

■ UM TOQUE DE **SAÚDE & BELEZA**

Síndrome do **Túnel do Carpo** causada pelo uso excessivo do computador

Quem trabalha de secretária ou qualquer outra profissão que usa frequentemente o computador, sabe que essa tecnologia é algo adorável, que nos ajuda até mesmo nas piores situações.

Nos dá dicas, tem suas diversões, auxilia no trabalho entre outras vantagens que ele proporciona. Mas seu uso excessivo assim como de qualquer outra coisa pode trazer desvantagens e até mesmo sérios problemas de saúde principalmente se for usado de maneira incorreta.

A Síndrome do Túnel do Carpo é uma dessas doenças que pode ser confundida com uma tendinite ou até mesmo com uma tenos-

sinovite. É uma doença que ocorre quando o nervo que passa na região do punho (nervo mediano). Ele fica submetido a compressão e já esta sendo detectada em mulheres com a faixa etária de trinta e cinco a sessenta anos. Mas ocorre também em homens e pode ocorrer também em demais idades.

Quem possui essa doença reclama principalmente dos sintomas de dormência e formigamento das mãos. Ocorre principalmente no período noturno, pois você passou todo o dia trabalhando com elas e como consequência a noite vem às complicações.

Para algumas pessoas, o problema se resolve ao se colocar a mão em água quente ou movimentá-las.

E como são sintomas comuns, pode ser confundido como disse anteriormente com outros problemas e tardando seu diagnostico através de exames a situação acaba piorando.

Em alguns casos a compressão desse nervo se deve ao estreitamento de seu canal devido a alguma inflamação crônica de algum tendão localizado também neste mesmo canal. Em outros casos pode haver alguma doença envolvendo esse mesmo nervo, mas isso são casos raros de ocorrer.

Para se diagnosticar essa doença ocorre a eletroneuromiografia além dos estudos dos sintomas, já que o paciente chega reclamando de sintomas típicos da

doença e devido ao uso excessivo da região do punho para utilizar o computador, o diagnostico já esta quase todo fechado.

Dependendo do grau da

dios anti-inflamatórios, isso irá depender do que o seu médico achar necessário.

De imediato você irá se afastar um pouco do computador, pois mesmo com o tratamento, se forçar o nervo para continuar fazendo

Por isso trabalhe pequenos intervalos na frente do computador, nestes intervalos faça uma pequena serie de exercícios com as mãos e tente relaxar, ouvindo uma musica ou vendo algo que lhe agrade. Assim você evita sofrer da Síndrome do Túnel do Carpo e ainda alivia o estresse do cotidiano.



doença Túnel do Carpo o tratamento pode ser feito através de imobilização do punho, fisioterapia e remé-

atividade ainda mais repetitiva não irá resolver nada.

Depilação Natural em Casa - **Sugaring**

O Sugaring é um método de depilação natural que consiste em utilizar ingredientes naturais, como açúcar, água e um complexo de enzima para reduzir o crescimento do pelo, segundo os especialistas podem eliminar 80% dos pelos.

A pasta que se obtém ao misturar os ingredientes se aplica à temperatura ambiente, esta se adere ao pelo e ao puxá-la, extrai-se a raiz, não danificando a pele ou causando dor, uma vez que a mistura só adere ao pelo. Para que este método de depilação seja eficaz o pelo tem de ser até 2 mm de comprimento.

Para espalhar sobre a pele use uma espátula ou uma colher. Coloque um tecido de algodão e pressione no sentido dos pelos. Em seguida retire a tira de tecido em sentido contrário aos pelos. Se a pasta

estiver bem feita os pelos sairão todos e a pele ficará macia, praticamente sem resíduos.

Para lavar as tiras de tecido depois de usadas é só lavar com água, pois a pasta derrete-se facilmente.

A novidade do Sugaring é que se incorpora o açúcar e a água, um composto de vitamina A e enzimas, que ajudam a reduzir o crescimento do pelo e também cuida da pele. Como também alonga a duração da depilação, ou seja, o pelo leva mais tempo para aparecer de novo.

Este método de depilação natural que pode ser aplicado a qualquer tipo de pele, e em qualquer região do corpo. E como foi dito acima é um método indolor que suaviza e hidrata a pele. Para se retirar basta água.

Esta novidade é realizada em alguns centros de

beleza, porém pode ser feita em casa desde que se tenham todos os ingredientes.

Aqui vai a Receita da Depilação Natural:

- 2 xícaras de açúcar
- ¼ xícara de limão
- ¼ xícara de água

Aqueça tudo em fogo brando, mexendo sempre. Aos poucos a mistura se tornará cor de âmbar e transparente (semelhante ao mel). Em seguida, formar-se-ão muitas bolhinhas, porém continue mexendo. Quando perceber que parou de borbulhar está pronto. Retire do fogo. Guarde num recipiente limpo e seco. Quando for usar novamente a mistura que ficou no vidro, aqueça em banho maria para poder voltar ao normal, ou apenas deixe no sol por alguns minutos. Evite sair ao sol, logo após a depilação devido o limão.



CRYSTAL

TNT

APRESENTAM

47ª Exposição de Fernandópolis

5 ANOS

EXPO

FERNANDÓPOLIS/SP.

15 a 25

MAIO 2014

www.expofernandopolisoficial.com.br

Infos & Reservas (17) 3463 1035

Permanentes a venda no

SHOPPING CENTER FERNANDÓPOLIS

RODEIO

• TODOS os DIAS

SAPATARIA

CRUZEIRO

A AMARELINHA

A MAIOR VARIEDADE, PELO MENOR PREÇO.

Fone: (17) 3442-6619

Av. Eurípedes José Ferreira, 400 - Centro - Fernandópolis - SP

REAL SYSTEM

www.r3000.com.br

•Desenvolvimento de Software

•Contabilidade Comercial

Av. Vergniaud Mendes Caetano, 755

- Coester - Fernandópolis - SP

Tel/Fax: (17) 3465-9010

e-mail: realsusten@uol.com.br

www.r3000.com.br

IV FEIJOARACT

ROTARY CLUB

27 de abril

(Domingo) das 11:00 até as 13:30

Rotary Club Fernandópolis

Av. Líbero de almeida Silveiras, 2906

Coester - Fernandópolis-SP

IV FEIJOARACT

VALOR: R\$ 15,00

MARMITEIX

social



Felicidades para o jovem **Felipe Virzi** que hoje comemora idade nova. O carinho dos pais Edson e Natália, da irmã Duda e amigos

Destaque para os **jovens participantes do EJOCRI** - Encontro de Jovens da Igreja Católica – no último final de semana



horóscopo

ÁRIES
Seu bom humor hoje será primordial, você se sentirá como um peixe na água. Você faz muito pelos outros... e não o suficiente para você mesmo! Uma visita a um spa seria uma pausa bem- Você vai fazer alguns contatos inspiradores que abrirão novas portas para você. O início de algumas amizades muito boas está à vista!

TOURO
Você precisa reconsiderar a sua maneira de se aproximar das outras pessoas para conseguir o que deseja. Seja diplomático. Você geralmente se mantém em boa forma. Certifique-se de ir com calma quanto as suas emoções, mas esteja aberto a outras pessoas. Sua energia e seu espírito de luta vão ajudá-lo a resolver problemas de praticidade que estão bloqueando seu caminho.

GÊMEOS
Você está achando mais fácil construir suas esperanças para o futuro. Faça algumas averiguações. Você se sente confortável em sua própria pele e à vontade consigo mesmo. Você está mais em sintonia com as necessidades do seu corpo. Este é o caminho a percorrer. Se você caminhar na direção certa, você pode dar o primeiro passo para alcançar o seu objetivo. Vale a pena o investimento.

CÂNCER
Você vai se sentir em perfeita harmonia com as pessoas ao seu redor. Você precisa relaxar e aliviar o estresse. Faça algo que você gosta. Seu otimismo vai ganhar a admiração das pessoas que o cercam e desarmará qualquer pessoa de mau humor. Seu otimismo vai ganhar a admiração das pessoas que o cercam e desarmará qualquer pessoa de mau humor.

LEÃO
Você precisa desacelerar, mas sem se isolar. Faça isso sem se sentir culpado ou preocupado! Você precisa de um esporte de resistência para encontrar um melhor equilíbrio, desabafa gradualmente. Você vai encontrar dificuldades no caminho. Não faça esforços por nada, pense sobre o que é importante antes de se lançar.

VIRGEM
Vai ser necessário reexaminar certas coisas hoje. Você vai querer dar um grande passo e isso é a coisa certa a fazer. Certifique-se de dar-se este espaço. Você está fazendo muito por outras pessoas. Apenas certifique-se de fazer pausas. Você não está consciente de seus próprios limites e precisa de um descanso! A real necessidade de ação vai fazer você tomar algumas decisões instantâneas.

LIBRA
Você vai ser diretamente afetado por um evento oficial. Suas esperanças aumentam e você estava certo ao esperar pacientemente. Sua moral está melhorando e você está dominando as suas preocupações. Relaxe. Você terá ótimas oportunidades de mudança. Você deve estudá-las de perto. Você está perto de alcançar um de seus objetivos.

ESCORPIÃO
Um golpe de sorte grande lhe permitirá focar em seus objetivos e aproveitar o dia. Não hesite. Você vai estar em excelente forma. Preste atenção no que come e você terá aumento de energia. Você facilmente vai encontrar soluções para os problemas diários para simplificar sua existência.

SAGITÁRIO
Seus instintos estão certos, algumas mudanças positivas estão chegando e você vai ser apoiado. Você vai ser alimentado com a sua vida fora do trabalho e vai sentir uma forte necessidade de passar algum tempo ao ar livre. Não resista a esse desejo, ele vai lhe fazer bem. Você vai ter que fazer algumas concessões para chegar a um acordo satisfatório. Você não vai se arrepender.

CAPRICÓRNIO
Você vai se sentir mais feliz se permanecer fiel a si mesmo e no que você acredita - não ouça qualquer pessoa. As coisas estão se tornando mais equilibradas para você e depende de você pensar antes de agir. A situação é ideal para a realização de um diálogo que parece difícil. Você vai resolver as coisas.

AQUÁRIO
Você terá a chance de corrigir um erro cometido no passado e que ainda pesa sobre você. A boa notícia é iminente. Acalme-se. Você vai estar muito exigente, levando-o a um esgotamento nervoso e mental. Você precisa aumentar as barreiras. Uma intensa necessidade de liberdade vai fazer você procurar os prazeres da vida. Evite discussões importantes hoje.

PEIXES
Você colocou a barreira muito alta. Você deve confiar em si mesmo só para atingir seu objetivo e você deve virar a página. Sua dieta tem lhe causado problemas digestivos e agora você precisa corrigir esta situação. Suas palavras são inequívocas e poderiam perturbar algumas pessoas, por isso tome cuidado.

receita

Cachorro Quente de Forno

- Ingredientes:**
- 1 xícara de chá de leite
 - 2 ovos
 - 1/2 xícara de chá de óleo
 - salsinha picada à gosto
 - 2 tablets de fermento biológico
 - 2 colheres de sopa de açúcar
 - 1 colher de sobremesa de sal
 - 1/2 Kg de farinha de trigo
- Recheio:**
- 1 cebola grande picada
 - 1/2 Kg de salsichas em rodelas
 - 1 pimentão picado
 - 2 tomates picados sem sementes
 - 1/2 ata de molho de tomate
 - 1 xícara de purê de batatas (opcional)
 - orégano
 - 2 colheres de sopa de catchup
 - 1 colher de sopa de mostarda



Modo de preparo:

- Primeiramente bata no liquidificador os ovos, a salsinha, o leite, o óleo, o sal, o fermento e o açúcar
- Adicione a farinha de trigo aos poucos a essa mistura, misturando até que a massa solte das mãos
- Deixe essa massa descansar por 1 hora

Recheio:

- Refogue a cebola, o pimentão e os tomates
- Adicione o molho de tomate, a mostarda e o catchup
- Tempere a gosto e adicione as salsichas
- Coloque a metade da massa em uma assadeira, o purê de batatas, o molho de salsichas, finalizando com o restante da massa
- Pincele com uma gema para dourar
- Deixe no forno por cerca de 40 minutos em temperatura média, pré aquecido

Clínica Popular Odontológica

Sorriso Fácil

A FACILIDADE DE SORRIR EM QUALQUER IDADE

- Implante
- Enxerto Ósseo
- Piercing Dentário
- Canal
- Restauração
- Aparelhos Fixos e Móveis
- Próteses Fixas e Móveis
- Extrações Simples e 3º Molar

Responsável Técnico:
Michele Azarias
CRO-SP 104801

Horários:
Segunda a Sexta das 8:00h às 20:00h
Sábados das 8:00h às 12:00h

FONE: (17) 3442-2496
Rua São Paulo, 1598 - Centro (ao lado do Bartozinho) - Fernandópolis-SP

CONVITE!

Venha fazer suas previsões para 2014!

A CONSULTORA ESPIRITUAL SRA. SINARA ATENDE EM SUA RESIDÊNCIA, COM BÚZIOS, CARTAS OU TARÔ, REVELANDO SEU PRESENTE, PASSADO E FUTURO, E ASSIM ORIENTANDO VOCÊ A LIDAR COM OS PROBLEMAS COTIDIANOS, SRA. SINARA PODE LHE AJUDAR COM PROBLEMAS RELACIONADOS AO AMOR, ANGÚSTIA, DEPRESSÃO, NEGÓCIOS, IMPOTÊNCIA SEXUAL (AMBOS OS SEXOS) VÍCIOS EM GERAL, OU SEJA, QUALQUER PROBLEMA! ANTES DE DAR QUALQUER PASSO EM SUA VIDA.

PROCURE SRA. SINARA AGORA EM NOVO ENDEREÇO!

FAZ E DESFAZ QUALQUER TIPO DE TRABALHO. TRAZ A PESSOA AMADA DE VOLTA A SEUS PÉS.

ATENÇÃO!!!

SINARA SÓ TRABALHA PARA O BEM, ESTA CAPACITADA A LHE AJUDAR E RESIDE A MAIS DE 5 ANOS EM VOTUPORANGA/SP

(17) 3422-1402 (17) 8113-5838 **9142-5388** **9633-0636**

RUA VALDEMAR CARVALHO DE SOUZA, 1585 - RUA DO BRANCO DO BRASIL NO POZZOBON - VOTUPORANGA - SP

PODEMOS FICAR HORAS FALANDO SOBRE A CREMOSIDADE E LEVEZA DO CHOPP NOVA SCHIN. MAS UM GOLE VALE MAIS DO QUE MIL PALAVRAS.

CHOPP NOVA SCHIN. MAIS LEVE. MAIS CREMOSO. PEGA LEVISSIMO.

SE BEBER, NÃO DIRIJA.

WWW.NOVASCHIN.COM.BR

Duran & Duran

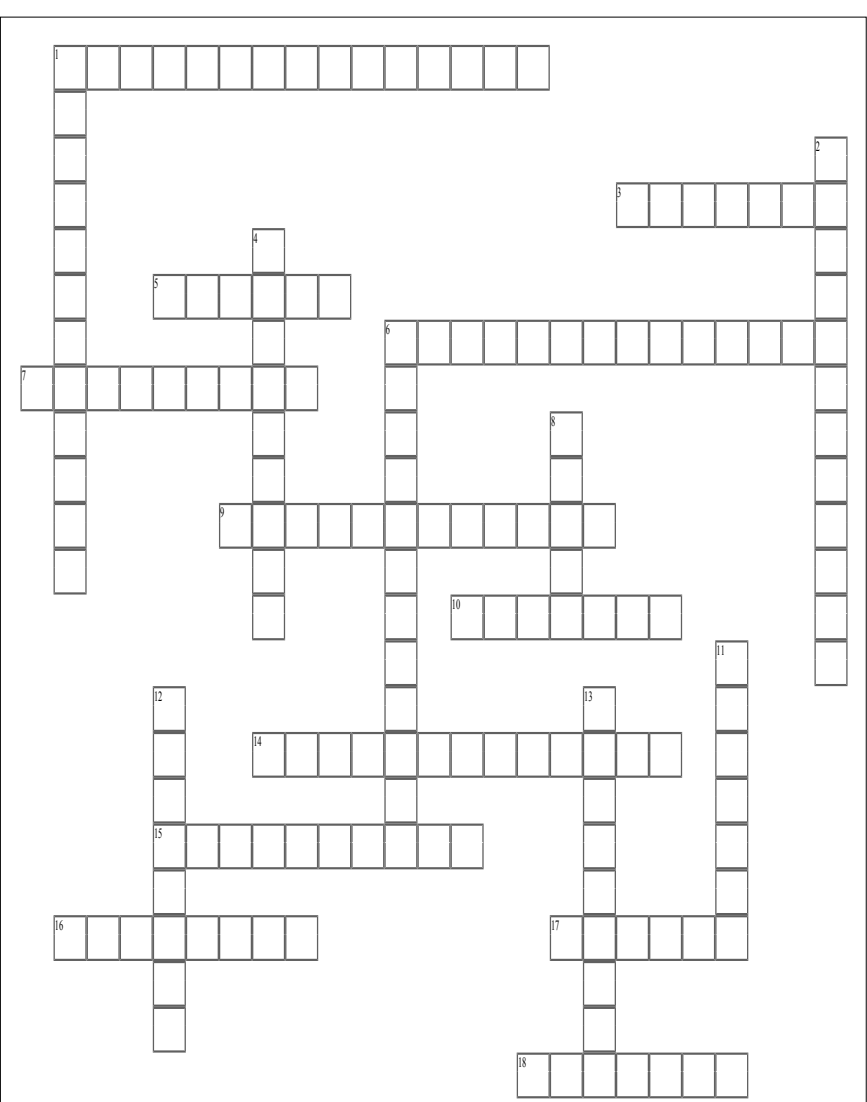
Conveniência e Serv Festa

Chopp Schin é com o Marcin

Ligue e peça:
3462-7081
99735-2094

Avenida Duque de Caxias, 326 - Jardim Trevo - Fernandópolis-SP

Palavras Cruzadas



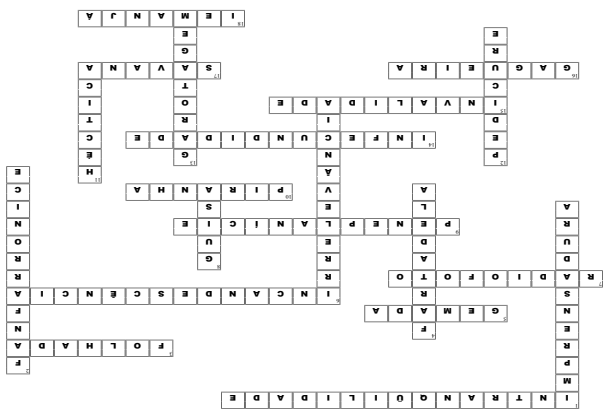
Horizontais

- 1. Falta de tranqüilidade
- 3. Folhagem
- 5. Gema ou porção de gemas, batidas com açúcar e leite
- 6. Estado de incandescente
- 7. Forma reduzida de radiografia
- 9. Geol Superfície quase plana formada pela erosão
- 10. Ictiol Nome de vários peixes de escama, fluviais, carnívoros, da família dos Caracídeos
- 14. Estado ou qualidade de infecundo
- 15. Falta de validade
- 16. Gaguez
- 17. Extensa pradaria tropical ou subtropical, com esparsas árvores ou grupos de árvores, especialmente na América
- 18. Folc Orixá feminino, a mãe-d'água dos iorubanos

Verticais

- 1. Imprensagem
- 2. Fanfarrice
- 4. Ato ou efeito de faltar(-se)
- 6. Falta de relevância
- 8. Feição, maneira, modo À g de: à maneira de
- 11. Hética
- 12. Feminino de pedicuro
- 13. Garotada

Respostas



Sudoku

4				2			8	9
5					3			
		1	9	7	8	6		
	2	4	7		9	1		
7		3				8		5
		5	3		2	9	4	
		8	6	1	7	4		
			8					6
1	6			9				8

8	3	8	9	4	5	7	2	6	1	9	7
6		5	7	1		8	3	8	2	4	9
2		9	4	7		1	6	8	5	3	8
7		6	1	8	2	9	4	7	5	3	8
5		8	2	5		1	4	6	8	9	7
3		6	1	8	2	4	7	5	9	1	6
4		9	7	8	6	1	9	7	8	3	1
5		8	9	4	6	3	2	7	1	8	9
9		1	3	8		2	5	6	7	4	8

Resumo de Novelas



MALHAÇÃO
Terça-feira, 17h30

Micaela e Martin conversam sobre a doença do rapaz. Raissa descobre que a carta na bolsa de Bárbara tem a letra de Virgílio. Ben confessa a Hernandez que não está convencido do amor de Anita por Antônio. Antônio e Anita comunicam a Vera seu noivado, e a menina confidencia à mãe que seu noivado é parte de um plano. Caetano dirige seu carro, e Bernardete reconhece o suposto fantasma mais uma vez. Vitor e Giovana veem uma foto de Guilherme beijando Clara na internet. Guilherme ouve quando Clara afirma que a foto é montagem. Sidney chora por Sofia e é consolado por Zelândia. Sofia afirma a Flaviana que odeia Sidney. Abelardo decide enfrentar o suposto fantasma de Caetano.



MEU PEDACINHO DE CHÃO
Terça-feira, 18h00

Renato conta para Ferdinando que pretende ajudar Juliana com os exames laboratoriais das crianças e deixa o amigo enciumado. Juliana agradece Zelão por ter incentivado as crianças a irem à escola e Rosinha fica com ciúmes. Zelão diz a Rodapé que comprará papel e envelope para o amigo escrever cartas de amor para Juliana. Incentivado por Juliana, Pedro aceita contratar os serviços de Ferdinando em troca de cama e comida, mas Gina não aprova a decisão. Ferdinando avisa a Catarina que sairá de casa. Ela conta para Epaminondas que o filho trabalhará no sítio de Pedro Falcão. Ferdinando diz para o pai que não lhe deve satisfações quando ele o questiona sobre a decisão de trabalhar para seu inimigo.



ALÉM DO HORIZONTE
Terça-feira, 19h15

Marcelo e Priscila se desentendem. Rita conta para Selma que Nilson e Cacá farão um vídeo para Pâmela. Marlon pensa em atrasar a chegada de uma substância que completará a fórmula, e Lili pede ajuda a Fátima. Heloísa e Cacá se impressionam com Pâmela. Selma desafia Pâmela. Priscila comenta com Heloísa sobre sua crise conjugal. Priscila obriga Marcelo a ir com ela a um terapeuta de casais. Kleber, Celina, Fátima e Rafa interceptam o barco com a substância para a fórmula. Kleber e seus capangas brigam com os transportadores do barco. Celina, Rafa e Fátima encontram a substância. Álvaro consegue fazer com que Thomaz desconfie de Jorge.



CHIQUEITITAS
Terça-feira, 20h30

Cintia arruma suas coisas, pois está convicta que não será mais diretora do orfanato. Mili volta ao orfanato e é bem recebida por todos. Junior faz prova do terno para o casamento e Maria Cecília faz o mesmo com seu vestido de noiva. Duda vai ao orfanato falar com Mili. Ele conta que se entendeu com sua mãe e revela que vai passar um bom tempo com ela na Bélgica. Duda e Mili se despedem. José Ricardo fica muito impaciente pelo fato de Cintia ter desaparecido. José Ricardo fica sabendo que Cintia colocou o apartamento para vender e desapareceu. José Ricardo passa mal e sente uma pontada no coração.



EM FAMÍLIA
Terça-feira, 21h00

Shirley diz ao segurança da loja que foi ela quem comprou as peças da loja, livrando Selma da acusação. Luiza conta para Alice que beijou Laerte, mas que não quer envolvimento com ele. Jairo sai de casa e deixa um bilhete para Juliana dizendo que levará Bia embora. Clara se sente incomodada ao ver Cadu caminhando com Silvia no calçadão. Laerte não consegue esquecer o beijo de Luiza. Nando aconselha Juliana sobre Jairo. Virgílio e Luiza visitam um apartamento. Alice fica chocada ao ouvir Neidinha falando com Virgílio sobre o estupro que sofreu no passado.



PECADO MORTAL
Terça-feira, 22h15

Getúlio diz para Norma que Stella faz bem a Michele e que é a única pessoa capaz de fazê-lo melhor. Carlão finge e diz para Quina que está apaixonado por ela. Quina vai até Dorotéia para tirar satisfações e revela a falsa declaração que o hippie fez para ela. Dorotéia se descontrola e a esbofeteia. Picasso diz para Patrícia que Laerte mandou que ele torturasse Carlão. Carlão e Otávio seguem com farsa e fingem briga, assustando Tufik. Ela diz que ele deve ser sincero com Patrícia e contar que está tentando protegê-la de Tufik. Picasso e Patrícia são surpreendidos com tiros na porta do quarto de hotel. Picasso se joga no chão e protege Patrícia.

Humor

CUIDADO COM O MALA MEN...

A professora pergunta ao Pedrinho:

- Pedrinho, do que você tem mais medo?
- Da mula-sem-cabeça, fessora.
- Mas Pedrinho a mula-sem-cabeça não existe, é apenas uma lenda, você não precisa ter medo.
- Mariazinha, do que você tem mais medo?
- Do saci-pererê, fessora.
- Mas Mariazinha o saci-pererê não existe, é apenas uma lenda, você não precisa ter medo.
- Joãozinho, do que você tem mais medo?
- Do Mala men, fessora.
- Mala men?, nunca ouvi falar, quem é esse tal de Mala men?
- Quem é eu também não sei fessora, mas minha mãe sempre quando reza de noite ela diz: "...Não nos deixeis cair em tentação mas livrai-nos do Mala Men..."

VENHA POR FAVOR!

Dez horas da manhã, toca o telefone. Aquela sorridente senhora atende e ouve do outro lado da linha:

- Mamãe?
- Que foi, minha filha?
- Mamãe, aconteceu algo terrível... Minha casa está uma bagunça, tenho que ir buscar as crianças na escola, fazer o almoço, preciso levar o Pedrinho na natação, estou com 38 graus de febre e o Marco acabou de me ligar que vai trazer três amigos para o jantar. Mamãe, você precisa me ajudar, por favor!
- Fica calma, minha filha! Eu vou já pra aí. No caminho pego as crianças na escola, faço o al-

moço, depois levo o Pedrinho na natação, dou uma ajeitada na casa e, em seguida, preparo uma Lasanha para o jantar. Enquanto isso, você toma um comprimido e vai para a cama descansar.

- Oh! Mamãe! Você é a melhor mãe do mundo te amo.
- Obrigada, minha linda também te amo, daqui a pouco estarei aí.
- Tá certo, e não se esquece de mandar um beijo para o papai.
- Papai? Mas filha, seu pai morreu quando você era uma garotinha.
- Pera um pouco, aí não é 7633-0856?
- Nããão. Aqui é 7633-0865!
- Então, quer dizer que a senhora não vem?

Desabafo em dose dupla

O sujeito entra num bar, senta-se à mesa e logo o garçom aparece para atendê-lo.

- Boa noite, o que o Senhor toma?
- Eu tomo vitamina C pela manhã, o ônibus para ir ao serviço e uma aspirina quando tenho dor de cabeça.
- Desculpe, mas acho que não fui claro. Eu quis dizer o que é que o Senhor gostaria?
- Ah! Tudo bem! Eu gostaria de ter uma Ferrari, de uma noitada com a Feiticeira e mandar a minha sogra para o inferno.
- Não é nada disso, meu Senhor! - continuou o garçom, ainda calmo.
- Eu só gostaria de saber o que o Senhor deseja beber.
- Ah! é isso? Bem... o que é que você tem? E o garçom:
- Eu? Nada, não! Só tô um pouco chateado porque o meu time perdeu pro São Caetano!

NOVO CINTO DE SEGURANÇA Reduz em até 45% os acidentes de trânsito



PROMOÇÕES ANIVERSÁRIO DE 1 ANO

FONE
(17) 3442-4530

ORÁRIO DE ATENDIMENTO

SEGUNDA À SEXTA DAS 08:00 ÀS 20:00 HORAS
SÁBADO DAS 08:00 ÀS 18:00 HORAS
DOMINGO DAS 09:00 ÀS 12:00 HORAS

AV. CARLOS BAROZZI, 713 - BRASILÂNDIA - FERNANDÓPOLIS - SP

COLOMBANO
Plano de Assistência Familiar

Avenida Alfonso Cáfaro, 2555 - (Em frente a Santa Casa) - Fernandópolis - SP.

Fones: (17) 3442-4822 / 3442-1224

SERV-TEC

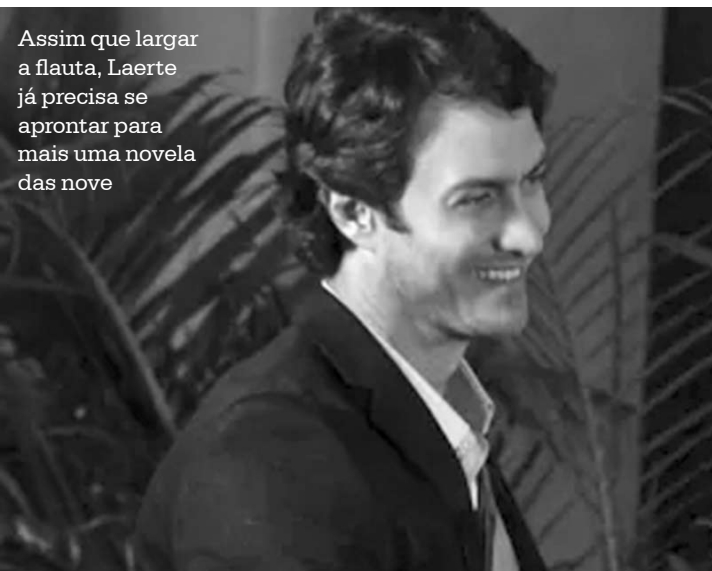
Elétrica, hidráulica, desentupimento e linha branca em geral

servtec.servicos@yahoo.com.br

(17) 99115-5409 | (17) 99739-2374 | (34) 9685-3024

Rua João Barbosa de Siqueira, 390 - Ana Luíza - Fernandópolis-SP.

celebridades



Assim que largar a flauta, Laerte já precisa se aprontar para mais uma novela das nove

Falta de galãs quarentões garante novo papel a **Gabriel Braga Nunes**

Já é de conhecimento público o problema da Globo em escalar quarentões galãs. Como eles estão em falta, os poucos que sobram precisam emendar uma novela na outra. Desde que voltou à Globo, Gabriel Braga Nunes mal teve folga, e após “Em Família” ele já de-

ve se preparar para “Três Mulheres”, nome provisório da próxima novela de Gilberto Braga e Ricardo Linhares. Mesmo com os recentes boatos sobre os problemas de Gabriel Braga Nunes com todo o elenco de “Em Família”, ele deve conseguir um papel de destaque

por dois motivos bem óbvios: 1 - Ele arrasou na pele de Léo, o vilão de “Insensato Coração” que em muitos momentos carregou aquela novela nas costas. E também muitos torceram por ele por causa da insossa personagem principal, vivida pe-

la nossa querida Paolla Oliveira. 2 - Faltam quarentões na Globo mesmo. A novela deve estrear apenas ano que vem, após o término de “Falso Brilhante” (que por sua vez entra no lugar de “Em Família” após a Copa do Mundo).

É o Tchan no século XXI: **encontro de Sheilas** na balada em Brasília

A nova loira e a nova morena do Tchan, Sheila e Scheila, Mello e Carvalho estão fazendo um alvoroço. As gatas vêm mostrando que estão em dia com o rebolado colocando a mão no joelho, dando uma abaixadinha, remexendo gostoso e balançando a bundinha. Como se elas nunca tivessem se separado.

Em uma recente apresentação, emocionada, Scheila Carvalho lembrou que foi na capital federal sua estreia no É o Tchan, na Micarecandanga, em 1997. “Meu primeiro show em cima do

Trio. Não me cabia de tanta felicidade! No dia seguinte meu corpo doía do fio de cabelo até o dedão do pé. Inclusive o pulso, de tanto acenar para as pessoas. Mas cada dor valeu a pena, pois o carinho que recebo hoje de vocês me faz ter essa certeza!”

Ter feito parte da história de uma das bandas mais icônicas da história do Brasil... não é pra qualquer um, né? Reclame quem quiser, mas que o Tchan é até hoje um dos grupos mais reverenciados nesse país, ahhhh, isso é!



Sheilas de novo juntas

Paolla Oliveira adere à campanha de denúncia de violência contra mulher



Paolla Oliveira apoiando a campanha “Eu ligo 180”

Paolla Oliveira decidiu reforçar a campanha de denúncia de violência contra mulher e postou neste sábado, dia 12, uma foto no Instagram com o símbolo da luta, unhas pintadas de branco e preto.

Com as mãos tapando a boca, a atriz mostrou as unhas da mão pintadas de preto e os dedos indicadores de branco, sinal de que a mulher só

precisa de um dedo para ligar no 180 e fazer a denúncia.

Além dela, outras famosas como Pitty, Giovanna Antonelli e Renata Molinaro também engrossaram a causa “Eu ligo 180”. “A cada 15 segundos uma mulher sofre violência no Brasil. Uma em cada cinco mulheres vai sofrer estupro durante a vida. Menos de 4% procura ajuda”, diz a campanha.

Luan Santana e Sandy gravam **clipe da Globo** para a Copa do Mundo

Seguindo uma tendência que vem fazendo com boa parte de seus programas, a Rede Globo decidiu inovar. Sua mais nova vítima por incrível que pareça é aquela famosa musiquinha tema, lançada sempre na época da Copa do Mundo.

“Eu sei que vou, vou do jeito que eu sei, de gol em gol com direito a replay...”. Quem nunca cantolou esse clássica canção, hein? Neste ano, ela não só voltará a dar o ar da sua graça durante a programação da emissora carioca, como ganhará uma nova roupagem nas vozes de Luan Santana e Sandy.

Duplinha inusitada essa, não? Só gostaria de saber de onde a Globo

se inspira para lançar ideias tão malucas. Que fique claro que não tenho nada contra os cantores, que são inclusive dois dos mais populares do país na atualidade. Porém, acho tão divertida a musiquinha naquela voz anônima que já nos acostumamos a ver, que tenho um grande receio de que a canção seja estragada nessa nova versão.

Será que mesmo prestes a completar 40 anos a emissora ainda não percebeu que em time que está ganhando não se mexe? Enfim, agora não tem como voltar atrás e a música tema do canal para a Copa do Mundo nas vozes de Luan Santana e Sandy foi lançada no “Fantástico”.



Luan e Sandy também na Copa

ClimaCold

Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

Manutenção e Instalação com desconto de 20 %
Ar Condicionado em até 10 vezes sem juros



Jeferson
17 9628 6060 (vivo)
17 9133 9432 (tim)
17 9168 5170 (claro)
17 3442 7088 (fixo)

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com



Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

DEMORAÇÃO É O PASSADO

VEM AÍ... INAUGURAÇÃO DA NOVA LOJA EM FERNANDÓPOLIS

Compartilhando

CONQUISTAS!

Você está entre elas!



S GOTTI
MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

RETÍFICA DE CABEÇOTE

AROUCA

(17) 3462-2730 / 99706-6530 / 99226-0198



Rua Porto Alegre, 657 - VI. Nova - Fernandópolis/SP



Segurança em boas mãos!
FONE: (17) 3442-4455

ALARME - CERCA ELÉTRICA - CIRCUITO FECHADO DE CÂMERAS
MÁQUINA P/ PORTÃO - PORTEIRO ELETRÔNICO - VÍDEO PORTEIRO

MONITORAMENTO ALARME 24 HORAS



AVENIDA AFONSO CÁFARO, 2147 - BAIRRO HIGIENÓPOLIS - FERNANDÓPOLIS-SP



AUTO ESCOLA SÃO JOSÉ

O MAIS EFICIENTE MÉTODO DE ENSINO INSTRUTORES CAPACITADOS

Pascoal Sandrin
Diretor Proprietário

QUALIDADE TEM ENDEREÇO

F. (17) **3442-2456**

9143-6058 9782-1229 8817-6794 8201-3953

Av. Líbero de Almeida Silveiras, 2323 - B. Coester - Fernandópolis-SP