



www.guiademaringa.com.br

Anuncie, quem é visto é lembrado! (43)98858 4313

Guia da família e do lar



Sorteio de Brindes do
Comércio de Maringá
Envie "Quero Participar"
Obs: Somente Moradores de Maringá



Seja um
Revendedor
ou Distribuidor
(43)98858 4313

tegg

5G

tegg

o 5G que paga você

AQUI TEM
CHIP



Notícias
Negócios
Informações
Classificados

- Automóveis
- Construção
- Beleza
- Gastronomia
- Serviços
- Indústria
- Comércio
- Saúde
- Utilidade Pública

MORAES
REPAROS ELÉTRICOS E
HIDRÁULICOS PARA
SUA CASA E APARTAMENTO

Odair
Consertos

Pequenos Reparos
Grandes Soluções

- Troca de chuveiro
- Tomadas e Interruptores
- Caixa acoplada
- Ventiladores
- Reparo de Vazamentos em Canos e Conexões
- Instalação e Substituição de Válvulas de Descarga

RECADO
(44)98461 6422 (44)99734 9566

Psicóloga- CRP 08/11188
Psicopedagoga-
Terapeuta ABA
DENVER

Heliane R. Faria

(44) 99103-8547
heliane.rfaria@gmail.com
Av. Brasil, 164
JD. Independência
Sarandi - PR

Roçadas

Cortes de Grama, Dedetização,
Podas de Árvores e Descartes

(44) 99975-4177

PATRIOT

@andersoncatantino
ACEITAMOS CARTÕES E PIX

..... Tegg o 5G que paga você

Roçadas

Cortes de Grama, Dedetização,
Podas de Árvores e Descartes

(44) 99975-4177

@jandersoncoastantino
ACEITAMOS CARTÕES E PIX



TUIUTI CELULARES

ESPECIALIZADA:      

Seu celular em boas mãos

44 99818-5254
Sergio Arruda

INFORMÁTICA - NOTEBOOK - CPU - ASSISTÊNCIA TÉCNICA - FORMATAÇÃO
Av. Tuiuti, 1422 - Lj 03 - Morangueira - Maringá-PR
DEUS SEJA LOUVADO

Desde 2003

iPhone  LG   

VENDA E CONSERVO DE CELULARES E ACESSÓRIOS

MARQUINHOS

44 98461-9921
44 3023-4135

Av. Tuiuti, 1288 - Maringá - PR

M-Cell
ASSISTÊNCIA TÉCNICA ESPECIALIZADA

Lojaoba

Avenida Tuiuti, 1471
Maringá

VENDAS CORPORATIVAS
(44) 3346-2540

Halysson Moura

COLEGUINHA FRETES

- PEQUENAS
- MUDANÇAS
- ENTREGAS



(44) 99819 0744

MP

INSTALAÇÕES ELETRICAS

INSTALAÇÕES E MANUTENÇÃO DE CERCAS
INSTALAÇÃO DE CÂMERAS
ALARME - ANTENAS - INTERFONES
LIMPEZAS DE AR CONDICIONADO
PORTÕES ELETRÔNICOS

FONE:
9 9734-1078 MICHEL

ACEITAMOS CARTÕES

O simples continua simples

Planos Tegg

BASIC

7Gb

Ligações ilimitadas

5Gb de internet
1Gb de recorrência
1Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis

R\$ 44,90

START

13Gb

Ligações ilimitadas

11Gb de internet
1Gb de recorrência
1Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis

R\$ 54,90

GOLD

21Gb

Ligações ilimitadas

19Gb de internet
1Gb de recorrência
1Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis

R\$ 64,90

PLUS

44Gb

Ligações ilimitadas

40Gb de internet
2Gb de recorrência
2Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis
Waze Grátis

R\$ 84,90

FAMILY

80Gb

Ligações ilimitadas

70Gb de internet
5Gb de recorrência
5Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis
skeelo Waze Grátis

R\$ 177,90

ULTRA

100Gb

Ligações ilimitadas

80Gb de internet
10Gb de recorrência
10Gb de portabilidade

WhatsApp Grátis
skeelo Waze Grátis

R\$ 217,90



Todos os planos são para fixo e/ou celular, de qualquer operadora e DDD
Ligações para qualquer fixo e celular do Brasil.
WhatsApp não desconta da franquia.

tegglecom.com.br



(43) 98858 4313



Disponível na
App Store

DISPONÍVEL NO
Google Play

GAÚCHO

DR. CONSTRUÇÃO

* Pedreiro * Carpinteiro * Eletricista

* Encanador * Pequenos Reparos

☎ 44. 99948-6742

CSM VIDROS



Caique

Envidraçamento de Sacadas Esquadrias de Aluminíio
Espelhos Janelas Portas Box (44) 9775-7005
R. Atílio Salvaggio, 137 - 02 - Centro, Sarandi - PR

Restaurante & Lanchonete

Cantinho Espanhol



(44) 99770-9030 | (44) 99927-6832

Praça Vereador Miguel de Oliveira - N° 56 - Bairro Guaiapó - Maringá PR
f Cantinho Espanhol Miguel

PERFUMES IMPORTADOS

COLCHÕES MAGNÉTICOS



44 99837-5758

Sarandi-PR

CHAVEIRO MG

MOBILIÁRIO E AUTOMOTIVO



CONCERTO E INSTALAÇÃO DE FECHADURAS
CÓPIAS DE CHAVES - ABERTURAS DE AUTOS
TROCA DE SEGREDOS - CHAVES CODIFICADAS
PORTÃO ELETRÔNICO - FECHADURAS
RESIDENCIAIS E AUTOS



(44)99908 1977

Av. João Marangoni, 423, Jd. Novo Panorama - Sarandi - PR



BONÍFICA
SAÚDE FÍSICA E FINANCEIRA PARA
TRANSFORMAR SUA VIDA

(43)98858 4313



Melhoram a Saúde

Física

Mental

Qualidade de Vida ✓

Bem-Estar ✓

Motivação ✓



DIMENSÃO

UNIFORMES

Qualidade e Agilidade



Escolares
Empresariais
Promocionais
Estamparia

José Carlos
Tatiane

(44) 3042-3089

(44) 99924-5128

(44) 99935-0235



f @ dimensaoestamparia@hotmail.com

Deus é Fiel

AV. DOM PEDRO I. Nº 815 - JD. INDEPENDÊNCIA II - SARANDI - PR

KI PIZZA
DELIVERY
TÁ ON

PIZZA
Pequena | Média | Grande
Tradicional e Especial

Peça agora e receba no conforto da sua casa
(44) 99737 7254

PROMOÇÃO
BORDA GRÁTIS
CHEDDAR E CATUPIRI

VISA, Mastercard, American Express

Carnes Selecionadas
Cortes de Qualidade

3264 0565 **9 9716 2550**
Av. João Marangoni 366, Sarandi PR

Sandra Marmitex
Disk Marmitex

Peça agora e receba no conforto da sua casa
(44) 99737 7254

Marmitas
Pequena R\$16,00
Média R\$18,00
Grande R\$20,00
Self Service R\$20,00

Feijoada aos Sábados

Av. Amílcar Vechi, 29, Jd. Panorama - Sarandi PR

Divino's LANCHES

DISK ENTREGA
44 99848-1717
Faça seu Pedido

Vendas também pelo **ifood**

Av. Rio de Janeiro, 653 Jardim Independência Sarandi-PR

Burgue'zia
DELIVERY

Disk Encomendas
(44) 99852-5929

Cones Trufados ☺ Bolachas de Maisena
Risoles ☺ Pudim ☺ Bolachas Caseira.

PETISCÃO
Bão J+

(44) 99860 6333

Av. Tuiuti, 1244 - Vila Morangueira, Maringá - PR



***** INGREDIENTES *****

* 1 kg de carne de sua preferência cortada em cubos (usei peixinho)
Sal, pimenta-do-reino, alho, cheiro verde, vinagre de maçã e 1 colher de tempero caseiro para marinar a carne de um dia para outro.

- * 2 colheres (sopa) de óleo vegetal.
- * 1 cebola picada 2 dentes de alho amassados.
- * 1 raiz grande de mandioca cortada em cubos
- * 5 batatas cortadas em 4
- * 2 espigas de milho cortadas em rodela
- * 500 ml de caldo de carne Salsinha
Sal e pimenta se necessário

aqueça, doure a carne

- 2 - Junte a cebola e o alho e vá pingando o líquido da marinada enquanto isso
- 3 - Quando estiver tudo bem refogado, junte o caldo de carne, a mandioca e a espiga de milho, acrescente água se achar necessário, feche a panela e deixe por 40 minutos na pressão.
- 4 - Retire a pressão, abra a panela mexa bem, junte as batatas e o restante dos ingredientes, misture bem e acerte os temperos acrescente mais água se for necessário, tampe a panela novamente e deixe por 10 minutos.
- 5 - Abra a panela e se for preciso deixe em fogo baixo para secar um pouco da água
- 6 - Sirva com arroz branco e salada

Informações Adicionais

DICA: minha intenção era colocar também uns pedaços de abóbora moranga e cenoura, mas esqueci de comprar.

Fonte: <http://www.tudogostoso.com.br/receita/>



Rações • Banho • Tosa • Acessórios

Disk Entrega

(44)99956 8442




Av. João Marangoni, 346, Novo Panorama - Sarandi - PR

Veículos - Caça Palavras

Vários tipos de veículos estão presentes neste caça palavras. As palavras deste caça palavras estão escondidas na horizontal, vertical e diagonal, sem palavras ao contrário.

AMBULÂNCIA
BICICLETA
BUGGY
CAMINHÃO

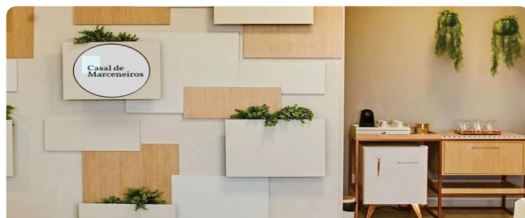
CAMIONETE
CARRO
FURGÃO
JIPE

REBOQUE
TANQUE
TRATOR
TRICICLO

TRIOELÉTRICO
TÁXI

LAMBRETA
LIMUSINE
MICROÔNIBUS
QUADRICICLO

S A L U C A M I O N E T E N Y
 C H I E Q V E B U G G Y H F O
 R I M O E U T R A T O R A U N
 E P U E A T A I L N L L L R E
 A A S H E D S D T P S W H G C
 T R I O E L É T R I C O B Â A
 T A N Q U E A T E I D I S O M
 L E E E R U R I T S C T Á X I
 A A M B U L Â N C I A I M O N
 M R E B O Q U E C S T O C N H
 B I J I P E C L A O R Y A L Ã
 R K H I G T E I E G E L R R O
 E U D E I T E T I Y A I R Y J
 T O I C A T R I C I C L O P W
 A M I C R O Õ N I B U S A E E



Avenida Rio de Janeiro, 1711, Sarandi-PR
(44)99809 5238 Johnny (44)99137 5965 Priscila



- Sistema Global de Viagens
- Passagens Aéreas (Nacionais e Internacionais)
- Passagens Rodoviárias (Nacionais)
- Reserva de Hotéis por todo o Mundo com Confirmação Imediata
- Locação de Veículos
- Cruzeiros Marítimos
- Pacotes de Viagem



@paulo.viagens

Av. João Marangoni, 393 - Panorama - Sarandi - PR

(44) 3042-0035

(44) 99769-3599

Acessórios



Assistência Técnica

AQUI NA KL CELL CONSERTAMOS PARA VOCE!

- > TROCA DE TOUCH E DISPLAY.
- > TROCA DE CARCARGAS IPHONE.
- > TROCA DE BATERIAS.
- > TROCA DE CONECTORES.
- > SOFTWARES.

ESTÁ TENDO PROBLEMAS COM A BATERIA DO SEU CELULAR?
 AQUI NA KL CELL RESOLVEMOS ISSO PARA VOCE!!!
 ASSISTÊNCIA TÉCNICA PARA CELULARES E TABLETS

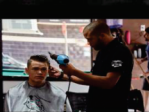
AV. MONTREAL 963-A, JD. PANORAMA, SARANDI-PR



HORÁRIO DE ATENDIMENTO
SEG A SEX - 09h AS 20h
SAB - 08h AS 18h

3043-0470
99850-8759

AV. MONTREAL, 964 - SARANDI


Espaço Banner
R\$150
1000 exemplares

Espaço Banner Grande
R\$200
1000 exemplares

Espaço Cartão
R\$100
1000 exemplares

Espaço Cartão
R\$100
1000 exemplares

Espaço Cartão
R\$100
1000 exemplares

Espaço Cartão
R\$100
1000 exemplares

hydrogen.

Distribuidor
Edevaldo R. França
(44)99837 5758

H₂ ALKALINIZA HEXAGONAL PIRAL NEGATIVO AUMENTA A CONDUTIVIDADE ELÉTRICA DA ÁGUA

Clínica de Psicologia e da Família

ATENDIMENTO
Individual, Casal (namorados, casados),
Família, Adolescente e Adulto

Presencial / On-line
Maringá e Sarandi

MENTORANDO SIMPSON
PROCESSO DE CERTIFICAÇÃO

MAURI CARDOSO
Protocolo Simpson

Eu ofereço sessões abrangentes de hipnose individual para ajudá-lo a resolver seus problemas, obter mais controle sobre comportamentos e lidar melhor com as emoções. Uso o poderoso protocolo Simpson para ajudá-lo a alcançar os níveis mais altos e mais profundos de hipnose. O uso do método de hipnose do protocolo Simpson permite que eu alcance a causa raiz de sua dor, sofrimento ou angústia, aprofundando sua mente, onde estão todos os nossos desconfortos e dores. O mais importante é que, usando o Simpson Protocol, nunca preciso saber qual é a causa ou quaisquer detalhes sobre sua situação - você sabe, sua mente sabe e é isso que causa a mudança. Eu apenas facilito, ajudo você, mas é você quem cria a mudança. Você não precisa me dizer nada, se quiser. Você pode usar esse tipo de hipnose para ajudar a lidar com a ansiedade eliminar o estresse e os medos - lidar com problemas e ansiedades sexuais - fobias de qualquer tipo - drogas ou outros vícios relacionados - e, claro, ajudá-lo com problemas de tabagismo e peso. A hipnose funciona em todas essas questões aparentemente diversas, porque todas elas têm um ponto de partida em algum lugar da sua mente ou psique, e a hipnose de estado profundo permite que você acesse essas causas, com segurança e sem trauma, e remova sua carga ou energia que causa a questão ou questões. O trabalho de hipnose é feito por você, não pelo hipnotizador. É sempre a sua escolha. Muito parecido com a escolha de usar um personal trainer para ajudá-lo a se exercitar não importa o quão bom ele seja, se você não fizer os exercícios - nada acontece. Na hipnose, não podemos hipnotizar você. É sempre sua escolha permitir-se fazer o trabalho interno (e esse trabalho interno, ao contrário de ir à academia - é muito menos árduo).

Curso Livre de
Naturopatia
Estudo em Medicina Natural

(43)98858 4313

Aprenda a viver com saúde
Como se alimentar, como prevenir e como tratar

Seja um Terapeuta Naturalista

60 Horas EAD

Analisador Quântico Magnético

Óleo de Avestruz
Capsulas

ANIMANDO O METABOLISMO
PROTEGENDO A MEMÓRIA

PREVENINDO O ENVELHECIMENTO
AUMENTANDO A ATIVIDADE FÍSICA

ALIVIANDO A DOR ARTICULAR
AUMENTANDO A ATIVIDADE FÍSICA

PROTEGENDO O CORAÇÃO
AUMENTANDO A ATIVIDADE FÍSICA

(43)98858 4313

Cuide do seu melhor amigo
no melhor Pet Shop da cidade.

Banho e tosa • Bem Estar

- Horários Agendados
- Cromoterapia
- Óleos essenciais
- Bem Estar Animal
- Ozônioterapia

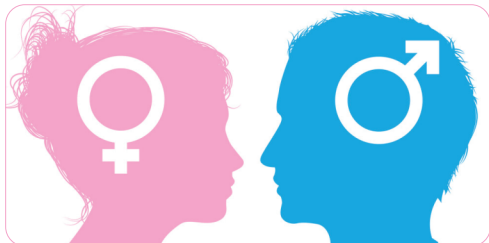
Avenida São Domingos, 1678
(44) 999007271
@reabilitapetmg



AQUI TEM
CALDO DE CANA
GELADINHO!!!

(44)99135 7750





Pompoarismo: o que é, benefícios e como fazer

O pompoarismo é uma técnica que serve para melhorar e aumentar o prazer sexual durante o contato íntimo, através da contração e relaxamento dos músculos do assoalho pélvico, no homem ou na mulher.

Tal como acontece com os exercícios de Kegel, estes exercícios fortalecem os músculos do assoalho pélvico, prevenindo e combatendo a incontinência urinária ou fecal e também as hemorroidas. Esta técnica permite que seja possível massagear e pressionar o órgão sexual masculino

com os músculos das vagina durante o contato íntimo, enquanto que no homem melhora a resistência e o desempenho sexual.

Alguns benefícios que o pompoarismo apresenta incluem:

1. Maior prazer sexual, pois as contrações feitas durante a relação sexual aumentam a estimulação sexual;
2. Melhoria dos resultados sexuais, tanto nos homens como nas mulheres pois a técnica fortalece os músculos do assoalho pélvico;
3. No homem, aumenta a pressão sanguínea dentro do pênis, potencializando a ereção; Na mulher, auxilia no tratamento e prevenção da incontinência urinária, melhora a função sexual e ajuda no tratamento e prevenção da continência fecal.
4. Além disso, na mulher a pratica destes exercícios melhora não só a vida sexual, mas também a gravidez e o parto, pois ajuda a fortalecer os músculos que suportam o útero e o peso da barriga, assim como controla a musculatura para o parto e facilita a saída do bebê.

Fonte: <https://www.tuasaude.com/pompoarismo>



Loja & Atêlie de Moda
SS ESTEFANI

99978-2685 Seili
99813-3517 Suely

f ssestefanistore
s ssestefanistore



Av. Montreal, 898 - Jd. Panorama - Sarandi - PR



MAA
INFOCELL
CHAVES

Assistência Técnica Especializada
Celulares Multimarcas!

Av. Montreal, 519 - Jardim Panorama Sarandi - PR
(44)99950 3917

Planos Empresariais!

- Internet Dedicada
- Suporte Diferenciado
- Super Velocidade

BARADEL TELECOM
www.baradel.com.br

(44)99135 7750

Rua Delegado Luiz Amaro 272 Praça dos 3 Poderes (antigo cemitério), Sarandi, PR

Guia Az

Guia Nacional de Promoções e Descontos

Realizando Sonhos

Plano Fidelidade Premium

- ✓ Fila Única
- ✓ Rede Descontos
- ✓ Cash Back
- ✓ Prêmios pela Fidelidade
- ✓ Sorteios de Prêmios Mensais
- ✓ * Plano Assistencial e Funeral
- ✓ e Loja Virtual incluído domínio, hospedagem e produtos ilimitados.



Para maiores informações consulte o regulamento em nosso site, www.guiaaz.com.br ou entre em contato com nossos consultores.



Celular - Viagem - Moto - Carro - Casa

www.guiaaz.app