

Hidrate-se no inverno

Parte I

Água e hidratante mantêm o corpo protegido e bonito na época mais fria do ano

Quando o inverno chega, a sensação de sede praticamente desaparece, fazendo com que o consumo de água se torne mais escasso. Essa situação pode colocar a saúde em risco, já que ela é essencial para manter o organismo funcionando plenamente.

De acordo com Adriana Leite, coordenadora técnica do Conselho Regional de Nutricionistas – 9ª região (MG), “mais de 60% do corpo humano é formado por água. Trata-se de um elemento indispensável para o bem-estar”. Para se ter ideia, o líquido auxilia na regulação da temperatura corporal, ajuda na eliminação de toxinas por meio da urina e da transpiração, ajuda a moldar o bolo fecal, é utilizado no processo de respiração e carrega muitos nutrientes a todas as partes do corpo.

Sendo assim, independente da estação do ano, a recomendação é a mesma: um adulto saudável precisa beber aproximadamente dois litros de água por dia – ela pode ser obtida em sua forma pura e também com a ajuda de alimentos que a apresentam em sua composição, como frutas, verduras, legumes, sucos, sopas, chás, etc.

“Esse valor pode variar de acordo

com alguns fatores, como realização de atividades físicas, temperatura do ambiente e presença de doenças”, ressalta a profissional mineira.

Problemas à vista

Quando a ingestão do líquido não chega perto daquela considerada ideal – quadro conhecido como desidratação – um dos grandes perigos é sobrecarregar o rim, órgão responsável pelo trabalho de eliminação de toxinas e resíduos. “A água é fundamental nesse processo. Em sua ausência, o rim não tem condições ideais para realizar a filtração. Assim, muitas doenças renais podem aparecer”, observa Adriana.

É válido ressaltar também que a desidratação pode levar à morte. Seu surgimento está ligado a fatores como vômitos, diarreias e, é claro, consumo insuficiente de água. Para não correr riscos, a nutricionista avisa que é preciso ficar atento a alguns sintomas, tais como boca seca, urina de cor e cheiro fortes, cansaço, perda da concentração, falhas na memória e dor de cabeça.

Thaís Manarini

Especial para o iG São Paulo

Casa de Oração Para Todos os Povos

Conheça nossas congregações e faça-nos uma visita



Sede

Rua Hercílio Luz, 228 - Alto Alegre
Cascavel - PR
Fone/Fax: (45) 3226-3089

Cultos

Terça 20:00 Noite da Vitória (Oração)
Quinta 15:00 Culto Min. Feminino
Sábado 18:00 Rede Jovem
Domingo 09:00 Escola Bíblica Dominical
19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral

Bps. Davi e Edinisi Freire (45) 3226-3089
Prs. José e Mônica Pessoa (45) 3326-5527
Prs. Ivaldo e Neise Silva (45) 9959-1464
Pr. Antonio Daniel Nunes (45) 9836-5545
Prs. Arildo e Ivanete Campestrini (45) 3038-1687

Presbíteros

Everson G. dos Santos (45) 9946-5525
Mariano Zamo Vargas (45) 9834-5361

Ministério Diaconal

Anderson Obinski (45) 9105-1726
Arlindo Pereira da Silva (45) 9820-0865
Cláudio Fernandes (45) 3038-1348
Edson Paulo Carpenedo (45) 9972-5258
Jairo Sartorelli de Freitas (45) 9966-4578
José Carlos Ramos (45) 8814-0967
Lílian S. C. Obinski (45) 9994-5191
Paulo Walberto Tiem (45) 3226-3077

Recanto Ebenézer

José Carlos Ramos (45) 8814-0967

Guaira

Rua Shingiro Matsuyama, 795
Guaira - PR

Cultos

Terça 20:00 Noite da Vitória (Oração)
Sábado 20:00 Estudo Bíblico (Jovens)
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Presbítero

Celso Martins Filho (44) 8803-4327

Ibema

Rua Laranjeiras do Sul/ Rua Bahia
Ibema - PR

Cultos

Sábado 20:00 Culto de Libertação
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral

Pr. Aldenis Miranda (45) 9804-2180

Presbíteros

José Orlei Andrade (45) 9106-2187

Ministério Diaconal

Benjamim Margotti Netto (45) 9912-8710
Maria Edite de F. Andrade (45) 9104-9346
Rosi Oliveira Margotti (45) 9103-0306

14 de Novembro

Rua da Pedreira (final) - 14 de Novembro
Cascavel - PR

Cultos

Quarta 20:00 Culto de Libertação
Sábado 20:00 Rede Jovem
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral

Bps. Davi e Edinisi Freire (45) 3226-3089

Presbítero

Reni V. Sparremberger (45) 9157-5424

Evangelista

Elvira Aparecida Joay (45) 3326-6427

Ministério Diaconal

Cristina Tostes de Mello (45) 3228-3190
Jurandir Ernesto Cantelli (45) 3228-6559
Leonice Simoni Cantelli (45) 3228-6559

jornal da Casa

Vitória declarada!

“Porquanto o Senhor teu Deus é Deus misericordioso, e não te desampará, nem te destruirá, nem se esquecerá da aliança que jurou a teus pais”. **Deuteronômio 4.31**

Ao lermos o texto de Deuteronômio 4:27 a 31 constatamos que Deus prevê realidades, digamos, pré-existentes que podem nos acometer, entretanto, Ele mesmo se encarrega de mudar o cativo de uma vida tão logo haja arrependimento e um retorno para junto de Sua face. Ele disse àquele povo de Israel a realidade pré-existente: “E o Senhor vos espalhará entre os povos, e ficareis poucos em número entre as nações às quais o Senhor vos conduzirá. E ali servireis a deuses que são obra de mãos de homens, madeira e pedra, que não veem, nem ouvem, nem comem, nem cheiram” – (Deuteronômio 4.27-28). Era como Ele estivesse colocando uma placa: **Cuidado!**

Entretanto, Ele não parou nessa palavra de juízo. Ele deu Sua

palavra de bênção e alimentou expectativas para como aquele povo. Ele disse: “Então dali buscarás ao Senhor teu Deus, e o acharás, quando o buscares de todo o teu coração e de toda a tua alma” – (v.28). E também essa outra placa: **Sua vitória!**

Há vidas que se encontram em algum tipo de cativeiro. É comum pessoas assim questionarem o cuidado de Deus, Sua presença, Sua intervenção, etc. Mas, o Senhor não pede isso. Aliás, Ele abomina questionamentos infundados. É preciso saber que mesmo no cativeiro, Ele nos buscará. Ele nunca se encontra ocupado demais, tampouco, desinteressado para com alguma alma a ponto de ignorá-la. Pelo contrário, foi Ele mesmo quem disse que uma vida vale mais que o mundo inteiro,

portanto, há muito valor em nós. Ele não diria isso se não fosse verdade!

O que Ele espera é que “dali – do cativeiro – buscarás o Senhor teu Deus e o acharás”.

Sabe, nós perdemos muito tempo precioso por não aplicarmos o coração nas simples palavras liberadas pelo Senhor sobre nossas vidas. Se Ele disse que se deixará ser achado quando O buscarmos em meio ao nosso cativeiro, então, Ele completará a obra se acontecer da forma como Ele a prescreveu. Ele está dando o mapa do tesouro, assim, basta seguir as instruções do mesmo e botar a mão no tesouro. É isso que Ele está dizendo.

Agora, qual é o espaço que Ele tem encontrado em nossa vida?

Não devemos nos enganar, afinal, Ele está dizendo em Sua Palavra: “Então dali, ou seja, do cativeiro, buscarás ao Senhor teu Deus... e o acharás, quando o buscares de todo o teu coração e de toda a tua alma”. Cada um pode responder por si mesmo.

Mas, não devemos nos esquecer que: Ele nunca nos desampara e que seja lá qual for o cativeiro em que nos encontramos, Ele nunca estará tão longe que não possa nos ouvir e nos buscar e nos tirar de lá! A atitude correta no cativeiro pode promover a vitória que já de antemão está declarada! Aleluia!

Pr. Wilson Ferro Martins

www.vozdotrono.com.br

ACESSE NOSSO SITE
www.casadeoracao.org.br

Este espaço está reservado para o seu anúncio!



entre em contato
bpdavi@casadeoracao.org.br



Este espaço está reservado para o seu anúncio!



entre em contato
bpdavi@casadeoracao.org.br



(45) 3226-1400



Pam pile
Um Pão De Panificadora
Panificadora & Confeitaria

Rua Cuiabá, 4623
Alto Alegre
Cascavel - PR

BUFFET
Dom Place
(45) 3035-4920

INGLÊS E ESPANHOL
SINCE 2004
Blessed
IDIOMAS
(45) 3039-2030
R. Padre Ricardo, 174 - Coqueiral
www.blessedidiomas.com.br

“Logo, já não sou eu quem vive, mas Cristo vive em mim”. **Gálatas 2.20**

Existe alguém confiável?

“Aquele que não acredita em ninguém sabe que também não é confiável.”

E como cumpriremos o Ide do Senhor não sendo confiáveis? Como poderemos mostrar o amor de Deus se não confiam em nós? Como poderemos proclamar a nossa fé se não acreditam em nós? Que pode estar faltando em nós? Que precisamos fazer para que esta situação mude?

Somente com o brilho do Senhor em nossas vidas poderemos despertar confiança em nossas palavras e atitudes. Somente com uma conversão genuína poderemos encontrar portas abertas nos corações incrédulos e desanimados. Não basta sermos membros de uma igreja! Não basta levarmos uma Bíblia nas mãos ou usarmos uma camiseta escrita “Jesus é o Senhor”. Não basta apresentarmos uma carteirinha de membro de uma organização cristã!

É preciso que o nosso “eu” desapareça por completo. É necessário que todos vejam Cristo em nós. É imprescindível que nossas vidas falem mais alto que todos os nossos sermões. Só assim nossas ações engrandecerão o nome

de Jesus; só dessa maneira Deus será glorificado; esse é o único caminho para que sejamos confiáveis e levemos pessoas à presença do Senhor e Salvador Jesus Cristo.

O salmista disse que os que confiam no Senhor são inabaláveis como um monte. E se o Senhor estiver em nossos corações, as pessoas que nos conhecem poderão acreditar no que anunciamos, pois, testificam que é verdade em nosso viver diário. Os nossos amigos poderão confiar em nós porque sabem que nós confiamos verdadeiramente no Senhor.

Se Cristo vive em nós e passamos a ser dignos de confiança, podemos transformar a nossa casa, a nossa vizinhança, o nosso local de trabalho, a roda de amigos que frequentamos. Nós seremos confiáveis porque as pessoas confiarão no Senhor que habita em nós e dirige nossas vidas.

Você é realmente alguém confiável no reino de Deus?

Pr. Paulo Roberto Barbosa
Um cego na internet!

EDITORIAL jornal da Casa

Telefone/Fax: (45) 3226-3089

Email: jornaldacasa@casadeoracao.org.br

Direção Geral: Bp. Davi Valim Freire

Diagramação e Editoração Eletrônica: Filipe Freire

Edição de Arte: Filipe Freire

Revisão de Textos: Edinisi Freire, Filipe Freire

Colunistas: Erival Barbosa

O Jornal da Casa é um órgão oficial de comunicação informativa e educativa da Casa de Oração Para Todos os Povos, desenvolvido com o objetivo de levar mensagens de reflexão e edificação aos leitores. O Jornal da Casa não tem fins lucrativos e os recursos obtidos através de anúncios comerciais são destinados exclusivamente ao custeio da produção, impressão e divulgação do mesmo.

Periodicidade: Mensal

Bênçãos sobre sua vida

Prezados irmãos e amigos leitores do Jornal da Casa, que a paz de Cristo continue reinando em vossos corações.

É uma grande alegria para nós, do JC, manter este contato através desta coluna e desejar que as bênçãos de Deus sejam abundantes em suas vidas e família.

Nosso objetivo é levar até você mensagens que edificam, curam e transformam vidas através da ação do Espírito Santo que conhece cada coração e sabe qual é a necessidade de cada um. É Ele que convence cada pessoa do seu estado e leva-o a ter um encontro pessoal com Jesus Cristo, que é o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo. Ele pode libertar, pois a Palavra diz: “E conheceréis a Verdade e a Verdade vos libertará”.

Que a leitura destas matérias possa cumprir seu papel de abençoar sua vida, bem como sua família.

No amor do Pai!

Bp. Davi
bpdavi@casadeoracao.org.br



Há esperança!

“Mas o Espírito expressamente diz que nos últimos tempos apostatarão alguns da fé, dando ouvidos a espíritos enganadores, e a doutrina de demônios; pela hipocrisia de homens que falam mentiras, tendo cauterizada a sua própria consciência”. **1 Timóteo 4.1,2**

Amados, vocês têm parado para observar a situação em que se encontra a Igreja cristã dos nossos dias? Certamente não tem gostado do que vê. Há exceções, evidentemente. Graças a Deus! Tristemente, imagino eu, você deve ter percebido que o mundanismo tem invadido sistematicamente – e com certa facilidade – muitas igrejas cristãs e mudado conceitos e comportamentos, sem respeitar idade nem sexo. Claro que os jovens são e estão mais suscetíveis aos ataques. Não que os adultos estejam incólumes, afinal tem muito adulto ainda menino na fé. Existe uma tenebrosa inversão de valores. As práticas antes abomináveis agora são vistas como modernidades sadias, sutilmente penetrando nas mentes e corações de cristãos que até recentemente eram fiéis guardiões da moral e bons costumes, baseados nos preceitos divinos. A mídia é o principal meio dessa letal invasão satânica, que vem através da televisão, do rádio, do cinema, com filmes recheados de mensagens nada subliminares, revistas, internet... O conteúdo nocivo supera o salutar. Os lares são invadidos por toda sorte de promiscuidade moral e sexual. As novelas dizem que o ocultismo é moda, o adultério é normal, a

mentira é boa, a separação de casais é legal, a destruição da família, ótimo. Casamento entre pessoas do mesmo sexo? Oras, por que não? A favor, é moderno, contra, é preconceito! E vamos aceitando sem contestar, sem resistir, sem lutar. Quando percebermos, poderá ser tarde demais.

Nos nossos dias, o inimigo não mais assume a forma de serpente rastejante, nem sobe em árvores. Suas formas de ataques são mais sutis. Muitas vezes, sem mesmo perceber, – no entanto, por pura desatenção e falta de vigilância – estamos jogando o sagrado e o profano no liquidificador e tomando altas doses, envenenando a alma e o espírito. Deus do céu, o que está acontecendo? Não estamos mais orando? Não estamos mais vigiando, nem resistindo ao diabo? Baixamos a guarda sem a menor resistência? O que está acontecendo? Estamos buscando um evangelho fácil, sem maiores compromissos? E os lares cristãos? Reina ali a harmonia? Existe respeito recíproco entre os cônjuges? Aliás, existe amor? Os filhos são realmente bênçãos? Pais e filhos mantêm uma relação harmoniosa, que agrada ao Senhor? Aquela imagem de família feliz que insistimos em

mostrar trata-se de uma farsa, de uma mentira cabeluda? O que está acontecendo?

Amados, talvez nada disso esteja acontecendo com você, sua família ou sua igreja. Mas é preciso revermos nossa posição de cristãos remidos pelo sangue do Cordeiro. É preciso nos envolvermos. Não podemos aceitar tudo passivamente, como se não tivéssemos responsabilidade alguma. Temos que fazer a nossa parte. Para isso fomos convocados por Jesus. Precisamos ser sal e luz. Caso contrário, seremos jogados fora e pisados pelos homens.

Vejo com bons olhos e alegria no coração a iniciativa da Rede Jovem da igreja em que congrego em visitar alguns moradores de rua, levando a Palavra de Deus como bálsamo para amenizar suas dores, angústias, desesperanças, e trazer-lhes uma porção de esperança e paz que emana de Deus. Parece pouco, mas não é. Quanto mais os jovens estiverem envolvidos com a obra, melhor. Estarão adquirindo maturidade espiritual e o inimigo não os enganará facilmente. Não serão mais presas fáceis. Estar dentro de um templo orando, cantando, se alimentando espiritualmente, é importante, é necessário. No entanto, é preciso

praticar. E eles, capitaneados por seus líderes, estão indo. Glórias a Deus! Esses jovens estão na contramão daqueles que pegaram um caminho sem volta. Mesmo expostos a parte nefasta da modernidade que os assola eles escolheram a melhor parte. Sei que em outras denominações também existem grupos em ação, praticando o Ide. São jovens comprometidos com o exercício da Palavra, que entenderam que somente através da prática dessa Palavra e sob orientação do Espírito Santo, é que se pode vencer a modernidade perniciosa que corrói os bons costumes, que destrói o caráter, que leva a mornidão e a apostasia. Assim como Daniel e José, e tantos outros, resistem sem se deixar contaminar. Que esses jovens possam continuar marchando sob a batuta do Espírito Santo. É um sinal de que nem tudo está perdido, de que ainda há esperança. Queira Deus!, os adultos os imitem.

Quanto a pergunta do primeiro parágrafo, o que você tem feito para mudar essa realidade?

Que Deus nos abençoe!

Erival Barbosa
edificando@casadeoracao.org.br



Este espaço está reservado para o seu anúncio!

entre em contato
bpdavi@casadeoracao.org.br



GUARDIANO
Materiais de Construção

Pioneiros
Catarinenses
Rua do Cowboy, 422
3228-1144

Em novo endereço para melhor te atender!

Imagens - A mudança começa em mim

“Porque, como imaginou na sua alma, assim é”. **Provérbios 23.7a**

As imagens são muito importantes para nossa vida, sobretudo as imagens que formamos em nossas mentes a nosso próprio respeito.

Segundo os especialistas, dois terços das idéias e noções que absorvemos na vida acontecem até os sete anos. É nesta fase da vida que muita coisa importante ocorre.

Por outro lado, os conhecimentos práticos são absorvidos até os dez anos. Aprender nossa língua materna nesta fase parece simples, aprender uma nova língua também. O que diria de ler e escrever? Muito mais fácil quando criança.

Os anos como criança é o período que desenvolvemos o que, como adultos, nos acompanhará por toda a vida, mantendo uma relação próxima até nossa velhice.

Os problemas da fase adulta também nascem na infância. Eu e minha esposa somos voluntários num lar de crianças abandonadas e também trabalhamos com a cura da alma em nossa comunidade cristã. Frequentemente as pessoas abusadas na infância tornam-se abusadores, a menos que permitam que Cristo entre em suas vidas mudando sua história para melhor.

O que vivenciamos em nossos primeiros anos formam imagens em nossa mente e isto é o que nos leva a experimentar estresse, tensão e ansiedade no futuro.

Os pais são fundamentais na formação de boas ou más imagens nos seus filhos. É muito comum os pais falarem aos filhos que não devem fazer algo porque senão Deus deixará de gostar deles, ou cometerão o pecado que Deus não perdoa.

Isto cria uma imagem na mente da criança ou adolescente de que, se errar, já estará longe de Deus e

portanto não precisa mais andar nos seus caminhos, não tendo mais como voltar.

Lembro-me quando na década de 80 estava fazendo e-



vangelismo na rua XV em Curitiba. Naquele dia abordamos uma moça, que recebeu a Palavra, mas chorava muito por não se achar digna de receber a salvação. Depois de muito insistir ela revelou que era uma prostituta e que Deus não a aceitaria mais.

O maligno usa contra nós duas armas, a tentação e a acusação. Quando uma falha ele usa a outra. Quase todos nós já nos sentimos acusados de algo que fizemos.

Quando faço aconselhamento, uma das questões mais importantes é derrubar as imagens negativas que as pessoas possuem na sua mente e recriá-las partindo da visão de Deus para sua vida. Porém, reconstruir uma imagem é mais difícil do que criar do zero.

Jesus sempre evangelizou por parábolas, o que criava imagens mentais em quem ouve, sabendo

que seria um fator motivador em quem a escutasse. O rádio e os livros também nos levam a formar imagens mentais.

É por isso que a televisão e a

Cristo e isso passa por ter uma mente renovada em que as imagens negativas e de fracasso tenham sido curadas e substituídas por aquelas que Deus tem para você e que Ele mesmo irá falar ao teu coração.

José tinha um sonho, uma imagem em sua mente, que o guiou por toda a sua vida, vindo a tornar-se realidade próximo dos 30 anos de vida.

Quando eu era criança tinha o sonho de construir um computador, algo impensável na época dado o desenvolvimento tecnológico e pelo fato de viver no interior do estado. Ou seja, a tecnologia era pouca e existia somente nos grandes centros, eu estava fora. Mas Deus movimentou tudo a ponto de tornar esse sonho uma realidade e aos 21 anos cumpri-se o sonho.

“Quando eu era uma criança, eu sonhava. Sonhava com um momento como esse”. Novak Djokovic, tenista sérvio, ao vencer o suíço Roger Federer e conquistar o título do ATP pela quinta vez.

Para exercitar:

- Tenho sido influenciado negativamente pelo mundo?
- O que preciso fazer para escutar a Deus e renovar minha mente?

“Pai celestial, perdoe-me por todas as vezes em que fui influenciado pelas imagens prontas do mundo que me conduziram ao fracasso. Peça que Teu Espírito Santo venha me curar e renovar a minha mente segundo o Teu propósito. Amém!”

Precisamos renovar a nossa mente e rejeitar as imagens de fracasso que nos são impostas pelas pessoas e pelo mundo. Deus nos chamou para a vitória em

Luis Antônio Luize
www.ichtus.com.br

Dicas para guitarrista

“Um bom guitarrista é aquele que se preocupa com a sua sonoridade, que tem um bom conhecimento de harmonia e que sabe exatamente qual é a sua função dentro de uma banda.

A guitarra definitivamente conquistou seu espaço. Hoje a guitarra está presente em quase todos os estilos musicais, do jazz ao rock e do reggae ao funk. Apesar disso, a guitarra ainda é considerada um instrumento relativamente novo. A cada dia novas maneiras de se tocar são inventadas, fazendo da guitarra um instrumento cada vez mais versátil.

Para ser um bom guitarrista nos dias de hoje não basta apenas fazer solos “mirabolantes”. Um bom guitarrista é aquele que se preocupa com a sua sonoridade (timbre), que tem um bom conhecimento de harmonia e que sabe exatamente qual é a sua função dentro de uma banda.

Guitarra x violão

Muita gente me pergunta se existe diferença entre guitarra e violão. Existe, e muita! Apesar de teoricamente o violão e a guitarra serem “iguais” (possuem seis cordas, mesma afinação, mesmos acordes), na prática eles tem funções completamente diferentes. O violão é usado (principalmente no contexto de louvor) como instrumento de base, enquanto a guitarra é um instrumento de detalhes, a “cobertura do bolo”. É claro que existem momentos em que a guitarra faz a base, mas no geral, principalmente se você tiver um piano ou um violão (ou os dois!), sua função será de preencher os



espaços deixados pelos outros instrumentos. Uma boa dica seria ouvir o que os outros músicos estão tocando antes de decidir o que você vai tocar.

Base x solo

Na verdade, essa história de ter um guitarrista somente para base e outro apenas para solo praticamente não existe mais. O guitarrista moderno tem que estar preparado para fazer bem as duas funções. Difícilmente alguém vai chamar um guitarrista apenas para tocar solo. Lembre-se: a palavra chave para o guitarrista de hoje é versatilidade. Um bom solo é mais do que saber qual escala usar é preciso entrar no clima da música, captar a idéia e fazer o

cas que você deverá aprender no momento certo. Outra coisa importante é ter humildade para saber que sempre temos muito que aprender com os outros. Humildade é essencial para se desenvolver como músico.

A seguir, algumas dicas práticas para chegar lá:

1) **Ouçã muita música** - Compre um bom fone de ouvido, vá para seu quarto, apague a luz e ouça com muita atenção;

2) **Ouçã de tudo** - Não tenha preconceito com algum estilo musical, amplie seus horizontes. Em todos os estilos musicais você vai encontrar música boa e música ruim;

3) **Invista no seu equipamento** - É muito melhor você ter apenas uma boa guitarra, um bom amplificador e um bom pedal delay do que ter um monte de equipamento ruim que só vai ‘te dar dor de cabeça’.

4) **Estude, estude, estude** - Procure um bom professor, bons músicos, freqüente cursos, clínicas e workshops sempre que possível, mantenha-se atualizado;

5) **Divirta-se** - Nada disso faz sentido se tocar guitarra não for algo prazeroso. Mantenha seu coração perto do Pai e o adore com sua guitarra e com sua vida.

Raphael Costa

www.vineyardmusic.com.br

MECANICA **Injetronic** MOTOR SPORT
Fones (45) 3034-9287
Especializado em câmbio automático
Nacionais e Importados
mecanicainjetronic2010@hotmail.com
Rua Epitácio Pessoa, 405 - Pq São Paulo

Rede de Farmácias **farma total**
Eginaldo S. Reis
Gerente
(45) 8413-6240
(45) 3039-5050
Rua Paraguai, 119 - Alto Alegre
farmatotalvel@hotmail.com

