

CORREIO CARIOCA®

entretenimento na medida certa

BOTAFOGO - HUMAITÁ - URCA

Novo site: www.correiocarioca.com.br

ANUNCIE! 3681-5302

Desde 2003 | correiocarioca.com.br | Ano IX | Nº 87 | maio de 2011

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

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

CULINÁRIA

NOVIDADES

Saborosa receita.
Pág. 2

Restaurante Japonês e Pilates. Pág. 5

SEXUALIDADE

TURISMO

Foi bom para você?
Pág. 6

A linda Trindade-RJ.
Pág. 12

CULTURA

ALUMÍNIO

Agenda: show, filme e boate. Pág. 14

Como conservar sua janela. Pág. 16

A BOEMIA DE BOTAFOGO

Há algum tempo meramente residencial, hoje bairro possui uma vida noturna movimentada e atrai frequentadores de várias regiões da cidade. **Págs. 8 e 10**

PANFLETOS!

5000 PANFLETOS.....só R\$ 180,00
PARA ANUNCIANTE OU EX-ANUNCIANTE

Para outros clientes R\$ 210,00.
Se você não tem a arte, a gente faz de graça!

☎ 3681.5302 / 8738.5283

"O tempo e o imprevisto sobrevivem a todos." (Eclesiastes 9:11)

FAÇA SEU SEGURO! NÃO CORRA RISCO!

Oferecemos todas as modalidades de seguro,
escolha o seu!

FIANÇA - RESIDENCIAL - AUTOMÓVEL

Gutemberg Scheidegger Rosa
Corretor de Seguros - Susep: 10.0660906

Telefones: 2275-7523 / 8770-4928

Rua Marechal Cantuária nº 158 Urca - RJ

ANUNCIE AQUI!

Apenas
R\$ 100,00 por mês*

Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

Samba,
Qualidade,
Conteúdo!

Roda de Samba do

Grupo
ARTIFÍCIO

A partir
das 22h
R\$ 10,00

TODOS OS SÁBADOS

No C.R. Guanabara - Bar do Armindo (GuanaBar)
Av. Repórter Nestor Moreira, 42 - Botafogo

O SABOR DO CREPE

O melhor crepe de Botafogo quer ser o melhor do Rio!
Mas falta um ingrediente! VOCÊ!

Delivery em Botafogo..... Tel. 2543.1815

Rua General Polidoro, 58 / loja 102 A
Botafogo

Bar & Pizzaria

LAGUNA

NÃO
COBRAMOS
TAXA DE
ENTREGA

Na compra de qualquer Pizza
1 refrigerante 2 litros GRÁTIS

2542-4228 / 2295-2497

Delícia Carioca

QUIBE FRITO E MOUSSE DE MARACUJÁ

QUIBE FRITO

Ingredientes:

- 1kg de carne moída
- 1kg de trigo para quibe
- 2 colheres de manteiga
- 2 cebolas picadinhas
- sal
- pimenta do reino
- hortelã

Modo de Preparo:

1. Deixar o trigo para quibe de molho por 3 horas
2. Escorrer muito bem e espremer o trigo
3. Misturar os demais ingredientes, se preferir passe por um moedor ou processador antes de fritar.



MOUSSE DE MARACUJÁ

Ingredientes:

- 1/2 lata de leite condensado
- 3 caixas de creme de leite
- 1 pacote de suco de maracujá
- 1 pote de iogurte natural

Modo de Preparo:

1. Bata tudo no liquidificador por 3 a 5 minutos.
2. Disponha em taças e leve para gelar por 1 hora.
3. Sirva gelado.



ANGÚSTIAS DA TERCEIRA IDADE

O problema que mais acomete as pessoas nesta faixa etária é a doença periodontal (aquela em que os dentes vão se abalando por causa do tártaro ou outros fatores) que provoca o uso das famosas próteses (dentaduras, pererecas, ou como queiram chamá-las). É aí que começa o problema, pois prótese nunca será dente.

Muitas vezes, nesse momento, a pessoa resiste e pede para manter um trabalho que não tem mais jeito (exemplo: uma ponte fixa, que não pode ser mantida com os dentes abalados). Então, recomenda-se fazer uma prótese inteira que, às vezes, machuca sendo necessário ajustá-la. Quando são provisórias e colocadas logo após a extração do dente não ficam muito justas, já que a gengiva vai "murchando", e conseqüentemente a dentadura "afrouxando". Para resolver este empecilho é importante aguardar algum tempo até que

a prótese definitiva possa ser colocada.

Por isso tudo eu digo que é necessário ter "paciência de monge", pois perder dentes não é coisa fácil. As pessoas ficam angustiadas, deprimidas e irritadas. Mas como é preciso banir esta doença da boca deve existir o esforço de aceitar e tentar acostumar-se à mudança.

Quando está muito difícil eu indico o implante dentário, que dependendo da saúde do paciente, pode ser feito.

Espero que esta coluna ajude a esclarecer suas dúvidas e peço: tenham paciência, pois esta é uma fase difícil na vida do ser humano.

Beijos,

Dra. Renata Pescadinha

DISK SAÚDE DENTAL

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

TIRE SUAS DÚVIDAS

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



A MAIS NOVA OPÇÃO EM BOTAFOGO



Venha conhecer as delícias do nosso sushi bar.
Sushis-Sashimis-Makimomos-Combinados-Temakis.
Makimomos inventados por nosso sushiman.
Sofisticação, qualidade e bem estar no seu dia a dia...
Misturando o Japão com a nossa cidade maravilhosa,
nasce o Mitsuy.
Preparamos festas e eventos em seu espaço
(casa ou escritório).

Temos Delivery

3518-5351

www.mitsuy.com.br

Rua da Passagem, 111 - Lj - Botafogo

10% DE DESCONTO
com este anúncio

Papelaria
Ideal
de Botafogo

Artigos de Papelaria
Plastificação
Encadernação
Xerox
Recargas de
Cartuchos e Toners

ENTREGA EM DOMICÍLIO

2541-6670

Rua General Polidoro, 23 - Loja

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

PROMOÇÃO EM 5 SABORES

Portuguesa, Napolitana, Calabresa, Mussarella e Presunto
Só R\$ 14,00 - Não cobramos taxa de entrega.



Entregas em Domicílio
2527.0565
2286.3012

Diariamente, de meio-dia às 3h

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

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

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

 **Dra. Kenaide Augusta Alves**
Advogada - OAB/RJ 51.882
Direito do Consumidor - Família - Inventários
Imposto de Renda Pessoa Física - Direito Imobiliário - Trabalhista
Consultas: marcar com antecedência.
Rua Senador Dantas, 117 - sala 711 - Centro - R.J.
Tel/Fax: (21) 2517.3355 - Mail: kenaide_advogada@hotmail.com

QUENTINHAS **A PARTIR DE R\$ 7,00!**
- Trabalhamos Sábado
- Entrega em domicílio
- Pratos variados **Tel. 2543.0437 / 8198.6283**

Classinet **VOCÊ VIU ESTE ANÚNCIO?**
soluções inteligentes **SEUS CLIENTES SIM!**
seu anúncio na internet a partir de R\$9,90!
sites a partir de R\$339,00!
telefones: (21)3684-7338 ou (21)4141-7337
<http://www.videoscomerciaisnaweb.net>

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

QUENTINHAS
SOROCABA
R\$ 8,00 - 8 pratos variados de 2ª a 6ª feira.
5 opções de carne no sábado.
Às sextas-feiras, mini-feijoada por R\$ 9,00.
Entrega em domicílio somente em Botafogo
Tel. 2266.7439 / 8753.3848 / 7104.9116

CABELO QUE VOCÊ SEMPRE SONHO
CABELO • MÃO DE OBRA: R\$ 250,00.
Profissionais especializados em Mega Hair.
Todo tipo de Implantes: Nó Italiano, Cola de Queratina e etc.
Cabelos mais volumosos e do tamanho que preferir.
Praia de Botafogo, 484 / lj.16 - Botafogo
Tel. 3285.3343 / 9251.8574 / 8279.2741 / 7149.9562

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 VHS OU FITA K7 EM CD.
CONVERTA SEU ÁLBUM DE FOTOS PARA DVD.
PREÇOS SOB CONSULTA. LIGUE-ME:
Sérgio Alves
Tel.: (21) 2535-5358 / (21) 9142.4780

Consultório de Psicologia
Patricia Adnet
Psicóloga | CRP 05/34198
Terapia Cognitivo-Comportamental e
Especialista em Saúde Mental Infante-Juvenil
déficit de atenção/hiperatividade, stress, ansiedade,
pânico, depressão, fobias, obsessivo-compulsivo,
gagueira, arrancar pelos/cabelos, disfunções sexuais
atendimento: botafogo e barra
2527.6005 | 9968.3363 | www.patriciaadnet.com

ANUNCIE AQUI!
Só
R\$ 45,00 por mês!
Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

Conquistar seu peso ideal
com mais saúde e energia? **SIM, É POSSÍVEL!**
 **HERBALIFE**
Conheça uma nutrição inteligente, prática e natural.
Ligue agora e ganhe uma avaliação gratuita!
Cel. 8467-9427
Lucia Helena **Flávio Meira**
lh.lucia@gmail.com flaviosmeira@hotmail.com

LAVO E PASSO ROUPAS
Só R\$ 22,00 o Kg
SÓ PASSAR = R\$ 15,00 por kg
LAVAR E SECAR = R\$ 12,00 por kg
 **2527-4375**

PANFLETOS!
5000 PANFLETOS.....só R\$ 180,00
PARA ANUNCIANTE OU EX-ANUNCIANTE
Para outros clientes R\$ 210,00.
Se você não tem a arte, a gente faz de graça!
3681.5302 / 8738.5283

 **APTUS**
ACADEMIA
Musculação
Ginástica
Bike Indoor
Ergometria
Danças
Step
Futebol
Alongamento
Personal
Fisioterapia
Pilates e RPG (não inclusos)
Nutrição
e muito mais.
Plano Mensal por apenas:
R\$ 100,00.....(a partir do 2º mês)
PACOTES
3 MESES = R\$ 245,00 (2 x R\$ 122,50) Média: R\$ 81,66 ao mês
6 MESES = R\$ 435,00 (3 x R\$ 145,00) Média: R\$ 72,50 ao mês
Pacote 6 meses à vista - 1 mensalidade grátis
Média de R\$ 62,14 por mês
Pacote 12 meses à vista - 2 mensalidades grátis
Média de R\$ 55,07 por mês
Matricula Grátis - Salas Climatizadas
Tel. 2543.4931 - www.academiaaptus.com.br
Av. Repórter Nestor Moreira, 42 - Botafogo
(Dentro do Clube de Regatas Guanabara)

Paulinho Celulares
>> Consertos e acessórios em geral
>> Desbloqueio de GSM

>> Capas, baterias, fones, frentes,
carregadores, carcaças, displays, etc.
Todas as marcas e modelos.
Linha completa de acessórios.
• **Rua Nelson Mandela, box 31**
Entre as ruas Volunt. da Pátria e São Clemente
• **Rua 13 de maio, 33 - bloco b**
quiosque 5 e 6 - Centro.
Paulo - 3287.4669 / 9382.0014

LAVANDERIA
Serviço especializado **R.S. OLIVEIRA**
em condomínio residencial. Tingimento, tapetes
e roupas finas.
Só passar: R\$ 10,00 / kg
Lavar e Secar: R\$ 5,90 / kg
Lavar, Passar e Secar: R\$ 22,00 / kg
(exceto roupas finas)
2286-0532 / 8505-6818 / 9866-1160
COLETA E ENTREGA EM DOMICÍLIO.

HEITOR MOTTA
DECORAÇÕES
Revestimento em Geral
Papel de Parede - Paviflex
Carpete - Decorflex
Formi-Piso - Ambienta
e Pintura em Geral

3183.5337 / 9326-5351

COLUNA VELHOS CARIOCAS

Saúde na
Melhor Idade**DIGNUS – ARTE DE VIVER**

Um dia das mães bem animado!

A Dignus – Arte de Viver (www.dignus.com.br), casa de Botafogo que oferece hospedagem e serviços especializados para idosos, comemorou a Páscoa em grande estilo e estará comemorando no mês de maio, o Dia das Mães, com uma linda festa que



contará com uma apresentação especial do Grupo de MPB do Delano.

Essa casa diferente, com ar de “casa da gente”, está sempre inventando atividades interessantes para preencher ainda mais as vidas das pessoas da terceira idade. A Dignus é uma casa que pensa, sente, fala e respira a terceira idade e é por esse motivo que tem obtido resultados inacreditáveis, tanto em seus tratamentos, como em suas propostas preventivas.

Muitas idosas que chegaram à Dignus com depressão, hoje mostram-se mais motivadas e saudáveis. A casa conta com uma equipe de profissionais

bastante experiente e atenciosa (médico; psicólogas; nutricionista; educador físico; enfermeira; cuidadoras e etc.).

Os idosos e idosas podem ficar hospedados na casa ou apenas frequentarem as atividades oferecidas (educação física; cantoterapia; piano dançante; cineterapia; arteterapia; passeios e festas), na modalidade de Centro-Dia ou Centro-Horas. As visitas dos familiares aos idosos são livres e a casa até parece uma grande família.

Uma casa viva e sensível como a Dignus é o lugar certo para se viver a terceira idade. Junte-se à Dignus e tenha mais saúde e alegria de viver (visitas agendadas pelo telefone 21 2542-9299).

Apoio:

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

BLOG DO TRÂNSITOAcesse: <http://fuimultadooquefazer.blogspot.com>**TRÂNSITO LIVRE****Descomplicando a Lei de Trânsito para você!**

Em nosso primeiro contato afirmamos que recorrer de uma infração de trânsito que julgamos injusta é sempre aconselhável haja vista que estas pesam no bolso do proprietário ou condutor e ainda somam pontos negativos na CNH, que podem ocasionar a suspensão ou até mesmo culminar com a cassação do documento de habilitação.

Desta forma, principalmente os profissionais do volante, não devem se descuidar da proteção que a Lei oferece para suas defesas, pois perder o direito de dirigir, mesmo que temporário, é perder seu meio de sustento. Importa dizer que não devemos apoiar o infrator contumaz, o espertinho que se utiliza dos acostamentos em engarrafamentos para se dar bem, mas sim o cidadão cumpridor de seus deveres. É preciso que se analise a forma como a suposta infração se deu.

Por exemplo, o CTB prevê a possibilidade de avançar o sinal amarelo, quando a velocidade não permitir a parada sem causar um acidente. Desta forma, como a câmera dispara junto com a luz vermelha, o tempo do sinal amarelo deve ser compatível com a ve-

locidade máxima da via e a distância do cruzamento. Se essa equação não for adequada, muitos condutores serão maliciosamente “flagrados” avançando o sinal, pois estarão, invariavelmente, dentro do cruzamento e por consequência no raio de ação da fotografia acionada pela luz vermelha do sinal. Sendo assim, o condutor fotografado foi colocado em uma armadilha da indústria da multa e de nada vale a Administração Pública atestar a aferição dos fotossensores se estes são habilmente manipulados por um fator externo.

Desta forma, um recurso bem elaborado, requerendo laudos e demais documentos legais exigidos para a aplicação de penalidades tem mais possibilidades de sucesso.

Portanto, como afirmamos, interessa fundamentalmente aos profissionais do volante, tais como taxistas, transporte alternativo legalizado, motoristas de cargas e ônibus, exercerem suas defesas.

E para tal, busque no blog <http://fuimultadooquefazer.blogspot.com> sua orientação ou assessoria, ou ainda, tire sua dúvida e apresente sua sugestão de assunto.

ANUNCIE AQUI!

Só

R\$ 75,00***Tel. 3681.5302**

* valor por mês em contrato de 3 meses.

**MMA
ADVOGADOS
ASSOCIADOS**

Atuamos em variados ramos do Direito.
Defendemos seus interesses junto ao governo
e também de natureza privada.

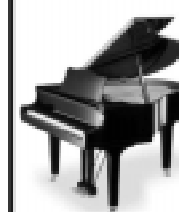
Se você se encontra em uma destas situações:

- Execução Fiscal;
- Processo Administrativo Disciplinar;
- Autuação para pagamento de tributos;
- Problemas em concurso público;
- Problemas com benefícios previdenciários;
- Problemas com produtos ou serviços adquiridos;
- Reparação de danos materiais e morais

Faça-nos uma visita, agendando previamente,
nos telefones 2292-8488, 2544-2666, 8110-1311,
9681-3213 e 9907-7573

ou ainda através dos endereços de
e-mail: gabrielcmourelle@yahoo.com.br,
jmadvogado@hotmail.com
e mmedeiros2@gmail.com

Em frente à saída Rio Branco da estação de Metrô Carioca
Av. Rio Branco, 181, sala 209 - Centro - Rio de Janeiro - RJ

**AULAS
PIANO E TECLADO**

Clássico e Popular

Myriam - 2275-8715 / 8265-0082

Fisioterapia – Khadige Hade

• Drenagem linfática manual • RPG

(Atendimento domiciliar)

Cel.: (21)9263-1786 E-mail: khady@ibest.com.br**ANUNCIE AQUI POR
APENAS 30 REAIS**

Mínimo de 3 meses.

Ligue agora! Tel. 3681.5302

RESTAURANTE MITSUY TEMAKI DRINK

Culinária japonesa e criatividade brasileira em um só lugar



O restaurante Mitsuy Temaki Drink, inaugurado em setembro de 2010, é um projeto dos jovens sócios Rafael Lincoln e Marcelo Teixeira. Os dois amigos, apaixonados pela cozinha japonesa, queriam construir um lugar onde a culinária tradicional do Japão tivesse destaque, mas que os sushimen tivessem liberdade para criar e, assim, oferecer novidades constantes aos clientes.

No cardápio constam as peças tradicionais como sushi, sashimi, diversos makimono, yakisoba, harumakis, sunomono, misoshiro entre outros...

Uma das criações do shushman Willames já ganhou fama e está entre as mais pedidas; é o makimono Will (salmão, cream cheese e cebolinha) 8 peças R\$ 17,80. Também faz sucesso o makimono Zoimaki (peixe branco com leve sabor apimentado de togarashi) criado pelo shushman Vinícius 8 peças R\$13,80.

A carta de bebidas é bem variada, mas o preferido do público é o caipsaquê de lichia.

A loja tem 70m2 e foi decorada pelos sócios que queriam oferecer um ambiente acolhedor e atraente. O espaço tem 29 lugares e um balcão, onde é possível ver o preparo das refeições.

O horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira de 12h às 24h e sábados de 17h às 24h. Domingo o espaço é

disponibilizado para eventos. A entrega em domicílio é feita nos bairros Botafogo, Urca, Leme, Humaitá e Flamengo. Demais bairros a consultar.

Todas as terças-feiras tem "Makimono HOT PHILADEPHIA em Dobro": comprou um, o outro é de graça. Às sextas-feiras, na compra de um combinado ganha uma porção de harumaki (rolinho primavera). Estas promoções são válidas na loja e no delivery, mediante apresentação do folder da loja, por tempo limitado.

A novidade do mês de abril é o rodízio aos sábados. O preço é especial: R\$ 48,00 o rodízio simples e o rodízio Mitsuy a R\$ 53,00, que estão incluídos o peixe defumado haddock, makimono will e jow.

O Restaurante Mitsuy aguarda todos os leitores do Jornal Carioca, recorte o seu desconto no anúncio abaixo. Sofisticação e bem estar no seu dia a dia.

Restaurante Mitsuy Temaki Drink: Rua da Passagem, 111 - Botafogo. De segunda a sexta, das 12h às 24h, e sábados, de 17h às 24h. Capacidade: 29 lugares. Tel.: 21 3518-5351 - www.mitsuy.com.br.

GARANTA SUA DOSE DE SAÚDE DIÁRIA PRATICANDO PILATES

A prática regular de atividades físicas é benéfica para a saúde física e mental. Os brasileiros contam com mais uma alternativa para isso, o Pilates.

O que é Pilates? Um conjunto de exercícios físicos que objetivam proporcionar força, alongamento, flexibilidade, melhora respiratória, corrigir a postura e prevenir lesões.

O método de exercícios foi desenvolvido por um alemão chamado Joseph Pilates (1880-1967) no início do século passado, ele o chamava de contrologia. Teve diversas influências como yoga, zen budismo, artes marciais. Princípio mente sã, corpo são; criou uma atividade baseada em 6 princípios básicos: respiração, concentração, controle, alinhamento, centralização e integração do movimento. A técnica desenvolvida não traz impactos nocivos para as articulações, ligamentos e musculatura.

A técnica pode ser desenvolvida no solo (mat pilates) e em aparelhos. Apesar de exercícios no solo parecerem mais simples, por utilizar acessórios como bolas ou elásticos, o método conta muito com a força do próprio corpo e da gravidade, exigindo maior consciência corporal.

As aulas são personalizadas, podendo ser individuais ou em pequenos grupos, supervisionadas por um professor fisioterapeuta ou educador físico, respeitando os limites e necessidades individuais do aluno.

O pilates está estruturado para o atendimento de qualquer indivíduo, desde o atleta até o sedentário, do idoso ao adolescente, da grávida aos pacientes em fase de reabilitação, podendo ser recomendado como

condicionamento físico e prevenção de lesões para todos. No idoso o método recupera funções motoras perdidas, melhora postural com benefícios para o equilíbrio, flexibilidade, força, recuperação do controle das funções orgânicas como incontinência urinária e autonomia para desenvolvimento das tarefas do dia-a-dia. Pessoas saudáveis que o praticam ficam menos suscetíveis a problemas de saúde, mas é indicado também para controle de doenças como osteoporose, diabetes e hipertensão.

Com consciência, o trabalho com Pilates se transforma em investimento em autoconhecimento, na possibilidade de reencontro com o equilíbrio e numa verdadeira experiência de revalorização pessoal. E isso não tem preço! Enfim, não há nada que motive tanto a fazer como descobrir o que se pode fazer!

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

(Joseph Pilates)

SPAÇO PILATES

Rua da passagem 83, sl.202- Botafogo
Tel.3474-4560 /87465591

Por Fisioterapeuta Mauriceia de Sousa Silva - CREFITO 2-53753-F

Fisioterapeuta Lucilene do Amparo Paes - CREFITO 2-51505-F

LANÇAMENTOS BOTAFOGO 03 QUARTOS



EBERT VILELA - 7879-1653
MÔNICA MIRANDA - 9639-0843

ANTECIPE-SE

CIES

Centro Interativo
Eugênia Sampaio

AULAS PARTICULARES

NO CIES O FUTURO DO SEU FILHO JÁ CHEGOU!

Matriculas abertas

PROFESSORA ESPECIALIZADA

- Do 1º ao 9º ano do ensino fundamental
- Preparatório Pedro II e CAP (Uerj)
- Supletivo - todos os segmentos
- 2º Grau

Psicologia,
➤ Fonoaudiologia
e Grafoterapia



Salas confortáveis, c/
Ar-condicionado.

CIES

Centro Interativo
Eugênia Sampaio

2541.6516 / 3905.9130

Rua da Passagem, 83, sl 309 - Botafogo
centroiesampaio@gmail.com - www.ciesrj.com.br

Shake - Bar & Flair Training



**CENTRO DE
TREINAMENTO
DE BARTENDERS**

- Perfeito para quem procura uma renda extra nos finais de semana, para estudantes que planejam viagens de estudo no exterior ou profissionais de bar em busca de aperfeiçoamento.

- Total infraestrutura para aulas de coquetelaria e flair, material importado de bar, material audiovisual, estúdios.



CURSOS PROFSSIONALIZANTES:

Bartender Nível 1 - Coquetelaria Avançada
Mixologia Molecular - Flair básico, intermediário e avançado.

CURSOS PARA LEIGOS:

Bartender para Leigos (Coquetelaria) - Bartender Hobby (Coquetelaria e Flair) - Bartender Junior (Coquetelaria sem álcool e flair) receitas de smoothies e utilização somente de sucos, refrigerantes e xaropes. Flair treinado como esporte.

A Shake também conta com uma equipe de eventos formada por profissionais treinados na escola, carta de drinks feitas especialmente para seu evento, venha conferir.

Tel. 3970-2061 / 9398-9108 / 9454-1294

Av. Treze de Maio, 33 / bloco A - sala 2102 - Centro

www.shake-rj.com shake@shake-rj.com



VOCÊ SABIA?

POMBOS SE ORIENTAM POR CAMPOS MAGNÉTICOS

Na nota acima foi citado o instinto animal como uma das formas de orientação primárias dos pombos. No entanto o que se pensava até hoje é que esse instinto fosse baseado em odores, mas uma pesquisa americana diz o contrário. Uma equipe da Universidade da Carolina do Norte, nos EUA, conseguiu provar que os pombos são sensíveis às perturbações do campo magnético da Terra. Na experiência pombos-correios foram colocados em túnel com uma bobina elétrica móvel em sua parede externa. Os pássaros se dirigiam para uma das saídas do túnel se o campo magnético era perturbado, e para o outro no caso contrário.

Também foi posto um ímã nos bicos, diminuindo a capacidade de orientação dos animais, o que também ocorreu quando o bico das aves foi anestesiado.

Além disso, foi constatado que em caso de corte do nervo olfativo das aves estas não se perdem, o que prova que elas não dependem de odores para se orientarem.

MUDOU! AGORA POMBOS SE ORIENTAM POR PLACAS!

Cientistas descobriram que os pombos estão trocando seu instinto animal por placas e rodovias para se orientar na volta para casa.

A pesquisa é da Universidade de Oxford, na Inglaterra, que percebeu que alguns pombos dobram em curvas e usam placas para saber onde estão. Um dos pesquisadores informou que estes animais não usam caminhos lineares o tempo todo, mas quando seguem uma estrada, isso fica claro.

O cientista falou que os pombos costumam usar sua habilidade natural de se orientar pelo sol quando se encontram em território pouco familiar.

PORQUE O CÉU DA TERRA É AZUL?

O céu da Terra é azul porque as moléculas de nitrogênio e oxigênio, que formam a maior parte do ar de nosso mundo, filtram o componente azul da luz solar; já em Marte, o céu é cor-de-rosa; em Urano, verde; em Vênus, amarelo-laranja; em Júpiter, preto sem estrelas; em Plutão, preto com estrelas.

Sexo sem Mistério

FOI BOM PARA VOCÊ?

Os homens desde crianças são estimulados sexualmente, seja através da cultura ou pela própria anatomia, com seus genitais para fora, enquanto o feminino é interno, pra dentro. E é lá que muitas escondem a sexualidade. Apesar de tanta informação e da independência financeira, elas ainda têm dificuldade em gozar. Descoberta alarmante: por mais que sejam independentes, (algumas) ainda são dependentes emocionalmente dos homens.

Pensemos no ato solitário da masturbação. Não é possível negar o prazer que pode surgir através de tal prática. Pesquisas demonstram que as mulheres costumam ter mais orgasmos com tal prática. Sem entrar no mérito fisiológico, visto que a penetração pouco influi para o gozo, mas sim a estimulação clitoriana, me questiono porque a maioria consegue se masturbando e não com o parceiro. O prazer a dois envolve compromisso um com o outro: devemos dizer o que gostamos, caso o outro não descubra o mapa da mina, o que na maioria das vezes acontece. E lamento a decepção: isso é responsabilidade de vocês.

E se agora quiser saber sobre a saída desse túnel, acendo a luz para possa enxergar a necessidade da intimidade a dois. Sabia

que algumas mulheres só conseguem gozar depois de certo tempo de parceria? Bem, essa é uma das minhas crenças: mesmo com uma educação repressora, se há profundidade da relação, barreiras podem cair. Só que hoje os relacionamentos não são íntimos e assim, barreiras, ao invés de caírem são construídas.

Acho lamentável mulheres que acreditam que devam reprimir o próprio desejo como forma de se adequarem às exigências masculinas. A mentalidade patriarcal as reprimiu de 2 formas: através da servidão ao buscarem a aprovação ou através da manipulação ao usarem o sexo como forma de obter algum ganho. Parem e pensem, por favor. Se essas teorias não deram certo antes, por que dariam agora?

Abrimos espaço para tirar dúvidas. Caso tenha alguma, envie email para consultoriodepsicologia@gmail.com e aguarde a publicação. Sigilo absoluto.
Drª Ana Paula Veiga - Sexóloga
Tel: 2567-9181/8105-3115

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

Videoport
Partindo de você

www.videoport.com.br

VIDEOPORT RIO ELETRÔNICA LTDA.
MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO

Rua da Lapa, 120 - sala 507 - Cep: 20021 - 180 - Rio de Janeiro
Plantão: 3286.5652 / 3286.8561 / Telefax: 2221.9433

- Antenas
- Alarmes
- Interfones
- Cercas Elétricas
- Portas Automáticas
- Centrais Inteligentes
- Sensores de Presença
- Circuito Fechado de TV

Leo's Informática

Suprimento Técnico em Domicílio

PEÇAS, UPGRADE, SUPRIMENTOS
MANUTENÇÃO, SUPORTE REMOTO
REDES E INTERNET

4105-1047
8311-2108

leosinformatica@gmail.com
www.leosinformatica.com.br

Atendimento: Segunda à Sexta das 8:00 às 17:00hs

CONSULTORIA DE EMAGRECIMENTO

Controle as emoções, a ansiedade e o comer compulsivo. Eduque seus hábitos alimentares com metas acessíveis. Atendimento no seu local de trabalho, residência, individual ou minigrupo.

EMERSON BRANT - CRP 05-18024

Av. Passos, 101 sala 1308 - Centro
Tel. 9811.7825 / 9297.2879
emerson.brant@hotmail.com

Consultório de Psicologia

Patricia Adnet
Psicóloga | CRP 05/31198

Terapia Cognitivo-Comportamental e Especialista em Saúde Mental Infanto-Juvenil

déficit de atenção/hiperatividade, stress, ansiedade, pânico, depressão, fobias, obsessivo-compulsivo, gagueira, arrancar pelos/cabelos, disfunções sexuais

atendimento: botafogo e barra

2527.6005 | 9968.3363 | www.patriciaadnet.com

ATENÇÃO SEGURADOS!

PLANOS DE SAÚDE

O aumento abusivo da mensalidade, qualquer que seja a idade do segurado, É ILEGAL. Se lhe interessar suspender o aumento com a devolução do que foi-lhe cobrado a maior nos últimos 5 anos, fale conosco.

Ligue para 9147-2880 ou 2224-7828
Dr. Luiz Galvão

FENG SHUI XAMÂNICO

Limpeza Astral
Mantras
Visualizações

Danilo Peres

Fone/fax: 2541-1501/Cel: 9800-3959/e-mail: daniloperes@skydome.com.br

TERAPIAS INTEGRADAS

UMA VISÃO GLOBAL DO SER

por Lucilia Monteiro

ATIVANDO O PODER SE SUAS MÃOS COM REIKI

Ao friccionarmos as mãos sentiremos uma sensação diferente entre elas. É a nossa energia vibrando. Esta energia, se direcionada para partes do corpo doloridas, produz uma sensação de bem estar.

Práticas como Johrei, Passes e Reiki empregam a imposição das Mãos na prevenção e tratamento de doenças com efeitos surpreendentes, revelando a existência de algo Divino nestas técnicas de Cura e aplicando um princípio básico, a energia vital "KI", que flui do universo através do poder das Mãos.

Hipócrates, considerado o pai da medicina, já no século V antes de Cristo, observou que o calor irradiado das mãos fazia bem aos pacientes. Segundo a medicina Indiana, elas tem poderes graças à presença de pequenos Chackras existentes nas palmas das mãos, centros energéticos capazes de canalizar a força vital.

Hoje, estudos da Física Quântica vem validando cientificamente métodos, como REIKI e afins, utilizados no tratamento e auxiliar na cura e alívio de sintomas de doenças diversas.

Como Mestre de Reiki, tenho observado em minha prática inúmeros resultados positivos como alívio de stress, depressão, síndrome de pânico, fibromialgia, etc. Isto porque o Reiki dissolve bloqueios energéticos e promove equilíbrio da

energia e, como todos os métodos de imposição das mãos, eleva o nível da força vital.

Qualquer pessoa pode tornar-se um Reikiano, para tanto precisa participar de um treinamento com profissional qualificado, realizar uma iniciação e praticar a técnica.

Próximo Curso Reiki Integrado (nível I e II) dias 4 e 5 de Junho.

Informações e Inscrições – Mestre Lucilia Monteiro Ribeiro.



Prof. Lucilia M. Ribeiro
 Informações sobre cursos
 9628.8981
luribeiro.yoga@gmail.com
www.luribeiroyoga.com.br

SAÚDE MENTAL

MAUS-TRATOS NA INFÂNCIA

Cada vez mais associados a problemas emocionais e transtornos psiquiátricos, os maus-tratos na infância interrompem o processo de desenvolvimento saudável das vítimas, levando-as a uma seqüência de medo e dor. Maus-tratos em crianças implicam em qualquer ato que represente risco iminente à vida da criança, os quais podem resultar em morte, sérios danos físicos e/ou emocionais.

A classificação dos maus-tratos envolve quatro categorias: negligência, abuso físico, abuso emocional (psicológico) e abuso sexual. Considera-se negligência o abandono e o não-oferecimento de necessidades básicas da criança, como nutrição, vestimenta, higiene e supervisão. A violência física ocorre quando uma criança foi agredida, chutada, sacudida, jogada ou queimada.

O abuso emocional inclui chantagens,

punições, ameaças, rejeição, isolamento, depreciação, discriminação em relação à criança ou ao adolescente. O abuso sexual é caracterizado por qualquer atividade sexual com um menor. O ato inclui contato sexual acompanhado por força ou ameaça de utilizá-la e pode variar desde assédio até penetração.

As principais conseqüências dos maus-tratos na infância ocorrem nas esferas comportamental, emocional, cognitiva, acadêmica e interpessoal, comprometendo a auto-estima. Mesmo que crianças vitimizadas sejam afastadas de seus locais de sofrimento, os efeitos do trauma repercutirão em toda sua vida. É preciso que profissionais das áreas da saúde, da educação e da justiça, junto à sociedade combatam cada vez mais estes atos covardes, a fim de reduzir a incidência dos mesmos.

Psicóloga Patricia Adnet
 CRP 05/34.198
 Terapeuta Cognitivo-
 Comportamental

Leia mais em:
www.patriciaadnet.com

Sion
 IMÓVEIS

Desde 1957

FELIZ 2012

PLANEJAMENTO

**Comece 2012 com seu imóvel próprio.
 Venha conversar conosco sobre este projeto.**

Tel 2262-0044 Cel 7868-8440
 Av. Rio Branco 156 Grp 1714
 Ed Av Central - Rio - RJ
www.sionimoveis.com.br
 CRECI-RJ-J328

ACADEMIA
PERGUS

**Compromisso com resultado
 e satisfação dos alunos desde 1983**



. Aeróbico no térreo, climatizado com 10 esteiras, bicicletas, "Bike de Spinning", Transports e aparelhos abdominais.



. Musculação climatizada com aparelhos importados (Cybex).



. Sala de ginástica climatizada com 120m2, equipamentos e efeitos de iluminação.

. Equipe de profissionais renovada com professores formados, especializados e registrados no CREF.

**PROMOÇÃO DE VERÃO
 13 as 16hs R\$ 60,00**

Rua Álvaro Ramos, nº5 - Botafogo - RJ -
 Tel. (21) 2541 5430 - (21) 2542 9145
www.academiapergus.com.br

A VIDA NOTURNA EM BOTAFOGO

Em apenas alguns anos houve uma verdadeira revolução na noite do bairro.

Por *Fernando Andrade*

Foi tempo em que o carioca precisava ir à Lapa, Barra da Tijuca ou Ipanema em busca de uma boa diversão pela noite da cidade. Hoje, o ex-pacato Botafogo se revolucionou e se tornou sinônimo de lazer noturno, seja em seus cinemas, nos variados bares, nos teatros, na apreciação de uma boa culinária e até mesmo em suas casas noturnas, consideradas destaque em seu segmento. À exemplo da Lapa, variados estilos montam acampamento em Botafogo, e isso não se restringe apenas aos fins de semana. Bares que abriam apenas na sexta-feira, por exemplo, hoje atendem boa clientela já na quarta. A quinta, então, pode ser chamada de pré-sexta.

BARES

Existem hoje três grandes "points" de bares em Botafogo: o Baixo Botafogo, no início da Rua Voluntários da Pátria; a Rua Farani, perto dos bairros do Flamengo e Laranjeiras, e a Cobal, rodeada de comércios



gastronômicos periféricos. E um novo ponto aquece na Rua Néelson Mandela, em frente à praça do metrô, onde apesar dos poucos bares, o movimento está intenso.

Sem dúvida o ponto mais forte desse boom no mercado da diversão no bairro são os bares. Se antigamente existiam apenas os famosos "pés sujos", freqüentados pelos "cachaceiros" de plantão, hoje o foco dessas pequenas empresas são os freqüentadores dos cinemas, os jovens que querem bater-papo, os estudantes das faculdades mais próximas e os funcionários das grandes empresas. Sem dúvida um público diferenciado, formado por vários grupos distintos.

O happy hour da sexta-feira é tão intenso que em vários lugares as calçadas passaram a ser prolongamento dos bares, e geralmente se estende até a madrugada.

Alguns clientes saem do happy hour e outros já ocupam os lugares vagos visando a chamada pré-night (na linguagem dos jovens), usando o bar como um aperitivo da noite ou ponto de encontro para saírem para outro lugar, como uma boate por exemplo.

CINEMAS

Mas não é apenas na hora de tomar um chope gelado que o bairro é forte na diversão. Os cinemas estão em alta na região. São simplesmente cinco empreendimentos, três de rua e dois em shoppings,

ESTA MATÉRIA CONTINUA NA PÁGINA 10!



GOPA SUL

ESQUADRIAS DE ALUMÍNIO E FERRO

CENTRAL DE FABRICAÇÃO E CONSERTO
JANELA ANTI-RUÍDO PROMOÇÕES

Portas p/ Box

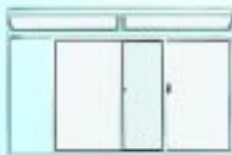
Janelas

Basculantes

Portas e Portões em Alumínio

Fechamento de Áreas

Persianas e Venezianas



ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO

Tel. 3627.9882 / Nextel: 7882.8008

e-mail: barrasulesquadrias@hotmail.com

PRAIA DE BOTAFOGO, 484 - LJ 5 - GALERIA

Pensando em...

CONSTRUIR, REFORMAR, LEGALIZAR SUA OBRA!

Não perca mais tempo, temos a solução ideal para a realização de seu sonho.

Somos uma equipe de múltiplos profissionais que podemos te ajudar em cada fase de seu projeto, com preços baixos e parcelados que cabem perfeitamente em seu orçamento.

Peça uma visita sem compromisso, teremos o maior prazer em poder ajudar.

Atendemos em todo o Estado do Rio de Janeiro, sem custo adicional.



Paes Araujo
Engenharia

Rua Cónego Tobias, 19, Frente
Méier - Rio de Janeiro - RJ
Cep: 20.725-010

www.paesaraujoengenharia.com.br
contato@paesaraujoengenharia.com.br

Caminho Verde

Arranjos para Festa e Eventos
Flores e Plantas Frutíferas
Adubo e Terra
Serviços de Jardinagem
Aluguel de Plantas



ENTREGA EM TODA ZONA SUL

Rua Pinheiro Guimarães, 2
Humaitá - Largo do Ibm

3473-1757

Rose 9199-7462

Jose 9462-8544

Atômica

DETONANDO SUAS DÚVIDAS

AULAS PARTICULARES

- FÍSICA
- MATEMÁTICA
- QUÍMICA
- INGLÊS
- LÍNGUA PORTUGUESA
- OUTRAS

NÓS VAMOS ATE VOCÊ

CONTATO
7855-5780
2135-2575
7637-1804





Clube de Regatas GUANABARA

Av. Rep. Nestor Moreira, 42 - Praia de Botafogo - Tels.: 2295-7798 / 2541-2049

PARABÉNS GUSTAVO, CARMEM E BETO! CAMPEÕES POR EQUIPE DA TRANSARARUAMA.



AGENDA DE EVENTOS:

GRUPO ARTIFÍCIO

RÓDA DE SAMBA COM QUALIDADE E CONTEÚDO
TODOS OS SÁBADOS, A PARTIR DAS 22 H, NO
BAR DO ARMINDO - R\$10,00

CALDEIRÃO MUSICAL

TODOS OS RÍTMOS NACIONAIS E INTERNACIONAIS
SEXTA (10/JUN) A PARTIR DAS 22 H,
NO ENSEADA BAR - INGRESSO R\$ 20,00
(ANIVERSARIANTE E ACOMPANHANTE GRÁTIS)

SAMBA NO ENSEADA BAR

SAMBA DE MESA AOS DOMINGOS
DAS 14 ÀS 19 H - INGRESSO R\$ 5,00
ENTRADA FRANCA P/ SÓCIOS E CONVIDADOS.

BAILE OLD TIME

FLASHBACK DOS ANOS 50, 60, 70 E 80
SEXTAS (6, 13 E 20/MAI) A PARTIR DAS 22 H,
ENSEADA BAR - R\$ 20,00 - SÓCIO GRÁTIS
INFORMAÇÕES: (21) 7284-2771

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

ESCOLAS E CURSOS GRÁTIS

ESPORTES OLÍMPICOS FEDERADOS:

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

OUTROS ESPORTES NÃO FEDERADOS:

- 7 - JUDÔ (ADULTO E INFANTIL)

- 8 - KARATÊ (ADULTO E INFANTIL)

- 9 - BOXE (ADULTO)

- 10 - MUAY-THAY (ADULTO)

- 11 - HIDROGINÁSTICA

AULAS, CURSOS E ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS

- 12 - ARTESANATO

- 13 - DANÇA DE SALÃO

- 14 - QUIZ

- 15 - SAUNA SECA E A VAPOR

OUTRAS VANTAGENS SOCIAIS

PISCINAS AQUECIDAS NO INVERNO

SALÃO DE SINUCA, PLAY-GROUND, NAVIO

PIRATA E SALA DE JOGOS INFANTIS

ÁREAS DE LAZER COM 4 CHURRASQUEIRAS

ESPAÇOS PARA LOCAÇÃO

AUDITÓRIO PARA 60 PESSOAS COM DATASHOW,

TELA RETRÁTIL, SOM E AR-CONDICIONADO

CHURRASQUEIRA E SALÕES DE FESTA

ESPAÇOS TERCEIRIZADOS

BAR DA RAMPA - BAR E RESTAURANTE

GUANABAR - BAR E RESTAURANTE

ENSEADA BAR - BAR E RESTAURANTE

V'DA - ARTIGOS DE NATAÇÃO

BOATSPORT - ARTIGOS NÁUTICOS 2244-2740

APTUS - GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO

www.crguanabara.com.br

ASSOCIE-SE:
SÓCIO TRANSIT. R\$ 100,00
DEPENDENTE R\$ 40,- MAT. R\$ 26,95

MUITO MAIS DO QUE APENAS BARES

Cinema, teatro, boate e variada gastronomia estão entre os atrativos do bairro que tornou-se boêmio.

mas todos de alto nível e reconhecidos como tais, o que atrai vasta quantidade de pessoas. O Grupo Estação possui dois prédios de cinemas, um junto ao metrô, que inclui livraria, locadora e lanchonete, e outro no início da Rua Voluntários da Pátria, em frente às Lojas Americanas, com a mesma estrutura, mas em um espaço ainda maior. O forte destes cinemas são os filmes nacionais e culturais. Além destes, a Praia de Botafogo é contemplada por outro cinema de rua, o Arteplex, patrocinado pelo Unibanco, que também possui uma estrutura parecida, mas além dos filmes culturais, o cinema também passa

casarão na Rua São João Batista, onde surgiu o famoso Teatro Poeira. Mais recentemente foi a vez do Centro Cultural Solar de Botafogo surgir e enriquecer ainda mais a cultura do bairro.

BOATES E GASTRONOMIA

Além de tudo isso, Botafogo ainda conta com três boates e uma rede de culinária invejável. As boates são voltadas principalmente para públicos alternativos, mas tem dias para todos os gostos: Casa da Matriz, na Rua Henrique Novaes, Pista 3, na Rua São João Batista e o Bar Bukowski, na Rua Álvaro Ramos. Todas as boates são consideradas de alto nível por seus frequentadores. Já os restaurantes estão em todo lugar, seja no Humaitá, como os restaurantes da Cobal e os que cercam esse centro, a Comida Mineira, as churrascarias Norte Grill, Cruzeiro do Sul e Estrela do Sul, o Estação Gourmet e tantos outros, sem falar os existentes em shoppings centers e os



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

de ruas menos movimentadas.

Botafogo já perdeu alguns de seus centros de lazer para a única força maior do que sua vocação para a diversão, o mercado imobiliário.

Claro que nem tudo são flores nesse tema. Há problemas reais de barulho que incomodam moradores, calçadas ocupadas por cadeiras de bares e um trânsito congestionado que não pára, mas com a boa vontade da prefeitura, tudo pode ser resolvido. O que não dá mais para mudar é o fato de que Botafogo hoje em dia é um bairro também voltado para a diversão. Antes ele exportava frequentadores, hoje ele é franco importador. E o melhor de tudo isso é que essa riqueza é benefício de todo carioca.



filmes mais populares. Já o Rio Sul tem cinema do Grupo Severiano Ribeiro, assim como o Botafogo Praia Shopping tem o Cinemark, ambos passam os filmes mais populares.

TEATRO

De uns tempos para cá o bairro também atraiu os teatros. O primeiro a se instalar aqui foi a Companhia de Teatro Contemporâneo, um grupo que leva o teatro a sério e que adquiriu um casarão na Rua Conde de Irajá, transformando em sua sede, com apresentações teatrais e espaço para cursos renomados. Outro marco foi a decisão das atrizes Marieta Severo e Andréa Beltrão de comprarem um

VENHA FAZER PARTE DA NOSSA FAMÍLIA

RP Centro Odontológico - Renata Pescadinha

QUEM SOMOS NÓS

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

NOSSOS SERVIÇOS E DIFERENCIAIS

- Profissionais especializados nas mais diversas áreas
- Cirurgia
- Ortopedia Funcional dos Maxilares (problemas de articulações)
- Endodontia (tratamento de canal)
- Odontopediatria
- Implantodontia
- Periodontia (tratamento de gengiva)
- Odontologia estética
- Prótese (fixa e móvel)
- Ortodontia
- Clareamento a Laser
- Laboratório de prótese próprio

- Tecnologia de ponta
- Localizado no térreo facilitando o acesso para 3ª idade
- Instalações próprias para cadeirantes
- Mais de nove mil clientes satisfeitos

Tels.: 2244-3108

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



Sorrir com vontade nos momentos mais marcantes da sua vida

ESPAÇO TERAPIAS CORPORAIS

MASSAGEM CAPILAR

Por Luciano Lopes

Um momento para relaxar, melhor ainda em um ambiente tranqüilo, onde várias técnicas de massagens são bem vindas. Em uma sessão de massoterapia todo o corpo pode ser trabalhado: costa, glúteo, coxa, perna, braço, cervical, abdome, tórax, face ou até mesmo o couro cabeludo.

A massagem capilar pode fazer muito bem aos cabelos, colabora na estimulação do crescimento e reativa à circulação sanguínea do couro cabeludo, é um serviço que vem crescendo atualmente. Não podemos esquecer que a massagem capilar não é um tratamento para calvície, ela apenas evita a queda do cabelo por reativar a circulação e cada caso necessita de uma orientação médica.

Alguns locais dispõem até de espaços exclusivos para este tipo de terapia, associando tratamento e relaxamento, produzindo efeitos imediatos. A massoterapia relaxa toda a região da cabeça e melhora a circulação sanguínea, facilitando o transporte de nutrientes e oxigênio para o folículo piloso. Seu efeito sobre o hipotálamo au-

menta a produção de endorfina e reduz no sangue o cortisol, que é o hormônio responsável pelo estresse. Massagear o couro cabeludo alivia tensões, logo regulariza o sono.

A aceleração do retorno venoso facilita ainda a circulação e a oxigenação dos tecidos, potencializando a ação dos cremes ou óleos. Além do efeito relaxante, tem a parte terapêutica, onde os óleos essenciais são os mais indicados, pelo fato de ter ação cicatrizante. Uma boa dica é iniciar a massagem pela parte frontal da cabeça indo até as têmporas trabalhando toda a nuca e finalizando no alto do crânio.

Para esta massagem são utilizadas as manobras de deslizamento, fricção e amassamento, podendo incluir nesta terapia movimentos circulares na região dos ombros e na cervical para relaxar ainda mais. A massagem capilar e outras terapias são utilizadas para auxiliar no combate da queda, descamação e oleosidade excessiva.

Mais informações sobre esta coluna, envie seu e-mail para: lucianoterapeuta@uol.com.br / (21) 2255-2204 / 9771-0320.

Massagem

Luciano Lopes
Terapeuta Corporal



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

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

Instituto Terapêutico
Luciano Lopes

ESTELIONATO TRAVESTIDO DE FÉ

“Aquele seu dinheiro na poupança, aquela sua moto, aquele seu carro, aquele seu apartamento... entregue para o senhor! Ele te dará em dobro e você estará a salvo no reino dos céus”. –Ao digitar o tema: “Estelionato nas igrejas” no site youTube vários vídeos desta lamentável prática são encontrados. Abusando da fragilidade emocional e até mesmo da ignorância das pessoas algumas igrejas usam a fé como uma ferramenta eficaz na obtenção de lucro. Neste sentido, até que ponto uma instituição religiosa deve estar amparada pelo art. 19 da Constituição Brasileira ou enquadrada no art. 171 do código penal?

Evidentemente que o debate entre ciência e religião – quando contido de argumentação inteligente e respeitosa – é bastante profícuo para a sociedade. Quando, porém, o diálogo dá lugar à imposição ideológica, então a autonomia do ser humano se perde e é ferida. Desta forma, no momento em que uma instituição que se diz religiosa usa de argumentos ilógicos, porém persuasivos, para a obtenção de um dinheiro não tributado e prometendo, para tanto, a salvação divina, fica bem claro a tipificação do ato criminoso de estelionato (art. 171 do Código Penal Brasileiro).

Por outro lado, é necessário enaltecer o trabalho de instituições sérias que recebem dinheiro e prestam contas de sua movimentação financeira, tendo na ação prática a concretização do seu discurso. Até porque quando isto não ocorre a hipocrisia fica caracterizada, como por exemplo, uma pessoa promiscua falar de fidelidade; um inadimplente que passa cheques sem fundos falar de responsabilidade; o agressor da esposa falar de valores da família; etc.

Felizmente o Brasil é um Estado laico que prima pela li-

berdade de escolha e prática religiosa do seu povo, apesar de concessões públicas de canais de TV aberta para algumas igrejas específicas. De um modo geral, este país tem uma população que convive pacificamente com a diversidade cultural e religiosa, ao contrário de alguns países com religiões fundamentalistas que justificam a guerra por causa da interpretação equivocada de seus livros sagrados. É importante, contudo, salientar que há no Brasil um mascaramento do estelionato travestido de fé, em que a “salvação” é vendida como maçã em feira. Isto num processo de lavagem cerebral de pessoas – na maioria das vezes humildes- que estão perdendo o patrimônio em detrimento da riqueza de verdadeiros ladrões que se dizem profetas. Por fim, urge o Ministério Público avaliar até que ponto tais instituições estão perto do art. 19 ou do 171, isto porque um país sério não se constrói com golpistas.

<http://www.youtube.com/watch?v=rc56CSYgm88&feature=related>

<http://www.youtube.com/watch?v=6XlaJUmRXLI&feature=related>

<http://www.youtube.com/watch?v=1dRnRTSOTfw&feature=related>

Fonte: <http://www.recantodasletras.com.br/artigos/2918948>

HERMISON FRAZZON DA CUNHA

Filósofo - São Leopoldo - RS

www.recantodasletras.com.br/autores/mano

@HermisonCunha

BANDA CPM 22 É VÍTIMA DA DESORGANIZAÇÃO DA AVIAÇÃO

Mais um capítulo do precário serviço das companhias aéreas do Brasil aconteceu no final de semana, prejudicando seriamente a banda CPM 22. A companhia aérea Gol nao embarcou o equipamento do grupo no voo 1131 de sábado (30), que saía de Manaus para Goiânia às 4h10 da manhã, com conexão em Brasília e chegada na capital de Goiás às 9h30 da manhã. Todo o esforço do grupo para cumprir - com largo espaço de tempo - a agenda de shows do final de semana foi prejudicada pela Gol sem qualquer explicação convincente. O CPM 22 teve que arcar com o aluguel de instrumentos e material de áudio de última hora na cidade.

A banda cumpriu as obrigações para embarcar o material, entregando o equipamento devidamente fitado e etiquetado no setor de cargas da empresa com mais de duas horas de antecedência. Ao chegar em Goiânia, o grupo teve a infeliz notícia que o equipamento nao havia sido embarcado, sem qualquer explicação. A empresa chegou a garantir que os instrumentos chegariam às 20h (o que nao aconteceu), mas a produção não iria arriscar o show que aconteceria às 23h e o CPM 22 teve que alugar de última hora os equipamentos necessários para realizar o evento de aniversário da cidade de Sanclerlândia, a 120km da capital, cujo local de realização do evento já estava lotado de fãs à espera da banda. "As companhias aéreas têm obrigação de embarcar esse tipo de equipamento quando compramos os bilhetes em grupo, avisamos do peso, fazemos nossa parte para o despacho e estamos nos locomovendo para realização de evento", afirmou Alexandre Ramos, empresário do grupo.

UM PARAÍSO PERTO DE PARATY

Trindade, Vila de Pescadores, fica só a 30 km de Paraty.



Uma praia deserta, onde se esconde a cachoeira mais linda da Trindade. O acesso é feito por trilha ou de barco. O barco sai da Praia do Meio com, no máximo, 05 pessoas em cada barco. O nome já diz tudo: Brava, com uma forte influência das ondulações que vêm do sul. Muitas vezes está sempre mais agitada, por isso a saída de barco depende das condições do mar.

O restaurante do Teteco (nativo) faz a diferença na beira da praia e dá uma certa estrutura para quem a visita. A saída do barco é da Praia do Meio, com saída na

hora marcada e retorno também marcado. Ponta Negra também tem opção de hospedagem. Uma mistura de índios, negros, chineses e europeus que habitavam ou passaram por uma parte do litoral brasileiro. Esta é a origem do povo caiçara. Um povo que divide com o turismo a subsistência na pesca e agricultura.

A Praia do Sono conta com monitores ambientais formados e capacitados para proporcionar ao eco turistas dias inesquecíveis de caminhadas e contato com a natureza. Acredita-se que o nome Sono

venha das montanhas que cercam a praia, fazendo o Sol nascer mais tarde e se pôr mais cedo. Ainda não há luz elétrica no Sono. Por isso, quando há sobra de peixe, muitos fazem o peixe seco. Os peixes são limpos e pendurados em varais, por aproximadamente 3 dias. Conversar com os moradores mais antigos do Sono pode levar à descoberta de histórias interessantes. Roteiro para Antigos e Antiguinhos. Duas praias desertas, localizadas entre a Praia do Sono e Ponta Negra.

Ótima para prática de snoker, para meditar ou simplesmente passar o dia em meio à mata e o mar. Uma corredeira que deságua na praia forma vários poços para tomar um bom banho de água doce. A praia

SHOWS, BOATES, CINEMA E LANÇAMENTOS DAS LOCADORAS. LEIA NA PÁG. 14

também conta com grandes árvores fazendo assim, sombras.

A saída de barco é da Praia do Meio com hora a marcar. Com saída de barco da Praia do Meio, a Praia da Galetinha fica no condomínio Laranjeiras. Com acesso só de barco e com uma geografia privilegiada, onde não entra ondulação, a praia é perfeita para snoker e para passar um ótimo dia com a família ou namorar. Levar água, repelente, alimentos e não esquecer um saco de lixo.

Mais informações no site www.paraty.com.br/trindade/.

Apesar de ficar próximo a Paraty poucos conhecem Trindade uma vila de pescadores que fica só a 30 km de Paraty, dentro da APA de Cariuçú.

O Acesso à vila é através da Rodovia Rio Santos, na altura do km 268. Ao chegar à cidade se encontra uma praia espetacular, que está sempre deserta, rodeada de Mata Atlântica. As ondas são fortes e tem fonte de água doce. Voltando à estrada e seguindo em frente, você vai chegar à Praia do Cepilho, a preferida dos surfistas. Um barzinho localizado estrategicamente acalma a sede, a fome e o cansaço. Ao longo de toda a Vila está a Praia de Fora ou dos Ranchos.

Esta denominação se refere aos "barzinhos" de beira-mar onde se pode matar a sede, a fome, e, ainda, se for época de lua cheia, pode-se esperar o nascer da lua no horizonte. No fim da praia pode-se pegar uma trilha para chegar à Praia das Conchas, sem esquecer de levar os chinelos para não machucar os pés. Ao sair da praia, por trás dos bares, há um caminho que nos levará até o Camping da Associação.

Esta área privilegiada fica de frente para a Praia do Meio ou dos Codois. Esta pequena baía de águas límpidas é um verdadeiro paraíso. A praia é "interrompida" por uma formação rochosa de onde se vêem as outras praias e o mar aberto. Os passeios pelas praias do local são uma ótima pedida para quem vai para Trindade.

Roteiro para Praia Brava.

A MAIOR EMPRESA DE MARKETING DE REDE DO MUNDO

100
Anos de experiência

Iniciamos operações no Brasil
Procuramos pessoas com
visão de negócio
Nós capacitamos sem custo
A empresa que muda a sua vida
Ganhe Viagens, Bônus
Cheques por quinzena

Ana Maria Silveira
(21) 8760.7134
ID 52*14*1403

**Não Percam!!!
Empresa Mexicana**

Com este anúncio você
pode assistir a uma
apresentação de negócios
GRÁTIS

Apresentações somente:
3ª e 5ª feira às 17h45
Sábados às 10h45
VENHA CONFERIR!

FarinhaPura
EMPÓRIO
Desde 1985

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

ANUNCIE NO CORREIO CARIOCA ZONA SUL E TENHA:

- Anúncio no jornal impresso.
- Anúncio grátis na internet.
- Criação da arte incluída, que será sua.
- 20% de desconto no jornal da zona norte.
- Desconto na confecção de panfletos, cartões e banners.
- Clube de vantagens*.

Ligue: 3681.5302!

ANUNCIE AQUI!

**Apenas
R\$ 55,00 por mês***

Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

Venha Conhecer

Nova Loja

Virtual Shop
Tudo Entre Bônus e Cash • Manutenção

Venda de Computadores
Venda de Periféricos e Acessórios
Manutenção e Suporte

Internet
Low House

Recargas

2286-8910 / 2537-4963

Rua São João Batista, 16 A - Botafogo

Canon Originals
Compatíveis
Remanufaturados

5000 PANFLETOS

**VALOR PARA ANUNCIANTES
só R\$ 180,00**

PREÇO PARA NÃO ANUNCIANTES: R\$ 210,00!

Formato.....10cm x 15cm
Papel Couchê c/ Frente Colorida

Tel. 3681.5302 / 8738.5283

artigraficas@correiocarioca.com.br

ALIMENTAÇÃO

CONFETARIA IMPERIAL



Telefone: 2539-1540
Rua Vol. da Pátria, 339 - Botafogo

LUI CESTAS**Cestas de Café da Manhã**

Para todas as ocasiões com qualidade e requinte

Aniversários * 15 anos * Bodas
Diet * Light * Infantil * e outras

Mini cestas para festas infantis e escolares
Trabalho com condomínios e empresas




Maria Luiza

Tel: 3474-8078 / 2242-3237 / 7126-2947 / 8815-3161

SHOPPING  SABORES

Rua General Polidoro, 58 - Botafogo

 "O melhor lugar de Botafogo para comprar!"

- PRODUTOS PARA O LAR
- ALIMENTAÇÃO

FAÇA A SUA ENCOMENDA!

LANCHONETE NATURAL E SABOR

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

PANIFICAÇÃO INDUSTRIAL

Tel. 2286.8848

Rua São Clemente, 39 - Botafogo

ANUNCIE AQUI
R\$ APENAS 20,00
por mês

*contrato mínimo de 4 meses.

CONTABILIDADE

WMA - CONTABILIDADE

CRC - RJ: 0189624

- Micro e Pequenas Empresas.
- Folha de pagamento informatizada.
- Impostos em geral (empresas e pessoa física).
- Abertura de novas empresas.

Contato: 2295.0948 / 2494.2172 / 8858.6693

SAÚDE

AYURVEDA - MASSAGEM E CURSOS

Tratamento facial, capilar e outros.

CURSO DE AUTOMASSEJEM

Informações: Gladys Rosa: 8204-0328

EQUILIBRE SUA ENERGIA, RELAXE E PREVINA-SE DE DOENÇAS!

Massoterapia Chinesa Tui-Ná-Tsu-Yá

Mariana Castro - 9553.0000

PSICOTERAPIA CLÍNICA SOCIAL

Paula Smith
CRP 05/34867



9321-8717 :: psmithp25@yahoo.com.br

CMR CATETE

Centro Médico Radiológico Catete

MAMOGRAFIA ALTA RESOLUÇÃO / DENSITOMETRIA ÓSSEA

Rua do Catete, 274 / sala 206 - Tel: 2265-9768 e 2225-6040

MOTORISTA

"MOTORISTA PARA 3ª IDADE"

Realizo serviço free lance: **ÓTIMAS REFERÊNCIAS!**
aniversário / teatro / shopping / passeios / viagem

Confiância e atenção fazendo a diferença!!
Informação e contato: 8721-7205 (Sr. Marcos)

AGÊNCIA DE RELACIONAMENTOS

**AGÊNCIA MATRIMONIAL EVANGÉLICA**

Há 10 anos aproximando pessoas de corações lindos como o seu, pessoas ricamente abençoadas e acima de tudo obedientes ao nosso Deus!

Ligue e faça seu cadastro, alguém espera por você **Tel. 3775.7594 - 3304.0366**

IDADES A PARTIR DE 28 ANOS - ATENDEMOS EM TODO O BRASIL

Site: www.agenciamatrimonialevangolica.com

PAISAGISMO

PAISAGISMO
RELICTUAL@GMAIL.COM
(21)9949-0339

AULAS

AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA - FÍSICA - QUÍMICA - PORTUGUÊS
DESENHO GEOMÉTRICO - CÁLCULO

Pedro Coppelli - Tel. 7146.1761 / 2537.6751

MARGENARIA

Marceneiro Rangel

Armários embutidos, closet, cozinhas
planejadas, banheiros e etc.

Fino acabamento, profissional com
mais de 30 anos no ramo.

☎ **2693-4255 / 9559-1596**

POR DENTRO DO BAIRRO**BBB EM COLÉGIO DA ZONA SUL**

A vencedora do reality show Big Brother Brasil de 2011, Maria, participou da gravação de um programa da Rede Globo, junto com Ana Maria Braga e mais alguns participantes, em noite no final do mês de abril.

O curioso foi que a gravação aconteceu no Colégio Santa Rosa de Lima, na Rua Voluntários da Pátria, 110, e não em algum estúdio da emissora.

Funcionários da escola e pessoas que passavam na rua quando o veículo da emissora chegou ficaram curiosos.

JOGOS MUNDIAIS MILITARES

A Fortaleza Militar da Urca está em obras visando os Jogos Mundiais Militares, que serão disputados no Rio de Janeiro. As obras que estão sendo feitas para deixar o local em condições de sediar uma competição de tanta importância promete deixar uma herança para o esporte na cidade, que terá em 2016 as Olimpíadas.

Inclusive, os Jogos são como as Olimpíadas, mas disputados apenas por militares de boa parte do mundo, incluindo aí bombeiros e policiais militares.

FESTA PARA ROBERTO CARLOS

O cantor Roberto Carlos foi saudado por diversos fãs, no dia 19 de abril, data do seu aniversário de 70 anos.

Os fãs não deixaram a data passar em branco e foram à frente de seu condomínio, na Urca, para prestar uma merecida homenagem ao rei da música brasileira, com cartazes e cantos.

Em retribuição ao carinho, Roberto Carlos desceu à varanda de prédio e mais tarde até uma área do edifício que fica mais próxima do público para acenar a todos e agradecer o carinho.

ACADEMIA CLIMATIZADA

A academia Aptus, situada no Clube Guanabara, inovou neste início de ano, entrando no hall das academias climatizadas. O espaço conta com vasta quantidade de aparelhos de musculação, espaço para várias atividades e tem planos bastante acessíveis. Com o ar ficou ainda mais interessante entrar em forma e melhorar a qualidade de vida. Afinal, a cidade só tem duas estações do ano: o verão e o calor. A academia fica dentro do Clube Guanabara. O telefone é 2543.4931. E o site é o www.academiaaptus.com.br.

Estação

AGENDA CULTURAL

por Eduardo Alves

CASAS DE ESPETÁCULOS

VIVO RIO

Festa "Coordenadas".....	14/05
Gambiarra.....	21/05
Celtic Legends.....	11/05
Ana Carolina.....	13 e 14/05
Beth Carvalho.....	20/05
Harlem Gospel Choir.....	21/05
Nós na Fita.....	25/05
Pacha.....	28/05
Dulce María.....	29/05
Martinho da Vila.....	02/06
John Pizzarelli Quartet.....	03/06
Celebrare.....	10/06

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

CITIBANK HALL

Belo.....	13/05
Kid Abelha.....	14/05
Jethro Tull.....	15/5
Cocoricó O Show.....	21 e 22/05
Exalta Samba.....	27 e 28/05
RPM.....	04/06

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

HSBCARENA

Miley Cyrus.....	13/05
McFly	21/05

Av. Embaixad. Abelardo Bueno, 3401 - Jacarepag.
Ao lado do Autódromo - Tel. 3035-5200

FILMES NOS CINEMAS

CINE ESTAÇÃO E ESPAÇO DE CINEMA

A Minha Versão do Amor (Barney's Version) - Homens e Deuses - O Amor Chega Tarde - Marcha da Vida - Nana Caymmi em Rio Sonata - A Morte do Bookmaker Chinês - Cinco Dias Sem Nora - Incêndios - Cópia Fiel - Reencontrando a Felicidade - O Pequeno Nicolau - Além da Vida - Biutiful - O Sequestro de um Herói - Que Mais Posso Querer - Bebês - O Retrato de Dorian Gray.

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

UNIBANCO ARTEPLEX RIO

Amor? - Água Para Elefantes - Bollywood Dream: O Sonho Bollywoodiano - Bróder - Contra Corrente - Natimorto - Rio - Thor.

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

CINEMARK PRAIA E RIO SUL

Praia Shopping:

Eu Sou o Número 4 - HOP: Rebelde Sem Páscoa - Pânico 4 - Rio - Thor - Água Para Elefantes.

Rio Sul:

Rio - Thor - Como Você Sabe - Hop: Rebelde sem Páscoa - Água para Elefantes.

Praia Shopping: 2237-8494.

Rio Sul: Tel.: 2461-2461.

CASAS NOTURNAS

Bukowski Bar

Tel. 2244-7303
Rua Álvaro Ramos, 270

Pista 3

Tel. 2266-1014
Rua São João Batista, 14

Casa da Matriz

Tel. 2266-1014
R. Henr. de Novais, 107

Far Up

Tel. 2286-2614
Cobal do Humaitá

Saloon 79

Tel. 3239-0735
Rua Pinheiro Guimarães

**SURPRESA
NA ÚLTIMA
PÁGINA.**

LOCADORA VÍDEO ESTAÇÃO

Estação

TOP 10:

- Minhas Mães e Meu Pai
- O Pequeno Nicolau
- A Rede Social
- O Ciúme Mora Ao Lado
- Comer, Rezar, Amar
- Micmacs - Um Plano Complicado
- Alexandria
- Tropa De Elite 2
- Toy Story 3
- Vincere

Rua Voluntários da Pátria, 88 loja h - 2537-1112
Seg. a sáb: 10h às 22h. Dom. e feriados: 14h às 22h.

RUBENS NOGUEIRA - ESCRITOR ON LINE

NÓS SOMOS O QUE NÓS LEMBRAMOS

Perguntaram ao médico sanitário, professor, romanista, membro da Academia Brasileira de Letras e morador de Botafogo Afrânio Peixoto, o que gostaria como epitáfio na lápide sobre o seu túmulo. Ele respondeu: "Leu e escreveu, nada mais lhe aconteceu". O velhinho aqui, ao aposentar-se ao colega que desejava saber: "o que você vai fazer?". Ler e escrever.

Não tenho feito outra coisa, nos últimos vinte anos. Deus me proporcionou o dom de gostar de ler; a consequência inevitável foi gostar de escrever. Desde menino, em Sorocaba, quando mantive uma coluna no Jornal "Cruzeiro do Sul", adolescente, aqui no antigo Distrito Federal, fui revisor, auxiliar de redação e repórter, no "Diário de Notícias". Na Igreja Presbiteriana colaborei e dirigi o "Jornal Mocidade". Em Curitiba, por alguns anos, mantive uma coluna no jornal "Brasil Presbiteriano". Fui redator de anúncios e me orgulho de haver criado a frase: "Ninguém segura o Brasil", em 1970, quando a seleção do Brasil ganhou a Copa no Méxi-

co. Publiquei, entre 1989 e 2004, alguns livros: "1948", "A Cinderela que veio do Sul", "Ana Médici", "Retrato Falado", e "Muitos anos depois". A partir de 2005 criei um blog e já acumulei no Google uns oitocentos textos. Por mim, seria para sempre até morrer escritoronline. Agora, com a oportunidade que o Correio Carioca me proporciona, retorno à galáxia de Gutenberg. Este jornal sempre atraiu minha atenção. Agradeço à direção do Correio Carioca esta oportunidade, de partilhar com você, leitor, minhas lembranças, as quais, são como disse Leon Cakoff, meu único capital.

Em junho tem mais. Até lá!

VONTADE DE VIVER

Leon Cakoff, idealizador e codiretor da Mostra de Cinema de São Paulo narra sua luta contra dois tumores malignos no cérebro. Em texto escorreito, onde não falta humor, ele se expõe. (Na ilustríssima - 1º/05/2011).

Todo o artigo é muito bom. Em certa altura diz: "de volta da UTI, vejo o sogro dividido entre ciência e religião. Ele sacramenta um "milagre de Natal!" E também: "O que eu murmurava choroso na véspera era que não queria perder a memória, meu único capital. A memória de todos os filmes que me deram esta formação, estas certezas e energia, a confiança e vocação convictas de usar o cinema como agente libertador, a minha vocação humanista, os salmos que repito com os filmes que vejo.

A médica Maria Cecília, da Rádio-Cirurgia, reforça a necessidade de ter fé. Pede que converse com Deus. Mas e o constrangimento? Conflito entre a Sua onipresença e os muito mais necessários do que eu.

As três primeiras linhas calaram profundamente em minha mente.

Tem mais no Novo site : www.correiocarioca.com.br -
Meus blogs : <http://rubens1.wordpress.com/>
<http://escritoronline.blog.terra.com.br/>
Email : rubens_n@terra.com.br

Informe Publicitário

PROTESTO DO CIDADÃO**Nº 163 “SOCORRO” FICHAS LIMPAS**

F antástico!!! O STF Desprezar o Art. 14º,
Inconstitucional Tal Medida!!! Que o
C NJ (Conselho Nacional de Justiça) Opine!
H onestidade Deve Ser a Base Moral dos
A spirantes ao Poder nas Três Esferas. O
S upremo Tribunal Federal Hesitou Feio!!!

L ogrou o Povo, ao Celebrar o Art. 16º e, o
I gnorado o Art. 7º do Salário Mínimo Legal???
M edíocre no Sustento Familiar (Lei Magna),
P aga-se R\$ 400,00 (Aluguel Social), Restam
A os “Desabrigados”, R\$ 85,00 do SM, Ora o
S alário Mínimo (R\$ 545,00) é Inaceitável!!!

Nº 164 “SOCORRO” DESARMAMENTOS

D rogas, Armas... (Omissão e Corrupção)!!!
É Hipocrisia dos Políticos e Governantes
S em Maiores Responsabilidades Sociais e
A lheios à Sobrevivência do Povão! E
R iem dos Sonhos, da Esperança, da Fé...
M ordomias Imorais, Salários Altíssimos...
A diam Soluções Urgentes/Necessárias:
M enoridade Penal até 08 Anos de Idade,
E scolas Integrais Equipadas dos 7/16 Anos.
N ada Muda, Até as Próximas Tragédias...
T olos Eleitores à Espera de Milagres!!!
O s Problemas Empurrados Com a Barriga,
S erão Resolvidos no Dia de São Nunca???

“Se gostaram, passem cópias adiante, o melhor do Brasil são os brasileiros”.
 Rio de Janeiro, 20/04/2011 - G.U.I.D.O - <http://guidobrasil.blogspot.com>

**TEATRO NA VEIA**

A Sede da Cia de Teatro Contemporâneo abre inscrições para o 2º semestre para o Curso Profissionalizante de Formação de Ator.

O curso é reconhecido pelo MEC, pelo Conselho Estadual de Educação e cujo diploma é publicado em diário oficial e dá direito ao DRT definitivo. É o único curso do Rio de Janeiro que mistura teoria e prática, colocando o aluno em contato direto com o fazer teatral desde o primeiro momento em que ele entra no curso. Criando possibilidades de estágio em várias áreas do teatro dá assim uma visão completa de todo o fazer teatral. E por falar em teatro, este mês vem quente com as estréias de O INSPETOR GERAL – uma comédia de Gogol com direção de Silvia Carvalho – O espetáculo trata de uma maneira divertida e irônica a corrupção, destila críticas a políticos e administradores de maneira geral, ao serviço de aparência e à hipocrisia das instituições e dos cargos públicos. No elenco: Bianca Paranhos, Branca Leoni, Bruna Vinsky, Daniel Vidal, Daniella Espoleto, Estaine Alencar, Fábio Felix, Monnik Poubel, Ruy Lemos, Cristiane Amorim, e Thainá Targino. Sábado, às 21h, e domingo, às 20h. Teatro I da Sede



da Cia de Teatro Contemporâneo. Outra estreia é a peça DEVIL'S BAR onde o sagrado e o profano se misturam nesta comédia dirigida por Ivan Fernandes, que estreia no dia 14 de maio no Teatro II da Sede da Cia. de Teatro Contemporâneo, em Botafogo.

O espetáculo é uma compilação de esquetes cômicos, escritos por Andréa Gaspar, que têm, como pano de fundo, passagens bíblicas reinterpretadas à luz dos dias atuais. Terá acompanhamento musical com banda ao vivo - sábado, às 21h, e domingo, às 20h. Informações: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br. Sede: Rua Conde de Irajá 253–Botafogo. Telefone: 21 2537-5204.

PRAIA VERMELHA

PADARIA E CONFEITARIA

- Pão franceses quentinho e cafezinho
- Coco natural ou gelado, sorvete Kibom
- Sucos e vitaminas e sanduíches naturais
- Pizzas, pães doces e sanduíches diversos.

ACEITAMOS ENCOMENDAS.

Tel. 2295.8497

**5000 PANFLETOS**

VALOR PARA ANUNCIANTES
só R\$ 180,00

PREÇO PARA NÃO ANUNCIANTES: R\$ 210,00!

Formato.....10cm x 15cm
 Papel Couché c/ Frente Colorida

Tel. 3681.5302 / 8738.5283

artigraficas@correiocarioca.com.br

ANUNCIANDO NO JORNAL, O SEU
ANÚNCIO SAI GRÁTIS NA INTERNET

www.correiocarioca.com.br

ESTE ESPAÇO PODE
SER SEU POR
APENAS R\$ 90,00*

+
ANÚNCIO INTERNET
(GRÁTIS)

Se você leu, seus clientes também vão ler!

30 mil jornais**
 Público da Zona Sul (Botafogo, Humaitá e Urca)

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Contrato mínimo de 3 edições.
 **quantidade de jornais no total do contrato de 3 edições.

EXPEDIENTEZONA SUL
10 MIL EXEMPLARES

Telefone: 3681.5302

Atendimento Zona Sul: 2ª a 6ª, das 9h30 às 19h.

E-mails: comercial@correiocarioca.com.brredacao@correiocarioca.com.brSite: www.correiocarioca.com.brtwitter.com/correiocarioca

Escritório Central:

R Barão de São Francisco, 322 / sl 401 - Vila Isabel

Departamento Comercial e Marketing

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Rodrigo Silva - Reg: PUB 3425/RJ

Jorn. Resp.:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Publicitário:

Rodrigo Silva - Reg: PUB 3425/RJ

Consultor Jurídico:

Ricardo Silva

Diagramação e Editoração Terceirizada:

A&S Editora

Equipe de Redação:

Eduardo Alves, Raquel Lima, Bruno Paradas,

Fernando de Andrade.

ANUNCIE: 3681.5302

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

GRATIFICAÇÕES DE DESEMPENHO DOS SERVIDORES PÚBLICOS FEDERAIS: OS RISCOS DE PERDAS PARA ATIVOS E INATIVOS

A sigla GDATA é conhecida por muitos dos que compõem o universo dos servidores públicos federais. Seu papel, quando foi criada, ainda no último ano do Governo Fernando Henrique, era o de uma gratificação de desempenho. No Governo Lula, que o seguiu, implementou-se uma política remuneratória que estendeu a todas as carreiras do Executivo Federal o pagamento de gratificações de desempenho, na tentativa de conduzir a Administração Pública à busca por melhores resultados na prestação dos serviços públicos. Ocorre que nunca houve a regulamentação da avaliação de desempenho, e os servidores públicos passaram a pleitear o seu pagamento nos percentuais máximos previstos em lei. Diante disso, o Poder Judiciário atendeu a este pleito, já que não havia a menor previsão de que, algum dia, o desempenho das atividades dos servidores viesse a ser avaliado, para fins de remuneração.

Porém, em 2010 foi editado o decreto 7133, que definiu critérios gerais para que fosse avaliado o desempenho dos servidores. Neste novo contexto, vários ministérios já deram início às avaliações. E nisto há um grande risco, pois servidores que não venham a ser bem avaliados poderão ter seus vencimentos diminuídos, contra a previsão constitucional que proíbe a redução da remuneração de todos os servidores. Risco também para os inativos, pois os Tribunais lhes asseguraram os mesmos direitos dos servidores em atividade apenas enquanto não se iniciassem as ditas avaliações.

Se você, servidor federal, ativo ou inativo, encontrar-se em situação que tenha seus vencimentos reduzidos, o escritório MMA Advogados Associados está pronto para defender os seus direitos em juízo. Marque uma consulta pelos telefones 2544-2666, 8110-1311 e 9681-3213.

COMO CONSERVAR PORTAS E JANELAS DE ALUMÍNIO

Profissionais da Copa Sul esquadrias dão dicas ao consumidor como limpeza e lubrificação.

Uma das principais características do alumínio é a durabilidade. Mas é necessário alguns cuidados básicos para a preservação do metal. Fatores como limpeza, pintura e lubrificação de todas as articulações e roldanas de portas e janelas, necessitam de um cuidado especial. Os consumidores devem ficar atentos com a conservação dos produtos.

"Costumamos dizer que uma boa esquadria de alumínio é como um diamante, dura para sempre", garante Sr Jose Nunes, responsável pela área técnica da Copa Sul esquadrias. Segundo ele, o descuido com o metal pode ocasionar falhas na abertura de portas e janelas e surgimento de manchas.

Produtos químicos, como removedor, por exemplo, são totalmente proibidos na limpeza das esquadrias.

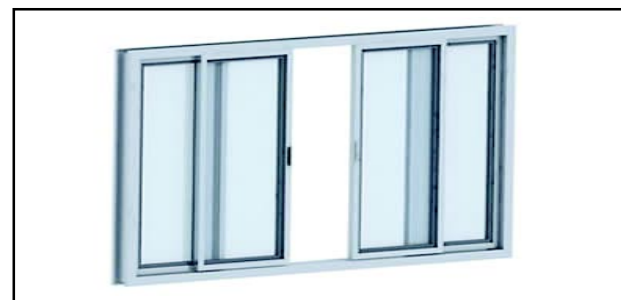
Limpeza

1. A limpeza das esquadrias deve ser feita com uma solução de água e detergente neutro, com auxílio de esponja macia ou pano macio, nos seguintes intervalos de tempo:

- No mínimo, a cada 12 meses em zona urbana e rural
- No mínimo a cada 3 meses em zona marítima ou industrial

2. As janelas e portas de correr exigem que seus trilhos inferiores sejam sempre limpos, para se evitar o acúmulo de poeira, que, com o passar do tempo, vão se compactando pela ação de abrir e fechar, transformando-se em crostas de difícil remoção, ao mesmo tempo que comprometem o desempenho das roldanas exigindo sua troca precoce.

3. Não usar fórmulas de detergentes com saponáceos, esponjas de aço ou qualquer outro material abrasivo.



4. Não usar produtos ácidos ou alcalinos. Sua aplicação poderá manchar a anodização e tornar a pintura opaca.

5. Não utilizar objetos cortantes ou perfurantes para auxiliar na limpeza de "cantinhos" de difícil acesso. Esta operação poderá ser feita com o auxílio de um pincel de cerdas macias.

6. Não usar produtos derivados de petróleo (vaselina, removedor, thinner etc). O uso de tais produtos, num primeiro instante, pode deixar a superfície mais brilhante e bonita. Porém, em sua fórmula existem componentes que vão atrair partícula de poeira que agirão como abrasivo, reduzindo a vida do acabamento superficial do alumínio. Por outro lado, os derivados de petróleo podem ressecar plásticos e borrachas, fazendo com que percam a sua ação vedadora.

Lubrificação

Graxa ou óleo não pode ser utilizado nas articulações e roldanas. Estes produtos podem conter ácidos e outros aditivos não compatíveis com os materiais usados na fabricação das esquadrias, causando manchas no material.

Copa Sul Esquadrias
Praia de Botafogo, 484 lojs 5 Galeria

VENHA CONFERIR NOSSAS OFERTAS!

WS

acessórios

*COM O JORNAL, QUALQUER RECARGA DE CARTUCHO R\$ 10,00

Informática em Geral - Xerox - Fax - Celular - Chip Celular - Memórias - MP3
Cabos USB - Fones Mp3 - Pen Drives - Controle TV - Mp4 - Midias(CD/DVD)
HD Externo - Carregador (celular) - Manutenção de Micros - Pilhas recarreg.

Recarregue o cartucho 4 vezes e a 5ª é grátis



ROTEADOR
D-LINK DI-524
R\$ 80,00



CARTUCHO HP 22
R\$ 44,90



CARTUCHO HP 60
COLOR
R\$ 44,90



CARTUCHO HP 92
PRETO
R\$ 35,00



CARTUCHO HP 74
PRETO
R\$ 35,00



CARTUCHO EPSON
731/732/733/734/117/ 90
por apenas
R\$ 25,00
(A VISTA)



HD EXTERNO SANSUNG 320G SLIN
por apenas **R\$ 179,00**
HD EXTERNO SANSUNG 500G
por apenas **R\$ 219,90**



PENDRIVE KINGSTON
a partir de **R\$ 25,00**



CARTUCHO EPSON
COMPATÍVEIS
a partir de
R\$ 9,90



CARTUCHO HP 21
PRETO
R\$ 35,00



CARTUCHO HP 60
PRETO
R\$ 35,00



CARTUCHO HP 75
R\$ 44,90



FONTE ATX
WISE CASE 500W
R\$ 39,90

ENTREGAMOS EM DOMICÍLIO
Tel/Fax: 2246.1891

Os preços desta propaganda são para pagamento em dinheiro.

Rua Voluntários da Pátria, 261 - 1º stand à esquerda após porta de vidro - Botafogo