Viver

CASC

Thaiana Dolom

477

UMA PUBLICAÇÃO vivermais the original

25 anos

O ROTEIRO DA C DADE

De 21/12/18 até 07/02/2019

CLÍNICA DR. EMPINOTTI

SAÚDE E BELEZA DA SUA PELE

12 anos

Dr. Julio Cesar Empinotti - Diretor Técnico Médico - CRM-PR 4694 - RQE 2939

Dra. Danielle Cristine Bonatto
Dermatologista
CRM-PR 28072 | RQE 19407

Dr. Julio Cesar Empinotti
Dermatologista
CRM-PR 4694 | RQE 2939

Dra. Márcia Maria Vivan
Dermatologista
CRM-PR 26835 | RQE 18791

Dr. Marcos Vinícius Clarindo
Dermatologista
CRM-PR 23567 | RQE 1899

Dr. Marcos Vinícius Lima Galles
CRM-PR 27164

Dr. Vinícius Dequech Empinotti
CRM-PR 20796

www.empinotti.com.br

drempinotti clinicadrempinotti

Estacionamento para pacientes

Rua São Paulo, 752 - Centro - Cascavel-PR
|45| 3225-2011

Dr. Julio Cesar Empinotti - Diretor Técnico Médico - CRM-PR 4694 - RQE 2939

©vivermais

CLÍNICA DR. EMPINOTTI

12 anos

SAÚDE E BELEZA DA SUA PELE

A todos os clientes que confiam em nosso trabalho e caminham com a Clínica Dr. Empinotti desejamos um Natal mágico, cheio de amor, paz e alegria! Que o ano vindouro possa trazer saúde, desenvolvimento, realizações de novos planos e projetos!

Boas Festas!

AGENDA

#ROLÊ #MÚSICA #TEATRO #CULTURA #ARTE #DIVERSÃO #FAMÍLIA #PAGAABERA

21.DEZ SEXTA-FEIRA	**HOOLIGANS** ZEIDER (VOCALISTA DO PLANTA E RAIZ) CURTA A VIBE E DJ POPSON **PUFFIN'** NOCHE DE LAS CHICAS **BANG BANG** EDY VIEIRA, FABIO E ARAMIS E BANDA	**HELL** QUEEN DA MAIS **OLD WEST** FERNANDO COUTINHO **DOGTOWN/BUCK** SILVER HEAD **BOTEQUIM DA ESQUINA** DAVID SALATA
22.DEZ SÁBADO	**HOOLIGANS** GUNS N' ROSES - CRIMINAL LOVE + ELECTRIC JOKERS **PUFFIN'** LOW BEATS C/ PIMPO GAMA **DOGTOWN /BUCK** SHARP MOVIMENT **STAGE** DJ THIAGO MATTHIAS	**BANG BANG** ALISSON E CRISTIANO – WEST WALMEST **BOTEQUIM DA ESQUINA** SERGINHO RIBEIRO E BANDA **OLD WEST** KARAOKÊ **HELL** THE HEROES VC COMICS
24.DEZ SEGUNDA	**QUINTAL** CHRIST MAN DAY W/ NATAL DO QUINTAL (OFICIAL) **PUFFIN'** LA CASA DE FUNK	**HELL** JINGLE HELL'S **DOGTOWN/BUCK** FUNK BELL'S – DJ ROHR
27.DEZ QUINTA	**BANG BANG** BRUNO E ZECA **BOTEQUIM DA ESQUINA** BATUQUE NA COZINHA	**DOGTOWN/BUCK** CADELA ACÚSTICO
28.DEZ SEXTA	**STAGE** HENRIQUE E DIEGO **BANG BANG** JESSICA E LUCAS E BANDA **BOTEQUIM DA ESQUINA** CIBELE DUO	**OLD WEST** BRASILEIRADA **DOGTOWN/BUCK** AS AVENTURAS DO VIOLÃO DA TIA + TROPICAL BEATS
29.DEZ SÁBADO	**HELL** SDDS R$1,99 VS NEON PARTY **OLD WEST** VICTOR SALES	**DOGTOWN/BUCK** HIP HOP RAPCORE ANOS 80
31.DEZ SEGUNDA	**VILLA NOALE** RÉVEILLON ENGEOCOPO **BLACK CAP** BODÃO FUSION	**UP LOUNGE** SUMMER DAY EM BUSCA DE ATLANTIS **BOTEQUIM DA ESQUINA TOLEDO** VIRADA NO BOTEQUIM

Restaurante CHINA 中國飯店

BUFFET NO ALMOÇO
À LA CARTE NO JANTAR.

RUA MARANHÃO, 600
WWW.CHINACASCAVEL.COM.BR

PEÇA EM CASA E PAGUE COM O CARTÃO VISA

VISA-DELIVERY
(45) 3223-5231

GANDIN
CHURRASCARIA

vivermais

Atendimento de terça a domingo

(45) 3226-6183 | (45) 99107-2609 | contato@churrascariagandin.com.br
Avenida Tancredo Neves, 3338 - Santo Onofre

Peixe é mais
sabor e saúde!

Pedindo uma de nossas porções, a cerveja 600ml sai por apenas

R$ 6,00

Promoção válida somente para unidade da rua Cuiabá

Restaurante Surubim

Rua Cuiabá, 3085 (próximo à DZ)
|45| 3322-2956
Rua Barão do Cerro Azul, 966
|45| 3039-0607

Burguer Truck

Pizza Truck

Hambúrguer ou pizza,
que tal os dois?

18h às 24h (45) 99955-5355

Av. Brasil (Em frente à Praça do Migrante)

PARZIANELLO
MENEGASSI
SCHIMIDT &
FRANTZ ADVOCACIA ESPECIALIZADA

Leonardo Parzianello
OAB/PR 42.143

(45) 99952-1616 | (45) 3037-5306

Rua Afonso Pena, 2173 | Centro | CEP 85812 100 | Cascavel-PR
leonardo@parzianello.adv.br | www.parzianello.adv.br

Expediente Edição #477
Viver Mais Comunicação:
Rua Pernambuco, 2450, Coqueiral, Cascavel - PR
CEP 85807-050
(45) 3224-7212 | 3038-7216
(45) 99931-8072

Diretor
Gladstone Simioni
(45) 99972-4744
vivercascavel@vivercascavel.com.br

Departamento Comercial
Nise Simioni
(45) 99976-2516
comercial@vivercascavel.com.br
Julia Tenfen
(45) 99988-2055
vendas@vivercascavel.com.br

Jornalista Responsável
Sandra Inês Lopes
MTB 8581
jornalismo@vivercascavel.com.br

Diagramação e Anúncios
Henrique Semmer,
Wesley Melotto e
Cleiton Santos
comercial1@vivercascavel.com.br

Fotos Capa
Sergio Macacari

Assessoria Jurídica
Parzianello, Menegassi,
Schimidt & Frantz -
Advocacia Especializada

Conselho Editorial
Neuza Cantarelli

Redação
Makelen Rotta

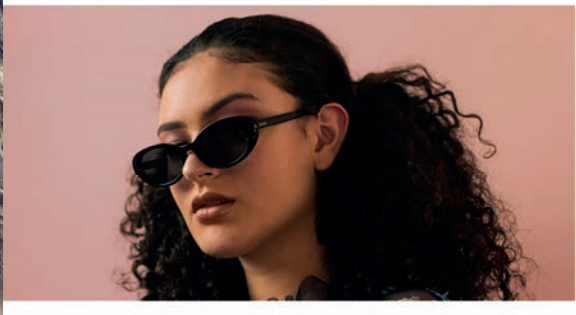
Periodicidade
de 21/12/2018
até 07/02/2019

Viver Mais Comunicação Eireli ME
CNPJ: 72.089.345/0001-74

positiva

VIVER CASCAVEL

Confira mais fotos no site
www.vivercascavel.com.br



BRAS
EYEWEAR

TRITON
EYEWEAR

CASCAVEL JL SHOPPING
(45) 3035-7189
IRANI DO PARQUE VERDE
(45) 3040-4189

/BRASEYEWEAR
/BRAS_ACESSORIOS

© Vivermais

EXILIS ELITE

O Exilis Elite é uma tecnologia não invasiva para tratamentos de gordura localizada, celulite, flacidez facial e corporal. O aparelho atinge os níveis mais profundos da pele e acelera a atividade metabólica das células de gordura, além de estimular a produção de colágeno, melhorando a flacidez e textura cutânea.

Dra. Kelinn Avelar
DERMATOLOGISTA

CRM-PR 22442 | RQE 20819
Membro Sociedade Brasileira de Dermatologia - SBD

CLINIA
CLÍNICA DE DERMATOLOGIA E ESTÉTICA

O MELHOR DO VERÃO É CUIDAR DE VOCÊ

Dra. Kelinn Avelar disponibiliza equipamentos inovadores e de alta tecnologia na área dermatológica

X-WAVE

O X-Wave é um equipamento complementar do Exilis Elite que age por meio de ondas acústicas, disparando micro choques. Esse procedimento estimula a circulação sanguínea, células, tecidos e a formação de colágeno, tratando a flacidez, celulite e gordura localizada. Pode ser utilizado na barriga, bumbum, coxas, culote e braços.

ULTRAFORMER

O QUERIDINHO DAS ARTISTAS

Um ultrassom micro e macrofocado que atua com ondas de calor em pontos de coagulação e com profundidade na pele. Essa energia térmica estimula o colágeno, queima gordura e atinge a camada muscular, o que promove um lifting sem cortes, também trata flacidez facial, papada, pálpebras, promove levantamento de sobrancelhas.

Cascavel: Edifício Day Saúde
Rua Minas Gerais, 2061, Sala 102 - Centro
(45) 3324-1504 99800-0111 / 99132-5333

Corbélia: Av. São Paulo, 607
(45) 3242-3439

VIAGEM, CAMINHADA E TREKKING: QUAL O CALÇADO CERTO?

Viajar virou sinônimo de "mochilão" **(backpacking)** para muitas pessoas, pois possibilita liberdade de escolha, sem "now show", translados sem quebra de mala ou extravio, com uso de hostels e facilidade de locomoção. O hiking (caminhar) tem sido uma das melhores formas de contemplar paisagens, refletir, conhecer caminhos históricos e integrar pessoas, por isso o número de hikers tem aumentado, bem como a busca por caminhos mais longos e diferentes como Santiago de Compostela, Caminho da Fé e Terra do Sol. Já os que buscam a vibe outdoor, com montanhas, rios, neve e camping, encontram no **trekking** diversas opções de lugares pitorescos aqui mesmo no oeste do Paraná, além de destinos mais audaciosos como Pico do Paraná, Everest, Salkantay (Machu Picchu), Nepal e Patagônia.

Essas atividades necessitam de roupas, acessórios e equipamentos. Além disso, um par de botas e meias adequadas fazem muita diferença para os viajantes, peregrinos e aventureiros.

Para facilitar: nada de algodão no vestuário. Para as meias o ideal é a fibra de Coolmax no verão e Merino no inverno. Fique atento e não erre na gramatura das meias.

Existem botas com diversas propostas, do casual ao técnico. A **Via Expressa Sports** já testou diversas marcas e modelos, inclusive com auxílio de grupos de Trekking, como o Cascavel Trekkers, por isso podemos afirmar: a bota errada interrompe seu objetivo. E por que bota? Em qualquer caminhada citada neste texto a estabilidade, a segurança e o conforto são primordiais para que seus pés suportem 5 a 30 quilômetros por dia em média, terrenos irregulares e intempéries climáticos. Tecnicamente existem botas com gripe alto, médio e baixo, solado para caminhadas rápidas ou para trekking, cabedais de um a três estágios na região do tornozelo e palmilhas com níveis ortopédicos diferentes. Mas, uma característica é determinante na qualidade e durabilidade de uma bota: a membrana de impermeabilidade, sendo que a Gore-Tex® (GTX) é a nossa escolha! Impermeabilidade não é um spray que aplica num tecido, não significa ser de couro ou poliamida, uma camada plástica, dentre outras invenções comerciais e não eficazes. Precisa ser algo que respire, proteja do vento e ao mesmo tempo impeça a entrada de água, flexível e confortável, que não enrugue ao deixar no sol, que mantenha seus pés secos com a ajuda das meias, mesmo durante a transpiração. Fala-se muito de WP (waterproof - à prova d'água), mas é importante saber que os melhores produtos suportam a persistência da água ou neve por horas. Já imaginou uma membrana por exemplo que suporte 40 PSI (lembra da calibragem dos pneus do seu carro?), transpirabilidade de 3 litros, tipo 25.000g de vapor d'água/m²/24 horas? O mesmo ocorre nas roupas. Não basta ser resistente à água, mas qual é a coluna d'água suportada? 3k, 10k, 15k. Portanto, não compre moda, compre solução: Salomon®, The North Face®, La Sportiva® e Hi-Tec®. Procure uma loja especializada, que tenha conhecimento para indicar a bota, vestuário e acessórios corretos para sua viagem, caminhada e trekking.

TUDO PARA SUA AVENTURA

TREKKING
HIKING
TRAIL RUNNING
BACKPACKING(MOCHILÃO)

TUDO PARA VOCÊ E SUA BIKE

A Via Expressa Sports trabalha com a revenda de bicicletas, peças, acessórios e vestuário direcionados a todos os tipos de ciclistas.

OFICINA ESPECIALIZADA

MTB
ROAD
ELÉTRICAS
INFANTIL
URBANA

ViaExpressaSports.com
Bike & Outdoor

(45) 3324-5902 9 9954-4767

Atendimento de segunda a sexta das 9h às 18h30
Sábado das 9h às 13h

sac@viaexpressasports.com
Rua Erechim, 1556 – Centro - Cascavel-PR

Chegamos!

Venha nos visitar.

loja oficial

AQUI TEM

natura

|45| 3039-0001

Rua Sete de Setembro, 2972, Centro
Cascavel-PR

IMAGEM MERAMENTE ILUSTRATIVA

Odonto Line

clínica dentária

FONE: (45) 3037-7840 • 99978-6679

RUA ERECHIM, 1421 - CENTRO - CASCAVEL - PR

Facebook: Odondo Line Cascavel

RESPONSÁVEL TÉCNICO ROGER CHRISTIAN BOGGER – C.R.O. 17.074 PR

ORTODONTIA

Quanto tempo dura um tratamento ortodôntico?

O tratamento depende de diversos fatores para chegar à sua conclusão, como o grau de problema de oclusão do paciente e a saúde dos dentes, por exemplo. Por isso, o tempo pode acabar variando conforme o caso de cada um. No entanto, o dentista ressalta que há um período estimado. “Em média um tratamento ortodôntico dura 2 anos e meio”. Além disso, a duração total será influenciada pelo período que cada etapa vai durar e, por último, mas não menos importante, o compromisso do paciente em relação aos cuidados é acelerado, se comparado a um caso diferente.

A escola de inglês mais inovadora do mundo chegou em Cascavel

A Beetools é a escola de inglês que através do uso da tecnologia e inovação aprendeu a ensinar você com uma metodologia divertida, prática e funcional!

Uma escola só pra você.

1ª AULA GRÁTIS

R. MARANHÃO, 1066

de inglês

CONTATO
(45)3039-3933

Crepe
•BISTRÔ

A Crepe Delícia ch

Venha Experimenta

+ 55 (45)

/CREPEDELÍCIACASCAVEL

RUA RIO DE JANEIRO, Nº7
(ESQUINA COM RUA DUQUE

Delícia
Ô E CAFÉ

negou em Cascavel!

ar Nossas Delícias!

5) 3306-7166

@CREPEDELÍCIACASCAVEL

º761 Lj: 2 - CASCAVEL - PR
E DE CAXIAS - PRÓX.TEATRO)

Gin T

DOGT

Tropical

TOWN

STAGE

MUSIC CLUB

A SUA BALADA EM CASCAVEL

ACEITAMOS RESERVAS PARA LOCAÇÕES E EVENTOS

ONE WORLD
ONE LIFE
ONE MUSIC
ONE DANCE
ONE STAGE

PRÓXIMOS EVENTOS

stagemusicclub

RUA PERNAMBUCO, 984 - 45 3039-6077

UM NOVO ESPAÇO PRA VOCÊ

AV. BRASIL, 7624 ESQUINA COM
COM RUA VISCONDE DO RIO BRANCO

CHICAGO
Burger
PREMIUM

Santa Felicidade

RESTAURANTE

Molhos e massas congeladas à pronta-entrega
Almoço: Terça a Domingo
Marmitas: a melhor comida na sua casa!

45 3226-2918

/Restaurante Santa Felicidade

Rua Castro Alves, 2401 (esquina com a Rua Recife)
Centro - Cascavel - PR

vivermais

Comemore com sua família saboreando uma deliciosa Ceia de Natal e Ano Novo em sua casa!

Arroz

* Arroz à grega

Massas

* Lasanha ao sugo
* Lasanha na manteiga
* Rondelli de espinafre
* Rondelli de quatro queijos
* Rondelli Romeu e Julieta
* Conchiglione de abóbora
* Canelone de frango

Salpicão

* Salpicão de frango
* Salpicão de legumes

Carnes

* Chester recheado com frutas e farofa
* Tender com frutas e farofa
* Lombo recheado com ameixa
* Pernil com frutas e farofa

ENCOMENDAS NATAL
PEDIDOS ATÉ O DIA 22/12
RETIRADA DIA 24/12

ENCOMENDAS ANO NOVO
PEDIDOS ATÉ O DIA 29/12
RETIRADA DIA 31/12

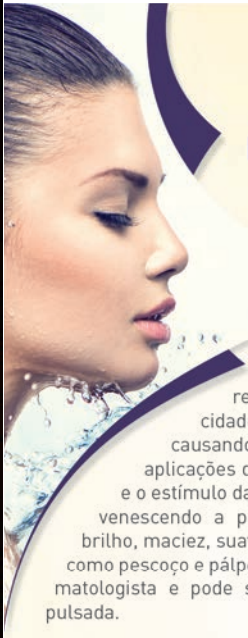
Santa Felicidade
RESTAURANTE

INSTITUTO DE ORTODONTIA,
ORTOPEDIA FACIAL E ATM.

Dr. Guaracy Perin Jr.
CRO/PR - 13421

FELIZ NATAL
E PRÓSPERO
ANO NOVO!
Orto Clean
Orto Kids
RESPONSÁVEL TÉCNICO
CLM - CRO/PR 3371

Monte Líbano
RESTAURANTE
Sabores diferenciados!
23 anos
São 23 anos servindo o melhor da comida árabe
Tele-entrega (45) 3223-0836
Rua Carlos de Carvalho, 4356 - Centro, Cascavel - PR



Skinbooster:
hidratação profunda da pele

O Skinbooster® caracteriza-se por um procedimento estético injetável de ácido hialurônico. A substância é aplicada nas camadas mais profundas da derme, agindo de dentro pra fora, com o objetivo de repor o colágeno e fibras responsáveis pela firmeza, tônus e elasticidade que diminuem com o envelhecimento, causando rugas e desgastes cutâneos. Com as aplicações de Skinbooster®, a hidratação é imediata e o estímulo da produção de colágeno é profundo, rejuvenescendo a pele com efeitos muito naturais: mais brilho, maciez, suavização das linhas finas no rosto e áreas como pescoço e pálpebras. O tratamento é efetuado pelo dermatologista e pode ser associado ao peeling, laser e luz pulsada.

Dra. Luciane Hyppolito dos Santos
Dermatologista
CRM-PR 17644 / RQE 9833
Médica Dermatologista
Membro Titular da SBD

Agende sua avaliação!

Consultório de Dermatologia e Laser
Rua Vicente Machado, 1573, Centro - Cascavel
(45) 3038-7708 Luciane Hyppolito
www.lucianehyppolito.com.br

Thaiana Polom

"Me ajeito, me moldo. Cada espaço, situação, uma mutação. Cada um tem a parte minha que melhor lhe cabe."

Mais conhecida como ThaiThai, a apresentadora do Programa Malagueta da Rádio Tarobá é pura espontaneidade. Atuando há 16 anos como radialista, a gata também resolveu investir na carreira de corretora de imóveis, profissão que considera a "chave" para o sorriso de alguém. No que se refere aos ouvintes, busca sempre transmitir muita alegria e diversão. Além disso, sabe que nos seus trabalhos lida diariamente com sonhos, por isso prioriza o bem-estar das pessoas. Nas horas vagas sua maior companheira é a Netflix, onde "se perde" no mundo dos seriados. Também ama passar um tempo com a família, amigos e o namorado, aproveitando um delicioso jantar ou churrasquinho. Bela, pisciana, sonhadora, comunicativa e atraente: essa é a personalidade que estampa a última edição de 2018 do Viver Cascavel!

Idade: 35 • Peso: 79 • Altura: 1,80
Make e hair: Eubella Coiffeur • Look: Inaous
Fotos: Sergio Macacari

VIVER CASCAVEL

Confira mais fotos no site
www.vivercascavel.com.br

SOCIAL

01 - Família Lima comemora 1 ano do Samuel
02 - Helena de Souza Celuppi
03 - Dani Bau e Erasmo Wairick
04 - Thiago e Sandra à espera do Arthur
05 - Daiane
06 - Em reunião na Amop, o Secretário Executivo da Amop, Vinicius Almeida dos Santos, o Reitor da Univel, Renato Silva, o Presidente da Amop, Anderson Bento Maria, e o Pró-Reitor Administrativo da Univel, Lucas Silva
07 - Equipe Bras Eyewear
08 - Daniella Barreiro
09 - Ana Laura Zonta
10 - Carolina Camana

GIBA'S
AUTO SERVICE
Performance
PEÇAS E SERVIÇOS
mecânicos premium
www.gibas.com.br
gibas_auto_service
Giba's Auto Service
Av. Brasil, 2669 - Cascavel - PR • (45) 3227-3233 99117-4333

11

Franciane Wenuka de Lima
Edição nº 435

12

13

14

15

16

11 - Gilberto Martignoni e Jefferson Laurindo na inauguração da Stage Music Club
12 - Lauhany Paula Henz e Marcos Paulo na Stage
13 - Graciela Piano e Stella Marys Bertoncelli na Stage
14 - Victor, Viviane, Karen e Jefferson na Stage
15 - Ivonete Dalpasquale, Marcos Willems, Maciel Lima e Fabiana Macagnan na Stage
16 - Fernando, Kaliandra e Allan no Puffin'

TELEFONES ÚTEIS

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS: (45) 3035-1134 • CENTRAL DE TÁXI: (45) 3226-5279 - 3226-0046
PROCON: (45) 3902-1720 • SANEPAR (ÁGUA/ESGOTO): 115 • COPEL: 08005100116
DETRAN: 3321-3351 • CETTRANS: 3036-8088 • POLÍCIA CIVIL: 197 • POLÍCIA MILITAR: 190
BOMBEIRO/SIATE: 193 • SAMU: 192

1º, 2º E 3º

Rafael Forner
Rodrigo R. Gomes
Isabella H. Nishiyama

MATRICULE-SE NO MELHOR!
(45) 3220-2840
CASTRO ALVES, 1897 - CENTRO

LUGAR MEDICINA UNIOESTE 2019

ALFA
REDE DE ENSINO

ALFAONLINE.COM.BR

AINDA DÁ TEMPO:

5 DICAS PARA ENTRAR EM FORMA NO VERÃO

Confira dicas para tentar enxugar as medidas e adotar um novo estilo de vida para 2019

1. Comece - nunca é tarde para adotar hábitos saudáveis que irão beneficiar a sua saúde.

2. Escolha uma modalidade que tenha a ver com você - para que o "projeto verão" vire uma rotina, analise qual exercício tem mais a ver com você e que te estimula a sair de casa para treinar.

3. Mantenha-se motivado - na correria do dia a dia, é normal que a pessoa não esteja sempre animada para se exercitar. A própria modalidade que escolher praticar pode dar um empurrãozinho. Optar por um treino que tenha a música como papel fundamental, pode ajudar.

4. Programa completo - é importante, principalmente na reta final do ano, pensar em uma modalidade que exercite o corpo todo, que tonifique os músculos e promova um trabalho cardiorrespiratório.

5. Acompanhamento - é fundamental ser auxiliado por um nutricionista e outros médicos que possam acompanhar a evolução do praticante de esportes, evitando qualquer lesão. O instrutor da academia também tem papel importante, uma vez que está acompanhando de perto o aluno desde a postura para executar os movimentos e toda a sua evolução.

Fonte: STRONG by Zumba®

Sedución MOTEL

www.**motelseducion**.com.br
/Motel Seducion
(45) 3226-0311 | 3326-0374
BR. 467 - Saída para Toledo com
Rua Jorge Lacerda - Cascavel-PR

Ernesto's
COMIDA CASEIRA
40 anos

Aos clientes e amigos deixamos nosso agradecimento pela confiança e parceria em 2018.
E que 2019 seja recheado de muitos sabores!

/Restaurante Ernesto's @restauranteernestos
(45) 3223-8450
Av. Brasil, 6319, ao lado do Lord Hotel

Boas viagens começam com boas escolhas

Existem muitas empresas especializadas em turismo e escolher uma agência de viagens geralmente é algo muito pessoal. Mas, existem alguns pontos importantes que devem ser levados em consideração como:

- Qualidade do serviço
- Valores
- Atendimento do agente
- Comentários de viajantes que contrataram os serviços anteriormente

Viajar com uma empresa comprometida e séria pode proporcionar segurança e tranquilidade durante suas férias. Em Cascavel existem várias empresas de turismo e entre as minhas favoritas está a "Al Mondo", em que todo o suporte é oferecido para o viajante conforme seu estilo e preferência. Por isso, pesquise muito bem antes de entregar sua viagem dos sonhos na mão de um profissional da área.

Qualquer dúvida entre em contato e lembre-se viajar é viver bem!

Gaby Mochi tem 22 anos.
É historiadora e agente de viagens.
/Gaby.Mochi @suaagentedeviagens

NOVOS
HORIZONTES
EM 2019
A Clube Turismo Cascavel
tem a satisfação em
anunciar sua nova identidade:
Al Mondo Turismo
Al Mondo
turismo
Cascavel - PR
Rua Nereu Ramos, 1765
(45) 3322-3322
Cuiabá - MT
Shopping Estação
(65) 3055-2525

honjo®

Loja Matriz:
Rua Carlos Gomes - 3902, Centro
(45) 3225-2737

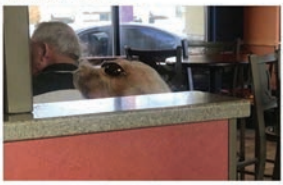
Loja Filial e Clínica:
Avenida Brasil - 2792, São Cristóvão
(45) 3303-4644

Clínica Veterinária:
Rua Carlos Gomes - 3886, Centro
(45) 3224-2737

HUMOR

O cabelo dessa senhora parece um cachorro de óculos ou é impressão minha?

Translate from Portuguese



Perto do dia de Natal um juiz estava interrogando um réu:
- Do que o senhor é acusado?
- De fazer as compras de Natal antes do tempo.
- Mas isso não é crime nenhum!!
Com que antecedência estava fazendo as compras?
- Antes da loja abrir... app: Top Imagens

QUANDO SUA MÃE ESTAVA TE BATENDO E CHEGA VISITA

Quando chega final do ano e você precisa de ponto pra passar

ACOMPANHE
OS **ENSAIOS**
E MAKING-OFS
PELAS NOSSAS
REDES SOCIAIS

/vivercascavel

VIVER CASCAVEL

BOA Pedida

Sob nova direção, o Restaurante e Pizzaria Europoint preparou novidades para suas principais refeições. No almoço de segunda a sexta, com uma deliciosa comida caseira, o preço do quilo fica por R$ 37,90. Nas noites de terça a domingo a Europoint oferece novos sabores de pizzas À La Carte e Delivery, preparadas no forno a lenha. Além disso, de terça a quinta as pizzas estão com valor especial de promoção. Comida boa, com qualidade e preços atraentes.

NOVO ENDEREÇO
(45) 3223-5589
Rua Marechal Cândido Rondon, 3146 - Cancelli

Há 30 anos o Bistrô Restaurante e Piano Bar alia sofisticação e qualidade, em um ambiente especial, que remete aos cafés mais requintados da França. O cardápio é rico em opções de entradas, drinques e pratos À La Carte, sempre acompanhado por boa música ao vivo. Todos os detalhes são pensados para deixar sua noite mais especial com atendimento de segunda a segunda.

Rua Rio de Janeiro, 765
(45) 3224-3219

Para acompanhar a estação do ano, o Restaurante Picasso oferece um cardápio especial que conta com entrada de carpaccio com tomates secos por R$ 38,00. Além disso, são sete opções de pratos principais e cinco de deliciosas sobremesas. Ambiente requintado e aconchegante aliado à melhor vista da cidade. Aberto nas noites de segunda a sábado.

Av. Brasil, 6282
Ed. Central Park - 16º andar
(45) 3224-3300
(45) 99101-5000

NUTRIÇÃO É TREINAMENTO É RECUPERAÇÃO É 100%

Ninguém vai discutir a importância da dieta quando se trata de alcançar seus objetivos físicos. Um plano nutricional que não esteja de acordo com o seu objetivo dificultará muito o seu alcance.

Se você não está ingerindo nutrientes suficientes, seu corpo não estará em um estado ótimo de construção muscular. De fato, se você não comer o suficiente, é provável que até perca a massa muscular, apesar do treinamento intenso. Além disso, se não está consumindo o suficiente, o crescimento muscular vai parar, mas isso não significa necessariamente que quanto mais você come, mais o músculo vai crescer. Este é um dos maiores erros que você pode cometer quando treina para construir um físico estético e muscular: comer muita porcaria e alcançar um alto percentual de gordura corporal na esperança de estimular mais crescimento muscular.

Dorian Yates disse: "Nutrição é 100%. Treinamento é 100%. Recuperação é 100%." Basicamente, se você quiser resultados máximos, tudo conta. E aquele que você não está prestando atenção será responsável por sua falta de progresso.

Não consumir proteínas ou calorias suficientes para sustentar o crescimento muscular levará a ganhos mais lentos. Quando você é um levantador natural, seu corpo tem uma capacidade limitada de construir músculos. A quantidade de músculo que você pode construir depende da capacidade do seu corpo para sintetizar o novo tecido muscular a partir da proteína ingerida.

As capacidades de síntese de proteínas do seu corpo dependem dos seus níveis naturais de testosterona; sua relação testosterona a cortisol; sua sensibilidade à insulina; e sua genética. Você pode comer qualquer quantidade de comida que quiser, mas não pode alterar seu limite de síntese de proteína naturalmente. Comer em excesso só levará a um corpo mais gordo.

Fisiculturistas dos anos 60 e 70 contavam com bife, leite integral e ovos quando estavam aumentando. Eles comiam muito, mas ainda assim era uma comida boa e rica em nutrientes. Hoje em dia, os culturistas concentram-se em fast-food, pizza, donuts, bolos, etc. quando estão aumentando. Em ambos os casos, o volume de comida é grande, mas a qualidade é muito diferente.

FITNESS
JAMES BONDI

@james.bondi
j-arq@hotmail.com
(45) 9 9999-2309

Naturalista

RESTAURANTE

A natureza em forma de alimento

Horário de atendimento:
das 11h às 14h30min

Estacionamento próprio

(45) **3223-2629**

Rua Afonso Pena, 1752 - Centro - Cascavel - PR
próximo ao Hospital Dr. Lima

Mostra de Talentos CEMIC 2018

O Centro de Estudos do Menor e Integração na Comunidade (CEMIC) promoveu a V Mostra de Talentos CEMIC no dia 27 de novembro. A noite foi muito especial com a participação de colaboradores, familiares, diretoria e comunidade em geral que se reuniram no Teatro Emir Sfair para prestigiar o evento. Ao todo foram 22 apresentações com a participação de 70 crianças e adolescentes da instituição. O objetivo foi demonstrar para a sociedade os trabalhos desenvolvidos e estimular o lado artístico dos alunos. Além disso, o evento também contou a apresentação do Coral do Cascavel Rosa e Globoaves.

Fotos: Gina Prati

Deus é Fiel!

Doce Tempero

Personal Chef em sua casa!

Para recepcionar os amigos ou produzir um jantar, conte conosco.

QUE TAL UMA MARMITA GOURMET?

Exclusivo

P/ RETIRAR
NO BALCÃO

RESERVAS

(45) 99941.0204

DE SEGUNDA A SEXTA A PARTIR DAS 11H00

(45) 3224.9179
Doce Tempero Restaurante
Rua Paraná, 2447 - Centro

TEOREMA
SISTEMAS
NFC-e / NF-e / NFS-e / NFSC (21)
CT-e / MDF-e / SPED / BI / MOBILE
www.teorema.inf.br
teorema.cascavel@gmail.com
|45| 3227-2584 | 3229-1354 | 9108-4107

TONINHO
Cabeleireiros
Av. Carlos Gomes, 4008 - Fone (45) 3223-5247

DINÂMICA
ectdinamica@hotmail.com
Copiadora - Papelaria - Acesso Internet
- Cópias - Xerox
- Encadernação
- Impressão
- Serviços de fax
- Acesso à internet
- Cartão Estar
- Materiais para escritório e papelaria
- Recarga Claro, Oi, Vivo e Tim
(45) 3037-2881 / 3039-2880
Rua Antônio A. Massaneiro, 154 . Ed. Felipe Adura . sala 02 e 03 . térreo

FELIZ
natal
E UM PRÓSPERO
ano novo

NATAL É TEMPO DE COMEMORAR A **VIDA**, ESPALHAR O **AMOR** E SEMEAR A **ESPERANÇA**.

QUE EM 2019, VOCÊ POSSA **SER FELIZ COM A GENTE TODOS OS DIAS!**
BOAS FESTAS!

EQUIPE TAROBÁ FM

95.7
TAROBÁ FM

TODOS MERECEM FÉRIAS

FÉRIAS COLETIVAS DE 19/12 A 02/01

A **Viver Mais Comunicação** deseja um Feliz Natal e agradece a cada amigo e cliente que fez o nosso ano tão especial. **Muito obrigado**.

vivermais
COMUNICAÇÃO

make + penteado

R$ 200,00

EUBELLA
Coiffeur

/eubellac /eubellacoiffeur

45 3040 3800

Rua General Osório, 2897
Cascavel – PR

Férias coletivas de
24/12/18 a 07/01/19

Há alguns meses a Rede Globo lançou em sua programação, o primeiro episódio da série. Se você não viu e nem ficou sabendo, falaremos um pouco mais do enredo dessa produção americana maravilhosa The Good Doctor.

A série foi lançada no ano passado (2017) e tem como protagonista o médico cirurgião Shaun Murphy, um jovem que possui a Síndrome de Asperger (SA). Depois de uma infância problemática e de se formar em medicina, Murphy vai para o Hospital San Jose St. Bonaventure, onde tenta entrar para o departamento de cirurgia. Após uma longa reunião, ele consegue ser contratado pelo hospital, tendo o auxílio e como mentor o seu amigo Aaron Glassman. Uma curiosidade é que a versão americana foi inspirada em uma sul-coreana intitulada com o mesmo nome, que recebeu diversos prêmios.

The Good Doctor retrata de um modo brilhante, como uma pessoa que possui uma síndrome pode ocupar espaços, onde muitas pessoas achariam impossíveis. No caso do personagem de Murphy, ele utiliza técnicas para diagnosticar um paciente que um médico normal não usaria. É singular o modo que ele consegue diagnosticar um paciente. Mas, não podemos dizer, pois entregaria muito do seriado.

Por ser uma série dramática e médica, sempre terá muita emoção envolvida; tanto para o tratamento do paciente, quanto para a trama da vida dos próprios personagens. Com certeza, esse fator nos deixa muito instigados a continuar assistindo The Good Doctor. Sem falar nas atuações, por exemplo, o Murphy é interpretado pelo Freedie Highmore que é um ator MARAVILHOSO em todos os papéis que interpreta. Sério, vale muito a pena conferir!

Além disso, a série The Good Doctor é super curtinha... Tem até o momento, duas temporadas: a primeira com 18 episódios e a segunda, que ainda não está totalmente finalizada, com 10 episódios.

Está esperando o que para assistir essa maravilha de série?

Até a próxima!

Nos acompanhe no YouTube: Sérienique

Lohana L. Mariano Civiero e Renan Lorenzatto, jornalistas e mestrandos em Letras.
@lohanalarissa @renanlorenzatto

SÉRIENIQUE

NATAL
ENCANTADO
CASCAVEL JL SHOPPING
CRONOS
concorra a um
FIAT CRONOS
R$ 150,00 EM COMPRAS = 1 CUPOM
▪ CUPONS EM DOBRO ▪
PARA TROCAS DE SEGUNDA A QUINTA
Imagem meramente ilustrativa.
Consulte regulamento e lojas participantes no site.
Certificado de Autorização Caixa: 6-7077/2018
Cascavel JL
shopping

COMPARTILHE
VIDA
DOE SANGUE

ELOGIOS NÃO MERAMENTE ILUSTRATIVOS

Chef's

“ Só a melhor pizza que já comi na vida! Muito amor! E o atendimento que pode ser inclusive online! Você mesmo monta sua pizza com todos os detalhes! ♥ TOP 10/10 ”.

ALINE — 5★

PEÇA VOCÊ TAMBÉM:

CHEFSPIZZA.COM.BR
45 3035.3637

DELIVERY

THAIANA
viver
CASCAVEL
Confira mais fotos no site
www.vivercascavel.com.br
VIVER CASCAVEL

Assista ao making of

Aponte o celular ou tablet para a imagem acima e assista ao vídeo.

Baixe gratuitamente o app Realidade Aumentada Brasil na Apple Store ou Google Play.

TROCA DE ÓLEO

Novidade

PROMOÇÃO

TROQUE O ÓLEO E FILTROS E GANHE UMA LAVAGEM

(45) 3223-6699 9 9151-6699

Rua Vitória, 770 - Cascavel-PR
www.lavacarpingodagua.com.br

Espetoflex
Espeto giratório à pilha
Cascavel

Lava Car

Pingo D'agua

Lubrificantes

Especializado em HIGIENIZAÇÃO A SECO

- Teto
- Cintos
- Painel
- Estepe
- Bancos
- Tapetes
- Carpete
- Porta-Malas
- Forro de porta
- Embaixo dos Bancos

Distribuidor exclusivo para Cascavel e Região

(45) 3223-6699 9 9151-6699

www.espetoflexcascavel.com.br

CINEMA

Arcoplex
CINEMAS STADIUM
3D

Cascavel JL
shopping

O RETORNO DE MARY POPPINS

Numa Londres abalada pela Grande Depressão, Mary Poppins desce dos céus novamente com seu fiel amigo Jack para ajudar Michael e Jane Banks, agora adultos trabalhadores, que sofreram uma perda pessoal. As crianças Annabel, Georgie e John vivem com os pais na mesma casa de 24 anos atrás e precisam da babá enigmática.

Infantil | Musical

AQUAMAN

O filme revela a origem de Arthur Curry, meio homem, meio atlante, que embarca em uma jornada para descobrir quem ele realmente é e se ele é digno de seu destino... ser rei.

Ação | Aventura

DETETIVES DO PRÉDIO AZUL 2

Desta vez, os Detetives do Prédio Azul são desafiados a atravessar um oceano para concluir uma investigação e salvar um grupo de crianças enganadas por dois bruxos disfarçados de produtores de um concurso musical. Seguindo pistas, Pippo, Sol e Bento encaram uma viagem de vassoura até a Itália, onde, não por acaso, também acontece o maior evento de magia do mundo – a Expo-Bruxo.

Ação | Aventura | Nacional | Infantil

Faça como o Papai Noel, passe na Aerium e garanta o seu presente de Natal!

AERIUM

/AERIUMJLCASCAVEL

45 3226-1110

AVENIDA TOLEDO, 432 - CENTRO - CASCAVEL - PR

SERIADOS

LÚCIFER

O comandante do inferno, Lúcifer, se cansa da sua função e resolve pedir demissão do cargo e aproveitar a vida. Saindo de seu reino, decide se mudar para Los Angeles, onde se torna um empreendedor com a abertura de um negócio chique. Além disso, o Senhor do Inferno passa a auxiliar a polícia local na resolução de crimes e na punição de malfeitores.

Drama | Fantasia

THE GOOD PLACE

A história gira em torno de Eleanor Shellstrop, uma mulher que veio a óbito. Após a morte, ela é enviada ao Good Place (Bom Lugar), local destinado às pessoas que fizeram o bem em suas vidas. Porém, Eleanor descobre que está por engano e que não foi uma boa pessoa. A partir disso, resolve se redimir, concertar os erros do passado e seguir Michael, um homem que se torna seu guia.

Comédia

ARROW

Após ser dado como morto, o milionário Oliver Queen volta para casa. O jovem tenta se reconciliar com sua ex-namorada e voltar a sua antiga vida. Porém, conforme retoma o contato com as pessoas, Oliver percebe que está diferente e cria "Arrow", um vigilante decidido a lutar contra os males da sociedade. Além disso, o herói possui habilidades que adquiriu durante os anos que esteve sumido.

Ação | Fantasia

SCHORN

KNE

Bar de

DE SEGUNDA A SÁBADO
A MELHOR OPÇÃO PARA O SEU ALMOÇO

DE DOMINGO A DOMINGO
À NOITE
PRATOS À LA CARTE

RNSTEIN
EIPE
e Fábrica

ACOMPANHE NOSSAS PROMOÇÕES NAS REDES SOCIAS

/kneipecascavel

FAÇA SUA RESERVA
(45) 3306-0026

AVENIDA BRASIL, 2962 - SALAS 61 E 62
SHOPPING WEST SIDE - CASCAVEL-PR

ODONTOLOGIA & PSICOLOGIA

NOTA MÁXIMA NO MEC

AGENDE SUA PROVA

ODONTOLOGIA *(integral/noite)*

PSICOLOGIA *(manhã/noite)*

UNIVEL.BR
3036.3664

PAP SEM JUROS

univel CENTRO UNIVERSITÁRIO