

ENFOQUE

CATEDRAL

Informativo Farmácia Catedral - Belo Horizonte - Março de 2010 - Ano VII - Nº 0017

Fundada em 1961

Cuidado com aqueles que comercializam MEDICAMENTOS a qualquer preço !

Página 02



Ração Humana Uma mistura SAUDÁVEL

(Página 3)

Cansaço? Stress? Falta de disposição? Baixa resistência?

Experimente **VIA POWER**

Um novo conceito em nutrição e qualidade de vida!

O VIA POWER aumenta a vitalidade física e mental, ativa as funções sexuais, combate o stress, reforça as defesas do organismo e tem ação antioxidante.

VIA POWER

O caminho certo para uma vida saudável!



(pág 04)

APRESENTADO ESTE ANÚNCIO GANHE 10% DE DESCONTO

COMPLETA LINHA DE FOTOPRODUTOS PARA ATENDER SUA FESTA OU EVENTO

CANECAS PORCELANAS CAMISAS E OUTROS

CONFECCIONAMOS A PARTIR DE 1 PEÇA

Rua São Paulo, 856 - Centro - BH / MG
Fone 2512-8999 - (Dentro da Farmácia Catedral)
www.apicebrindes.com.br

Página 01

EQUILÍBRIO

CARTA AOS CLIENTES

Cuidado com aqueles que comercializam MEDICAMENTOS a qualquer preço !
"Conquistamos a satisfação do cliente, não somente pelos preços baixos, mas por atender as expectativas dos resultados esperados por eles."

Quando se fala em rede de farmácias, é comum apontarem a Farmácia Catedral como uma empresa séria e de tradição. Pois há 48 anos atua, buscando garantir segurança no seu medicamento e qualidade no atendimento. Por trás dessa tradicional empresa, formada por uma política de relacionamento familiar, estão jovens empreendedores, focados em manter a memória da Farmácia, preservando as sabedorias antigas. A dedicação ao cliente e o preço compatível tornaram-se ao longo dos anos um COMPROMISSO da Farmácia Catedral. Contudo, a empresa tem como a maior de suas realizações o objetivo do seu negócio:

PROMOVER A SAÚDE E O BEM ESTAR DA POPULAÇÃO, NÃO A QUALQUER CUSTO, MAS COM EXCELÊNCIA, CONFIANÇA E INOVAÇÃO!

Obrigado sempre! Diretores da Farmácia Catedral

Máscara de Tutano CATEDRAL



Nutre e Hidrata !!!
Contém silicone de última geração, dando maciez e brilho instantâneo! Aumenta a resistência e fortalece os fios capilares profundamente.

Você encontra em todas as Lojas CATEDRAL

Experimente também a linha completa de Tutano! Shampoo, Condicionador e Creme sem enxague.

TODOS OS PRODUTOS ANUNCIADOS NESTA EDIÇÃO VOCÊ ENCONTRA EM TODAS AS LOJAS CATEDRAL ENTREGAS EM DOMICÍLIO

3278-1523



GANTEIRO

Fitoterápicos no SUS

Você sabia que o SUS (Sistema Único de Saúde) distribui fitoterápicos (medicamentos feitos de ervas medicinais) gratuitamente nos postos de Saúde? Pois fique sabendo. Eram dois e agora já são oito. Dentre eles está a Garra do Diabo cujo nome científico é Harpagophytum procumbens e a Unha de Gato (Uncaria tomentosa). Estes dois fitoterápicos já eram popularmente usados contra artrite, reumatismo e doenças inflamatórias crônicas. A entrada deles na lista de fitoterápicos do SUS, trás a tona uma verdade: Se antes pensávamos que tratamentos com ervas medicinais eram coisa da Vovó, de gente do interior ou de índios, hoje isso mudou, basta verificar a quantidade de pesquisas científicas que comprovam o efeito curador de várias espécies de nossa flora.

Página 02

MATÉRIA DE CAPA



Andréia Cecilia Braga
Nutricionista - CRN: 8677
andreciciliabraga@gmail.com
Tel: 8831-4427

Educação Nutricional :Uma forma de proporcionar mais qualidade de vida a todos. Sabe-se que o padrão alimentar da população tem se modificado ao longo dos anos, e na atualidade, é cada vez maior o consumo de alimentos congelados, frituras, refrigerantes, doces e fast food e muitas vezes acabamos deixando de lado as frutas, verduras e legumes. Muitas doenças têm aumentado na população por causa do tipo de alimentos que temos consumido. Obesidade, diabetes, colesterol alto, pressão alta e câncer são alguns dos exemplos de doenças que podem ser causadas por uma alimentação errada. Nesse sentido, o Nutricionista é que terá o papel de auxiliar as pessoas na adoção de hábitos alimentares saudáveis como forma de reduzir o risco dessas e de tantas outras doenças que tanto têm afetado a população. Pensando nisso, a Farmácia Catedral está oferecendo aos seus clientes, um serviço de orientação e acompanhamento Nutricional, assim quem deseja obter orientações sobre como utilizar a alimentação a favor de sua saúde, pode agora contar com esse trabalho que está sendo realizado.

RECEITA

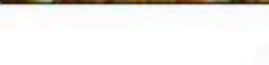
Bolinho de espinafre ou couve

Essa receita é deliciosa, e bem menos calórica que o tradicional bolinho de arroz. Preparado com aveia, tem muita fibra e uma ou duas unidades matam a vontade.!

- Ingredientes:**
- 1 maço de espinafre picado
 - 1 colher queijo parmesão ralado
 - 3 claras batidas - 1 cebola média ralada
 - 2 dentes de alho picados - 3 colheres (sopa) de azeite
 - 1 xícara (chá) aveia *Natureza Viva* em flocos finos sal e noz moscada a gosto

Modo de Fazer

Aqueça a frigideira e refogue a cebola e o alho no azeite. Junte o espinafre e refogue até murchar e secar o fundo da frigideira. Deixe esfriar, transfira – o para uma tigela acrescente os outros ingredientes e misture bem. Divida a massa em 15 porções, achate-as como hambúrguer. Aqueça a frigideira, e grelhe os bolinhos dos dois lados até dourar. Sirva em seguida. Se preferir pode substituir o espinafre por couve.



"O melhor da natureza em sua mesa"
Tel : (31) 3327-1000
falecom@naturezavivabrasil.com.br

HUMOR

- Por que o elefante nao pega fogo? Porque ele já é cinza
- O que o cavalo foi fazer no orelhão? Passar um trote
- O que dá o cruzamento de pão, queijo e um macaco? X-panzé
- O que o tomate foi fazer no banco? Foi tirar extrato.
- Por que a Coca-Cola e a Fantase dão muito bem?
Porque se a Fanta quebra, a Coca-Cola !
- Por que as plantinhas não falam? Porque elas são mudas.
- Por que Perlon não teve filhos? Porque sua mulher Evita!

REFLEXÃO

Lençóis sujos

Um casal, recém-casado mudou-se para um bairro muito tranqüilo. Na primeira manhã que passavam na casa, enquanto tomavam café, a mulher reparou através da janela em uma vizinha que pendurava lençóis no varal e comentou com o marido: - Que lençóis sujos ela está pendurando no varal! Está precisando de um sabão novo. Se eu tivesse intimidade perguntaria se ela quer que eu a ensine a lavar as roupas! O marido observou calado. Alguns dias depois, novamente, durante o café da manhã, a vizinha pendurava lençóis no varal e a mulher comentou com o marido: - Nossa vizinha continua pendurando os lençóis sujos! Se eu tivesse intimidade perguntaria se ela quer que eu a ensine a lavar as roupas! E assim, a cada dois ou três dias, a mulher repetia seu discurso, enquanto a vizinha pendurava suas roupas no varal. Passado um mês a mulher se surpreendeu ao ver os lençóis muito limpos sendo estendidos e, empolgada, foi dizer ao marido: - Veja, ela aprendeu a lavar as roupas. Será que a outra vizinha ensinou? O marido calmamente respondeu: - Não, hoje eu levantei mais cedo e lavei os vidros da nossa janela! E assim é : tudo depende da janela através da qual observamos os fatos. Antes de criticar, verifique seus próprios defeitos e limitações. Devemos olhar, antes de tudo, para nós próprios casa, para dentro de nossa mesmos . Lave sua vidraça. Abra sua janela.

Prepare a pipoca !!!

Shakespeare Apaixonado



Elenco: Gwyneth Paltrow, Joseph Fiennes, Geoffrey Rush. Vencedor de 7 Oscar - incluindo Melhor Filme sucesso inteligente e sexy Gwyneth Paltrow e o oscar de Melhor Atriz Gwyneth Paltrow e um sensacional elenco inclui os ganhadores do Oscar Judi dench (Melhor atriz coadjuvante), Geoffrey rush (melhor ator). Um filme imperdível. Indicado: Elizabeth, A Vida é Bela, O resgate do Soldado Ryan e Linha Vermelha. Direção: Jonh Madden

DICAS DE SAÚDE

DICAS PARA DISFARÇAR AS OLHEIRAS

Se você não tem coragem de encarár métodos de tratamentos mais drásticos, a maneira mais eficaz é disfarçar, e aqui vão algumas dicas para que as olheiras fiquem menos visíveis ou desapareçam :

- 1) DURMA BEM DORMIR É FUNDAMENTAL À SAÚDE
- 2) FAÇA ATIVIDADES FÍSICAS PARA DESCARREGAR A TENSÃO DO DIA – A – DIA
- 3) USE CREMES NA REGIÃO PARA ATENUAR AS MANCHAS
- 4) FAÇA MASSAGENS PARA IRRIGAR MELHOR O LOCAL
- 5) USE CREMES ESPECÍFICOS PARA A ÁREA DOS OLHOS

ESTE JORNAL FOI IMPRESSO COM A QUALIDADE DOS TONERS RECARREGADOS PELA



KARGA
CARTUCHOS E TONERS RECARREGADOS ORIGINAIS E COMPATÍVEIS (31) 2535-6605

ANUNCIE NO ENFOQUE

CATEDRAL
LIGUE 3235-3200
TIRAGEM DE 3000 EXEMPLARES COM PÚBLICO SELECIONADO

FICHA CATALOGRÁFICA

COORDENAÇÃO GERAL : Vinícius de Carvalho Garcia
COLABORADORES DESTA EDIÇÃO : Andréia Cecilia Braga
REVISÃO TEXTO : Delvienne Quelotti
REVISÃO FINAL : Vinícius de Carvalho Garcia
PATROCINADORES DESTA EDIÇÃO : FitoVida Alimentos
EDITORIAÇÃO & IMPRESSÃO : AlphavilleSS
FARMÁCIA HOMEOPÁTICA CATEDRAL
SAÚDE PELA PRÓPRIA NATUREZA
Av. Amazonas, 730 - Centro
Cep : 30180-000 - BH/MG
FECHAMENTO AUTORIZADO
Pode ser aberto pela ECT.

Página 04

Edição e impressão - 3116-7231