

CORREIO CARIOCA[®]

Tijuca | Grajaú | Andaraí | Vila Isabel

correiocarioca.com.br

/correiocarioca

ANUNCIE! 3681-5302 e 98898-5670 ATENDIMENTO [2ª a 6ª, de 9 às 19h]

Comercial: publicidade@correiocarioca.com.br | Redação: redacao@correiocarioca.com.br

Desde 2008 | correiocarioca.com.br | Ano IX | Nº 97 | fevereiro de 2016

AME SEU PET. NÃO FORRE PISO COM JORNAL. TINTA É INOFENSIVA A HUMANOS, NÃO A ANIMAIS

ATENÇÃO! O JORNAL NÃO POSSUI VENDEDORES EXTERNOS!

Foto: Correio Carioca

ALIADOS NA BUSCA DA VIAGEM PERFEITA

Confira grandes aliados no acesso a uma boa viagem e no planejamento da mesma. Quase que de graça, empresas oferecem valores mais baratos e informações que evitam entrar em uma furada. **Pág 8 e 10**

Moda

Pág. 3

Qual o tom da maquiagem da folia?

Odonto

Pág. 3

Operação Cária Zero: eu apoio.

Culinária

Pág. 5

Delícias do Nordeste.

Turismo

Pág. 8

Que capital é a Porta do Sol?

Sexualidade

Pág. 9

Fantasia sim, mas sem susto!

Exposição

Pág. 10

Frida Kahlo, na Caixa Cultural.

Gastronomia

Pág. 10

Gastronomia e literatura.

Teatro

Pág. 12

Lá, você vai se conhecer.



ARTIGOS PARA CONFEITARIA E FESTAS

PROMOÇÕES IMPERDÍVEIS

Chocolates - Confeitaria - Cortadores - Embalagem - Formas - Utensílios

21 2577 - 3235

BOULEVARD VINTE E OITO DE SETEMBRO, 258 - LOJA 12
VILA ISABEL - RIO DE JANEIRO - RJ

CASADASFORMIGAS.COM.BR @CASADASFORMIGAS /CASADASFORMIGAS

INTERPRISE - CONTABILIDADE E CONSULTORIA

CONTADOR - José Cardinelli
ADVOGADO - Leandro Goulart

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

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

2576 2353 | 2577 4362 | Cel. 97986-1817

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

E-mail: interprisecontab@uol.com.br

www.interprisecontabilidade.com

ANUNCIE NA CAPA PROMOÇÃO!

R\$ 109,90

por mês, no contrato de 6 meses.

R\$ 129,90

por mês, no contrato de 3 meses.

LIGUE AGORA: 3681.5302

MD
IMOBILIÁRIA

CRA-RJ 90.06181-1
CRECI J4927



CORRESPONDENTE

CAIXA

AQUI

COMPRA - VENDA - LOCAÇÃO
ADMINISTRAÇÃO E LEGALIZAÇÃO

HÁ MAIS DE 20 ANOS ATUANDO NA COSTA VERDE

(21) 7839-3046 / 7839-3050 / 2680-7328

www.mdimobiliaria.com.br

ALEGRARTE
Festas e Eventos

Aluguel de mesas e cadeiras,
toalhas para mesa de convidados,
fantasminhas para cadeiras
e aluguel de brinquedos.



Tels.: (21) 2201-5538 / 2504-4441 / 97039-1572

WhatsApp: (21) 99353-6301

Site: www.alegrartemesasecadeiras.com.br

REPARO & REFORMAS

Eletricista - Bombeiro - Pedreiro
Gesseiro - Pintor - Ladrilheiro
Gasista e outros

AUMENTO DE CARGA JUNTO A LIGHT

3256-1372 / 3149-8988 / 99553-2777 / 7712-5679

Jair Baptista rrbreformasbandeira@gmail.com

Travessa Soledade, 32 - Praça da Bandeira

ANUNCIE!

3681-5302 | 98891-5670
TIRAGEM MENSAL COMPROVADA
10 MIL EXEMPLARES

EXPEDIENTE

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

Telefone: 3681.5302

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

E-mails: comercial@correio carioca.com.br

redacao@correio carioca.com.br

Site: www.correio carioca.com.br

Twitter: @correio carioca

Facebook: www.facebook.com/correio carioca

Jorn. Resp.:

Luiz Jardim - Reg: JP24.112/RJ

Departamento Comercial e Marketing

Luiz Jardim e Eduardo Alves

Diagramação e Editoração Terceirizada:

A&S

Equipe de Redação e Fotografia:

Eduardo Oliveira, Raquel Lima,

Antonio da Silva e Fernando de Andrade.

Fundadores: Rodrigo Silva e Luiz Jardim

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

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

PROTESTO DO CIDADÃO

20/01/2016

G.U.I.D.O.

<http://guidobrasil.blogspot.com>**Nº 432. "SOCORRO" FELIZ ANO NOVO 2016**

Ficam Na Oposição A Impedir *As Votações De Lei*
E Esperam *O Pior Para O País E Para O Povo Afliço,*
Lamentar *O Leite Derramado Em 2015,* Pelos Votos
Infieis Da Base Aliada *É Pagina Virada,* Dar Ao
Zés *Ninguéns O Toma Lá, Da Cá,* Para Votarem

As Matérias Necessárias Para *Sair Do Buraco Já,*
No Sentido Do Brasil Voltar *A Crescer,* Como Era
O utrota, *É Muito Importante,* Pois Sem Capital *Vivo E*

Novo, Não Há Desenvolvimento *E Progresso No País!*
Os *Corruptos* Serem Presos, Julgados E Multados Em
Vinte *Veze* Nos Valores Apurados + Correções. Todos
Os *Tubarões/Os Robalos/Os Traíras/As Arraias Miúdas,*

2 0 Milhões De Ladrões *Riem Da Justiça E Do Povo!*
0s *Políticos* Caem Para Cima/Ganham Medalhas *A*
Ignorarem *À Pátria E Seu Povo Em Eterna Esperança!*
6 *Medidas Urgentes:*

- 1) Imposto Único De 10% (7% Ao GF, 2% Aos Estados, 1% Às Cidades);
- 2) Imposto Compulsório de 50% Nos Salários E Mordomias *Acima De 30 SM;*
- 3) Redução de 50% Dos Vereadores/Dos Prefeitos/Dos Deputados/Dos Senadores/Dos Assessores;
- 4) Salários De Acordo *Com O Ensino:* 16 SM Aos Com *Curso Superior,* 08 SM Aos Com *Curso Médio,* 05 SM Aos Com *Curso Básico,* Aos Com *Até 4ª Série* 02 SM, Aos *Restantes* 01 SM, Extensivos Aos Aposentados/Inativos /Pensionistas, Também;
- 5) *Taxar Grandes Fortunas* Em 20% Ao Ano;
- 6) Cumprir A Constituição *De Capistrano de Abreu:* Artigo Um, Parágrafo Único: *Que Todo Brasileiro Tenha Vergonha Na Cara !*

"Leiam Com A Alma, E Passem Adiante, O Melhor Do Brasil São Os Brasileiros".

Nº 433. "SOCORRO" CRISE DE VALORES

Congresso Nacional/*Brasília/Câmaras Legislativas,*
Riem/Roubam, Quase Todos, Do Brasil E Do Povo, *A*
Impedir *Votações Necessárias E Urgentes* Ao Bom
Sustento Do Orçamento E Do Superávit, Que Todos
E speramos Dos Políticos E Governantes, *Omissos* Que

Dão Exemplos De Valores *Ao Inverso,* À População:
É tica/Honra/Honestidade *Jogadas Fora, No Lixo.*

Viva *A França! Quando Da Queda Da Bastilha, 1789.*
A Nossa Pátria Está *Falida Na Saúde/Segurança/Ensino...*
Logo, Logo, Viraremos, Terra de Ninguém, Sem
Ordem E Progresso, Com Assaltos/Mortes À Toda Hora,
Rapinagens *Em Quase Todos Os Órgãos Dos Governos,*
Explicam *A Crise De Valores Que Dia A Dia Invade E*
Semeia A Discórdia E O Descumprimento Das Leis!
É Preciso Pressão *Do Povo Para Reformas Urgentes!*

Nº 434. "SOCORRO" ORAÇÃO DA SERENIDADE

O Dar É Que Se *Recebe,* De São Francisco De Assis,
Reina *Na Política/No Senado E Câmaras Do Brasil!*
As Autoridades, *Quase Todas,* Só Querem Poder *E A-*
Ções Do Toma Lá, *Dá Cá, Propinas, Subornos...*
Até Santos Do Pau Oco Se *Retransformam!* Usem
O Detector De Mentiras (Polígrafo) Neles, *Cassá-los E*

Dar Multas E Correções (20 X) Do Desviado E Prender
A pós Julgamento *Justo E Amplo Direito De Defesa!*

São Promessas *Eternas Na Saúde/Segurança/Luz/Gás*
Ensino/Moradia/Trabalho/Transportes...*Só Nas Eleições!*
Roubam/Trapaceiam/Não *Votam Os Projetos De Lei*
E Só Querem, *Mordomias/Vantagens/Recessos...*
Nós, *O Povo* Que Se Exploda, Se Lixe E Os Elejam, *E*
Ignorem Se Fazem *Direito As Obrigações De Verdade!*
Dar E Ter *Serenidade É Tão Fácil,* Basta Querer:
A judai-nos *A Aceitar Aquilo Que Não Podemos Mudar,*
Determinar *Aquilo Que Podemos,* Nas Passeatas/Greves
E Distinguirmos Os Bons *Políticos, Dos Escroques...!*

N. ARAGÃO

ADVOCACIA E ASSESSORIA JURÍDICA

Dr. Newton Aragão | OAB/RJ 140.627

Direito do Consumidor
(Planos de Saúde, Light, Cedae, Oi, Tim, Vivo, Net, etc.)

Cível, Trabalhista e Consultas

Prestação de serviços para pessoas físicas e jurídicas

Rua Silva Pinto, nº 49 | Sala 712
Vila Isabel | Rio de Janeiro | RJ

Tels.: (21) 3215-4277 / 3215-4310
97689-5581 (com WhatsApp)

n.aragoadvogados@hotmail.com
www.naadvocacia.jur.adv.br

COMPRO TUDO ANTIGO**DA. VITÓRIA ANTIGUIDADES**

Louças - Cristais - Marfins - Relógios
Faqueiros - Quadros - Pratarias
Móveis - Mármore - Lustres
Bijouterias - Miudezas - Santos
Malas - Bronzes - Moedas - Joias
Biscuit - etc.

PAGO EM DINHEIRO RETIRO NA HORA

Ligue ou mande seu e-mail:
vitoriaantiguidades@hotmail.com

Tels.: 3042-4221 / 99839-8384

GRUPO R2 ASSESSORIA CONTÁBIL

Empresa especializada na área contábil, fiscal e do departamento pessoal, que facilitem as tomadas de decisões dos diretores, sócios, investidores e financiadores de projetos sociais.

Venha nos conhecer, acesse no site

www.r2assessoria.com.br

e conheça um pouco mais da nossa missão, visão e valores ou entre em contato através dos...

...Fones: 21-2210.0859
| 3247.4843 ou 8216.9954

CURIOSIDADES

Passou-se a festa,
mas a história do carnaval continua

ORIGEM DO CARNAVAL

Ao contrário do que muita gente acredita, o carnaval não é comemorado somente no Brasil, mas em boa parte do planeta. Acredita-se que por volta dos anos 600 a 520 a.C. o Carnaval tenha tido a sua origem, na Grécia. Já no Brasil, as festividades de carnaval se iniciaram em meados do século XVII, influenciadas pelas festas carnavalescas que aconteciam na Europa. Veja a seguir as principais comemorações pelo mundo.

CARNAVAL NO REINO UNIDO

Na mesma época que o carnaval brasileiro ocorre, lá no Reino Unido, também há uma grande festa, o Shroveitide. O termo significa aproximadamente confessar 'pecados'. É o do carnaval britânico.

CARNAVAL NOS ESTADOS UNIDOS

Na terra do Tio Sam, vários estados celebram a Terça-Feira Gorda (Mardi Grass), que é o carnaval americano. A festa mais tradicional acontece em New Orleans, onde desfilam nas ruas dezenas de grupos. O mais conhecido é um bem parecido com nossas escolas de samba, o Bacchus, o qual também desfila com carros alegóricos.

CARNAVAL NA ALEMANHA

O carnaval alemão acontece na Floresta Negra, em Alpes e até nos centros das cidades. A mais conhecida ocorre na cidade de Bonn. Há desfiles e as pessoas usam máscaras para esconder os rostos.

CARNAVAL EM VENEZA

Outro carnaval bastante conhecido é o de Veneza, na Itália. Ou pode-se dizer que foi. Isso porque com o passar dos anos foi diminuindo até quase acabar. Por muito tempo foi um dos mais badalados e divertidos do mundo, quando havia diversos bailes e festas espalhados pela cidade.



EU QUERO É BRILHAR!

O feriadão de carnaval já passou, é verdade, mas no Rio de Janeiro a festa, bailes e até alguns blocos só cessam em março. Por isso, a época mais divertida e purpurina do ano pede passagem à beleza à sua chegada. Confira dicas de makes e de cabelos e garanta um visual impecável até o final da festa!

A época é perfeita para abusar do brilho na maquiagem, Recheie a nécessaire com sombras brilhantes, delineadores metalizados e batons cintilantes. Uma opção diferente e moderna é o olho com glitter colorido, para fazer em casa. Primeiro preencha as pálpebras com fixador de sombra ou gloss transparente. Em seguida, "deposite o glitter aos poucos e limpe qualquer sujeirinha que cair no rosto com uma fita adesiva, colocando-a e descolando-a", ensina a maquiadora Tati Pinto.

Agora gata, para sua maquiagem não derreter com o suor da folia a melhor pedida são as sombras e os blush em pó, que não saem com facilidade. Para o batom e o corretivo durarem mais, aplique um pouco de pó compacto na boca e ao redor dos olhos. É infalível, diz a estilista e consultora de moda Bruna Lioncio.

Rabos de cavalo, tranças, coques... copie os looks dos desfiles de moda e aprenda para curtir o carnaval linda e estilosa!

Seja lá qual for o penteado escolhido, é deixar o visual o mais natural possível, com alguns fios soltos e bagunçados de propósito. Finalize com borrifadas de spray seco para fixar e glitter para dar um certo glamour.

Por Eliz Franca

Contato: elizfranca@yahoo.com.br e 97961-0456.



CÁRIE ZERO É POSSÍVEL?

A cárie é uma doença infecto-contagiosa, que acomete principalmente crianças e adultos jovens, transmissível de pessoa para pessoa através do contato direto (por exemplo o beijo), que resulta na perda localizada de superfícies dentárias, causada por ação de ácidos orgânicos presentes na boca, provenientes da fermentação microbiana dos carboidratos da dieta (açúcares, doces, etc).

Para que ocorra temos que ter três fatores essenciais: o hospedeiro, representados pelos dentes e saliva; a microbiota (*Streptococcus mutans*) na região, bactéria causadora de cáries; a dieta consumida rica em carboidratos e sacarose. Assim, para ocorrer, estes três fatores devem estar presentes e interagirem.

A primeira manifestação clínica é uma mancha branca opaca, litose e rugosa na superfície do dente. Logo após, a superfície passa a castanho, de claro a escuro, e evolui rapidamente passando à dentina. Neste estágio já temos a formação de cavidade que pode levar a destruição e perda dentária.

O flúor combate a cárie. No meio bucal, deixa o esmalte dentário mais resistente. Hoje, na maioria das cidades há flúor na água potável. Há também a fluoroterapia, sessões de aplicação de fluoretos, normalmente na forma de gel aplicado no consultório e a remoção dos fatores retentivos de placa como restos radiculares, próteses mal adaptadas, hiperplasias gengivais, restaurações mal adaptadas.

Restaurações das cavidades cariosas, com materiais restauradores, que devolvem a estética, a cor e a forma original do dente.

Cuide-se, vá ao dentista! Participe da operação cárie zero.

Dra. Renata Pescadinha

DESENTUPIMENTOS DE ÁGUA LIMPA

AQUECEDOR NÃO LIGA?
POUCA PRESSÃO DE ÁGUA?

NÃO QUEBRE SEU BANHEIRO
OU COZINHA PORQUE SEUS
CANOS ESTÃO ENTUPIDOS

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

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

3852-2330 / 99399-3744

ANUNCIE AQUI

R\$ 49,90 por mês
em contrato de 3 meses

R\$ 44,90 por mês
contrato de 4 meses

LIGUE AGORA: 3681.5302

SOS

A Cáritas anima as campanhas SOS da CNBB, e as ações são possíveis porque existe a sua ajuda.



FAÇA A SUA DOAÇÃO PARA O HAITI OU ÁFRICA!!!

CÁRITAS
BRASILEIRA

HAITI

Banco do Brasil
Ag. 3475-4
Conta Corrente: 23969-0
Caixa Econômica Federal
Ag. 1041 Operação 003
Conta 1132-1.

ÁFRICA

Banco do Brasil
Ag. 3475-4
Conta Corrente: 26116-5
Caixa Econômica Federal
Ag. 1041 Operação: 003
Conta: 1751-6.

SUA ATITUDE SOLIDÁRIA PODE FAZER MAIS!

Saiba mais!
www.caritas.org.br

ANUNCIE AQUI!

R\$ 79,90
por edição/mês no contrato de 3 meses.

R\$ 74,90
por edição/mês no contrato de 4 meses.

METADE DESTA TAMANHO POR
R\$ 49,90 por mês no contrato de 3 meses e
R\$ 44,90 por mês no contrato de 4 meses.

Ligue 3681-5302

BUSCA PELA VIAGEM PERFEITA

As mídias digitais vieram para facilitar tanto o acesso a viagens quanto para um melhor planejamento delas. E há ferramentas poderosas para isso.

Foto: Correio Carioca. Imagem: site da empresa.



Praia do Farol, Arraial do Cabo-RJ

Todo mundo gosta de viajar! Mas dá um certo trabalho, afinal, escolher estadia, checar em cada companhia aérea e pesquisar preços de tudo não é fácil. Para os mais metódicos, gasta-se tempo, telefone e até dinheiro com os almanaques ou revistas especializadas, com boas dicas, algumas quase que secretas, certo? Errado. Há um tempo as coisas mudaram, e mudaram para melhor!

A NOVA ERA DAS VIAGENS

Se no passado gastava-se horas procurando um bom hotel pelo telefone ou mesmo pela internet, hoje não é mais assim. Agora, a primeira dica assim que se pensar em viajar é aproveitar a tecnologia em seu favor.

A internet possui várias ferramentas que facilitam o planejamento de qualquer viagem e, hoje, muitos sites trabalham para isso. Na maioria deles, basta digitar

a cidade para onde se deseja viajar e o valor que se pretende gastar para aparecerem várias opções de estadia. Gostando de uma das sugestões, com um simples cartão de crédito na mão você já garante a sua reserva.

E a promessa desses sites é atraente não só pela facilidade, mas também pela economia. Eles garantem que conseguem um preço melhor para você do que se procurasse diretamente com o hotel, hostel, resort, aluguel de temporada ou pousada desejada. Cá entre nós, nem sempre é assim que funciona, mas geralmente não ficam mais caros também.

E mais, você também pode filtrar a sua busca escolhendo ver apenas quartos para solteiro, casal, triplo, ou se faz questão de wi fi, piscina, dentre outras amenidades. Dentre os principais sites de busca estão De-



Site de compra coletiva Peixe Urbano.

colar, Trivago, Viajar Barato, Hotel Urbano, Booking, Hotels.com e Expedia, mas há outros no mercado.

SITES DE COMPRAS COLETIVAS

CONTINUA NA PÁGINA 7

Nutriideal faz sua festa mais gostosa!



Sua festa com praticidade

KIT 1 - 8 PESSOAS R\$ 118,00

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

KIT 2 - 12 PESSOAS R\$ 158,00

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

KIT 3 - 16 PESSOAS R\$ 225,00

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

KIT 4 - 20 PESSOAS R\$ 265,00

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

KIT 5 - 30 PESSOAS R\$ 378,00

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

KIT 6 - 50 PESSOAS R\$ 555,00

- 500 Salgadinhos
- 12 Refrigerantes (2L)
- 1 Torta retangular
- Guardanapos e copos
- 1 Vela estrela de prata

Aceitamos Encomendas



Rua Uruguai, 151
Tijuca

2208-4908

MARCENEIRO SAMUEL

SOB MEDIDA PARA CADA CLIENTE

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



FAÇA ORÇAMENTOS E PROJETOS CONOSCO

3770-0346 | 99694-9895 | 99237-1970
www.samuelmarceneiro.com.br

INFORMÁTICA PARA A TERCEIRA IDADE (INTERNET)

AULAS INDIVIDUAIS COM HORA MARCADA

EXECUTAMOS TODO E QUALQUER
TRABALHO DE DIGITAÇÃO

FAZEMOS

IMPOSTO DE RENDA

De 2ª a 6ª feira - 10 às 17 horas
Av. 28 de Setembro, 252 casa 01 - Vila Isabel
Tel. 2576-7580 / 97622-2521
nazarethwilma@gmail.com

Amil

Unimed

Amil
Dental

Golden
Cross

SulAmérica

SAÚDE
ASSIM

Bradesco
Saúde

Atendemos em sua residência ou em seu local de trabalho.

NOSSO CLIENTE
EM 1º PLANO

Aproveitamos
sua CARENÇA

Ronaldo Lima
Fixo: 4104-5859
99481-8649

DELÍCIAS CASEIRAS

DELÍCIAS DO NORDESTE

CUSCUZ DE COCO

Ingredientes:

um quilo de coco fresco ralado em fita, um prato raso com açúcar, uma pitada de sal, um pacote de tapioca, mais ou menos dois litros de leite e um vidro de leite de coco.

Modo de fazer:

ponha dois litros de leite para ferver. Numa bacia coloque o coco ralado (separando um pouco para cobrir o cuscuz), o sal, o açúcar e a tapioca. Misture tudo muito bem. Quando o leite ferver, vá jogando-o nesta mistura até ficar molhada e a tapioca cozida. Passe para um tabuleiro grande, cubra com um pano de prato ou toalha de mesa e deixe esfriar. Depois de frio leve o cuscuz à geladeira. Na hora de servir faça pequenos furos na parte de cima do cuscuz, jogue o leite de coco em toda a sua extensão e salpique o coco ralado reservado por cima.

BOMBOCADO DE FUBÁ

Ingredientes:

uma lata de leite condensado, uma lata com leite de vaca, um vidro com leite de coco, um pacote de coco ralado, quatro ovos, duas colheres (sopa) de farinha de trigo, três colheres (sopa) bem cheias de milho, uma colher (sopa) de fermento em pó e uma colher (sopa) de margarina.

Modo de fazer:

bater todos os ingredientes no liquidificador e despejar num refratário quadrangular ou tabuleiro untado e forno baixo por mais ou menos quarenta e cinco minutos.

BOBÓ DE CAMARÃO

Ingredientes:

um quilo de aipim, um quilo de camarões, um tomate, uma cebola, um dente de alho, um pouco de pimentão, azeite e leite de vaca o quanto for necessário.

Modo de fazer:

descasque, lave e cozinhe o aipim com água e sal; reserve. Descasque os camarões e limpe-os. Numa panela, coloque um pouco de azeite, deixe esquentar e ponha o tomate bem picadi-

nho, a cebola ralada, o alho processado e o pimentão picadinho. Refogue bem e depois acrescente os camarões com um pouco de sal. Deixe cozinhar por mais ou menos três minutos. Quando o aipim estiver frio escorra a água e coloque-o no liquidificador para bater com a quantidade de leite necessária. Depois de batido, coloque este creme numa panela e leve ao fogo para engrossar. Só então junte os camarões refogados, misture tudo muito bem e desligue o fogo.

ANUNCIE AQUI

APENAS R\$ 64,90
por edição

LIGUE AGORA: 3681.5302

*Contrato de 3 edições/meses.

** Por 4 meses o valor fica em 54,90.

ESCONDIDINHO DE AIPIM

Ingredientes:

um quilo de aipim, um pouco de leite de vaca, uma caixa de creme de leite e um pouco de manteiga com sal.

Modo de fazer:

cozinhe o aipim e depois o esprema. Ponha-o numa panela com o leite, a manteiga e o creme de leite. Leve ao fogo mexendo sempre até se transformar num creme. Num refratário, coloque metade do creme, o recheio desejado e, por cima, o restante do creme. Jogue bastante queijo ralado por cima e leve ao forno para gratinar.

Sugestões de recheio: camarão refogado, carne seca desfiada, carne moída e outros a gosto.

ANUNCIE AQUI

ESTE ESPAÇO PODE SER SEU

SUPER PROMOÇÃO!

Só R\$ 149,90

por mês em contrato de 6 meses
(com direito a uma matéria)

R\$ 179,90

por mês em contrato de 4 meses

- Aceitamos cartão de crédito.
- Contrato à vista com 10% de desconto
- Direito a matéria*
- Criação de arte incluída.

* contrato acima de 5 meses.

Ligue 3681-5302 98898-5670

Criolipólise

A destruição da gordura
por congelamento!

Nossa equipe é habilitada e possui formação técnica para realizar este procedimento.
Prepare-se para o verão!

Consulta
Nutricional
+ Tratamento

por um preço especial!*

* Ligue e confira nossos valores promocionais e facilidades de pagamento.



Rua Silva Pinto 49 . Sobreloja 205 . Vila Isabel
Tel.: 21 3594.0070 / 96015.4820

AGUAMAKI

Conserto de máquinas de lavar
Peças Originais | Visita Grátis
Garantia de 1 ano
Pagamento facilitado.



Tel. 3228-9471 / 2298-3775 / 99156-9782.
Rua Souza Cruz, 109 - Andaraí.

ALD SINTEKO & PINTURA

CNPJ: 21.972.455/0001-49

Sinteco sem Cheiro e sem Poeira
Sinteco com Brilho | Fosco | Acetinado
Sinteco e Verniz Poliuretano
Descoloração | Clareamento
Pintura, Texturas em Geral
Fino Acabamento

SUA SATISFAÇÃO É O
NOSSO COMPROMISSO!

André Luiz Casemiro
97017-6740 / 97017-6781 / Comercial: 3932-7309
www.aldsinteco.com.br

CRECHE ESCOLA

Be
HappyO ANO AUMENTA.
A MENSALIDADE NÃO.

ESTUDE EM 2016 PELO PREÇO DE 2015.

Multiplicando
Inteligências
do Berçário até
a Pré-Escola.BILINGUE - MONITORAMENTO POR CÂMERAS
MODERNA ÁREA DE TECNOLOGIARua Justiniano da Rocha, 406 - Vila Isabel
www.crechehappy.com.br **2567-7412****ANUNCIE AQUI****APENAS R\$ 179,90**
*Contrato de 3 meses. por edição**OU R\$ 129,90**
*Contrato de 6 meses. por edição

Se você leu, seus clientes também vão ler!

Público da Zona Sul
(Botafogo, Humaitá e Urca)**LIGUE AGORA: 3681.5302**

TRAZENDO O MUNDO ATÉ VOCÊ

Você está com perda de audição?

Conheça nossos produtos:

**APARELHOS AUDITIVOS DIGITAIS
A PARTIR DE R\$ 1.500,00.**

AGENDE SEU ATENDIMENTO PERSONALIZADO.

NÃO PERCA MAIS NENHUMA CONVERSA!

PHONOLAB SOLUÇÕES AUDITIVAS LTDA.

Telefones: 2298-2194 / 97974-8112

Rua Desembargador Izidro, 18

Edifício Tijuca In - Sala 912

www.phonolab.com.br



APARELHOS AUDITIVOS DIGITAIS OTICON E RESOUND

**Oferecemos 10% de desconto com a apresentação
do jornal ou o recorte do anúncio.
Cobrimos qualquer orçamento.**

www.cidp-cro.com

Contribua com o avanço da
ciência, seja um de nossos
participantes!

A fim de avaliar as futuras inovações na indústria cosmética, o CIDP, um centro de pesquisas com mais de dez anos de atuação no mercado, busca participantes que queiram testar cosméticos, como protetores solares, hidratantes, desodorantes, cremes antirugas, maquiagens e produtos para cabelos. Ao participar de testes clínicos, você obtém os benefícios dos produtos e ainda contribui com o avanço da ciência.

Para saber mais, entre em contato pelo telefone
2222-0480 ou através da nossa página no**CIDP** CENTRE INTERNATIONAL DE
DEVELOPPEMENT
PHARMACEUTIQUE

BRASIL • INDIA • MAURITILUS • ROMANIA • SINGAPORE

SITES DE COMPRAS COLETIVAS E O TRIPADVISOR

Fotos: Correio Carioca



Nova Friburgo Country Clube, em Friburgo-RJ.

Tripadvisor: avaliação de hospedagem, restaurante e atrações.

Outra boa opção são os sites de compras coletivas, como o Groupon e o Peixe Urbano, que a toda hora enviam para o seu e-mail uma proposta de viagens em promoção para diversos lugares, geralmente com hospedagem e passagem incluída. Há ofertas até de cruzeiros nacionais e internacionais. Os pontos negativos são que os destinos em promoção são aleatórios, geralmente o tempo de viagem é curto e a promoção pode pintar a qualquer momento, inclusive quando você já tiver fechado algum outro pacote.

TRIPADVISOR

Mas talvez a maior revolução da internet para quem gosta de viajar seja o famoso site Tripadvisor. Ele é o principal site de avaliação de cidades, passeios, restaurantes e sobretudo hospedagens. Quem avalia são os próprios usuários dos serviços em questão, e encontra-se comentários de todo o tipo, alguns com dicas. O próprio Trip calcula a média das notas atribuídas, o que já serve de base para saber se vale à pena ou não ficar naquela hospedagem pesquisada. Sem falar que

you can read every comment and have a base even better. Now no one travels in the dark and the surprises have diminished quite a bit.

Another advantage of Tripadvisor is that it gives you the lowest prices of all those search sites that



Viaje à Porta do Sol, na pág 8!

ANUNCIE AQUI

APENAS **R\$ 64,90**
por edição

LIGUE AGORA: 3681.5302

*Contrato de 3 edições/meses.

** Por 4 meses o valor fica em 54,90.

lamos há instantes, poupando seu trabalho ainda mais.

Outra vantagem dessa ferramenta é que você pode pesquisar também passagens aéreas. O mesmo serviço é oferecido pelo site Submarino e pela Americanas.com, por exemplo. Entre outras palavras, se você quer viajar já para o próximo feriadão e achava que seria difícil, basta um computador, ou mesmo um smartphone, e um cartão de crédito, para lhe provarem o contrário. E boa viagem!

ANUNCIE AQUI

PROMOÇÃO!

R\$ 84,90
por mês em contrato de 5 meses
(com direito a uma matéria)

R\$ 94,90
por mês em contrato de 4 meses

R\$ 104,90
por mês em contrato de 3 meses

A metade deste tamanho
por apenas **R\$ 54,90 !!!**

Ligue 3681-5302

VÁRIAS PROMOÇÕES!

ÓTICA MEGA IMPERIAL

ÓCULOS A PREÇO DE FÁBRICA!

ARMAÇÕES NACIONAIS E IMPORTADAS
LENTE DE TODOS OS TIPOS PRESCRITAS PELO MÉDICO

CONVÊNIO COM MÉDICO PARTICULAR

Descontos especiais para aposentados e pensionistas de até 20%

NA COMPRA DE MULTIFOCAL GANHE 1 SOLAR OU UMA LINDA BOLSA

PAGAMENTO EM 6X SEM JUROS

PREÇOS POPULARES
ORÇAMENTO S/ COMPROMISSO
ACEITAMOS CARTÕES E CHEQUES PRÉ

(21) 2568-5914

Bv. 28 de Setembro, 226/111
Vila Shopping - Vila Isabel - RJ

Patrícia Zaidan

Crefito 2/151750-F

Especialista em Fisioterapia Pélvica
Mestra pela UERJ

Atendemos homens, mulheres e crianças.

Tel.: 21 2253-8968
Cel.: 21 98529-1800
patriciazaidan@gmail.com

MEYRELLES INSTALAÇÕES LTDA.

Assistência Técnica

Volare arge SPIRIT

Instalação e Manutenção de Ventiladores de Teto e Ar Condicionado (Split e Janela) (com garantia).

2669-0673 / 3091-5760 / 2662-1004

JOÃO PESSOA, A “PORTA DO SOL”

Agradável clima tropical, lindas praias e o ponto mais oriental das Américas. Tudo reunido na capital do Estado da Paraíba

Fotos: Antonio da Silva



Praia de Tambaba .



Ponta do Seixas.

Por Antonio da Silva

Uma das capitais mais visitadas do Nordeste, João Pessoa oferece muitos atrativos para os turistas: belíssimas praias, restaurantes de culinária típica da região, calor durante quase todo ano e uma curiosidade, nas proximidades do centro da cidade está localizado o ponto mais oriental do continente, a Ponta do Seixas.

Além das exuberantes belezas naturais, a prefeitura e os moradores do município se preocupam com o meio ambiente, mantendo diversas áreas verdes bem preservadas. Além disso, João Pessoa, que conta atualmente com pouco mais de 700 mil habitantes, tem a tradição de ser uma cidade limpa, proporcionando a seus habitantes uma

excelente qualidade de vida, e a seus visitantes, responsáveis pela principal fonte de receita do município, agradáveis períodos de repouso na cidade.

As praias mais famosas da belíssima região são Tambau e Cabo Branco, situadas próximas ao centro. Localizada no município vizinho de Conde está a famosa praia de Tambaba, procurada por praticantes de nudismo de todo Brasil. A região litorânea de João Pessoa apresenta uma curiosidade: nela, a poucos quilômetros do centro da capital, está situada a Ponta do Seixas, ponto continental mais oriental de todas as Américas.

Além dos atrativos naturais, João Pessoa também possui importante e bem preservado centro histórico.

Jampa, como é conhecida na região, é uma das cidades mais antigas do Brasil. Foi fundada em 1585, com o nome de Nossa Senhora das Neves. Seu nome atual foi colocado em 1930 em homenagem ao homônimo político do estado assassinado no mesmo ano.

Como não poderia deixar de ser, a cozinha típica paraibana está muito bem representada nos restaurantes da capital. Dentre os pratos característicos do lugar, destacam-se a buchada de bode, a carne de sol, a macaxeira, a cabidela e o bolo de milho. A comida da Paraíba, a exemplo do que acontece em quase todos estados brasileiros, é resultado da saborosa mistura de ingredientes indígenas, africanos e europeus.

ANUNCIE AQUI

APENAS R\$ 179,90

*Contrato de 3 meses. por edição

OU R\$ 129,90

*Contrato de 6 meses. por edição

Se você leu, seus clientes também vão ler!

Público da Zona Sul
(Botafogo, Humaitá e Urca)

LIGUE AGORA: 3681.5302

CAAESM

CENTRO DE AVALIAÇÃO, ATENDIMENTO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

Centro de Avaliação, Atendimento e Educação em Saúde Mental oferece:

Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para Crianças, Adultos, Idosos e Casais.

Coaching.

Orientação e Reorientação Profissional.

Avaliação Neuropsicológica e Psicológica.

Estimulação Cognitiva e Reabilitação Neuropsicológica.

Parcerias com Empresas e Escolas.

Clínica Social - *Inscrição através do site.*

Contato:

www.caaesm.com.br

contato@caaesm.com.br

99503-6466 (Alessandra)

96523-3264 (Juliana)

98772-0152 (Marseylle)

Sexo sem Mistério



SUSTO OU FANTASIA?

Existe uma enorme variedade de se fazer sexo. Alguns gostam de lambidas, outros de mordidas. Tem os que preferem ser amarrados e os que preferem dominar. Entre as variedades estão as fantasias. Cada um com suas preferências e níveis de tolerância.

Você pode até achar isso um tanto perverso já que o nosso costume é acreditar que o sexo deve ser algo pleno e sem artifícios. Mas não é bem assim. Ainda que perturbadora,



a fantasia íntima do estupro é recorrente na imaginação de muitas. Fantasia faz parte de um desejo temporário e aqui, tal ideia traz em seu bojo a sensação de ser domada por alguém em quem se confia, controlando a situação. Fantasias são saudáveis e libertadoras. Uma forma de obter prazer enquanto se mantém protegida. Um mundo criado onde as luzes podem ser acessas e a cena terminar no próximo segundo. O que isso quer dizer? A revelação de uma ilusão narcisista de ser atraente ao ponto de impedir que o homem contenha sua lascívia. Apesar disso, não podemos deixar de lembrar que a ideia da dominação dos homens é quase um arquétipo. São eles que marcam o território, ainda que não precisem fazer xixi no poste.

Mas somos seres sociais e precisamos da permissão para 'invadirmos o território' do outro. Ainda que a ideia seja ter um brutamonte na cama, essas mulheres preferem um cara carinhoso fora dela. E essa é a ideia

da fantasia: poder brincar com os personagens mas não levá-los para fora da cama, ok?

Sexo e violência? Sexo com aventura? Cada um entende da forma como quer ou como pode. Mas antes de qualquer coisa

pare, pense e não ultrapasse se o sinal estiver vermelho. Não faça nada que sinta que não pode ou não deve, mesmo que o desejo seja forte. Na dúvida, explore com calma e cuidado mas pare tudo se mudar de ideia.

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/ 7949-7233.

GOSTA DE VIAJAR? VEJA A PÁGINA 12!

R. R. B. Reparos e Reformas Bandeira

**Bombeiro
Eletricista
Pintor
Ladrilheiro
Gesseiro
Gazista
Pedreiro**

SERVIÇOS:

Aumento de carga junto à Light, Desentupimento rotorápido e limpeza de caixa d'água, instalação elétrica, instalações hidro-sanitárias, instalações lógica e dados, construções e reformas, alarmes, circuitos de TV e interfonos, refrigeração, galpões e coberturas, conservação de fachada.

Fones:

3256-1372 | 3149-8988 | 99553-2777
98282-6722 | 7712-5679 (Nextel)

rbrformasbandeira@gmail.com

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



Pilates na terceira idade!



Alívio das dores

Maior percepção dos movimentos

Fortalecimento muscular

Maior equilíbrio

Aumento da flexibilidade

Alívio do stress

Melhora da auto-estima

www.facebook.com/fisioport

Rua Silva Pinto, 49 . Sl. 205 . Vila Isabel
Tel. 35940070 | 960154820

AGENDE SUA AULA
EXPERIMENTAL GRATUITA!

fisioport
pilates . estética

Fisioterapia & Terapia

Imagem Ilustrativa.



Acupuntura •
Auriculoterapia •
Fisioterapia Geral •
Dermato Funcional •
Drenagem Linfática •
Plataforma Vibratória •
Fisioterapia Oncológica •

• Terapia Floral
• Parapsicologia
• Psicologia



ESPAÇO
**saúde &
vitalidade**
CENTRO TERAPÊUTICO INTEGRADO

Av. 28 de Setembro, 44 / 304 - Vila Isabel - RJ
www.espacosaudedevidualidade.com.br
(21) 2204-8091 / 98264-9845

ESTACIONAMENTO GRATUITO

GASTRONOMIA E LITERATURA

O ritual de obter, preparar e consumir alimentos já era registrado em desenhos nas cavernas. Desde o surgimento da escrita, a culinária inspira aqueles que fazem das letras o seu ofício.

O escritor francês Proust viajou no tempo e reviveu memórias da infância ao experimentar os bolinhos madeleines, símbolos de sua obra literária.

Carlos Drummond de Andrade descreveu em detalhes uma tarde de 1916 em que, ainda garoto, tomado por curiosidade e enorme expectativa, experimentou um sorvete de abacaxi na melhor confeitaria da pequena cidade mineira onde nasceu. Experimentou e narrou em conto o sofrimento de ter que tomar até o fim a estranha sobremesa, que odiou. Entre os personagens de Monteiro Lobato, quem não se lembra da cozinheira “de mão cheia” cujos quitutes davam sabor ao Sítio do Pica-pau Amarelo – “quem comia uma vez os bolinhos de polvilho de Tia Anastácia não podia sequer sentir o cheiro de bolos feitos por outras cozinheiras”. O ritual das refeições familiares e coletivas é cenário de tantos acontecimentos na ficção. Alimentos afrodisíacos apimentam romances sensuais, enquanto diversos escritores revelam ao mundo rituais religiosos, costumes e comidas típicas vindas de feiras e mercados regionais, e até receitas, patrimônio imaterial transmitido através de gerações.

O jantar romântico que antecipa a conquista, o preparo de refeições requintadas para marcar uma ocasião especial, os excessos, a gula – a gastronomia está presente na descrição minuciosa de pratos e banquetes feita por aqueles que enxergam poesia no ritual de cortar cebolas, no picar legumes, no odor que se desprende das panelas fumegantes. São inúmeros os artistas que se valem da escrita para traduzir o significado da cozinha nas emoções humanas. Além de nutrir e proporcionar prazer, a comida sempre esteve associada a celebração e vida, e é ainda mais saborosa quando compartilhada com pessoas queridas.

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

FRIDA KAHLO: CONEXÕES ENTRE MULHERES SURREALISTAS NO MÉXICO

Ingressos gratuitos da exposição já estão disponíveis no site frida.ingresse.com

A CAIXA Cultural Rio de Janeiro apresenta, até 27 de março, a exposição Frida Kahlo: Conexões entre mulheres surrealistas no México, que reúne 30 obras da artista mexicana. Além dos trabalhos de Frida Kahlo – 20 óleos sobre tela e 10 obras em papel, entre desenhos, colagens e litografias – há cerca de 100 obras de outras 14 artistas, mulheres nascidas ou radicadas no México: María Izquierdo, Remedios Varo, Leonora Carrington, Rosa Rolanda, Lola Álvarez Bravo, Lucienne Bloch, Alice Rahon, Kati Horna, Bridget Tichenor, Jacqueline Lamba, Bona de Mandiargues, Cordélia Urueta, Olga Costa e Sylvia Fein.

A presidente da CAIXA, Miriam Belchior, afirma que essa exposição é um marco para a política de marketing cultural do banco. “Nos últimos quatro anos, o banco investiu mais de R\$ 298 milhões em cultura, sendo que, apenas em 2015, o investimento foi de R\$ 85 milhões. Trazer Frida Kahlo para nossas unidades está alinhado ao objetivo de entrar na rota de grandes exposições do país e poder proporcionar ao público brasileiro o contato com artistas renomados internacionalmente”, destaca.

SERVICO

Entrada franca (as senhas já podem ser retiradas no site frida.ingresse.com; e estão disponíveis, também, na recepção da CAIXA Cultural). Av. Almirante Barroso, 25 – Centro (Metrô: Estação Carioca). Tel: 3980-3815. Terça a domingo, das 10h às 21h. Acesso para pessoas com deficiência.

ANUNCIE AQUI

R\$ 24,90 por mês no contrato de 3 meses.
R\$ 21,90 por mês no contrato de 4 meses.
Tel. 3681-5302

INFO, ELÉTRICA, ELTRÔN, ADM.

TÉCNICO EM INFORMÁTICA E ADMINISTRADOR DE NEGÓCIOS

Conserto de Computadores | Manutenção de Computadores de Consultórios, Instalação e Montagem
João Gabriel Tenan: 98481-8471 | Tijuca

ENGENHEIRO ELÉTRICO E TÉCNICO EM ELETRÔNICA E ELÉTRICA

Horários:
14h a 19h

Conserto de Equipamentos Elétricos em Geral
Maurício Marandino | 2572-2169
Rua General Espírito Santo Cardoso - Tijuca

TÉCNICO EM INFORMÁTICA E TRADUTOR INGLÊS

Vitor Tenan Barros: 2214-5311 | Tijuca

LAUDOS DE AUTOVISTORIA

AUTOVISTORIA PREDIAL

• Laudo de Autovistoria • Licenciamento de Obras
• Laudo de Reformas com ART • Perícias e Laudos para Justiça
• Laudo de Avaliação de Imóveis • Assistente Técnico em Ações Judiciais
ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO | SERVIÇOS REALIZADOS EM VÁRIOS CONDOMÍNIOS
Tel. 98484-5047 / 2570-5047 | E-mail: cmarti2805@gmail.com
Engº Resp: Carlos Eduardo Martinelli

PARCEIROS DO CORREIO CARIOCA

Pegue seu exemplar nestes pontos e consuma seus serviços. Eles são recomendados pelo Correio Carioca e contribuem com o bairro.

EDIFÍCIO OPEN (Prédio Comercial)

Rua 28 de Setembro, 44 - Vila Isabel.

TEMPERO CASEIRO

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

CONDOMÍNIO VARANDAS DA VILA

Rua 28 de Setembro, 86 – Vila Isabel

JULIO'S COIFFEUR

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

SALÃO TOP VILA

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

CONDOMÍNIO VILA SPACE CENTER

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

PADARIA VILLAS GARDEN

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

VILA SHOPPING – GALERIA 226

Av. 28 de Setembro, 226- Vila Isabel.

ÓTICA APOLO

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

OFFICE PHOTOCOPY TRADE

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

VILA TRADE CENTER

Rua 28 de setembro, 389 – Vila Isabel.

VILA TRADE SQUARE

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

CENTRO EMPRESARIAL THE OFFICER.

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

CONDOMÍNIO VILA TRADE OFFICE

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

SEBO LIVROS EREVISTA – NOVOS E USADOS

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

LOJA EDUARDO - MERCEARIA

Rua Vega, 16, loja 02 – Tijolinho – Vila Isabel. 2578-7555

GALERIA SAN REMO

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

NUTRIDEAL TORTAS

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

CRIE FABRIK

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

ENCANTO DOS ORIXÁS

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

GRAJAÚ TÊNIS CLUBE

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

MUNDO VERDE GRAJAÚ

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

LOTERIA DO MATHEUS

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

RENASCER LOTERIAS

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

ANTUNES LOTERIAS

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

DISK KI-SOPA

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

LABORATÓRIO RICHET

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

LIVRARIA ELDORADO

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

LOTERIA CHIANELLO

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

VILA CENTER SHOPPING

Rua Silva Pinto, 49.

MARINA'S ADVANCED – INSTITUTO DE BELEZA

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

HOSPITAL DOS ÓCULOS

R. Conde de Bonfim, 310, lojas C e D - Tijuca. 2234-0265

CENTRO COMERCIAL SAENS PEÑA

R. Conde de Bonfim, 310 - Tijuca 2568-5993

EDIFÍCIO SAENS PENA MEDICAL CENTER

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

GALERIA THOR

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

ESPAÇO DAS ARTES DE A a Z

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

DENTISTA MONIQUE

Rua Major Ávila, 455 / lj G – Tijuca. Tel. 3474-4757

ESTRELUZ

Rua Santo Afonso, 153 / lj A – Tijuca. 3359-5305

CRECHE E ESCOLA PEQUENO POLEGAR

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

CONSULTÓRIO DENTÁRIO DR. RAFAEL

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

ELETRICISTA JAIR

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

AULAS PARTICULARES

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

IMANTADO DIGITAL

R. São Francisco Xavier, 228 B Tijuca. Tel. 2179-8236

GASTRONOMIA

PICOLÉ

ATACADO E VAREJO

A melhor sobremesa da sua festa!



Rua Maxwell, 185 - Lj. - Vila Isabel - Tel.: 99483-9561

GARRAFEIRA ROCK ROÇA

aonde você encontra

As melhores
CACHAÇAS

&

Os melhores
VINHOS de mesa

... de Minas,
daqui e dali...

da região de
São Roque - SP

Rua Maxwell, 185 - Lj - Vila Isabel | Tel: 99483-9561

SAÚDE

TERAPIA DO ESPARADRAPO

TRATAMENTO DE MEDICINA ORIENTAL

PARA A RETIRADA DE DORES

MARCIO DO ESPARADRAPO

(21)97929-4200

Facebook.com/marciodoesparadrapo

ATENDIMENTO NO GRAJAÚ E EM DOMICÍLIO

FISIOTERAPIA

Drª Viviane (Pós Graduada) | Crefito 4664-F

Fisioterapia Geral | Pós Operatório/Oncológico
Traumato | Acupuntura Estética



Atendimento em consultório ou a domicílio.
Pacotes promocionais.

Tel: 99492-1051
vivi_freitas1@hotmail.com



MASSAGEM AYURVÉDICA

Marize Almeida

Massagem relaxante

Cels.: 97933-9548 (Tim) / 99513-7789 (Vivo)

Harmonização do seu corpo

E-mail: marizesol51@gmail.com

Previne doenças

Atendimento em domicílio exclusivo para mulheres.

Viviane Gouvêa

PSICÓLOGA CLÍNICA
CRP 05/38362

(21) 99258-4645

viviane.gouvea@hotmail.com

Atendimento no Centro do RJ e Tijuca

SOM, IMAGEM E INFO

GRAVE TUDO EM DVD

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

FILMAGEM EM GERAL!

CaminhoDigital
Produção em vídeo

2537.0863 / 8829.4527

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

ANUNCIE AQUI! PROMOÇÃO!

R\$ 31,90

por mês no contrato de 4 meses

R\$ 34,90

por mês no contrato de 3 meses

Ligue 3681-5302.

AULAS

FISICAMENTE - AULAS PARTICULARES DE QUÍMICA E FÍSICA

- ✓ Acompanhamento individual ou em pequenos grupos
- ✓ Preparatório para concursos em geral
- ✓ Material didático individualizado
- ✓ Pacotes especiais com preços que cabem no seu bolso

Prof Daniela - Formada pela UFRJ - mais de 15 anos de experiência
Whatsapp: 99967-9015 - "GARANTA JÁ SEU SUCESSO!"

PROFESSORA MARIA JOSÉ SMITH

Não deixe para a última hora, estude já!!!!

-Aulas Particulares de Matemática

-Acompanhamento Escolar

Ensino Fundamental

Completo

Tel: 2288-8830 / 999217-0253 zeze@iis.com.br

RELIGIÃO E ESOTERISMO

LOJA ENCANTO DOS ORIXÁS

ORIENTAÇÃO ESPIRITUAL COM HONESTIDADE

"A alegria de sermos Umbandistas e Candomblecistas!"

UMBANDA - CANDOMBLÉ - ESOTERISMO
COBRIMOS QUALQUER OFERTA

VENDEMOS: AVON - NATURA - DE MILLUS - JEQUITI.

FUNCIONAMOS ATÉ ÀS 20H

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

DIREITO

ADVOCACIA

Equipe do Dr. Samir Rabelo, OAB-RJ, 101852

Consumidor, Cível, Trabalhista, Família,
Juizados Especiais, Consultas

Praça Tiradentes, 10/1.405, Centro, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 20060-070
Tel. 3049-8116 e 98196-8045 e e-mail: samirrabelo@hotmail.com



CLÁUDIA GUIMARÃES DE MOURA

- . Advocacia Preventiva . Consumidor . Inventários .
- . Litigioso . Previdenciário . Despejos . Contratos .
- . Divórcio e Inventário em Cartório . Alimentos . Guarda .
- . Usucapião . Plano de Saúde . Bancário . Trabalhista .
- . Acidentes de Trânsito . Juizados Cíveis . Gestão de Imóveis .
- . Indenização em Geral .

Ajusto o possível para permitir o acesso ao Judiciário.

Contato: 2254-8934 (Tim) / 99992-4400 (Vivo)

ADVOCACIA

Equipe do Dr. Roberto Garcia, OAB/RJ 195.944

Direito Civil e Direito do Consumidor (Telefone fixo e celular, TV por assinatura,
Internet, comércio varejista, linhas aéreas, energia elétrica, água,
gás, etc). Prestação de serviços para pessoas físicas e jurídicas.

Contato: (21) 99633-0415 / E-mail: adv.robortogarcia@gmail.com

ANUNCIE AQUI

R\$ 24,90 por mês no contrato de 3 meses.

R\$ 21,90 por mês no contrato de 4 meses.

Tel. 3681-5302

REVISOR E LIVROS

REVISÃO DE TEXTOS

Trabalhos acadêmicos, livros, jornais, revistas, sites,
materiais de divulgação, entre outros.

Revisão ortográfica e gramatical, formatação, orientação
textual (clareza, coesão, coerência, concisão etc.).

Orçamentos sem compromisso.

Profissionais formados em Jornalismo e Letras.

osrevisores@yahoo.com.br

(21) 98134-9196 / 3738-8251

PUBLIQUE SEU LIVRO

Contos, biografias, poemas e monografias.
Revisão ortográfica, gramatical, formatação, capa.

Ler Mais Editor - 99893-2202 ou 3228-8918

GRÁFICAS E PAPELARIAS



IMPRESSÃO

PAPEL ADESIVO A3 E A4 | FOTOGRÁFICO A3 E A4
PRETO A3 E A4 | IMÁ DE ANIVERSÁRIO | CAPA DURA
CAMISAS SUBLIMÁTICA | CANECAS PERSONALIZADAS
AZULEJO PERSONALIZADO | SQUEEZES PERSONALIZADO

RECARGA DE CARTUCHO
BROTHER 580
HP- 435-436-285

Cópias R\$ 0,08 acima de 100,
de um único original
Impressão R\$ 0,10 acima de 100
Serviços gráficos - Cartões visita

(21) 2179-8236 - 3592-2900 - 97655-4499
Rua Conde de Bonfim 831 Loja D - Tijuca

CONTABILIDADE

RABELO CONTADORES, CONSULTORES E AUDITORES INDEPENDENTES LTDA. - EPP

Contabilidade, Perícia Contábil, Constituição e Legalização
Empresas, Folhas de Pagamento, Imposto de Renda,
Planilhas Judiciais, Defesas etc.

Praça Tiradentes, 10/1.405, Centro, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 20060-070
Tel. 3049-8116 e 98196-8045 e e-mail: adm@rabelocontadores.com.br

REFORMAS

吳 WU - Consultoria Empresarial de Obras

PRA QUE ERRAR? CONTRATE A ESPECIALISTA PARA SEU SERVIÇO!

Acompanhamento Técnico Para Legalizações,
Consultoria Empresarial de Obras, Reformas em Geral
Residenciais e Comerciais, Auto Vistoria,
Construção e Outros Serviços Da Construção Civil.

Consulte-nos, TÉCNICA MEEI WU
(21) 7806-1515 | 2168-3575 | 99807-2456
E-mail: wuconsultoriadeobras@yahoo.com

Informe Publicitário

COLUNA DO TEATRO

É NO TEATRO QUE A GENTE SE RECONHECE!

Enquanto tudo parece estar em ritmo de festa ainda sob os efeitos da ressaca do carnaval, nada mais parece fazer jus a esse espírito festeiro do que a galera da Cia de Teatro contemporâneo. Uma turma que vive as várias facetas que o teatro tem, além do trabalho contínuo de pesquisa que realiza desde os primórdios da sua existência, e isso data 1998.

Promove a formação de grupos, diretores e atores todos comprometidos com a arte teatral que permite o desenvolvimento artístico e humano do indivíduo. É no teatro que crescemos com ética, respeito e companheirismo. É no teatro onde conhecemos nossas capacidades, onde nos desafiamos, onde descobrimos caminhos e refletimos sobre escolhas. É no teatro onde o sentido de troca realmente existe, conhecemos o outro e vivemos emoções verdadeiras e raras.

Esse mês a CTC lança sua primeira web série inspirada nas situações inusitadas que acontecem na vida amorosa das pessoas, a Web chama-se QUANDO A LIBIDO ATACA! e tem um tratamento super bem cuidado. Quem quiser pode ver através do canal da ctc no youtube.

Assim, a Cia de teatro reconhecida publicamente como entidade de utilidade pública, e reconhecida com mérito pelo MEC como escola de formação profissional de atores, abre inscrições para interessados nessa formação. É a primeira companhia do Rio de Janeiro com uma escola verdadeiramente profissionalizante, privilegiando a prática do ator e artista. É a única escola que oferece estágio aos



alunos dentro da Cia, onde o aluno tenha interesse em conhecimento.

Sede da Cia de Teatro Contemporâneo: Rua Conde de Irajá 253 – Botafogo. Tel. 21 2537-5204. Site: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br

ANUNCIE AQUI

APENAS R\$ 64,90

por edição

LIGUE AGORA: 3681.5302

*Contrato de 3 edições/meses.

** Por 4 meses o valor fica em 54,90.

ARARUAMA TERÁ NOVO PARQUE MUNICIPAL

Araruama terá, em breve, mais um local de lazer para seus moradores e um atrativo turístico para os viajantes. Trata-se de um parque a ser construído em área antes pertencente à TurisRio – Cia. de Turismo - entregue no fim de janeiro, em comodato firmado entre a Prefeitura da cidade e o Governo do Estado por tempo indeterminado.

A área de 17.100 mil m² está localizada no bairro Parque Hotel, que abrigava o antigo Camping Clube Brasil. A prefeitura de Araruama transformará esta área em um grande parque verde urbanizado, com orquidário, lago e estacionamento para os visitantes.

Para Nilo Sergio Felix, Secretário de Estado de Turismo, a cidade, pertencente a região turística da Costa do Sol, se beneficiará da área localizada em um local arborizado e criará mais um atrativo para os visitantes.

“Nossa missão é apoiar e auxiliar os municípios a incrementar a atividade turística em suas cidades. A área entregue à prefeitura é um estímulo para que Araruama acrescente a seu leque de atrativos um local voltado para a prática de ecoturismo, com possibilidades de atividades saudáveis para visitantes e moradores da região”.

A cerimônia de entrega da área à prefeitura ocorreu num sábado, na Praça de Eventos da Pontinha, localizada na Rodovia Amaral Peixoto, no centro.

transformação
integração abraço
BIODANZA processo afeto
dança vida conexão criatividade
vida vínculo música



...uma prática divertida em que música e movimentos corporais em grupo geram vivências integradoras para resgatar saúde, confiança e alegria de viver!

Agende sua aula experimental na Tijuca:

Licia Barretto - 2º f. ou 4º f. - **99862 5915**

Leila Almeida - 3º f. ou 4º f. - **98862 5333**

Clarice Goulart - 5º f. - **98129 6396**

em titulação - supervisão: Leila Almeida

www.biodanzacarioca.com.br

R. General Rocca, 778 / 809 - Saens Peña

POUPE SEU DINHEIRO:

Chave Programadora para ar condicionado

Economiza até 80% do consumo de energia do ar condicionado para 1 hora programada e 65% de economia para 2 horas programadas.

3137-1155

98532-9115 (Oi)

98072-8223 (Tim)



MONTAGEM E DESMONTAGEM DE MÓVEIS EM GERAL E PEQUENOS CONSERTOS



TEL: 98225-8146 | 99165-5309 | 3979-5189
(Alessandro)

M&F Pilates

Saúde para o corpo e para mente

Agora temos:
MASSAGEM TERAPÊUTICA RELAXANTE

- ★ Alongamento
- ★ Ansiedade
- ★ Aumento Capacidade Respiratória
- ★ Conscientização Corporal
- ★ Equilíbrio Flexibilidade Força Muscular
- ★ Stress
- ★ Trabalho de Corpo e Mente



Aqui nosso aluno tem
Desconto na primeira mensalidade e
Profissional com Certificação Internacional

Venha conferir

Rua Barão de São Francisco, 322 - Térreo - Vila Isabel

Tels: 3627-8339 | 97007-7749