

14 ANOS

FOLHA

decoqueiros

UM JORNAL SEM PRAZO DE VALIDADE DESDE O SÉCULO PASSADO ANO XIV nº 124 - SETEMBRO 2009 - SITE: WWW.FOLHADECOQUEIROS.COM.BR

FOLHA CHEGA AOS 14 ANOS COM PARCERIA DO BAIRRO

FOTO MARCELO BITTENCOURT



Jornal acompanha o crescimento de Coqueiros e ganha respaldo da comunidade e comerciantes. Um bom exemplo é do empresário Alexandre Chaves.

Festas agitam o bairro Abraão.
Hasteamento da Costela e torneio de dominó foram destaques.

PÁGINAS 7 E 16

Chef Sylvinho Pirajá estréia página de gastronomia. Confira as receitas de pratos com sabor de mar.

PÁGINA 17



Rei do Bacalhau

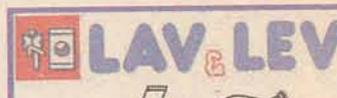
Cozinha portuguesa feita por portugueses, com certeza. A partir das 19h de segunda a sábado

Rua Des. Pedro Silva, 3130
Fone: 3348-0716
Reservas: 3244-1387



FORNERIA Pappatore
Massas e Pizzas

Tele-entrega
48 3249-0990



LAV & LEV

Lavação à Seco

A lavanderia que não mistura suas roupas

3244-6385
Av. Eng. Max de Souza, 1158 - Coqueiros



Art's di Sabores

ASSADOS E SUCOS
TELE-ENTREGA

3248-0055

Em frente a Caixa Econômica de Coqueiros.

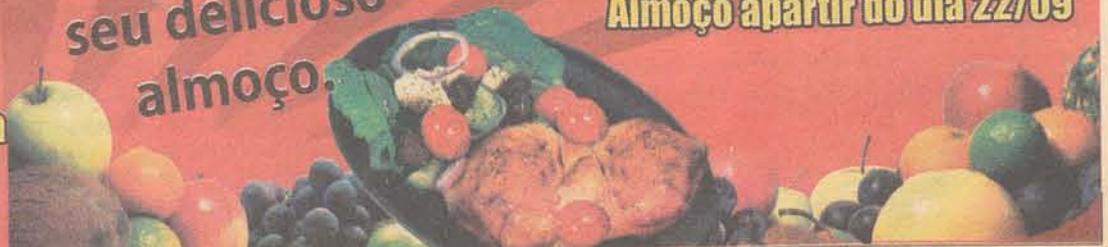
Passe no Art's di Sabores faça um lanche ou seu delicioso almoço.

ACEITAMOS ENCOMENDAS DE MARMITAS.

"Cozinha Rei da Feijoada"

Aceitamos Cartões de Crédito e Tickets

Almoço a partir do dia 22/09



EDITORIAL

MEMÓRIA

Mais um ano

A Folha de Coqueiros completa, neste mês de setembro, 14 anos de existência. Para marcar a data, elegemos os comerciantes do bairro, desde a primeira edição do jornal, são nossos fiéis parceiros. Por isto, escolhemos o pioneiro no ramo de negócios de revistas e jornais, o empresário Alexandre Teixeira Chaves, para ilustrar a matéria de capa da Folha de Coqueiros. Dono de banca de revistas há 16 anos no bairro, Alexandre sempre incentivou a distribuição da Folha a exemplo dos grandes jornais do país como Folha de São Paulo e Estadão.

Assim como ele, o jornal mantém, até hoje, uma lista de anunciantes que registram sua marca nas páginas da Folha. Empreendedores, com certeza, já que venceram a concorrência com bom atendimento, amizade e cumplicidade. Portanto, nada mais justo do que marcar os parceiros: Polimed Coqueiros; Banco do Brasil; Floricultura Indaiara; Ewem Meias; Pró-loja; Confeções Bettio; Mini Mercado Coqueiros; Fisk; Salão de Beleza Cris; Pizzaria Chico Toquinho; Panificadora Princesinha; Mecânica Diplomata; Salão Kaeté e Eletrônica Coqueiros. Sem eles e tantos outros, a Folha não teria chegado tão longe.

Do mesmo modo que os antigos comerciantes foram seduzidos pela magia de Coqueiros, novos empresários estão chegando atraídos pela infra-estrutura, natureza privilegiada, farta gastronomia e proximidade com o centro da cidade. Pode-se citar a Agência de Turismo Marazul; a Vital Forma; a Cinemateka; Zeredo Veículos; Telhas e Cia; RN Cartuchos; Salão de Beleza Vânia Castanho; TCA Corporativo; Dandog'S; Novarti Consultoria Imobiliária; Safira Boutique; Alcaçuz Café; Art's di Sabores.

Como se vê, o crescimento comercial não pára. Sai uns, chegam outros. Mas não se pode esquecer que o patrimônio, principalmente natural, deve ser preservado. Afinal, os encantos do bairro que tanto atraem os novos moradores precisam ser conservados para manter a qualidade de vida.

Neste quesito, a Folha, apoiada pela comunidade e associações de bairro, vai continuar fazendo a sua parte. Além de informar, o jornal pretende sempre trazer novidades aos leitores a exemplo da coluna, publicada este mês na página 17, com o chef Sylvinho Pirajá.

Boa leitura

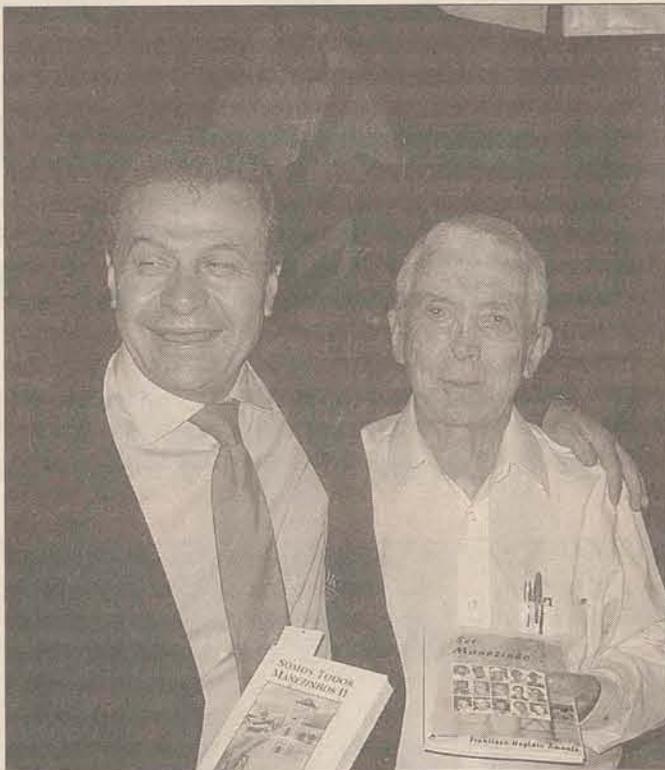
Da editora

Morre o manezinho-mor

FOTO DIVULGAÇÃO

Duas mortes deixaram mais tristes os bairros de Coqueiros e Abraão. No mês de agosto, foi a vez do escritor Francisco Hegídio Amante, o querido Chico Amante. Manezinho do bairro Abraão, não resistiu a uma cirurgia de urgência, por causa de um tumor recém-descoberto no intestino, e faleceu às 15h do dia 19, aos 75 anos. Chico Amante era um grande colaborador da Folha de Coqueiros. Volta e meia enviava um artigo, uma carta, uma matéria, uma dica de pauta ou apenas recados com palavras de carinho como as recebidas por esta editora logo ela se submeteu a uma cirurgia de quadril, no mês de maio.

A última reportagem foi sobre o time de futebol do Abraão, Os Intocáveis, que completavam, em 2009, 17 anos de fundação. Publicada na edição de abril da Folha de Coqueiros, a matéria vinha acompanhada de um e-mail afetivo e modesto: "Querida amiga Sibyla, tentei caprichar o máximo que pude, e envio o texto para a sua análise. Naturalmente, que você poderá fazer qualquer modificação ou supressão, para atender as normas do jornal", pediu Chico Amante.



CHICO AMANTE: com o secretário da Cultura Gilmar Knaesel

Nos últimos meses, vinha se ensaiando para escrever uma coluna mensal na Folha. Mas não deu tempo. "Saiu à francesa", relatou o jornalista César Valente, no seu blog, logo após o sepultamento de Chico no Cemitério São Francisco de Assis, no Itacorubi, em Florianópolis. Na verdade, o jornalista transcreveu as palavras de uma amiga que, a exemplo dos demais conhecidos, não imaginava o inquieto Chico preso em uma cama de hospital.

Pesquisador das tradições açorianas e um entusiasta do estilo de vida dos manezi-nhos da Ilha de Santa Catarina, deixou, entre seus livros, Somos Todos Manezinhos, Estas Mulheres Manezinhas e Ser Manezinho. Formado pela Faculdade de Ciências Econômicas de Santa Catarina, Chico foi presidente de três sindicatos (Comerciários, Contabilistas e Economistas), além de ter sido professor de História e Geografia. Foi ainda presidente da Associação dos Moradores do Bairro Abraão. Com certeza, resumiu Cacau Menezes, em sua coluna no Diário Catarinense: "Chico Amante, Zininho, Aldirio Simões, Ori, Betinho Hirtz. O Abraão nunca mais será o mesmo".

Pioneira no comércio de Coqueiros

FOTO MARCELO BITTENCOURT

A comerciante Marcília Ferreira da Silva morreu na noite de quarta-feira, 2 de setembro, vítima de um câncer de pulmão, descoberto 15 dias antes de falecer. No próximo dia 28 de novembro, ela completaria 73 anos, sendo 51 dedicados ao comércio do bairro. Uma das mais antigas comerciantes de Coqueiros, dona Marcília, proprietária do Mini Mercado Coqueiros, começou com uma venda, depois uma padaria e, por fim, comprou o terreno da Avenida Engenheiro Max de Souza, onde construiu a mercearia, no final da década de 50.

Ali, ela vendia de tudo. "Coqueiros tinha apenas uma meia-dúzia de casas. A maioria das ruas era de barro e todos os moradores compravam aqui, porque eu vendia



DONA MARCÍLIA: 51 anos de tradição no bairro

roupa, carne e vários outros produtos", contou em entrevista à Folha de Coqueiros. Apesar do desenvolvimento do comércio, o que levou muita gente a fazer compras em outros locais, dona Marcília não abandonou Coqueiros. "Esse é o melhor lugar para se morar em Santa Catarina, gosto de tudo e aqui é a minha vida", confessou à Folha.

De semblante sério e de poucas risadas, dona Marcília já estava afastada do balcão do caixa havia nove meses. Neste período, perdeu 35 quilos em decorrência de complicações do coração, diabetes

e pressão alta. No seu lugar, deixou a bisneta Fernanda que, além de comandar a tradicional mercearia, vai administrar a recém-inaugurada Cafeteria Vó Marcília. Com foto e matéria, o novo negócio foi divulgado, no último mês de julho, no Suplemento Especial da Folha de Coqueiros - o Folha Imóveis, em reportagem sobre gastronomia.

EXPEDIENTE

Distribuição gratuita - Abraão - Bom Abrigo - Itaguaçu - Coqueiros - Vila Aparecida - Saco da Lama - Capoeiras - Estreito
 Diretor Comercial: Silvano Barão Goulart - Jornalista responsável/Edição: Sibyla Loureiro - 782/DRT/SC - Textos: Sibyla Loureiro e Luiz Eduardo Schmitt - Fotos: Marcelo Bittencourt
 Arte: Rita Paulino - Editoração: Dois.Com - Departamento Comercial: Ilsa Ruzicki e Virtual Brazil
 Fofotitos e Impressão: Araucária Indústria e Edição - Cartas e artigos para Redação: fcoqueiros@brturbo.com.br -
 Redação e Comercial: Rua Abel Capela, 243 - Coqueiros - Florianópolis/SC - CEP 88080-250 - Fone (048) 3249-0163

www.folhadecoqueiros.com.br

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal, sendo de inteira responsabilidade de seus respectivos autores.

Clube se mobiliza contra a pólio

FOTO DIVULGAÇÃO

O Lions Clube Coqueiros se engajou na Campanha Nacional de Vacinação contra a Poliomielite, ocorrida no sábado, dia 19. Para isto, montou uma unidade de saúde na Sede Social do Condomínio Argus e as vacinas foram aplicadas por profissionais da Secretaria da Saúde e do Posto de Saúde do Abraão. Aberta ao público em geral, a iniciativa contou com a colaboração do síndico do condomínio, Abelardo Costa, da cal (companheira) Rosalba Luci Silva, e do presidente Carlos Alberto Tavares. Lançada em todo o país, a segunda etapa da Campanha Nacional Contra a Paralisia Infantil tem objetivo de imunizar cerca de 14,7 milhões de crianças - o que representa 95% das crianças menores de cinco anos. Para atender a meta, hospitais, escolas, shoppings centers e igrejas serviram como pontos de vacinação. Segundo o Ministério da Saúde, cerca de 115 mil postos de vacinação participam da mobilização em todo o País.



A primeira etapa foi realizada em 20 de junho e atingiu 95,7% do público-alvo. A vacina contra a do-

ença é oferecida gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS), durante todo o ano nos postos de saúde e nas campanhas de vacinação de rotina. Os bebês devem receber a vacina aos 2, 4 e 6 meses. Aos 15 meses, as crianças recebem o primeiro reforço. Mesmo assim, é importante que até os 5 anos de idade elas tomem anualmente as duas doses distribuídas na Campanha Nacional de Vacinação. O último caso de poliomielite registrado no Brasil ocorreu em Souza, na Paraíba, em 1989.

Dia das Crianças

Dia 12 de outubro, segunda-feira, vai ter festa no bairro. O presidente do Conselho Comunitário de Coqueiros, Luiz Gonzaga de Souza, promove festa na data que deve reunir, este ano, 1.500 crianças. O evento será no salão da Igreja Nossa Senhora do Carmo, de Coqueiros, das 9 às 18h, e terá como atração várias brincadeiras organizadas na Rua Bayer Filho: boi-de-mamão, com integrantes da Vila Aparecida e comandado pelo professor de Capoeira João Nilson, cama elástica, entre outros. Além da diversão ao ar livre, serão servidos almoço e cachorro-quente com refrigerante à tarde. No final do dia, as crianças ainda vão receber brinquedos e guloseimas. Quem quiser colaborar com a festa, pode ligar para o Conselho Comunitário no telefone 3348-8595.

Fila dupla

Moradores da Rua Estilac Leal, na Praia do Meio, estão se queixando dos estacionamentos em fila dupla. Só para citar um exemplo, eles relatam que nem mesmo o caminhão do lixo consegue trafegar na via, principalmente à noite quando começam a funcionar os bares da redondeza. Está na hora, portanto, de a prefeitura tomar alguma providência para resolver o impasse entre moradores e comerciantes do local. Afinal, foi o próprio prefeito Dário Berger o responsável pelo decreto que criou a Via Gastronômica de Coqueiros.

Nova diretoria

A Associação de Moradores de Coqueiros, que tomou posse em agosto de 2008, realizou sua primeira assembléia para eleição da nova diretoria. No evento, que ocorreu no salão da Igreja Nossa Senhora do Carmo, foram escolhidos, como presidente, James Lobo; como vice-presidente, Beatriz Cardoso, e como secretário Evêncio Elyas, além de outros integrantes da comunidade. Entre as propostas da diretoria, está a construção do Posto de Saúde de Coqueiros, a revitalização da orla e a luta para preservação do mangue próximo ao Parque de Coqueiros.

Aulas de Violão e Guitarra

(Clássico - Mpb - Rock - Blues - Afinações Alternativas)

- Joel Colman - Músico com 27 anos de estrada com dois cds gravados e vários shows pelo RS e SC.
- Aulas com 1 hora de duração individual ou dupla
- Leve sua aula gravada em Mp3 ou Cd com áudio profissional além do material fornecido pelo professor.
- Não Perca mais tempo, reserve agora mesmo sua aula experimental e desperte o músico que existe em você!!!

4052-8689 / 9147-8757 e-mail: joelcolman@gmail.com

www.joelcolman.com.br

PANIFICADORA

PRINCEZINHA

Estamos honrados em compartilhar desta jornada. Desejamos continuar a fazer parte desta história de 14 anos de sucesso

3244-0911

Av. Engenheiro Max de Souza, 1468 - Coqueiros

Notícias da AMBA

Encontro da 3ª idade

A diretoria da AMBA estará realizando no dia 22 de setembro de 2009, o 1º Encontro da 3ª Idade para Moradores do Bairro Abraão. Este evento faz parte do calendário de atividades Sociais da gestão 2008/2010 da AMBA. Com início às 13 horas, no Salão de Festas da Igreja Bom Jesus, e terá a seguinte programação:

13 horas: Os convidados serão recepcionados pelo saxofonista Miranda;

13h40: Abertura oficial;

14 horas: Palestra sobre Geriatria;

14h30: Palestra sobre segurança;

15 horas: Peça Teatral

16 horas: Coquetel

17 horas: Encerramento com sorteio de brindes e entrega de lembrança aos participantes.



Parque Aventura (Pedreira)

A ocupação do Parque Aventura, localizado entre os bairros Itaguaçu e Abraão, pelo Batalhão de Operações Especiais - BOPE da Polícia Militar de SC, ainda não foi discutido com as demais entidades interessadas em participar da utilização daquele espaço. Estamos no aguardo da Audiência Pública solicitada à Câmara de Vereadores pela diretoria da Associação dos Moradores do Bairro Abraão. Enquanto isso, o portão de entrada continua fechado a cadeado.

Calçamento

Moradores da Servidão José Amaro Ouriques esperam há 10 anos pela pavimentação asfáltica. Esta obra estava prevista para ser iniciada em 2007, ficou para 2008, rolou para 2009 e até a presente data nada. Acredito na atual Administração da Secretaria do Continente, que tem como secretário o vereador Deglaber, que muito tem feito pelo bairro Abraão.

Agradecimento

Agradecemos ao secretário municipal do Continente vereador Deglaber Goulart pela instalação de placas de sinalização proibindo parar e estacionar na Rua João Meirelles, em frente aos condomínios Patrícia/Tatiana e Fortaleza. A Comcap pela limpeza da vala próxima à Creche Dona Cota e a freqüente limpeza da praia do bairro Abraão.

A diretoria da AMBA agradece ainda ao sr. Sérgio Roberto (Serjão), servidor há 34 anos da Prefeitura Municipal, lotado na Secretaria Municipal do Continente. No setor Operacional há 20 anos, ocupa o cargo de chefe do Departamento de Obras. Excelente profissional e amigo do bairro Abraão. Sempre que o bairro necessita de ajuda, Sérgio prontamente nos atende. Obrigado pelos serviços prestados!

Utilidade Pública

Em atendimento à solicitação da atual Diretoria gestão 2008/2010, a AMBA foi declarada de Utilidade Pública Estadual, através da Lei nº 14.728 de 15/06/2009, sancionada pelo Exmo. Sr. Dr. Luiz Henrique da Silveira, Governador do Estado de Santa Catarina.

BiblioSESC (Relembrando)

Até dezembro de 2009, a cada 15 dias das 9 às 17 horas, ao lado da Creche Dona Cota e Posto de Saúde. Dias de visitação: Setembro: 11 e 25; outubro: 09 e 23, novembro 06 e 20, Dezembro: 04.

PARTICIPE!

AMBA fazendo o melhor por você!

Contato: paulorodrigues@iprev.sc.gov.br
Telefone: (48) 9941-5253

RN
CARTUCHOS

RECARGA
Cartuchos e Toner
Express

Tele Entrega Grátis

(48) 3249-1616

Rua: João Meirelles 1.067 | Sala 04 | Bairro: Abraão | Florianópolis/SC

A estrela de Florianópolis



LEGENDA (INTINERÁRIO)

— EXECUTIVO ABRAÃO

— EXECUTIVO BOM ABRIGO

6220 - EXECUTIVO ABRAÃO

EXTENSÃO IDA: 12,0 KM EXTENSÃO VOLTA 12,0 KM

Dia da semana - BC - Ida Vigência a partir de 30/01/06

07:00 - 07:15 - 07:45 - 08:05 - 08:40 - 09:00 - 09:50

10:15 - 11:00 - 11:50 - 12:35 - 12:50 - 13:05 - 13:20

13:50 - 14:05 - 15:00 - 16:00 - 16:40 - 17:00 - 17:15

17:45 - 18:00 - 18:50 - 19:20

Ponto Final de Capoeiras

R. José Filomeno
 Av. Josué di Bernardini
 Av. Presidente Kenedy
 Av. Ivo Silveira
 R. Dib Cherem
 R. Patrício Caldeira de Andrade
 R. Prof. Rosinha Campos
 R. João Meirelles
 R. Fernando Ferreira de Mello
 R. José Lins do Rego
 R. Antenor de Moraes
 R. João Meirelles
 Av. Pedro Filva
 Av. Max de Souza
 R. Cap. Euclides de Castro
 Ponte Gov. Pedro Ivo Campos
 R. Antônio Pereira Oliveira Neto
 Av. Paulo Fontes
 Av. Hercilio Luz
 R. José Jacques
 R. Artista Bittencourt
 R. Santos Dumont
 R. Arcipreste Paiva
 R. Tennete Silveira
 R. Álvaro de Carvalho

Alça do Antigo Term. da Francisco Tolentino
 Av. Paulo Fontes
 R. Pedro Bittencourt
 Av. Gustavo Richerd
 Ponte Colombo Salles
 Alça de Saída da Ponte Colombo Salles
 R. Capitão Euclides de Castro
 Av. Max de Souza
 Av. Pedro Silva
 R. Joao Meirelles
 R. Antenor de Moraes
 R. José Lins do Rego
 R. Emilio Milles
 R. Plácido de Castro
 R. Fernando Ferreira de Mello
 R. João Meirelles
 R. Procópio Ferreira
 Av. Patrício Caldeira de Andrade
 R. Nagib Jabor
 R. Dib Cherem
 Av. Ivo Silveira
 Av. Pres. Kenedy
 R. Altamiro Di Bernardi
 R. José Filomeno
 Ponto Final



TARIFA R\$3,50

6221 - EXECUTIVO BOM ABRIGO

EXTENSÃO IDA: 13,0 KM EXTENSÃO VOLTA 13,0 KM

Dia da semana - BC - Ida Vigência a partir de 30/01/06

07:30 - 08:20 - 09:30 - 10:40 - 11:25 - 12:10

13:35 - 14:30 - 15:30 - 16:20 - 17:30 - 18:25

R. Tennete Silveira
 Alça do Antigo Term. da Francisco Tolentino
 Av. Paulo Fontes
 R. Pedro Bittencourt
 Av. Gustavo Richard
 Ponte Colombo Salles
 Alça de Saída da Ponte(colombo Salles)
 Rua Capitão Euclides de Castro
 Av. Max de Souza
 Av. Almirante Tamandaré
 R. Santos Lostada
 R. São Cristóvão
 R. Ivan Dentice Linhares
 R. Fritz Müller
 Av. Pedro Silva
 R. Capitão Savas
 R. Léo Vitor
 R. Ivo Reis Montenegro
 R. Monsenhor Frederico Hobold
 R. Capitão Savas
 R. João Meirelles
 R. Antenor Moraes
 R. José Lins do Rego
 R. Eminio Milles
 R. Plácido de Castro
 R. Fernando Ferreira de Mello
 R. João Meirelles
 R. Procópio Ferreira
 R. Patrício Coldabra de Andrade
 R. Nagiv Jabor
 R. Dib Cherem
 Av. Ivo Silveira
 Av. Presidente Kenedy
 R. Altamiro di Bernardi
 R. José Filomeno (pf)

R. José Filomeno (pf)
 Av. Josué Di Bernardi
 Av. Presidente Kenedy
 Av. Ivo Silveira
 R. Dib Cherem
 R. Patrício Caldeira de Andrade
 R. Professora Rosinha Campos
 R. João Meirelles
 R. Fernando Ferreira De Mello
 R. José Lins do Rego
 R. Erminio Milles
 R. Plácido de Castro
 R. Fernando Ferreira de Mello
 R. José Lins do Rego
 R. Antenor de Moraes
 R. João Meirelles
 R. Capitão Savas
 R. Monsenhor Frederico Hobold
 R. Ivo Reis Montengro
 R. Léo Vitor
 R. Capitão Savas
 R. Des. Pedro Silva
 R. Fritz Müller
 R. Ivan Dentice Linhares
 R. São Cristóvão
 R. Santos Lostada
 Av. Almirante Tamandaré
 Av. Max de Souza
 R. Capitrão Euclides de Castro
 Ponte Gov. Pedro Ivo Campos
 R. Antônio Pereira Oliveira Neto
 Av. Paulo Fontes
 Av. Hercilio Luz
 R. José Jacques
 R. Santos Dumont
 R. Arcipreste Paiva



3244-1568 estrela@tcestrela.com.br



Noite de glamour e celebração na festa de entrega do Residencial Belle Vie , em Coqueiros



Mônica e Mario Silveira



Patrícia, Augusto e Letícia Silveira



Os casais Bohlke e Dallagnelo receberam as chaves de seus imóveis representando os proprietários do Empreendimento

O evento realizado na terça-feira, 15 de setembro, contou com a presença de mais de 300 pessoas. Em noite especial, a entrega do Residencial Belle Vie marcou uma nova era para a Álamo Construtora e seus clientes.

Empresa competente que busca constantemente o aprimoramento de suas obras, com os melhores e mais modernos produtos existentes do mercado da construção civil. Entrega seu novo empreendimento, qualificado pela sua área de lazer e primazia em acabamentos e sofisticação.

O Belle Vie, situado à Beira Mar de Coqueiros, engloba todas as características de um resort ou um hotel de luxo, com o conforto de uma residência de alto padrão.

Em clima de festa, a construtora teve o prazer de convidar futuros moradores e amigos para prestigiar a entrega das chaves dos apartamentos, com a presença do Sr. Mário César da Silveira, diretor e proprietário da Álamo Construtora.

"Quando compramos o terreno, tínhamos pela frente uma grande responsabilidade. Afinal, não poderíamos construir mais um bloco de apartamentos, mas, sim, uma obra integrada ao ambiente e que estivesse de acordo com a aspiração do bairro de

Coqueiros", comemora o diretor da Álamo. Para ele, o resultado atendeu as expectativas. *"Basta ver que a maioria dos futuros moradores reside nas redondezas"*, explica Mário César.

Um deles é o empresário Rogério Bruch, 41 anos. Morador da Rua Abel Capela, Rogério resolveu investir num apartamento de três quartos justamente pelo diferencial do empreendimento. *"Trata-se de um clube, pois reúne áreas de lazer, esporte e social"*, analisa o empresário, que é casado e pai de três filhas. Segundo Rogério, o Belle Vie é um marco para Florianópolis, para o Continente e, especialmente, para Coqueiros.

O profissional de Educação Física, Gustavo Ricardo Schutz, 29 anos, também escolheu Coqueiros para morar depois de casado. *"Nasci no bairro e, por isto, pretendo ficar perto da casa de minha família"*, explica Gustavo. Ele e a namorada Elinai, que casaram quatro dias depois da entrega dos apartamentos, elegeram o Belle Vie por causa da área de lazer. Apaixonados por esporte, já que Elinai também é formada em Educação Física, foram atraídos pela piscina e pela segurança do Residencial. *"Gostamos do local -porque os prédios não ficam próximos à avenida, e sim distribuídos ao longo da área do condomínio"*, acrescenta.

O evento foi realizado no Salão de Festas e Luau Place do Belle Vie e os convidados puderam usufruir de um agradável coquetel, brinde de champagne e a cerimônia de entrega das chaves.

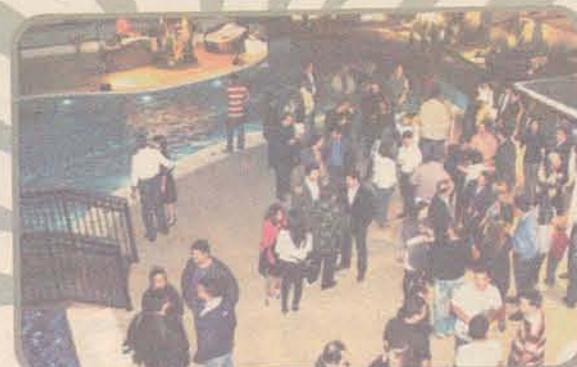
Com louvores, a Álamo teve o prazer de entregar o completo empreendimento Belle Vie e orgulha-se de fazer parte da vida de seus clientes. Essa é a mais nova prova que a **Álamo Constrói a Arte de Morar Bem.**



Mario Motta foi o mestre de cerimônias da noite



Mário Silveira e Antônio Pirajé Martins



Os convidados desfrutaram de uma noite inesquecível

Álamo
CONSTRUTORA
Construindo a arte de morar bem.

www.alamoconstrutora.com.br

Governo promete instalação de câmeras

Por Maiara Gonçalves

Uma das principais e mais antigas reivindicações da população da região de Coqueiros, que inclui ainda os bairros Itaguaçu, Bom Abrigo e Abraão, deve ser atendida até o fim do ano. A Secretaria de Estado da Segurança Pública e Defesa do Cidadão (SSPDC), de Santa Catarina, deve instalar, até dezembro, o sistema de videomonitoramento em 22 pontos nas principais ruas da região. O equipamento de vigilância trará conforto e segurança para a comunidade apreensiva com o aumento no número de pequenos furtos e arrombamentos de carro, a maioria ligada ao consumo de drogas.

De acordo com o presidente do Conselho Comunitário de Segurança (Conseg), de Coqueiros, coronel Thiers da Costa Marques Sobrinho, a boa notícia é resultado de anos de luta da comunidade. Esta e outras solicitações foram apresentadas pelos Consegs da Capital à secretaria durante reunião realizada no dia 2 de setembro. A resposta do Governo Estadual foi o lançamento do Plano de Combate à Criminalidade que será desenvolvido, numa primeira etapa, nas 12 cidades catarinenses que registraram taxas de homicídio superiores a 10 mortes por grupo de 100 mil habitantes. "Saí muito otimista da reunião, principalmente porque, agora, com esse plano, o trabalho será feito com um objetivo específico e não mais em atitudes isoladas", avalia Thiers.

Representantes de 11 Consegs de Florianópolis participaram da reunião com o governador Luiz Henrique da Silveira e toda a cúpula da Segurança Pública. O plano prevê a realização de blitz em áreas de risco, barreiras policiais móveis e integradas e cumprimento de man-



ENCONTRO: Segurança Pública se reúne com Consegs de Florianópolis e anuncia plano de combate ao crime

dados de prisão. Equipes com sete agentes de polícia e um delegado-coordenador serão formadas pela Polícia Civil para realização de operações em áreas críticas já mapeadas e também para checar os alvarás de funcionamento de bares e restaurantes. Algumas cidades da Grande Florianópolis, como São José, Palhoça e Biguaçu, receberão reforço de policiamento.

Em reunião realizada no mês de julho, o Conseg de Coqueiros já havia solicitado o envio de mais duas viaturas para fazer o policiamento ostensivo no bairro. Segundo o presidente, o pedido foi atendido e as rondas são

feitas durante a semana das 19 às 23 horas e aos sábados e domingos até as 6 horas da manhã, e servem para melhorar a segurança em pontos considerados mais vulneráveis à criminalidade.



CÚPULA: secretário Ronaldo Benedet e governador Luiz Henrique assinam documento

Conselhos criam associação

Os 12 Conselhos Comunitários de Segurança que estão em atividade hoje na Capital reuniram-se na noite de quinta-feira, 10 de setembro, para fazer uma avaliação do encontro com o governador Luiz Henrique da Silveira, no início do mês, quando foi lançado o Plano de Combate à Criminalidade. Durante a reunião, cada conselheiro fez um relato da situação de sua comunidade.

Os dois principais assuntos discutidos foram a violência nas escolas, para a qual deve ser criada uma comissão dentro de cada unidade de ensino a fim de acompanhar mais de perto a situação, e o número de efetivos da Polícia Militar, considerado baixo em relação ao tamanho da cidade. "Se não houver um aumento significativo do efetivo da polícia, pouca coisa vai ser modificada dentro do quadro atual", argumenta o presidente do Conseg de Coqueiros, cel Thiers.

Durante a reunião, também foram discutidos itens para a formulação de um estatuto que vai reger a Associação dos Consegs da Capital, criada para unir e fortalecer as reivindicações das entidades. Um novo encontro será marcado para a aprovação do documento.

Agora você tem mais conexão com a diversão.

Chegou a Internet da Viamax.

TOTALMAX
TV+INTERNET

TV Digital + Internet em um só pacote.

Um verdadeiro combo de diversão.

TV + Internet a partir de
R\$ **75,84***

Escolha o pacote de sua preferência e divirta-se

Ligue agora mesmo

3221-0777

Disponível para Florianópolis e região.**
www.viamax.com.br

VIAMAX
INTERNET

mais conteúdo e diversão por clique

Sua internet tem que ser Viamax.

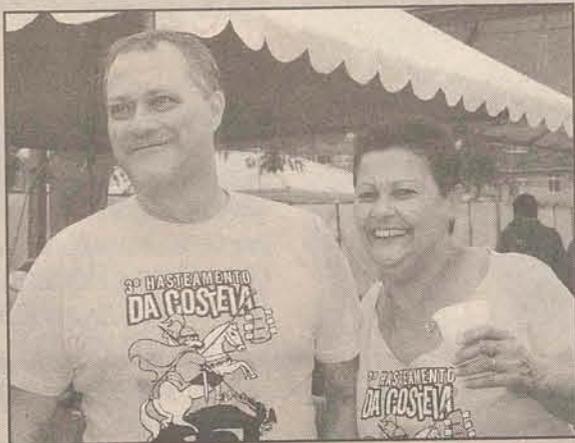
Acesso a internet a partir de
R\$ **34,90***

*Valor com desconto de 10% para pagamento em dia. **Instalação sujeita à viabilidade técnica e cadastral, mais o pagamento de uma taxa de instalação, conforme condições vigentes na data da assinatura do contrato. Validade 31/12/2009.

Uma bela tarde de outono



Os responsáveis pela Festa: os irmãos Odorico e Alex, junto com a mãe Karina



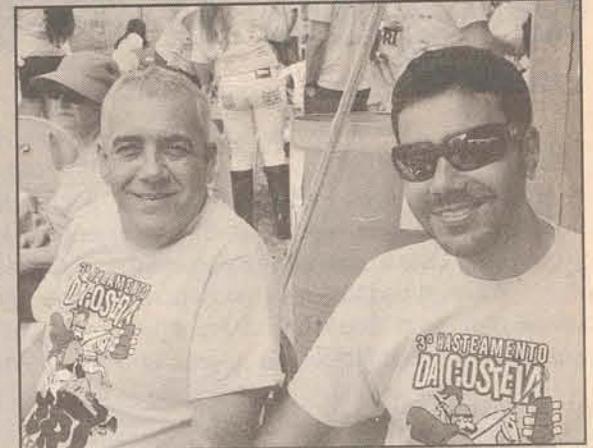
A simpática Ivonete, ao lado do boapraça Nal

Muita música, bebida, diversão e pessoas bonitas. Sem falar, é claro, da costela, que estava ao ponto. Assim pode ser resumido o 3º Hasteamento da Costela, uma das maiores festas já realizadas no bairro Abraão. Estão de parabéns a dupla Alex e Odorico, com seu staff de ajudantes, que conseguiu reunir cerca de 700 pessoas. Estavam presentes moradores tradicionais do bairro, manezinhos da gema e integrantes de várias outras tribos, num clima pra lá de alegre.

Para quem não se lembra ou está chegando agora, o primeiro hasteamento aconteceu numa festa de aniversário do falecido Ori, nascido em 7 de setembro. Lá pelas tantas, apareceram o Aldirio Simões e outros manezinhos da mesma estirpe e – papo vem papo vai, cerveja desce/sobe – o pessoal decidiu cantar o Hino Nacional. Ori não teve dúvida: como não tinha bandeira, hasteou a costela.

Agora, só nos resta esperar pelo próximo ano....

Mais fotos no www.folhadecoqueiros.com.br



Maureci Vieira e filho



Lu – freelancer na área de eventos



Fátima – da Foto Arte



Ilsa – da Folha de Coqueiros

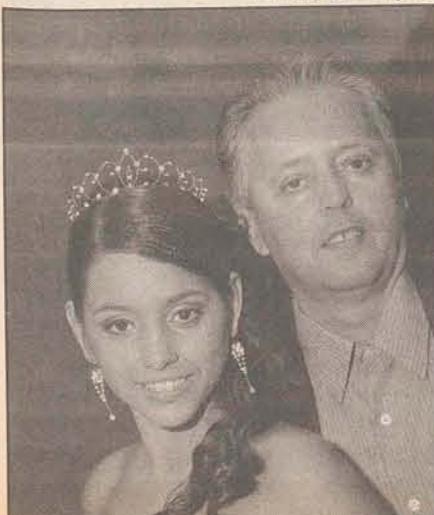
FOTO DIVULGAÇÃO



União

Família Schütz, de Coqueiros, comemorou o casamento do filho Guga e Elinai, dia 19, na Igreja Luterana.

FOTO DIVULGAÇÃO



Aniversário

Tássyla, a filha do Luiz, do Café Portal, completou 15 anos com uma bela festa, realizada no Clube dos Subtenentes e Sargentos do Exército, no bairro Estreito.

Disputa

O bairro Abraão também ficou agitado no mês de setembro por conta da realização de dois torneios de dominó: o do Ministério da Cerveja (em sua 7ª edição) e o do Bar do Telmo, em sua primeira edição. Ambos os locais ficam na Rua João Meirelles e são pontos de parada para quem gosta de boteco e deste jogo que já se incorporou ao jeito mané de ser.

No Ministério, os primeiros e segundo lugares ficaram com as duplas Nelinho e Coronel (foto) e Airon e Paulo César. Já no Bar do Telmo, a disputa foi ganha pelas duplas Nelson e Pironga e Ito e Cristina.



CRIS CABELEIREIRA
FONE: 3248-7180
 De terça à sábado das 9h às 19h
 Rua Eng. Max de Souza, 1458



Intocáveis

Time do Abraão, "Os Intocáveis" comemora 17 anos, mostrando o excelente condicionamento físico da equipe, obtido mais na mesa de bar do que no campo de futebol.

Jurerê

Corretora de Seguros

"Aqui você está Seguro"

Fones: 3249-5662 / 3028-5662 / 9907-7055 – Jorge Hexsel
jurereseguros@terra.com.br

- Automóvel
- Residencial
- Condôminos
- Náutico
- Empresarial
- Vida
- Saúde Empresarial
- Fiança Locatícia

O que é e como funciona o Procon

Marita Cavallazzi*

A Constituição Federal, nossa lei maior, estabelece que é dever do Estado e direito fundamental dos cidadãos a promoção da defesa dos seus direitos. Em Florianópolis existem dois órgãos de defesa do

consumidor, Procon Municipal e o Estadual, ambos com a mesma atribuição, ou seja, a proteção e defesa dos direitos dos consumidores.

O cidadão que se sentir lesado, enganado, prejudicado, em decorrência de uma compra ou de um serviço contratado, deve dirigir-se ao Procon (Municipal ou Estadual) e lá fazer sua reclamação. Para isto, é necessária a existência de uma mínima fundamentação, que poderá ser uma nota fiscal, um recibo, um orçamento, uma publicidade ou qualquer escrito que vincule o fornecedor de qual se está reclamando.

A partir daí, o Procon dará encaminhamento à denúncia, enviando ao

reclamado a chamada CIP (Carta de Investigação Preliminar), por meio da qual ele será informado da reclamação. Dependendo do caso, nesta etapa o fornecedor já há possibilidade de resolver a pendência.

Porém, caso não haja acordo no primeiro contato através da CIP, o fornecedor será convocado a participar de uma audiência conciliatória em data e horas predeterminadas. Nesta audiência estarão presentes as partes (fornecedor e consumidor) e o conciliador técnico do Procon, que procurará um acordo onde as partes sejam satisfeitas e o processo seja encerrado e arquivado.

É preciso deixar claro que ninguém é obrigado a assinar acordo. Se o fornecedor não tiver interesse em conciliar com o consumidor, o processo será encaminhado à assessoria técnica, que aplicará as

sanções previstas na Lei e o consumidor, se desejar, deverá procurar o Poder Judiciário para resolver o conflito.

Tanto o Procon como o Juizado Especial Cível não exigem a presença de advogado e não é cobrado nenhum valor ao que reclamar.

Reclame sempre, independente do valor do seu prejuízo. Exerça a cidadania, só assim transformaremos o Estado, por consequência o país, e por extensão o mundo. Reclame! Faça a sua parte.

Endereço do Procon Municipal: Rua Deodoro, 209, Centro - Florianópolis
Fone: (48) 3251-4400

Procon Estadual: Rua Victor Meirelles, 53, Centro - Florianópolis
Fone: (48) 2107-2900

Envie suas dúvidas ou sugestões para o e-mail: fcoqueiros@brturbo.com.br

* Advogada



NOVIDADE
no seu bairro.

imóveis novos e revenda

Venha nos fazer uma visita!

novarti.com.br
3288-0025

Centro Comercial Coqueiros
loja 20



cinamateka.
O melhor do cinema em sua casa

Nas Quintas-feiras
Todas as locações
pela metade do preço!



Local climatizado com café, lan house e ambiente exclusivo de frente para o mar!

Cinamateka.

A sua nova locadora com Cyber-café!

Rua Desembragador Pedro Silva, 2988
Coqueiros • Florianópolis • SC
(Ao lado do Diário Catarinense)

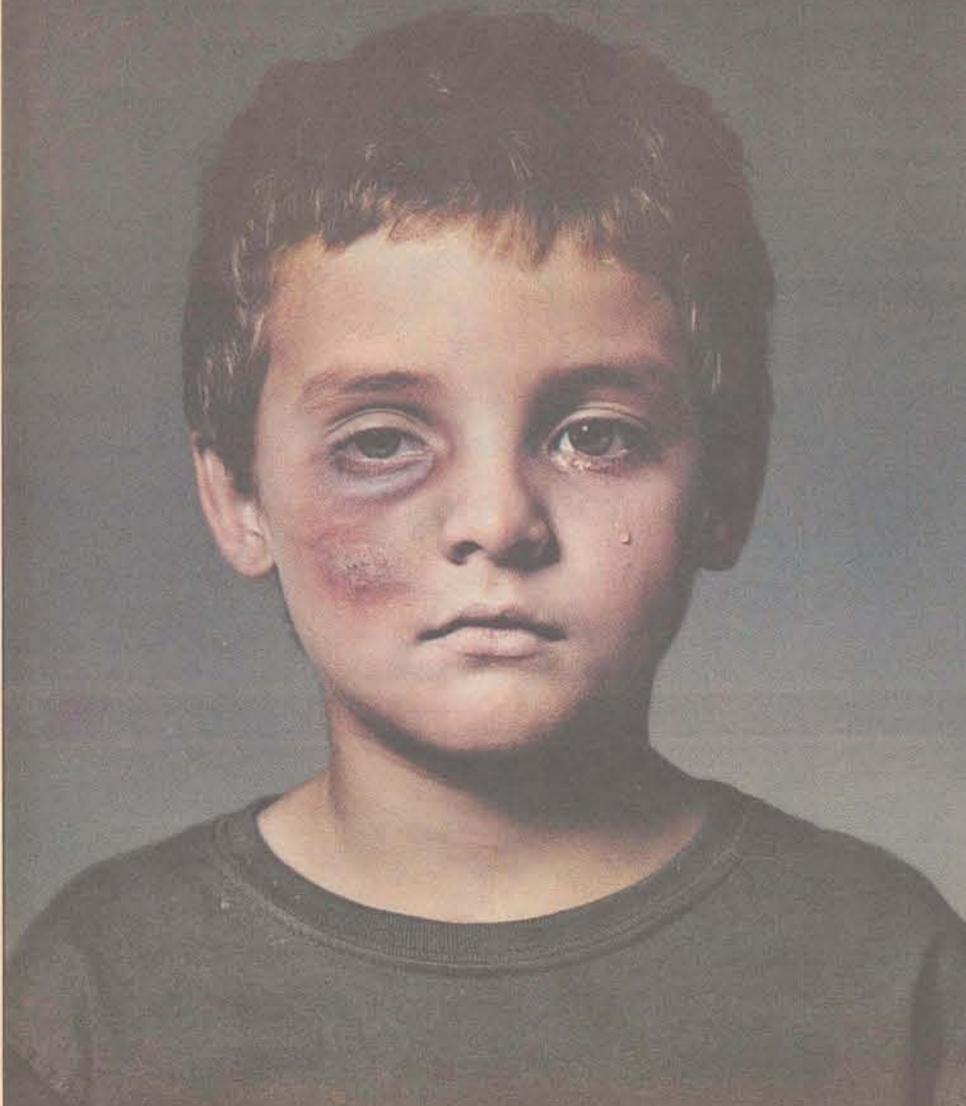
website: www.cinamateka.com.br

e-mail: sac@cinamateka.com.br

fone: 3028-8813

Ou você ajuda a vítima,
ou ajuda o agressor.

Fique do nosso lado.
Denuncie.



Campanha contra violência
e abuso sexual infantil.

DISQUE
100

OU PROCURE O
CONSELHO
TUTELAR

Secretaria do Estado
de Assistência Social,
Trabalho e Habitação
www.associal.sc.gov.br



Inaugurado Centro de Atendimento ao Cidadão

FOTO MARCELO BITTENCOURT

Os moradores da região continental de Florianópolis acabam de ganhar um local que reúne dezenas de serviços de utilidade pública. A Prefeitura Municipal inaugurou, dia 12 agosto, o Centro Integrado de Atendimento ao Cidadão do Continente (Ciac). O espaço, localizado no prédio da Secretaria do Continente, no bairro Coloninha, vai oferecer à população serviços ligados à Celesc, Casan, Procon, SESP (antiga SUSP), Zona Azul e também do Instituto Geral de Perícias (IGP).

Na prática, no Ciac será possível pagar contas de água e luz, retirar segunda via de faturas e documentos, efetuar a carteira de identidade, retirar atestado de bons antecedentes e consultar a viabilidade de obras e serviços (veja o box). Segundo o secretário do Continente, Deglauer Goulart, por volta de 30% das demandas da SESP são relativos a áreas na parte continental da cidade. Para Deglauer, o objetivo é fazer com que os moradores não precisem se dirigir até o Centro. "Não será mais necessário atravessar a ponte. Com isso, previne engarrafamentos e gera economia de estacionamento", explica.

O Ciac conta com dois profissionais ligados a cada órgão e funciona ao lado do Pró-Cidadão. Ao todo, são nove salas para atender a população. Para instalar os novos serviços, porém, foi necessário promover um remanejamento dos vários setores da secretaria. Um deles é a antiga cozinha do prédio, que foi transferida para outro local assim como os demais departamentos do órgão.

Outra novidade é a implantação da Sala das Gerências da Saúde, Educação e Esporte, além da Gerência de Desenvolvimento Social. Desse modo, o cidadão que enfrentar problemas com a falta de médicos no Posto de Saúde, por exemplo, pode reivindicar melhorias para a gerência da área. "Assim, estamos proporcionando mais autonomia para a secretaria", afirma Deglauer. Segundo ele, a criação do Ciac é um dos primeiros passos para transformar a pasta municipal em uma subprefeitura. Por isto, já está sendo estudada a possibilidade de construir uma nova sede.

De acordo com o secretário, as mudanças fazem parte da Reforma Administrativa implantada, este ano, pelo prefeito Dário Berger. A proposta é instalar na cidade três secretarias regionais – Norte, Leste e Sul da Ilha – para descentralizar a administração e ampliar o trabalho realizado atualmente pelas intendências. As novas pastas vão funcionar com melhor estrutura e maior autonomia para atender as demandas locais dos moradores, a exemplo do que faz a Secretaria Regional do Continente. "A idéia é modernizar e ampliar a prestação de serviços à população", diz Deglauer, lembrando que a Secretaria do Continente servirá de Projeto Piloto às demais pastas regionais.



CIAC: local vai facilitar acesso dos moradores do Continente a serviços de utilidade pública

entrega do novo prédio da Secretaria Regional do Continente, o Pró-Cidadão já oferecia diversos serviços à população e, de lá para cá, vem registrando um número expressivo de atendimentos. Só para exemplificar, no mês de agosto foram 1.130, seguidos do Zona Azul com 535; IGP com 199; Casan com 108; Procon com 77 e SMDU com 72, totalizando 2.121 atendimentos.

No Pró-Cidadão, que continua instala-

do junto às dependências da secretaria, o contribuinte pode retirar certidão negativa, segunda via do IPTU, nota fiscal avulsa, fazer parcelamento do IPTU, refis, requerimento de alvará, entre outros documentos.

Outro serviço que também está à disposição da comunidade é o posto bancário do Banco Santander. Ele funciona das 9 às 11h30 e das 12h30 às 17h.

Para ajudar no deslocamento dos

moradores do continente, está sendo solicitada à empresa de Transporte Coletivo Estrela a alteração no trajeto do Circular Abraão. O pedido é para que o ônibus transite também pelas vias Pedro Cunha e João Evangelista da Costa, rua em frente à Secretaria do Continente. De acordo com a assessora jurídica do órgão, Valéria Almeida, no local já existe um ponto de ônibus, o que facilita a mudança.

SERVIÇOS OFERECIDOS PELO CIAC

Casan

- 2ª via da fatura;
- Aferição do hidrômetro;
- Conserto de cavalete/ramal;
- Consulta de débitos/parcelamento;
- Deslocamento de cavalete/ramal;
- Ligação nova;
- Processo de vazamento oculto;
- Reclamação de faturamento;
- Religação;
- Transferência de titularidade/usuário;
- Outros.

Horário: das 10 às 16h

Procon Municipal

- Atendimento e orientações ao consumidor;
- Cálculo;
- Denúncias (fiscalização).

Horário: das 10 às 15h45

IGP – Instituto Geral de Perícia

- Emissão de carteira de identidade, 1ª e 2ª vias;

Horário: das 12 às 18h

Zona Azul

- Regularização;
- Posto de venda.

Horário: das 8h30 às 17h

Pró-cidadão

- Serviços imediatos:
- Nota fiscal avulsa;
 - Parcelamento administrativo;
 - Emissão de carnê de IPTU;
 - Emissão de alvará de funcionamento;
 - Outros.
- Serviços protocolados:
- Consulta de viabilidade;
 - Construção;
 - Revisão de IPTU;
 - Isenção de IPTU;
 - Alvará sanitário;
 - Alvará do Corpo de Bombeiros;
 - Outros.

Horário: das 8 às 17h30

SMDU- Plano Diretor Continente

Processos pertinentes ao Continente que necessitarem parecer do Plano Diretor passarão por este setor para posterior envio à Secretaria Executiva de Serviços Públicos (SESP).

- Construção;
- Aprovação de projeto;
- Alinhamento de muro;
- Substituição de projeto com acréscimo de área;

- Reforma;
- Acréscimo;
- Desmembramento/Amembramento;
- Loteamento;
- Demolição e certidão;
- Regularização de luz.

Horário: das 13h às 19h

Os processos de Consulta e Reconsideração de Viabilidade para Construção/Instalação e Certidões de Zoneamento que forem pertinentes à área Continental darão entrada no Pró-Cidadão e tramitarão somente no Plano Diretor do Continente.

Banco Santander

- Cobranças de faturas;
- Aberturas de contas.
- Empréstimos (para quem já possui conta no banco)

Horário: das 9 às 11h30 e das 12h30 às 17h

Serviços em implantação

- Atestado de bons antecedentes
- Consultas de viabilidade de obras e serviços
- Unidade da Celesc.

MAIS DE 2 MIL ATENDIMENTOS
Inaugurado em 2004 por ocasião da



Clínica de Fisioterapia

Fisioterapia
RPG
Hidroterapia
Terapia Manual
Atendimento domiciliar

Mariana Moschetta
Crefito 10 72156 F

Letícia Miranda
Crefito 10 91 611 F



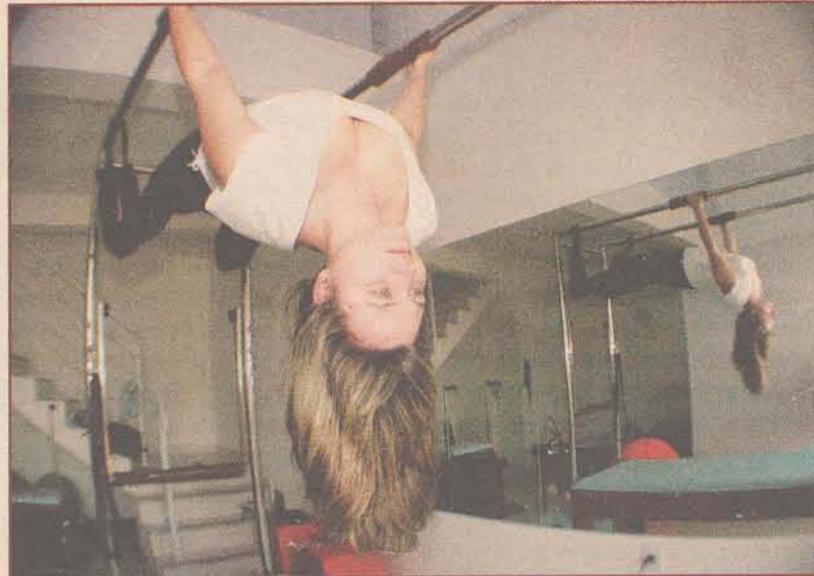
3348-4843

Rua Vereador José do Vale Pereira, 59 - Coqueiros

Saúde ganha novo espaço no bairro

FOTO MARCELO BITTENCOURT

Coqueiros ganhou um novo endereço na área da saúde. Desde fevereiro, está funcionando a Vital Forma, espaço que reúne um Estúdio de Pilates, aulas de Reeducação Postural Global (RPG) e Fisioterapia Estética. Localizada no Comercial Desembargador Pedro Silva, a Vital Forma possui uma sala especial para prática de Pilates, com aparelhos e acessórios criados exclusivamente para os exercícios. "Escolhemos um ambiente calmo e aconchegante para desenvolver a técnica, além de o local manter um visual privilegiado para a Praia do Meio. E, para dar mais atenção e trazer melhores benefícios aos nossos clientes, as aulas são individualizadas com no máximo dois alunos", explicam as sócias e fisioterapeutas Cintya Mortari e Viviane de Souza.



VITAL FORMA: local reúne estúdio de Pilates

Elaborado em 1920 pelo alemão Joseph Pilates, o método envolve exercícios de postura, respiração, equilíbrio e coordenação. É indicado para pessoas a partir de 12 anos de idade e tanto pode ser usado para reabilitação, neste caso para portadores de diferentes doenças ou pacientes em pós-operatório, ou para condicionamento físico. "É um excelente método para combater o estresse, já que os exercícios promovem o relaxamento", diz Cintya, destacando que o Pilates cuida do corpo e da mente.

Também recomendado para desvios de postura, o RPG ainda é aconselhado para pessoas com problemas de hérnia de disco, dores musculares, cefa-

léia, entre outros.

Em paralelo às aulas de Pilates e RPG, a Vital Forma oferece tratamento estético corporal e facial. É a chamada Fisioterapia dermato-funcional que inclui drenagem linfática, massoterapia, limpeza de pele, tratamento para gordura localizada, flacidez, celulite e pós-operatório de cirurgia plástica. Com certeza, uma boa dica para quem quer estar em forma para a próxima estação.

ATENDIMENTO: A Vital Forma trabalha de segunda a sexta-feira das 8h às 12h e das 13 às 21h. O estúdio está localizado na Rua Desembargador Pedro Silva, 2677, sala 2, próximo a AABB de Coqueiros.

ACADEMIA Companhia do Corpo

Planos Especiais para Musculação

Promoção R\$ 55,00 Ginástica

- Musculação Prof.: Alcione Faria
- Alongamento Fisioterapeuta: Karina Wengertkiewicz
- Ginástica Prof.: Alcione Faria e Valmor Machado
- Dança de Salão Prof.: Cláudia e Diego Bittencourt
- Personal Trainer
- Axé Prof.: Brigadeiro

Direção Prof. Gustavo Serpi

Fone: 3028 3505

Márcia Godinho Marques
Psicologia - Psicoterapia
CRP 12/05812

Polimed Coqueiros

Atendimento com hora marcada:
Polimed Coqueiros (48) 32440188. Cel. 9622-3478
Rua Ver. José do Vale Pereira, 59 • Coqueiros, Florianópolis / SC

Você pode aliar saúde e beleza ao seu sorriso

Dra. Eulina Osório da Silva
CRO 7569
3240-1205

• Tratamentos:
• Estético • Clínico • da Gengiva
• Preventivo • Prótese Dentária

Polimed Coqueiros

Rua Ver. José do Vale Pereira, 59 • Coqueiros, Florianópolis / SC
Telefone: (48) 3244-0188 / 3244-0139

Polimed COQUEIROS

Comodidade, segurança e tranquilidade na sua comunidade

Parabéns pelos seus 14 anos,
Folha de Coqueiros.

Que cada ano que passa, seja fortalecida pela competência e dedicação de sua equipe.

Rua Vereador José do Vale Pereira, 59
Fones: 3244-0188 e 3244-0139

Marazu!
tour

www.marazultour.com.br
marazulfioripa@hotmail.com
VANS / MICRO ÔNIBUS / ÔNIBUS

A sua agência de turismo

- PASSAGENS AÉREAS
- FRETAMENTOS
- PASSEIOS
- VIAGENS

CONTATO
(48) 3240-4386

ACEITAMOS CARTÕES DE CRÉDITO E DÉBITO

Richo da Casa

Banho e Tosa e Consultório Veterinário

Fones:
3348-5334
3879-5334

Promoção Plano Mensal
Pequeno porte
R\$ 49,50

Banho de Segunda a Quarta
pequeno porte: R\$ 12,00

Atendimento:
De segunda à sexta das 8 às 18h30 - Sábados das 8 às 13h

Rua João Meireles, 979 - Abraão

Polimed COQUEIROS

Comodidade, segurança e tranquilidade na sua comunidade

Rua Vereador José do Vale Pereira, 59 Coqueiros - Florianópolis - SC
e-mail: polimedcoqueiros@brturbo.com.br

Consultas médicas nas diversas especialidades

- Exames laboratoriais
- Fisioterapia
- Ultrassonografia
- Eletrocardiografia
- Pequenas Cirurgias
- Oftalmologia completa

ATENDIMENTO PARTICULAR E CONVÊNIOS

- Esclerose e microcirurgia de varizes
- Exames anátomo-patológicos
- Biópsias
- Preventivo ginecológico
- Psicologia
- Dentista
- Fonoaudiologia
- Nutricionista

Responsável técnico: Dr. Paulo Roberto Machado de Lima - CRM 4979
Fones: (48) 3244-0188 / 3244-0139 / 3248-0841 (fax)

Atendimento de 2ª a 6ª feira das 7:30 às 21:00hs com ÁREA PROTEGIDA SOS-UNIMED a todos os usuários

Correr aumenta a longevidade

Gustavo Serti*

Quem corre vive mais e tem menos chances de sofrer com doenças degenerativas. Uma hora de treino, três vezes por semana, ainda evita o câncer e males do coração.

Se você anda pensando em correr para perder peso e ganhar saúde, agora tem um motivo extra para calçar o tênis e começar as passadas: o esporte aumenta a longevidade de quem o pratica com regularidade, afirma um estudo da Universidade de Stanford (Estados Unidos).

Os pesquisadores identificaram que a corrida diminui não só a incidência de problemas cardiovasculares. Ela também protege o corpo

contra o câncer e doenças degenerativas, como o Alzheimer.

Desde 1984, os especialistas acompanharam a rotina de 440 pessoas com idades a partir dos 50 anos: elas corriam, pelo menos, 200 minutos (pouco mais de três horas) por semana. Em 19 anos de coleta de informações, 15% dos pacientes que corriam morreram. Entre os sedentários, este número foi de 34%.

Nas conclusões, o trabalho sugere que qualquer outro exercício de impacto semelhante (como bicicleta, caminhada ou natação) traria resultados semelhantes, desde que praticado regularmente. Outro dado ressaltado é a importância de tornar as atividades físicas um hábito: quem fez isso desde cedo chegou aos 70

anos mantendo os treinos e mais resistente às lesões e aos efeitos da fadiga.

O ideal para quem está começando é correr em dias alternados, de três a quatro vezes por semana. Ela informa que o tempo também pode variar de acordo com o condicionamento físico do aluno, as necessidades e os objetivos dele.

Mas é possível ter benefícios com 30 a 60 minutos a cada prática. Em todos os casos, entretanto, a musculação e os alongamentos são essenciais para dar um bom suporte ao corpo, além de ajudar a melhorar a performance na corrida.

• Professor de Educação Física

**Feliz Aniversário
Folha de
Coqueiros.
Obrigada pelos
14 anos de
informação e
qualidade editorial.**



BANCO DO BRASIL

Agência Coqueiros

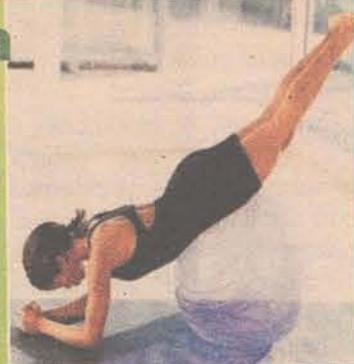
Vital Y Forma
estúdio de pilates
(48) 3028 4466

Sua saúde na melhor forma

- Pilates
- Reeducação Postural Global (RPG)
- Fisioterapia Dermato-Funcional

Marque sua aula experimental ou avaliação para RPG e Dermato-Funcional.

Rua Desembargador Pedro Silva, 2677, esquina com Ademar Grijo - Sala 02 - Coqueiros



A consulta que você não foi pode fazer falta a alguém.

Unimed 
Grande Florianópolis



Os médicos que atendem pela Unimed têm o dever de reservar, no mínimo, 50% de seus horários para os clientes da cooperativa. Acontece que algumas pessoas agendam consulta mas acabam não comparecendo nem desmarcando com 24 horas de antecedência. Isso reduz o número de consultas para os demais clientes Unimed, além de prejudicar outras pessoas que poderiam ser atendidas nesses horários.

Por outro lado, se você estiver encontrando dificuldades em agendar uma consulta telefonando diretamente para o seu médico, ligue para o Serviço de Agendamento Unimed 0800-483500. Não sendo possível agendar com o médico escolhido, a Unimed vai sugerir outros profissionais da mesma especialidade.

Para a Unimed, a sua consulta é o nosso compromisso.

Em caso de dificuldade para marcar consulta, ligue
0800-483500
Serviço de Agendamento Unimed

O Guia Médico está acessível no site www.unimedflorianopolis.com.br



Desenvolvimento ou agravamento dos problemas?

Beatriz Cardoso*

O Bairro de Coqueiros cresce a olhos vistos e os moradores se perguntam onde este crescimento vai parar. Será que o crescimento virá com desenvolvimento ou com o agravamento dos problemas já vividos por quem mora aqui?

Para responder a esta pergunta tecnicamente, prescindimos principalmente de estudos que nos apontem para a capacidade de suporte do bairro: Nos próximos anos, quantas pessoas estarão vivendo aqui? Quantos veículos circularão em nossas ruas? Haverá atendimento de saúde e educação adequados? O sistema de esgotamento sanitário existente comportará esta demanda crescente? São questões para as quais não temos respostas já que os estudos exigidos para o planejamento adequado não foram apresentados pela municipalidade nas discussões do Plano Diretor.

Entretanto, o sentimento da população que aqui vive, aponta para o agravamento dos problemas e isso pode ser suficiente para dizer que são necessárias medidas urgentes, no sentido de revisão do atual Plano Diretor e também do desfofo de construções no bairro até aprovação da nova lei do novo plano. Sentimos diariamente



FOTO MARCELO BITTENCOURT

MOBILIDADE: sistema viário congestionado é uma das principais dificuldades

dificuldades na mobilidade e circulação com sistema viário congestionado, falta de estacionamentos e calçadas inadequadas; no saneamento ambiental deficiente com esgotos lançados ao mar; nos serviços básicos de saúde e de educação cujo atendimento é pre-

cário e na segurança, com o aumento das ocorrências de violência e delitos na comunidade.

Com a visão voltada para o futuro, 95 propostas foram encaminhadas pela comunidade à Prefeitura para serem contempladas no novo Plano Diretor.

Dentre elas, estudos para a melhoria da mobilidade, como preferência para circulação de pedestres e transporte coletivo; a diminuição dos gabaritos dos edifícios; a melhoria das condições de circulação e de saneamento; o aumento dos espaços de lazer e melhores condições de segurança, dentre outras.

Entretanto, são propostas para as quais esperamos a boa vontade dos gestores públicos, de quem não temos respostas ainda. Pelo contrário, precisamos ficar atentos, pois além da desatualização do Plano Diretor, temos tido o agravamento da situação, por aprovações irregulares de empreendimentos em nosso bairro num desrespeito à legislação e às reivindicações da comunidade.

Muitos me perguntam como acho que podemos mudar isso. Na atual conjuntura, vejo uma única alternativa: a mobilização e organização dos moradores, exigindo a aplicação da lei e denunciando as irregularidades. A associação de moradores tem apoiado as denúncias e solicita que os moradores participem das mobilizações, como alternativa para a melhoria da qualidade de vida em nosso bairro.

• **Vice-presidente da Associação dos Moradores de Coqueiros**

Conte com a Estácio e escreva a sua história

Uma boa preparação para o mercado de trabalho exige uma instituição com base e estrutura para ter um futuro profissional garantido. Na Faculdade Estácio de Sá, além de profissionais qualificados, você encontra cursos de graduação e pós-graduação nas modalidades presenciais e a distância, atividades de extensão e atendimento especializado à comunidade. Entre para a Estácio e comprove que conhecimento é tudo.

CURSOS de GRADUAÇÃO:

Presenciais:

Administração | Direito | Design de Moda
Enfermagem | Farmácia | Fisioterapia
Jornalismo | Nutrição | Psicologia
Publicidade e Propaganda
Tecnólogo em Rede de Computadores
Tecnólogo em Recursos Humanos

A Distância:

Administração
Ciências Contábeis
Pedagogia
Gestão em Recursos Humanos
Gestão em Marketing

Informações
www.sc.estacio.br | 3381 8000



Estácio
ENSINO SUPERIOR DO BRASIL

Consciência ecológica, sim!

FOTOS DIVULGAÇÃO

O mundo da moda está preocupado com sua herança ao meio ambiente e se preocupa pedindo socorro todos os dias para manter-se viva.

A demanda do mercado de fibras sintéticas e artificiais criou uma geração dependente de tecidos tecnologicamente modificados, muito brilho, elasticidade e, principalmente, estética como pontos positivos. Mas a cada dia o exagero do consumo destas fibras faz com que até os fashionistas repensem nas questões ecológicas. Tudo começa na indústria têxtil. Tecidos naturais, porém com tingimento artificial, fibras feitas de componentes químicos e o alvejamento de peças, como o jeans, poluem o meio ambiente se não forem tomadas medidas de limpeza da água e resíduos químicos e poluição resultante destes processos.

Usar verbos já conhecidos na moda é a grande diferença: customizar, reformar, cortar, ajustar, modificar. Não é nenhum bicho de sete cabeças conjugar tais verbos, você só precisa colocá-los em prática. É hora de reciclar! Faça proveito da onda boyfriend e use suas calças largas com cintos coloridos e camisetas que você pode cortar o comprimento, a gola ou até mesmo deixar apenas uma manga. Corte o comprimento e abuse dos curtos e minis que está em alta!

Se você não tem um lado criativo aflorado, ou não sabe nem colocar a linha na agulha sem auxílio de uma lupa, existem profissionais prontos para isso. Tudo depende de quanto você quer ou pode gastar. Reforme suas calças e bermudas com uma boa costureira. Ajuste,



Flores de tecido no melhor estilo hippie chique

blazer como vestidinho, com cinto mais largo marcando a cintura e scarpins com cores neos e cítricas, totalmente atual!

A palha já deixou de ser exclusiva de artigos do folclore e funcional e agora está por toda parte em acessórios sofisticados e que combinam com o minimalismo que está em alta. Use o off white com sandálias de palha e acabamentos dourados. As bolsas com alças de correntes são super elegantes. Calças com cortes retos e paletós sequinhos na cor nude acompanham muito bem a tendência.

Se você não consegue viver sem cores, resgate suas regatas brancas ou coloridas e customize com flores de crochê, paetês bordados ao redor do decote e fitas amarradas nas alças. Rendas também ficam ótimas e as camélias de tecidos no estilo Chanel vieram novamente. Prenda fitas de cetim em tons pastéis e românticos, como rosa envelhecido, amarelo canário e verde. Lembre de uma confeitaria e se inspire nos doces! As camélias ficam lindas nos

colares compridos de pérolas e nos cabelos. As flores de tecido nos cabelos têm um "quê" de hippie chic e podem ser usadas em festas e baladas, dependendo da produção. Flores de tecidos podem dar um up em um visual simples e fazer toda a diferença!

A moda está cheia de artifícios para todos os gostos. Pegue carona na moda



Regata verão: Aplique flores de crochê na regata básica

dos anos 80 que está por ai novamente e resgate peças da sua mãe ou então garimpe em um brechó. Se você ainda prefere peças novas, as vitrines estão cheias de roupas e acessórios com cara vintage. Lembre-se apenas do excesso, compre o que você realmente precisa ou tenha gostado muito. Faz bem pra cabeça dormir pensando que ao menos com uma pequena parte você está contribuindo para um mundo mais saudável.

São 14 anos de intimidade.
Ewem Meias saúda a Folha de Coqueiros. Parabéns
Ewem meias & lingerie
Av. Eng. Max de Souza, 145
Mini Shopping Chamonix
Fone: 3244-2101

alargue a lateral, faça barras italianas. Troque também os botões ultrapassados do blazer por outros coloridos, dourados ou estampados. Você pode usar este

Animalvet
Clínica Animal
Clínica Veterinária & Pet Shop
Horário:
Seg. à Sex. 8:00hs às 12:30 - 13:30
às 19:00hs.
Sábado das 8 às 12h
clinicaanimalvet@hotmail.com
(48)3825-5835 / 8806-3808
Plantão
Rua Joaquim Fernandes de Oliveira, no 153 - Abraão

Safira
by Elié
Boutique
48. 3024.4529
Rua Desembargador Pedro Silva, 1924 / Centro Comercial Coqueiros - Lj 01

Internet 10 Mega
Seus Vídeos pra sempre VHS p/ DVD
Fax - Xerox com qualidade - Scanner - Cartuchos
Aula Particular de Internet
3028 8138 - 3025 2933
SHIPPING CHAMONIX
cafeportal@terra.com.br

OFF
Porto Presentes
3248-9093
Deixe sua casa ainda mais bela!
Requinte e sofisticação com
Até **30%**
Centro Comercial Chamonix - Coqueiros

Saúde Coqueiros
Qualidade de vida total
Fones: 3248-1197 / 9921-6728

FONOAUDIÓLOGA
Fga. Sílvia Cristine Prudêncio da Silva - CRFa 7528
FISIOTERAPEUTA
Drº Rodrigo Cardinal A. Velho - CREFITO 10-97426
PSICÓLOGA
Psc. Larissa Pittsica - CRP12/ 06391
PSICÓLOGA
Psc. Joanna Q. Zen - CRP12/08154
NUTRICIONISTA
Nutr. Luiza Fadel - CRN 8291
CIRURGIÃO DENTISTA
Drº João Prudêncio da Silva Netto - CRO 858

http://saudecoqueiros.googlepages.com
Profissionais Especializados
Particular e Convênios
saudecoqueiros@hotmail.com
End. Engº Max de Souza, 1370
sala 02 - Coqueiros -
Florianópolis - SC

Com a alma de jornalista

FOTOS MARCELO BITTENCOURT

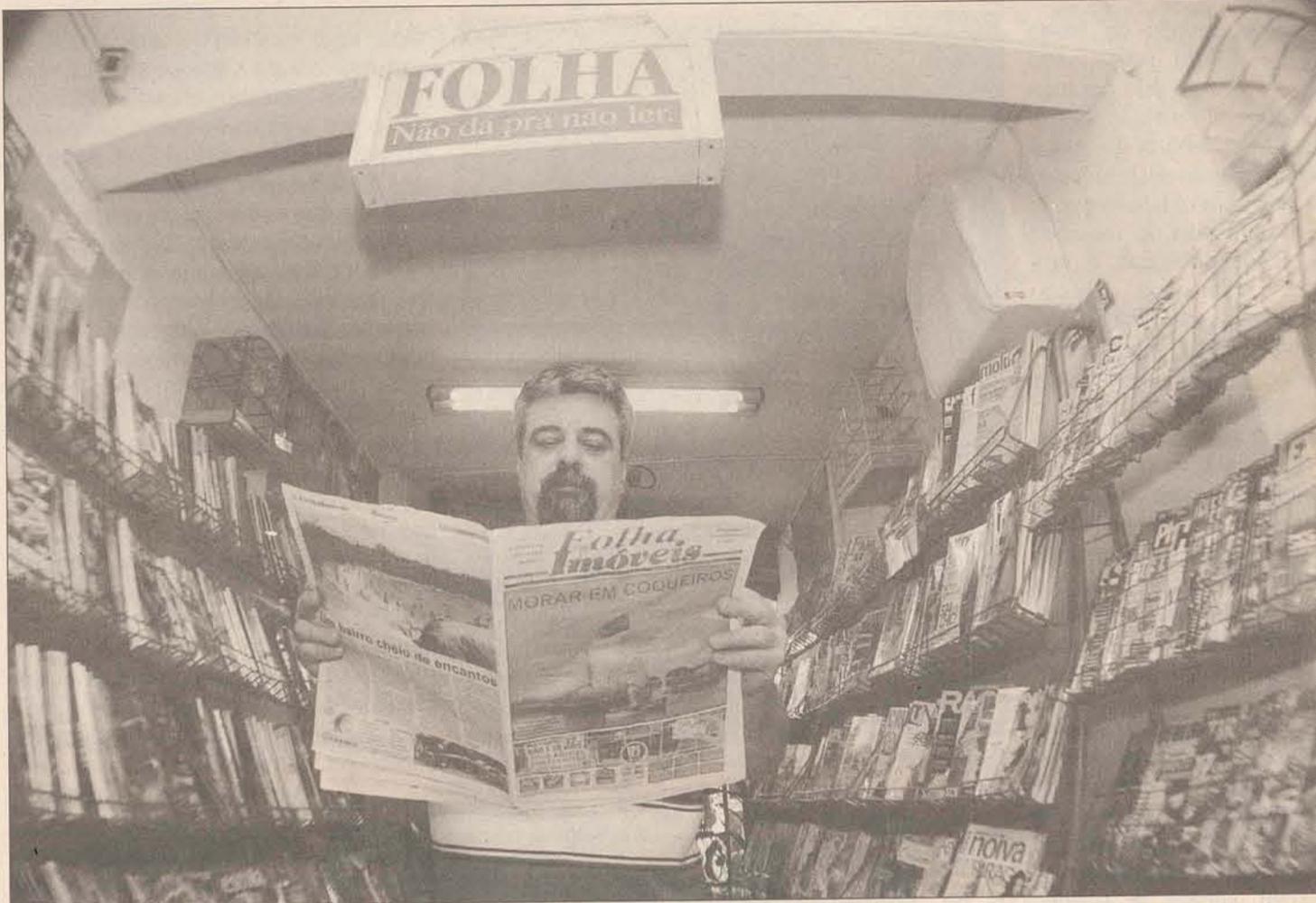
Por Maiara Gonçalves

Hoje em dia você encontra de tudo na Banca de Revistas Coqueiros. Inclusive um amigo".

O slogan criado pelo comerciante Alexandre Teixeira Chaves traduz fielmente a relação dele com os clientes. Para o homem que diz ter evoluído como pessoa e profissional nos últimos 18 anos, desde que abriu sua primeira banca de revistas, a atividade no comércio é muito mais que um trabalho. "Não é simplesmente a troca do dinheiro pelo produto", resume Alexandre sobre a relação de amizade que mantém com os seus clientes.

Inicialmente com jeito sério e comprometido nas mil e uma atividades que disponibiliza além de venda de jornais e revistas na banca, como prestação de serviços, conveniência, encadernações, motoboy, aluguel de computadores e internet, artigo para papelaria e posto de correio, Alexandre vai aos poucos revelando sua personalidade bem humorada. Virtudes que lhe rendem muitas histórias para contar.

Uma delas foi a estratégia utilizada para driblar a concorrência assim que abriu sua primeira banca em Coqueiros, há 16 anos, no local onde hoje está o prédio da Caixa Econômica Federal. No mês seguinte, outro comerciante montou uma banca bem em frente ao estabelecimento de Alexandre que precisou usar a criatividade, o que, aliás, não lhe falta, para cativar os consumidores. "Eu comprava gibis usados dos moradores e, em troca, dava crédito na banca para eles. Então, aos domingos, quem comprasse um jornal poderia levar um gibi. Era comum os



ALEXANDRE: há 16 anos, comerciante apóia e distribui a Folha de Coqueiros a exemplo dos grandes jornais do país como Folha de São Paulo e Estadão

pais trazerem os filhos para escolher uma revistinha", conta.

A experiência de quase duas décadas como comerciante possibilita a Alexandre conhecer o gosto da maioria dos clientes. "Já sei o perfil de cada um. Quando alguém chega à banca mostro exatamen-

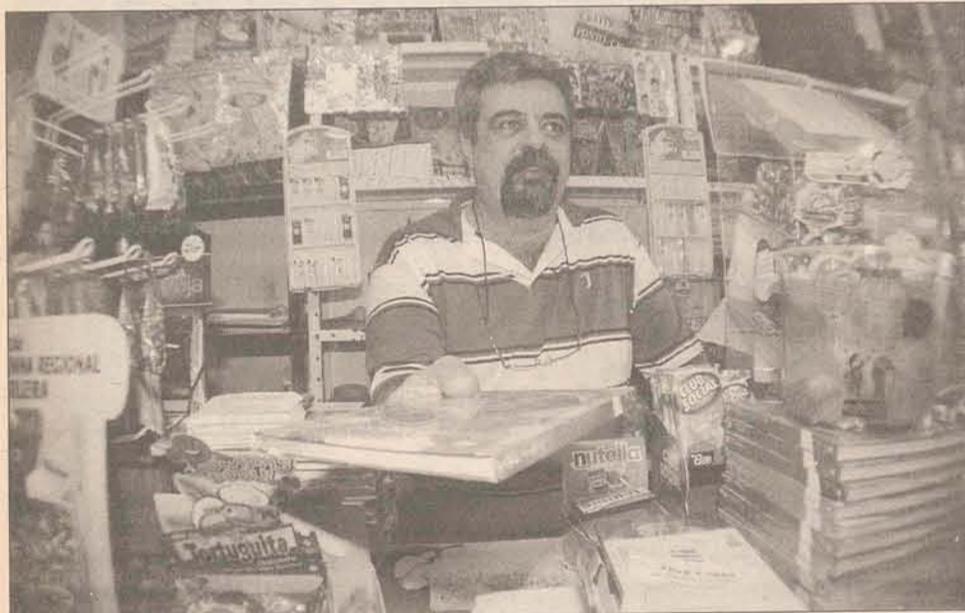
te o que ele quer ver", explica. A relação de confiança com os moradores de Coqueiros é tão grande que o comerciante ainda mantém o sistema de cadernetas para anotar as compras feitas no "fiado". "É claro que não faço para todo mundo, mas se confio na pessoa ou empresa não tem problema", observa Alexandre, referindo-se aos cerca de 50 clientes que ainda utilizam o sistema a prazo.

Não foi à toa que ele conquistou amigos fiéis em Coqueiros. "Aqui faço de tudo um pouco: converso, brinco e até compro fiado", diz a aposentada Maria Julieta Amorin da Silva. Ela mora em frente à banca e é cliente do estabelecimento há cerca de 15 anos. "Venho aqui um dia sim e outro também", brinca Maria Julieta, que já contou com a ajuda de Alexandre para tarefas muito além de comprar revistas e jornais. "A confiança é tão grande que bati na porta dele para levar minha filha no hospital quando minha neta nasceu", afirma.

RECEITA - Histórias como essa trazem orgulho e felicidade ao comerciante. Ele ainda lembra com satisfação da festa

de aniversário surpresa que ganhou dos clientes há alguns anos, assim como dos favores que costuma fazer para seus clientes-amigos, como guardar a chave de casa para que outra pessoa venha buscar ou transmitir recados. A receita para o sucesso profissional é simples. "Ser comunicativo e 'brincalhão' faz parte da minha personalidade, mas tudo isso com muito respeito", ressalta Alexandre.

O comerciante já teve três bancas ao mesmo tempo, mas preferiu concentrar os esforços em apenas uma, que fica atualmente na Avenida Engenheiro Max de Souza, no Centro Comercial Laudelino Silveira. "Não adianta ter quantidade se não você não tem qualidade", avalia. Sobre o crescimento de Coqueiros, ele diz que o comércio do bairro evoluiu muito nos últimos anos, mas ainda está atrelado ao Centro de Florianópolis. "Aqui no bairro temos todo tipo de comércio básico, mas Coqueiros ainda precisa caminhar com as próprias pernas", analisa. Segundo ele, o segredo para o sucesso não demanda muito esforço: "Basta captar e implantar as necessidades da comunidade e para isso o comerciante precisa ser criativo".



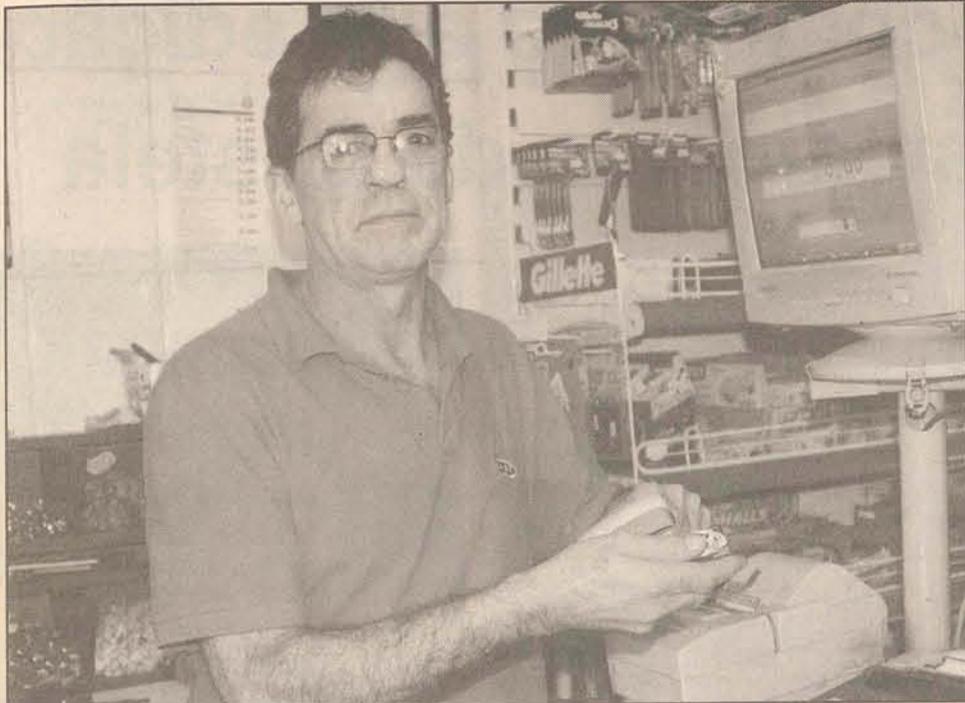
DE TUDO UM POUCO: banca reúne produtos e serviços diferenciados

Quatro Estações
Berçário
 Maternal, Jardim e Recreação
Fone: 3241-9632
4 ESTAÇÕES Rua Marquês de Carvalho, s/n - Coqueiros
 Não fechamos nas férias

Lotérica COK SHOP
 \$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$ milionária
A sua parceira da sorte
 Mega-sena- Duplasena - Quina - Lotomania - Federal-
 Instantânea- Loteca - Lotogol- Timemanã
 Água - Luz - Telefone - Bloquetos Bancários da Caixa
3025-5444
 Av. Eng. Max de Souza, 1387 - Anexo ao Posto Coqueiros
 lot.cokshop@bol.com.br

SEICHO-NO-IE
 Um modo feliz em viver em harmonia com a natureza.
 Cada pessoa possui um valor absoluto.
 Por isso, você é uma pessoa especial.
 Acredite nisso
Você é nosso convidado.
 Palestras às quintas - feiras - 20h
 Rua Rosinha Campos 349-no sinal da Decapê.

FOTO MARCELO BITTENCOURT



PEDRO DE FREITAS: clientela fixa desde que abriu o mercado há 28 anos

Segredo do negócio é o bom atendimento

Bom atendimento e respeito são os fatores que mantêm o sucesso do Mercado Freitas, localizado em frente ao Condomínio Argus, na Praia do Meio, há 28 anos. O comércio da região evoluiu muito nas últimas décadas e o mercado, assim como os demais estabelecimentos, precisou acompanhar esse crescimento com a informatização. No entanto, a relação de amizade e confiança que o proprietário Pedro de Freitas construiu junto aos clientes é responsável pela permanência no setor mesmo com a concorrência forte das grandes redes de supermercado.

Pedro considera o estabelecimento pequeno, mas importante para as pessoas que moram próximas ao local. "Somos uma espécie de quebra galho do dia a dia", analisa. Nessas quase três décadas de funcionamento, o mercado conquistou uma clientela fixa que acompanha Pedro desde o início. "São cerca de 60 pessoas que compram comigo desde que comecei", conta o proprietário ao lembrar que adquiriu o mercado de um amigo porque queria montar um negócio próprio. A maioria dos clientes é de Coqueiros. Alguns já se tornaram amigos da família e tem até a permissão de Pedro para comprar no sistema de caderneta e pagar no fim do mês. As relações de consumo que viraram amizade são a motivação do comerciante para continuar. "Nessa altura já não daria mais para 'fugir' da profissão", brinca.

As lições de empreendedorismo de Pedro podem ser seguidas por aqueles que recém abriram um negócio na região, como casal Lucas e Rejane Rodrigues. Por indicação de familiares que residem no local, há cerca de três meses eles montaram um salão de beleza no bairro

Bom Abrigo. O casal, que morava em Porto Alegre e trabalha no ramo há mais de 20 anos, procurava além de qualidade de vida um lugar para prestar serviço diferenciado. "O que nos motivou a vir para o bairro foi a boa estrutura do imóvel e o valor do aluguel mais em conta, já que em Coqueiros está quase o dobro do que pagamos aqui", diz Rejane que já conquistou os clientes do local e até de outros bairros como o Centro da Capital e Campinas, em São José.

RELACIONAMENTO - Alcançar a fidelização de bom relacionamento, é a luta diária do proprietário da Academia, Cia do Corpo, na Praia da Saudade, Gustavo Serti. Ele montou o negócio no bairro há 14 anos e criou algumas estratégias para driblar a concorrência, como gravar o nome e profissão de cada um dos alunos e bater palmas de incentivo cada vez que alguém entra na academia. O estilo atento e carinhoso de Gustavo para com os alunos é seguido pelos professores e demais profissionais do local, o que cria um elo entre a academia e os praticantes de atividades físicas.

Para Gustavo, a academia, assim como qualquer outro estabelecimento do ramo, possui tudo o que é fundamental para o funcionamento: boa estrutura e profissionais sérios e competentes. No entanto, na avaliação dele, o atendimento diferenciado, com doses inteligentes de alegria e bom humor, é o responsável pelo sucesso do negócio, inclusive pela conquista de públicos até então não tradicionais em academias como os idosos. "A pessoa precisa se sentir como se estivesse em casa", ressalta o proprietário.

WEB SITE

FOI O TEMPO EM QUE TER SITE ERA UM DIFERENCIAL
HOJE É UMA NECESSIDADE

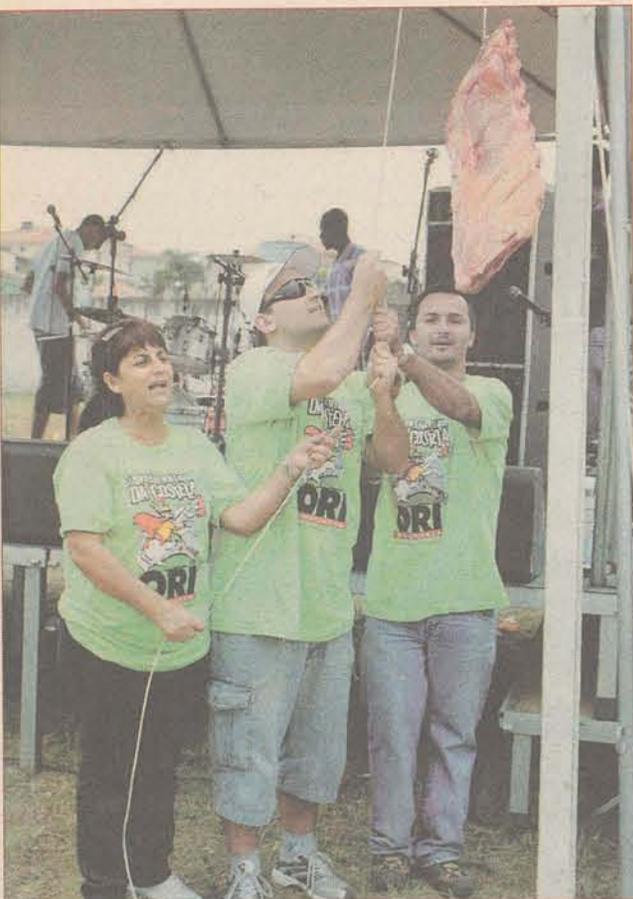
FAÇA SEU SITE COM A ELO MARKETING
TEMOS O MELHOR CUSTO BENEFÍCIO
SOLICITE UM ORÇAMENTO E CONFIRA!

WWW.ELOMARKETING.COM.BR
ELO@ELOMARKETING.COM.BR
48. 9127-2727



Abraão comemora a 3ª edição do Hasteamento da Costela

FOTOS DIVULGAÇÃO



Karina, Alex e Odorico, os anfitriões



João Machado, um dos responsáveis pelo churrasco



Augusto e família



Sabrina e Sandro



Luiz Carlos e família



Marlon e esposa



Família Campos



Alex e Bena, do Bikão



Bel e família Tai



Juca e amigos



Paulinho e Lilian

Marcio e Fabiola



Agradecimento

Aos fornecedores, colaboradores, amigos e comunidade em geral agradecemos pela presença no 3º Hasteamento da Costela, realizado dia 7 de setembro no bairro Abraão.

ORI

MERCEARIA

Tradição desde 1973

Os melhores pastéis da região!
Bebidas em geral.

Ambiente Climatizado

Rua João Meireles, 1153 - Abraão - Tel. 3249 5972

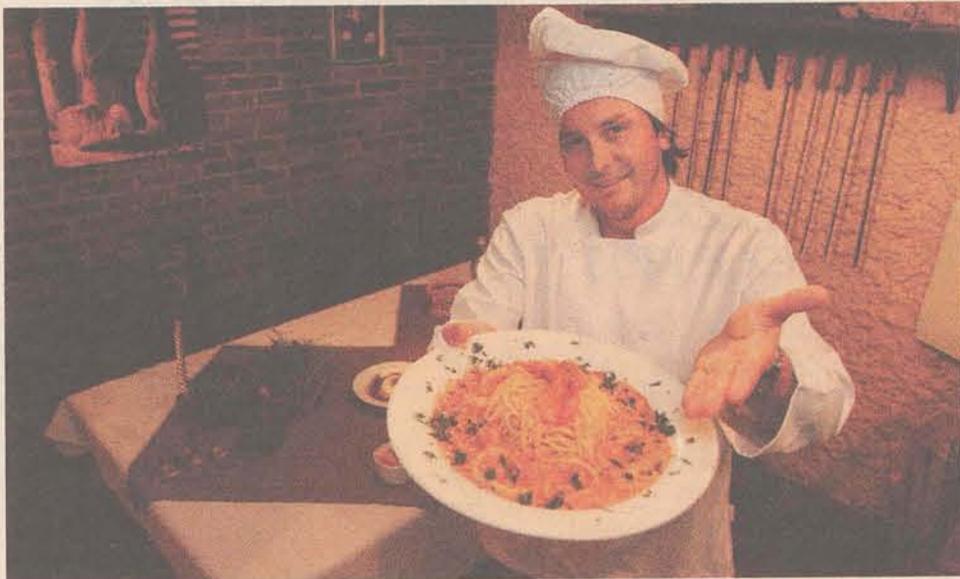
De Segunda a Segunda
Das 06:30 às 24:00 h



Culinária açoriana

FOTOS KOLDEWAY A.C.

Sylvinho Pirajá*



A culinária açoriana em Santa Catarina, a partir de 1748, quando se formaram as primeiras comunidades litorâneas do Estado, trouxe aos primeiros habitantes, os índios Carijós e Guarani, uma gama de receitas e conhecimentos sobre comidas que, somadas aos costumes alimentares dos Aborígenes e dos negros, resultou no que temos hoje: uma rica gastronomia. A exemplo dos Açores, que sofreu influências culturais de diversas etnias como o português, o espanhol, o negro, o mouro, o italiano e o flamengo, a comida do açoriano é simples bem como em todo o litoral de Santa Catarina.

Os temperos mais usados são o cominho, o colorau, o vinagre, o sal, a canela, alfavaca, alho, cebola verde e de cabeça, louro, tomate miúdo, a salsa, o coentro, o manjerico, sem faltar, é claro, a tradicional banha de porco.

Os índios Carijós e Guarani do nosso litoral, habitantes desde São Francisco do Sul até o Vale do Araranguá, notadamente presente na região de Imbituba (Campos de Vila Nova de Santana), possuíam rica gastronomia à base de peixe, siri, camarão

e marisco, além de frutas e alguns cereais próprios da região dos Lagos.

A gastronomia em Santa Catarina é diversificada, graças à influência dos vários povos europeus que se estabeleceram em diferentes regiões do Estado. Destacam-se os sabores da cozinha portuguesa, germânica e italiana, enriquecidos por ingredientes e temperos emprestados dos indígenas e africanos.

O roteiro gastronômico catarinense

acompanha a saga da colonização. A culinária do litoral, porta de entrada dos descobridores portugueses e dos colonizadores açorianos, é baseada em frutos do mar.

Em Santa Catarina, os portugueses e açorianos aprenderam a selecionar o melhor do mar, acrescentando temperos indígenas, a mandioca e outros ingredientes da terra, criando receitas simples e saborosas à base de peixe, ostras, camarões

e outros frutos do mar. A atual cozinha luso-açoriana é uma releitura sofisticada daquela praticada pelos colonizadores, revelando maior cuidado na preparação e na apresentação dos pratos, acrescentando novos temperos e permitindo combinações inovadoras.

Atualmente, ganharam destaque as ostras produzidas em fazendas marinhas na região da Grande Florianópolis – a capital catarinense é a maior produtora nacional – e o camarão “Laguna”, a mais saborosa das espécies capturadas na costeira catarinense. Em Itajaí e São Francisco do Sul, cidades pesqueiras e portuárias, os pratos típicos são mais fiéis à gastronomia portuguesa tradicional. Mas, nos restaurantes de chão batido em toda a costa, é possível encontrar um bom peixe fresco frito com pirão de farinha de mandioca.

Fontes:

www.santacatarinaturismo.com.br
www.almimartins.com.br

* Sylvio Eduardo Pirajá Martins Neto é formado pela Unisul no curso de Turismo com habilitação em Gastronomia. Mais conhecido como Sylvinho, é morador de Coqueiros há 33 anos.

RECEITAS

Entrada

Siri Gratinado à moda Praia da Saudade

Ingredientes:

- Carne de siri
- Tomate pelatti
- Cebola
- Pimentão vermelho
- Alho
- Molho bechamel
- Queijo catupiry e provolone
- Queijo parmesão para gratinar
- Sal e pimenta a gosto

Modo de fazer:

Refogue na manteiga, alho, cebola e pimentão até dourar. Junte o tomate pelatti e deixe cozinhar por 15 minutos. Em seguida, a carne de siri por 3 minutos, reserve. Arrume em uma fôrma refratária o refogado na parte de baixo e por cima o molho bechamel misturado com o catupiry e provolone, polvilhe bastante queijo parmesão por cima e leve ao forno para gratinar.

Prato principal

Espaguete com frutos do mar

Ingredientes:

- Espaguete
- Camarão
- Berbigão
- Ostra
- Lula
- Cebola
- Alho
- Pimentão amarelo
- Tomate pelatti
- Molho bechamel
- Sal e pimenta a gosto



Modo de fazer:

Refogue na manteiga, o alho, cebola e o pimentão até dourar, junte o tomate pelatti e deixe cozinhar por 15 minutos. Em seguida, os frutos do mar temperados com sal e limão previamente, deixe ferver de 3 a 5 minutos, junte o molho bechamel, acerte o sal e pimenta sirva com espaguete.

Sobremesa

Abacaxi ao gengibre caramelizado

Ingredientes:

- Açúcar mascavo
- Abacaxi
- Gengibre
- Sorvete de creme

Modo de fazer:

Em uma panela coloque o açúcar 2 minutos, em seguida junte o gengibre e o abacaxi e deixe até caramelizar. Sirva com sorvete de creme.

Molho Bechamel

Ingredientes:

- 3 colheres (sopa) de manteiga (70gr)
- 1 litro de leite desnatado
- 3 colheres (sopa) de farinha de trigo ou glúten (70g)
- sal a gosto
- ½ cebola
- 1 pitada de noz-moscada
- 2 cravos
- Folha de louro



Modo de fazer:

Coloque o leite até ferver com meia cebola e louro e o cravo. Derreta a manteiga em fogo brando, acrescente a farinha e mexa vigorosamente por 3 minutos. Junte o leite sem parar de mexer até obter uma mistura lisa. Aumente o fogo e deixe ferver, batendo sempre. Tempere com um pouquinho de sal e diminua o fogo, deixando cozinhar por uns minutos, para não ficar o sabor de farinha. Mexa de vez em quando para não grudar no fundo da panela. Acrescente a noz-moscada. Desligue o fogo e continue batendo por mais 3 minutos. (para receita do siri, acrescente os queijos provolone e catupiry no final).

MADEMACO

Tudo que você precisa em materiais de construção.

Material dentro da sua casa, na hora que você precisa!

30 vezes
no CONSTRUCARD

CHEQUE PRE em até 24 vezes

CARNE em até 18 vezes

SUPEROFERTAS DA SEMANA

Cx. d'água PVC 500 lts R\$ R\$ 119,00	Balcão BWC Curvo Gold 60 cm R\$ 204,00	Balcão BWC Venezuela 60 cm R\$ 181,00	Balcão pia Lariane 1,20 mt R\$ 245,00
---	--	---	---

Móveis sob medida. Fabricação própria.

Idéias preciosas, soluções brilhantes.

Horário: 7h30 às 18h30 e sábado 7h30 às 12h

VISA e Mastercard em até 12 vezes

Tel: vendas: **3249-7165**

Rua João Meireles, 1192 Almirante - Florianópolis - SC

23 anos

Qualidade e Preço

- Estrutura Metálica
- Porta Basculante
- Cobertura
- Pantográfica

- Corrimão
- Cerca
- Grade

Parcelamento próprio e via Construcard

3249 7000 CAIXA

www.serralheriaguimaraes.com.br

Rua Campolino Alves, 1036 - e-mail: comercial@serralheriaguimaraes.com.br

Folha

de Coqueiros

Classificados

PANIFICADORAS E FIAMBRERIAS

MINI MERCADO COQUEIROS
 Armarinhos, galinha assada, verduras, frutas, bebidas geladas em geral
 Av Eng. Max de Souza, 893.
Fone: 3244 1525

ESTÉTICA

MUSA'S
CABELEIREIRO UNISEX

Horário de atendimento:
 De terça a sábado: 9hs às 12hs e da 1:30 às 19hs
 Av. Des. Pedro Silva, 2079
Fone: 3248-4209

SALÃO DE BELEZA
VANIA CASTANHA

Escova - Manicure
 Pedicure - Depilação
 Escovas definitivas- Alisamento em geral
 Rua Fritz Muller, 59 - Coqueiros
FONE: 3024-5686

SALÃO KAETÊ
BELEZA ACIMA DE TUDO

Manicure, pedicure, depilação, tintura, cortes e penteados em geral. Fazemos maquiagem.
 Av. Eng. Max de Souza, 1451 Ed. Chamonix
 - Loja 3 - De Terça a Sábado das 8:30 às 19:00h.
Fone: 3244 4511

ERTA SALÃO DE
BELEZA -
UNISEX E KIDS

Atendemos também a domicílio
 Pessoas idosas, com dificuldade de locomoção e gestantes.
 Atendimento com hora marcada.
 Rua Desembargador Pedro Silva, 2692, piso superior
 (em frente à AABB de Coqueiros)
FONES: 3249-5362 - 9965-2347

OUTROS

LUCIANO PERSIANAS

Venda, conserto, lavagem e colocação
 Persianas Verticais, Horizontais
 Rollô e Romanas
 Orçamento sem compromisso
 Rua Manoel Isidoro Araújo, 236
 Coqueiros
Fones: 3248-8063 e 9131-5304

CONCERTO SEU
COMPUTADOR, SEM
TIRAR DE CASA!

Os melhores preços da Cidade!
 Orçamento Gratuito!
 Tecnólogo 15 anos/Experiência!
 crivirtuals@hotmail.com

F: 3244.6302 / 9998.7277

PRÓ - LOJA

MANEQUINS E ACESSÓRIOS PARA LOJAS
 De segunda a sexta das 8:00h às 12:00h e das 14:00h às 18:00h.
 Rua Desembargador Pedro Silva, 1990
Fone: 3244 4877

MECÂNICA DIPLOMATA

Rua Flavio Tavares da Cunha Mello, 122
 - Praia do Meio - Coqueiros
 Especializada em Chevrolet
Fone: 3249 2707

AUTO COQUEIROS
 MULTIMARCAS
 VENDAS DE VEÍCULOS SEMINOVOS
 EM FRENTE À GLOBOVEL

Av. Eng. Max de Souza, 844 - Coqueiros
 De Segunda à sexta das 8:00 às 18:30h
 Sábados das 8:00 às 17:00h
Fone: 3028-1166

ITALY ELETRÔNICA

Manutenção em equipamentos de áudio, vídeo e periféricos de informática, nacionais e importados.
 Comércio de peças e acessórios
FONE: 3348-4327
 Av. Eng. Max de Souza, 1451 - Mini Shopping Chamonix - Lj 6

CONTROLE DE PESO E CUIDADOS PESSOAIS

Programas para Perder Peso, manter seu Peso, ganhar Massa Muscular e Tratamento Facial.
 Produtos Naturais de Nutrição Celular para eficácia comprovada.
 Avaliação gratuita
FONE - 9963-8481

CICLES BATISTA

Conserto de bicicletas em geral
 Rua João Meireles, 1100
 Abraão
FONE: 3024-3676

CONFECÇÕES BETTIO

MODA EM MALHA EM GERAL
 Masculina, feminina, infantil, uniformes escolares, presentes, aviamentos, utilidades em geral.
 Av. Des. Pedro Silva, 1840- Praia da Saudade
Fone: 3024-5800

ELETRÔNICA
COQUEIROS

Consertos de TV Som, Micro-ondas, Fax, Vídeo
 - com garantia
 Horário comercial
Fone/Fax: 3244 7289

PROCURA- SE



Procura-se uma cachorrinha da raça schnauzer (cinza clara) chamada Estrela. Ela fugiu dia 16 de setembro no bairro Itaguaçu. Estrela precisa de cuidados especiais, pois já passou por cirurgias e come ração especial porque tem problemas renais. Suas donas, duas crianças, estão muito tristes e abaladas porque estão com ela há seis anos.
 Contamos com sua ajuda. Obrigada

Telefones para contato: 88444222 ou 32490911 ou 88444262

OFERECEMOS RECOMPENSA

CONTASCOL
 Contabilidade

Enio Oliveira Silva -CRC.006959/0-1

Contabilidade em geral, Assessoria Contábil, Registro e Baixa de Firmas

Rua Jaú Guedes, 207 - Coqueiros
Fones: 3025-1491 e 3028-1591

MICRO
ESPAÇO
 NOTEBOOKS E COMPUTADORES

A SUA LOJA DE INFORMÁTICA EM COQUEIROS

Manutenção: Computadores, Monitores e Notebooks

3028-6231 | 3348-0407 | 84098380

Rua Marechal Arthur da Costa e Silva, 44 - Entrar na Rua do Pappatore - Coqueiros- Praia do Meio

ACESSÓRIOS EM GERAL

Busca e leva

Compra e Venda de Micros Novos e Usados
 Visite Show Room de Usados!

Horários

- ✓ Segunda a Sexta: 09h às 23h
- ✓ Sábados e Domingos: 10h às 23h
- ✓ Feriados: 14h às 23h

Diferenciais

- ✓ Caixa de devolução (24hs)
- ✓ Filmes de todos os gêneros
- ✓ Várias opções de lançamentos
- ✓ Amplo estacionamento
- ✓ Aceitamos cartões de crédito/débito
- ✓ Locando 2 (dois) filmes, você escolhe um cartaz de filme. (Promoção válida enquanto durar o estoque + 400 cartazes)
- ✓ Concorra a vários brindes

Cyber

- ✓ Banda larga
- ✓ Monitores 17 polegadas
- ✓ Gravação em CD*
- ✓ Scanner
- ✓ Impressão colorida
- ✓ WEBcan
- ✓ Ambiente climatizado

*-Você faz a própria gravação

Promoção e Brindes!

Localização: Rua General Estillac Leal nº 40 (Praia do Meio) - Coqueiros
 Pontos de referência: Padaria Praia do Meio / Rua de Acesso ao Condomínio Argus - Vila do Capri
 Telefone: (41) 3249-1669

Saneamento básico

A situação do bairro Abraão cada vez piora mais. Recentemente foi inaugurado um condomínio com dois blocos de cinco andares cada um, mais quatro blocos estão sendo levantados, cada um com cinco andares. E para aprofundar de vez com o nosso bairro, um prédio com 13 andares está para ser erguido, e o impacto ambiental e de vizinhança tão debatido ficou esquecido. A estrutura do bairro Abraão está comprometida, trânsito congestionado, posto de saúde e creche superlotados, sem falar da falta de segurança, policiamento é objeto de luxo. A Casan há anos vem nos enrolando com o projeto de implantação da rede de esgoto. O poder econômico fala mais alto. Nossa bacia marítima não suporta mais tamanha agressão, o bairro Abraão está flutuando sobre fezes e o poder público não está nem aí. Que falta de respeito para com os moradores do bairro Abraão. Que sirva de alerta para as construtoras e aos que pretendem adquirir imóveis no bairro. Rede de esgoto já!



em abril do ano corrente e até o presente momento não tivemos a oportunidade de conversar pessoalmente sobre suas inquietações, insatisfações e até mesmo sugestões, para que possamos aprimorar nosso ambiente coletivo, que cremos ser de interesse comum de todos aqueles que prezam pela vida e bem-estar.

talvez não seja de seu conhecimento que dedico diariamente oito horas do meu dia para atender aos condôminos e seria de grande valia e muito mais produtivo receber suas críticas e contribuições diretamente na administração. Eis que a forma indireta e despuída que foi utilizada não produz qualquer benefício a quem quer que seja se o objetivo é realmente o de ver melhorias em nosso condomínio, para nós e nossos familiares.

É importante destacar que, apesar de uma inadimplência de 12% (doze por cento) dos condôminos, estamos obtendo êxito em estar em dia com nossos pagamentos. Nossa administração começou em meio ao um condomínio sem dinheiro e depredado e um bom exemplo de administração é estar em dia com nossas obrigações.

Para o pagamento de água e funcionários não temos necessidade de rateio. Contratamos porteiros terceirizados, oferecemos mais segurança ao parque infantil, estamos reformando as calçadas, já adiantamos a 1ª parcela do 13º salário e adquirimos uniformes para os funcionários.

Recentemente contratamos os serviços de interfone, devidamente aprovado em Assembleia Geral, com rateio, e temos subsídios no fundo de reserva. Em dezembro faremos licitação para pintura dos 34 blocos e, certamente com rateio, todos os 544 apartamentos serão valorizados em aproximadamente 80%. Reformaremos a quadra de esportes, churrasqueira, salão de festas e otimizaremos a área frontal do condomínio com modificações.

Estas são apenas algumas das atividades realizadas e parte do planejamento da atual administração. Desta maneira, reforço o convite para que Vossa Senhoria venha conhecer mais de perto nosso trabalho e, conseqüentemente, poder se manifestar com mais embasamento e, inclusive, obter algum crédito com suas observações perante aqueles que realmente participam, vivenciam e apoiam nosso trabalho, que tem sido efetuado da maneira mais coletiva possível.

Agradecemos sua compreensão e, principalmente, estamos abertos a sua colaboração para que o nosso condomínio obtenha melhorias a cada dia.

Atenciosamente,

Abelardo Mércio Costa
Síndico geral

As cartas devem ser enviadas à redação da Folha de Coqueiros com nome completo, endereço, e-mail e telefone para contato. E-mail: fcoqueiros@brturbo.com.br. Fax: 48 3249-0163 ou página na internet: www.folhadecoqueiros.com.br

Agenda

Exposição

O Shopping Iguatemi Florianópolis recebe, a partir de segunda-feira (21), a exposição "Correio Lageano: 70 anos de história". Através de um rico material gráfico, o evento mostra a história de um dos mais antigos jornais do interior de Santa Catarina, o Correio Lageano, com suas principais capas e reportagens, mostrando as mudanças na linguagem e nos costumes da sociedade, além da evolução dos acontecimentos que marcaram as últimas décadas. Ao final da exposição, o visitante tem um espaço para deixar sua história, seus textos ou recados fixados num grande painel. Outra forma de interação do público é o painel com a plotagem da capa do jornal com uma grande manchete. Neste espaço, o visitante pode ser fotografado e ser a capa do Correio Lageano.

Fenaostra

A 11ª edição da Festa Nacional da Ostra e da Cultura Açoriana (Fenaostra), que se realiza de 16 a 25 de outubro, no CentroSul, em Florianópolis, vai ter várias novidades este ano. Além da identidade visual, assinada pelo artista plástico Luciano Martins, a organização vai levar os shows nacionais para a passarela do samba, e investir na divulgação via Internet. Fora o site www.fenaostra-floripa.com.br, são quatro os blogs feitos para divulgar atrações, bastidores e as novidades preparadas para a festa. O realezadafenaostra.blogspot.com; o artesanatonafenaostra.blogspot.com; o fenaostranamidia.blogspot.com; e o fenaostra2009.blogspot.com. E também na comunidade do Orkut, "Fenaostra 2009", o público vai poder acompanhar toda a movimentação da festa via twitter, www.twitter.com/fenaostra2009.

Churrasco

O Na Brasa Coqueiros estará participando da Feira da Indústria, Comércio e Turismo 2009 (Expoinco), de 24 a 27 de setembro, no Centro Multiuso de São José. A casa, especializada em churrasco, vai atender na Praça da Alimentação servindo corte de carnes especiais, churrasquinhos e saladas, durante todo o evento. Tudo isto acompanhado do chope artesanal Opa Beer e com música ao vivo. O horário é das 10h às 22h.

Monografias

A Fundação Cultural de Florianópolis Franklin Cascaes (FCFFC) abre inscrições para o Prêmio Silvío Coelho dos Santos de monografias sobre a história e a cultura de Florianópolis. O concurso, dirigido a estudantes universitários e pesquisadores residentes na região da Grande Florianópolis, vai distribuir premiação de R\$ 29 mil entre os autores classificados. As inscrições podem ser feitas até 15 de dezembro. Os trabalhos inscritos para o concurso podem ser entregues na sede da FCFFC, no Forte Santa Bárbara, ou pelo correio, conforme regulamento disponível no site da instituição (www.pmf.sc.gov.br/franklincascaes). Os candidatos poderão concorrer com apenas uma monografia que ainda não tenha sido publicada. Os três melhores trabalhos vão receber prêmios de R\$ 10 mil (1º lugar), R\$ 7 mil (2º lugar) e R\$ 5 mil (3º lugar). Haverá ainda sete menções honrosas, que farão jus ao valor individual de R\$ 1 mil. A premiação será entregue durante as comemorações do aniversário de Florianópolis, em março de 2010.

Condomínio Argus I

Fiquei muito indignado com certas pessoas que utilizaram este espaço da Folha de Coqueiros para denegrir a imagem do Condomínio Argus e a sua gestão atual, aos fatos, colocando os moradores antigos expostos ao ridículo perante a sociedade. Resolvemos, então, levar à administração atual o e-mail enviado por este que se diz "morador". Decidimos tomar todas as medidas judiciais para que este senhor diga quem são os traficantes e usuários de drogas que ele escreveu no seu e-mail. Duvidamos que ele seja um morador do Condomínio! Sem dúvidas, vamos até o final desta injustiça e covardia desta pessoa.

Nacor de Oliveira Serapião Filho
nacor_filho@ig.com.br

Condomínio Argus II

Direito de resposta

Em resposta ao comentário do senhor Nelson Xavier sobre o Condomínio Argus, publicado na seção de cartas da Folha de Coqueiros, venho respeitosamente convidá-lo a conhecer mais de perto as atividades da administração do condomínio, para que suas eventuais colocações futuras tenham algum fundamento, ao invés de se manifestar por meras alegações completamente alheias à realidade fática.

A nossa administração do condomínio iniciou





A família Campeiro Assados parabeniza a Folha de Coqueiros pelos seus 14 anos de sucesso.

3269 3081 - Ingleses

3249 5220 - Abraão

FORNERIA Pappatore
Massas e Pizzas

Rua Desembargador Pedro Silva, 2450
Praia do Meio - Coqueiros - Florianópolis
48 3249-0990

NA BRASA
O CHURRASCO NA SUA CASA
TAMBÉM ATENDEMOS EVENTOS

Picanha
Maminha
Alcatra
Contra Filé
Fraldinha
Costela
(Bovina, Ovina, Suína)
Pernil e Paleta Cordeiro
Xixo
Coxa e sobre Coxa

SÁBADOS DOMINGOS E FERIADOS

FAÇA SUA ENCOMENDA OU VENHA E ESCOLHA NO LOCAL
TELE ENTREGA (Grátis em Coqueiros)
3244.7326 - 9109.7444
Rua São Cristóvão, 63 - Coqueiros - Frente BESC
nabrasacoqueiros@hotmail.com

D'SANCLER LANCHES

PROVE ESTE SABOR

X Galinha	X Egg
X Bacon	X Dog
X Salada	X Burger
X Mignon	Misto Quente
X Calabresa	Queijo Quente
X Coração	Porções Variadas

Bebidas em Geral

Tele Entrega: 3249-8262

Aberto de Segunda a Sábado das 18:00 às 1:00hs
Rua Vereador José do Vale Pereira - Esquina
Próximo a Igreja de Coqueiros

Com sabor da Itália

FOTO MARCELO BITTENCOURT

Sibyla Loureiro

No roteiro dos tradicionais restaurantes da Via Gastronômica de Coqueiros, o Galeto da Mamma também está de aniversário. Há 12 anos hospedado na Praia do Bom Abrigo, o restaurante se destaca pelo ambiente aconchegante, clima familiar e decoração e cardápio tipicamente italianos. A casa oferece especialidades como o Galeto ao Primo Canto, a Sopa de Capeletti, a Polenta Frita, a Costelinha de Porco, entre outros pratos que fazem parte das 11 variedades servidas no clássico rodízio. Para arrematar, a sugestão é a Sobremesa da Mamma, doce que reúne sorvete de creme com mamão papaia e um toque de licor de Cassis. Tudo isto acompanhado do belo visual da praia.



GALETO DA MAMMA: melhor polenta de Florianópolis

Eleito em 2007 pela Revista Contigo a melhor galeteria de Florianópolis, título também conquistado pela saborosa polenta frita, o Galeto da Mamma se diferencia pelo preparo dos pratos. A começar pelo Galeto ao Primo Canto. "Trata-se de um corte especial para galeteria ao estilo da típica comida do sul do Brasil. O galeto é assado na brasa, a exemplo da costelinha de porco que leva, ainda, outro ingrediente: depois de assada, é coberta com farinha de mandioca e levada novamente à brasa", explica o empresário Vilson Ulanoski.

Descendente de poloneses e italianos, Vilson, que é natural do Paraná, pegou o gosto pela cozi-

na após trabalhar como garçom na cidade gaúcha de Gramado. Em 1994, veio para Florianópolis e três anos depois abriu as portas do antigo Galeto Mamma Mia. De lá para cá, a casa sofreu mudanças como a reforma feita em 2008. O prédio, uma casa em estilo enxaimel, foi ampliado de 70 para 140 lugares no salão, além da remodelação total da cozinha, o que facilita o preparo de massas e molhos produzidos no local.

NHOQUE: Embora faça parte do rodízio, o nhoque também pode ser consumido separadamente. Desse modo, quem tem por hábito degustar a típica iguaria italiana, pode freqüentar o restaurante no dia 29 de cada mês, data do Nhoque da Fortuna. O prato ainda faz parte da lista de comidas do sistema de teleentrega. São 13 tipos de refeição, embaladas para viagem no estilo porção. Vão desde o famoso Galeto ao Primo Canto até isca de frango, porção de lasanha, espaguete e frango à passarinho.

O Galeto da Mamma fica na Rua Plácido de Castro, 201. Para reservas e teleentrega, o telefone é 3249-6028. A casa abre de terça a domingo, inclusive feriados, para almoço - a partir das 11h30 - e para janta - a partir das 19h.

Mais informações no site <http://www.galetodamamma.com.br/>

Casa especializada em Massas e Molhos de sua própria fabricação verdadeiramente italianos. Aliado a uma bela Carta de Vinhos. Tudo isto e muito mais, comandado pelo Chef Bento, ex-Pergoletta, e seu sócio Henrique, também da ex-Pergoletta.

Di Taroni Trattoria

A Casa funciona de Segunda a Domingo: *Venham nos Visitar*
De segunda a Sexta - 18:00 a 00:00
Sábados - 12:00 a 00:00
Domingos e feriados - 12:00 às 23:00

Av. Eng. Max de Souza, 730 - Fone: 3249-2040
EM FRENTE AO PARQUE DE COQUEIROS
FÁCIL ESTACIONAMENTO - VALE A PENA CONHECER

bolos tortas doces salgados sanduíches
café especiais chás sucos cervejas vinhos
sopas fondues

ALCACUZ
BAR CAFE

Bar, café e outras delícias.
ENCOMENDAS, RESERVAS E
MAIORES INFORMAÇÕES,
LIGUE 3304.8515

CENTRO COMERCIAL DES. PEDRO SILVA, 2677 - LOJA 3 - ENTRE O POSTO POLICIAL E A AAB

Lai-Lai o melhor Restaurante Oriental de Florianópolis

Aberto diariamente no almoço e jantar à la carte

PromoçãoBuffet no almoço de seg. a sex.
R\$ 14,80Todos sábados à noite
Festival livre de sushi e comida
chinesa R\$ 28,90 com música ao vivo

Tele-Entrega: 3249-2728

Rua Des. Pedro Silva, 2330 - Praia do Meio - Coqueiros



ESTACÃO 261

Praia Clube

Av. Eng. Max de Souza, 1615 - Dentro do Clube Doze • Coqueiros -
Fones: 48 3028-8261 e 3249-9944 • Matriz: Jurerê Internacional (48) 3282-9944

Almoço - Buffet à quilo
Happy hour - jantar - À la carte
Eventos - Festas e Confraternizações*
Ambiente Climatizado e charmoso
Aberto ao público
Estacionamento gratuito
*consulte nossa disponibilidade