

CORREIO CARIOCA®

entretenimento na medida certa

BOTAFOGO - HUMAITÁ - URCA

Novo site: www.correiocarioca.com.br

ANUNCIE! 3681-5302 PLANTÃO
7923-5915

Desde 2003 / correiocarioca.com.br / Ano IX / N° 93 / novembro de 2011
comercial@correiocarioca.com.br - twitter.com/correiocarioca

Foto: cartaz, nos EUA, do filme Os Mercenários / divulgação.

Jet Li,
Sylvester Stallone
e Jason Statham,
no primeiro filme
Os Mercenários.

O CINEMA EM 2012

Sherlock Holmes, 007, Top Gun 2, Caça-Fantasmas 3 e até Bin Laden são destaques. Mercenários 2 (foto) terá Schwarzenegger, Bruce Willis, Van Damme e Chuck Norris. **Págs. 8 e 10**

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

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

CULINÁRIA

Saborosas receitas.
Pág. 2

FUTEBOL

O potencial do
Maracanã. **Pág. 4**

SEXUALIDADE

Será que vicia?
Pág. 6

TURISMO

Oktoberfest e a bela
Blumenau. **Pág. 12**

AGENDA CULT!

Show, cinema, boate
e locadora. **Pág. 14**

GASTRONOMIA

Cuscuz também é
cultura. **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 2008

Paradise Island

Ter 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: (31) 2267-5824
www.rotavip.com.br rotavip@rotavip.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

MIK

SOM & LUZ

SONORIZAÇÃO
ILUMINAÇÃO
LASER COLORIDO
DJs

O que você precisa para o seu evento.

21.9454-8171
21.8899-5900
mksom@live.com

www.facebook.com/mksomeluz

Delícia Carioca

Por Terezinha Coelho

MAIS MASSAS DOCES

PASTEL DE FORNO DE MAÇÃS

Ingredientes: um pacote de pastel de forno, quatro maçãs maduras, açúcar, canela em pó, baunilha, água e ovo e óleo para pincelar.

Modo de fazer: numa panela coloque as maçãs descascadas e partidas em pequenos cubos, açúcar o suficiente, um pouco de água e umas gotas de baunilha. Deixe cozinhar um pouco em fogo brando até secar e se transfor-

Ingredientes massa: um kg de farinha de trigo e quatro ovos inteiros

Modo de fazer: Num recipiente coloque a farinha e os ovos. Misture bem com as mãos e vá amassando até que fique uma massa homogênea. Deixe a massa descansar, coberta com um pano, por vinte minutos.

Depois polvilhe farinha de trigo na massa e também na mesa ou pedra mármore. Abra a massa com rolo de macarrão. Se não tiver máquina de macarrão, passe o rolo várias vezes até a massa ficar numa espessura bem fina. A seguir, corte a massa do tamanho de pastéis e coloque em cima de cada um deles o recheio.

Ingredientes recheio: duas latas de leite condensado, uma colher de sopa de margarina, duas colheres (sopa) de chocolate em pó e uma xícara e meia (chá) de nozes trituradas.

Modo de fazer: leve ao fogo uma panela com a margarina deixando derreter, Logo depois coloque os outros ingredientes com exceção das nozes; mexa até ficar um creme, desligue o fogo e adicione as nozes. Depois de recheados todos os raviólis feche-os com o auxílio de um garfo. Leve uma panela alta ao fogo com bastante água, coloque os raviólis e deixe ferver. Quando estiverem cozidos, retire-os com uma escumadeira deixando escorrer a água. Arrume-os num refratário e, se quiser, jogue uma calda quente de chocolate por cima.

mar num doce. Retire a panela do fogo, coloque um pouco de canela em pó, mexa bem e deixe esfriar. Abra a massa dos pastéis, recheie com este doce, feche-os e pincele cada um com gem de ovo misturada ao óleo. Arrume-os num tabuleiro e leve-os ao forno pré-aquecido até assar e fiquem dourados. Outras sugestões de recheio: bananas cortadas com açúcar e canela, goiabada com queijo ou outro de sua preferência.

RAVIÓLIS DE NOZES E CHOCOLATE

mar num doce. Retire a panela do fogo, coloque um pouco de canela em pó, mexa bem e deixe esfriar. Abra a massa dos pastéis, recheie com este doce, feche-os e pincele cada um com gem de ovo misturada ao óleo. Arrume-os num tabuleiro e leve-os ao forno pré-aquecido até assar e fiquem dourados. Outras sugestões de recheio: bananas cortadas com açúcar e canela, goiabada com queijo ou outro de sua preferência.

TONYTRON
SISTEMAS ELETRÔNICOS DE SEGURANÇA LTDA.
CNPJ 40.302.903/0001-41
INSC. EST. 78.000.000

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

A GESTANTE E O DENTISTA

Porque ainda existe o medo do atendimento às gestantes? Não precisa se negar a atendê-las e sim saber como se proceder. É necessário conhecer as dúvidas, transformações (emocionais, físicas e fisiológicas) da gestante para conseguir atendê-la decentemente e conquistar sua participação efetiva no programa preventivo. Ela precisa e deve ser tratada!!!

A futura mamãe também tem o papel-chave na questão de transmissibilidade da cárie ao seu bebê, o que justifica a preocupação em trabalhar precocemente os hábitos, atitudes e crenças da gestante em prol da adoção de práticas rotineiras de higiene bucal. A promoção de saúde bucal da gestante é possivelmente um instrumento eficaz na obtenção de uma geração livre de doenças bucais.

Quando ir ao dentista?

De preferência, antes de engravidar já ter o hábito de fazer o exame de rotina de seis em seis me-

ses. Se isso não foi possível, ir logo que se descobrir grávida, pois é importante o papel do dentista no pré-natal. Isso vai evitar possíveis dores futuras durante a gestação.

Quando o dentista pode tratar?

Sempre, contanto que não use anestésico durante os três primeiros e os três últimos meses de gravidez, pois nos três primeiros meses pode-se causar aborto e nos três últimos pode-se induzir ao parto precoce.

Não fique em situação desagradável e evite a dor durante a gestação. Cuide-se, vá ao dentista durante o pré-natal, faça limpezas regulares, pois a grávida também tem uma propensão a doenças da gengiva (periodontais).

Na próxima coluna falarei sobre como a futura mamãe tem um papel-chave na transmissibilidade da cárie para o seu filho.

Um abraço,

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



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, 108 - 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

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
 artesgraficas@correiocarioca.com.br

QUENTINHASA PARTIR DE
R\$ 7,00!

- Trabalhamos Sábado
 - Entrega em domicílio
 - Pratos variados
 Tel. 2543.0437 / 8198.6283

**MINI QUENTINHAS
SÓ R\$ 5,00!****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.

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 05/34118

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.
 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

Coren. 472.147

FALAR COM ÉRICA

- MASSAGENS:
 TERAPÊUTICA, MODELADORA E RELAXANTE
 - DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL E COM
 ULTRA SOM

FORMAÇÃO NO SENAC

ATENDIMENTO EM TODA ZONA SUL
 TEL. 2275.8572 / 8199.1288 ou 7952.8474

E-mail: reginaes2005@yahoo.com.br

<http://massoterapiaartecomasmaos.blogspot.com>**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



MOTOROLA NOKIA SAMSUNG LG TIM vivo

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

DIGNUS EM NATAL MÁGICO

A Dignus - Arte de Viver (www.dignus.com.br), casa de Botafogo especializada em atenção à terceira idade, busca sempre oferecer o que há de melhor para os idosos, prevenindo e tratando doenças como demências e demais patologias frequentes à terceira idade. A última novidade dessa simpática casa são os preparativos para as festas de final de ano. Como sempre, a Dignus não mede esforços para transformar o Natal dos idosos em uma data mágica e inesquecível. Esse ano, além da decoração de Natal realizada pelos idosos com a orientação da arteterapeuta Neyde Brandão, haverá também uma surpresa musical na festa, uma apresentação que revelaremos na próxima edição do Correio Carioca.

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 idosos na Dignus são preenchidos com ginástica personalizada; ca-



minhadas; 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. Oferece ainda, avaliações e consultas psicológicas, médicas e com nutricionista, mediante agendamento telefônico. Conheça de perto a Dignus - Arte de Viver, agendando uma visita guiada pela Sra. Katia Cetrim, Marilene ou Marina Motta, pelo telefone 21 2542-9299.

Apoio:



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

O MARACANÃ

Por Artilheiro Carioca

>> **Copa do mundo.**

O governo federal garantiu a construção de um estádio de gigantesco custo com recursos públicos, ou seja, com recursos de todos, e simplesmente passará este estádio para uma instituição privada, de interesse de poucos, em troca de nada ou quase nada. A empresa no caso é o Corinthians.

O ex-ministro Orlando Silva havia dito que quem pagaria a conta seria o governo do estado de São Paulo e a prefeitura, o que não se sabe realmente se é verdade, mas independentemente de qual governo seja, isso é uma vergonha. Um mico nacional.

O curioso é que não havia necessidade da construção do estádio, que deverá ser palco da abertura da Copa do Mundo de 2014. Em São Paulo mesmo, o Morumbi precisava apenas de reformas, sem falar no estádio do Palmeiras que está se transformando em uma moderna arena. E se o governo vai gastar com um estádio particular, poderia melhorar estes que já existem e precisam apenas de reformas. E isso sem contar com outras praças que tem estádios maravilhosos em obras também, como o Rio Grande do Sul, caso o bom senso falasse mais alto do que as caríssimas politicagens interestaduais. Mas opção preferida do carioca é o próprio Rio de Janeiro, com o novo Maracanã. Afinal, há alguma lei que impeça o estádio da final ser

também o de abertura?! Claro que não.

Então, como explicar o motivo dessa brincadeira com dinheiro público? A resposta não sabemos, mas muitas coincidências existem nessa política esportiva. Nunca é demais lembrar que o presidente do Corinthians é aliado político do aparentemente eterno presidente da CBF, Ricardo Teixeira. E nunca é demais lembrar que Teixeira é genro do presidente de honra da Fifa João Havelange. Todos, somados ao ex-ministro dos esportes Orlando Silva, tiveram seus nomes denunciados em matérias da Rede Record, onde sobrou desconfiança até para a Rede Globo.

>> **O potencial do Maracanã.**

Deveria ser o palco da abertura da Copa do Mundo, claro. Evidente. Mas o potencial do estádio vai além. Recentemente o bilionário Eike Batista (o homem de 16 bilhões de reais) disse que gostaria de comprar o Maracanã. Alguém pode dizer: - É pura extravagância! Pode até ser, mas o empresário dá valor ao seu dinheiro e só investe para ter retorno. E ele sabe que o novo Maracanã será rentável. Claro, se não permanecer nas incompetentes mãos públicas.

Cadê os grandes clubes cariocas que não enxergam esse potencial e tentam fazer o mesmo que o Botafogo fez com o Engenhão? Quantos shows não vai sediar o maior palco da América?!

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

Jefferson Empreiteiro

Reformas de casas, apartamentos, cozinhas, banheiros e etc. Hidráulica, pinturas, revestimentos, cerâmicas porcelanatos. Parte elétrica alta e baixa tensão. Impermeabilização com manta asfáltica, etc. Trabalhamos com todos os tipos de pisos de madeiras, pedras e decorações. Marceneiro em geral.

Tel. 7745.1162 id 112*80059 / 7523.7919
8643.8997 / 3102.0638

[Jefferson]

Conte comigo, você não vai se arrepender. Há 23 anos no mercado.
Visite meu site: www.solucoesemreformas.webs.com

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!

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



VOCÊ SABIA QUE BOTAFOGO TEM MAIS DE 100.000 HABITANTES?

Botafogo, atualmente, é um dos importantes centros de serviços da Zona Sul, principalmente para os bairros vizinhos de Humaitá e Urca, de padrão mais residencial.

A Classinet Ltda - <http://www.classinetonline.com.br>, empresa de projetos do ramo de informática, lança seu novo site de serviços: <http://www.guiabotafogo.com>.

É um produto que vem para incrementar o comércio do bairro e adjacências.

O GuiaBotafogo.com é um grande shopping virtual para exposição e informação dos seus produtos e serviços, através da divulgação do seu site. Se você não tem site, o GuiaBotafogo.com disponibiliza o mini-site com informações inerentes a sua loja ou serviço. Autenticidade, inovação e criação, são atitudes levadas a sério na Classinet.

Criada em dezembro de 1996 quando a internet já engatinhava, vem com idéias inovadoras e acompanhando histórias de sucesso.

Focada na qualidade dos serviços, a Classinet oferece: hospedagem de sites, criação e desenvolvimento de sites, site de busca de serviços, divulgação digital através de email marketing e exibições em sites de redes sociais.

Com essa expressiva demanda de acesso por possíveis clientes, que buscam informações de todos os tipos, cada vez mais empresas percebem a importância de ter um espaço na internet.

Empresas e serviços de diversos segmentos investem cada vez mais visando oferecer soluções adequadas para atender as necessidades dos clientes, que aumentam a cada dia. Com esse novo serviço, o site [guiabotafogo.com](http://www.guiabotafogo.com), espera proporcionar flexibilidade e comodidade.

Para obter maiores informações, acesse o site: www.guiabotafogo.com, entre em contato pelo email: contato@guiabotafogo.com ou pelo telefone: (21) 3684-7337.

DRENAGEM LINFÁTICA, MASSAGEM MODELADORA E RELAXANTE

Benefícios para Corpo e Mente.

DRENAGEM LINFÁTICA:

A drenagem linfática é uma técnica de massagem que auxilia no processo de eliminação de impurezas acumuladas entre as células dos tecidos pela corrente sanguínea. É pelo sistema linfático que percorre o líquido (linfa) incolor e transparente que filtra essas impurezas. Quando há algum problema na circulação linfática, essas impurezas podem ficar "paradas" em determinados pontos do corpo o que pode ocasionar inchaços, espinhas, edemas etc.

MASSAGEM MODELADORA:

A massagem modeladora é executada utilizando movimentos rápidos, repetitivos e firmes sobre os tecidos do corpo favorecendo a quebra das células de gordura localizada que são eliminadas pela corrente sanguínea. Essa técnica de massagem consegue atingir as camadas de tecido com o maior nível de concentração de gordura como por exemplo: a barriga, pernas, braços e cintura. O profissional que aplica a massagem modeladora, utiliza cremes específicos que auxiliam na redução de medidas, combate a gordura, celulite e a flacidez.

MASSAGEM RELAXANTE:

A massagem relaxante é uma técnica que aplica movimentos: repetitivos, intensos, delicados e firmes sobre os tecidos do corpo que pode proporcionar o relaxamento físico e mental, melhorar a circulação, aliviar tensões musculares, trabalhar a flexibilidade entre outros inúmeros benefícios. Atualmente, é possível encontrar massagens com diversas aplicações: estéticas, terapêuticas e como forma de relaxamento.

ÉRICA - TEL: 21 8199-1266 ou 7952-6474. LIGUE E APROVEITE AS PROMOÇÕES.

MENSAGEM DE NATAL

Mensagem de Natal Heitor Motta Decoração.



Heitor Motta Decoração deseja aos amigos, clientes e seus familiares os melhores votos de Paz, Saúde e Boas Festas.

Que nesse final de ano, você possa somar todas as alegrias e dividir seu entusiasmo de ser feliz.

A minha meta é sempre oferecer o melhor.

Estou envolvido pelos sentimentos fraternos de Amor em Cristo aliado a você, buscar um só objetivo: correr incansavelmente ao encontro da Paz, da serenidade do coração.

Espero contar sempre com sua preferência e estarei sempre à altura das suas expectativas e necessidades.

Tomo por pensamentos positivos, idéias novas para uma vida melhor, tranqüila e calma, busco através das palavras desta mensagem, desejar a você e também a sua família meu muito obrigado pela sua preferência e atenção.

Feliz Natal e Próspero Ano Novo!

Revestimento em Geral, Papel de Parede, Paviflex, Carpete, Decorflex, Formipiso, Ambienta e Pintura em Geral. Contato: 3183-5337 / 9326-5351 - Heitor Motta.

ART DOS PÉS

QUALITY PRICE

TEMOS NÚMEROS ESPECIAIS! MASCULINO E FEMININO!

Carteira de festa



Sandália Via Marte

Couro (bege, preta e branca)



**** Lançamentos! ****

All Star late



Tênis Mizuno Wave



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



ODONTOLOGIA
EPAO 59



POLICLINICA
DE BOTAFOGO

Clínica 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?

O SURGIMENTO DO FORNO MICRO-ONDAS

O surgimento do forno micro-ondas aconteceu por acaso. Por volta dos anos 40, o engenheiro eletrônico Percy Spencer, que trabalhava em uma que produzia peças para aparelhos de radar.

Em determinada ocasião ele trabalhava próximo a um radar em funcionamento e notou que uma barra de chocolate em sua calça havia derretido. Ora, ele sequer havia notado calor e sabia que as micro-ondas do aparelho produziam calor.

Suspeitando que o aparelho poderia ser o causador do fenômeno ele fez uma experiência. Comprou milho de pipoca e os expôs à ondas. As pipocas estouraram. Mais tarde colocou um ovo em um recipiente voltado ao aparelho e o ovo explodiu. O cientista concluiu que o ovo foi cozinhado de dentro para fora e explodiu devido à pressão. Mais tarde, mais precisamente em 1952, foi produzido o primeiro forno de micro-ondas.

O FUNCIONAMENTO DO MICRO-ONDAS

O micro-ondas funciona por causa de uma pequena onda eletromagnética que é gerada dentro do aparelho e distribuída por um ventilador de metal que fica na parte superior. Essas ondas são absorvidas pelas moléculas de água e gordura existentes dentro dos alimentos, o que as faz se agitar, produzindo calor de forma rápida.

Como as ondas não atuam de forma uniforme, o que faz muitas vezes algumas partes dos alimentos cozinharem mais do que outras, existe o prato giratório, para se obter um melhor resultado.

Ao contrário do que muita gente imagina, a radiação provocada pelo forno não é nociva. Na verdade ela tem o nome técnico de radiação não ionizante, mas isso significa que não há radiação nuclear. As micro-ondas não são radioativas da forma como popularmente usamos o termo "radiação".

Sexo sem Mistério

SE NÃO É DROGA, SERÁ QUE VICIA?

Muitos homens têm medo do vibrador roubar a cena. E se esse objeto for o responsável pelo orgasmo delas? Será o fim de tanto (des)empenho? Vamos com muita calma pois não é assim. O vibrador, assim como qualquer outro acessório, é um recurso completamente sadio e normal dentro de quartos quando os dois concordam com a sua utilização. Caso contrário, ele deverá voltar para gaveta ou nem sair da loja.

Antes utilizados por solteiras, encalhadas e viúvas. Hoje utilizado por mulheres que se dizem mais à vontade de levarem um terceiro elemento para a cama. Mas e o que fazer se ele não quer nem tentar? Não adianta, eu sei. Tem uns que não estão abertos para a novidade e aí é um trabalho de consciência masculina ou da persistência feminina. Claro que vale se questionar o quanto que ele também é importante para a realização da mulher para que seu uso não se transforme em uma guerra de poder. Então vamos sanar a primeira questão: vibrador nenhum conhece o caminho para o Grande Ó. Não vai achando que o seu uso vai trazer o caminho do orgasmo perdido. Se fosse assim, ele não se chamaria vibrador e sim GPS. O que acontece é que seu uso pode facilitar no conhecimento das reações corporais. Além dele, o uso de outras técnicas

e o bom e velho corpo do parceiro também servem como aliados.

Assim, o problema não está em seu uso mas na falta de comunicação entre os parceiros. Está na dificuldade de entendimento e de acordos na relação. Imagina que chato deve ser uma mulher frustrada por querer experimentar o vibrador e um homem angustiado em se sentir comparado ou deixado de lado.

Façam ou não façam o que sentirem vontade mas cuidado com o poder que se pode acabar atribuindo a um simples objeto. A manipulação é que vai ser o diferencial nessas horas e para manipular é preciso conhecer o caminho a ser percorrido. Descubra como descobri-lo e faça bom proveito das suas novas potencialidades.

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!**

**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

**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.

Pllural
comunicação

E-mail: pluralidades@gmail.com
(21) 9424-4239 | (21) 9104-7224

“ PENSAMOS DIFERENTE. PENSAMOS PllURAL ”

- Criação de blogs e redes sociais
- Comunicação interna (jornais e revistas institucionais)
- Material Gráfico
- Assessoria de Imprensa



CONSULTÓRIOS TIJUCA E COPACABANA

MÉDICOS ASSOCIADOS ALUGAM:

- Mobilados 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

Veja Site:
www.tijucacenter.com.br

Tel.: 2570-5515

RYJ CARLOS: ID 23*18856
JEAN: ID 14*612764
SERVIÇOS ALESSANDRO: ID 87*47645



Pedreiro • Ladriheiro • 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**

TERAPIAS INTEGRADAS

UMA VISÃO GLOBAL DO SER

por Lucilia Monteiro

MANTRA PARA SEU CORAÇÃO

Amados e amadas!

*Com o coração cheio de amor e alegria quero presentear a cada coração aqui com um mantra.

Peço que cada um durante esta semana cante este mantra, se sinta mesmo como uma onda a entrar no mar, visualize seu "mestre interior" e peça com toda sua "intenção" do seu coração, com toda fé e sinta que você "é" o mar, o amor.

Sinta esta experiência profundamente, flua e emane toda esta energia em todas as direções!*

Feche os olhos, respire tão profundamente quanto possa ir e sentir aí no seu templo sagrado, no centro do seu coração. No silêncio absoluto somos um!

receba todo amor!

Eu sou a onda
eu sou a onda
faz de mim o mar 4x



a onda do mar
desfaz-se no mar
eu sou a onda
faz de mim o mar
faz assim oh! Meu senhor 2x
tu e eu sempre unidos
a onda do mar...

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

SAÚDE MENTAL

DEVERES DOS PAIS

A infância é a fase mais importante para a formação de um adulto equilibrado e saudável. É neste estágio da vida que o indivíduo assume pouco a pouco o controle da organização fisiológica de que se serve para o seu amadurecimento e quando mais facilmente ocorre a fixação da aprendizagem, assim como a aquisição dos hábitos necessários para o seu desenvolvimento.

Em função disso, grande responsabilidade é dada aos pais com relação aos valores da educação, deveres que não podem ser deixados de lado, pois toda omissão ou indiferença tem suas conseqüências. Quanto maior interesse em buscar métodos de educação e o funcionamento dos processos mentais e comportamentais das crianças, juntamente com a expressão de afeto e amor, maior será

a probabilidade de que os filhos cresçam saudáveis e felizes.

Neste compromisso assumido pelos pais, estão envolvidos o companheirismo, o diálogo, a solidariedade e, principalmente, a firmeza, limites e regras de que as crianças precisam a fim de adquirirem valores éticos, morais, intelectuais e sociais. Para tanto, é fundamental o exemplo que os pais dão dentro de casa, já que são os modelos para esta formação.

Assim, qualquer esforço na educação dos filhos é realmente válido e não é em vão. Os pais podem e devem examinar a própria vida e dela retirarem as experiências que tiveram na sua infância, sabendo discernir entre os erros e acertos dos seus responsáveis, passando para seus filhos o que de melhor possuem nesta grande jornada de serem pais.

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 EM EMERGÊNCIA.
Por apenas: R\$39,90 por mês

**Livre
Embratel**

Agente Autorizado
Roma Telecom

Compre agora o seu livre
e fale à vontade.

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.



Huawei C2610

Huawei 8551

Agente Autorizado Roma Telecom

Telefone: 3886.8954 / 4109.0239

FGT 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.

PROMESSA DE GRANDES BILHETERIAS EM 2012

Grandes sucessos tem continuções garantidas no ano que vem e novos filmes prometem bater recordes.

O ano ainda nem terminou, mas o mercado cinematográfico já pensa até mesmo em 2015, quando está previsto o filme Avatar 2. Um ano antes, 2014, por exemplo, tem a previsão de receber nas telinhas X-Man, Segunda Classe.

No entanto, como a maioria dos cinéfilos não é tão apressadinho quanto os produtores, vamos falar dos filmes que estarão nas telonas em 2012. E tem muito sucesso que vem como promessa de grande bilheteria por aí!

HOMENAGENS

A maioria dos destaques são de ação,

mas há grandes filmes de terror, suspense e comédia também, incluindo os desenhos, que não são apreciados apenas pelas crianças, diga-se de passagem.

Surpresas são os longos relacionados à música, à política e ao esporte. No cenário musical, a banda Restart, a dupla Leandro e Leonardo e a banda Legião Urbana, além do próprio Renato Russo, terão filmes sobre suas obras e carreiras. O mesmo ocorre na política, com a famosa ex-primeira ministra inglesa Margaret Thatcher e com a ex-senadora brasileira Marina Silva. No futebol, é a vez do eterno craque Heleno de Freitas ser homenageado.

Foto: cartaz, nos EUA, do filme X-Man / divulgação.



Wolverine em X-Man.



Tom Cruise é o piloto Maverick, de Top Gun - Ases Indomáveis.

Foto: cartaz, nos EUA, do filme Top Gun / divulgação.

AÇÃO E AVENTURA

Mas não é só de homenagens que vive o cinema. Grandes campeões de bilheteria voltam com força. Batman, por exemplo, ressurgir. Na verdade o nome do filme é exatamente esse: O Cavaleiro das Trevas Ressurgir. Além dele, Mercenários 2 deve mesmo ocorrer em 2012. Superprodução de Sylvester Stallone, é formado por atores protagonistas de gigantescos sucessos da história que formam um time dos sonhos dos filmes de ação, como o próprio Stallone, Arnold Schwarzenegger, Bruce Willis, Van Damme e Chuck Norris.

Outro sucesso, Sherlock Holmes, também tem sua continuação, e parece

que o título do personagem de ser sempre o mais inteligente será ameaçado. The Wolverine é outra promessa, com uma história que liga Logan ao Japão e se espelha nos quadrinhos. James Bond não poderia faltar. Em 007 – Skyfall, a lealdade de James Bond será testada. Imperdível para quem gosta de aviação de guerra é Top Gun 2, em que o galã Tom Cruise voltará ao papel de Maverick.

CONTINUA NA PÁG. 10!

Outro sucesso de bilheteria que tem sequência é Homens de Preto, em sua terceira edição. Também na terceira edição estarão Triplo X 3 - The Return of Xander

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@diskchequeseguro.com.br

A BOTAFOGO SERVIÇOS EM REFRIGERAÇÃO

Conserto e Instalação Nacional e Importado

CONSERTOS
Ar condicionado - Conserto e Instalação de Ar condicionado Split - Geladeira - Fogão - Eletrodomésticos - Aquecedor - Motores - Máquina de Lavar - Bombas d'água - Microondas - etc.

APLICAÇÃO
de resina em tubulação de gás

KDT
Eletricista - Bombeiro - Gasista
Reforma - Pinturas de Apartamentos
e troca de coluna

AGORA TEMOS CHAVEIRO
Técnico Adriano
2527.7681 / 2527.7959 / 9425.7219
Praia de Botafogo, 484 loja 03 - Botafogo
adriano@abservicossemrefrigeracao.com.br
www.abservicossemrefrigeracao.com.br

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

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.



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 2012 às 19:00h será realizada reunião com responsáveis.

PARABÉNS TAISSA, GABI, INGRID E JÚ

PELOS RESULTADOS OBTIDOS NO ESTADUAL DE NADO SINCRONIZADO, REALIZADO NA ESCOLA NÁUTICA DO RJ NOS DIAS 14, 15 E 16 / OUTUBRO.
1º LUGAR DUETO
1º LUGAR FIGURA
1º LUGAR SOLO



... 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 REFRÁTIL, 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

ATÉ BIN LADEN VAI ÀS TELONAS

Foto: cartaz, nos EUA, do filme Mib - Homens de Preto / divulgação.



Os agentes de Mib, outro sucesso das telas que terá sequência.

Cage e o lendário Caça-Fantasmas, continuação do filme de 1989. Ainda no campo das continuações, Resident Evil 5: Retribution terá sua exibição garantida aos seus fãs. Outra duas sequências são G.I. Joe 2: A Retaliação e Fúria de Titãs 2.

Além das sequências, três filmes são grandes apostas. O misterioso Área 51, Star Wars: Episódio 1 - A Ameaça

Fantasma, em 3D, e O Espetacular Homem-Aranha, que conta a infância e a adolescência de Peter Parker.

AÇÃO, TERROR E MUITO MAIS

Misturando ação, aventura e um pouco de sobrenatural Motoqueiro Fantasma 2: O Espírito da Vingança e Anjos da

Noite 4 - O Despertar são destaques de 2012. Já a Saga Crepúsculo: Amanhecer - Parte 2, mistura tudo isso, romance e até cenas do Rio de Janeiro.

Já quem gosta de terror, suspense e paranormalidade vai querer ver Pânico 5, Atividade Paranormal 4 e O Chamado 3, que conta a história de uma fita de vídeo VHS que amaldiçoa quem a assiste.

Mas nem todos gostam de susto. Há os que preferem uma boa gargalhada. Para esses, a dica é American Pie 4: O Reencontro, com os mesmos atores, Se Beber, Não Case 3 e o brasileiroíssimo Se eu Fosse Você 3.

E para os que preferem desenho, Alvin e os Esquilos ganha sua terceira edição, com as aventuras dos esquilos cantores, em filme que virá em 3d. Além dele, A Era do

GOSTA DE VIAJAR? LEIA A PÁG. 12!

Gelo 4 e Madagascar 3 são as maiores promessas. Este último com a Girafa, o Hipopótamo, o Leão e a Zebra indo para a Europa, como integrantes de um circo itinerante.

BIN LADEN

E um filme em especial deverá ser sucesso de bilheteria. Trata-se de Kill Bin Laden. A sinopse do longa ainda não foi divulgada, mas provavelmente será a história sobre o assassinato do terrorista mais procurado da história mundial.

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

Sorrir com vontade nos momentos mais marcantes da sua vida



ESPAÇO TERAPIAS CORPORAIS



MASSAGEM LOMILOMI

Por Luciano Lopes

A Massagem Lomilomi, conhecida como massagem Havaiana, é parte integrante da medicina tradicional havaiana. A Massagem terapêutica Lomilomi que é a arte havaiana de curar através do toque e existe há mais de dois mil anos, era usada inicialmente na Polinésia e no Havaí como uma forma de iniciação dos adolescentes na fase adulta, como se fosse uma passagem.

“Lomi” em havaiano significa esfregar, amassar, massagear. É uma massagem dinâmica como uma dança de surfe nas ondas, com longos e fortes movimentos, com a tradicional música havaiana. No contexto de tradição havaiana a massagem tem o objetivo de restabelecer o estado natural de harmonia da vida (lokahi) e de energia vital (mana) no corpo.

A massagem atua tanto no corpo físico como no emocional, por isso além de revigorar o corpo devido aos desgastes das atividades diárias, a massagem também faz o massageado se sen-

tir acolhido, aliviando sua carencia afetiva. São necessários alguns anos de treinamento para dominar com eficiência não apenas as manobras, mas compreender a essência e a profundidade terapêutica do toque havaiano.

Em suma, a massagem é feita com o antebraço e com movimentos firmes, no ritmo das ondas do mar e ao som de músicas tradicionais do Havaí. Como toda massagem tem seus benefícios, a massagem Havaiana reativa a circulação e desintoxica graças aos movimentos circulares, ajuda a desenvolver a musculatura e promove o relaxamento e o bem-estar. Não podemos esquecer que massagem é sinônimo de qualidade de vida.

Existem várias técnicas de massagem, uma delas combina com você! Consulte um profissional especializado. (Algumas informações contidas nesta matéria foram baseadas em pesquisas na internet através do site: wikipedia).

Mais informações, dúvidas ou sugestões sobre esta coluna, enviem o seu e-mail para: lucianoterapeuta@uol.com.br, ou se preferir, acesse o site: www.itlucianolopes.com.br. Contato: (21) 2255-2204 / 9771-0320 – Luciano Lopes.

Massagem

Luciano Lopes
Terapeuta Corporal



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

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

Instituto Terapêutico
Luciano Lopes

A GENTE AINDA TAVA COMEMORANDO O MUNDIAL E VEIO MAIS UM OURO NO PAN.

ALEXANDRE TINOCO E GABRIEL BORGES SÃO CAMPEÕES MUNDIAIS E OURO NO PAN 2011, VELEJANDO NA CLASSE SNIPE, PELO GUANABARA E ICRJ RESPECTIVAMENTE.



FOTOS: IMPRENSÃO



MARAVILHOSA BLUMENAU

A colonização alemã deixou fortes influências na arquitetura, na cultura, na culinária e nos quase impronunciáveis sobrenomes de uma das principais cidades de origem germânica do país.

Por Antonio da Silva

Crédito: Luciana Dávila

No vale do Rio Itajaí, no nordeste do estado de Santa Catarina, está localizado um pedacinho da Alemanha em terras brasileiras, a cidade de Blumenau.

Andar pelas ruas da belíssima cidade, além de ser um verdadeiro colírio para os olhos, pode também causar uma diferente sensação aos ouvidos. Não é difícil escutar os habitantes de Blumenau conversando pelas esquinas em alemão. Até hoje sua população mantém-se fiel às origens de seus antepassados.

Fundada em 1850 pelo alemão Hermann von Blumenau e mais dezessete colonos, em grande parte vindos da região da Turíngia (Thüringen), a cidade foi rapidamente sendo povoada e recebendo em suas construções de madeira a técnica Enxaimel, típica da arquitetura germânica.

A vida era muito dura para os primeiros colonos, pois eles tiveram que enfrentar clima e terreno diferentes dos que estavam acostumados em terras européias. Hoje, mais de 150 anos após sua fundação, a maioria da população da cidade é de descendência alemã.

A moderna Blumenau possui aproximadamente 300 mil habitantes e é o 3º município mais populoso do estado de Santa Catarina. A cidade possui vasta área industrial, destacando-se as empresas do ramo têxtil, como a Hering, a Teka e a Karsten.

Como não poderia deixar de ser, a região possui algumas fábricas de cervejas artesanais, como a Bierland e a Eisenbahn.



Prefeitura da cidade.

OKTOBERFEST

A Oktoberfest foi criada para ajudar a reerguer a cidade, destruída por uma terrível enchente ocorrida no ano de 1984. A festa foi baseada na de Munique e hoje é a 2ª maior do gênero no mundo, só ficando atrás da original. A “festa de outubro” de Blumenau atrai atualmente mais de meio milhão de turistas à

cidade e cerca de 600 mil litros de chope são consumidos durante as festividades.

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

Por ocasião do evento diversas atrações animam os turistas, como apresentação de

grupos folclóricos. Uma das principais atrações é o concurso de chope a metro.

Durante a festa da cerveja há desfiles pela Rua XV de Novembro e é comum a distribuição de chope feita pelo bierwagen (carro da cerveja). As bandinhas com músicas alemãs se fazem presentes em praças públicas. Seus integrantes usam trajes típicos e animam os turistas.

RONCATO
malas e artigos de viagem

VOCE FICOU PARA TUDO

Italian Design

Farinha Pura
EMPÓRIO
Desde 1985

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

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

PROMOÇÃO desconto Roncato

cupom de desconto 5%

Apresente este cupom em nossa loja no Shopping Botafogo Praia Shopping e ganhe 5% de desconto em qualquer produto Roncato

Prédio de Botafogo nº 403 - Botafogo - Rio de Janeiro
Shopping Botafogo Praia Shopping - Piso 3 - Quasequá 33
Tel. (21) 2237-9042 ou 2253-5138

Venha Conhecer *Nova Loja*

Virtual Shop
Info: Eletrônica, Câmeras e Manufatura

Venda de Computadores
Venda de Periféricos e Acessórios
Manutenção e Suporte

Internet *Low House*

Recargas
Originals Compatíveis
Remanufaturados

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

Acupuntura, Shiatsu e Qigong

Dores reumáticas, musculares, enxaquecas, entre outras. Problemas digestivos, intestinais, respiratórios e circulatórios. Instabilidade emocional, depressão, insônia, falta de ânimo ou cansaço.

Eloisa Maia
Acupunturista e Shiatsu Terapeuta
formada pela Academia Brasileira de Arte e Ciência Oriental

Largo do Machado - perto do Metrô
Consultório: 3185.0393 / 3268.3889 / 8860.0322

ALIMENTAÇÃO

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!

(LUANI - 8781-0721) luanicarvalho@gmail.com

DOCES PARA FESTAS E EVENTOS

Faço doces para festas e eventos. Entregas apenas Botafogo. A partir de R\$70,00.

Tel. 2259-7924 e 8840-7924

CONFETARIA IMPERIAL



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

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 - IJA - Botafogo
Fone: (21) 2552-5595

PANIFICAÇÃO INDUSTRIAL



Tel. 2286.8848
Rua São Clemente, 39 - Botafogo

Distribuidora **goi - goy**

ENTREGAS EM DOMICÍLIO
2295.2147 / 2244.8238

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

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

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.

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) 8200-4908 / 3989-7102 (Gareth) :: www.ycomceloscabos.com
Rua Nelson Mandela, quicquá 24 (próximo ao Metrô Botafogo)

AULAS

AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA - FÍSICA - QUÍMICA - PORTUGUÊS
DESENHO GEOMÉTRICO - CÁLCULO

Pedro Coppelli - Tel. 7148.1761 / 2537.8751

SERVIÇOS EM GERAL

BIBLIOTECÁRIA

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

INFORMAÇÕES E CONTATO: (021) 8191-8963 (SANDRA)

REFRIGERAÇÃO

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



Singia Luis



Tel: 3235-4374
9763-2236

CONTADOR

WMA - CONTABILIDADE

CRC - RJ: 0189824

- 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

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 PIFANO

Contato: Igor S. Teitelroit (saxofonista e flautista)
Tel. (21) 25074897 (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 0534687



9321-8717 :: pamithp25@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 9857-8630 - E-mail: maripsicoarte@yahoo.com

AYURVEDA - MASSAGEM E CURSOS

Tratamento facial, capilar e outros.

WORKSHOP DE AUTO MASSAGEM

Dia 30 de novembro - 4ª feira, das 19h as 22h - Largo do Machado

Informações: Gladys Rosa: 8204-0328

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.

(LUANI - 8781-0721) luanicarvalho@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

Lua Nareia	12/11
Viva Jorge	14/11
Festival Eletronika	18/11
Duff Mckagan 'S Loaded	18/11
Beth Carvalho	19/11
Happy Rock Sunday By Restart	20/11
Fagner	26/11
Rodelinda	03/12

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

CITIBANK HALL

Lulu Santos	12/11
Ringo Star	15/11
RPM	18/11
Bruno & Marrone	19/11
Fabio Junior	26/11
Exaltasamba	01 a 03/12
Maria Gadú	10/12

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

HSBCARENA

Théâtre du Soleil	08 a 19/11
Ivete Sangalo	26/11
Ben Harper	10/12

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

FILMES NOS CINEMAS

CINEMARK PRAIA E RIO SUL

Praia Shopping: A Pele que Habito; Atividade Paranormal 3; Contágio; Diário De Um Banana 2; Rodrick é o Cara; Gigantes de Aço; O Palhaço; O Preço do Amanhã; O Zelador Animal; Os Três Mosqueteiros; Palavra Cantada; Qual seu Número?; Winter, O Golfinho.

Rio Sul: Gigantes de Aço; Os Três Mosqueteiros; Atividade Paranormal 3; O Zelador Animal; Winter - O Golfinho.

Praia Shopping: 2237-8494.
Rio Sul: Tel.: 2461-2461.

UNIBANCO ARTEPLEX RIO

A Pele que Habito; A Saga Crepúsculo: Amanhecer - Parte 1; Meu País; Não Tenha Medo do Escuro; O Dia Em Que Eu Não Nasci; O Mineiro e o Queijo; O Palhaço; Os Três Mosqueteiros; Rock Brasília - Era de Ouro; Tancredo - A Travessia; Um Conto Chinês; Uma Professora Muito Maluquinha.

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

CINE ESTAÇÃO E ESPAÇO DE CINEMA

A Árvore do Amor; Contágio; O Palhaço; A Condenação; Entre Segredos e Mentiras; A Pele Que Habito; Rock Brasília - Era de Ouro; Amor à Toda Prova; Um Sonho de Amor; Borboletas Negras; Melancolia; Copacabana; Riscado; A Árvore da Vida.

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 - Incêndios | 6 - Água para Elefantes |
| 2 - O Concerto | 7 - A Garota da Capa Vermelha |
| 3 - Thor | 8 - Jogo de Poder |
| 4 - Cópia Fiel | 9 - Caminho da Liberdade |
| 5 - O Poder e a Lei | 10 - Biutiful |

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



A Dama das Flores

Tenho a felicidade de morar no edifício Dona Marciana, rua Álvaro Ramos em Botafogo, o mais charmoso bairro carioca. É todo ajardinado, interna e externamente, e na minha casa, na varanda, na área de serviço e no corredor externo, plantadas e cuidadas por Sandra, tenho:

Flor de Maio - Rosas - Pimenta - Boldo - Cacto - Bougainville - Lírio da Paz - Comigo Ninguém Pode de Jardim - Ficus - Trevo de Quatro

Folhas - Lágrimas de Cristo - Azaléia - Sete Ervas - Cebolinha - Avenca - Alecrim - Violeta - Cravo - Hortências - Arruda - Bico de Papagaio.

Estamos na Primavera, galera! Tempo de falar de flores, cores, odores, amores, sabores. Sabe o Shopping na General Polidoro, 58, em Botafogo, claro? Ali tem!

Rosas, cravos, orquídeas, lírios, crisântemos, hortências, cristas de galo, ciclâmens, violetas, margaridas, gladiólos, copo-de-leite, íris, flor de maio, antúrios, flores do campo, begô-

nias, amor perfeito, primulas, camélias, jasmim, cravinas, alfazemas, petúnias, flor de Liz, lavanda, sempre viva, gerânio, girassol, narciso, dalias, miosótis (não esqueças de mim - forget me not) e palmas, muitas palmas, que ela faz jus.

Ela é Mônica Assumpção, Flower Consultant, e equipe da Flor & Arte, na loja 116.

PS: O texto fez-me lembrar de Vinicius de Moraes: "e se eu morrer de amores, alguém mandará flores?"

Tietagem explícita

O acaso me colocou ao lado do Poe-

ta, na avenida N.S. de Copacabana. Dirigi-me a ele e pronunciei a frase dele. Sorriu. Perguntei-lhe: posso usar no meu blog?

- "Claro, a verdade é para ser dita".
Então, lá vai:

"NÃO QUERO TER RAZÃO,
QUERO SER FELIZ!"
(Ferreira Gullar)

Tem mais no site: correiocarioca.com.br
Meus blogs: <http://rubens1.wordpress.com>
<http://escritoronline.blog.terra.com.br>
Email: rubens_n@terra.com.br
No Twitter:
[@escritoronline](https://twitter.com/escritoronline) e também no Facebook

COLÉGIO SANTA ROSA DE LIMA 2012 MAIS NOVIDADES



O diretor do CSRL informa que o colégio continua em ritmo de modernização, buscando sempre o que há de melhor para seus alunos.

Este ano, em parceria com a REDE CATÓLICA DE EDUCAÇÃO (presente de norte a sul do país) trouxemos para o colégio a ESPOARTE, que deu muito mais alegria e disposição à escola: no futsal, no vôlei, na dança, no teatro... os alunos adoram, diz o diretor. E, continua, nosso colégio está mais vibrante com os esportes, com a arte, cultura e lazer.

Em 2012, mais uma novidade. Desta vez a parceria é com CAMBRIDGE. Isso mesmo, a ESPOARTE está trazendo para o Santa Rosa, a UNIVERSIDADE DE CAMBRIDGE. Será a possibilidade que os alunos terão de fazer os melhores exames de Língua Inglesa. Será uma grande oportunidade de se oferecer exames internacionais de Cambridge dentro do colégio. Com essa parceria, o Colégio Santa Rosa de Lima se torna um centro preparatório e uma sede de aplicação dos renomados exames da UNIVERSIDADE DE

CAMBRIDGE. Com certeza, o colégio ganhará um padrão internacional e toda credibilidade que os exames oferecem.

Hoje, no Santa Rosa já está se utilizando a lousa interativa e os alunos do Ensino Médio, cada um deles, tem seu próprio NETBOOK. Os professores também. A antena da RCESAT já está instalada e a programação ao longo do ano com cursos, palestras, reciclagens, aulas ao vivo... é intensa. O professor José Gaspar, muito animado, diz: "imaginem, agora, CAMBRIDGE, dentro de nosso colégio. Tudo isso é resultado de termos nos integrado à REDE CATÓLICA DE EDUCAÇÃO, com tecnologia educacional e conjunto de serviços e produtos necessários para que escolas preservem a sua identidade e continuem atuando com qualidade e competência no cenário educacional brasileiro.

O Colégio Santa Rosa de Lima fica na rua Voluntários da Pátria, 110, em Botafogo. Telefone 2539.1196. Na internet: www.csrl.com.br.



INSCRIÇÕES ABERTAS!! CURSO PROFISSIONALIZANTE DE TEATRO



A Sede da Cia de Teatro Contemporâneo abre inscrições para o curso profissionalizante de formação de ator com uma filosofia prática de teatro. O curso da CTC é o único do Rio de Janeiro que coloca o aluno em contato direto com o fazer teatral desde o primeiro momento em que ele ingressa. Criando possibilidades de estágio em várias atividades do teatro dando assim uma visão completa de todo o fazer teatral, que sem dúvida reflete no seu trabalho de ator com uma compreensão total da atividade, impedindo uma alienação da estrutura e formando um profissional mais completo.

O curso profissionalizante da Cia. de

Teatro Contemporâneo, com DRT definitivo, oferece estágio garantido aos alunos e as aulas acontecem num teatro de verdade. O curso busca desenvolver a capacidade do ator de se tornar um artista empreendedor capaz de desenvolver um trabalho consistente e sólido e de abrir caminhos para a sua arte.

"Teatro: um lugar onde podemos ser felizes, nos desenvolver intelectualmente, emotivamente e socialmente".

Maiores informações no site www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br.

Sede da Cia de Teatro Contemporâneo: Rua Conde de Irajá 253 – Botafogo. Tel: 21 2537-5204. Se reinvente, faça teatro!

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

ESCREVA SEU LIVRO!

Imprimimos a quantidade exata que você precisa!

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





Oficina de Livros
Impressão de Obras, edição de ideias

www.oficinadelivros.com.br
Tijuca | tel.: 2268-3497

Solicite seu orçamento e conheça nossas condições de pagamento!

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

GASTRONOMIA

CUSCUZ E SUAS
VARIAÇÕES

Cuscuz (ou couscous) marroquino são grânulos de sêmola enrolados manualmente, feitos a partir de grãos de trigo moídos. É encontrado pré-cozido nos supermercados, bastando hidratá-lo por 5 minutos. Por ser importado, já foi caro, mas hoje é possível encontrá-lo por preços bem acessíveis.

O prato teve origem na região do Maghreb, no norte da África (os atuais países Marrocos, Tunísia e Argélia) e data da época dos berberes, primeiros povos nômades que habitaram a região. Tais povos já preparavam o cuscuz em 238 a.C. Com a invasão moura do sul da Europa no século XIII, o prato foi levado para países como Espanha e Portugal, onde há registros de receitas de cuscuz nos séculos XVI e XVII. Os judeus sefarditas da Europa incorporaram o cuscuz à sua cozinha e o levaram para os locais em que se fixaram, como Itália, norte da África e Oriente Médio. Na Sicília, entretanto, devido à proximidade geográfica com o norte da África, o prato já havia sido introduzido bem antes, entre os anos de 827 e 1063. Nesta ilha o cuscuz é um prato de grande tradição e existe até hoje um festival anual que reúne receitas de cuscuz de todo o mundo.

No Brasil temos nosso cuscuz, prato típico em duas versões: nordestina e paulista, com farinhas de milho e mandioca em substituição à sêmola de trigo africana. O mais provável é que tenha sido trazido pelos portugueses.

Simples, elegante e fácil de preparar, o cuscuz permite infinitas combinações (até couscous doce, com açúcar e canela) e é um grande quebra-galho na cozinha.

<http://vieirasetrufas.blogspot.com>.

PROTESTO DO CIDADÃO

Nº 196. "SOCORRO" TRANSPORTES

*T*rabalhar 09H E Perder Mais De 4 Ou 6H No Ir E Vir,
*R*etira Do Empregado Até ¼ Das 24 H/Diárias,
*A*Locomoção É Difícil, Pela Coincidência
*N*a Entrada E Saída, Nos Mesmos Horários,
*S*o Não Vê, Quem Não Quer E Não Deseja A
*P*razo Curto Solucionar E Aumentar As
*O*cupações De Trabalho, Ao Adotar Horários
*R*ecorrentes (Escalas De 06H/Dia Corridas) Que
*T*rariam Desafogo Nos Transportes E Faria O
*E*mpregado Perder Apenas 02H/Dia No Ir E Vir E
*S*uavizariam A Jornada De Trabalho Diário, Além
Do Trânsito Caótico Do Dia A Dia E, Todos
Seriam Beneficiados (Patrões, Empregados...),
Com Atividades Sem Parar Nas 24H Diárias!!!

Nº 194. "SOCORRO" BEM/MAL(FEITOS)

*B*em Me Quer, Mal Me Quer, Bem Me Quer... É
*E*nsinado Que O Bem Vencerá Sempre O Mal!!!
*M*as No Brasil, Eterno País Do Futuro??? O
*M*al Vence De Goleada!!! Pois Os Governantes "Cegos",
*A*malucados E Com Manias De Grandeza,
*L*imitam As Virtudes A Seus Próprios Interesses...
*F*azer O Mal, A Corrupção... (O Político), Deve Ser
*E*liminado Da Vida Pública E Punido Logo, De
*I*mediato (Cassação, Prisão, Devolução Do Roubo...).
*T*odo Mal(feito) Julgado, Se Condenado O Réu
*O*brigado A Cumprir A Pena (Acabar Os Benefícios), E
*S*ermos Todos Cidadãos Iguais Diante Das Leis!!!

"Se gostaram, passem cópias adiante, o melhor do Brasil são os brasileiros".

Rio de Janeiro, 20/10/2011 - G.U.I.D.O
<http://guidobrasil.blogspot.com>

Nº 192. "SOCORRO" TRÊS PODERES

*T*rabalhar Só Às 3as, 4as e 5as Feiras É Moleza!!!
*R*iem E Zombam Dos Demais Trabalhadores: Os
*Ê*xecutivos Com Suas Escalas De Trabalho, As
*S*essões Nos Judiciários E Legislativos Só 03 Vezes
*P*or Semana !!!??? Imaginem O Pulmão, O Coração
*O*u O Cérebro A Funcionar Apenas E Só
*D*urante 03 Dias Por Semana, O Corpo Morreria
*E*A Vida Também!!! Por Falta De Ar (Oxigênio...).
*R*ecessos E Mais Recessos Nos Três Poderes
*E*svaziam A Ação Do Trio No Dia A Dia Do País E
*S*olapam As Virtudes E Valores Em Decadência...

Nº 178. "SOCORRO" INFLAÇÃO

*I*ncrível, A Inflação Em Queda, Fantástico!!!
*N*o Dia A Dia, O Que Se Vê É O Contrário, Carestia.
*F*abricam Vários Índices Mágicos (IPC, INPC...) A
*L*udibriar Toda A População E A Poupança,
*A*Iteram Os Itens Básicos, Alteram Os Dados, E A
*A*ção Mágica Está Pronta/Acabada Como Verdade!!!
*À*creditar Em Papai Noel É Bom, Mas Fazer
*O*Povo De Bobo... É O Fim, Comédia Pastelão!!!

Nº 195. "SOCORRO" DEMOCRACIA

*D*emocracia: Governo Do Povo, Com O Povo
*E*Para O Povo (É Pura Mentira!!!), Pois Os Espertos
*M*anipulam Todo O Processo Eleitoral,
*O*nde O Povo Continua Ignorado Pelos
*C*ínicos Concorrentes Aos Cargos Públicos,
*R*iem E Zombam Dos Eternos Otários,
*À*Espera De Melhores Dias Para Todos
*C*idadãos!!! Decepções Repetidas E Seguidas
*I*nduzem Ao Voto Nulo E Até As Faltas
*À*s Futuras E Repetidas Eleições Inúteis, De
02 Em 02 Anos Que Param O País Todo...