

# 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 75 | abril de 2014

comercial@correiocarioca.com.br

Foto: Antonio da Silva



## FLORESTA ENCANTADA

Pulmão da cidade e situada entre as zonas sul, norte e oeste, ela vale uma visita. Quem é ela? Pág. 04 e 07

### HOSPITAL DAS Persianas

VERTICAIS E HORIZONTAIS

- Novas
- Reparos
- Lavagens
- Box (todos)
- Troca de Acrílicos
- Portas Santonadas

Rio e Grande Rio PABX: 2238-6614

### Moda

Pág. 3

É a vez deles...

### Culinária

Pág. 5

Dica completa, com almoço e sobremesa

### Turismo

Pág. 8

São Miguel das Missões.

### Sexualidade

Pág. 9

Abrir ou fechar, eis a questão.

### Virou rotina

Pág. 11

Aparecimento de jacarés na cidade.

### Energia!

Pág.12

Informática para a 3ª idade.

### ICAE

INSTITUTO CARIOCA DE APOIO À SAÚDE

Dr. Ramieri Parrilli - CRM 52 75451-0

Prof. Jaílton Reis  
Prof. de Educação Física e Personal Trainer  
CRF 83038-G/RJ

*A saúde em sua melhor forma!*

Venha conferir!  
Avaliação sem compromisso.

- Treinamento personalizado
- Reabilitação músculo-esquelética
- Emagrecimento
- Treinamento funcional
- Correção postural
- Drenagem linfática natural

Rua Soriano de Souza, 115 - Sala 503 - Tijuca - Tels: 3049-4151 / 3248-4468

### 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



igrejanoavidavilaisabel



invilaisabel

## 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

## 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 11086-4  
REGISTRO CREA 200207167

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

engeprox@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

## SÍNDICO

VOCE JÁ ???

## AUTOVISTORIA

A prefeitura do Rio de Janeiro prorrogou a entrega para 30/06/2014 - haverá multa.



THUNDER Serviços Técnicos Ltda  
CREA-RJ: 15280779

Rua Álvaro Setúbal, n.º 224 - Engenho Novo  
Tel.: (21) 2260-0985 - Email: thunder@thunder.com.br

## 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 170835)

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

Rua Conde de Bonfins, 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  
(0 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 Editoração Terceirizada:

A&S

Equipe de Redação e Fotografia:

Eduardo Oliveira, Raquel Lima,

Antonio da Silva e Fernando de Andrade.

Fundadores: Rodrigo Silva e Luiz Jardim

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

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

**PROTESTO DO CIDADÃO**

20/03/2014

G.U.I.D.O.

<http://guidobrasil.blogspot.com>**Nº 341. "SOCORRO" BRASIL BRASILEIRO**

**B**rasilidade/*Amor Verdadeiro Ao Brasil/Brio!!!*  
**R**aras Qualidades *Em Nossos Governantes!* Que  
**A**tuam Sem Responsabilidade, Querem, Quase  
**S**empre, *A Permanência Eterna No Poder;* Mas  
**I**ncapazes, Sem Preparo Para Os Cargos, Sem  
**L**ideranças Fortes, Presos *Ao Toma Lá, Dá Cá!*

**B**asta *O Tribunal Superior Eleitoral* Organizar  
**R**eais Eleições *De 04/04 Anos,* Sem Reeleições...  
**A** Carreira Política É Bonita, Mas Os Candidatos  
**S**ão "Um Balaio De Gatos" Sem Experiência E  
**I**ncapacidade Política *Anos A Fio* Nos Poderes  
**L**egislativo/Executivo/Judiciário *Como Parasitas!*  
**É** Como Pegar *Um Aluno* Do Curso Fundamental,  
**I**nclui-lo Na Faculdade, *Será Um Fracasso!* O  
**R**oteiro Do Poder Deve Ter *Candidatos Ótimos,*  
**O**nde Se Comece Como *Vereador* Até Chegar À  
*Presidência,* Com Preparo Para os Cargos!!!

**Nº 346. "SOCORRO" CRIMINALIDADE**

**C**riar *38 Unidades De Polícia Pacificadora-UPPs* E  
**R**ecuperar *1.200 Favelas* No Rio De Janeiro???  
**I**mpossível! *O Quê Fazer Então?* Liberar As Drogas,  
**M**anter Medidas Socioeducativas, Penas Leves,  
**I**nclusive, Direitos Humanos/Tratamentos Médicos,  
**N**ada Adianta... *É Apenas "Chover No Molhado"!!!*  
**A**rranjar Moradias Boas de Verdade, Financiadas E  
**L**igadas Às Secretarias *Dos Governos Presentes,*  
**I**nclusive, Educadores/Juízes/ Delegacias Ao Vivo!  
**D**ar Instrução Integral Aos Estudantes O Ano Todo E  
**A** Instalação de Indústrias/Comércios/Bancos... Para  
**D**ar Trabalhos E Salários Decentes Aos *Moradores*  
**E**speciais Que vivem, Ao Redor Das E Nas Cidades!  
*Os Crimes Atuais Cairão Para Menos De 10%!!!*

Leiam Com A alma, Se Gostarem Passem  
Cópias Adiante, O Melhor Do Brasil  
São Os Brasileiros"!!!

**Nº 342. "SOCORRO" FISCALIZAÇÕES**

**F**iscalizar É Tomar Cuidados Verdadeiros/Reais Em  
**I**sto/Aquilo... Tudo! Mas, Não Se Leva À Serio!!!  
**S**ó Depois "Da Porta Arrombada" E Danos Graves,  
**C**ada Vez Maiores/Mortes, Que Se Vê E Se Sente  
**A** Falta De Fiscalizações Próprias, Seja Dos Poderes  
**L**egislativos E Tribunais De Conta... Nas  
**I**ndústrias/Comércios/Bancos/Serviços... Nas  
**Z**onas De Fronteiras Terrestres/Marítimas E Nas  
**A**éreas, Com Apenas *1/2 Dúzia De Fiscais!!!* Na Falsa  
**AÇ**ão De Fiscalizar A *Alimentação,* Cheia De  
**HÔ**rmônios E Agrotóxicos Proibidos, As Florestas... A  
**E**ntada De *Armas E Drogas* Por Terra/Mar E  
**S**uperfícies Aéreas *Com Fiscalizações de Araque...!!!*

**Nº 343. "SOCORRO" COMUNIDADES**

**C**aso Urgente De Segurança Nacional!!! *Nas Cidades,*  
**O**nde O Poder Público *Não Manda Nada,* Pois Os  
**M**arginais Cobram *Taxas/Fechem O Comercio/Matam...*  
**U**ma *Inversão Da Lei/Da Ordem* E Do Progresso!  
**N**ada Adianta: Favelas Bairros/Urbanizações... Mas  
**I**nvestir Nas 1.200 Comunidades É *"Enxugar Gelo"!!!*  
**D**ar A *Preço Acessível,* Casas Boas De Verdade, Em  
**Á**reas *Com Saneamento* E Serviços Públicos Reais E  
**D**emas *Condições:* Indústrias/Comércios/Bancos...  
**E**radicar/Acabar Todas Comunidades Insalubres, Que  
**S**ão *Sem Controle E Crescem Dia A Dia...!!!*

**Nº 345. "SOCORRO" PRESIDENTES**

**P**residente É O Máximo De Um Cargo No País!  
**R**uim É Que Qualquer *Borra-Botas* Chega lá,  
**E** levado A Tal Função *Importantíssima!!!*  
**S**er Na Indústria/Comércio/Banco/*Política...*  
**I**njusto O *Título,* Que Tal Apenas Diretor...???  
**D**enominar *Presidente Do País,* Aos Que Preparados E  
**E**studarem Na *Escola Superior De Guerra - ESG,*  
**N**o Sentido De *Saber E Sentir,* À Vera, Na Carne,  
**T**udo Sobre *Nosso Grande Brasil,* De Norte A Sul  
**E** Melhorar *Seu Preparo* Qualificado E Real, Aí  
**S**im, Merecer *O Título De Presidente!!!*

**VHS Para DVD  
LP para CD**

CONVERTA SUAS FITAS DE RECORDAÇÕES EM VHS OU  
FILMADORA PARA DVD, TENDO ASSIM MAIOR  
DURABILIDADE NA PRESERVAÇÃO DAS SUAS IMAGENS.  
TRANSFORMAMOS TAMBÉM SEU VINIL OU FITA K7 EM CD.  
CONVERTA SEU ALBUM DE FOTOS PARA DVD.  
PREÇOS SOB CONSULTA. LIGUE-ME.

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

**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

**ATELIER DE ARTE**

Enisia Marinho

Profª. Vânia  
Fotografia com e sem custos em HD  
ou cartolina.

Profª. Lucélia  
Técnicas especiais: pátina, texturas  
diversas, decoupage, gesso, resina,  
croquiê, etc.

Hieroglífica Casini (Artesoterapia)  
Artesoterapia para crianças.

Profª. Enisia  
Pintura a óleo, aquarela, desenho artístico e mosaico.

Profª. Fátima Cunha  
Pintura em tecido (incluindo para lençóis e almofadas).

**Aceitamos Encomendas!**

Largo do Machado, 29 | Sala 602 | Tel.: 2557-3734

[www.ateliendearteensiamarinho.com.br](http://www.ateliendearteensiamarinho.com.br)

Atelier De Arte Enisia Marinho

**GRUPO R2 ASSESSORIA CONTÁBIL**

Empresa especializada

na área contábil, fiscal e do

departamento pessoal, que facilitem

as tomadas de decisões dos diretores, sócios,  
investidores e financiadores de projetos sociais.

Venha nos conhecer, acesse no site

[www.r2assessoria.com.br](http://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

**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

# MODA

## FASHION

### AGORA É A VEZ DOS HOMENS

A make é um cosmético unissex para corrigir imperfeições faciais. Além de trazer benefícios ao público feminino, faz o mesmo ao masculino.

Em algumas décadas a maquiagem tinha sua referência somente entre as mulheres, que usavam para ressaltar sua aparência e consequentemente sua autoestima. E com o passar dos anos, na década de 70, a influência do cantor David Bowie foi marcante para um estilo venerado até os dias de hoje: o Andrógino.

O estilo Andrógino está conceituado devido à sua mesclagem e ambigüidade entre o sexo masculino e feminino. É uma mistura de essências, que vai além do superficial. Está presente nos cortes de cabelos, muitas vezes curto e com franjas, nas roupas muitas vezes colada ao corpo e com o estilo 'pop-rock-indie'. O que sobressai na make são os olhos bem marcados e delineados.

Além da Androginia, a maquiagem está presente em diversas classes sociais, interagindo com o público masculino, e causando impacto nos setores financeiros, pois como a procura de cosméticos que atendam a demanda masculina é grande, diversas empresas estão especializando-se nessa categoria. Além da criação de empresas do segmento de beleza masculina, como é o caso dos salões de beleza para homens, que por sinal está em ascensão.

Com o preconceito cada vez menor e os benefícios da estética masculina valorizados, o uso da maquiagem está cada vez mais frequente entre os homens.

Entre os benefícios visuais, a pele ganha notoriedade, sem agredir a masculinidade, a maquiagem elimina sua oleosidade natural e ilumina alguns pontos estratégicos, como a Zona T (testa, nariz e queixo), assim valorizando a aparência do homem moderno, aumentando a sua autoestima.

O homem do século XXI, além de cuidar de sua saúde, faz de si mesmo um cartão de visita, e ganha notoriedade por onde passa. O que era preconceito, agora é conceito de beleza.

*Por Eliz França*

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



### MEMÓRIA DO ESPORTE: HISTÓRIA DAS OLIMPIADAS

Quando as antigas cidades-estado da Grécia começaram a realizar eventos esportivos documentados, corria o ano de 776 a.C. Porém, muito antes disso os cidadãos gregos já realizavam variadas disputas esportivas em honra a Zeus, seu deus máximo, e como forma de exercitar os corpos e melhorar a saúde de seus praticantes.

Nesses tempos remotos a Grécia não era um país unificado como é nos dias de hoje. Suas muitas cidades-estado viviam travando batalhas. Porém, durante a realização dos jogos olímpicos uma trégua era estabelecida e cidadãos de vários pontos da Grécia podiam ir até a cidade de Olímpia para competir.

As primeiras olimpíadas foram realizadas com várias modalidades de atletismo, como corrida, arremesso de disco e salto em distância, além de outras, como a tradicional luta e até mesmo com corrida de cavalos. Estabeleceu-se, à época, que os jogos seriam disputados a cada quatro anos.

Os últimos jogos olímpicos da antiguidade foram realizados no ano 392 d.C., quando a Grécia, sob domínio romano teve que acatar a decisão do imperador Teodósio I, que, convertido ao cristianismo, proibiu qualquer adoração a outros deuses e festas pagãs, incluindo a olimpíada.

Depois de o espírito olímpico ter adormecido por aproximadamente 1500 anos, sob influência do francês Pierre de Coubertin, as competições voltaram a ser realizadas em 1896. O local escolhido para as disputas não poderia ser outro senão Atenas, capital da Grécia. Contudo, na modernidade, como forma de integração, os jogos foram abertos a todas as nações do planeta.

## Coluna da Dentista

*Dra. Renata Pescadinha*

### A ODONTOLOGIA DO SÉC. XXI

"A odontologia começou pelas extrações, evoluiu para os tratamentos curativos e chegou a sua plenitude através da prevenção".

Ela vem passando por importantes modificações nestes últimos anos. A descoberta das bactérias como causadoras da cárie dental e da doença periodontal trouxe uma mudança radical na filosofia do tratamento odontológico. Prevenir é a ordem!!!

O aumento da preocupação das pessoas com a saúde em geral tem produzido um grande estímulo para a introdução da prevenção na odontologia, que já passou por diversos estágios. Primeiramente tiravam-se os dentes, pois a preocupação principal era a eliminação da dor. Posteriormente veio a odontologia curativa, em que obturar dentes era o tratamento principal. O ciclo repetitivo das restaurações já demonstrou que não traz soluções, pois trata-se a consequência e não a causa do problema, pois a doença cárie não é apenas uma cavidade, ela é caracterizada pela presença de bactérias cariogênicas, má higiene bucal, dieta com consumo de açúcar freqüente e doenças gerais que desequilibram o meio bucal.

Com a valorização da saúde, nós priorizamos o tratamento da causa da doença cárie, que só é possível com um tratamento global que envolva mudanças de hábitos alimentares e de higiene, tratamento das doenças gerais, bem como o contato com o flúor. A decisão de apenas restaurar dentes nunca é a solução se essa decisão não vier acompanhada de procedimentos preventivos. Sempre que restaurar um dente pergunte ao profissional quais as formas de conservar a restauração, eliminando ou controlando a doença cárie. Só assim você estará dando um passo para o futuro e usufruindo da odontologia do século XXI. A saúde dental de sua família merece atenção especial e manter dentes bonitos e gengivas saudáveis deve ser uma preocupação constante.

Um abraço, Dra. Renata Pescadinha!  
Dúvidas ou emergências: 2244-3108 (clínica).

## 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**

## 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

## SOLUÇÕES IMEDIATAS OBRAS DE CONFIANÇA

Pintura - Gesso - Telhado - Piso  
Ladrilho - Bombeiro - Consertos

GILMAR

Fone: 97177-9231 | 97542-2599 | 97914-2491

## ANUNCIE AQUI!

Só R\$ 35,00 por mês!

Tel. 3681.5302 \*contrato de 3 meses



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, 98264-9845

Estacionamento Gratuito

www.espacosaudaevidalidade.com.br



# FLORESTA DA TIJUCA

No coração da cidade, ela apresenta diversas opções de lazer e é considerada o “pulmão” da região, fundamental ao equilíbrio climático do município.

Fotos: Antonio da Silva



Por Antonio da Silva

Quem procura um local para fazer caminhadas, subir trilhas, respirar ar puro, gozar um pouco da natureza e desfrutar de belas paisagens naturais, encontrará na Floresta da Tijuca, que é integrante do Parque Nacional da Tijuca, todas essas maravilhas reunidas em um só lugar.

## AÇUDE DA SOLIDÃO

O nome Tijuca é originário do idioma indígena e significa caminho ruim, mas hoje em dia a Floresta é cortada por estradas pavimentadas, possui vários estacionamentos para automóveis e também boa sinalização visando a orientação de seus inúmeros visitantes.

A Floresta da Tijuca, pela sua grande extensão, é considerada uma das maiores áreas verdes urbanas do nosso planeta. É dito que, após a queda econômica do café, o primeiro administrador da Floresta, Major Archer,

iniciou seu reflorestamento com a participação de seis escravos, por volta dos anos de 1860. Foram plantadas então mudas de plantas nativas da mata Atlântica. A floresta é muito importante na preservação do equilíbrio climático da cidade do Rio de Janeiro. Dentre as principais atrações do local o visitante encontrará várias cascatas, sendo a principal a exuberante cascatinha Taunay. Poderão ser visitados também outros pontos encantadores como o Lago das Fadas, o Açude da Solidão que possui em suas águas grande quantidade de peixes, o Mirante do Excelsior, além das diversas trilhas existentes para serem percorridas.

Difícilmente o visitante encontrará os animais silvestres que habitam a floresta, isto porque eles se refugiam e se

**CONTINUA NA PÁGINA 7**

## Nutrideal faz sua festa mais gostosa!



### Sua festa com praticidade

**KIT 1 - 8 PESSOAS R\$ 96,00**

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

**KIT 2 - 12 PESSOAS R\$ 128,00**

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

**KIT 3 - 16 PESSOAS R\$ 182,00**

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

**KIT 4 - 20 PESSOAS R\$ 214,00**

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

**KIT 5 - 30 PESSOAS R\$ 301,00**

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

**KIT 6 - 50 PESSOAS R\$ 444,00**

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 / 97622-2521  
nazarethwilma@gmail.com



# DELÍCIAS CASEIRAS

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

## COMPLETO: ALMOÇO E SOBREMESA

### ARROZ À GREGA

**Ingredientes:** tres xícaras (chá) de arroz, óleo, sal a gosto, um pimentão verde, duas caixas de passas sem caroço, 100 gramas de presunto e uma lata de ervilhas.

**Modo de fazer:** prepare o arroz a seu modo. Depois de pronto, retire da panela e coloque numa travessa, soltando-o bem. Adicione o pimentão lavado e partidinho, as passas, o presunto picadinho e as ervilhas, misturando tudo muito bem.

### MAIONESE DE BACALHAU

**Ingredientes:** 1/2 de bacalhau, 1 quilo de batatas, 150 gramas de presunto, 150 gramas de azeitonas (verdes ou pretas) sem caroço, azeite, um vidro de maionese 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, abervente-o e retire as peles e espinhas, desfiando-o. Cozinhe as batatas em água e sal (partidas para maionese), escorra a água e junte as batatas ao bacalhau. Então adicione os outros ingredientes, regue com muito azeite e coloque bastante maionese até uma formar uma massa homogênea. Coloque num refratário, enfeite a gosto e leve à geladeira.

### BOLO DE AIPIM COM COCO

**Ingredientes:** 1kg de aipim fresco, 1 coco grande, 3 colheres (sopa) de margarina derretida (que já serve para untar o tabuleiro ou forma) 1 colher (sopa) de fermento em pó, 10 ovos inteiros, açúcar a gosto (mais ou menos 2 xícaras de chá).

**Modo de fazer:** descasque o aipim, lave bem e escorra. Então, rale-o. Quebre o coco, descasque e rale-o. Reserve. Aqueça o fogo. Coloque a margarina no tabuleiro ou forma e leve ao forno para derreter. Deixe esfriar. Enquanto isso bata o restante

dos ingredientes. Por último coloque a margarina já derretida e misture bem. Ponha a massa no tabuleiro ou forma e leve para assar. Quando o bolo estiver corado em cima, estará pronto.

CONHEÇAM OS CAMINHOS TRI LEGAIS DO RIO GRANDE DO SUL

RODO AEREO: Data: 31/05 a 05/06 - Inscrições até 16/04/14  
Informações: 2552-2673 / 99995-8829. Solicite o roteiro!  
E-mail: rorodoadereo@rio.com.br Blog: www.rio.com.br

### 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 levando ao fogo para derretê-lo em banho-maria. Quando o chocolate estiver todo derretido, apagar o fogo e colocar rapidamente a margarina, mexendo bem. Numa vasilha à parte bata as gemas (sem pele) com o açúcar, usando uma batedeira até que esta massa fique bem esbranquiçada. Junte o chocolate derretido com a margarina. Mexa bem, envolvendo tudo sem bater. Separadamente bata as claras em neve firme e adicione ao outro creme, misturando bem até ficar bem 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\$ 0,50

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

A partir de  
R\$ 9,00

## Cardápio

### Segunda

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

### Terça

- Anju a baiana
- Anju carioca
- Caldo verde
- Papas
- Sopa de ervilha
- Sopa de legumes
- Sopa de siris
- Grão de bico c/ bacalhau desfiado.
- Creme de Cebola
- Stroganoff de frango c/ arroz
- Canja

### Quarta

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

### Quinta

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

### Sexta

- Anju a baiana
- Anju carioca
- Caldo verde
- Sopa de ervilha
- Cassoulet
- Bobó de camarão
- 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)

"Vendo passos firmes que me fortalecem". 012 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\*

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



**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 hipoaerlgênica.\*
- 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!**  
Surprenda-se  
com o resultado.



www.23april.com.br

Surprenda-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



# CACHOEIRA, AÇUDE E AR PURO

Fotos: Antonio da Silva



protegem de qualquer contato com seres humanos. Mesmo assim, quatis, micos e outros mamíferos podem ocasionalmente ser vistos. Também animais notívagos residem na floresta, mas, como está fechada à noite para visitação, não poderão ser apreciados.

O Pico da Tijuca, com seus 1.022 metros de altitude, é o ponto mais alto do parque e é bastante procurado por quem gosta de caminhadas e aventura, e reserva para o visitante uma grande surpresa, que se constitui em uma vista panorâmica indescritível.

É interessante também fazer uma pausa para conhecer a pitoresca capelinha cor de rosa, que surge logo à frente de quem sobe a floresta, passagem obrigatória para seus visitantes. Trata-se da famosa, pitoresca e histórica Capela Mayrink, bem preservada em razão de sua ótima conservação.

Grutas como a Paulo e Virgínia, furnas, córregos de águas límpidas e transparentes, além de muita vegetação, são belezas naturais que também deverão merecer a atenção e a apreciação de todos.

## CASCATINHA

Mas a Floresta também oferece para quem a procura muitas opções de lazer e prática de esporte. Uma ciclovia bem cuidada, brinquedos para a criançada, espaços com

churrasqueiras e mesas com bancos de cimento, estão à disposição de todos.

Há ainda um bem equipado Centro de Visitantes onde a atenção e a cortesia são características de seus funcionários. Lá, o interessado obterá todas as informações que desejar, além de conhecer uma exposição permanente que apresenta o parque com sua trajetória histórica. Conterá também o visitante com uma biblioteca especializada em meio ambiente, além de um aconchegante auditório, sala de vídeo, sanitários e bebedouros.

O Centro de Visitantes localizado no interior da floresta, funciona diariamente das 9 às 17 horas.

Para preservação e proteção da flora e da fauna dessa dádiva da natureza, que é a Floresta da Tijuca, alguns cuidados deverão ser adotados e cumpridos pelos visitantes, como não fazer fogueiras, não atirar pontas de cigarro, não soltar balões ainda que fora da Floresta, evitando o risco deles caírem em sua vegetação, não retirar plantas, pedras, não molestar os animais nem alimentar os bichos silvestres, não levar à floresta animais domésticos, não banhar-se em locais proibidos e evitar beber água dos rios e córregos e, finalmente, não se utilizar nem construir atalhos, percorrendo somente as trilhas existentes com sinalização.

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

**Experimente o HECCUS e fique pronta para o verão!**

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

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

**fisioport**  
pilates . estética

**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

**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.factbook.com/fisioport



# INSS EM FOCO

por Wagner Mattos

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

## NOVA REVISÃO DE APOSENTADORIA. MAIS DE 10 MILHÕES TÊM DIREITO

**Aposentados e pensionistas têm direito de receber, além da correção mensal, diferença acumulada dos últimos cinco anos**

Um erro do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) prejudicou milhares de APOSENTADOS E PENSIONISTAS. Após muitas batalhas, a Justiça Federal, em primeira e segunda instância, vem condenando o INSS a revisar as aposentadorias e pensões, a aplicar os percentuais corretos e a indenizar os lesados, com pagamento da diferença dos últimos 60 meses corrigidos. A falha FOI DESCOBERTA, há mais de um ano. Desde então, os que foram prejudicados lutam na Justiça na defesa de seus direitos.

Em dois momentos específicos o aumento não foi aplicado: em junho de 1999 (primeiro reajuste após a Emenda Constitucional nº 20/98, pela Portaria 5.188/99) e em maio de 2004 (primeiro reajuste após a Emenda constitucional nº 41/2003, pelo Decreto 5.061/04). O teto das contribuições foi elevado de forma alternada com o reajuste aos benefícios do INSS. Esse aumento indevido aconteceu porque não foi analisado, em ambos os reajustes, o valor proporcional, mas sim os índices de reajustes integrais (correspondente à contagem anual) sobre os valores existentes apenas a partir de dezembro (1998 e 2003).

"Embora a correção pareça pequena, é muito significativa para a categoria. O aposentado ou pensionista recebe além da correção mensal a diferença acumulada dos últimos cinco anos".

Quem tem direito à revisão?

Aposentados e pensionistas que tiveram benefícios concedidos pelo INSS antes de junho de 1999 têm direito à diferença total de 4,07%. Benefícios recebidos de julho de 1999 a abril de 2004, fazem jus à diferença percentual de 1,75%. Também tem direito o beneficiário de pensão por morte, após maio de 2004, se decorrente de aposentadoria concedida nos períodos contemplados.

Origem do erro do INSS:

O INSS tem que realizar a atualização dos valores do regime geral da previdência social no mesmo período e pelos mesmos índices aplicados ao teto previdenciário, conforme prevê as emendas constitucionais nº 20 de 15/12/1998 e nº 41 de 19/12/2003.

### PREVIDÊNCIA SOCIAL

Aposentadoria Especial | Aposentadoria por Idade | Aposentadoria por Invalidez  
Aposentadoria Rural | Aposentadoria por Tempo de Contribuição | Aposentadoria Urbana  
Auxílio Doença | Pensão por Morte | Desapensação | Ações 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 Aristiada | Deficiente Físico

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

# SÃO MIGUEL DAS MISSÕES

Sítio arqueológico no interior do Estado do Rio Grande do Sul, próximo à fronteira com a Argentina, possui valiosas ruínas jesuítas e está aberto à visitação.

As missões jesuítas representaram uma das formas de colonização de nosso continente, tendo como principais funções a de catequizar os povos nativos, e a de garantir e povoar territórios, durante os séculos XVII e XVIII. O sistema de reduções criado pelos jesuítas foi implantado na América do Sul pela primeira vez em 1609 e durante o período das missões a Companhia de Jesus fundou diversos povoados em território brasileiro. Hoje, são belíssimas e interessantes ruínas históricas, que estão abertas à visitação para a nossa contemplação.

Em São Miguel das Missões localiza-se o local mais interessante para a visitação do turista na região, denominado Sítio Arqueológico de São Miguel Arcanjo, onde estão as ruínas jesuítas da antiga redução de mesmo nome. O sítio arqueológico é formado por igreja, sacristia, cruz missionária, colégio, quinta e cemitério, além de um museu, que abriga estátuas de imagens sacras feitas pelos índios residentes na época. Em dezembro de 1983, São Miguel foi declarada patrimônio histórico e cultural da humanidade pela UNESCO.

Um ponto característico das missões é que em todas as reduções



foi erguida a cruz missioneira, que diferentemente das demais, se caracteriza por possuir dois braços. Tal característica é interpretada pelo povo como uma exteriorização de fé redobrada e foi baseada na cruz de Caravaca de origem espanhola.

O pequeno município de São Miguel das Missões detém uma população aproximada de 10 mil habitantes e dista de Porto Alegre 524 km, sendo que a rodovia que dá acesso à cidade é a BR 285. A cidade possui uma infra-estrutura precária para receber o turista em relação a restaurantes e hotéis.

Todos os dias, ao anoitecer, acontece o belíssimo espetáculo de

som e luz que conta o nascimento, desenvolvimento e o fim da civilização. No local, também se encontra uma loja de artesanato que vende lembranças com referências às ruínas históricas.

Outro ponto turístico para visitação próximo a São Miguel é a fronteira entre Brasil e a Argentina, formada pelas cidades de São Borja e Santo Tomé. Vale à pena visitar a região, já que o município brasileiro também pertence aos chamados sete povos das missões e na cidade argentina o turista poderá comprar produtos alimentícios e os famosos vinhos portenhos.



### 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.

<b>TERRESTRE</b> (em Euros):	Entrada de	+ 9X de	
	<b>473,00</b>	<b>124,00</b>	
<b>AÉREO</b> (em Dólares):	Entrada de	+ 9X de	
*+taxas	<b>188,00*</b>	<b>128,00</b>	



### 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
<b>585,00</b>	<b>195,00</b>

★ Atendimento em domicílio.

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

www.teturismo.com

teturismo

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

**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

jpallasis.89@gmail.com | www.jereformasesynteko.com.br



## VOCÊ SABIA?

selecionado e editado por Fernando de Andrade

### A SEMANA SANTA E O DOMINGO DE RAMOS

A Semana Santa é uma tradição religiosa católica que celebra a Paixão, a Morte e a ressurreição de Jesus Cristo. Se inicia no Domingo de Ramos, com a entrada triunfal de Jesus em Jerusalém, que é recebido como um rei e ramos de palmeiras, o que originou o nome da celebração, mas sentado num jumentinho - o símbolo da humildade.

Foi aclamado pela população como o Messias, o rei de Israel, que aclamava: "Hosana ao Filho de Davi!" Mas os mesmos que o receberam com festa o condenaram à morte.

### 6ª FEIRA SANTA, SÁBADO SANTO E PÁSCOA

Na Sexta-Feira Santa é quando a Igreja recorda a morte de Jesus. É celebrada a Solene Ação Litúrgica, Paixão e a Adoração da Cruz.

Já o Sábado Santo é dia da espera. Os cristãos junto ao sepulcro de Jesus aguardam sua ressurreição. No final deste dia é celebrada a Solene Vigília Pascal, a mãe de todas as vigílias, como disse Santo Agostinho, que se inicia com a Bênção do Fogo Novo e também do Círio Pascal. Proclama-se a Páscoa e percorre-se a história da salvação, desde Adão até o relato dos primeiros cristãos. Entoa-se o Glória e o Aleluia, que omitidos durante a quaresma.

O Domingo de Páscoa é o dia mais importante para a fé cristã, pois Jesus vence a morte para mostrar o valor da vida. Esse dia é estendido por mais cinquenta dias até o Domingo de Pentecostes.

## Sexo sem Mistério

### ABRIR OU FECHAR, EIS A QUESTÃO

Se a monogamia é nosso estado natural porque é alta a porcentagem de homens e mulheres com relacionamentos extraconjugais? A atração e o desejo além do parceiro é um inegável instinto entre os animais, o que nos inclui, claro. Como humanos, temos o ideal da monogamia e nos esforçamos para atingi-lo. Mas, para algumas pessoas, se relacionar fora do relacionamento é uma opção e chamar isso de traição também. Talvez as mais conservadoras, entendam monogamia e moralidade como palavras sem variações, trazendo culpa aos desejos além das paredes, ainda que não saiam da fantasia.

Se somos seres desejantes, uma pessoa não invalida necessariamente o desejo por outras, mas o que faremos com ele é outra história. Os que escolhem dar ouvidos, se admitirem tal peripécia, pagarão um alto preço, pois para muitos, numa relação, a fidelidade é mais importante do que o companheirismo. Quem não ouviu dizer que toleraria tudo menos traição? É o amor romântico falando mais alto.

Desde sempre, a tentativa é que amemos ao próximo. Mas o sucesso não é alcançado facilmente. Olhar o outro cara a cara é deixar a idealização de lado. É ter vontade de esquentar a cadeira e perceber que o outro tem lacunas e saber o que pretende-se fazer com a insatisfação e a frustração. Explicar as razões de tais sentimentos, pra si e pro outro, pode não ser agradável, demanda tempo e paciência. Mais fácil encontrar um novo amor ou ao menos acreditar que se está amando novamente, mesmo que esse seja um sentimento aparente. Enquanto a saída for pular de galho em galho, pode-se não saber a origem de tal angústia ou o que se procura. É somente a partir do momento do encontro consigo, de saber respeitar-se, que pode haver um relacionamento com o outro e não com suas carências e/ou expectativas.

Dúvidas? Envie email para [consultoriodepsicologia@gmail.com](mailto: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](mailto:jbdias@gmail.com)

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



## INSCRIÇÕES ABERTAS!

PESQUISA COM CREME FACIAL COM EFEITO DE PEELING

BUSCAMOS PESSOAS COM AS SEGUINTE CARACTERÍSTICAS:

- Mulheres de 30 a 60 anos
- Que tenham realizado dois tratamentos estéticos faciais (peeling, laser ou dermoabrasão) nos últimos dois anos
- Que não tenham glaucoma ou apresentado conjuntivite nos últimos seis meses



INFORMAÇÕES DO ESTUDO

2 visitas. Ajuda de custo total: R\$ 100,00

**CIDP**

BIDTECH - BRASIL  
Rua dos Inválidos, 212, 4º andar  
Lapa - Rio de Janeiro

Cadastre-se pelo telefone ou e-mail

**2222 0480**

[comunicacao@cidp-cro.com](mailto:comunicacao@cidp-cro.com)  
[www.cidp-cro.com/cidp-brasil-voluntiers](http://www.cidp-cro.com/cidp-brasil-voluntiers)  
[www.facebook.com/CIDPBrasil](http://www.facebook.com/CIDPBrasil)

## ESTRELUZ

PERFUMARIA

A sua mais nova opção em Perfumaria na Tijuca!



Rua Santo Afonso, 153 LJA - Tijuca  
[estreluzperfumaria@ig.com.br](mailto:estreluzperfumaria@ig.com.br)

Faça-nos uma visita!  
☎ 3359-5305  
☎ 2595-3293



**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

**IMÓVEISE PROPRIEDADES****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 - Osvaldo.

**SAÚDE****Dra. Andréa Pinheiro**

Fisioterapeuta - CREDITO: 58877-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: 2535-3824 | 991702929 | saudart24h@gmail.com

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

Atendimento a domicilio Diogo Medina | Cnito nº 60373-F

Tel: 9525-2051  
(consultório Tijuca)Preços especiais para quem mora em  
Vila Isabel, Tijuca, Maracanã,  
Andaraí e Crajeú.http://diogomedina-diogo.blogspot.com.br/  
http://diogos.google.com.br/terraonline/terraonline/home**MARCENEIRO****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

**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, 9 - 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: 397-0502



RESERVA UNIDADE VOLTAPOI À PARADA: SE ENCONTRA A 100M DA UNIDADE

Baralho Cigano e Mais.

**ADVOGADO****Advocacia**Dr. Luiz Carlos Paz  
115-854-0308 RJFamilia, Cível, Criminal e Trabalhista.  
Fazemos Imposto de Renda.

Tel. 97995-5240 / 2273-6661

**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**VESTUÁRIO****CAMISAS PERSONALIZADAS**

Fone.: 7981-4027 (falar com Márcia)

**AULAS E CURSOS****PROFESSORA LENA FREITAS**

Não deixe a reprovação entrar em casa!

- Explicadora Ensino Fundamental  
- Acompanhamento individual completo  
- Concursos

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  
minha ou sua residência. Fone: 2572-7510 | 99133-0406**AULAS PARTICULARES**

1º ao 9º ano/Fundamental

Matemática - Língua Portuguesa - Inglês

Profª Elaine - 2278-1391 - 9958-5420

**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.

CaminhoDigital

FILMAGEM EM GERAL!

2537.0963 / 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  
Orçamento e Levantamento de Material  
3507-8952 | 98475-0464  
andrediasprojetos.blogspot.com.br | andre.lad@hotmail.com



## LIVROS DE GASTRONOMIA

Seja você um entusiasta da boa mesa ou cozinheiro de fim de semana ou alguém que está pensando em se profissionalizar de verdade, existem vários livros que podem ajudá-lo:

“Cartas a um jovem chef – caminhos no mundo da cozinha” – o chef Laurant Suaudeau, do alto de seus mais de 30 anos de experiência, dá conselhos a quem estiver pensando em trilhar o caminho das panelas. Não pense que os conselhos são apenas filosóficos: o chef oferece dicas práticas sobre ingredientes e mostra as diferenças entre europeus e brasileiros na cozinha;

“Chef Profissional” – este é, para mim, o melhor dos livros do CIA, famosa escola dos EUA que formou alguns dos melhores chefs do mundo. Praticamente equivale a um curso completo de gastronomia, já que aborda aspectos como medidas, ingredientes, técnicas, equipamentos, terminologia, cozinhas regionais pelo mundo... além de muitas receitas em suas mais de 1.000 páginas;

“Técnicas de Cozinha”, da Companhia Editora Nacional – é quase um resumo do tijolão acima – mais de 300 receitas, além de técnicas e fundamentos de culinária com muitas ilustrações e informações sobre os ingredientes – alguns bem brasileiros, como açaí, bananas (faz uma detalhada distinção entre os vários tipos), caju, carambola, jenipapo, jambo;

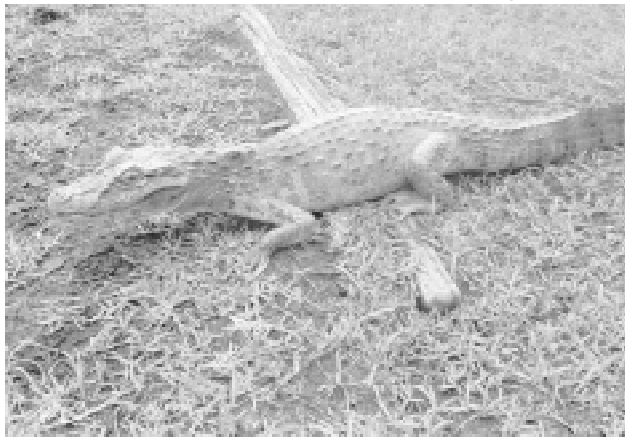
“Gastronomia no Brasil e no Mundo” – editado pelo SENAC em 2008, este livro é fruto do trabalho de uma jornalista gastronômica e de uma historiadora. O resultado é uma coletânea de curtas histórias divertidas e ilustradas que mostram a evolução dos alimentos desde a pré-história até a cozinha de vanguarda. Agrada tanto a profissionais quanto a amadores;

“Alquimia dos Alimentos”, do SENAC – se o seu negócio é conhecer as transformações por que passam os alimentos quando submetidos às técnicas culinárias, este livro é para você. Moléculas, ligações químicas, reações químicas, interações... além de uma detalhada análise dos alimentos, os autores também descrevem os órgãos sensoriais e seu funcionamento.

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

## APARECIMENTO DE JACARÉ VIROU ROTINA

Foto: Divulgação/GM-Rio



Guardas municipais do Grupamento de Defesa Ambiental (GDA) resgataram mais um filhote de jacaré de papo-amarelo, no final de março, em canteiro de obras da Transcarioca, em Jacarepaguá. Os guardas integram a equipe da Patrulha Ambiental – que também é formada por fiscais da secretaria municipal de Meio Ambiente – e foram acionados por meio da Central 1746, da Prefeitura do Rio. Este já é o quinto resgate de jacarés realizado neste ano pelos guardas na região.

O resgate aconteceu na Av. Canal Arroio Pavuna. Segundo funcionários da obra, o animal foi encontrado no meio dos materiais utilizados na construção. Assim que a equipe da Patrulha Ambiental chegou ao local, retiraram o animal de um tonel e fizeram avaliações iniciais. O jacaré resgatado mede aproximadamente 90cm e como estava em boas condições físicas, foi encaminhado para o Parque Natural Municipal do Marapendi,

onde foi realizada a soltura.

### VIZINHOS INUSITADOS

Já são cinco o número de jacarés resgatados pelos guardas municipais na Zona Oeste, desde fevereiro. Os guardas observam o crescimento no aparecimento desse tipo de animal na região. No ano passado, foram realizados dez resgates de animais dessa espécie em toda a cidade.

Dos resgates desse ano, três aconteceram dentro de um condomínio, localizado no Recreio dos Bandeirantes. O primeiro vizinho inusitado apareceu no dia 19 de fevereiro e foi resgatado dentro de um chafariz. Em março, o condomínio acionou novamente a Guarda Municipal para resgatar mais dois jacarés. A ação foi realizada em conjunto com o Corpo de Bombeiros. O quarto resgate aconteceu na semana do mais recente, na Vila Militar.

Na maioria dos casos, os guardas foram acionados pela Central 1746. A população também pode acionar a Patrulha Ambiental, por meio da central, ao flagrar animais silvestres em área urbana ou em qualquer situação de risco fora do seu habitat. O manuseio não é aconselhável, pois pode agravar qualquer lesão que os animais apresentarem.

## ALUGO

Apartamento conjugado Grajaú. Av. Engenheiro Richard, de frente. Piso frio, esquadria de alumínio. R\$ 800,00 + taxas. Fiador.

Tratar 99158-1644.

## 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.

### TEMPERO CASEIRO

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.

### CRIE FABRIK

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

### ENCANTO DOS ORIXÁS

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

### GRAJAÚ TÊNIS CLUBE

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

### 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.

### 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.

### DITUTTO 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.

### AULAS PARTICULARES

Rua Maxwell, 202 - Vila Isabel. Tel: 2572-7510 / 9133-0406



Informe Publicitário



Sandra  
Serrado

Arte Jancil  
Bruno Peres B. George

sandra serrado  
e banda em  
tributo a  
clara nunes

vem clarear

Direção Musical: Fibernanda Fernandes.  
Direção Teatral: Marcelo Vasconcelos

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

**Dia: 09 de maio**

**Horário: 20h**

**Teatro Liceu:**

**Rua Frederico Silva,**

**nº 86 - Centro**

**R\$30,00**

(COM ESTE RECORTE PAGUE R\$15,00)

**Fan Page: Vem Clarear**

**www.vemclarear.z7producoes.com**

Trupe da Arte - Oficina Gratuita de Teatro e  
Canto Livre todas as 2ª feiras das 15 às 17h  
Av. Profº. Manoel de Abreu, 300 - Vila Isabel.

Sarau: Meu Caro Amigo Chico - dia 08 de  
maio às 17h - Homenagem as mães.

Rio Previdência Cultural - Av. Profº Manoel  
de Abreu, 300 - ENTRADA FRANCA

**Cultural RIO PREVIDÊNCIA CULTURAL**  
Oficinas Gratuitas para a

Terceira Idade e para todas as Idades. De 2ª à  
6ª feiras das 8 às 17h. Faça uma visita e se  
inscreva! Av. Professor Manoel de Abreu, 300.

ANJO Films - Cinema, Teatro, Estúdio  
de Cinema e Televisão, VídeoBook e  
Fotografia - (21) 3628-0551  
Bruno ou Kim

www.z7producoes.com.br  
Tel: 3007-3188 / 3007-3188

**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**

## INFORMÁTICA PARA A TERCEIRA IDADE

Informe Publicitário

A INCLUSÃO DIGITAL para acontecer, de modo simplificado e fácil, precisa de três componentes básicos que são: computador, acesso à rede e o domínio dessas ferramentas conectadas à INTERNET. Eles precisam saber o que fazer com essas ferramentas.

A relação dos mais velhos com a informática, diferente do que se pensa, é de harmonia. Alguns questionam o distanciamento e a dificuldade de conviver com tanta velocidade. Entretanto, é certo que a primeira vez eles nunca esquecem, e difícil é ficar de fora da "rede" depois de experimentar a realidade virtual pelo mundo através de uma máquina, os novos amigos, o contato com parentes distantes e uma diversidade de informações.

Por ser uma pessoa de "idade", muitas vezes ela acha que seu tempo já passou que não é possível aprender mais nada, que as novas tecnologias são coisas para jovens.

Puro preconceito!

A partir do momento em que eles entram em contato com a INTERNET, às facilidades de acesso ao conhecimento on-line com pessoas de diferentes regiões, parece que se abre um novo universo e o preconceito simplesmente desaparece diante da vontade de aprender e conhecer cada vez mais esta ferramenta maravilhosa.

O meu objetivo é fazer com que a TERCEIRA IDADE conheça o mundo fantástico da tecnologia, realizando sonhos de muitos idosos com medo das Escolas de Informática. Para eles será uma alegria e satisfação aprender algo novo.

Programe suas aulas:

Profª Nazareth – aulas individuais com dia e hora marcados.

Av. 28 de Setembro, 252 casa 01 – Vila Isabel  
Tel. 2576-7580 / 997622-2521

**EMPRÉSTIMO CONSIGNADO**

**CORRESPONDENTE AUTORIZADO**

**BMG**

e BRADESCO, BANRISUL, BV, SANTANDER,  
BONSUCESSO, PAN, BGN, BIC e outros.

**FAZEMOS:**

INSS, FEDERAL, MILITARES, GOV. DO ESTADO DO RJ e etc.

CONTRATOS NOVOS, REFINOS E COMPRA DE DÍVIDA.

Solicite-nos uma simulação  
**SEM COMPROMISSO!!!**

**Atendimento em Domicilio ou**

Tels: 2502-3421 / 98808-2725

Travessa Mariz e Barros, Casa 09 - Praça da Bandeira  
(ao lado da Lanchonete Mags. Em frente a portaria do Hotel Málaga)  
Segunda a sexta, de 8h às 17h.

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: Meier / Tijuca / Lga. do Machado.  
Preço por pessoa parcelado em 4 vezes, sem juros.  
Demais formas de pagamento sob consulta.

Inform. / Reservas: Bebel ou Giselle Curta nossa página:  
2551-0201 / 99657-6427 / 99693-6430 facebook.com/gibeltur

Registro Min. Turismo: 19.010349-96-7

**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

**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**