalmente Sustentam As Classes "A"/"B" E,
Locupam/Enriquecem Imperadores/Reis...!!!

Nº 220. "SOCORRO" GABINETE DE CRISE

Governantes Despreparados, Vaidosos...
Apresentam *Passes De Mágica* A Iludir A
Boba Plateia (*O Povão*) Quando Fatores,
Impreparados, *Mas Repetitivos/Previsíveis*,
No Brasil, Nas Cidades (*Chuvas, Desastres...*)
Exterminam Famílias, *Com Soluções Mágicas*,
Tardias /Do Faz De Conta *Dos Governos*. Saem
Entram Anos: "As Crises" São Esquecidas...

Derrubam Casas/Cidades E Vidas Humanas,
E Desviam-se Verbas, (*Os Políticos*),

Com A Certeza De Que *Não Serão Punidos* E
Receberão Perdão Dos "Malfeitos" Atuais,
Idos E Futuros E *Ganharão Medalhas...* Para
Salvar O Povão Das *Crises, Basta Serem:*
Éticos/Honrados/Políticos Com "P" *Maiúsculo...*
E As Verbas Liberadas *Cheguem Ao Destino!!!*

Leiam com a alma, e passem adiante...

O melhor do Brasil, são "Os Brasileiros"!!!

Nº 340. "SOCORRO" DISTRIBUIÇÃO DE RENDA

Dar Aos Trabalhadores *Salários Decentes*. Já Aos
Incontáveis *Marajás Federais, Estaduais, Municipais...*
Seus Vencimentos/Mordomias *Limitar em 30 SM!!! São*
Três A 04 Milhões Nos 3 *Poderes* E 01 Milhão Privados,
Restam 95 Milhões Com Média De 04 Salários Mínimos,
Inclusive, Aposentados *Do INSS E Inativos Públicos*.
Basta Dar *Bolsas Salários De Acordo Com A Instrução*,
Um SM Ao Analfabeto, 02 SM Ao Com O Elementar, Com
Instruções De 1º/2º/3º *Graus*: 04 SM/06 SM/10 SM!
A *Ções Afirmativas* Aos Trabalhadores/Aposentados *Para*
Ágora!!! Tudo Pago *Acima de 30 SM* Aos Marajás Dos
Órgãos Públicos E Até De Empresas *Particulares* Serem

Divididos Com Os Trabalhadores/Aposentados/Pensionistas
E Acabará, *Com Certeza*, A *Banditagem E Crimes Diários:*

Roubos, Assaltos, Sequestros, Mortes, Desvios, Malfeitos...
É Vergonhoso O Nosso Dia A Dia Nas Cidades/No Brasil!!!
Não Sabemos Se Continuaremos Vivos *No Ir E Vir*; Livres
Dos Bandidos, Que Querem Ser Iguais "*Como Reizinhos*"
Aos Marajás Com Vencimentos De R\$ 226.000,00 Mensais,
(*Se Somados Salários E Mordomias De 01 Senador...!!!*)

Nº 325. "SOCORRO" MENOS SINDICATOS

Menos Sindicatos, Um Por Categoria De Trabalhadores
É *O Bastante!* Em Cada Esquina Cria-se Mais E Mais
Novas "*Bocas Ricas*", Com Eternos Dirigentes, Sem
Obrigações Reais Aos Associados, Que Só Pagam Aos
Sindicatos *Nas Mãos Dos Governos* E, Que Ignoram

Seus Associados Que Ficam Órfãos, *Sem Pai E Mãe E*
Injustiçados, Pois Os Governos Mandam E Desmandam
Nos *Falsos Sindicatos*, Que Não Lutam Pelos Interesses
Da Classe Operária, *Pelo Contrário*, Se Eternizam No Poder,
Indevidamente, *Como Presidentes Vitalícios*, E As Várias
Categorias, *Que Se Virem* Nas Greves Anuais Repetidas,
Anos *Após Anos* E, Até Perdem Direitos Conquistados,
Tais Como: *Anuênios/Quinquênios/Salário Profissional...*
Otros Órgãos (*Federações/Centrais...*) Se Duplicam... A
Servirem Aos Governos E *Prejudicarem Os Operários!!!*

ASSESSORIA E PLANTÃO JURÍDICO

TRIBUNAL ESTADUAL E FEDERAL

URGÊNCIAS

PROTEÇÃO DO CONSUMIDOR
INTERNAÇÃO HOSPITALAR
REVOGAÇÃO DE PRISÃO
INVESTIGAÇÃO SOCIAL

Light, telefonia, Inca e Planos de Saúde

Tels: 21 3879-8646 | 99495-3123 - plantaojudicial@hotmail.com
Endereço: Rua Barão de São Francisco 373/406 - Vila Isabel

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

AVELINO & SOUZA

SERVIÇOS DE REFORMAS

Hidráulica
Elétrica
Gasista
Pintura
Reformas em Geral

Telefones:

2295-0209 | 98174-4040

98440-0209 | 98805-7765

avelino_2012.souza@hotmail.com

MODA

FASHION

OBSESSÃO: CORPO PERFEITO

A nova mania que está rolando em busca do corpo perfeito é destruir de uma vez por toda a barriga negativa. O objetivo é sumir com o abdômen, afundando, e deixando os ossos do quadril e das coxas mais proeminentes. Como se, empurrando os ombros para trás e a barriga para dentro.

Porém, para conseguir este efeito, gata, depende muito da estrutura óssea de cada um, da genética. Se seu corpinho não tiver essa propensão, será extremamente difícil de ser atingido. Vai exigir muita malhação com o acompanhamento de um personal trainer ou outros métodos perigosos para sua saúde.

Muitas mulheres admitem que acham bonito a nova moda e já começam a exibir uma certa concavidade no seu abdômen. Mas tenha muito cuidado, pois se sua estrutura não for magra e mesmo você, cara leitora, emagrecer muito, jamais vai ficar com o corpo da modelo Candice Swanepoel, que tem uma silhueta de muitos elogios.

O importante é que qualquer mudança no seu corpo não é a curto prazo, tem que ter muita dedicação e força de vontade, e principalmente, uma educação alimentar à base de poucos carboidratos e sal, além de muita fibra.

Não esqueça: para sentir-se bem, pouco importa o seu tipo físico, altura, cor, cabelo ou o que quer que seja, o que vale mesmo é estar bem consigo mesma.

Por Eliz Franca

Tem alguma dúvida? Quer conhecer o trabalho da colunista? 7961-0456. | elisfranca@yahoo.com.br.



JOGO DE BOTÃO

Para os amantes do jogo nos anos 1970 e 80, os modelos de galalite e de madrepérola tinham grande destaque e eram alvos de compras e trocas eternas entre crianças e adultos.

Antes das partidas, os jogadores envolviam suas preciosas joias, os botões, em uma série de procedimentos que faziam lembrar a preparação de jogadores de futebol antes de grandes clássicos. Os preparativos começavam com uma esmerada arrumação nos recipientes que guardavam os botões, que podiam ser estojos, caixas, latas ou flanelas. Depois, os donos das peças passavam talco e também cera nos botões, para que os mesmos pudessem deslizar suavemente pela mesa de jogo. Muitos optavam pela "bola" dadinho, que realmente era um dado numérico. Apesar de quadrado, servia perfeitamente para o jogo de botão.

Os modelos mais procurados tinham enormes bainhas, podendo ser de galalite ou de madrepérola. Os lindos botões de galalite tinham uma infinidade de modelos, podendo ser de clubes ou somente com bolas ao centro, chamadas à época de bolas de ouro. Atualmente, esses botões de galalite e de madrepérola são raros, muito valorizados e valem um bom dinheiro.

Hoje, alguns saudosistas ainda mantêm viva a chama do botonismo clássico dos anos 1970 e 80.

PROGRAMA PARA DESENVOLVIMENTO DE PESSOAS E PROCESSOS ORGANIZACIONAIS



Melhore a produtividade de seus colaboradores e rentabilidade de sua empresa, usando eficientes ferramentas de gestão. Contate-nos e ganhe um teste free!

www.academiadapessoa.com.br Cel. 98269.9902

Coluna da Dentista

Dra. Renata Pescadinha

HIPERSENSIBILIDADE

A dor relatada como dentes sensíveis pode ser hipersensibilidade dentinária.

O dente é formado pela polpa, dentina e esmalte. A dor ocorre quando o dente perde esmalte, deixando a dentina exposta ao frio e calor.

A perda deste revestimento pode ser ocasionada por abrasões, erosões ou atrição. Nas erosões os principais responsáveis são os ácidos. O consumo excessivo de refrigerantes, frutas ácidas e sucos cítricos, além de algumas drogas. Também quem sofre de bulimia ou anorexia nervosa, em que se nota o hábito de vômito, pode apresentar erosões.

Na abrasão, o desgaste é ocasionado por ação mecânica. Neste caso é importante observar a qualidade da escova dental que precisa ser macia. Além disso, a escovação não pode ser feita com movimentos bruscos. Outro processo que causa o desgaste é a atrição. Ela acontece devido a mastigação ou por hábitos parafuncionais, como o bruxismo.

Esse problema de hipersensibilidade pode ser tratado por meio de polimento, bochecho com flúor, entre outros procedimentos. Faça a limpeza dos regularmente.

Um abraço, Dra. Renata Pescadinha!

Dúvidas ou emergências: 2244-3108 (clínica).

ATELIER DE ARTE

Enisia Marinho

Profª. Vânia

Pativênis com e sem costura em MDF ou cartolina.

Profª. Lucilide

Técnicas especiais: pátina, tinturas diversas, decoupage, guache, acrílica, traçquil, etc.

Benignete Casini (Artesanato) Artesanato para crianças.

Profª. Enisia

Plástico a frio, aquarela, desenho artístico e massalo.

Profª. Fátima Cunha

Plástico em tecido (exclusivo para terminação).

Aceitamos Encomendas!

Largo da Machado, 79 | Sala 620 | Tel.: 2557-3734
www.ateliodearteenisiamarinho.com.br

Atelier De Arte Enisia Marinho

DESENTUPIMENTOS DE ÁGUA LIMPA

AQUECEDOR NÃO LIGA?
POUCA PRESSÃO DE ÁGUA?

NÃO QUEBRE SEU BANHEIRO
OU COZINHA PORQUE SEUS
CANOS ESTÃO ENTUPIDOS

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

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

3852-2330 / 99399-3744



Corrente da Paz Universal

VOCÊ DEFENDE A PAZ E A
NÃO-VIOLÊNCIA COMO UM
PRINCÍPIO DE VIDA?

Seja um Companheiro da Corrente da Paz:

- Mentalize pensamentos positivos de saúde, paz e felicidade para todo o planeta.
- Exercite a não-violência em qualquer situação, mesmo nos momentos mais estressantes.
- Pratique a boa ação da caridade sem discriminações de raça, cor, nacionalidade e religião.

Que benefícios isso traz?

Você recebe em dobro o que mentaliza, colhe o bom resultado das boas palavras, e se fortalece com os bons frutos de seus atos.

VENHA NOS CONHECER

Rua Senador Dantas, 117-Cob.03 - CEP 20031-911
Centro - Rio de Janeiro-RJ-Brasil - Tels.: (21) 2240-7489
(21) 2262-5564 - E-mail: paz@correntedapaz.com
Nosso site: correntedapaz.com



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 FISIOTERAPÊUTICOS:

- Fisioterapia

Geral, Oncológica, Estética, Respiratória, Auriculoterapia, Acupuntura, Plataforma vibratória

Av. 28 de Setembro, 44/304 - Vila Isabel, RJ/RJ
Tels: (21) 2204-8091, 8264-9845
Estacionamento Gratuito
www.copacabaudoevitalidade.com.br

VIAJE A SÃO LOURENÇO

Famosa estância hidromineral, calma e com vários atrativos é o destino de milhares de turistas. Empresa de turismo fará viagem de 21 a 23 de março.

Foto: arquivo Elfostur.



A linda estância hidromineral do Sul de Minas Gerais atrai jovens turistas, muitos casais e bastantes pessoas da 3ª idade. E não é para menos. São Lourenço é uma tranquila cidade aconchegante e só isso já seria motivo suficiente bom para conhecê-la. Mas suas famosas águas minerais e a hospitalidade mineira, tornam o lugar irresistível.

A cidade de São Lourenço está localizada a cerca de 260 km do Rio de Janeiro. Sem dúvida alguma o principal destaque do local é o Parque das Águas, com suas oito fontes de águas minerais. Lago com pedalinhos, pista de cooper, lojas, restaurante, quadras desportivas e a natureza também são apreciados pelos visitantes no mesmo parque. Bem ao lado deste há uma tradicional feirinha que oferece ao turista diversas opções de compras,

principalmente roupas de lã e artesanato local.

Embora seja sua maior atração, o parque não é o único atrativo da cidade. Passeios de charrete, lojas de artesanato, teleférico, o calçadão, "point" noturno da cidade, e lojas de doces são outros locais procurados pelos turistas. Aliás, as lojas de guloseimas se multiplicam em São Lourenço. O visitante facilmente encontra as delícias locais, destacando-se o doce de leite, as geleias, o chuvisco e o tradicional queijo minas.

Outra atração é a viagem de trem até a vizinha Soledade de Minas. A locomotiva maria-fumaça, com seu inconfundível apito, é movida a vapor e data de 1925. Sem dúvida, uma grande atração para a

CONTINUA NA PÁGINA 7

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

Prepare seu inglês
para a **Copa do Mundo**

Inglês em seu Negócio
Treinamento para atender o público estrangeiro
Prepare sua equipe com a linguagem adequada
direcionada ao seu negócio e ganhe o mundo

Bom entendimento
Comunicação clara e efetiva
Otimização do seu tempo e do seu cliente
Aumento do lucro e da credibilidade da sua empresa

Existem técnicas e linguagens muito simples que podem transformar o destino do seu negócio.

*Treinamento de Equipe
*Criação de conteúdo, papelaria e site
*Tradução e Interpretação
*Aulas de Inglês

Vamos preparar sua equipe?

ello

COMUNICAÇÃO & PESQUISA

Tel: +55 (21) 982 591 439

contato@ellocomunicacaoepesquisa.com
http://ellocomunicacaoepesquisa.com

INFORMÁTICA PARA A TERCEIRA IDADE (INTERNET)

AULAS INDIVIDUAIS COM HORA MARCADA

EXECUTAMOS TODO E QUALQUER
TRABALHO DE DIGITAÇÃO

FAZEMOS

IMPOSTO DE RENDA

De 2ª a 6ª feira - 10 às 17 horas
Av. 28 de Setembro, 252 casa 01 - Vila Isabel
Tel. 2576-7580 / 7622-2521
nazarethwilma@gmail.com

DELÍCIAS CASEIRAS

PATROCINE ESTA COLUNA! UMA DAS MATÉRIAS MAIS LIDAS DO JORNAL!

RECEITAS PARA O VERÃO

SALADA ITALIANA

Ingredientes:

tomates tipo cereja, bolinhas de mussarela de búfala, folhas de manjeriço, azeite, sal, pão francês ou torradas e orégano.

Modo de fazer:

num refratário coloque os tomates cereja, as bolinhas de mussarela e as folhas de manjeriço. Regue com bastante azeite e coloque um pouco de sal. Por cima espalhe pedaços de pão francês cortados em cubos ou torradas também cortadas em cubos. Opcional: se desejar adicione um pouco de orégano.

MAIONESE DE BACALHAU

Ingredientes:

meio quilo de bacalhau, um quilo de batatas cozidas, 150 gramas de presunto, 150 gramas de azeitonas sem caroço, um vidro de maionese, azeite e 250 gramas de pickles (opcional).

Modo de fazer:

coloque o bacalhau de molho de um dia para o outro, trocando a água várias vezes. No dia seguinte, coloque-o no fogo, afervente-o e retire as peles e espinhas, desfiando-o. Cozinhe as batatas cortadas em cubos com água e sal, escorra-as e junte-as ao bacalhau. Adicione então os outros ingredientes, regue com muito azeite e misture bastante maionese até formar uma massa homogênea. Coloque num refratário, enfeite a gosto e leve à geladeira.

MONTANHA DE NEVE

Ingredientes massa:

uma xícara (chá) de margarina, duas xícaras (chá) de açúcar, quatro gemas, duas xícaras (chá) de farinha de trigo, um pacote de fécula de batata, duas xícaras (chá) de leite e uma colher

PSICOTERAPIA AO SEU ALCANCE
Simone Faria de Oliveira
Psicóloga - CRP: 05/42925



Individual | Família | Casal
Atendimento Hospitalar e Domiciliar

Local de Atendimento: Tijuca e Barra
Contato: 21 987813039 / 21 980892508
swertorio@hotmail.com

(sopa) de fermento em pó.

Modo de fazer massa:

bata o açúcar com a margarina, junte as gemas e continue batendo até ficar esbranquiçado. Adicione então o leite, a farinha, a fécula e o fermento. Bata bem e leve para assar num tabuleiro untado e enfarinhado.

Ingredientes glacê:

quatro claras e açúcar.

Modo de fazer glacê:

bata as quatro claras em neve e vá juntando o açúcar até dar o ponto. Cubra o bolo frio com este glacê e coco ralado.

Ingredientes recheio:

uma lata de leite condensado cozido e coco ralado.

Aplicação do recheio: corte o bolo ao meio espalhando o recheio na primeira metade. Cubra com a outra metade, colocando o glacê por cima.



Ki-Sopa
Sopas e Caldos

Venha nos conhecer! Ambiente aconchegante.

Entregamos também em Domicílio



3684.1211
9171.5490
9503.2181



Embalagem para viagem: R\$ 0,50

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

A partir de
R\$ 9,00

Cardápio

<p>Segunda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anjo a baiana • Anjo carioca • Caldo verde 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de ervilha • Frango cremoso • Feijão amigo 	<ul style="list-style-type: none"> • Canjiquinha • Creme de abóbora c/ carne e queijo Minas • Canja
<p>Terça</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anjo a baiana • Anjo carioca • Caldo verde • Papas 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de ervilha • Sopa de legumes • Sopa de sir • Grão de bico e/ bocalhão desfiado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme de Cebola • Stroganoff de frango c/ amoz. • Canja
<p>Quarta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anjo a baiana • Anjo carioca • Caldo verde 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de ervilha • Sopa de feijão c/ legumes • Dobradinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme de batata c/ c/ peito de frango desfiado • Canja
<p>Quinta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anjo a baiana • Anjo carioca • Caldo verde 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de ervilha • Canja • Raízes 	<ul style="list-style-type: none"> • Vaca atolada • Feijão branco c/ camarão • Canja
<p>Sexta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anjo a baiana • Anjo carioca • Caldo verde 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de ervilha • Cassoulet • Bobó de camarão 	<ul style="list-style-type: none"> • Mocotó • Caldo de frutos do mar • Canja

Agora também temos pratos de verão!

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

*Vindo passar o Verão aqui no "fortalecer", 011-4698



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

Kapi Informática

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.

Informações:
2264-7695 / 3258-7695 / 3258-7696
kapiinformatica@gmail.com
www.kapi.com.br

R. Conde de Bonfim 422 - sala 515 - Tijuca

ANS Nº 34.887/6

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

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

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

Dap
FORMULAÇÃO
antiodor

INCOMPARÁVEL!
Experimente, você vai adorar!



Quantos produtos você conhece que inibem o odor, sem obrigar o uso de uma fragrância?

- Sem fragrância, DAP não se mistura com o perfume de sua preferência e é hipoaérgica.*
- Até 3 meses! É o que pode durar cada pote de 55g, aplicando-se a quantidade correta.*
- DAP creme produz sensação de agradável frescor, ao aplicar.
- Não engordura as mãos e nem mancha a roupa.*



UM PRODUTO
ÚNICO!
Surpreenda-se
com o resultado.



www.23april.com.br

Surpreenda-se com a linha
SEM PERFUME de produtos

Median

www.median.com.br

www.facebook.com/median.br

Informe-se na Drogeria Venancio
mais próxima.

Veja ao lado o endereço.

VENANCIO

* Tem baixo potencial de causar alergias. Observe a quantidade correta para cada axila, de modo a proporcionar uma boa absorção e eficácia do produto. Imagem meramente ilustrativa.

Rua General Bessa, 830 - Tijuca - RJ | Rua Conde de Bonfim, 40 - Lapa A - Tijuca - RJ | Rua Conde de Bonfim, 375 - Tijuca - RJ | Rua Conde de Bonfim, 208 - Lapa A - Tijuca - RJ | Praça Soares Peres, 55 - Lapa A - Tijuca - RJ | Praça Soares Peres, 31 - Tijuca - RJ

AULAS DE MÚSICA
Prática e Teórica

Todas as idades!
Da infância a 3ª idade!

Aulas individuais em sala comercial junto ao Metrô Saens. Pena com todos os instrumentos para você aprender e praticar!

apenas
R\$200,00/mês
sem matrícula ou taxas

VIOLÃO GUITARRA BATERIA

Marque já uma aula grátis!

Tel: 3172-5500

R Conde de Bonfim 422 - sala 312 TIJUCA
galERIA da Casa & Vídeo - junto ao metrô Saens Pena!



DENTISTAS

Entre e
agende uma
avaliação hoje
mesmo!



EU APROVO!
RATINHO

Implantes Dentários
Ortodontia
Clareamento
Clínica Geral

Será um prazer atendê-lo!



Paixão pelo seu sorriso

ODONTO
company

Centro

Av. Rio Branco, 90 / 302

Tel.: 3564-4467

EXCURSÃO É OPORTUNIDADE

Foto: arquivo Elfostur.



criança, que pode curtir durante todo percurso.

E coincidentemente você pode conhecer São Lourenço por um preço que você pode pagar. Até o dia 17 de março a empresa de turismo Elfostur estará fazendo reserva para o pacote da viagem que ocorrerá de 21 a 23 de março (sexta, sábado e domingo).

Você poderá saborear a deliciosa culinária mineira com dois cafés da manhã, dois almoços e dois jantares incluídos. Além disso, estão incluídas duas festas noturnas realizadas pelo hotel. Você ainda receberá um ingresso para o Parque das Águas. O ônibus é de luxo, com toilette, ar condicionado e

som, seguro viagem e guia. Tudo incluído.

Segurança, conforto e comodidade por preço e condições acessíveis. O contato com a Elfostur pode ser feito pelo telefone 3529-3865 ou na sede localizada na Rua Barão de São Francisco, 322/ 401, Vila Isabel. O pagamento pode ser feito em duas vezes sem juros no cartão de crédito. Garanta o seu lugar até 17 de março.

Saída da Tijuca, às 7h do dia 21 de março (sexta-feira), nas proximidades da Praça Saens Peña. Chegada prevista para 19h do dia 23 de março no mesmo local.

Elfostur, cadastur nº 19.060253.10.0001-0.

Já está na hora de começar
o Projeto Verão 2014!
E a Fisioport tem promoções
imperdíveis e especiais pra você!

HECCUS
Experimente o HECCUS
e fique pronta para o verão!

- Reduza suas medidas!
- Avaliação estética gratuita!
- Massagem Turbinada
- Drenagem Linfática
- Massagem Modeladora
- Endermo
- Termoterapia

R. Silva Pinto 49 . Sl. 205 . Vila Isabel
Tel.: 21 3594.0070 / 8011.3799

fisioport
pilates . estética

REFORMANDO E CONSERTANDO...

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

ESTUDAMOS PARCELAMENTOS NOS CARTÕES DE CRÉDITO.

Ligue e marque uma visita!
(22) 2622.3169/ (22) 8812.3169 / (21) 7745.1162 (Jefferson)
Arraial do Cabo, Cabo Frio e Adjacências
Acesse para conhecer meus serviços:
www.jeffersonempreiteiro.violaste.com

REFORMAS JÁ

CONEXO ENGENHARIA LTDA.
Gestão e execução de obras de instalações.

Atuando no segmento de obras de Engenharia de Instalações, abrangendo Sist. Elétrico, Hidráulico, Segurança contra Incêndio, Sist's Eletrônicos, além de elaboração de Laudos Técnicos onde é feita a inspeção predial como um Check-up da edificação (Lei 6400/13 - 05 de Março de 2013).

Tel: 21 3067-3181 / 21 99403-3478
nsvazjunior@conexoengenharia.com.br

Psicologia e Carreira
Fabiane Pinto
CRP 05/40489

Atendimento Psicológico
Assessoria de Carreira
Consultoria em RH

Tel.: 99836-3614 | Tijuca | Centro | RJ
psicologia.carreira@yahoo.com.br

NEW FLIGHT
ESCOLA DE AVIAÇÃO CIVIL

CURSOS:
* PILOTO PRIVADO
* PILOTO COMERCIAL
* COMISSÁRIO DE VOO E/OU AEROMOÇA
* ATENDIMENTO AO CLIENTE
* INGLÊS PARA AVIAÇÃO
* PREPARATÓRIO PARA ENTREVISTA
* AGENTE DE AEROPORTO

INSCRIÇÕES ABERTAS

www.newflight.com.br
escolanewflight@gmail.com

Tel.: 3258-0467
3258-0427

Vila Isabel

Vendo apartamento na Rua Jorge Rudge.

Sala em 2 ambientes, 2 quartos, sendo 1 com armário embutido, banheiro social, cozinha com armários, área de serviço, dependência de empregada completa, vaga na escritura.
Condomínio com 2 salões de festas, churrasqueira, playground, academia e quadra de esporte.
Linda vista!

98000-8788

Pilates na terceira idade!

Alívio das dores
Maior percepção dos movimentos
Fortalecimento muscular
Maior equilíbrio
Aumento da flexibilidade
Alívio do stress
Melhora da auto-estima

R. Silva Pinto 49 . Sl. 205 . Vila Isabel
Tel.: 35940070 / 80113799

Agende sua aula
EXPERIMENTAL GRATUITA!

fisioport
pilates . estética

www.facebook.com/fisioport

INSS EMFOCO

por Wagner Mattos

Dúvidas: (21) 98520-3722 ou 97935-6967 | wagnermattos@hotmail.com

DESAPOSENTAÇÃO

Com a conquista da longevidade, o aumento da expectativa de vida e a idade ativa se prolongaram, dando condições de trabalho até idades mais elevadas. O fato fez com que, após aposentadoria por idade, muitos beneficiados mantivessem condições e disposição para o trabalho, aumentando os anos de contribuição com o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). Essas pessoas podem aumentar o valor da aposentadoria pedindo a desaposentação.

Trata-se de um instrumento que permite ao aposentado que retornou ao mercado de trabalho renunciar ao benefício pago pelo INSS, para pedir o recálculo da aposentadoria, incorporando as contribuições acumuladas com o novo trabalho. O objetivo é conseguir uma aposentadoria maior.

-Qual o procedimento para solicitar o benefício?

“O INSS hoje não reconhece o direito da troca de aposentadoria.

Portanto, é preciso recorrer à Justiça”.

-Pensionistas podem requerer a desaposentação?

“O pensionista não tem direito a requerer a desaposentação, pois as contribuições que geraram a concessão do benefício por morte, foram do trabalhador que veio a óbito e não dele”.

-Qual o prazo para solicitar a desaposentação?

“É recomendável ao segurado que ele espere pelo menos cinco anos de contribuição depois de se aposentar para entrar com a ação na Justiça. Embora não haja prazo mínimo, esse é um bom tempo para juntar contribuições e incorporá-las ao benefício”.

Outro ponto importante é que os aposentados que buscam este direito não estão tendo como resultado a necessidade de devolução das parcelas recebidas, considerando a decisão que, enquanto estiveram aposentados, os segurados fizeram jus a sua aposentadoria. Esperamos ter contribuído e tirado algumas dúvidas sobre esse assunto.

PREVIDÊNCIA SOCIAL

Aposentadoria Especial | Aposentadoria por Idade | Aposentadoria por Invalidez
Aposentadoria Rural | Aposentadoria por Tempo de Contribuição | Aposentadoria Urbana
Auxílio Doença | Pensão por Morte | Desaposentação | Acertar de Recolhimento
Contagem de Tempo Comum | Contagem de Tempo Especial | Recursos | Revisão de
Benefício Aposentadoria | Revisão de Benefício Auxílio Doença | Revisão de Benefício
Pensão por Morte | Justiça Federal | Revisão Aposentadoria Anistiado | Deficiente Físico

Wagner Consultar Previdenciário - Consulta e Atendimento
98520-3722 | 97935-6967 | wagnermattos@gmail.com

SÃO LUÍS

Dentre todas as cidades brasileiras, São Luís foi a única fundada por franceses, em 8 de novembro de 1612.

A capital maranhense atrai nativos e turistas de todas as partes do mundo. São Luís, também conhecida como “Cidade dos Azulejos”, “Ilha do Amor” e “Jamaica Brasileira” transborda história, folclore, cultura, belezas naturais e oferece os mais diversos pontos turísticos.

O centro histórico de São Luís, retrata a história, costumes e tradições da cidade, sendo parada obrigatória para os turistas.

A Casa do Maranhão é um museu histórico que funcionava no antigo Prédio da Alfândega. O acervo do museu reúne instrumentos musicais e trajes utilizados nas festas do Bumba Meu Boi, que ocorre anualmente entre os meses de junho e julho. Vale a pena visitá-lo.

Erguida pelos franceses em 1612, foi tomada pelos portugueses que a transformaram em um suntuoso palácio neoclássico.

A Casa de Nhozinho é um dos prédios mais importantes do período colonial do Centro Histórico de São Luís.

Nos meses de junho e julho a cidade de São Luís é tomada pelas apresentações do Bumba – Meu – Boi, que reúne danças, apresentações teatrais e as tradições da cultura maranhense. Os instrumentos de percussão ditam o ritmo da festa levando o público ao delírio. A festividade ocorre entre 13 e 30 de junho.

Apesar de não ser um dos principais atrativos da cidade, São Luís também possui praias agradáveis.

As dunas e as águas calmas da Praia do Calhau são alguns dos pontos fortes. A Praia de São Marcos é a preferida por jovens e surfistas. Os barzinhos e quiosques à beira mar garantem animação ao dia e à noite.

A vida noturna de São Luís é bastante movimentada



e seu ritmo predominante é o reggae, sendo os salões da Praia do Pontal e os quiosques da Avenida Litorânea os mais procurados.

Quem aprecia uma boa mesa, se deliciará com a gastronomia maranhense. Um dos pratos mais saborosos é o arroz de cuxá, feito com camarões secos, verduras, gergelim e farinha de mandioca, servido em restaurantes especializados.

Venha passear com a Bebel!

Inhotim-BH

Data de 23 a 25/5

Hospedagem em Brumadinho, com café da manhã.
Ingressos para sábado e domingo - Visitas guiadas e almoço em Inhotim (domingo).
Saídas: Méier / Tijuca / Lgo. do Machado.
Preço por pessoa parcelado em 4 vezes, sem juros.
Demais formas de pagamento sob consulta.

Registra Mo. Turismo: 91.870349-96-7

Informações / Reservas: Bebel ou Giselle Carta nossa página:
Tels.: 2551-0201 / 99657-6427 / 99693-6430 www.facebook.com/gibeltur



Itália Clássica

17 a 29 de Agosto (12 noites)

Hospedagem; café da manhã e 9 refeições; visitas guiadas em Roma, Assis, Florença, Pisa, Veneza, Verona e Milão; tour no Vaticano e Basílicas Papais; Water Taxi em Veneza.

TERRESTRE
(em Euros):

Entrada de + 9X de
473,00 124,00

AÉREO
(em Dólares):
*+taxas

Entrada de + 9X de
188,00* 128,00



Caldas Novas com Pai Eterno

9 a 14 de Agosto (5 noites)

Passagem aérea; taxa de embarque; hospedagem; 1/2 pensão (café da manhã e almoço/jantar); visita à Basílica do Divino Pai Eterno; acesso ao parque aquático com piscinas termais.

Entrada de + 9X de
585,00 195,00

★ Atendimento em domicílio.

(21) 2241-9291 ou (21) 3256-1670

www.teturismo.com

teturismo

ÓTICA E CONSERTOS

WALUX

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

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: 7806-7818 / ID: 654*20744
jpallasiss.s8@gmail.com - www.jcreformasesynteko.com.br

VOCÊ SABIA?

selecionado e editado por Fernando de Andrade

1º DE ABRIL: DIA DA MENTIRA

Quem pensa que o dia da mentira só existe no Brasil está muito enganado. A origem vem da França, quando o rei Carlos IX instituiu o dia primeiro de janeiro para ser o início do ano. Antes disso, a festa de ano novo era comemorada no dia 25 de março e terminava uma semana após, justamente em 1º primeiro de abril.

Mas as pessoas mais tradicionais e menos flexíveis da época continuaram a comemoração na data antiga. Os adeptos da nova data brincavam com os tradicionais e o dia 1º de abril se tornou o dia da mentira.

22 DE ABRIL: O BRASIL FOI DESCOBERTO POR ACASO?

22 de abril é uma data marcada oficialmente como o dia em que a Coroa Portuguesa anunciou o descobrimento das terras brasileiras. Esse evento de dimensões históricas foi interpretado como o resultado de uma aventura que se lançaram ao desconhecido e encontraram uma nova terra. Mas parece que não foi bem assim. Os portugueses já haviam descoberto anteriormente as terras brasileiras, o que em algum momento exigiu bravura de portugueses da mesma forma, e até já tinham tomado ações burocráticas para preservar sua descoberta, ainda não divulgada por prováveis questões de segurança da nova e rica colônia.

No entanto, nada disso não tira os méritos de coragem dos tripulantes. Uma viagem desse porte durava mais do que um mês de navegação, fora as frágeis embarcações, o enfrentamento dos mares, as más condições de higiene e até a falta de água e alimentos.

Sexo sem Mistério

MUITO MAIS DO QUE FICAR DURO

Parece que os brasileiros estão acordando para os preços das coisas que nos cobram. Afinal de contas, ninguém quer que o dinheiro termine enquanto o mês continua. Quem quer ficar duro?

Em termos sexuais todos os homens. Eles (e elas) colocaram no pênis o mérito de ator principal da relação. Ele me dirá se eu sou bom de cama, ele me dirá se eu sou desejável. Acreditaram tão fortemente que é o pênis que dará prazer para ambos que a penetração vaginal ocupa a posição principal quando falamos de sexo. Afinal se acreditamos que sexo é um percurso pênis e vagina, faremos de tudo para que ele aconteça. E o anterior ao momento fatal que graça tem? O ator principal é a penetração e é desse momento que ambos devem extrair o único e maior de todos os prazeres.

O mais engraçado disso é que para se ter uma boa ereção não se pode estar dependente dela. Colocando toda a atenção do momento ali, lamento informar, nada irá funcionar.

Assim, por que não pensar e se permitir aproveitar as preliminares, não como se fosse um pratinho de sobremesa, ou melhor, um prato com uma carinha de aperitivo sem graça? Aproveitando o esquentado que a preliminar proporciona, a tensão sexual, que é conseguida através desses jogos aumenta e conseqüentemente a resposta erética é melhorada.

Assim, fica um apelo para o povo brasileiro: temos que mudar a forma como vemos e orquestramos as relações sexuais. O padrão, a ordem e o script de atuação nos fala do que é cômodo e que tenho decorado de cabeça, mas não necessariamente daquilo que funciona.

E aqui sim: o pênis é mais do que somente algumas graminhas de carne. Dê a ele mais prazer e menos cobrança. A economia sai ganhando.

Dúvidas? Envie email para consultoriodepsicologia@gmail.com e aguarde a publicação. Sigilo absoluto.

Drª Ana Paula Veiga - Sexóloga. 2567-9181 | 7949-7233.

R. R. B. Reparos e Reformas Bandeira

**Bombeiro
Eletricista
Pintor
Ladrilheiro
Gesseiro
Gazista
Pedreiro
Marceneiro
Serralheiro**

SERVIÇOS: Instalação elétrica, aumento de carga junto a Light, instalações hidro-sanitárias, instalações lógica e dados, construções e reformas, alarmes, circuitos de TV e interfonos, refrigeração, galpões e coberturas, conservação de fachada, desentupimento e limpeza de caixa d'água.

Fones:

3149-8988 | 9553-2777
8282-6722 | 7712-5679 (Nextel)

jbdias@gmail.com

Travessa Soledade, 32 | Praça da Bandeira
Esquina com a Rua Barão de Iguatemi



Armários & Cia
Soluções Inteligentes

100% MDF
Entrega 15 dias úteis



ENTREGA IMEDIATA

www.armarioseciamodulado.com.br

2435-0557 | 2674-1854

Curso de auto maquiagem*

* Faça o curso e ganhe um brinde. Válido até dia 28/02/14.

Tel.: 21 3172.0672
Rua Silva Pinto, 49 - Slj 216
Esquina com a 28 de Setembro

Pimenta & Poesia

www.pimentaepoesia.com

ANUNCIE AQUI: R\$ 20,00

O DOBRO DESTA
POR R\$ 30,00

*contrato mínimo
de 3 meses.

por mês

PROMOÇÃO POR TEMPO LIMITADO! Fone. 3681-5302

IMÓVEIS PROPRIEDADES

VENDO CASA LINEAR EM RUA RESIDENCIAL NA TIJUCA
São 2 quartos, dependência, 2 salas, banheiro social com box blindado, lavabo, escritório, cozinha ampla, lavanderia, garagem com portão automático. Não aceita corretores. Direto com proprietário. Aceito carta de crédito.
R\$ 465.000,00. Tel: 8503-4052 / 8712-2817

ALUGO SALA

Na Praça Saens Peña, reformada e com ar condicionado. Ideal para consultório e escritório. Facilidade de transporte e comércio. Fiador.
Tel. 2539-0264 / 99774-5434.

SEPULTURA NO JARDIM DA SAUDADE

SULACAP. SETOR NOBRE 2.
PARTICULAR VENDE.
VAZIO E DESIMPEDIDO.



Telefones: 2552-3667 ou 99370-9959 - Oswaldo.

EVENTOS

PÚBLICO LGBT

Alugo espaço respeitoso e agradável na Grande Tijuca para happy hour, churrasco, aniversário e festa!

Tel. 99236-3448 | (Rose ou Mauro)

SAÚDE

Dra. Andréa Pinheiro
Fisioterapeuta - CREFITO: 558274-F

Ortopedia / Neurologia / Geriatria

Atendimento em Domicílio

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

e-mail: andrea_angelim@ig.com.br

SAUDART CUIDA+

...é a empresa que veio para cuidar dos idosos e pacientes com necessidades especiais...

...com muito amor.

Temos profissionais treinados para acompanhar 24 horas.

Fone: 2535-3624 | 991702929 | saudart24h@gmail.com

Fisioterapia | Acupuntura Estética e Tradicional | Auriculoterapia
Shiatsu | Drenagem Linfática | Quiropraxia

Atendimento a domicílio

Diogo Medina | Crefito nº 60373-F

Tel: 9525-2051
(consultório Tijuca)

Preço especial para quem mora em
Vila Isabel, Tijuca, Maracanã,
Andaraí e Grajaú.

<http://diogomedina-diogo.blogspot.com.br/>
<https://sites.google.com/site/temasabematinahuma>

PSICÓLOGA CLÍNICA

Aline Paçoço Barbosa - CRP 05/48772



Fobia | Ansiedade | Depressão
Síndrome do Pânico
Atendimento Individual e em grupo
para todas as idades.
Atendimento domiciliar e hospitalar.

Telefones: 7874-1879 | 98529-9984

RELIGIOSOS E ESOTÉRICOS

LOJA ENCANTO DOS ORIXÁS

ORIENTAÇÃO ESPIRITUAL COM HONESTIDADE

"A alegria de sermos Umbandistas e Candomblecistas!"

UMBANDA - CANDOMBLÉ - ESOTERISMO
COBRIMOS QUALQUER OFERTA

VENDEMOS: AVON - NATURA - DE MILLUS - JEQUITI.

FUNCIONAMOS ATÉ ÀS 20H

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



Cigano Nonô de Aquim

Feitiços, Proteção e Perfumes Atrativos para
Amor, Dinheiro, Saúde e Trabalho.

Se você sofre com vícios, filhos problemáticos,
doenças inexplicáveis, relacionamento e outros,
Marque uma Consulta Mediúnica de Leitura.

Ligue: 3197-0502



TEMPO HORARIO VOLTADO A CARREIRA. SE PUDER AJUDE ALGUÉM.

Barralho Cigano e Mais.

VESTUÁRIO

CAMISAS PERSONALIZADAS

Fone.: 7981-4027 (falar com Márcia)

EMPREGO

RESTAURANTE CONTRATA

Lavadores de prato e ajudantes de cozinha.
Com ou sem prática, com ou sem estudo. Paga-se bem.

Tratar com Elaine ou Djanira,
pelos telefones 2567-4476 / 2567-3386

AULAS E CURSOS

PROFESSORA LENA FREITAS

Não deixe a reprovação entrar em casa!

- Explicadora Ensino Fundamental completo
- Acompanhamento individual Tel. 2587-9076 | 9612-2152

PROFESSORA NANCY FELIPPE PEDAGOGA

Aulas particulares | Acompanhamento individual
Problemas de aprendizagem | Alfabetização
Ensino Fundamental. Tel: 981481537 / 2208-9702

PROFESSORA HELENA

Explica matérias escolares.

Prepara para provas, testes e concursos - 1º e 2º graus.

Alfabetizo crianças e adultos.

Aulas individuais em
mínima ou sua residência. Fone: 2572-7510 | 99133-0406

AULAS PARTICULARES DE INGLÊS E ESPANHOL

Professor Eduardo Rodrigues

Contato: 7939-4201

SOM E IMAGEM

GRAVE TUDO EM DVD

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

CaminhaDigital

FILMAGEM EM GERAL!

2537.0863 / 8829.4527

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

ENGENHARIA

ANDRÉ DIAS PROJETOS

Elaboramos projetos no Ramo de Engenharia Civil e Arquitetura.
Projetos Arquitetônicos - Projetos Estruturais - Instalações Elétricas
e Hidráulicas.

Legalizações - Reformas

3507-6952 | 98475-0464 Orçamento e Levantamento de Material
andrediasprojetos.blogspot.com.br/ | andre.ksd@hotmail.com

ANUNCIE NO SITE CORREIO CARIOCA!

Tenha um banner a partir de R\$ 45,00!
www.correiocarioca.com.br

EXPOSIÇÃO EM IGREJAS DO RIO

Interpretação do artista para a Ressurreição chega ao Santuário do Cristo Redentor do Corcovado no Domingo de Páscoa

Um quadro do pintor Mário Mendonça representando a Ressurreição de Cristo ocupará o Santuário do Cristo Redentor do Corcovado a partir do Domingo de Páscoa (20/4). Antes de chegar à capela aos pés da estátua, o quadro (2,03m X 1,45m), pintado em tons de amarelo e branco, que está em exposição desde o dia 29, percorrerá mais seis igrejas da cidade, começando pela Matriz da Ressurreição, em Copacabana, e terminando pela Catedral.

O artista que completa 80 anos este ano e comemora 50 de pintura, recebeu como “um presente” o apoio e aval do arcebispo do Rio, Dom Orani Tempesta, no dia em que o religioso foi nomeado cardeal pelo Papa Francisco. “Iniciei as conversações com a Arquidiocese do Rio de Janeiro em 2008 e foi uma feliz coincidência o desfecho ter sido num dia tão especial. Sou muito grato não só ao apoio dele, como do Padre Omar Raposo, reitor do Santuário”, comenta.

Considerado um dos maiores pintores de arte sacra contemporânea do país, Mário Mendonça fez diversas exposições individuais no Brasil e no exterior. Além de coleções particulares, suas obras fazem parte de acervos importantes como os do Museu do Vaticano (Itália), do Ibero Americanisches Institut (Alemanha), do Museu Ludmila Jiukava (Bulgária) e do Museu Nacional de Belas Artes (Brasil), entre outros.

Ele é autor de via sacras de várias igrejas, entre as quais se destacam as da Matriz da Ressurreição, em Copacabana, a Matriz de Nossa Senhora de Copacabana, a Matriz de Santa Mônica, no Leblon e a Matriz de Santo Agostinho, na Barra da Tijuca. A Capela de Bom Jesus da Pobreza, em Tiradentes (MG), também conta com uma via sacra de Mário Mendonça, sendo a única igreja tombada do barroco brasileiro ornada com representação contemporânea do martírio de Cristo.

“Ressurreição” – Para realizar o projeto de pintura da sua versão para passagem bíblica tão significativa para o Santuário do

Cristo Redentor, Mário Mendonça se distanciou um pouco do seu estilo contemporâneo. “Busquei o clássico. Queria uma imagem de fácil comunicação e entendimento”, explica o artista.

A ideia de fazer o quadro para a Arquidiocese do Rio surgiu em 2008, mas o trabalho foi realizado ano passado, 2013. “Antes de pintar, precisei voltar duas vezes à Itália para rever e estudar as obras dos mestres Fra Angelico, Michelangelo, Leonardo e Botticelli e, principalmente, o Sudário de Turim. Fiquei feliz com o resultado”, conta Mário Mendonça.

No quadro, o artista apresenta a Santíssima Trindade. No alto, à direita de Cristo, está a mão de Deus o abençoando e, em sua mão esquerda, pousa a pomba, símbolo do Espírito Santo, todos com os ferimentos da Paixão. Segundo Mário, como são um só todos foram feridos e sofrem. Pela primeira vez a Ressurreição foi pintada dessa maneira. Aos pés da imagem de Cristo está o manto do Sudário com a imagem dele gravada e a frase “Jesus ressuscitou para que todos tivessem vida plena, inclusive os que ainda se encontram no ventre materno”.

Relação das igrejas que vão expor o quadro antes de sua instalação no Santuário do Cristo Redentor do Corcovado.

- 29/1 a 11/2 - Matriz da Ressurreição (Copacabana)
- 12 a 25/2 - Paróquia Nossa Senhora de Copacabana
- 26/2 a 11/3 - Matriz de Santa Mônica (Leblon)
- 12 a 25/3 - Paróquia Santo Agostinho (Barra da Tijuca)
- 26/3 a 8/4 - Paróquia Nossa Senhora do Parto (Centro)
- 9 a 19/4 - Catedral Metropolitana de São Sebastião (Centro)
- 20/4 - Santuário do Cristo Redentor do Corcovado

O CAFÉ

Originário da África, mas cultivado também na Ásia, o café difundiu-se pela Europa no século XVI. “Café” em árabe significa “vinho”, indicando a importância da bebida para aqueles povos.

As tribos africanas conheciam o café desde a Antiguidade – seus grãos eram moídos e com eles preparava-se uma pasta que servia para aumentar a vivacidade e a força.

Em meados do século XIX as plantações de café africanas foram contaminadas por uma praga, e a planta passou a ser maciçamente cultivada na América do Sul – a ponto de muitos pensarem que o café é originário do Brasil ou da Colômbia.

Os europeus tornaram-se grandes apreciadores da bebida e frequentadores assíduos dos estabelecimentos onde ela era servida - em 1675, Carlos II da Inglaterra chegou a proibir as casas de cafés, proibição essa que não durou mais que 15 dias.

Outros povos contribuíram para ser do jeito que conhecemos – os franceses, por terem inventado o filtro de café, os italianos, inventores do café expresso, e os americanos, que, extraindo a umidade por meio de liofilização, criaram o café instantâneo.

A maioria dos componentes que dão sabor ao café é muito volátil, e os grãos inteiros se conservam melhor que o café já moído, principalmente se forem guardados em recipiente bem fechado na geladeira ou no freezer. A torrefação realça o sabor.

O alcaloide cafeína, mesmo em doses baixas, tem efeitos notáveis sobre o cérebro, melhorando a concentração e o estado de alerta. A cafeína também está presente no cacau, em refrigerantes e no chá – dependendo de como é preparado, este pode conter mais cafeína que o próprio café.

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

PARCEIROS DO CORREIO CARIOCA E DO MORADOR

Pegue seu exemplar nestes pontos e consuma seus serviços. Valorize quem contribui com você e o bairro.

EDIFÍCIO OPEN (Prédio Comercial)

Rua 28 de Setembro, 44 - Vila Isabel.

TEMPEROCASEIRO

Rua Jorge Rudge, 12 – Vila Isabel. Tel. 3872-1594.

CONDOMÍNIO VARANDAS DA VILA

Rua 28 de Setembro, 86 – Vila Isabel

JULIO'S COIFFEUR

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

SALÃO TOP VILA

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

CONDOMÍNIO VILA SPACE CENTER

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

PADARIA VILLAS GARDEN

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

VILA SHOPPING – GALERIA 226

Av. 28 de Setembro, 226- Vila Isabel.

ÓTICA APOLO

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

OFFICE PHOTOCOPY TRADE

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

VILA TRADE CENTER

Rua 28 de setembro, 389 – Vila Isabel.

VILA TRADE SQUARE

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

CENTRO EMPRESARIAL THE OFFICE

R. Visconde de Santa Isabel, 20 – Vila Isabel. Tel. 3879-5570

CONDOMÍNIO VILA TRADE OFFICE

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

SEBO LIVROS E REVISTA – NOVO E USADOS

Rua Luís Barbosa, 14 – Vila Isabel. Tel. 2298-9297.

GALERIA SAN REMO

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

NUTRIDEAL TORTAS

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

CRIFABRIK

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

ENCANTO DOS ORIXÁS

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

GRAJAÚ TÊNIS CLUBE

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

MUNDO VERDE GRAJAÚ

Rua Barão de Mesquita, 1061 – Grajaú. Tel. 2258-7065.

LOTERIA DO MATHEUS

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

RENASCER LOTERIAS

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

ANTUNES LOTERIAS

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

DISK KI-SOPA

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

CENTRO DE CÓPIAS

Rua Conde de Bonfim, 142 lj 13 – Tijuca. Tel. 3559-2682.

LABORATÓRIO RICHET

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

LIVRARIA ELDORADO

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

LOTERIA CHIANELLO

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

SAPATARIA GAMBIER

Praça Saens Peña, 11 – Tijuca. Tel. 2568-8815.

DI TUTTO UM POCO

Rua Uruguai, 234 B – Tijuca. Tel. 2238-2894.

MARINA'S ADVANCED – INSTITUTO DE BELEZA

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

EDIFÍCIO SAENS PENA MEDICAL CENTER

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

ESPAÇO DAS ARTES DE A a Z

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

CRECHE E ESCOLA PEQUENO POLEGAR

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

CONSULTÓRIO DENTÁRIO DR. RAFAEL

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

ELETRICISTA JAIR

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

Informe Publicitário

FAMÍLIA NAS AREIAS

Irmãs desfilam talento e encantam nas areias cariocas.

Fotos: enviadas por Eduardo Tacto



Por Eduardo Tacto

Elas têm apenas 17 e 15 anos, respectivamente, e apesar da pouca idade tem impressionado quem passa por Copacabana e assiste as partidas de futebol de areia que têm acontecido no local. Palco de belos gols e emocionantes partidas, duas irmãs tem chamado a atenção pelo talento e pelo bom futebol apresentado nos jogos que atuam. Juliana e Joyce mostram muito entrosamento dentro e fora de campo.

Ambas atuam no time do Criciúma Macaé e a cada jogo mostram evolução nessa modalidade.

“Pelo fato de eu ser irmã mais velha, posso ajudar e incentivar de alguma forma na carreira e nos sonhos dela”, conta Juliana Rocha. Já para a caçula Joyce esse apoio é muito importante “Minha irmã sempre me incentivou e jogar ao lado dela é muito bom, pois nos entendemos muito bem”. Disse a jovem que já foi até elogiada pela treinadora da Seleção Brasileira Emily Lima. “É muito boa jogadora”, disse a técnica.

Além das belezas naturais, Copacabana agora oferece mais uma opção para quem gosta de esporte e admira um bom futebol. Que o talento e a amizade de Juliana e Joyce possam servir de espelho para diversas irmãs dentro de nossa cidade, não só para o futebol, mas para qualquer esporte e para a vida.



Sandra Serrado

Arte Jovial
Irene Peters B. George

sandra serrado
e banda em
tributo a clara nunes
vem clarear

Direção Musical: JP Silva
Direção teatral: Marcio Vasconcellos

“Minha Arte é o que eu tenho pra dar... Meu canto, meu sorriso e minha energia.”

Próximas apresentações consultar:

www.vemclarear.z7producoes.com

Fan Page: Vem Clarear

informações:
50028-0450



APOIO CULTURAL:

CRIE FABRIK
criefabrik@yahoo.com.br
www.criefabrik.com
Tel: 3507-7698 / 3507-7689

Cultural

Jornal Grande Tijuca / Show Cópia / Portal SAMBRASIL.NET / Sid Express / Programa Raiz do Samba (Rádio Manchete) / Programa Adelzon na Madrugada / Administração Regional da Tijuca / Glaucio Burle

14/03 às 17h - Divas do Samba - em homenagem ao Dia Internacional da Mulher.

Local: Rio Previdência Cultural - Av. Prof. Manoel de Abreu, nº 303

www.sandraserrado.sitepx.com

(21) 97117-3991 (tim) / (21) 99636-9619 (vivo) / (21) 98564-2573 (oi)

SID CONSERTOS

Máquina de Lavar
Geladeira • Secadora
Lava-Louça • Freezer

8404-0886
9963-6547

eletricidade
em geral

Arturzinho Ganso

Serviço com Garantia e Qualidade

99842-8451

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

**DENTISTA
NA TIJUCA**



Dr^a. Monique Lobo Brito

CRO 21442 (Responsável Técnica)

ODONTOLOGIA INTEGRADA: FUNÇÃO E ESTÉTICA

Todas as especialidades para resolver seu sorriso com qualidade e satisfação. Reabilitações, implantes, tratamentos periodontais, endodontia, ortodontia, próteses e prevenção.

**EMERGÊNCIAS AOS DOMINGOS E FERIADOS
DAS DAS 14 ÀS 17 HORAS.**

DE 2º A 6º: PRÓTESES, REABILITAÇÕES, IMPLANTES, ORTODONTIA, PERIODONTIA CONSERVADORA OU REGENERATIVA E ENDODONTIA.

**Em breve
Botox!**

Rua Major Avila, 455, Loja G
Tijuca - Rio de Janeiro-RJ

Tels.: (21) 3474-4757 / 2569-0614 • Cel.: 99588-4388

BONAVITA **EXCURSÕES**
Guias Registrados EMBRATUR

PAQUETÁ - R\$ 150,00

14 a 16/março - HOTEL PIERRE - Ilha de Itacuruçá.

21 a 23/abril - PRÓXIMO FERIADÃO:
Penedo + Parque Nac. Itatiaia + Visconde de Mauá

Reservas e Inf: 21 2485-6363 | 98697-0689 | 7810-6661
contato@bonavitaturismo.com.br | www.bonavitaturismo.com.br

DOE SANGUE. UM GESTO DE AMOR AO PRÓXIMO!

Pense seguro...

FAÇA SHELTER WAY

A corretora de seguros que pensa em você!

Shelter Way
CORRETORA DE SEGUROS

Aguardamos seus contato. Faça a sua cotação e deixe a preocupação de lado. Fazemos todos os tipos de seguros e trabalhamos com os melhores planos de saúde sob medida para você e sua família.

NÃO PERCA MAIS TEMPO

José Mauricio - Consultor de Vendas
Tels.: (21) 3172-1693 / 7882-6644 NEXTEL
E-mail: shelterwaycorretora@gmail.com