

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 92 | outubro de 2011

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

PAGODE DO GUANABAR

APRESENTA
CORY DUARTE & CONVIDADOS
TODOS OS SÁBADOS - 22H

LOCAL: GUANABAR, NO CLUBE GUANABARA, AV. REPÓRTER NESTOR MOREIRA, 42 - BOTAFOGO

INFORMAÇÕES E RESERVAS: 2542-9424
PREÇO: R\$ 10,00



Foto: Rodrigo Azevedo

Home Theater, de Andrea Chicharo.

PALACETE RECEBE CASA COR



Sofisticado evento de decoração e arquitetura, o Casa Cor acontece em Botafogo, no Palacete Linneo de Paula Machado, até 26 de novembro, e espera 70 mil visitas. **Págs. 8 e 10**

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

CULINÁRIA

NOVIDADES

Saborosas receitas.
Pág. 2

O turismo na melhor idade. **Pág. 5**

SEXUALIDADE

TURISMO

Atualize-se.
Pág. 6

Buenos Aires é moda.
Pág. 12

FUTEBOL

GASTRONOMIA

Comentários.
Pág. 15

Quilo de carne a R\$ 200,00? **Pág. 16**

CONSULTÓRIO DE PSICANÁLISE



Roberta Salles Gomes
CRP 05/41721

Rua Barata Ribeiro 774 / 507 - Copacabana
Cel. (21) 8858-9463
roberta_slg@hotmail.com

ROTA VIP TOUR

Paradise Island

Por VIP está ao alcance de todos!

Buenos Aires - 4 dias - aéreo e terrestre a partir de **Entrada US\$120 + 9X US\$39,50**

Gramado Natal Luz - 4 dias - aéreo e terrestre a partir de **Entrada R\$330 + 9X R\$110**

Natal/Reveillon em Orlando - FlyDrive - 12 dias - aéreo e terrestre a partir de **Entrada US\$450 + 9X US\$145**

Santiago do Chile - 4 dias - aéreo e terrestre a partir de **Entrada US\$125 + 9X US\$76**

New York Compras - 6 dias - aéreo e terrestre a partir de **Entrada US\$303 + 9X US\$191**

Informações e Reservas: (21) 2267-5824
www.rotaviptour.com.br otand@rotaviptour.com.br

AR CONDICIONADO

SPLIT E CENTRAL



Manutenção - Conserto - Instalação

Ligue e peça uma visita.
Orçamento sem compromisso. **(21) 9415.9723**

PROTEJA SUA SAÚDE

Inovadores Produtos Nutricionais Importados

CAFÉ OU CHÁ PARA EMAGRECER

- Sem dietas, queima gordura, baixa o colesterol.
- Também para diabéticos.

Venda Direta através do tel: 2526 4442 / 8523 1315

TEATRO PARA O ADOLESCENTE

Ao longo dos 30 anos de nosso Curso Profissionalizante de Ator, o 1º Autorizado e Credenciado pelo Conselho Estadual de Educação do Rio de Janeiro, centenas de pais procuravam um curso de teatro destinado ao adolescente.

Hoje, visando atender essa clientela, a Escola de Teatro Dirceu de Mattos está de **inscrições abertas** para esse adolescêntulo, preparando-o para esse seu futuro próximo artístico.

Conheça nosso curriculum profissional, fazendo teatro desde 1955, as peças teatrais que vamos encenar; noções de inglês, nosso teatro no qual vamos desenvolver as atividades culturais de seus filhos e as informações sobre cursos e recursos para se conseguir o drt.

É a continuação de nosso trabalho, sob o tripé da ética, profissionalismo e dedicação ao Teatro.

Dirceu de Mattos

Praia de Botafogo, 154 - ao lado da Oi e IBMR
Tels. 2273.6348 e 8112.9619

Delícia Carioca

Por Terezinha Coelho

MASSAS DOCES

LASANHA DE BANANA

Ingredientes: um pacote de lasanha semi-pronta, água, açúcar, seis bananas prata bem maduras e canela em pó.

Modo de fazer: leve uma panela ao fogo com bastante água e açúcar até ferver e formar uma calda rala. Reserve. Descasque as bananas e parta-as em tiras compridas ou rodela. Num tabuleiro grande vá arrumando as tiras de lasanha, jogando calda e colocando as bananas polvilhadas com açúcar e canela. Repita esse procedimento até terminar todos os in-

PIZZA DOCE

Ingredientes da massa: farinha de trigo (o quanto precisar), um copo grande de leite morno, dois tabletes de fermento de pão, um tablete de margarina derretida e fria, três colheres (sopa) de azeite, um ovo inteiro, uma colher (sopa) de açúcar e uma colher (chá) de sal.

Modo de fazer massa: misture todos os ingredientes e vá juntando a farinha de trigo, aos poucos, até a massa soltar das mãos. Trabalhe bem a massa com as mãos, amassando-a sem sová-la, durante uns quinze minutos.

Deixe descansar numa bacia coberta com um pano de prato por mais ou menos quarenta e cinco minutos. Não precisa untar que as formas que for utilizar. Coloque pouca massa em cada forma e vá esticando bem com as pontas dos dedos, até ficar bem fina. Cubra com o recheio doce que

quiser, escolhendo os sabores que seguem como sugestão: goiabada com queijo, banana com canela e açúcar, brigadeiro de chocolate, beijinho de coco, chocolate com morango ou outro de sua preferência.

redientes. Jogue então todo o restante da calda por cima e polvilha com bastante açúcar e canela. Cubra com papel alumínio e leve ao fogo pré-aquecido por vinte minutos. Então retire o papel alumínio e deixe só mais um pouco até dourar.

TONYTRON
SISTEMAS ELETRÔNICOS DE
SEGURANÇA LTDA.
CNPJ nº 40.302.503/0001-41
INSC. EST. 78.709.006

COMPRE PELA INTERNET!
Loja virtual de venda de
Equipamentos de segurança
www.tonytron.com.br

PAGAMENTO
- depósito, boleto
ou cartão de crédito

ENTREGAS
- Sedex ou Pac

www.tonytron.com.br
Tel: 3495.1448 :: E-mail: lojavirtual@tonytron.com.br

- Luminárias de Emergência;
- Motores para Portões;
- Câmeras de Todos os Tipos;
- Cercas Elétricas e Alarmes;
- Interfones e Pabx;
- Vídeo Porteiros;
- Molas de Retorno;
- Sensores de Presença;
- Controles Remotos p/ Portões



Coluna do Dentista

Dra. Renata Pescadinha

ESCOVAÇÃO DENTÁRIA

A escovação dentária quando bem executada, pode ser considerada como um dos métodos mais eficientes na prevenção da cárie e doenças gengivais.

Para realizá-la, primeiramente devemos selecionar a escova adequada, existem no comércio grande variedade de tipos e formas de escovas, bem como de consistência de cerdas.

As escovas dentais devem ser de tamanho infantil (cabeça pequena), cerdas com dureza média ou macia e todas do mesmo tamanho. Devem ser trocadas periodicamente (2 meses), pois as cerdas perdem seu alinhamento.

A escovação deve-se iniciar aos 18 meses para despertar o interesse pela mesma, sob responsabilidade dos pais até os sete anos, esta tem que ser realizada pelo menos uma vez ao dia de preferência à noite. A partir daí a própria crian-

ça pode escovar, mas sempre sobre supervisão. Somente na adolescência, depois da puberdade, é que deve ser liberada.

Os dentes devem ser escovados sempre após a refeição e com uma técnica adequada. A pasta dental deve ser evitada na fase de treinamento por dificultar a visualização.

A escova consegue limpar a parte de cima, por fora e por dentro dos dentes, mas não consegue limpar entre eles. Aí, somente o fio dental é capaz de higienizar, tornando-se indispensável seu emprego para uma correta e completa limpeza bucal. No entanto, seu uso deve ser feito por crianças que aprenderam corretamente sua técnica. Caso contrário pelos pais. Seu emprego indevido pode traumatizar a gengiva.

Até a próxima,
Dra Renata Pescadinha

DISK SAÚDE DENTAL

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

TIRE SUAS DÚVIDAS

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



KR Odonto
Clínica Odontológica

ATENDIMENTO A CONVÊNIOS
E PARTICULARES.

Cirurgia
Periodontia
Endodontia
Implantodontia
Ortodontia estética
Clareamento a laser
Odontologia estética
Prótese fixa e removível

(21) 3796-9392 :: 2226.5054

Rua Real Grandeza, 106 - Sala 225 - Botafogo
www.krodonto.com

HEITOR MOTTA DECORAÇÕES

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



3183.5337 / 9326-5351

CABELOS QUE VOCÊ SONHOU! MEGA HAIR!

PACOTÃO:
A PARTIR DE
R\$ 320,00
CABELO + MÃO
DE OBRA



Dê volume ou alongue seus cabelos no tamanho que desejar. *Nô Italiano, Cola de Queratina, Mega Hair, Rastafari, Miojinho, Tranças Nagô, etc.*
Mão de Obra a partir de R\$ 120,00.

Praia de Botafogo

Tel. 3285.3343 / 9251.8574 / 8279.2741 / 7149.9562

PIZZARIA E LANCHONETE POINT DA PASSAGEM

"A melhor pizza do bairro."

PROMOÇÃO EM 5 SABORES

Portuguesa, Napolitana, Calabresa, Mussarella e Presunto
Só R\$ 16,00 - Não cobramos taxa de entrega.



Entregas em Domicílio

2275.7630

Diariamente, de meio-dia às 3h

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

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

Rua da Passagem, nº 153 - Botafogo

 **Dra. Zenaide 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 - RJ
Tel/Fax: (21) 2517.3355 - Mail: zenaide_advogada@hotmail.com
www.zenaidealves.adv.br

QUENTINHAS **A PARTIR DE R\$ 7,00!**

- Trabalhamos Sábado
- Entrega em domicílio
- Pratos variados

MINI QUENTINHAS SÔ R\$ 5,00!

Tel. 2543.0437 / 8198.6283

 **AULAS PIANO E TECLADO**
Clássico e Popular
Myriam - 2275-8715 / 8265-0082

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

QUENTINHAS SOROCABA

R\$ 8,50 - 8 pratos variados de 2ª a 6ª feira.
5 opções de carne no sábado.
Às sextas-feiras, mini-feijoada por R\$ 10,00.

Entrega em domicílio somente em Botafogo
Tel. 2266.7439 / 8753.3848 / 7104.9116

ANUNCIE AQUI!
Só **R\$ 30,00 por mês!***
Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

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
Patrícia 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

guia botafogo.com UM PRODUTO CLASSINET

VOCÊ VIU ESTE ANÚNCIO? SEUS CLIENTES SIM!

Anuncie no **guiabotafogo.com** por **R\$80,00** e durante **8 meses** aproveite esta promoção de lançamento.

ligou, ganhou! (21) 3684-7338
guiando você pelo bairro!

LAVANDERIA
Serviço especializado em condomínio residencial. *R.S. OLIVEIRA*
Tingimento, tapetes e roupas finas.

Passar por peça a partir de R\$ 2,00
Lavar e Secar: R\$ 5,90 / kg
Lavar, Passar e Secar: R\$ 12,00 / kg (exceto roupas finas)

2286-0532 / 8794.7878 / 9866-1160
COLETA E ENTREGA EM DOMICÍLIO.

REFORMAS COM EXCELÊNCIA E RAPIDEZ CNPJ. 135811025/0001-06

PREÇOS ACESSÍVEIS!
Francisco, Mota, Ari e Daniel.



Alvenaria e pisos, gesso e estuque
Hidráulica, Sanitários e Gás
Construção e Pintura **Contato: 9735.8212**

MASSAGEM E DRENAGEM LINFÁTICA

Técnico de Enfermagem
Coren. 472.147

- MASSAGENS: TERAPÊUTICA, MODELADORA E RELAXANTE

- DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL E COM ULTRA SOM COM FORMAÇÃO NO SENAC

FALAR COM ÉRICA
ATENDIMENTO EM TODA ZONA SUL
TEL. 2275.8572 / 8199.1266 ou 7952.6474
E-mail: reginaes2005@yahoo.com.br



ACADEMIA!

 Musculação
Ginástica - Bike Indoor
Ergometria - Danças
Step - Fitbal - Alongamento
Personal - Fisioterapia
Pilates (não incluso)
Nutrição e muito mais...

PACOTES PROMOCIONAIS
MENSAL = apenas R\$ 100,00 (a partir do 2º mês)
2 MESES (à vista) = R\$ 180,00 (à vista) Média: R\$ R\$ 90,00
3 MESES = R\$ 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

PACOTES EMPRESAS
Mínimo de 10 alunos por empresa = R\$ 70,00.

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

Matrícula 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





LINHA COMPLETA DE ACESSÓRIOS
Capas, baterias, fones, frentes, carregadores, carcaças, displays, etc

TODAS AS MARCAS E MODELOS.

Rua Nelson Mandela, box 31
Entre as ruas Volunt. da Pátria e São Clemente.

Rua 13 de maio, 33 - bloco b
Quiosque 5 e 6 - Centro.

Paulo - 3287.4669 / 9382.0014

Este espaço pode ser seu por apenas R\$ 75,00*

+

Anúncio na INTERNET (grátis)

Se você leu, seus clientes também podem ler!

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

Ligue agora: 3681.5302
*valor por edição. Mínimo de 3 edições.

COLUNA VELHOS CARIOCAS

Saúde na
Melhor Idade

UMA CASA QUE RESPIRA ARTE E SAÚDE

A Dignus - Arte de Viver (www.dignus.com.br), casa de Botafogo especializada em atenção à terceira idade, que reúne ciência, arte e respeito à natureza humana e ambiental e busca sempre oferecer o que há de melhor para os idosos, prevenindo e tratando doenças como demências e demais patologias frequentes à terceira idade, está agora com uma interessante Oficina de Arteterapia, coordenada por Neyde Brandão. Na "Oficina Dignus de Arteterapia" os idosos soltam a criatividade e redescobrem um mundo mais colorido e atraente, trocando a tristeza por momentos produtivos bem mais gratificantes. A Dignus, que inspira e expira arte e saúde, oferece aos idosos a possibilidade de Hospedagem Completa, na forma de residência de longa permanência ou Centro Dia/Horas, onde eles podem participar das atividades terapêuticas propostas e retornar para suas casas ao final do dia. O serviço conta com uma equipe bem preparada e dinâmica. Os dias dos



Oficina Dignus de Arteterapia.

idosos na Dignus são preenchidos com: ginástica personalizada; caminhadas; cantoterapia; cineterapia; piano dançante; arteterapia; passeios culturais; missas para os idosos na Igreja de Santa Cecília; festas em datas comemorativas; acompanhamento médico, psicológico e nutricional; apoio de enfermagem de nível superior; cuidadoras e uma sensacional culinária com seis refeições diárias balanceadas por uma ótima nutricionista.

Conheça a Dignus - Arte de Viver para respirar mais arte e saúde. Agendamentos com a Sra. Katia Cetrim pelo telefone 21 2542-9299.

Apoio:



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

FILMES COM ATUAÇÕES BRILHANTES

Por Juliana Brochado

"O Silêncio dos Inocentes" conta com uma atuação magistral de Anthony Hopkins, que interpretou o personagem psicopata Hannibal Lecter, que apesar de ser o vilão da trama, consegue a simpatia de alguns espectadores. Para muitos, o melhor filme de suspense de todos os tempos.

O personagem interpretado por Tom Hanks em "Náufrago" também é digno de aplausos. O ator carrega o filme praticamente sozinho e consegue passar toda a angústia e sofrimento de uma pessoa condenada a permanecer em uma ilha sem nenhum contato exterior.

Jamie Foxx tem uma atuação perfeita como Ray Charles, em "Ray", filme que conta a história do cantor. Tal interpretação lhe rendeu o Oscar de melhor ator do ano de 2005.

Al Pacino em "Perfume de Mulher" tem simplesmente uma das melhores atuações de todos os tempos do cinema. O ator interpreta um tenente-coronel cego que viaja para Nova York para ter um final de semana inesquecível antes de morrer.

"Melhor é Impossível" apresenta Jack Nicholson em uma das suas melhores performances. Ele interpreta um escritor grosseiro e sarcástico numa comédia misturada com drama que fala de sentimentos e valores pessoais. A película também conta com ótimas atuações dos atores coadjuvantes.

"O Discurso do Rei" - Colin Firth tem uma interpretação gloriosa como o assustado e inseguro Rei George VI, que, por ser gago, possui medo e repulsa ao fato de ter que falar em público. Vencedor do Oscar de melhor ator com toda a justiça.

Leonardo di Caprio tem uma atuação perfeita em "A Ilha do Medo". O ator interpreta um policial que vai até um manicômio localizado numa ilha para investigar o desaparecimento de

um paciente. No local, ele descobre que os médicos realizam experiências radicais com os pacientes, envolvendo métodos ilegais e anti-éticos. Um filme tenso e surpreendente.

Helen Mirren, interpretando a Rainha Elizabeth II no filme "A Rainha", tem uma atuação exuberante, traduzindo uma figura enigmática, como todo monarca deve ser. Atuação lhe rendeu o Oscar de melhor atriz do ano de 2007.

Dois filmes que fizeram enorme sucesso devido à atuação excepcional do protagonista foram "Uma Mente Brilhante" e "Gladiador". Russell Crowe, como John Nash no primeiro e como Maximus no segundo, teve atuações espetaculares. Vale a pena assistir aos dois para conferir.

Em "O Curioso Caso de Benjamin Button" Brad Pitt também nos brinda com uma atuação fantástica, além dos recursos de maquiagem e de tecnologia que modificaram completamente sua aparência, o ator incorporou a essência do personagem em seus diferentes estágios da vida. Muito bom.

Heath Ledger também apresentou uma atuação excepcional na construção do vilão coringa, no filme "Batman - O Cavaleiro das Trevas". Dizem que sua atuação o deixou transtornado. Infelizmente, para tristeza dos fãs, o ator faleceu com apenas 28 anos, após ganhar fama mundial por sua atuação em "O Segredo de Brokeback Mountain", no qual interpretava um cowboy gay.

Natalie Portman, uma das revelações da atualidade, nos presenteou com sua personagem em "O Cisne Negro", papel que lhe rendeu o Oscar de melhor atriz. O filme é brilhante, expondo os conflitos psicológicos da primeira bailarina de uma importante companhia de ballet.

No cinema brasileiro, não podemos esquecer a excelente atuação de Wagner Moura em "Tropa de Elite". Seu personagem foi tão marcante que virou referência nacional. Aproveitem os filmes, até a próxima!

CONCERTO, MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO
AR CONDICIONADO - GELADEIRA
TODAS AS MARCAS

Sérgio Luis

Tel: 3235-4374
9763-2236

5000 PANFLETOS

VALOR PARA ANUNCIANTES: 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

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

ANUNCIE AQUI!

Só
R\$ 45,00 por mês!*

Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

APARELHOS AUDITIVOS ATENDIMENTO DOMICILIAR

FONOAUDIÓLOGAS RESPONSÁVEIS
Nilda Lira e Carla Valéria
CREFONO: 13.498-RJ CREFONO: 4.473-RJ

Tel. 8608-4306 e 9948-4558

PLANOS DE SAÚDE Corretor Zona Sul

Planos Empresariais
e Planos Individuais

Tel. 3026-7336 / 8700-7336



e outros planos.

ANUNCIE AQUI!

Só
R\$ 30,00 por mês!

Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

TURISMO NA TERCEIRA IDADE

Por Antonio Lauria

Falar em turismo há algumas décadas significava coisa apenas para uma minoria privilegiada, ricos em férias. Com a globalização, nichos de negócios na área ganharam espaços.

Costumes e mentes se modificaram. O turismo foi parar na universidade. Postou-se como uma das maiores fontes de divisas. Hoje, faz-se eco-turismo, business tour, turismo religioso, gastronômico, em campings, montanhismo, gay, em cruzeiros marítimos em verdadeiros palácios flutuantes, dentre tantas modalidades, chegando ao da melhor idade.

Independentemente da estação do ano ou de datas marcantes, comemorações, lá estão eles, vovôs e vovós, muitas vezes, realizando sonhos acalentados ao longo de uma vida. Voltados a formar um patrimônio não só material, mas sobretudo o da educação e da moral, legando as futuras gerações, não puderam fazer o "check-in" para diversão, ainda jovens. Abandonavam seu torrão natal, pais, irmãos e amigos.

Com o advento do Código do Idoso, "cabelinhos brancos" e corpos passaram a tomar assento nos meios de transporte no dia-a-dia, eles que trabalharam de sol à sol.

Fazer turismo na terceira idade, não é apenas uma compensação ou retribuição pelo tempo perdido, mas a gratidão desse tempo, que a vida lhe está presenteando.

Boa viagem, Vovôs e Vovós!

E-mail: a.lauriaag.viagens@gmail.com

Telefone: 9642-6592

SHOPPING DOS SABORES



Gastronomia de qualidade, ambiente refrigerado, limpo, com banheiros para o cliente e até estacionamento. Assim é o Shopping dos Sabores, na Rua General Polidoro, perto do metrô, e do outro lado do Supermercado Hortifruti.

Mas se engana quem pensa que lá existe apenas boa comida. Há outros tipos de lojas que também são atração, sem falar de uma boa música no happy hour.

O Shopping dos Sabores é parada obrigatória para quem busca várias opções, sempre primando pela qualidade e preços abaixo do mercado. O Shopping foi inaugurado em dezembro de 1995 e desde então é um sucesso entre os moradores das redondezas.

Atualmente está no Shopping, além das casas especializadas em alimentação, uma ótica, uma loja de presentes, de produtos infantis, sapataria, costureira, lojas de roupas, de informática, loja especializada em prata, uma mercearia e até um pet shop, dentre outras ótimas lojas.

Além de tudo isso, vale ressaltar o ambiente familiar do local, que conta também com segurança própria. O Shopping dos Sabores funciona de 2ª a sábado, de 8 às 20h e aos domingos de 8 às 14h.

OFICINA DE LIVROS

A Oficina de Livros é uma empresa jovem, voltada para a edição de obras nacionais, que acredita e valoriza os autores brasileiros e está empenhada em traçar um novo caminho para a produção literária do nosso país.

Há cinco anos nesse mercado, a Oficina traz a solução para autores que buscam uma forma eficaz de produzir suas obras. Com o apoio da Oficina muitos autores estão saindo do anonimato e divulgando livremente suas ideias.

Apostando no uso da mais moderna tecnologia a Oficina de Livros possibilita que qualquer escritor publique seu livro e se torne um autor independente. Lá sua obra será produzida através da impressão por demanda, de acordo com sua necessidade.

AUTOR INDEPENDENTE, UMA REALIDADE

O mundo mudou e o mercado de livros também. Convivemos com um cenário muito competitivo no mercado editorial. Isso faz com que muitos textos, de excelente qualidade, não sejam publicados.

Mas as publicações independentes são, hoje, uma realidade mundial, e escritores, como você, que têm suas obras guardadas na gaveta e desejam um dia revelá-las para o mundo já contam com tecnologia de ponta para viabilizar seu sonho.

Na Oficina de Livros, o autor encontra uma estrutura apta a fornecer todo o apoio necessário, para adequar a produção de seu livro às exigências do mercado editorial. Além dos recursos tecnológicos e do atendimento e orientação ao autor, a Oficina vem firmando parcerias que possibilitarão a venda on line, a participação em eventos, a realização de lançamentos em livrarias e centros literários e a divulgação em blogs e nos sites dos autores.

O resultado desse trabalho é a produção do seu livro com alto padrão de qualidade.

ART DOS PÉS

QUALITY PRICE

TEMOS NÚMEROS ESPECIAIS!
MASCULINO E FEMININO!

Bonê Nike
(temos outras marcas)

Chuteira
Penalty
Sniper Pro 10



**** Lançamentos! ****

Tênis
Mizuno
Wave
Última 3



Bolsa
Mario Prata
(vários
modelos)



CARTÕES EM ATÉ 5 VEZES SEM JUROS

Tel. (21) 2527.1183

R. Professor Álvaro Rodrigues, 30 A - Botafogo
Final da Praia de Botafogo

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)
- Agora com Ensino Médio com o Prof. Gabriel Carneiro.
- Fonoaudiologia

AGORA,
TAMBÉM COM
ENSINO MÉDIO!



Salas confortáveis,
com ar condicionado.

2541.6516 / 3905.9130

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

ODONTOLOGIA

Responsável Técnico: José Ricardo R. de Souza
CRO 15.582



Clinica Geral com atuação em:

Convênios

FURNAS
CABERJ

ORTODONTIA - PRÓTESE
CIRURGIA ORAL
RESTAURAÇÕES ESTÉTICAS
IMPLANTODONTIA
PERIODONTIA
ENDODONTIA - EMERGÊNCIAS

Atendimento

2ª a 6ª feira 8h às 18h30.

AV. PASTEUR, Nº 72 / 2º ANDAR - BOTAFOGO
TEL. 2543.1807 - 2543.1819
ESTACIONAMENTO EM FRENTE

VOCÊ SABIA?

CHUVA E FRIO NÃO CAUSAM GRIPE

Ao contrário do que muita gente imagina ainda, a gripe não é causada por baixa temperatura, chuva e muito menos vento. Essa crença é de uma época em que os antigos, que não tinham idéia de que existiam os vírus, fungos ou mesmo as bactérias, pensavam assim porque que as gripes e os resfriados aconteciam e acontecem com maior frequência no inverno, mas por outros motivos.

Além disso, como muitas pessoas espirram e têm coriza sob baixas temperaturas (efeito de alergia ao frio), esses sintomas eram confundidos com os do resfriado comum.

ENTÃO, PORQUE HÁ MAIS RESFRIADOS NO INVERNO?

A explicação é simples: porque no inverno as pessoas se juntam em lugares fechados visando proteção contra o frio. A proximidade das pessoas em ambientes sem ventilação propiciam o contágio de vírus de uma pessoa para outra, já que os vírus também são transmissíveis pelo ar e em contatos próximos.

AR-CONDICIONADO CAUSA GRIPE?

No entanto, se o frio não é responsável direto por gripes e resfriados, o mesmo não podemos dizer do bom e velho amigo de verão, o ar condicionado. A influência do aparelho em gripes e resfriados é grande, entretanto, também não tem nada a ver com o frio.

Acontece que o ar condicionado desidrata o ar e resseca o muco protetor que reveste as mucosas das vias aéreas. Isso tem a consequência em nosso corpo de destruir nossos anticorpos e enzimas que defendem o organismo de germes, que assim podem atacar o corpo.

Sexo sem Mistério

ATUALIZE-SE

Sexo no Cativoiro de Esther Perel fala sobre quanto a intimidade é nociva aos relacionamentos. Pensemos na lei da oferta e da procura: quando a oferta é infinita, o seu valor cai. A autora afirma que o erotismo precisa de uma distância, um espaço entre o eu e o outro. Mas lembremos que sexo e afeto se colocam em esfera e importância distintas e nos puxam para lados contrários.

Sem perceber casais sacrificaram a paixão em nome da estabilidade. Contribui para isso as próprias dinâmicas de um relacionamento que não colaboram muito para o sexo. Aquilo que é fonte de conflito fora da cama, poder, controle, vulnerabilidade, é desejável se experimentada através do corpo e erotizado.

Como separar algo que está tão misturado? Mais. Como esperar que o nosso relacionamento nos proteja dos perigos do mundo se o amor é intrinsecamente instável? Criamos artifícios para isso: colocamos limites, impomos regras e criamos previsibilidades. A mesma base do conhecido que traz a paz doméstica, orchestra o tédio. E muito disso se dá pelo fato de que gostamos de neutralizar a complexidade do outro em nome da nossa segurança. Estreitamos

nosso parceiro, ignoramos partes essenciais para colocarmos ordem na casa. Também nos reduzimos, abrimos mão de blocos da nossa personalidade em nome do amor.

Quando a intimidade é sinônimo de fusão, não é a falta mas o excesso da proximidade que impede o desejo. Quando dois vira um, não há ninguém com quem se ligar e onde não se tem nada para esconder, não há nada a procurar: esse é o lema do desejo, que está mais interessado em onde pode estar do que onde esteve. A paixão está intimamente ligada ao nível de incerteza que você está disposto a tolerar.

Assim, tolerar a própria individualidade é fundamental para manter o desejo do lado de dentro da relação. Não esqueçamos que o fogo também precisa de oxigênio para se alimentar.

Abrimos espaço para tirar dúvidas.

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

Dr^a Ana Paula Veiga - Sexóloga
Tel: 2567-9181/7883-2059

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

Videoport
Partinho de você

www.videoport.com.br

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

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

QUEOPS
CONSTRUÇÃO E REFORMAS

Hidráulica - Elétrica
Alvenarias - Revestimentos
Gesso - Telhamento

MÃO DE OBRA ESPECIALIZADA

Rio de Janeiro
Tel. 3092.1860 / 7869.0059 / Id. 10*47644
E-mail: queopsempreiteira@hotmail.com

ROSE BD EVENTOS
Faça de sua festa um sucesso
Entretenimento para crianças e adultos

Som com dj, iluminação e fumaça-animação e recreação, Cama elástica, maquiagem artística, bola mania, piscina de bolas 5 horas de evento.

PROMOÇÃO - TUDO POR APENAS R\$1.200,00

Agende com antecedência
Ligue 2228-1598 / 3176-1520 / 7529-2839

RYJ SERVIÇOS

CARLOS: ID 23*18855
JEAN: ID 14*512754
ALESSANDRO: ID 87*47645

Pedreiro • Ladrilheiro • Eletricista
Bombeiro Hidráulico • Pintura de Paredes
Rebaixamento de Gesso • Colocação de Granito
Bombeiro Gasista • Impermeabilização
Marcenaria, etc.

Atendimento 24h
Rua Tegucigalpa, 286 - Loja A - Inhaúma

3685-7793
9268-1330

Sr. Síndico!
Isto é de seu interesse.

Tem problemas com bicicletas abandonadas em seu condomínio?
CELÇÃO BIKE tem a solução!
Compra e retira na hora!
Ligue 2537.1793 e confira!

Rua Assunção, 361 - Botafogo - Rio de Janeiro
Tel. 2537.1793 / 9113.0094

TERAPIAS INTEGRADAS

UMA VISÃO GLOBAL DO SER

por Lucilia Monteiro

LIMITE ZERO

“Precisamos permanecer concentrados em voltar para o ZERO. Sem Memórias.

Sem programas... ZERO.”

Esta afirmação traz a essência do trabalho de CURA proposto pelo Dr. Len. Psicólogo responsável pela divulgação deste poderoso método, afirma que temos a total responsabilidade pela nossa vida. Tudo que está em torno de nós é nossa responsabilidade, até mesmo nosso interno é nossa criação.

Ho'oponopono é o processo utilizado por ele para desfazer as energias tóxicas que existem dentro de nós. Significa reparar ou corrigir um erro que nasce de pensamentos contaminados por lembranças dolorosas do passado. Ajuda a dissolver os programas ocultos que impedem que os milagres aconteçam.

Ho' significa “causa” em Havaiano e PONOPONO quer dizer “perfeição”.

Ho'oponopono não encara os problemas como uma provocação e sim como oportunidades. Os problemas são apenas memórias que se repetem e aparecem para nos conceder mais uma chance de enxergar com os olhos do AMOR e agir a partir da inspiração. Ele conduz ao amor por nós mesmos. É um

processo de PERDÃO, ARREPENDIMENTO e TRANSFORMAÇÃO.

Todas as vezes que usamos esse procedimento, estamos assumindo 100% de responsabilidade e pedindo perdão (para nós mesmos). Descobrimos que tudo que acontece em nossa vida é apenas uma PROJEÇÃO dos nossos programas.

O ser humano tem duas maneiras de viver a vida: “A partir da MEMÓRIA ou da INSPIRAÇÃO.

As memórias são antigos programas que voltam a ser executados; inspiração é o DIVINO transmitindo uma mensagem. A única maneira de ouvir o DIVINO e receber inspiração é limpando todas as memórias.

Se você tem um problema com alguém, o problema não está na pessoa. Você apenas está reagindo à memória e não à pessoa.

Portanto, devemos fazer limpezas diariamente diante de qualquer situação enviando o pedido ao Divino: “SINTO MUITO ...ME PERDOE... por tudo que tenho projetado... TE AMO...SOU GRATO!

Para saber mais entre em contato para cursos e atendimentos: Cel. 9628-8981 ou e-mail: luribeiro.yoga@gmail.com.

Prof. Lucilia M. Ribeiro
www.luribeiroyoga.com.br

SAÚDE MENTAL

CLEPTOMANIA

O transtorno conhecido como Cleptomania significa “mania de roubar”. A característica principal deste distúrbio é o fracasso constante em resistir a impulsos de furtar objetos desnecessários para o uso pessoal ou por seu valor monetário. A pessoa vivencia uma sensação crescente de tensão antes do roubo e sente prazer, satisfação ou alívio ao cometê-lo. Vale ressaltar que o furto não é cometido para expressar raiva ou vingança contra alguém. Os indivíduos com Cleptomania têm consciência de que o ato é errado, sem sentido e com frequência tem medo de serem apanhados, sentindo-se deprimidos ou culpados quanto aos furtos.

Em geral, os objetos que são furtados têm pouco valor para o indivíduo, que teria condições de comprá-los e frequentemente

os dá de presente para alguém ou joga-os fora. Às vezes, o cleptomaniaco pode colecionar os objetos furtados ou devolvê-los disfarçadamente. Embora os indivíduos com este transtorno evitem furtar quando acreditam que possam ser pegos em flagrante, eles não costumam planejar seus furtos nem levam plenamente em conta as chances de serem presos. É importante mostrar que a Cleptomania é uma condição rara, que parece ocorrer em menos de 5% de pessoas que cometem furtos, sendo mais comum entre mulheres.

A psicoterapia é indicada para os casos de cleptomania, pois pode ajudar a pessoa a identificar as situações que desencadeiam o impulso de roubar e, assim, a desenvolver estratégias de auto-controle, melhorando sua auto-confiança e as relações interpessoais.

Psicóloga Patricia Adnet
CRP 05/34.198
Terapeuta Cognitivo-
Comportamental

Leia mais em:
www.patriciaadnet.com

**FALE ILIMITADO
COM QUALQUER FIXO
DA SUA CIDADE E DO BRASIL.**

LIVRE, O TELEFONE FIXO NA EMERGENCIA.

Por apenas: R\$39,90



Agente Autorizado
Roma Telecom

Compre agora o seu livre e fale à vontade.



Huawei 2555
Huawei C2610
Huawei 8551

Plano Fale à Vontade

Fale ilimitado para qualquer telefone fixo da sua cidade e do Brasil, usando o 21 da Embratel. Não perca tempo, venha ser Livre.

Serviços inteligentes gratuitos

- Secretária eletrônica
- Identificador de chamadas
- Chamada em espera
- Consulta de saldo.

Agente Autorizado Roma Telecom

Telefone: 3886.8954 / 4109.0239



**SOLUÇÃO CERTA
PARA INCONTINÊNCIA**

Fralda Geriátrica

IMPORTADA: PAUL HARTMANN (ALEMANHA) FRALDA MOLICARE
Camada Dry Plus -- Tecido Air Active + Tranquilidade > Conforto

NACIONAL: EVER GREEN - FRALDA NATURAL MASTER PREMIUM
Barreiras Laterais -- Indicador de Umidade -- Exclusivo Filme Respirável

QUANTO MELHOR A QUALIDADE DA FRALDA, MAIOR A TRANQUILIDADE DE QUEM CUIDA E MAIOR O CONFORTO DE QUEM USA.



TEL: 2590-4733 / 2573-0158

Show Room : Rua Nicarágua 601 A - Penha - RJ

www.fgtbrasil.com.br **ENTREGAMOS EM DOMICÍLIO**

Atendemos: Hospitais, Home care e Casas de Repouso.

CASA COR RIO SE INSTALA NO PALACETE LINNEO DE PAULA MACHADO

Com crescimento de 20% em relação ao ano passado, 70 mil pessoas devem visitar o evento.

PASSADO E PRESENTE NUNCA ESTIVERAM TÃO PRÓXIMOS.

A 21ª edição da Casa Cor Rio ocupa o Palacete Linneo de Paula Machado, em Botafogo, de 4 de outubro a 16 de novembro. O mote deste ano são interferências modernas num casarão do século XIX, em estilo renascentista francês, tombado pelo Inepac. Os 86 arquitetos, decoradores e paisagistas vão criar 54 ambientes do evento com 9.285 m² de área total, 2.000 m² de área construída, 6.470 m² de jardins.

A previsão da 3 Plus, empresa organizadora do evento, é de crescimento em torno de 20% em relação ao ano passado e de um público de 70 mil pessoas.

RESTAURADO, PALACETE FICA COMO LEGADO PARA A CIDADE

Com telhado em ardósia, vitrais, pisos em parquê, azulejos art nouveau e colunas restaurados pela equipe da Casa Cor Rio, o Palacete pertenceu, de 1908 a 2011, à tradicional família carioca Guinle de Paula Machado – e foi comprado pela Firjan este ano que, após o evento, instala ali seu centro de cultura, design e moda.

TENDÊNCIA DO ANO: ESTILO BEM-HUMORADO

A maioria dos espaços contrasta os detalhes arquitetônicos do estilo eclético renascentista francês com projetos super bem-humorados. Cerâmicas de época descobertas na escavação da antiga



Cozinha, de Duda Porto, e Quarto das Crianças de Juliana Neves de Castro, Luciana Nasajon e Mabel Graham Bell.

garagem que virou restaurante (Gorete Colaço); molduras de quadros são agora rodapé e barril de óleo cromado vira mesa de jantar (Jairo de Sender)... Um guindaste segura a laje do teto do living de Alessandro Vieira Sartore instalado no jardim. Um barco antigo francês de cinco metros parece navegar no mar de flores de azulejos art nouveau da sala da família de Maurício Nóbrega. Móveis de tela de galinheiro (Sônia e Daniela Infante), banco em forma de elefante (Gisele Taranto), sofá e mesa de pedra (Alessandro Vieira Sartore), poltrona feita com rede de pescar (Patrícia Fiúza), estante que simula um jogo pega-varetas (Bernardo Schor e Rogério Antunes), azulejos com estampas de páginas de jornal (Isabela Augusto de Lima).

TIRANDO PARTIDO DO PÉ DIREITO ALTO: LUSTRES MUITO DIVERTIDOS!

Lustres lúdicos e para todos os gostos tiram partido do pé de direito alto. Qual é o seu formato preferido de luminária? Cereja gigante (Roberta Moura), ovos de avestruz (Leonardo Pascual), tubo de ensaio (Marise Marini) ou asa delta (Paula Neder)? Que tal um lustre confeccionado com copos, pratos e xícaras pendurados (Jairo de Sender) e outro criado a partir de tênis All Star (Isabela Augusto de Lima)? ALTAS IDÉIAS para aproveitar o teto a seis metros do chão. Mezaninos no quarto e banheiro infantil possibilitam que a TV suba por um tubo e que a roupa suja desça por uma cesta de basquete.

LANÇAMENTOS PARA CASA

Um vaso sanitário tem sistema de

lavagem e secagem embutidos (Bel Lobo e Bob Neri); mictórios dispensam água e papel de parede agora exala cheiro bom (Flávio Santoro); cortina solar faz uso de baterias de energia solar (Mário Santos) e uma cama esquentada, esfria, sobe e desce (Márcia Muller).

CONTINUA NA PÁG. 10!

CRIATIVOS

O quarto das crianças tem móveis desdobráveis e articuláveis que acompanham o crescimento das crianças. Através de um elevador motorizado, uma cafeteira surge na bancada da mini-copa de Sofia Galvão. Um antigo tanque vira berçário de plantas aquáticas no Hobby do Dono da Casa. E numa dobradilha entre moda e decoração, o

CELÇÃO BIKE BIKE HELP
Consertos
Peças e
Acessórios

Bicicletas Novas e Usadas
Motos
Automóveis

COMPRA - VENDE - TROCA - FINANCIÁ - ALUGA
(BICICLETAS)

Rua Assunção, 361 - Botafogo - Rio de Janeiro
Tel. 2537-1793 / 9113-0094

CS SERVIÇOS AGILIDADE
QUE A SUA
EMPRESA
PRECISA!

- Negative seus devedores direto no SERASA
- Cobranças de cheques, duplicatas, carnês, etc.
- Consultas On Line 24 horas todos os dias

Ligue e agende uma visita: Tel. 4003.3388 ramal: 221 /
2253-4281 / Nextel: 7801 8237 ID 120*31877
E-mail: administrativo@diskchequesseguro.com.br

POSTO SANTA CECÍLIA
Recém Inaugurado
em Botafogo!

Rua Álvaro Ramos nº 8,
esquina com Rua da Passagem.
Em frente ao Carlinhos de Jesus!

Venha, abasteça e
confira os benefícios
que só um posto Ipiranga
pode lhe oferecer!

TROCA DE ÓLEO =
Lavagem grátis (Bronze)
3X
NOS CARTÕES

Apresente o anúncio e na
troca de óleo ganhe uma ducha!

LEANDRO TAPETES PERSAS

Oficina de restauração e lavagem de tapetes persas e nacionais - RESTAURAÇÃO EM GERAL

Lavagem a seco no local.
Carpets / Sofás / Cortinas /
Estofados em geral

Orçamento sem compromisso!

Rua Bambina, 138 / 307 - Botafogo.
Tel: 21 9611.0147 / 9602.2511

PSICOTERAPIA REICHIANA

http://www.vanda.psc.br • vanda@vanda.psc.br

Rio de Janeiro - Largo do Machado

Vanda Barreto Lopes

Psicóloga CRP 051054 Psicoterapeuta Reichiana

Pós-Graduação em Sociologia Urbana
Pós-Graduação em Psicopedagogia

(21) 2527-2200 • (21) 8831-2117



Clube de Regatas
GUANABARA

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



APOIO:



VII COLÔNIA DE FÉRIAS DO GUANABARA.

DE 09/01/2012 ATÉ 28/01/2012
DAS 8:30h ÀS 17:00 INSCRIÇÕES ABERTAS

ATIVIDADES ESPORTIVAS: REMO, VELA, CANOAGEM, WINDSURF, STAND-UP PADDLE, JUDÔ, KARATÊ, NATAÇÃO, PÓLO AQUÁTICO, NADO SINCRONIZADO, FUTEBOL E VOLEI. ATIVIDADES RECREATIVAS: DANÇA, PESCARIA, RECREAÇÕES (PISCINA E PRAIA). ATIVIDADES LÚDICAS: ARTES E EDUCAÇÃO AMBIENTAL. PASSEIOS: CINEMA, TEATRO, PRAIA, HOTEL FAZENDA, JARDIM BOTÂNICO, PASSEIO DE BARCO PELA BAÍA DE GUANABARA (SAVEIRO) E MUSEU.

Turmas de 4 e 5 anos, 6 e 7anos, 8, 9 e 10 anos, 11, 12 e 13 anos, com no máximo 25 crianças por turma. Todas as crianças receberão 2 camisas, mochila e bonê, que deverão ser usado diariamente na colônia. O valor pago na inscrição estará financiando todos os passeios, café, almoço e lanche. Sócio R\$ 450,00 podendo parcelar em 4 vezes (cheques) Não Sócio R\$ 650,00 parcelado em 4 vezes, com o último vencimento em 5/01/2012. Será necessária a apresentação de atestado médico, para a prática de todas as atividades físicas. As aulas serão ministradas sempre por 2 monitores em cada turma (fem./masc.) todos habilitados em Educação Física. No dia 06 de janeiro de 2011 às 19:00h será realizada reunião com responsáveis.



... 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

MAIS DETALHES DO EVENTO...

Foto: Rodrigo Azevedo

mobiliário “se veste” com estampas de Missoni e Christian Lacroix (Marise Marini).

TECNOLOGIA À SERVIÇO DA CASA

Ninguém mais vive sem automação! O “dono” da Suíte do Rapaz pode escolher vários tipos de luz, acionar o som, abrir e fechar portas de seu I-pod, antes de chegar em casa; o SPA de Leonardo Pascual faz viajar com um videowall com quatro TVs Sony 3D de 60”; e o antigo vinil é repaginado na Sala de Música através de um equipamento alemão da MBL, em que o disco “flutua” no toca discos com som puro e de alta tecnologia. Na Sala de PicNic há reprodução de sons de “passarinhos” mixados.

PRODUTO INTERNO BRUTO: PEDRA, AÇO CORTEN, MADEIRA DE DEMOLIÇÃO...

Foto: Rodrigo Azevedo



Fachada/Projeto Luminotécnico, por Widimar Ligeiro.

Será que foi para contrastar com a delicadeza de detalhes da arquitetura do imóvel que arquitetos apostaram nos materiais brutos e rústicos? Sofá e mesa feitos em pedra (Alessandro Sartore), bancos de troncos (Paula Bergamin) e mesa de jantar de madeira maciça (Paola Ribeiro), bancos em cimento de Zanini de Zanine (Leila Dionizio). Enferujado, o aço corten está na chaminaria (luminárias, garrafas), no Deca Garden Lounge (pilares e teto), na parede flutuante (Izabela Lessa), Jardim dos Pavilhões (jardim vertical), Café (que, aliás, também usa piso cimentício e madeira de demolição).

VIVENDO AO AR LIVRE: SALAS NOS JARDINS

Vida sem paredes. Assim seria a casa ideal para Alessandro Sartore, Bel Lobo e Bob Neri... Anna Luiza Rothier e Angela Frota acreditam que as varandas hoje em dia são fundamentais para prolongar as compactas salas dos apartamentos e apostam em móveis versáteis que, como camaleões, podem transitar entre ambientes internos e externos. Que tal circundar a casa com estruturas de bambu? Vale conferir o que Bernardo Schor e Rogério Antunes fizeram em parceria com a bioarquiteta Celina Llerena.

LIXO-EXTRAORDINÁRIO: PAPEL DE PAREDE DE GARRAFAS PET, MADEIRA DE PVC

A reciclagem de idéias e materiais não pára nunca. O piso e bancada do terraço-bar de Patrícia Fiúza parecem madeira, mas na realidade são feitos em pvc reciclado e garrafas pet são a matéria-prima do papel de parede que reveste seu espaço. Pedriscos feitos de pneus triturados e de resíduos de tampas de agrotóxicos se espalham no jardim de Sônia e Daniela Infante.

PROGRAME-SE!

Depois da decoração, que tal curtir a área de lazer, com



Jardim da Entrada, de Daniela e Sonia Infante.

programação variada que muda a cada semana? São jantares com chefs famosos, exposições de fotografias e de jóias, shows de MPB. Este ano, o restaurante e a chaminaria são comandados por Adriana Mattar e Ana Cecília Gros, a Chocolateria pelo Aquim, o Terrace Bar traz comidinhas e drinques de Écio Cordeiro de Mello e, para finalizar, vale uma pausa no Armazém do Café.

GOSTA DE VIAJAR? LEIA A PÁG. 12!

NÚMEROS DO CASA CORSÃO IMPRESSIONANTES

Desde a primeira Casa Cor, em 1991, até hoje, foram 709 dias de evento, 929 ambientes, 1.010 empresas parceiras, 1.292 profissionais envolvidos diretamente (arquitetos, decoradores e paisagistas) e um público de 784 mil pessoas. A edição carioca foi a primeira franquia de eventos do país e deu origem às posteriores 20 franquias. A previsão é de um crescimento de 20% em relação à edição do ano passado, com movimentação de aproximadamente R\$ 16,8 milhões. *Texto: Assessoria de Imp. Angela Falcão.*

Venham estudar conosco!

COLÉGIO SANTA ROSA DE LIMA

REDE CATÓLICA DE EDUCAÇÃO



Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio
EJA

(Ensino de Jovens e Adultos - noturno e gratuito)

**Matrículas Abertas para 2012,
sem taxa de inscrição.**



- Professores experientes e altamente competentes
- A melhor Educação Infantil
- 9º Ano em ritmo de Ensino Médio
- Ensino Médio forte, inovador e com foco no ENEM.
- ESPOARTE: Esportes e lazer. Mais alegria e disposição.
- Formação Religiosa / Catequese
- Inglês / Espanhol

**TRAGAM SEUS FILHOS!
ENSINO COMPLETO
FORMAÇÃO INTEGRAL**

**PARCERIA COM A REDE
CATÓLICA DE EDUCAÇÃO
(PRESENTE EM TODO O PAÍS)**

Colégio Santa Rosa de Lima

Rua Voluntários da Pátria, 110 – Botafogo – RJ ::: Tel: 2539.1196
starosa@csrl.com.br

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



Sorria com vontade nos momentos mais marcantes da sua vida



ESPAÇO TERAPIAS CORPORAIS



CUIDADOS COM O CORPO

Por Luciano Lopes

Relaxar o corpo eliminando dores musculares e mantendo uma postura correta, são alguns dos benefícios que podem ser conquistados com a prática de alongamentos.

Segundo os grandes especialistas, muitos alongamentos são simples e atuam na coluna, cervical e lombar...

Para as pessoas que não são adeptas a academia, alguns consultórios trabalham com alongamentos individualizados, como se fosse uma sessão particular, onde os alongamentos corporais são mesclados com massagens terapêuticas que atuam em diversas áreas do corpo, sempre de acordo com a necessidade de cada cliente.

O alongamento tonifica os músculos e elimina resíduos químicos indesejáveis que foram produzidos durante o esforço, já o relaxamento pode ser praticado de várias formas, contribuindo para um melhor resultado.

O corpo pode ficar cansado por vários motivos, como por exemplo: excesso de atividades

física e mental, ou até mesmo por falta de tal atividade, logo, ficamos com pouca energia, sem disposição para nada. E o que pode acarretar para o corpo essa falta de energia e disposição? O metabolismo e a pressão de algumas pessoas tendem a baixar, porém, em alguns casos podem aumentar, levando o corpo a entrar em um estado de desarmonia, fazendo com que a mente e o emocional fiquem em desequilíbrio, onde essa falta de energia pode causar confusão mental, depressão, ansiedade e hipertensão.

De acordo com os estudos orientais realizados na China e no Japão, eles prezam pela cura através de ervas e massagens, pois eles acreditam que primeiro vem os sintomas para depois se transformarem em doenças, por isso é muito importante manter o corpo e a mente em equilíbrio, é um exercício constante para evitar transtornos no futuro, pois cuidar do corpo é cuidar da saúde, é qualidade de vida, é bem-estar!

Mais informações, dúvidas e sugestões sobre esta coluna, entrem em contato enviando seu e-mail para: lucianoterapeuta@uol.com.br, ou se preferir ligue para: (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

FOTODEPILAÇÃO

Método indolor na guerra contra os pelos.

Com tecnologia de ponta o Centro Não+Pêlo, chegou ao bairro de Botafogo, primeiro da zona sul do Rio de Janeiro.

Depilação duradoura é um desejo para muitos, mas obter este benefício com um tratamento INDOLOR é a novidade que, a Não+Pêlo, promete para resolver os problemas dos pelos indesejáveis do corpo.

Assim é o método da fotodepilação, que, por meio da IPL (Luz Pulsada Intensa) elimina os pelos através do calor emitido pela luz.

Apesar de ser ainda pouco conhecido no Brasil, o método é, frequentemente, confundido com a depilação a laser.

A Principal diferença é que o laser emite uma luz de comprimento de onda contínua, monocromática, unidirecional, concentrando a energia tornando o tratamento doloroso. Enquanto a IPL emite uma luz que contém vários comprimentos de ondas, é policromática, não direcionada e dispersa. Este conjunto faz com que a concentração de energia seja menor, mas com a mesma eficiência. Além da luz ser mais dispersa, a Não+Pêlo desenvolveu uma tecnologia de refrigeração SUB-ZERO, que ameniza mais a dor, anestesiando o local onde será disparada a luz.

A fotodepilação pode ser aplicada em todas as áreas corporais e faciais, exceto sobrelanceira, região de mucosa, couro cabeludo e região testicular.

Como vantagens de se fazer a fotodepilação pela IPL, destaca-se a possibilidade de se tratar vários tipos de cores de pele e todas as texturas do pelo,



incluindo o loiro, bem como o clareamento da pele manchada e a eliminação da foliculite, desencadeados por métodos convencionais de depilação, como cêra e lâmina.

Além dos benefícios da depilação duradoura sem dor, o preço das sessões é outro fator atraente.

O tratamento é acessível para vários públicos, não só as mulheres, mas também o público masculino está descobrindo a fotodepilação. Muitos homens já comprovaram que o método é eficaz para acabar com um dos principais incômodos que é a barba.

“As mulheres procuram o tratamento, principalmente, às seguintes áreas: facial, axila, virilha e pernas, enquanto os homens: barba, abdômen, peitoral e costas. O público masculino já representa 40% do número de clientes”, informa a gerente Myriam Campello.

No mês de setembro foi lançada a Promoção da Primavera, válida até 31 de outubro do corrente ano, com o regulamento presente no site www.naomaispelo.com.br.

A unidade Botafogo está situada à Rua Real Grandeza, 86/lj.B, no trecho entre as ruas Voluntários da Pátria e São Clemente, tel: (21) 2577-5935.

não+ pêlo
Fotodepilação com preço único

Nesta PRIMAVERA
fique com sua pele
lisa, como uma flor

6 sessões
+1 Emulsão
Hidratante
Não+Pêlo **R\$ 330,00**

Unidade Botafogo
Tel: 2577-5935
Rua Real Grandeza,
86/lj. B

www.naomaispelo.com.br

BUENOS AIRES PARA OS BRASILEIROS!

Dentre outras coisas, a cidade oferece opções de compras e passeios à Montevideu, que fica perto, além de visitas a futurísticos museus em clubes de futebol.

Por Antonio da Silva

Crédito: Luciana Dávila

A valorização do real, a proximidade com voos diretos e a facilidade que as agências de turismo oferecem para a aquisição de pacotes turísticos, estimulam cada vez mais os turistas brasileiros a viajarem para Buenos Aires.

Nos pontos turísticos, nos restaurantes e nos shoppings não é difícil esbarrar com algum brasileiro. A Avenida 9 de Julho localizada no centro da cidade é a principal via da capital portenha, sendo considerada a rua mais larga do mundo e é lá também que se encontra o famoso obelisco, monumento mais conhecido da cidade. Também no centro, se encontra a Plaza de Mayo, que recebeu esse nome em homenagem à Revolução de Maio de 1810, importante movimento de independência. Nas proximidades da praça, encontram-se diversos monumentos e construções importantes, como a Sede do Banco de La Nación, a Pirâmide de Mayo e a principal delas, a Casa Rosada, sede do governo argentino.

Outro ponto turístico que vale ser visitado é o Caminito, localizado no bairro da Boca, pois em que pese se resumir apenas a uma rua, ela possui características próprias, com suas construções coloridas e casais dançando tango nas calçadas. Outro ponto turístico do bairro da Boca é o museu do clube de futebol Boca Juniors, contendo no acervo taças, camisas, fotos e visita ao famoso campo conhecido como La Bombonera, que tem esse nome em razão da semelhança com uma caixa de bombons. No embalo do sucesso do museu do rival, o River Plate não deixou por menos e recentemente inaugurou o maior museu da América Latina, contendo além das taças e camisas de épocas vencedoras, um cinema em 360 graus, e até uma locomotiva, que remete à equipe da década de

1940, conhecida como "La Máquina". O River está localizado no bairro residencial de Núñez. Esses são os clubes de futebol mais visitados pelos turistas brasileiros, embora outras equipes também ofereçam tais passeios.

Em relação a bares e restaurantes, o Puerto Madero é o bairro mais procurado pelos visitantes, pois além de ser um ponto turístico é o local onde se poderá desfrutar das famosas carnes argentinas e beber os saborosos vinhos locais. Passeio obrigatório para os turistas que visitam Buenos Aires é assistir um show autêntico de tango em alguma das várias casas noturnas que oferecem o espetáculo, mas é bom reservar uma grande quantidade de pesos (moeda argentina), pois o preço é bastante salgado, contudo, o show oferece um saboroso jantar com vinho incluído.

Outra ótima dica para o turista é fazer uma visita ao país vizinho Uruguai e retornar no mesmo dia à Buenos Aires através de um confortável barco que atravessa o Rio da Prata, possuindo, inclusive, um Free Shop, com diversos produtos de marcas de renome internacional a preços atrativos. São dois os destinos uruguaios partindo da capital dos argentinos: Montevideu e Colônia de Sacramento, sendo que o turista poderá adquirir pacotes com direito à passagem de ida e volta, city tour e almoço. A cidade histórica de Colônia de Sacramento fica a apenas 1 hora de barco de Buenos Aires e possui construções bastante semelhantes com as cidades históricas brasileiras, pois também foi construída pelos Portugueses. Já a viagem até a Montevideu dura cerca de 3 horas e na capital uruguia o visitante poderá desfrutar do tradicional churrasco uruguia e poderá passear pela Rambla, a famosa orla do Rio da Prata, que no



verão se torna uma praia onde os uruguaios se banham.

Quanto às compras, Buenos Aires se tornou um paraíso para os brasileiros, em razão da valorização do Real em relação ao Peso Argentino. O local mais famoso para comprar em Buenos Aires é a Calle Florida, estreita rua de pedestres que oferece diversas lojas e onde se encontra o Shopping Galerías Pacífico, com excelente infra-estrutura e uma linda construção arquitetônica. Os Outlets das ruas Aguirre e Córdoba também merecem ser explorados pelos turistas que buscam comprar produtos de marcas famosas como Lacoste, Puma, Adidas, por um preço mais barato.

Por fim, seguem algumas dicas valiosas para o brasileiro que for conhecer a capital dos argentinos: - O táxi em Buenos Aires é bem mais barato do que no Brasil, contudo sempre que for utilizar os serviços, dê preferência por veículos solicitados pela recepção do hotel. - O melhor local para trocar reais por pesos é o Banco

La Nación, pois este oferece a melhor cotação da moeda brasileira. Existe uma agência do referido banco no próprio aeroporto e normalmente não possui muita fila, mas preste atenção, pois existem outros bancos no Aeroporto com cotações não tão vantajosas como La Nación. - Fique ciente que nas sextas-feiras o trânsito da cidade fica caótico, sendo assim, se o turista tiver com o voo marcado para este dia da semana, é bom antecipar a saída, principalmente se o embarque partir do Aeroporto Ezeiza, em razão da distância do

**CONFIRA A AGENDA CULTURAL,
NA PÁG. 14**

centro.

Seja por causa da comida e do vinho, seja em razão das compras ou pela diversidade de passeios e pontos turísticos, motivos não faltam para você conhecer Buenos Aires.

Pllural
comunicação

Andreia Moore & Julia Viegas
marketing jornalismo

“Criação de blogs e redes sociais para empresas; produção de material gráfico (folder, flyer, banner, cartaz e etc); criação de jornais e revistas institucionais (comunicação interna corporativa); assessoria de imprensa”

plluralidades@gmail.com / (21) 9424-4239

FarinhaPura
EMPÓRIO
Desde 1985

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

SHOPPING DAS ÁGUAS MINERAIS
DISK ÁGUA

Água Millenium e Montanha... R\$ 7,50
Água Prata e Raposo..... R\$ 20,00

Temos também:
Perrier, São Lourenço, Petrópolis e Caxambu.

Tel. 2275.7843 / 2295.2797
E-mail: saaradebotafogo@hotmail.com
Rua 19 de Fevereiro, 184 - parte - Botafogo.

CONSULTÓRIOS TIJUCA E COPACABANA

MÉDICOS ASSOCIADOS ALUGAM:

- Mobiliados por especialidade
- Você interage com seus colegas
- Atende clientes da zona sul, zona norte e centro
- Legalização de seu alvará
- Agendamentos/flexibilidades
- Orientação de convênios
- Custos muito baixos

Agende uma Visita
tijucacenter@tijucacenter.com.br
www.tijucacenter.com.br
Tel.: 2570-5515

Venha Conhecer
Nova Loja

Virtual Shop
Venda de Computadores
Venda de Periféricos e Acessórios
Manutenção e Suporte

Internet
Low House

Recargas
Canon Originals
Compatíveis
Remanufaturados

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

CURSO de AGENTE de VIAGENS

De 28 de Novembro a 02 de Dezembro - Rio de Janeiro

Com a autora do livro TURISMO - Guia para profissionais e Viajantes
Carga horária: 17Horas - de Segunda a sexta das 18:30 as 22:00.
Este curso foi criado com o objetivo de preparar, instruir e levar ao futuro agente o conhecimento necessário para se tornar um profissional apto a entrar no mercado de trabalho imediatamente após o curso.

Mais informações no site: www.tudodeturismo.com.br
informações e Reservas: cursos@tudodeturismo.com.br

ALIMENTAÇÃO

CONFETARIA IMPERIAL



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

CESTA DE PÃO ELÉTRICA




Faço cesta de pão elétrica sob encomenda, em várias cores. É útil para o café da manhã, em dias frios comer com uma sopa! Cachorro quente junto com pão bem quentinho, é muito saboroso!

(LUÂNI - 8781-0721) lluanicarvalho@gmail.com

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 - lj A - Botafogo
Fone: (21) 2552-5595

DANIFICAÇÃO INDUSTRIAL



Tel. 2286.8848
Rua São Clemente, 39 - Botafogo

Distribuidora **goi - goy**

- Água 20l
- Refrigerantes
- Cervejas
- Suporte p/ Água
- Gelo Filtrado
- Gelo Escama
- Descartáveis
- Carvão

ENTREGAS EM DOMICÍLIO
2295.2147 / 2244.8238

2,5cm de altura x 8cm de largura

ANUNCIE AQUI: R\$ 20,00
por mês

O DOBRO POR APENAS R\$ 30,00

*contrato mínimo de 4 meses.

DIREITO

DIVÓRCIO EM 3 DIAS

Também inventários e partilha de bens muito mais rápido! Regularize já sua situação!

Tel. 2531.3231 / 2531.3232 / 2531.3536
Dr. Julio Toco

IMÓVEL

VENDO IMÓVEL EM PAQUETÁ

Residencial mobiliado junto às barcas e comércio.

2535.1577 - Eduardo

UTILIDADES

YCOMCEL DOS CABOS

INFORMÁTICA - ELETRÔNICA - TELEFONIA - FERRAMENTAS

Cabos em Geral - Mídias - Mouse - Fontes - Fones - Adaptadores
Conectores - Controle Remoto - Pilhas - Baterias - Extensão

(21) 8200-6806 / 3989-7102 (Gorethi) :: www.ycomceloscabos.com
Rua Nelson Mandela, quiosque 24 (próximo ao Metrô Botafogo)

AULAS

AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA - FÍSICA - QUÍMICA - PORTUGUÊS
DESENHO GEOMÉTRICO - CÁLCULO

Pedro Coppelli - Tel. 7146.1761 / 2537.6751

SERVIÇOS EM GERAL

BIBLIOTECÁRIA

- ORGANIZO BIBLIOTECAS PARTICULARES;
- LIVROS, CD'S, DOCUMENTOS, FOTOGRAFIAS, ETC.
- LEIO PARA: IDOSOS, CRIANÇAS E DEFICIENTES VISUAIS.

INFORMAÇÕES E CONTATO: (021) 8151-5963 (SANDRA)

REFRIGERAÇÃO

CONSERTO, MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO
AR CONDICIONADO - GELADEIRA
TODAS AS MARCAS




Sergio Luis

Tel: 3235-4374
9763-2236

MÚSICA

ARTE - SENSIBILIDADE E ALEGRIA
nas comemorações familiares e empresariais



Bossa Nova - Chorinho - Jazz - MBP - Forró e/ou outros estilos (a escolher).

Sax - Flauta - Pífano - Violão - Percussão e/ou outros instrumentos + sonorização (conforme evento e gosto do cliente).

• OFICINA DE PÍFANO

Contato: Igor S. Teitelroit (saxofonista e flautista)
Tel. (21) 25074997 (21) 87268014 / Mail: igormusica@gmail.com
http://www.myspace.com/igortitelroit

SAÚDE E ESTÉTICA

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

Massoterapia Chinesa Tui-Ná-Tsu-Yá

Mariana Castro - 7863.0804

PSICOTERAPIA
CLÍNICA SOCIAL

 Paula Smith 
CRP 05/34667

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

ARTETERAPIA

Atendimentos para idosos com alzheimer, depressão, demência, AVC e AVE e suas sequelas, parkinson e outras patologias. Em residências, lares de curta e longa permanência.

Mariângela Borret Bonjour - Psicóloga e Arteterapeuta
Cel 021 9657-8630 - E-mail: maripsicoarte@yahoo.com

"DEDIQUE-SE UM DIA À BELEZA FEMININA"

Estética Facial,
atendendo, inclusive, domingo pela manhã!

Cel. 9328.5992 - com hora marcada.

DESENHISTA

DESENHISTA DE PLANTAS



Desenho para Prefeitura, para financiamentos de imóveis e para empresas de: arquitetura, engenharia e construção.

Valor R\$ 250,00 / planta. Prazo de entrega 1 dia.

(LUÂNI - 8781-0721) lluanicarvalho@gmail.com

EXOTERISMO

BÚZIOS/BARALHO CIGANO/TAROT

EDUARDO DE YASSESSÚ
Orientador Espiritual

NÃO PROMETO MILAGRES 2638.2166/9724.5254

Estação

AGENDA CULTURAL

O Correio Carioca parabeniza o Grupo Estação e seus funcionários pelas novas fachadas nos cinemas de Botafogo.

CASAS DE ESPETÁCULOS

VIVO RIO

Z.É. - Zenas Emprovizadas	12, 18 e 25/ 10
Spirit of London Evolution	14/ 10
Alcione	15/10
Juke Box	16/10
Julio Iglesias	17/10
Zélia Duncan	21/10
Show de 20 Anos Saúde Criança (Kid Abelha - Frejat - Mart Nália - Rodrigo Santos - Fernanda Abreu)	24/10
Nós na Fita	26/10
All You Need is Love	28/10
Don Giovanni	29/10
Baile do Latino	29/10
Orquestra Buena Vista Social	30/10

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

CITIBANK HALL

Patati Patatá	12/10
Alexandre Pires	15/10
Minhas Sinceras Desculpas	21 e 22/10
Jorge Vercillo	29/10
Zezé Di Camargo e Luciano	04 e 05/11
Paula Fernandes	06/11

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

HSBC ARENA

SADE	22/10
------	-------

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

FILMES NOS CINEMAS

CINEMARK PRAIA E RIO SUL

Praia Shopping:

A Hora do Espanto; Amizade Colorida; Contra o Tempo; Cowboys & Aliens; Diário De Um Banana 2; Entre Segredos e Mentiras; Manda Chuva; Missão Madrinha De Casamento; O Homem Do Futuro; Palavra Cantada; Premonição 5; Sem Saída.

Rio Sul:

Sem Saída; Premonição 5; Missão Madrinha de Casamento; Contra o Tempo; Amizade Colorida.

Praia Shopping: 2237-8494.

Rio Sul: Tel.: 2461-2461.

UNIBANCO ARTEPLEX RIO

A Alegria; Amizade Colorida; Confiar; Diário de Uma Busca; Elvis e Madona; Medianeras; Missão Madrinha de Casamento; O Mineiro e o Queijo ; Sem Saída; Trabalhar Cansa; Um Conto Chinês; Uma Doce Mentira.

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

CINE ESTAÇÃO E ESPAÇO DE CINEMA

Meia-Noite em Paris; Amor À Toda Prova; Onde Está A Felicidade?; 180°; Além da Estrada; Uma Doce Mentira; Um Sonho de Amor; Melancolia; A Árvore da Vida; Borboletas Negras; Elvis e Madona; Riscado.

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

Espaço: R. Vol. da Pátria 35. Tel: 2226-1986.

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

Estação

TOP 10 DA VÍDEO
ESTAÇÃO:

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| 1 - O Discurso Do Rei | 6 - Além Da Vida |
| 2 - Cisne Negro | 7 - Um Lugar Qualquer |
| 3 - Inverno Da Alma | 8 - O Mágico |
| 4 - O Vencedor | 9 - Amor E Outras Drogas |
| 5 - O Turista | 10 - Bruna Surfistinha |

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

“SEU MIRO” A FRANÇA E A FADA VERDE

Sabe a rua da Passagem? A que liga Botafogo à Copacabana? É curta, porém nela encontra-se de tudo: Igreja, bancas de jornais, padarias, restaurantes, farmácias, bares, lojas, agências bancárias... cinco! Caixa Econômica, Banco do Brasil, Itaú, Bradesco e Santander. E o mercadinho do “seu” Miro, um senhor austero, de cabeça branca e olhos azuis.

Mas não lhe dê trela, ele, quando quer, meu senhor, destila o mais fino humor. O que me surpreendeu foi a casa estar aberta em um domingo, à tarde, quando tudo está fechado. Não me impressionou a vetustez do ambiente. O que me encantou foi reconhecer na prateleira uma garrafa de absinto, a fada verde, como lembra, a revista Rioshow (09/09/11). Essa bebida era comum na Paris do século dezenove. Os artistas, os poetas como Baudelaire, a chamavam de fada verde, pela cor e altíssimo teor alcoólico, que os faziam sonhar... O “mercadinho” é imenso,

com milhares de itens, padaria, confeitaria... (aqui em casa o pãozinho francês, quentinho, que Sandra ou Aurora trazem, vem de lá). Em breve, bem em frente estará a escola francesa de gastronomia Cordon Bleu. Precisa explicar por que Botafogo se compara a um bairro parisiense? Leia o que disse (O Globo : 28-08-11):

“Botafogo vive um processo muito parecido ao do Leblon nos anos 1960. Naquela época, havia uma classe média baixa presente na região. Atualmente, talvez seja o bairro mais elitizado do Rio” – avalia o antropólogo Paulo Thiago de Mello. (O Globo – 28-08-11)

O dr. Paulo é jornalista, mora no bairro e essas conclusões estão na sua tese de pós-doutorado. E assim, Botafogo, que nos últimos duzentos anos tem sido o reduto de lusitanos e figurões do Império e de todas as repúblicas e regimes políticos, sobe de status e lembra d’Aligre, bairro do 12ème arrondissement da cida-

de luz – sabe lá o que é isso?

CASA COR NA RUA SÃO CLEMENTE

Até 16 de novembro você pode visitar a Casa Cor e conhecer a mansão da rua São Clemente nº 213, um palacete de 30 cômodos, construído em estilo renascentista, que pertenceu à família Paula Machado e estava fechado desde 2005. Comprado pela Federação das Indústrias do Estado do Rio será “um centro de economia criativa com foco em cultura e educação”, segundo Cristiane Alves, gerente de moda e designer do SENAI.

Tem mais no novo site : www.correiocarioca.com.br
Meus blogs : <http://rubensl.wordpress.com>
<http://escritoronline.blog.terra.com.br>
Email : rubens_n@terra.com.br
No Twitter : @escritoronline e também no Facebbok

A BOA FASE DO FUTEBOL CARIOCA

Por Artilheiro Carioca

Imagine os quatro grandes clubes cariocas nas quatro primeiras colocações do Campeonato Brasileiro. Difícil? Sim. Impossível? Não.

Admito ser um sonho, apesar da possibilidade existir. Mas o que se ressaltar é a boa fase do futebol do Rio de Janeiro. Mas será que isso é por acaso? Vejamos o currículo dos cariocas.

O Flamengo é o atual campeão carioca e só isso já explicaria o clube estar desde o início da competição no grupo de cima da tabela. E se isso não bastasse, jogadores de nível mundial como Thiago Neves e ninguém menos do que Ronaldinho Gaúcho, ajudariam a explicar.

O Fluminense dispensa comentários, pois afinal, até que se encerre esta competição, é o atual Campeão Brasileiro. Mesmo assim a equipe tricolor, além de ser conhecida por ser um time de guerreiros, possui guerreiros talentosos. Perdeu o meia Conca, mas "achou" rapidamente a promessa argentina Lanzini. E isso sem falar nos selecionáveis Fred e Deco que fazem parte do elenco.

E o Fogão? Campeão Carioca do ano passado, a equipe montou um forte time esse ano, mantendo o atacante da seleção uruguaia Loco Abreu e o

goleirão da seleção brasileira Jefferson e ainda recuperou um dos mais habilidosos jogadores do futebol brasileiro atualmente, Maicosuel. Sem falar nas contratações pontuais: o lateral Cortês e o meia Elkeson, que se encaixaram perfeitamente.

Já no currículo do Vasco da Gama está a Copa do Brasil 2011, vencida por uma base que vem sendo montada desde 2009, ano em que voltou à primeira divisão, após ser o campeão da divisão de acesso. Em 2010 também venceu um torneio em Santa Catarina, aparentemente sem valor, mas que foi disputado também por Grêmio, Coritiba e Avaí, times da elite nacional. No time estão jogadores consagrados como os veteranos Felipe e Juninho, que somam-se aos novos talentos como o zagueiro da seleção brasileira Dedé e o meia Diego Souza, eleito algumas vezes o melhor meia do Campeonato Brasileiro em anos anteriores.

O currículo dos clubes cariocas demonstra que a boa fase da cidade no Campeonato Brasileiro 2011 não é mera coincidência. Se um clube ou outro andou fazendo bonito nos últimos anos, agora é diferente: os quatro são motivo de orgulho para a cidade maravilhosa!

Coluna do Teatro

VEMÁO VII CAMPEONATO CARIOCA DE IMPROVISACÃO !! COM OS MELHORES IMPROVISADORES DO RIO !!

Como já é uma tradição da Cia de Teatro Contemporâneo, vem aí o "VII CAMPEONATO CARIOCA DE IMPROVISACÃO". Começa em outubro e reúne os melhores improvisadores da cidade do Rio de Janeiro! O campeonato Carioca de Improvisação idealizado pela Cia de Teatro Contemporâneo é realizado anualmente, há sete anos, sempre no segundo semestre do ano. Trata-se de espetáculo de teatro esportivo, usando como princípio a improvisação, onde times compostos por 3 a 4 jogadores/improvisadores disputam as melhores cenas criadas na hora com títulos e informações sorteadas da platéia.

Com uma estrutura de jogo de futebol, com times, regras, árbitros e placares, onde os improvisadores "suam a camisa" para fazer as melhores histórias. Ganhando pontos que são decisivos para a classificação dos times para a final. Os 2 primeiros classificados no Campeonato Carioca de improvisação, garantem vaga para o Campeonato Brasileiro de Improvisação em novembro, quando a Cia. de Teatro Contemporâneo receberá 10 times de diversos estados brasileiros. Assim o VII Campeonato Carioca de Improvisação vai de 8 a 30 de outubro e o III Campeonato Brasileiro de Improvisação acontecerá nos dias 3, 4, 5 e 6 de novembro.

O objetivo desse projeto é primeiramente



desenvolver esse intercâmbio cultural entre companhias e grupos de teatro. Assim acontecerá em outubro o Campeonato Carioca de Improvisação e na primeira semana de novembro o CAMPEONATO BRASILEIRO DE IMPROVISACÃO, com equipes de Minas Gerais, São Paulo, Distrito Federal e Paraná confirmadas. O objetivo é mostrar ao grande público que ele (o público) é fundamental, necessário e cheio de potencial para o teatro. Numa segunda abordagem é provocar as idéias, o desconhecido na arte, o risco. Criando um diálogo entre os grupos atuantes e neste projeto o grande vencedor será com certeza o grande público.

Local: Sede da Cia de Teatro Contemporâneo - Rua Conde de Irajá, número 253, Botafogo. Tels: 2537-5204 - 2530-5264. Site: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br.

Sábados, às 21h, domingos, às 20h.

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 Couchê 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



Chegou a hora
de você escrever
sua história!

Na Oficina de Livros suas histórias, contos, teses, romances e poesias se transformam em livros e podem ser produzidos a partir de 10 unidades!



Oficina
de Livros
Impressão de Obras, edição de ideias

Rua Desembargador Isidro, 156 - loja A
Tijuca - Rio de Janeiro - Tel.: 2268-3497

www.oficinadelivros.com.br

Visite nosso stand na Bienal 2011
Pavilhão Verde, rua P, stand 19



EXPEDIENTE

ZONA SUL
10 MIL EXEMPLARES

Telefone: 3681.5302

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

E-mails: comercial@correiocarioca.com.br

redacao@correiocarioca.com.br

Site: www.correiocarioca.com.br

twitter.com/correiocarioca

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

GADO WAGYU, KOBE BEEF, ANGUS

Você já deve ter visto os termos acima, sempre associados a carne de qualidade excepcional. Originário da cidade de Kobe, no Japão, o gado da raça Wagyu ('Wa' = Japonês e 'gyu' = gado) era usado já no século II para transporte no cultivo de arroz.

Com a expansão do consumo de carne, os fazendeiros começaram a contratar trabalhadores para massagear as costas dos animais a fim de melhorar a qualidade da carne, além de alimentar o gado com uma dieta especial que incluía cerveja e saquê. A topografia montanhosa do Japão, com pequenas regiões de isolamento dos rebanhos, fez com que a carne dos animais desenvolvesse e mantivesse qualidades que a diferem significativamente das de outras raças - o fato de o gado não pastar torna a carne mais gordurosa e macia.

Para definir a qualidade considera-se o padrão de marmoreio entre a gordura e a carne, o brilho e a cor. Por esses critérios, a carne é dividida em até 15 tipos de excelência, sendo o A-1 o primeiro e o C-5 o último. A carne usada é a de vaca, que não tenha procriado, e não a do boi. A carne de Wagyu fica maturando durante 10 dias a 0°C - 2°C para que haja a produção de ácido oleico, o mesmo encontrado em azeites, que potencializa o sabor característico da carne Wagyu. Embora gordurosa, a Wagyu tem menor teor de colesterol que outras carnes bovinas, além de contar com gorduras saudáveis como ômega-3 e ômega-6.

Levado para os EUA, o gado Wagyu foi cruzado com o gado Angus para ter mais chances de sobreviver em clima americano, e recebeu o nome de American Style Kobe Beef, tornando-se bastante popular. Na América do Sul, os primeiros embriões de Wagyu foram implantados no gado Angus em 1998, no Chile. No Brasil, o quilo dessa carne pode passar de 200 reais.

PROTESTO DO CIDADÃO

Nº 184. "SOCORRO" PODERES JUDICIÁRIOS

Justiça (Ausente) É Uma Grande Injustiça !!! A
Única Capacitada A Corrigir Os Próprios Erros E
Desmandos E Também Dos Legislativos/Executivos,
Inclusive Nos Governos (Municipal/Estadual/Federal).
Cada Poder, Se Acha Acima Do Bem E Do Mal !!! O
Ideal Seria Os Três Poderes Atuarem Em Comum
Ácordo, No Bem-Estar Da População Brasileira E,
Resgatar Os Valores Éticos/Morais/Familiares..., E
Indispensáveis Nos Países Em Desenvolvimento,
Ou O Pior, Isto É, A Anarquia Vencerá Sempre!!! E,
Só Os Aéticos/Imorais/Degenerados... Vencerão!
Protegidos Pelos "Benefícios" Da Lei Capenga!!!

Nº 186. "SOCORRO" PODERES EXECUTIVOS

Executar É Governar Para Todos Os Brasileiros
Xifópagos Ricos/Pobres, Mas Eleitores Com
Esperança De Ver O País Do Futuro (O Brasil)
Conseguir Chegar Ao Primeiro Mundo E,
Unir A População, Em Torno Da Ordem E Progresso!
Tal Como Na Bandeira Brasileira E, Livre Das
Intermináveis Promessas Esquecidas E Dos
Valores Éticos/Morais/Familiares Jogados
Ora No Lixo, Ora Nas Falas E Atos Insinceros...
Saber Governar Com Os Legislativos/Legislativos,
Deve Ser A Meta De Todos Poderes Executivos!!!

Nº 185. "SOCORRO" PODERES LEGISLATIVOS

Leis Devem Ser Feitas Por Advogados Dos 3 Poderes
E Aprovadas Ou Não, Pelos Legislativos Para
Garantir O Mais Justo E O Melhor Para Os
Indignos Eleitores, Seguidamente Enganados E
Sem Esperança, De Ver O País Do Futuro (O Brasil)
Liberar, De Verdade, Os Brasileiros Do
Estado Atual E Contínuo, Aumentar Quase
Todos Vícios Éticos/Morais/Familiares... A
Impedir A Ordem E Progresso Necessários Ao
Verdadeiro E (Des)Preparado País, Que Deseja
O Ingresso Nos Países Desenvolvidos, Mas
Só Quando Mudarem As Mentes Dos Legislativos...
Unidas as dos Poderes Executivos/Judiciários!!!

Nº 187. "SOCORRO" SAÚDE PÚBLICA

Saúde, Dever Do Governo Federal/Estadual/Municipal,
A Constituição Brasileira É Bastante Clara, Mas As
Unidades Federativas Ignoram Tal obrigação,
Desprezam E Rasgam Os Direitos E Deveres Cívicos!!!
É Sujeito A Afastamento Do Cargo, Todos Os
Políticos Que Não Obedecem A Constituição,
Única A Ser Seguida Fielmente Por Todos Os
Brasileiros Eleitos Para Obedecerem (Até Juram!!!),
Leis Que São Para A Vida Toda (E Melhoradas).
Incompetentes São Os Governantes Que Não
Conseguem Governar E Respeitar A Constituição,
Assim, O Melhor Seria As Renúncias Dos Cargos, Pois
Fica Claro O Despreparo, Até Para Serem Síndicos...

"Se gostaram, passem cópias adiante, o melhor do Brasil são os brasileiros".
Rio de Janeiro, 20/09/2011 - G.U.I.D.O - <http://guidobrasil.blogspot.com>

ALELUIA
ALUMÍNIO

- Corrimão chato 
- Corrimão redondo 
- Material para fabricação de telas de mosquito
- Chapa lisa de alumínio 
- Bobinas de alumínio
- Tubos quadrado e redondo
- Todo material para serralheria, perfis e acessórios
- Telha de alumínio e translúcida 
- Cantoneiras e barras alumínio
- Ferragens em geral
- Chapa plástica leitosa, incolor, estrela para elevadores
- Chapas xadrez (chão de ônibus) 

Fone: 3860-4816 / 3860-9639 / Fax: 2589-5058 / ID: 23*5733
E-mail: comercial@aleluisaluminio.com.br

Coisas de Maria presentes
"O presente certo para quem você quer bem".

Presentes para casa, pessoais, do seu time favorito, bichos de pelúcia, relógios, canetas, chaveiros, geléias e doces, essências, santos e exotéricos, chocolates nacionais e importados.

Coisas de Maria R. Paulo Barreto, 25 / E - Botafogo
Tel. 2286.6085
contato@coisasdemariapresentes.com.br
www.coisasdemariapresentes.com.br

Casas, apartamentos, cozinhas e banheiros.
Pinturas, impermeabilização, cerâmicas,
porcelanatos, mármore e granitos.

Hidráulica
Precisa reformar?
Conte comigo! Serviço rápido e garantido!

Trabalhamos com todo tipo de decoração.
Todos os tipos de pisos, carpetes e tapetes.
Você não vai se arrepender, há mais de
23 anos trabalhando no ramo... conte comigo!!!

JEFFERSON EMPREITEIRO
TEL: (21) 7523.7919 / (21) 3102.0638

**Este espaço pode
ser seu por apenas
R\$ 90,00 ***

+

Anúncio na INTERNET (grátis)

Se você leu, seus clientes também vão ler!

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

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.