

CORREIO CARIOCA®

entretenimento na medida certa

BOTAFOGO - HUMAITÁ - URCA

Novo site: www.correiocarioca.com.br

ANUNCIE! 3681-5302 ou 7923-5915
2ª a 6ª, de 9 às 19h

Desde 2003 | correiocarioca.com.br | Ano X | Nº 99 | maio de 2012
comercial@correiocarioca.com.br - twitter.com/correiocarioca

Foto: divulgação

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO



DO C.R. GUANABARA

Culinária

Novidades

Lasanha e Pavê de Pêssego e Coco. **Pág. 2** Educação, Direito e Viagem. **Pág. 5**

Sexualidade

Turismo

“Mas eu me mordo de ciúme”. **Pág. 6** A ensolarada João Pessoa. **Pág. 12**

Agenda Cultural

Melhor Idade

Show, cinema, boates. **Pág. 14** Informática. **Pág. 16**

“A QUADRILHA”

Ótima comédia teatral está em cartaz, na sede da Cia de Teatro Contemporâneo, em Botafogo. **Pág. 08 e 10**

CONSULTÓRIO DE PSICANÁLISE



Roberta Salles Gomes
CRP 05/41721

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

DENTISTA EM CASA

Telefones: 3970-5357 / 7176-2367

- ✓ Equipamento dentário móvel completo montado em sua residência ou em casa de repouso.
- ✓ Instrumental totalmente esterilizado (Autoclave)
- ✓ Profissional com 25 anos de experiência.

Dr. José Luiz Costa
CRO RJ 5155

Anuncie aqui apenas R\$ 100,00*

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

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

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.

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

ELA RECOMENDOU E ELE APROVOU!

Faculdade a distância
em Botafogo.

FACULDADE INTERATIVA CDC AGORA É

UNISEB
INTERATIVO
De longe, o melhor e mais completo.

Colégio Qi - UNISEB
Rua da Matriz, 63
Tel: 3439-9509
estudeadistancia.com
Vide página 10

SEGURADOS DA UNIMED
AUMENTO ABUSIVO AOS 59 ANOS

Se a sua mensalidade da UNIMED aumentou muito quando você completou 59 anos, saiba que esse aumento é abusivo e pode ser anulado em Juízo, inclusive com a devolução dos excessos pagos.

Fale conosco: Dr. Luiz Sá - Tel: 8261.9407.

Delícia Carioca

Por Terezinha Coelho

LASANHA AOS QUATRO QUEIJOS

Ingredientes: um ou dois pacotes de lasanha semi-pronta (dependendo do número de pessoas), um ou dois pacotes de queijo ralado.

Ingredientes molho: um copo de leite, duas caixas de creme de leite, uma xícara (chá) de queijo prato ralado ou partidinho, uma xícara (chá) de queijo provolone ralado, uma xícara (chá) de queijo parmesão ralado, uma xícara (chá) de queijo mussarela ralado e duas colheres (sopa) de manteiga.

Modo de fazer molho: coloque uma panela no fogo com a manteiga para derreter. Depois de derretida adicione o leite o creme de leite; deixe aquecer um pouco e só, então, vá juntando os queijos até eles engrossarem. Desligue o fogo.

Arrumação da lasanha: num tabuleiro ou refratário comprido coloque uma camada de massa de lasanha, cubra com o molho bem quente, salpique queijo ralado e, assim, sucessivamente até terminarem os ingredientes. Por último, se quiser, cubra com fatias de mussarela e leve ao forno tabuleiro coberto com papel alumínio para assar por vinte minutos. Então, retire o papel alumínio e deixe no forno mais alguns minutos apenas para gratinar.

PAVÊ DE PÊSSEGO E COCO

Ingredientes do pão de ló: quatro ovos (separando gemas e claras), uma e meia xícara (chá) de açúcar, uma xícara (chá) de leite, duas xícaras e meia (chá) de farinha de trigo e uma colher (sopa) de fermento em pó.

Ingredientes creme: meia xícara (chá) de amido de milho, duas xícaras e meia (chá) de leite, um vidro de leite de coco, uma lata de leite condensado, duas gemas sem a película, uma lata de pêssego em calda e um pacote de coco ralado.

Modo de fazer pão de ló: na batedeira, bata primeiro as claras em neve; continue batendo e junte as gemas, uma a uma, e o açúcar. Adicione então o leite e a farinha intercaladamente. Desligue a batedeira e ponha o fermento misturando-o com uma colher suavemente. Despeje essa massa em uma assadeira untada e forrada com papel manteiga. Asse em forno pré-aquecido por mais ou menos trinta minutos.

Modo de fazer creme: misture o amido de milho no leite; coloque numa pequena panela e junte o leite de coco, o leite condensado e as gemas. Leve ao fogo baixo e mexa sem parar até o creme engrossar. Montagem do pavê: num refratário retangular alterne camadas de pão de ló umedecido na calda do pêssego, do creme, de pêssegos picados e de coco ralado. Por último, polvilhe com coco ralado e leve à geladeira de um dia para o outro.



SISO OU TERCEIRO MOLAR

Os terceiros molares ou sisos, de todos os dentes são os que mais geram queixas por parte dos pacientes, seja porque estão nascendo, cariados, inflamados, fora de posição, de difícil escovação, entre outros.

Os sisos mesmo estando bem posicionados muitas vezes careiam, pois a escovação não alcança; mordem as bochechas podendo evoluir para lesões mais graves (câncer), causam desconforto devido a pressão exercida nos outros dentes. Quando mal posicionados (por falta de espaço) retêm alimentos, o que leva a cárie nele e no dente vizinho; incomoda a língua e também lesa a bochecha. E quando tem dificuldades de iruptar (nascer) ficam inclusos (dentro do osso) o que pode levar a um câncer, impedir ou até

dificultar alguns movimentos ortodônticos; ou ficar impactados (entre o dente vizinho e o osso) o que pode resultar em pressão e entortar dentes até então certinhos na arcada, dor e cáries por acúmulo de restos de alimento ou pressão, ou pôr a perder anos de uso de aparelho ortodôntico entortando dentes que já foram alinhados, ou provocar dor e inchaço por restos de alimentos entre o dente e o osso. Por isso em caso de qualquer dúvida ou incômodo procure seu dentista, pois ele saberá avaliar e solucionar ou explicar a melhor solução para o seu caso.

Até a próxima,
Dra. Renata Pescadinha

Colaborou: Dra. Ana Roseli

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

EXCURSÃO
De 10 a 13 de Junho de 2012

HOTEL RECANTO DAS HORTÊNSIAS

Em Passa Quatro e passeio a São Lourenço.
Almoço em Penedo.

COM PENSÃO COMPLETA

Guia de Turismo com registro EMBRATUR.
Ônibus de turismo, ar-condicionado, poltronas reclináveis, TV, vídeo, geladeira, WC, seguro e delicioso serviço de bordo.

Preço / pessoa - apto. std. trpl - 4 x R\$ 240,00 (ch. pré)
A vista R\$ 780,00

RESERVAS: Tels. 2551-0201 | 7881-6427 (Bebel) | Horário Comercial

HEITOR MOTTA DECORAÇÕES

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

3183.5337 / 9326-5351

Anuncie aqui apenas R\$ 60,00*

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

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

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.

PIZZARIA E LANCHONETE POINT DA PASSAGEM

"A melhor pizza do bairro."

PROMOÇÃO EM 5 SABORES
Portuguesa, Napolitana, Calabresa, Mussarela e Presunto
Só R\$ 18,00 - 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

PPanocheli

Onde até a massa tem sabor! **Pizzaria**

Entregas em Domicílio sem taxa.
Aberta diariamente de 18h às 2h.

Tel. 2286-9823 - Rua Voluntários da Pátria, nº 1 lj. 09 - Botafogo

QUENTINHAS

A PARTIR DE
R\$ 7,00!

- Trabalhamos Sábado
- Entrega em domicílio
- Pratos variados

**MINI QUENTINHAS
SÓ R\$ 5,00!**

Tel. 2543.0437 / 8198.6283



AULAS PIANO E TECLADO

Clássico e Popular

Myriam - 2275-8715 / 8265-0082

GRAVE TUDO EM DVD

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

FILMAGEM EM GERAL!

2537.0863 / 8829.4527

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

QUENTINHAS

SOROCABA

R\$ 9,00 - 8 pratos variados de 2ª a 6ª feira.
5 opções de carne no sábado.

Às sextas-feiras, mini-feijoada por R\$ 11,00.



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

CABELOS QUE VOCÊ SEMPRE SONHOU

CABELO • MÃO DE OBRA: R\$ 290,00.

Profissionais especializados em Mega Hair.
Todo tipo de Implantes: Nó Italiano, Cola de Queratina e etc.
Cabelos mais volumosos e do tamanho que preferir.

Praia de Botafogo, 484 / lj. 16 - Botafogo
Tel. 3285.3343 / 9251.8574 / 8279.2741 / 7149.9582

VHS Para DVD LP para CD

CONVERTA SUAS FITAS DE RECORDAÇÕES EM VHS OU
FILMADORA PARA DVD. TENDO ASSIM MAIOR
DURABILIDADE NA PRESERVAÇÃO DAS SUAS IMAGENS.
TRANSFORMAMOS TAMBÉM SEU VHS OU FITA K7 EM CD.

CONVERTA SEU ÁLBUM DE FOTOS PARA DVD.
PREÇOS SOB CONSULTA. LIGUE-ME:

Sérgio Alves

Tel.: (21) 2535-5358 / (21) 9142.4780

Consultório de Psicologia

Patrícia Adnet

Psicóloga | CRP 05/34198

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

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

atendimento: botafogo e barra

2527.6005 | 9968.3363 | www.patriciaadnet.com

MAR & MONTANHA

VIAGENS E TURISMO LTDA.

Aqui você vai longe!

16 dias/14 noites - Roteiro Exclusivo: Madrid, Toledo, Segóvia, Ávila, Salamanca, região da Galícia, Norte de Portugal, Coimbra, Tomar, Fátima, Alcobaca, Óbidos, Lisboa - 5 Refeições, Ingressos, Seguro-viagem, Guia Brasileiro, Guias Locais. A partir de € 3.192,00 - 30% entrada + 6 ou 9x.

VAMOS EMBARCAR NESSE TREM! SUCESSO DESDE 2010!
Viaje nos mais modernos trens da Europa e em PRIMEIRA CLASSE.
Seus roteiros à sua escolha: Frankfurt, Berlim, Praga, Munique, Heidelberg, Região de Champagne, Paris, Bruxelas ou Amsterdam.
20% entrada + 8 vezes.

CRUZEIROS PARA OS MAIS DIVERSOS DESTINOS:

Ilhas Britânicas - Croácia com Grécia e Turquia - Mar Negro com Ucrânia e Bulgária - Islândia e Groenlândia - Fiordes da Noruega. Entrada + 9x.

EUROPA EXCLUSIVAMENTE PARA JOVENS / JOVENS E SUAS FAMILIAS - Saídas 18 e 20/07 - Visitando: Espanha, França, Bélgica, Holanda e Portugal - Disney Paris. A partir de 10x US\$ 572,50.

PARQUE NACIONAL DA SERRA DOS ÓRGÃOS - 19 DE MAIO - SÁB.
Na sub-sede, visita ao Museu Von Martius. Parada para foto do Dedo de Deus, Fonte Judith, Passarela Suspensa e Farinha de Teresópolis. Visita e degustação na Crêmerie Genève. 2 X 95,00 - Transporte, ingresso, guia, serviço de bordo

JARDIM BOTÂNICO - 9 DE JUNHO - SÁB. - Redescubra o Jardim Botânico. Faça o passeio com outros olhos. Tempo livre no Baixo Gávea para almoço. R\$ 65,00 - Transp, ingresso, serv. bordo, guia.

RESERVAS

Silvia Carneiro: 8132 7532 / silvia.mmtour@gmail.com
Eduardo Rodrigues: 7939 4201 / eduardo.mmtour@gmail.com

LAVANDERIA

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

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

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

CASA DO TANGO

Direção Alice Vasques & André Carvalho

- Aulas em grupo e particulares.
- Nova turma de Tango: 4ª feira, das 19h às 20h30

AULA ABERTA DIA 28 DE MARÇO

Rua da Passagem, 172 / 3º piso
Botafogo.
3586-5473 / 3435-8948 / 9866-4489
alfovasques@gmail.com

Desconto para casais
Levando o jornal
desconto de 50%
na mensalidade dos
2 primeiros meses

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

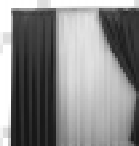
Matrícula Grátis - Salas Climatizadas

Tel. 2543.4931 - www.academiaaptus.com.br
Av. Repórter Nestor Moreira, 42 - Botafogo
(Dentro do Clube de Regatas Guanabara)

REFORMA DE ESTOFADOS & VENDA DE CORTINAS E PERSIANAS

GIA DESIGN

Qualidade e Pontualidade



Venda de Estofados Novos sob Medida

Venda e Instalação Persianas Verticais
e Horizontais

Projetos de Decoração

Venda de Tecidos para Decoração
(mostruários)

Tel. 2256-8632 / 9985-3044 / 9359-8006
jorgesouzabastos@gmail.com / ricardowagnermarques@gmail.com

Phelipe
Henriques

Aulas de Violão e Guitarra

Iniciantes
Intermediários
Avançados

Músico formado pelo
Conservatório Brasileiro de Música
(CBM)

www.myspace.com/phelipehenriques

Tel.: 2238.0882
Cel.: 8505.7121

COLUNA VELHOS CARIOCAS

Saúde na
Melhor IdadeDETALHES QUE FAZEM MUITA
DIFERENÇA

Existem lugares que nos passam uma sensação agradável e outros, que nos fazem sentir certo desconforto. Provavelmente, se estivermos bem com nós mesmos, não acharemos nenhum lugar desconfortável. Porém, estudiosos afirmam que o nosso humor também pode sofrer influência dos ambientes. As cores, os movimentos, as pessoas, os animais, a natureza, os aromas e os sons, são estímulos muito importantes para os seres humanos.

A Dignus Arte de Viver (www.dignus.com.br), casa que oferece hospedagem e serviços especializados para a terceira idade, localizada em Botafogo, fica sempre atenta aos detalhes dos seus ambientes, para oferecer maior segurança e bem estar aos idosos. A casa utiliza cores e perfumes suaves que harmonizam os ambientes, personaliza os seus espaços com fotos de artistas e paisagens antigas, enfeites e mensagens, que nos dizem coisas interessantes. Tal atenção faz muita diferença, pois as pessoas não precisam apenas de comida, roupas e remédios, elas precisam de compreensão e amor. Para complementar a harmonia da casa, a Dignus oferece também, diferentes ati-



dades ligadas à arte e à saúde, como oficinas de arte; oficina de música; piano dançante; atividades lúdicas; cineterapia; ginástica personalizada; alimentação balanceada por nutricionista; acompanhamento médico e psicológico; equipe de enfermagem; cuidadores de idosos; passeios e festas.

Os idosos podem residir ou frequentar a Dignus na modalidade de Centro-Dia/Horas. Para quem deseja ser cuidador de idosos, as inscrições para o próximo curso já estão abertas pelo tel 21 2542-9299, pelo e-mail dignusartedeviver@terra.com.br ou na recepção da Dignus. Entre em contato com a Dignus e tenha uma vida rica em detalhes que fazem a diferença.

Apoio:



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

COLUNA PSICANÁLISE

por Roberta Salles Gomes

DEPRESSÃO E TRATAMENTO

A depressão é um tema muito atual e de enorme incidência. Há muito tempo tem-se estudado a temática, havendo uma série de conceitos, compreensões e mesmo formas de tratamento que são sugeridas pelas diversas abordagens terapêuticas.

De acordo com dados hospitalares, a depressão é uma doença que atinge, aproximadamente, 24 milhões de pessoas na América Latina e Caribe e tem seu início, geralmente, entre os quinze e vinte e quatro anos de idade. Para cada homem, há duas mulheres que sofrem da doença. Entre 40 e 60% dos casos de suicídio, há relação com a depressão. Outro dado interessante é que homens depressivos morrem quatro vezes mais por suicídio que mulheres. Finalmente, apenas um em cada dez deprimidos procura ajuda.

Segundo informações médicas, a depressão é um problema relacionado à circulação dos neurotransmissores cerebrais. A depressão pode ser reativa a algum problema real, mas com o tempo vai se tornando física. Dentro de um modelo médico tradicional são apontados muitos sintomas da doença, destacando-se: desânimo, insônia, apatia, falta de vontade, pensamentos pessimistas, obsessivos, falta de concentração e memória, ansiedade e palpitações. Logicamente, os sintomas podem variar bastante de caso para caso.

Desde que escreveu o seu principal artigo sobre a temática ("Luto e Melancolia",

publicado no ano de 1917), Sigmund Freud, o pai da Psicanálise, deixou claro que se deve diferenciar alguns aspectos quando se procura uma compreensão das depressões, do ponto de vista da Psicanálise.

Diz Freud: "O luto, de modo geral, é a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante. Em algumas pessoas, as mesmas influências produzem melancolia em vez de luto; por conseguinte, suspeitamos que essas pessoas possuem uma disposição patológica". Dessa maneira, o autor esclarece que o luto, por mais intenso que seja, é uma condição normal da vida, assim não é algo patológico. Não deve ser submetido a um tratamento médico. O luto deve ser superado com o tempo, por mais difícil que isso possa ser.

Já em relação à melancolia, o psicanalista aponta para traços bastante característicos: desânimo profundo, falta de interesse no mundo, perda da capacidade de amar, diminuição da auto-estima e comportamentos de auto-recriminação. Para diferenciar o luto da melancolia, Freud diz: "A perturbação da auto-estima está ausente no luto. Afora isso, porém, as características são as mesmas".

Roberta Salles Gomes - psicanalista (CRP 05/41721) - R. Barata Ribeiro 774/507 - Copacabana. Dúvidas: 8858-9463 ou roberta_slg@hotmail.com

LAVO E PASSO ROUPAS

Promoção Camisa R\$ 7,00

EDREDON a partir de R\$22,00
SÓ PASSAR R\$ 18,00 por quilo

BUSCAMOS E ENTREGAMOS

2527-4375 / 3181-8165

Paulinho Celulares

>> CONSERTOS E ACESSÓRIOS EM GERAL

>> DESBLOQUEIO DE GSM



MOTOROLA NOKIA SAMSUNG LG T-Mobile 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

REVISÃO DE TEXTOS

Livros, monografias, teses, dissertações, resenhas, periódicos, folhetos.

Frida Landsberg . 9732-6141
frida.landsberg@gmail.com

INFORMÁTICA

- AULAS PARA 3ª IDADE - 60,00
- MANUTENÇÃO E CONSERTO DE COMPUTADOR - 80,00
- INSTALAÇÃO DE REDE WIRELESS - 80,00
- TROCA SISTEMA WINDOW-7, XP - 120,00
EXPERIÊNCIA DE 30 ANOS, MORO NO HUMAITÁ

TEL. 2266-4004 / 8645-8556 GUILHERME.



Dra Zenaide Augusta Alves

ADVOGADA - TÈC CONTABILIDADE

Revisão de Benefícios INSS
Família - Inventários

IMPOSTO DE RENDA PESSOA FÍSICA

Direito Imobiliário - Trabalhista

Consultas: marcar com antecedência.

Tel/Fax: 2517.3355 - Mail: zenaide_advogada@hotmail.com
Rua Senador Dantas, 117 - sala 711 - Centro - RJ

ANUNCIE AQUI!

Só

R\$ 30,00 por mês!*

Tel. 3681.5302 *contrato de 3 meses

SHARA COMÉRCIO DE LIVROS LTDA.

Nossa história.

Shara Comércio de Livros LTDA, fundada pela grande empreendedora Sonia Regina de Moraes e Silva, professora por profissão para comercializar livros didáticos da Rede Católica de Educação - RCE.

A REDE CATÓLICA DE EDUCAÇÃO criada sob a inspiração do Irmão Manoel Alves, Irmão Marista e grande educador, para produzir materiais didáticos que atendem desde a educação infantil até o ensino médio destinados a instituições de ensino católicas no Brasil, atendendo hoje a mais de 200 instituições no Brasil. A RCE é iniciativa de um conjunto de educadores católicos que se engajaram para torná-la realidade e o resultado da soma de parcerias estratégicas, de boa gestão dos recursos de que dispõe e da sua competente e experiente equipe diretiva, formada por qualificados profissionais, leigos e religiosos, de distintas congregações religiosas.

Fruto de longo processo de amadurecimento, reflexão e estudos técnicos, se constitui no conjunto de Mantenedoras e Escolas Católicas que se juntaram a parceiros institucionais e prestadores de serviços, para disponibilizar a instituições educacionais, a tecnologia educacional e o conjunto de serviços e produtos necessários para que preservem sua identidade e enfrentem o desafio do Mercado Educacional Brasileiro.

A SHARA LIVROS foi criada a pedido da REDE DE EDUCAÇÃO DAS MISSIONÁRIAS SERVAS DO ESPÍRITO SANTO, na pessoa de sua Presidente Irmã Maria Percila, no ano de 2009 para atender na distribuição e venda dos materiais didáticos da RCE para os 3 Colégios da Rede: Imaculado Coração de Maria (Meier/RJ), Nossa Senhora da Piedade (Encantado/RJ) e Stella Matutina (Juiz de Fora/MG). Este ano de 2012 estamos atendendo também o Colégio Santa Rosa de Lima (Botafogo/RJ), e a meta da SHARA LIVROS é a EXPANSÃO para outros Colégios.

Contato: sharalivros@bol.com.br - www.redecaticadeeducacao.com.br - www.ssps.org.br.

CUIDADOS NA RESCISÃO CONTRATUAL

Saiba como o trabalhador deve se precaver para não ser prejudicado.

Luciana Fernandes Corrêa, advogada da área trabalhista da Mavignier Advogados Associados.

É comum o trabalhador ter dúvidas na hora da rescisão contratual, devendo ficar atento para não receber valores inferiores a que tem direito. Em regra, a rescisão se inicia com o aviso prévio, que se dá com antecedência mínima de trinta dias, cujo objetivo é a comunicação por parte do empregador sobre sua intenção de dispensar o empregado.

O próximo passo é a assinatura da rescisão contratual, formalizada no estabelecimento do empregador, caso o tempo de serviço seja inferior a um ano ou, se superior, perante o sindicato da categoria ou em uma Delegacia Regional do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE).

Para a devida homologação, o chamado "acerto de contas" deve ser realizado dentro do prazo legal, qual seja, no primeiro dia útil após o último dia de trabalho ou, se o aviso for indenizado, em até dez dias depois da comunicação da dispensa, feito através de depósito bancário ou diretamente ao trabalhador na data da assinatura da rescisão, sob pena de multa. Neste momento, o empregador deve entregar a Carteira de Trabalho com todas as anotações, bem como os documentos para levantamento do FGTS e o Seguro Desemprego.

Mesmo que todos os direitos não tenham sido assegurados, o trabalhador deve insistir na homologação, solicitando ao representante do sindicato ou do MTE para ressaltar no Termo de Rescisão do Contrato de Trabalho que há outros direitos devidos, podendo, assim, receber os valores naquela data, ainda que incorretos.

Convém lembrar que o empregado terá o prazo de dois anos para reclamar os direitos faltantes perante a Justiça do Trabalho, após o término da relação empregatícia. Um profissional habilitado é sempre um passo importante nessas horas, afinal, todo direito deve ser respeitado.

Mavignier Advogados Associados - Av. N. S. de Copacabana, 1226, Gr. 1202 - Copacabana, Rio de Janeiro. Tel.: (21) 2522-0814 - Tel/Fax.: 2287-0213. <http://www.mavignier.com.br>

RONCATO

Grife italiana de malas e acessórios de viagem.



ESTILO É UMA ATITUDE!

RONCATO, grife italiana de malas e acessórios de viagem, projeta, desenvolve e produz uma grande variedade de produtos de uso diário e de viagens que são referência em todo o mundo.

Possuindo experiência e conhecimento técnico neste segmento, a RONCATO desenvolveu o modelo RONCATO LIGHT. Uma mala rígida em polipropileno 100% reciclável, com produção e linha de montagem que emitem menos CO2 no ambiente e que pesa em média 2 kg a menos que as outras marcas. Esta tecnologia inovadora é parte da política de RESPONSABILIDADE AMBIENTAL da empresa que reduz o consumo de energia elétrica, usa menos matéria-prima e, consequentemente, produz menos material de descarte. Tudo isto sem perder o seu design altamente arrojado tipicamente italiano.

Visite o site da RONCATO no Brasil e conheça este e todos os seus produtos em linha. www.roncatobrasil.com.br

CamisaItaloBrasileira

Camisas com estilo, para pessoas de bom gosto.



www.camisaitalobrasileira.com.br

camisaitalobrasil@libero.it | deabe@libero.it

Em exclusividade para a grande Rio e Belém.
Atendimento personalizado, gratuito, sob agendamento.

Via Pistelli, 2 | Interno 2 | Gambarela (FC) | 47035 | Itália
Fone: (39) 3467221961 | Fax: (39) 054757370 | Déa Teixeira
Av. Henrique Dodsworth, 133 | Interno 1701 | 22061-030 | Lagoa
Rio de Janeiro (RJ) | Brasil | Fone: (21) 8070.7100 | Déa Teixeira
Tax. Lauro Malcher, 139 | Condor | 66033-410
Belém (PA) | Brasil | Fone: (91) 9132.8714 | Dener Mendonça

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

ART DOS PÉS

QUALITY PRICE

TEMOS NÚMEROS ESPECIAIS!
MASCULINO E FEMININO!

Ramarim
Lançamento!
Couro



Bota
Piccadilly
Lançamento!



**** Lançamentos! ****

Sapatilha de couro
Lançamento!
Várias cores



Comfortflex
Couro



GARTÕES EM ATÉ 5 VEZES SEM JUROS

Tel. (21) 2527.1183

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

VOCÊ SABIA?

A ORIGEM DO DIA DAS MÃES

Já na Grécia antiga, na primavera, se festejava a data em homenagem de Rhea, a Mãe dos Deuses. Também há registros no século XVII, na Inglaterra, de dedicação do quarto domingo da Quaresma às mães das operárias inglesas.

Mas foi nos Estados Unidos que a escritora Ana Jarvis iniciou campanha para instituir o Dia das Mães como conhecemos hoje. Em 1905 ela perdeu sua mãe e entrou em depressão. Amigas perpetuaram a memória de sua mãe com uma festa e Ana quis que a festa fosse estendida a todas as mães.

A primeira celebração oficial aconteceu em 26 de abril de 1910, quando o governador de Virgínia Ocidental, William E. Glasscock, incorporou o Dia das Mães ao calendário. Outros estados aderiram.

Mas foi em 1914 que o presidente americano Woodrow Wilson unificou a celebração comemorando no segundo domingo de maio, por sugestão da própria Anna Jarvis. Mais de 40 países adotaram a data.

A ORIGEM DO DIA DOS PAIS

Também nos Estados Unidos, Sonora Louise Smart Dood criou o Dia dos Pais em 1909, ao ouvir um sermão dedicado às mães. A idéia era homenagear seu pai John Bruce Dood devido o grande esforço que tivera para criar os filhos sem ajuda de ninguém, após o falecimento da esposa.

Em 1910 ela enviou uma petição à Associação Ministerial de Spokane, cidade localizada em Washington, nos Estados Unidos e em 19 de junho do mesmo ano fo comemorada a data pela primeira vez, tornando-se festa nacional oficial em 1972.

Nos Estados Unidos, o dia dos pais é comemorado no terceiro domingo de junho. Outros países também comemoram na mesma data.

Mas no Brasil a comemoração é no segundo domingo de agosto e tem como autor o publicitário Sylvio Bherinh. Foi festejada pela primeira vez no dia 14 de agosto de 1953, dia de São Joaquim, patriarca da família.

Sexo sem Mistério

MAS EU ME MORDO DE CIÚME

Se a criança sente ciúmes dos pais pois é incapaz de viver sem seu auxílio, há quem diga que nesse caso, ele é um mecanismo adaptativo. Mas e como ficam os adultos? A menos que mantenham a insegurança num nível infantil, não teriam porque ter esse tipo de sentimento, certo? Errado. Quem nunca sentiu seu gosto azedo ainda que burro velho? Confuso, egoísta, contraditório, complexo, presente entre irmãos, nas relações no trabalho ou amorosa. Palavra de complicada tradução, às vezes mais fácil, ainda que difícil, de ser sentida. Se algumas teorias o propõem como uma emoção imatura, outras dizem que é uma expressão normal, sem traço de imaturidade ou neurose. Na verdade, ele pode ser revelado como um tempero da relação ou o seu veneno, o que não quer dizer necessariamente patológico. Vivemos num mundo incerto onde confiamos nos nossos sentidos para recolher informações e o medo de perder a ilusão de ser único na vida de alguém ou de ser substituído é que mascara a realidade dando novas cores e significados aos acontecimentos para os ciumentos.

Normalmente esse é seu lado negro, mas, além desse tem o lado adaptativo que

funciona como adubo para a relação. É um combustível para os parceiros que não tem a ver com posse mas com amor. É quando a dor nos alerta para uma ameaça verdadeira, quando a indiferença sexual não é um problema fora da relação, quando reunimos sinais e nos sentimos abandonados.

Pode-se chamá-lo por vários nomes: baixa auto-estima, imaturidade, insegurança. Fato que são poucos que conseguem ignorá-lo. Mas mesmo que não seja esquecido, é possível dominá-lo ao deixar de sofrer por aquilo que não se tem o controle. É importante se valorizar e aprender a confiar em si. E a reciproca é verdadeira: é importante valorizar e confiar no outro. Tendo isso na cabeça, é só correr pro abraço.

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!**

SHARA LIVROS

Revendedora
dos livros
didáticos da
REDE CATÓLICA
DE EDUCAÇÃO e
outras Editoras.

sharalivros@bol.com.br
Tels.: (21) 2236-3224 | (21) 9725-7033



MAVIGNIER

ADVOGADOS ASSOCIADOS

ASSESSORIA E CONSULTORIA JURÍDICA

Direito do Consumidor Direito Previdenciário

Cobranças Indevidas
Danos materiais e morais
Ação de Cobrança
Inclusão Indevida no SPC/Serasa
Corte de serviços essenciais

INSS/Benefícios/Pensões
Auxílio Doença
Aposentadoria por Invalidez
Revisão de Aposentadoria
Ações na Justiça Federal

Direito de Família

Divórcio Judicial e Extrajudicial
Guarda e Reg. de Visita
Pensão Alimentícia
Investigação de Paternidade

Direito do Trabalho

Reclamação Trabalhista
Assédio Moral
Auxílio em Rescisões
Cálculos Trabalhistas
Indenização por Acidente de trabalho

Direito das Sucessões

Inventário e Partilha
Alvará Judicial

Av. Nossa Senhora de Copacabana 1226/1202
Copacabana - Rio de Janeiro - RJ (Posto 6)
Tel.: (21) 2522-0814 / 2287-0213
e-mail: mavignier@mavignier.com.br

Uma excelente
oportunidade de
Investimento.



Cursos Livres
na PUC-Rio

Matemática Financeira com Aplicações
à Análises de Investimentos

Gestão Profissional para a Pequena e Média Empresa

Gestão de Investimentos e Valoração de Empresas

Oficina de Planos de Negócios

Gestão de Projetos e Negociação

Unidade Barra | Unidade Copacabana | Unidade Centro | Unidade Glória

www.cce.puc-rio.br 0800 970 9556

TERAPIAS INTEGRADAS

UMA VISÃO GLOBAL DO SER

por Lucilia Monteiro

ATIVANDO O PODER DE SUAS MÃOS COM REIKI

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

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

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

Hoje, estudos da Física Quântica

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

Como Mestra de Reiki, tenho observado em minha prática inúmeros resultados positivos como alívio de stress, depressão, síndrome de pânico, fibromialgia, etc. Isto porque o Reiki dissolve bloqueios energéticos e promove equilíbrio da energia e, como todos os métodos de imposição das mãos, eleva o nível da força vital.

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

Próximo Curso: Reiki Integrado - Níveis I e II. Data 2 e 3 de junho.

Cursos: Inscrições e informações:

Prof. Lucilia M. Ribeiro

9628.8981 luribeiro.yoga@gmail.com

www.luribeiroyoga.com.br

SAÚDE MENTAL

SONAMBULISMO

A característica essencial do sonambulismo diz respeito a episódios repetidos de comportamento motor complexo iniciado durante o sono, incluindo levantar-se da cama e perambular. Durante os episódios, o indivíduo apresenta uma redução do estado de alerta, um olhar vazio e uma relativa ausência de resposta à comunicação com outros ou esforços destes para despertá-lo. Se despertado ou ao despertar na manhã seguinte, o indivíduo tem uma recordação limitada do que aconteceu.

O sonambulismo deve causar sofrimento ou prejuízo em áreas importantes da vida da pessoa, mas não deve ser diagnosticado se o comportamento se deve aos efeitos fisiológicos diretos de uma substância, como por abuso de drogas ou medicamentos. A pessoa pode simplesmente se sentar na cama, olhar em volta ou remexer no cobertor ou no lençol. Mais tipicamente, o indivíduo

se levanta da cama, podendo ir ao banheiro, subir ou descer escadas e mesmo sair do prédio. Na infância, o sonambulismo também pode incluir um comportamento inadequado, como urinar em um armário. A maior parte dos episódios dura de alguns minutos a meia hora. Durante os episódios de sonambulismo, os indivíduos podem falar, mas sua articulação é fraca e um diálogo é raro.

O sonambulismo ocorre com maior frequência, pela primeira vez, entre 4 e 8 anos de idade. Os episódios raramente iniciam em indivíduos adultos. O sonambulismo na infância em geral desaparece espontaneamente durante o início da adolescência, tipicamente em torno dos 15 anos. Caso isso não ocorra, é indicada a investigação de situações estressantes por meio de terapia e a avaliação médica para possível necessidade de medicação.

Psicóloga Patricia Adnet

CRP 05/34.198

Terapeuta Cognitivo-Comportamental

Leia mais em:

www.patriciaadnet.com

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.



ROMANA

Orçamento sem
compromisso



Cetres
PERSIANAS & CORTINAS
desde 1983



PAINEL



VERTICAL

(21) 3860-2294
9478.7677 (claro)
9991.0968 (vivo)

Rua Prefeito Olimpio de Melo,
2105 loja A - Benfica
(próximo a rua dos lustres)

www.persianascetres.com.br

“A QUADRILHA”

Texto estreia em maio na Sede da Cia de Teatro Contemporâneo, em Botafogo

Fotos: divulgação

“A Quadrilha” é uma comédia escrita por Jomar Magalhães inspirada no clássico poema. O desafio da montagem foi aceito pela Profana Trupe, grupo de teatro formado por seis jovens atores e tem direção de Cris Muñoz.

A história começa na pequena cidade de Mirandela do Norte, interior do estado do Rio de Janeiro, quando o Padre da cidade realiza o curso de preparação matrimonial. O caos começa a se instaurar quando Maria - uma das noivas - revela que não pretende se casar com Raimundo, porque ama outro homem (Joaquim). Teresa - comprometida com João - também revela estar apaixonada por Raimundo e logo em seguida Lili confessa não amar ninguém, para o desespero do noivo, Joaquim.

Daí em diante, o jovem padre tenta reverter a situação. Mas tudo que o vigário

Foto: divulgação



consegue é piorá-la mais ainda: um noivo se suicida, outro morre de desastre e um deles se muda para os Estados Unidos. E na cidadezinha não se fala em outra coisa além das trapalhadas do religioso e da festa de casamento - que seria um dos grandes acontecimentos da cidade - posta em cheque. Além do padre, outra figura importante, o prefeito, se preocupa com o futuro do evento e as consequências (principalmente nas urnas) do fiasco.

João, Teresa, Raimundo, Maria, Lili e até José Pinto Fernandes ganham rostos e personalidades bem distintas. João é um filho de pai comunista, tendo até toque de recolher para voltar para casa. Teresa é o alvo preferido das fofoqueiras de plantão por sua fama de namorada. Raimundo é nordestino, trabalha na oficina da cidade e não é nem um pouco sutil. Maria tem um temperamento oscilante e é

ESTA MATÉRIA CONTINUA NA PÁG. 10!

AULAS NO ATELIER DE PINTURA

R\$ 120,00 p/mês e sem taxa de matrícula
(4 horas por semana)

3ª e 4ª feira (das 15h até 19h)
Rua das Palmeiras, 54, Botafogo



Profª Elisabeth
Tels : 9857-5364 / 8781-0721 e
9841-7904 / 9732-8084 / 2535-0662

Coisas de Maria presentes

“O presente certo para quem você quer bem”.

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

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

**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.

Curso de Automaquiagem

Individual ou Duplas



Iniciante | Noite | Olhos | Mineral

contém 1g
Rio Sul

Informações: 3223.8060

**GANHE DESCONTO
de 30% no curso**



Clube de Regatas
GUANABARA

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



**NOVIDADE DE VERÃO NO GUANABARA:
STAND-UP PADDLE. VENHA EXPERIMENTAR!**

- AULAS
- PASSEIOS
- GUARDARIA

VENHA AÍ

1º DESAFIO SUP
GUANABARA
REGATA E PASSEIO

SÁBADO
12
MAIO

[ADIADO]
[NOVA DATA]

**ASSISTA O VÍDEO DO
EVENTO NO YOUTUBE,
NO CANAL BOATSPORT:**
www.youtube.com/boatsporttv

OU NO SITE DO CRG:
www.crguanabara.com.br

**ON-LINE
A PARTIR DE
18 MAIO**



APOIO / INFORMAÇÕES:

BOATSPORT

TEL.: (21) 3903-6613

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

ESCOLAS E CURSOS GRÁTIS

ESPORTES OLÍMPICOS FEDERADOS:

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

OUTROS ESPORTES NÃO FEDERADOS:

- 7 - JUDÔ (ADULTO E INFANTIL)

- 8 - KARATÊ (ADULTO E INFANTIL)

- 9 - BOXE (ADULTO)

- 10 - MUAY-THAY (ADULTO)

- 11 - HIDROGINÁSTICA

AULAS, CURSOS E ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS

- 12 - ARTESANATO

- 13 - DANÇA DE SALÃO

- 14 - QUIZ

- 15 - SAUNA SECA E A VAPOR

OUTRAS VANTAGENS SOCIAIS

PISCINAS AQUECIDAS NO INVERNO

SALÃO DE SINUCA, PLAY-GROUND, NAVIO

PIRATA E SALA DE JOGOS INFANTIS

ÁREAS DE LAZER COM 4 CHURRASQUEIRAS

ESPAÇOS PARA LOCAÇÃO

AUDITÓRIO PARA 60 PESSOAS COM DATASHOW,

TELA RETRÁTIL, SOM E AR-CONDICIONADO

CHURRASQUEIRA E SALÕES DE FESTA

ESPAÇOS TERCEIRIZADOS

BAR DA RAMPA - BAR E RESTAURANTE

GUANABAR - BAR E RESTAURANTE

ENSEADA BAR - BAR E RESTAURANTE

V'DA - ARTIGOS DE NATAÇÃO

BOATSPORT - ARTIGOS NÁUTICOS 2244-2740

APTUS - GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO

www.crguanabara.com.br

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

SERVIÇO, ELENCO E FICHA TÉCNICA

Foto: divulgação



uma tia coruja, como o próprio poema revela. Já Lili é de uma mente inquieta que adora viajar nos próprios pensamentos e apesar de “não amar ninguém” se mostra no final uma profunda apaixonada pela vida. Já José Pinto Fernandes se revela no final, mas desde o começo é parte importante da história.

A peça estreia no dia 5 de maio, na sede da Cia (Rua Conde de Irajá, número 253 em Botafogo), e fica em cartaz durante todo o mês.

SERVIÇO

“A Quadrilha”
Estreia: 5 de maio, sábados as 21 e

domingos, às 20 horas
Duração – aprox. 60 minutos
Ingresso - R\$ 30,00
Ingressos a venda via internet pelo site www.ingresso.com
Temporada de 5 a 27 de Maio de 2012
Meia entrada para idosos e estudantes.
Companhia de Teatro contemporâneo – Rua Conde de Irajá, número 253 em Botafogo
Capacidade: 100 lugares / Ar Condicionado / Lanchonete
Classificação – 16 anos
Estacionamento próximo – esquina da Conde de Irajá com Voluntários da Pátria
Site: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br

FICHA TÉCNICA

Texto: Jomar Magalhães
Direção: Cris Muñoz
Assistente de direção: Bruno Storck Carvalho
Produção Executiva: Raianny Rodrigues e Luiza Machado
Assistente de produção: Elisa D’Oliveira
Supervisão de produção: Dinho Valladares

**GOSTA DE VIAJAR?
LEIA A PÁG. 12!**

Figurinos, Cenário, Coreografia: Maciel Tavares

Coreografia: Maciel Tavares
Trilha Sonora: Paulo Fonseca, João de Carvalho e Zé Guilherme.

ELENCO

Eliza D’Oliveira: Lili/ Fofoqueira
Elvis Xavier: João/ Fotógrafo/ coroinha
João de Carvalho: Padre
Luciano Martins: Prefeito Olegário / Sacristão
Luiza Machado: Maria / Fofoqueira/ Pastoret
Maria Clara Nascimento: Fofoqueira/ mulher do prefeiro
Raianny Rodrigues: Teresa/ fofoqueira/ Clarinha/ Pastoret
Rafael Nunes: Raimundo / Pastor / Fofoqueira
Zé Guilherme: Joaquim / Ludmila
Anna Carolina Martins: Faxineira / Fofoqueira.

ELA RECOMENDOU E ELE APROVOU!

Faculdade a distância é no UniSeb Interativo

Faça como Ricardo Blat: seja aluno do UniSEB Interativo e escolha entre tablet* e material impresso.

Comece já seus estudos!

Monica Iozzi, atriz e repórter

Ricardo Blat, ator e aluno UniSEB

Inscrições pelo site estudeadistancia.com

Utilize sua nota do ENEM para ingresso imediato**

FACULDADE INTERATIVA CIO AGORA É

UNISEB INTERATIVO
De longe, o melhor e mais completo.

Polo em Botafogo
Colégio Qi - UNISEB
Rua da Matriz, 63
Tel: 3439-9509

*Término gratuito para alunos colunistas desde processo seletivo a partir do primeiro semestre de 2011. **A partir da nota 1 de Redação do Enem, aqui você tem ingresso imediato, sem Provas Seleção.

VENHA FAZER PARTE DA NOSSA FAMÍLIA

R.P. Centro Odontológico - Renata Pescadinha

QUEM SOMOS NÓS
A R.P. 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



CORPO: CUIDANDO DOS PÉS

Por Luciano Lopes

O pé é o equilíbrio do corpo, por isso tocar os pés proporciona uma sensação imediata de alívio, bem estar e relaxamento. Muitos especialistas afirmam que massagem nos pés colabora para aliviar dores, cansaço e insônia. Existem várias técnicas para massagear os pés, dentre elas a reflexologia, uma técnica milenar praticada por chineses e egípcios que estuda a relação de pontos específicos dos pés com os órgãos vitais.

A finalidade da massagem nos pés é desbloquear e harmonizar o fluxo energético nos órgãos para poder funcionar melhor, proporcionando qualidade de vida. Diversas são as partes do corpo que podem ser massageadas, como por exemplo, a face, incluindo orelha, couro cabeludo, mãos e abdômen. Veja abaixo o que diz o site www.bonsfluidos.abril.com.br sobre, estresse, ansiedade, TPM e outros sintomas:

Estresse – Já que ele não é uma doença, mas um conjunto de sintomas, o ideal é massagear os pés por inteiro, especialmente na área reflexa da coluna, que costuma doer muito quando estamos

estressados.

Insônia – Massageie a lateral externa dos pés, desde o calcâneo até o quinto dedo. Isso ajuda a desligar o carrossel de pensamentos que não deixa você dormir.

Cansaço – Região central dos pés, relacionada ao estômago, rins e intestino e ao bom fluxo de energia.

Depressão – Área correspondente aos pulmões e ao intestino grosso.

Ansiedade – Se a ansiedade for do tipo coronário, que vem acompanhada de uma dificuldade de pensar e agir, massageie a região central dos pés, relacionada ao plexo solar.

TPM – Dê atenção especial à região de rins, baço e pâncreas, ligada à satisfação e à alegria de viver. Peça ao seu Terapeuta Corporal para aplicar a massagem de acordo com seus sintomas. I

nformações, dúvidas e 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

INSTITUTO
**PHYSIO
STUDIO**

Centro Integrado de Postura e Bem Estar

PILATES – Equilíbrio e Fortalecimento Corporal.

Faça Pilates com quem ensina, em um studio amplo com equipamentos novos e super modernos.

CORE PILATES – Pilates mais eficiente.

Utiliza os princípios do Método Pilates, e os mais modernos sistemas de trabalho corporal, onde o centro do corpo, que é nosso ponto de equilíbrio, é enfatizado o tempo todo, juntamente com exercícios funcionais que preparam os praticantes para as demandas impostas pelo dia a dia. Este sistema único trabalha a parte aeróbica e a muscular em aulas de 60 minutos.

PST – Pilates Suspenso – Precisão e Controle.

Aula de Pilates realizada em tiras suspensas, onde você fará uma aula empolgante trabalhando o equilíbrio, a força do centro, a respiração e o fortalecimento muscular em aulas de 30 minutos.

POWER PILATES – Eficiência do Movimento e Força.

Trabalho de Pilates, que objetiva o ganho de força muscular de Abdome, Pernas, Braços e Tronco, utilizando acessórios com carga e elásticos especialmente projetados para este sistema de aula.

MOBILE PILATES – Power House e Controle do Movimento.

Trabalho realizado em equipamento específico, o Mobile, onde o repertório de movimentos utilizados no Pilates é estendido neste sistema, trabalhando a coordenação, a força, a flexibilidade e o centro do corpo, em aulas de 30 minutos.

YOGALATES – Pilates + Yoga.

Perfeita integração da milenar Yoga e o Método Pilates, em uma aula onde o controle do movimento, a respiração e a ativação do centro são o tempo todo trabalhados.

FLEX PILATES – Alongamento, Respiração e Concentração.

Aula onde a flexibilidade e a força são trabalhados em conjunto, sem deixar um momento de se praticar os princípios básicos e os movimentos utilizados no Método Pilates em sessões de 60 minutos.

MÁ POSTURA, DORES ARTICULARES

Instituto Nacional de Recuperação Funcional
Melhore sua postura e as dores musculares relacionadas a ela, com o sistema único da INRP da Physio Studio Brasil. Todos nós possuímos alterações funcionais de movimento, que são chamados de vícios posturais, e quanto mais nos movemos com estas alterações funcionais, maiores são as consequências. O Instituto Nacional de Recuperação Funcional, usa o Isoflex, juntamente com outros sistemas específicos para melhorar estes distúrbios diminuindo assim as dores articulares relacionadas a má postura.

Maior centro de Pilates Clássico e Moderno do Brasil
Credenciados pela Associação Brasileira de Pilates Fisioterapêutico

Outros Serviços:

FISIOTERAPIA ESPECIALIZADA
OSTEOPATIA
QUIROPRAXIA
BANDAGENS FUNCIONAIS
MEDICINA TRADICIONAL CHINESA
- ACUPUNTURA, SHIATSU, YOGA
ESCOVAÇÃO MIOFASCIAL



Faça uma sessão gratuita e veja você mesmo como este sistema funciona.

(21) 3902-2312 / 3079-8463
clinica@phy.com.br
www.physiostudio.com.br
Rua 19 de Fevereiro, 151 - Botafogo

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.

Por Antonio da Silva

Fotos: Antonio da Silva



Ponta do Seixas.



Praia de Tambaba.

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 Tambaú 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.

ROTA VIP TOUR
Ser VIP está no alcance de todos!

Rio G. do Norte - dia Trabalho - 4 noites - saída 27 de abril	a partir de Ent. R\$ 279 + 9x R\$ 89,00
Cruzeiro Costa Favolosa - Nacional - saída 07 de janeiro/13 - 5 noites	a partir de US\$ 719,00
Buenos Aires - Semana Santa - 4 noites - saída 5 de abril	a partir de US\$ 770,00, em até 9x
Disney - em julho: 9 noites - saída 2 de julho	a partir de R\$ 2.514 da entrada e saídas em até 9x.

www.rotaviptour.com.br
Informações e Reservas: (21) 2267-5824 / 2143-1504
atendimento1@rotaviptour.com.br
Rua Visconde de Pirajá, 303 / lj 306 - Ipanema

MÊS DAS MÃES
é na
RONCATO

5% off

RONCATO
malas e artigos de viagem

Apresente este cupom e receba 5% de desconto na nossa loja no BOTAFOGO PRAIA SHOPPING

BOTAFOGO PRAIA SHOPPING - Piso 3 - Quiosque 33
Tel.: (21) 2237 9042 - 2253 5138

Beta
Consultoria, Projetos e Soluções

Condomínios residenciais e comerciais

- Vistoria em condomínios.
- Laudo técnico de Engenharia Civil.
- Parecer técnico visando a identificação de anomalias (estrutura, marquises, infiltrações, vícios de construção, revisão de contrato).
- Assitência técnica em ações judiciais de Engenharia Civil.
- Projeto e orçamento para reforma.
- Acompanhamento técnico.

Tels: (21) 3559-1715
8275-6066
7751-2061 112*90314

Rua Barão de São Francisco, 322/202 - Vila Isabel

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

ANUNCIE AQUI: R\$ 20,00

por mês

O DOBRO DESTA CUSTA APENAS R\$ 30,00

*contrato mínimo de 4 meses.

AULAS

AULAS PARTICULARES

MATEMÁTICA - FÍSICA - QUÍMICA - PORTUGUÊS
DESENHO GEOMÉTRICO - CÁLCULO

Pedro Coppelli - Tel. 7146.1761 / 2537.6751

AULAS PARTICULARES DE INGLÊS E ESPANHOL

Professor Eduardo Rodrigues
Contato: 7939-4201

AULAS PARTICULARES DE BIOLOGIA E CIÊNCIAS

Professora licenciada pela UFF - Joana Freitas



Tel. 3593.6500 / 9436.6500

jnfreitas@hotmail.com

AULAS PARTICULARES DE MATEMÁTICA E FÍSICA

Juliana

Tel: 2275-6046/ 8821-3134

Aulas Particulares de Italiano Tradução e revisão de textos

Fabrizio Rusconi : tel. 96739419

Email: fabriziorusconi@googlemail.com

MÚSICA

Gibson - Fender - PRS

Guitarras - Importamos dos EUA

Ligue agora, pronta entrega:

Lucas - 8811 2394

8310 9200

RELIGIÃO

IGREJA EVANGÉLICA Cruzada Mundial de Missões

Apresenta: "A palavra que transforma vida"

Peça teatral sobre vida de Lutero. Não percam!
No dia 26/05/12, às 19:30h - No teatro Rádio Boas Novas.
Rua 28 de Setembro, 128 - Vila Isabel.

Rua Pinheiro Guimarães, 85 - Botafogo - RJ

Cultos na igreja: terças, quintas e sextas-feiras,
às 19h30. Domingo, às 10h30 e 18h.

Contato: 2220-6906.

Pastora Leni Librelon

ESOTERISMO

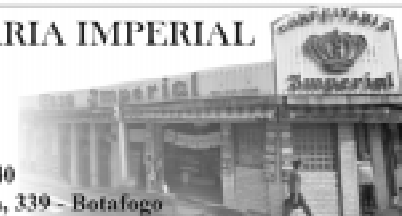
BÚZIOS/BARALHO CIGANO/TAROT

EDUARDO DE YASSESSÚ
Orientador Espiritual

NÃO PROMETO MILAGRES 2638.2166/9724.5254

ALIMENTAÇÃO

CONFETARIA IMPERIAL



Telefone: 2539-1540

Rua Vol. da Pátria, 339 - Botafogo



Rua General Polidoro, 58 - Botafogo



"O melhor lugar de Botafogo
para comprar!"

- PRODUTOS PARA O LAR
- ALIMENTAÇÃO

FAÇA A SUA ENCOMENDA!

LANCHONETE NATURAL E SABOR

Praia de Botafogo, 324 - Ij A - Botafogo

Fone: (21) 2552-5595

IMÓVEL

VENDO IMÓVEL EM ITAIPUAÇU

Rua 191 - quadra 611 - lote 24

Próximo ao Mercado Barroco e Estrada de Itaipuaçu.
Esquina comercial, todo murado, c/ construção, poço,
escrítura definitiva, IPTU em dia.

R\$ 80 mil.

Cel. 21 9333-8906

AGÊNCIA DE RELACIONAMENTOS



AGÊNCIA MATRIMONIAL EVANGÉLICA

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

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

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

Site: www.agenciamatrimonialevangolica.com

CONTADOR

WMA - CONTABILIDADE

CRC - RJ: 0189624

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

Contato: 2295.0948 / 2494.2172 / 8858.6693

Centro de Medicina e Cirurgia Estética

Dr. Luiz Felipe Moutão

Rogéria Veloso

Graduada em Estética e Cosmetologia
Especialidade em Drenagem Pós-Operatória
Sobancelha Definitiva

Fones: 3902.4520 | 9398.1384

Facebook: rogeriaveloso@hotmail.com

SORRIA!

CORREÇÕES DE:

Dentes Manchados, Tortos, Fraturados,
Falhas, Alinhamento, Grandes ou Pequenos

RX, Cirurgia de Siso, Prótese sem aparecer metal, Porcelana,
Clareamento, Aparelhos, Hipnose, Recolocação de dentes que
sairam de sua posição normal.

Tudo de forma rápida e sem dor.

Material descartável.

Dra Cleonice CRD: 9479

Palestras: Venha participar você também!

2554-6814 / 2548-9806 / 9862-2181

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

Massoterapia Chinesa Tui-Ná-Tsu-Yá
Fisioterapia - Adulto e Infantil

Mariana Castro - 7863.0804

Credito 2 / nº 24304177

WORKSHOP DE CULINÁRIA INDIANA (DESINTOXICAÇÃO)

Dia 16/06/2012, das 9h as 18h

Local: Svadharma Yoga - Largo do Machado

Coordenação Gladys Rosa.....Tel. 8204-0328

Ótica Família Visão VISUALIZE AS COISAS BOAS!

- Preço, qualidade e atendimento
- Variedade em Armações leves e modernas
- Laboratório Próprio
- Pagamento em até 10x sem juros

Descontos especiais p/:

- Funcionários de Furnas
- Aposentados e pensionistas

Rua São João Batista, 16 B - Botafogo. Tel. 2226-4078

Estação

AGENDA CULTURAL

O Correio Carioca não se responsabiliza por mudanças nas programações.

CASAS DE ESPETÁCULOS

VIVO RIO

Buddy Guy	11/05
Mart Nália	12/05
Wet Music Festival	18/05
Wet Music Festival	19/05
Roberta Sá	24/05
No Tom Do Tom	25 e 26/05
Joe Bonamassa	31/05
Vanessa Da Mata	02/06

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

CITIBANK HALL

Roxette	12/05
Crosby, Stills & Nash	13/05
Isabella Taviani	25/05
Sorriso Maroto	26 e 27/05
Roupa Nova	01 e 02/06

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

HSBCARENA

Pop Music Festival 2012 27/06

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

FILMES NOS CINEMAS

CINEMARK PRAIA E RIO SUL

Praia Shopping:

American Pie: O Reencontro; Anjos Da Lei; Espelho, Espelho Meu; Os Vingadores; Paraísos Artificiais; Um Homem De Sorte.

Rio Sul:

Paraísos Artificiais; Um Homem De Sorte; Vingadores; Anjos Da Lei.

Praia Shopping: 2237-8494.

Rio Sul: Tel.: 2461-2461.

ITAÚARTEPLEX RIO

Diário de um Jornalista Bêbado; Eu Receberia as Piores Notícias dos seus Lindos Lábios; Luz nas Trevas; Minha Felicidade; Os Vingadores; Paraísos Artificiais; Sete Dias com Marilyn; Um Método Perigoso; Uma Longa Viagem; Vale dos Esquecidos; Xingu.

Rua Praia de Botafogo, 316 - Botafogo

Tel: 2559-8750

CINE ESTAÇÃO E ESPAÇO DE CINEMA

Sete Dias com Marilyn; Um Método Perigoso; A Dançarina e O Ladrão; Raul - o Início, o Fim e o Meio; Girimunho O Homem que Não Dormia; As Neves do Kilimanjaro; Xingu; A Vida dos Peixes; O Artista; Shame; As Idades do Amor; Sonhos em Movimento; Habemus Papam; L'Apollonide - Os Amores da Casa de Tolerância.

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 - Tropa De Elite 2 - | O Dinheiro Nunca Dorme |
| O Inimigo Agora É Outro | 6 - Salt |
| 2 - A Origem | 7 - O Aprendiz De Feiticeiro |
| 3 - Comer, Rezar, Amar | 8 - Coincidências Do Amor |
| 4 - A Rede Social | 9 - Amor À Distância |
| 5 - Wall Street - | 10 - Juntos Pelo Acaso |

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



ARTE LATINO-AMERICANA EM BOTAFOGO

“Eis uma boa notícia para a população do bairro, para a zona sul, para a cidade do Rio de Janeiro, para o Brasil. Sabe aquele casarão na rua General Severiano, esquina com a avenida Lauro Sodré? Ali, funcionou, no século XIX, o Recolhimento de Santa Tereza, orfanato para meninas pobres. No século

passado foi transformado em educandário para moças. Depois, abrigou o colégio Anglo-Americano.

O enorme prédio tem 500 portas e janelas, está situado em terreno de 12.600 metros quadrados, enfeitado com 40 palmeiras imperiais. Foi construído há mais de 150 anos em estilo neoclássico projetado por Francisco Joaquim Bethencourt da Silva.

As informações parecidas com as que se encontram no Google, são de uma reportagem de Mauro Ventura (mventura@oglobo.com.br) publicada no domingo 1º de Abril.

No imponente edifício, a partir de outubro, funcionará um centro cultural, iniciativa da instituição alemã – Casa Daros a qual une

arte, educação e comunicação.

Para o escritor online ler a reportagem foi a feliz descoberta da finalidade das obras que lhe chamaram a atenção nos últimos dois anos.

A Casa Daros especializa-se na arte latino-americana. Em outubro quando for inaugurada, essa nova atração do bairro, vai apresentar a coletiva “Cantos cuentos colombianos”, obras de 11 artistas da Colômbia. Artistas brasileiros –

Vick Muniz, Hélio Oiticica, Cildo Meirelles, entre outros, também estão programados.

GASTRONOMIA EMBOTAFOGO

Agora é oficial. André Cointreau, presidente da Cordon Bleu, juntou com o gover-

nador Sergio Cabral. A Cordon Bleu Rio ficará na antiga escola de Enfermagem da Faetec, em Botafogo. Abre em fevereiro de 2013. As matrículas, a partir de dezembro.

Quem preparou o jantar no Palácio Laranjeiras foi Ana Rita Menegaz, ex-aluna do Cordon Bleu e chef da cozinha do Palácio. (O Globo - /gente boa – 16-03-2012).

Depois do céu quem mais faz milagres é o Amor – Padre Roque Schneider.

“Depois do céu quem mais faz milagres é o Amor”

(Padre Roque Schneider).

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 e também no Facebok

NO MÊS DAS MÃES, É ART DOS PÉS!



Não há nada que uma mulher goste mais do que um belo par de calçados. Sandálias, sapatos, botas e porque não os tênis para as mais esportivas, tudo isso faz parte dos objetos de consumo feminino. E é aí que entra a Art dos Pés, de Botafogo. Uma loja de rua, com preços imbatíveis, descontos incomparáveis e uma enorme variedade de produtos.

Há sete anos no bairro, a loja trabalha com excelência em calçados masculinos e femininos, e vem crescendo sua oferta de artigos. Sempre há uma boa promoção, vale a pena conferir!

Além dos calçados, a loja oferece também bolsas e uma ampla linha esportiva. São tênis de corrida e caminhada, materiais para natação, voleibol e futebol, como chuteiras de campo, tênis de futsal e society. Nike, Puma, Mizuno, Penalty, Umbro, Topper, Wilson, as grandes marcas estão na Art dos Pés.

Além disso, a loja disponibiliza bolas de basquete, futsal, futebol de campo, society e bonés. Também merecem destaque os óculos de natação, os bonés da Nike e da Adidas e as

joelheiras para voleibol. Além destes, há outros artigos esportivos. Basta ligar ou fazer uma visita para encontrar o que se procura.

Nunca é demais lembrar da parte de sapataria da loja. Atende-se aos públicos masculino, feminino e infantil, e também se trabalha com tamanhos especiais, o que sem dúvida é um diferencial, seja para tênis ou sapatos. A numeração de calçados femininos compreende entre 33 a 43 e a masculina entre 33 a 48.

Faça uma visita e descubra muito mais! Produtos de alta qualidade, já que a empresa só trabalha com as principais marcas, com preços para todos os bolsos.

A loja facilita a forma de pagamento: as compras podem ser pagas à vista ou em até seis vezes no cartão de crédito, sem juros! O parcelamento é feito a partir de R\$ 50,00.

A Art dos Pés fica na rua Professor Álvaro Rodrigues, 30 – loja A, em Botafogo, em frente ao posto de gasolina BR. Entre em contato pelo telefone 2527-1183 e saiba dos detalhes das promoções.



TEATRO DESDE SEMPRE!

A Sede da Cia de Teatro Contemporâneo abre inscrições para o 2º semestre para o Curso Profissionalizante de Formação de Ator. O curso é reconhecido pelo MEC, pelo Conselho Estadual de Educação, e cujo diploma é publicado em diário oficial e dá direito ao DRT definitivo.

É o único curso do Rio de Janeiro que mistura teoria e prática, colocando o aluno em contato direto com o fazer teatral desde o primeiro momento em que ele entra no curso, criando possibilidades de estágio em várias áreas do teatro, dando assim uma visão completa de todo o fazer teatral.

E por falar em teatro, este mês vem quente com as estréias de PELADAS DE IMPRO – já uma tradição na Cia de Teatro Contemporâneo, que pesquisa a improvisação do teatro não como processo criativo mas como o produto final a ser mostrado ao grande público em que este é co-diretor do que está em cena. Assim as PELADAS DE



IMPRO é um excelente espetáculo de improvisação em que o público escolhe, opina e se diverte com a cena em cartaz, aos sábados, às 19h, na Sede da Cia de Teatro Contemporâneo.

Outra peça em cartaz é o infantil A BAILARINA ROSA E O SOLDADINHO AZUL, que traz à cena a importância das brincadeiras infantis e da relação da criança e seus brinquedos, aos sábados e domingos, às 17h30. Informações no site: www.ciadeteatrocontemporaneo.com.br.

Sede da Cia de Teatro Contemporâneo – Rua Conde de Irajá 253 – Botafogo-Tels.: 21 2537-5204.

PRAIA VERMELHA
PADARIA E CONFEITARIA

- Pão francês 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

DANIFICAÇÃO INDUSTRIAL

Tel. 2286.8848
Rua São Clemente, 39 - Botafogo

Distribuidora

goi - goy

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

ENTREGAS EM DOMICÍLIO
2295.2147 / 2244.8238

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.

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

INFORMÁTICA NA TERCEIRA IDADE

Uma questão de cidadania e saúde.

A informática faz parte cada vez mais do nosso cotidiano, possibilitando que façamos de maneira facilitada muitas tarefas do dia a dia, tais como a declaração do imposto de renda e até mesmo as compras de mercado, fazendo com que utilizemos nosso tempo de maneira mais satisfatória. Contudo, a informática parece ser uma questão de juventude! Mas será mesmo verdade de isso? Não!

A informática é também um instrumento valioso no resgate da saúde do corpo e da mente. Mas como? Estudos muito recentes têm mostrado o quanto a informática é um grande aliado no combate ao surgimento do mal de Alzheimer. A informática promove o treinamento da memória, da atenção, da coordenação motora, do raciocínio, podendo levar o ser humano a um equilíbrio melhorado de suas funções cognitivas. Além disso, a informática possibilita a construção de sentido de vida, por que cria um novo espaço vital para as pessoas, que passam a desfrutar de educação à distância, dos mais variados tipos de entretenimento, informações e serviços importantes.

A ONU declarou ser a exclusão digital um dos mais sérios problemas da humanidade, visto que a informática move o mundo, as relações interpessoais, os negócios, a educação e a saúde. Ter alguma habilidade com computadores é uma questão que transcende à moda, mas sim, é questão de cidadania. Conquistar o título de 'Cidadão Digital' é, na verdade, se adaptar as transformações sociais, é não estacionar no tempo e reconhecer que vivemos numa sociedade que amadurece, que se reinventa e busca novos meios de a comunicação acontecer.

A psicologia é uma grande aliada da informática, possibilitando a inserção das pessoas de maneira segura e consciente a este novo mundo chamado ciberespaço. Existe um caminho saudável para que a Melhor Idade conquiste seu espaço dentro do mundo da informática.

Luis Alberto – Psicólogo, Professor de Informática e criador do curso 'ID – Inclusão Digital com Sentido'. E-mail: luisufba@yahoo.com.br e (21) 6932-9445.

PROTESTO DO CIDADÃO

Nº 227. "SOCORRO" TERESÓPOLIS

T ragédias E Mais E Mais Tragédias...
E Os Governantes "A Ver A Banda Passar"...
R acham Casas, Vidas São Perdidas...
E As Medidas Necessárias São Adiadas!!!
S ão As Chuvas Previsíveis/Repetitivas,
Ó s Desastres E Mortes Todos Os Anos, E Os
P oderes Públicos Quase Nada Fazem,
O missos Nas Prevenções/Reconstruções E
L igam As Carências Da População Às Suas
I neficientes Administrações E Culpam As
S irenes De Alerta Pelas Mortes... Mais Os Reais
Assassinos Estão Entre "os políticos oficiais"...

Nº 229. "SOCORRO" CIDADES REAIS

C idades Ou Municípios "De Mentirinhas"!!!
I ncluem Mais De 4.000 Lugarejos Que
D ão Prejuízos Às Verdadeiras Cidades E
A o Brasil, Tais "Cidades Lugarejos" Que
D evem Mais, Do Que Arrecadam, Sem
E estruturas Básicas (Ensino/Saúde/Trabalho/
S anejamento/Indústria/Comércio...) Devém

R etornar À Condição De Distritos Ou Ser
E quiparadas A Subprefeituras Para
A umentar A Eficiência Das Cidades Reais,
I nclusive Na Economia De Mordomias/Gastos
S alariais De Prefeitos/Veredores/Secretarias...!!!

Nº 230. "SOCORRO" SALÁRIOS (POLÍTICOS)

S ó Verba De Representação De 10/06/04/02 SM
A os Com Instrução De 3º/2º/1º Graus E Elementar, E
L icença Cívica (Limite Do INSS) R\$ 3.900,00,
Á s Mordomias Acabarem E Dar Os Direitos Que
R ecebem Os Trabalhadores: Salário Mínimo,
I nclusive, Vales Transportes/Alimentação, FGTS,
O 13º Salário, Férias De 30 Dias, 40h De Serviço E
S ó 02 Assessores (Do Quadro Efetivo Do Trabalho)
Para Evitar Trapaças E Mais Trapaças...

Nº 228 "SOCORRO" BRASIL MAIOR

B rasil Maior!!! País Do Futuro??? Só Com
R eformas Para Ontem, Ou Melhor, Regular
A Constituição De 1988, Inacabada Em
S eus Vários Artigos, Necessita De Melhoras,
I nclusive Nos Poderes Executivo/Judiciário E
L egislativo Que Brincam "De Governar"...

M aior!!! É O País Sério E Responsável, Onde
A Constituição É 100% Usada, E Os Poderes
I ndependentes E Harmônicos, Não
O missos E Reféns Uns Dos Outros A
R ealimentarem A Miséria E Injustiças Sociais...

Nº 231. "SOCORRO" ATOS PROVISÓRIOS

A s Medidas Provisórias Do Poder Executivo
T ornadas Leis Pelo Poder Legislativo, Que
O misso As Acatam Pelo "Toma Lá Da Cá" E O
S. T.F. (Judiciário) Escolhido Pelo Poder Executivo

P ermite Tal Ofensa À Constituição De 1988 Cujas
R egulamentação Plena Não Acontece, É Adiada,
O u Seja, Inacabada Há 24anos E Necessita
V er Seus Artigos Alterados Por Reformas Sérias,
I nclusive Nos Três Poderes, Legislativo/Judiciário
R egidos Pelo Poder Executivo Real/Eficaz E
I ndependente De Verdade, Que Dê As Mesmas
O brigações E Direitos No Governo Harmônico...
S ó Assim, Veremos Vivos, Um Brasil Maior...

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

Rio de Janeiro, 20/04/2012 G.U.I.D.O.

<http://guidobrasil.blogspot.com>

NOVIDADE

croassonho

COPACABANA - RJ

Conheça nossa loja na Rua Barata Ribeiro, 560.

delivery zona sul

2235.5423

FarinhaPura
EMPÓRIO
Desde 1985

Delivery: (21) 3239-8000

www.farinhapura.com.br

Venha Conhecer
Nova Loja

Virtual Shop
Inf. Eletrônica • E-books • Manutenção

Venda de Computadores
Venda de Periféricos e Acessórios
Manutenção e Suporte

Internet
Low House

Recargas
Canon Originals
Compatíveis
Remanufaturados

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

INFORMÁTICA PARA A MELHOR IDADE

Construindo a sua Cidadania Digital
Saúde para o Corpo e para a Mente

AULAS EM DOMICÍLIO:
INDIVIDUAL, CASAIS E PEQUENOS GRUPOS

Luis Alberto (21) 69329445 [TIM]
Psicólogo e Professor luisufba@yahoo.com.br

Anuncie aqui apenas R\$ 55,00*

+ Anúncio na INTERNET (grátis)

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

Ligue agora: 3681.5302

*valor por edição. Mínimo de 3 edições.