











## CONVÊNIOS & FACILIDADES

# CUPONS PROMOCIONAIS

Os cupons promocionais veiculados no Balcão Naval garantem descontos diferenciados e não-cumulativos para a Família Naval. Basta destacá-los e apresentá-los nos estabelecimentos abaixo. Cabe lembrar que, os descontos oferecidos com a apresentação da Carteira de Identidade da Marinha ou Bilhete de Pagamento, embora menores e não-cumulativos, continuam valendo.

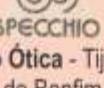


 <p>Vibrasom Aparelhos Auditivos - Tijuca R. Conde de Bonfim, 211 gr. 90. Tel: 2568-1183</p>	<p><b>S/ cupom C/ identidade 15% de desconto</b></p>	<p><b>Vibrasom Tijuca</b> <b>30%</b> Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Vibrasom Tijuca</b> <b>30%</b> Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Vibrasom Tijuca</b> <b>30%</b> Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p>DePlá Pense Foto - Centro Av. Rio Branco, 31 lj. C e D. Tel: 2516-6890</p>	<p><b>S/ cupom C/ identidade 10% de desconto em serviços</b></p>	<p><b>DePlá - Centro</b> <b>12%</b> em serviços de revelação Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>DePlá - Centro</b> <b>12%</b> em serviços de revelação Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>DePlá - Centro</b> <b>12%</b> em serviços de revelação Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p>Yes Curso de Idiomas - Centro R. Visconde de Inhaúma, 57, Centro. Tel: 2223-3344</p>	<p><b>Matricule-se já e ganhe um brinde!</b></p>	<p><b>YES! Diga sim ao mundo Centro</b> Matrícula - ISENTO <b>50%</b> Mensalidade <b>60%</b> Para turmas à tarde <b>15%</b> Material Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>YES! Diga sim ao mundo Centro</b> Matrícula - ISENTO <b>50%</b> Mensalidade <b>60%</b> Para turmas à tarde <b>15%</b> Material Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>YES! Diga sim ao mundo Centro</b> Matrícula - ISENTO <b>50%</b> Mensalidade <b>60%</b> Para turmas à tarde <b>15%</b> Material Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p>Ótica Canadá - Centro R. Uruguaiana, 10 lj. 102. Tel: 2252-3265</p>	<p><b>S/ cupom C/ identidade 15% à vista 10% a prazo</b></p>	<p><b>Ótica Canadá Centro</b> <b>25%</b> À vista Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Ótica Canadá Centro</b> <b>25%</b> À vista Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Ótica Canadá Centro</b> <b>25%</b> À vista Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p>Salão Cheveux Cabelo &amp; Arte - Centro R. Visconde de Inhaúma, 64, lj 101 e 102. Tel: 2213-3048</p>	<p><b>S/ cupom C/ identidade 10% acima de R\$ 50,00</b></p>	<p><b>Salão Cheveux Centro</b> <b>10%</b> Acima de R\$ 50,00 Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Salão Cheveux Centro</b> <b>10%</b> Acima de R\$ 50,00 Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Salão Cheveux Centro</b> <b>10%</b> Acima de R\$ 50,00 Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p>Yellow Submarine - Centro R. da Candelária, 85. Tel: 2253-6886/2233-4818/2283-0795 Fax: 2253-5712. Site: <a href="http://www.restauranteyellowsubmarine.com.br">www.restauranteyellowsubmarine.com.br</a> E-mail: <a href="mailto:yellowsub@antares.com.br">yellowsub@antares.com.br</a></p>	<p><b>S/ cupom C/ identidade 10% a partir de 300g</b></p>	<p><b>Yellow Submarine Centro</b> <b>10%</b> A partir de 300g Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Yellow Submarine Centro</b> <b>10%</b> A partir de 300g Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p><b>Yellow Submarine Centro</b> <b>10%</b> A partir de 300g Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>

### Atenção!

Lembramos que para obter os descontos, só terão valor os cupons recortados desta publicação e os impressos pelo site [www.abrigo.org.br](http://www.abrigo.org.br)



 <p><b>ÓTICA NACIONAL</b></p> <p>Ótica Nacional - Centro R. 1º de Março, 131 B. Tel: 2253-1734. Esquina com Visconde de Inhaúma</p> <p>S/ cupom C/ identidade 20% à vista 5% a prazo em até 6x</p>	<p>Ótica Nacional Centro</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p><b>10%</b> A prazo em até 6x</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Nacional Centro</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p><b>10%</b> A prazo em até 6x</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Nacional Centro</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p><b>10%</b> A prazo em até 6x</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>DROGARIA CRISTAL</b></p> <p>Drogaria Cristal - Centro Av. Rio Branco 1º A. Tel: 2233-5500</p> <p>S/ cupom C/ identidade 15% de desconto no valor dos medicamentos</p>	<p>Drogaria Cristal - Centro</p> <p><b>20%</b> No valor dos medicamentos</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Drogaria Cristal - Centro</p> <p><b>20%</b> No valor dos medicamentos</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Drogaria Cristal - Centro</p> <p><b>20%</b> No valor dos medicamentos</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>EXERCITY</b></p> <p>Exercity - Centro R. Visc. de Inhaúma, 62- Pav 2 e 3. Tel: 2516-5006</p> <p>S/ cupom C/ identidade 10% de desconto</p>	<p>Exercity - Centro</p> <p><b>20%</b> No plano que inclui todas as atividades da Academia, exceto as lutas.</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Exercity - Centro</p> <p><b>20%</b> No plano que inclui todas as atividades da Academia, exceto as lutas.</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Exercity - Centro</p> <p><b>20%</b> No plano que inclui todas as atividades da Academia, exceto as lutas.</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>ÓTICA TELÉX LTDA.</b></p> <p>Ótica Teléx - Centro R. Visconde de Inhaúma, 38 1º B. Tel: 2253-7261/2233-1978</p> <p>S/ cupom C/ identidade 25% à vista - óculos de grau 15% à vista - óculos solares 10% a prazo em até 6x sem juros</p>	<p>Ótica Teléx Centro</p> <p><b>30%</b> À vista nos óculos de grau</p> <p><b>20%</b> À vista nos óculos de sol</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Teléx Centro</p> <p><b>30%</b> À vista nos óculos de grau</p> <p><b>20%</b> À vista nos óculos de sol</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Teléx Centro</p> <p><b>30%</b> À vista nos óculos de grau</p> <p><b>20%</b> À vista nos óculos de sol</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>Restaurante Monchique</b> - Centro R. Visconde de Inhaúma, 62. Tel: 2233-8575</p> <p>S/ cupom C/ identidade 10% de desconto</p>	<p>Restaurante Monchique Centro</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Restaurante Monchique Centro</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Restaurante Monchique Centro</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>SPECCHIO</b></p> <p>Specchio Ótica - Tijuca R. Conde de Bonfim, 229 1º, 208. Tel: 2254-1388</p> <p>Especializada em visão subnormal, lentes para óculos, atendimento infantil.</p> <p>S/ cupom C/ identidade 25% à vista 15% a prazo</p>	<p>Ótica Specchio Tijuca</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Specchio Tijuca</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Ótica Specchio Tijuca</p> <p><b>30%</b> À vista</p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>Hotel Fazenda Canto da Serra</b> - Saquarema</p> <p>RJ 106 - Km 49 - Sampaio Corrêa - Saquarema. Tel: 2613-1256/3021-4233</p> <p>Venha curtir o Hotel Fazenda mais charmoso da região. Quartos com tv, frigobar e ar condicionado. Lazer como piscinas, quadras, mini-fazendinha, churrasqueira, passeios a cavalo, caminhadas e reparações.</p> <p>S/ cupom C/ identidade 10% de desconto</p>	<p>Canto da Serra Saquarema</p> <p><b>12%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Canto da Serra Saquarema</p> <p><b>12%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Canto da Serra Saquarema</p> <p><b>12%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>
 <p><b>Farmácia de Manipulação Bionaturalis</b></p> <p>R. João de Almeida, 30 1º, 107 (Galeria da KIK). Tel: 2701-8668</p> <p>S/ cupom C/ identidade 15% de desconto</p>	<p>Farmácia de Manipulação Bionaturalis</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Farmácia de Manipulação Bionaturalis</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>	<p>Farmácia de Manipulação Bionaturalis</p> <p><b>20%</b></p> <p>Balcão Naval - Válido por 3 meses</p>

# SERGIO NOVO LAR

Mudanças Locais e Interestaduais

TEL: 2209-3037 / 7847-4376

sergionovolar.transporte@hotmail.com

www.transportesnovolar.com

**Atenção!**

Lembramos que para obter os descontos, só terão valor os cupons recortados desta publicação e os impressos pelo site [www.abrigo.org.br](http://www.abrigo.org.br)



# CULTURA & ENTRETENIMENTO

## TEATRO - DESCONTOS PARA JULHO, AGOSTO E SETEMBRO DE 2012

O Abrigo do Marinheiro, visando proporcionar lazer e cultura à Família Naval, obteve descontos em espetáculos em vários pontos da cidade. O militar ou servidor civil deverá apresentar, na bilheteria, o cartão de identidade do SIM ou o bilhete de pagamento, acompanhado de documento com fotografia. Cada militar e servidor civil terá direito a levar um acompanhante, usufruindo do mesmo desconto. Todas as informações são de responsabilidade da produção dos espetáculos. Ligue sempre para os teatros antes de sair de casa.

**Recorte o cupom da peça e apresente na bilheteria, juntamente com o seu documento de identificação!**

**Lembre-se: cada cupom vale para duas pessoas.**



### ESTAMIRA - A BEIRA DO MUNDO

A peça conta a história de Estamira, uma catadora de lixo com uma doença mental crônica, mas com uma percepção do mundo surpreendente e desavida: uma profissão do lixo, carregada de tragédia e humor, certeira e sábia, afrodisíaca e provocadora de reflexão. O piano de fundo da história é o lixeiro onde, através dele, adentramos o universo de Estamira e lá são encontradas certas memórias e histórias que não conseguem jogar fora. Como no teatro. Dramaturgia: Dani Barros e Beatriz Sayad. Direção: Beatriz Sayad. Elenco: Dani Barros.

**20%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### A ARTE DE LIDAR SEGUNDO AS MULHERES

Dedicada à Leila Diniz, a peça conta a história de quatro mulheres de uma família aprendendo a lidar com as diferenças ressaltadas pela convivência. Texto: e direção: Manoel Prazeres. Elenco: Paola Castilho, Sônia Tinoco, Ana Moura e Sílvia Werneck.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### MULHERES SOLTEIRAS PROCURAM

O que acontece quando mulheres solteiras resolvem contar "toda" as suas aventuras? "Mulheres Solteiras Procuram" traz para o palco o cotidiano engracadíssimo de mulheres que se metem em situações hilárias, representando o panorama da mulher atual. Texto e direção: Pitty Webo. Elenco: Pitty Webo e Gustavo Leão e Marco Antônio Gimenez.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### BAILEI NA CURVA

O cotidiano de sete crianças moradoras da mesma rua, tendo como pano de fundo o golpe militar num país democrático da América Latina, em abril de 1964. Texto: Julio Conte. Direção: Henrique Kaladan. Elenco: Ana Luiza Albuquerque, Daniel Diaz, Pedro Lotra, Rodrigo Diaz, Enrico Mota, Maria Olívia, Nathália Araújo, Bárbara Pinheiro, Mariana Ramires, Gabriel Leone e Júlia Fontenelle.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### MAROQUINHAS FRU FRU

Maroquinhas Fru-Fru vence um importante concurso de bolos, mas não imaginava a dor de cabeça que o prêmio (um colar de pérolas) lhe traria. Texto: Maria Clara Machado. Direção: José Lavigne. Elenco: Adriano Martins, André Dale, Catarina Abdalla, Diana Herzog, Fernando Melvin, Hugo Resende, Juliana Guimarães, Marcelo Cavalcanti, Mariana Bassou, Patrícia Battistucci, Pedro Tomé, Rodrigo Miranda e Rosa Douçat.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### ATÉ QUE A SOGRA NOS SEPARA

Beto e Bia enfrentam a primeira grande crise no seu casamento e, para o azar deles, esse momento coincide com a inesperada chegada da mãe de Beto: Dona Gioconda. Texto: Anderson Oliveira e Maria Clara Horta. Direção: Anderson Oliveira. Elenco: Anderson Oliveira, André Sobral, Daniel Müller e Fernanda Zau.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### A HISTÓRIA DE NÓS 2

Encontros e desencontros de um casal já separado que revive a sua própria história na noite em que o mundo vai buscar seus pertences no apartamento. Texto: Lília Manzo. Direção: Emanuel Piooto. Elenco: Manoel Vilela e Alessandra Rechter.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### TERAPIA DO RISO 2 - A CHAVE DO SUCESSO

Depois de um milhão de espectadores e sete anos de sucesso com a comédia "Terapia do Riso", vem aí a continuidade deste espetáculo onde os pacientes buscam a fórmula do sucesso através de uma terapia em grupo. Criação coletiva: Carlos Alexandre, Hellen Sugue, Israel Linhares e Mariana Consoli.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### CHAPEUZINHO VERMELHO - O MUSICAL

Com músicas criadas especialmente para o espetáculo – tendo até participação de uma árvore falante, que canta e sapatinha sobre a preservação do meio ambiente –, a peça é cheia de aventuras. Adaptação: Priscilla Paixão. Direção: André Luiz Rocha. Elenco: Priscilla Paixão, Carolina Dória, Joyce Camassatti, Gabriela Rodrigues, Gustavo Santas e Ananda Dias.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



### O REINO DOS MAL-EDUCADOS

O Rei do "Reino da Educação" se apaixona pela Rainha do "Reino dos Mal-educados" e a convence que a educação e o amor são os melhores caminhos a seguir. Grosseria, antipatia e intolerância são alguns dos ingredientes apresentados com uma dose de humor. Texto e Direção: Mareliz Rodrigues. Elenco: Atores da Cia. do Espaço Cultural Vamos Fazer Arte.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012

**Centro Cultural Anglo Americano**

Av. das Américas, 2603. Barra da Tijuca. Tel.: 2439-8002. Sábados e Domingos, 17h.



## O GRITO NO ANDAIME

**Teatro Max Nunes**

Rua Campos Salles, 118.  
Tijuca. Tel.: 2565-7916.  
Sábados e domingos, 20h.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012



## UMA NOITE NA LUA

**Teatro do Jockey**

Rua Mario Ribeiro, 410.  
Lagoa. Tel.: 3114-1286.  
Sexta a domingo, 21h.

**50%**

BALCÃO NAVAL - TEATRO - JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2012

### ENTREVISTA COM A ATRIZ SONIA SILVA DA PEÇA O GRITO NO ANDAIME



#### Fale um pouco sobre "O GRITO NO ANDAIME"?

Este espetáculo fez um grande sucesso nos anos 80, e achamos pertinente remontá-lo agora. Ele fala sobre a entrada da mulher no mercado de trabalho. A mulher conquistando cada vez mais espaço na sociedade, mas por incrível que pareça o preconceito ainda existe. Hoje temos uma mulher na presidência do país. Mas apesar deste discurso não se trata de forma nenhuma de um espetáculo feminista. Longe disso.

**A peça fala sobre assédio moral no trabalho, onde uma mulher invade um ambiente até então dominado pelos homens. E nos bastidores da peça, existe essa guerra dos sexos, já que você é a única mulher no elenco? (rsrsrs)**

Nunca! rsrsrsrs. Os atores são excelentes companheiros de trabalho. O Cleiton Echeveste, que nos dirigiu, é de uma delicadeza fantástica. Aliás, esta é a equipe perfeita.

#### Como foi o processo de montagem?

Foi uma delícia. O espetáculo é muito gostoso e a equipe toda acabou criando laços muito fortes de amizade. O Jorge Gonrio já é meu parceiro de palco a

anos. Fizemos juntos "Estradas da Vida", que ele escreveu, e ficou anos em cartaz. Antonio Midon também já havia trabalhado comigo no espetáculo "Loucos por Tango".

#### O que você considera o ponto alto do espetáculo?

Eu acho que a forma como a história é contada. O tema tinha tudo pra ser didático demais. Falamos sobre a questão da mulher no mercado de trabalho, falamos de segurança na construção civil. Mas o texto é tão inteligente, e a direção foi tão criativa, que todas essas questões são passadas sem nunca perder de vista o que considero fundamental em um espetáculo: entreter e informar a platéia. Acho que conseguimos isso de uma forma muito bacana. Falamos de coisa séria de forma muito engraçada.

**Além do seu trabalho como atriz, você desempenha já a alguns anos um importante papel à frente da revista star palco. Dá para conciliar?**

Você se esqueceu de colocar aí dançarina de tango, dona de casa, produtora, entrevistadora... Mas todos nós somos assim. Desempenhamos milhares de papéis no nosso dia a dia. O importante é fazer tudo com amor. Se não faltar o amor, somos capazes de tudo e muito mais!

## Como realizar sua troca de endereço para o envio do Noticiário de Bordo

Abaixo, encontram-se os procedimentos para os leitores que desejarem mudar seus endereços de recebimento do periódico Noticiário de Bordo:

- Inativo ou pensionista: a atualização é realizada através do recadastramento do Serviço de Inativos e Pensionistas da Marinha (SIPM).

- Servidores civis: a atualização deve ser feita através de sua OM, que deve repassar o endereço atualizado à Diretoria do Pessoal Civil da Marinha (DPCvM).

- Militares ativos: a atualização deve ser feita através da OM, que deve repassar o endereço atualizado para a Diretoria do Pessoal Militar da Marinha (DPMM) e para o Comando do Pessoal de Fuzileiros Navais (CPesFN)

- Caso persista o erro no endereço, após três meses da modificação, solicitamos que envie um email para [noticiario@abrigode.org.br](mailto:noticiario@abrigode.org.br), com nome completo, posto, NIP, telefones, endereço antigo e endereço atualizado, com os seguintes itens:

- Logradouro (nome da rua, avenida, etc);
- Número e complemento (se houver);
- Bairro;
- Cidade ou município;
- Estado;
- CEP.

Agradecemos sua compreensão e contamos com a colaboração da Família Naval para atualização dos endereços em suas OM ou no SIPM, para que o Noticiário de Bordo possa levar sua informação de forma eficiente.

Equipe de produção do Noticiário de Bordo