

QUARTA-FEIRA, 30 DE ABRIL DE 2014

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Herpes labial: causas, sintomas e tratamento

A principal fonte de infecção do Herpes labial é o mesmo vírus que provoca a herpes simplex tipo 1, que pode ser do tipo assintomático ou causar úlceras na mucosa oral. O contato com o vírus ocorre geralmente na infância, mas muitas vezes a doença não se manifesta nesta época. O vírus atravessa a pele e, percorrendo um nervo, se instala no organismo de forma latente, até que venha a ser reativado.

Em algumas pessoas, por várias razões, tais como estresse, exposição excessiva ao sol ou quadros infecciosos, o vírus pode ser reativado e origina as típicas lesões que são comuns

nos lábios em caso de febre, com a formação de pequenas bolhas agrupadas como num buquê sobre área avermelhada e inchada. Logo após as bolhas se rompem liberando líquido rico em vírus e formando uma ferida. É a fase de maior perigo de transmissão da doença. A ferida começa a secar formando uma crosta que dará início à cicatrização.

COMO O VÍRUS DO HERPES LABIAL PODE SER TRANSMITIDO?

O vírus do Herpes labial é altamente contagioso e são transmitidos através do contato direto a partir da secreção que é liberada pelas bolhas e por meio de objetos usados pela pessoa infectada tais como copos,

talheres, pratos, panos ou toalhas, etc.

A causa do Herpes labial pode aparecer de distintas fontes, por isso a prevenção tem que ser feita antes do contágio.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO HERPES LABIAL?

Depois de ter sido infectado com o vírus os sintomas começam a partir da primeira ou segunda semana logo após o contato com qualquer objeto infectado ou com a pessoa infectada. As feridas infectadas resistem entre sete a dez dias sempre dependendo da pessoa. Logo depois desta etapa começam a desaparecer gradualmente fazendo com que aparezca uma crosta.

O vírus permanece escondido nas estruturas dos nervos e esta é uma das principais causas do Herpes labial que volta com alguma frequência.

Os sintomas ocorrem no período de uma a duas semanas após o contágio. As lesões continuam durante sete a dez dias. Logo vão desaparecendo, porém fica uma crosta cicatricial.

Os sintomas mais comuns são coceira e ardor, tendo a duração de um a dois dias.

Outros sintomas são:- Erupção da pele e bolhas nos lábios ou na boca contendo um líquido amarelo, bolhas vermelhas; dor e queimação; febre; espessamento dos gânglios do pescoço.



QUAL É O MELHOR TRATAMENTO DO HERPES LABIAL?

O herpes não tem cura. O tratamento visa reduzir os sintomas, acelerar a cicatrização e prevenir as complicações. O médico receberá antivirais que deverá ser iniciado nas primeiras 72 horas e ajudarão na redução do tempo da doença e na intensidade dos sintomas.

Algumas plantas medicinais podem ser usadas no combate aos sintomas do herpes labial. Os óleos essenciais de melissa têm sido descritos como eficazes no combate ao vírus. Óleos essenciais à base de tomilho, manjericão e júpiter dentre outras também podem auxiliar no combate à doença.

Alimentos saudáveis evitam a queda de cabelo

O cabelo transmite boa parte da nossa personalidade e exerce uma influência considerável na formação da nossa própria estética, por isso temos que prestar a atenção que se merece todos os dias. Através dos alimentos que ingerimos em nossa dieta habitual, podemos contribuir para fortalecer nosso couro cabeludo e, finalmente, conseguir que recupere sua força, brilho e, em última análise, evitar a sua queda, quer saber quais são os alimentos mais adequados?

O estresse que predomina hoje em dia em nossa sociedade, resultado do ritmo agitado e das preocupações e responsabilidades no emprego, educação ou família, é um dos principais responsáveis de muitas das doenças e condições que sofrem os seres humanos na atualidade, dentre as quais se encontra a queda de cabelo.

No entanto, além do estresse ou das alterações frequentes no nosso sistema nervoso ou razões me-



ramente hereditárias no caso dos homens, ou qualquer outro motivo, a queda de cabelo também pode ser devido a uma alimentação inadequada, especialmente com a ausência de ferro em sua composição nutricional. Este mineral desenvolve um papel muito importante na saúde do nosso cabelo, até o ponto de que ingerir alimentos ricos neste mineral nos permitirá fortalecer o e fornecer-

cer-lhe maior vitalidade, brilho e força.

Tal e como é possível comprovar, a nutrição e a dietética são realmente fundamentais para o nosso bem-estar, por isso convém cuidar do que ingerimos a cada dia e adotar hábitos alimentares saudáveis desde tenra idade, porque se nos descuidarmos desde jovens e dedicar-nos a comer alimentos ricos em gorduras industriais ou be-

bidas alcoólicas, não apenas o nosso cabelo e pele resistirão com o passar dos anos, também o nosso próprio organismo em forma de diversas condições.

ALIMENTOS INDICADOS

O cabelo é composto de uma série de nutrientes essenciais, tais como o magnésio, o cobre, o silício, o selênio ou o ferro, de modo que a ingestão de alimentos ricos em tais minerais

será ideal para melhorar o seu estado e fornecer a vitalidade perdida.

Qualquer deficiência nutricional, neste sentido, pode contribuir não diretamente para a sua queda, mas muito provavelmente para o enfraquecimento da sua estrutura, ruptura ou uma lenta e pausada regeneração. Neste caso concreto, podemos resolver o problema tomando alimentos ricos em vitaminas do grupo A, B, C, biotina, zinco, ferro, proteínas e água.

No caso das proteínas, devemos pelas de uma elevada qualidade biológica como é o caso dos ovos, leite, peixe e queijo, ou de origem vegetal, que podemos encontrar em frutos secos, tais como amêndoas, avelãs ou nozes, assim como o azeite de oliva que ajuda a evitar cabelos secos e quebradiços. Da mesma forma, o ácido linoléico, presente no óleo de girassol ou de soja, servirá para fornecer brilho aos cabelos.

Enquanto isso, a biotina e o ácido fólico são ideais para fortalecer o cabelo, já que sua função consiste

em colaborar com as atividades metabólicas desenvolvidas pelos tecidos de determinadas células de uma multiplicação mais rápida do que o resto, como é o caso do cabelo, unhas ou pele.

A biotina pode ser encontrada em alimentos, tais como os cereais, o fígado, o ovo ou o pão de levedura. Enquanto isso, o ácido fólico, ideal para as mulheres grávidas, também se encontra em alimentos como abacate, suco de laranja, brócolis, gérmen de trigo, beterraba ou levedura de cerveja e muitos outros.

Ferro e zinco se encontram em leguminosas, como lentilhas, como carnes vermelhas, como a vitela ou o peixe. Para absorver o ferro, podemos escolher os alimentos ricos em vitamina C, como o suco de laranja indicado acima. Também é muito importante hidratar o seu cabelo. Se estiver ressecado ou quebradiço, devemos fornecer a dose necessária de colágeno, além de hidratar com máscaras naturais, soro ou shampoos.

Chopp NOVA SCHIN

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 LEVÍSSIMO.

SE BEBER, NÃO DIRIJA.

www.novaschin.com.br

Duran & Duran

Conveniência e Serv Festa



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

Chopp
Schin
é com o
Marcin

Ligue e peça:
3462-7081
99735-2094

social



Hoje é dia de festa para **Aparecida Grigolin Branco**, que comemora mais um aniversário ao lado do esposo Fernando, dos filhos Josanie, Fernanda e Fernando, dos netos e familiares. Felicidades!



Um close especial para o **Grupo de Dança da 'Luz Para os Povos'** que fez bonito em apresentação realizada na noite do último domingo, na Igreja!



Destaque para a pequena e bela **Marianna Tassi Bertacine**, que no último dia 28 comemorou idade nova. O carinho especial dos pais Nenê, Solange e da irmã Giovanna.

Reflexão de Páscoa iluminando o CCI

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

A Páscoa foi comemorada no CCI, o Centro de Convivência dos Idosos de Pedranópolis, Dulcelina e Santa Izabel do Marinheiro, com diversas atividades. Uma delas ocorreu na tarde de terça-feira, dia 15, quando a primeira-dama Valéria Martins, presidente do Fundo Social de Solidariedade, e toda sua equipe, realizou uma tarde muito especial. Para Valéria Martins, o momento de reflexão em grupo ressaltou o espírito da Páscoa, fazendo com que todos voltassem suas atenções aos feitos grandiosos de Jesus Cristo, que com humildade, redimiu o mundo de todos os pecados, desfalecido na Cruz do Calvário. "O sofrimento de Jesus, desde o início até a sua ressurreição, retorna neste momen-

to da Quaresma e Páscoa. Devemos nos recordar da paixão e ressurreição de Cristo em todos os nossos atos e ações. Queremos colocar também neste momento as nossas dificuldades e pedir a Deus que tudo melhore. As provações que recaem sobre nós, não é nada quando comparado com o que foi feito por Jesus Cristo, que veio pa-

ra nos salvar e deu a sua vida em favor da remissão dos nossos pecados. Devemos então comungar o nosso Senhor Jesus, todos os dias das nossas vidas agradecendo sempre", enfatizou a primeira-dama. A tradicional coelhinha "Fabiana" animou todos os idosos que estavam concentrados, enquanto Valéria realizou a entrega dos



Entrega dos Ovos de Páscoa em Santa Izabel do Marinheiro



Valéria Martins distribuindo Ovos de Páscoa em Pedranópolis



A 3ª Idade de Santa Izabel também foi presenteada



Distribuição de Ovos de Páscoa em Dulcelina

Querido Tonho...

No último dia 28 você comemorou mais um ano, iniciando uma nova jornada. Nesse momento de alegria, nós, seus amigos de Pedranópolis: prefeito Betinho, Valéria Martins e toda sua família queremos mostrar o grande orgulho que temos em



compartilhar da sua amizade. Parabéns eterno amigo, muitas felicitações.

Que Deus, nosso Pai, ilumine ainda mais seu caminho, para que possa conquistar todos os seus sonhos. Queremos também te agradecer por ser essa pessoa que irradia alegria e sorrisos!

receita

Ensopado cremoso

Ingredientes:

- 1/2 litro de caldo de carne
- 300 g de coxão mole cortado em cubos
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola média picada
- 2 tomates sem pele e sem sementes
- 1 cenoura cortada em palitos
- 150 g de cogumelo fresco cortados em fatia
- 1/2 xícara (chá) de vinho tinto
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- sal e pimenta a gosto
- 1 lata de creme de leite sem soro
- salsa picada a gosto



Em uma panela de pressão ponha o caldo de carne e deixe ferver. Adicione a carne, tampe e cozinhe durante 30 minutos após o início da pressão. Em uma panela aqueça o azeite e doure a cebola. Acrescente o tomate, a cenoura e o cogumelo. Ponha a carne com o caldo e o amido de milho dissolvido totalmente no vinho. Tempere com o sal e a pimenta. Deixe cozinhar no fogo brando, até a carne e os legumes ficarem bem macios. Misture o creme de leite e desligue o fogo. Salpique a salsa, incorpore tudo mexendo delicadamente e sirva em seguida.

Dica: Sirva o creme com arroz ou como complemento de uma carne assada.

horóscopo



ÁRIES

Que tal reavaliar suas demandas e definir metas mais realistas para os dias a seguir? Sol, Lua e Mercúrio conjuntos em sua área material ativam também o intelecto, favorecendo a resolução de questões complicadas no trabalho!



TOURO

O poderoso stellium em seu signo exalta seu brilho pessoal e alegria, que transparece em você através da atitude confiante. Você irradia essa positividade, atraiendo as pessoas. Projete sua imagem nos grupos que lhe interessam!



GÊMEOS

Ao se articularem em sua área de crise, Sol, Lua e Mercúrio lhe fortalecem emocionalmente, e lhe estimulam a sair da zona de conforto, encarando assuntos delicados. Sua visão de vida tende a se renovar com reflexões profundas!



CÂNCER

Seus amigos lhe oferecem um valioso suporte em aspectos importantes. O stellium em sua área de amizades indica grande conforto emocional, portanto nutra e valorize as amizades, percebendo o quanto elas são importantes!



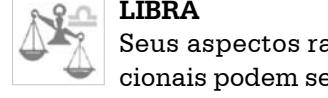
LEÃO

Os desafios no trabalho são enfrentados com vigor, pois os astros se reúnem em sua décima casa hoje, ampliando sua percepção para o valor das parcerias e oportunidades. Que tal planejar estratégicamente sua carreira?



VIRGEM

Seu poder intelectual é intensificado pela concentração de astros em sua nona casa. Você percebe com mais clareza aspectos subjetivos das situações, o que lhe permite aprofundar seus conhecimentos significativamente!



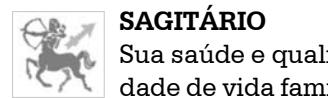
LIBRA

Seus aspectos racionais podem ser transformados, pois Sol, Lua e Mercúrio se aspectam em sua oitava casa. Ainda que saia da zona de conforto, sua maior resiliência lhe ajudará. A cumplicidade toma conta das relações!



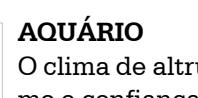
ESCORPIÃO

Suas relações pessoais são intensificadas pela concentração de astros em sua sétima casa hoje. Comemore seus laços de amizades e afeto, deixando de lado os desafios das relações. Bom momento para iniciativas em grupo!



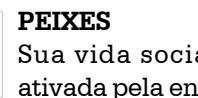
CAPRICÓRIO

Que tal curtir o que a vida tem de bom? Sol, Lua e Mercúrio associados ressaltam seu brilho pessoal e trazem um clima de fraternidade. Aproveite este momento para celebrar bons momentos junto às pessoas queridas!



AQUÁRIO

O clima de altruismo e confiança toma conta de suas relações familiares, neste dia em que Sol, Lua e Mercúrio se associam em sua quarta casa. O clima de bom entendimento favorece os projetos em comum. Aproveite!



PEIXES

Sua vida social é ativada pela entrada da Lua em sua área de comunicação e pela associação com Sol e Mercúrio. Suas palavras tendem a emocionar as pessoas, que se sente tocadas. Aproveite este momento de destaque!



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



ALARME MONITOREADO

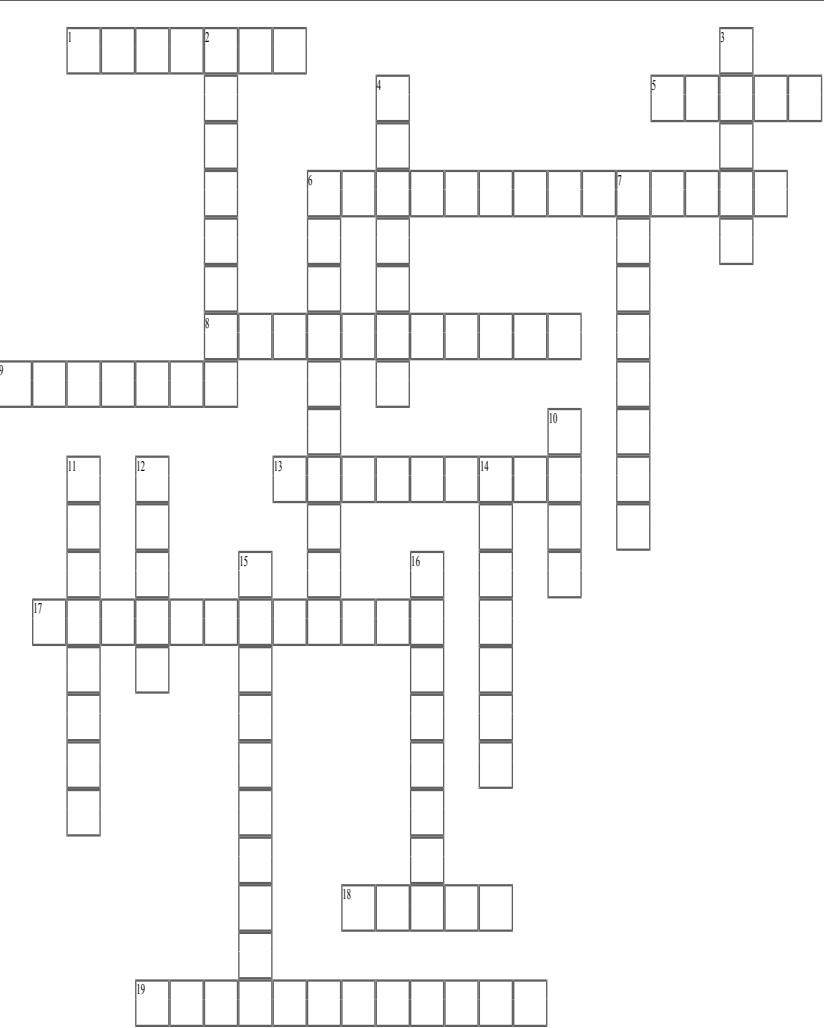
24 HORAS

PROTEGIDO

GLOBO

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

Palavras Cruzadas



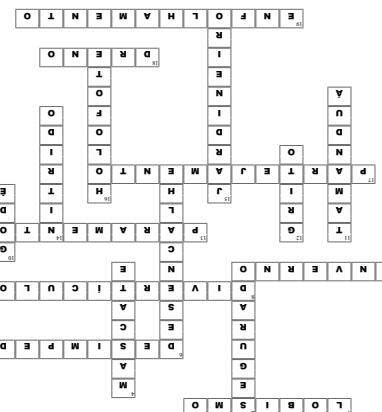
Horizontais

- Aquilo que é praticado pelos lobistas
- Terreno coberto de plantas herbáceas próprias para pastagem
- Ação de desimpedir
- Anat Apêndice oco, terminado em forma de fundo de saco
- Uma das quatro estações do ano, entre o outono e a primavera
- Adorno, enfeite, ornato S m pl Os ornamentos usados pelo clero nas funções sagradas
- Ato de partejar
- Vala, fosso ou tubo para drenagem
- Ação ou efeito de enfolar

Verticais

- Aquele que paga o prêmio, contrato de seguro
- Ajuste, contrato, convenção entre duas ou mais pessoas
- Vendedor ambulante de objetos manufaturados, panos, jóias etc
- Ato ou efeito de desençalhar
- Aquele que nos matadouros mata e esfolia reses
- Tecido cortado enviesadamente, na confecção de uma peça de vestuário, principalmente saia
- Nome de várias espécies de mamíferos desdentados
- Voz aguda e muito elevada
- Ato de nitrir
- Aquele que trata de jardins ou sabe jardinagem
- Aparelho que projeta ao longe poderoso feixe de luz, para iluminar ou fazer sinal

Respostas



Caça Palavras

BOLA	BOTA	BULE
BOLO	BRUXA	CACHORRO
BONECODENEVE	CABIDE	CADEIRA
BORBOLETA		

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

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Depois de dormir com Sidney, Sofia se vinga e avisa a ele que vai para os Estados Unidos com Ben. Norma procura por Raíssa. Flaviana se sente carente e liga para todos os seus amigos. Caetano/Veloso se insinua para Bernardete. Raíssa e Virgílio fazem Junior retornar à sala de aula, e Norma observa a coordenadora. Caetano sonda sobre o relacionamento de Abelardo e Bernardete. Serguei tem uma ideia para aplacar a carência de Flaviana. Norma se apresenta a Raíssa como assistente social responsável por seu processo de adoção. Zelândia revela a Caetano que está grávida. Palhares e Antônio ameaçam Anita e decidem envolvê-la no assalto ao banco.

MEU PEDACINHO DE CHÃO

Quarta-feira, 18h00

Izidoro conta para Epaminondas que Serelepe está na casa de Mãe Benta. Epaminondas avisa a Catarina que mandará Mãe Benta e Zelão para fora de sua fazenda, em defesa de Pituca. Pedro Falcão elogia o trabalho de Ferdinando feito nas suas terras para Giacomo. Epaminondas dispensa Zelão e diz a ele que quer a casa de volta. Giacomo aconselha Zelão a procurar alguém que lhe oriente sobre seus direitos em relação à casa. Zelão fica envergonhado ao saber de Juliana que as cartas escritas por Rodapé para ela em seu nome são só garranchos. Ferdinando procura por Epaminondas e avisa que Mãe Benta e Zelão não deixarão sua casa.

ALÉM DO HORIZONTE

Quarta-feira, 19h15

Até o fechamento desta edição a emissora não havia fornecido o capítulo.

PECADO MORTAL

Quarta-feira, 22h15

Picasso espanca Xuxu e foge sem ser visto. Leão se desespera ao ver estando da dançarina e chama por socorro. População do morro faz motim e ameaça agredir Caravaggio e Monet. Patrícia faz charme e culpa Carlão de aproveitar-se dela. Carlão se defende e acha graça. Os dois discutem e se beijam novamente. Picasso enrola Baldochi e desconvoca sobre fuga, dizendo que foi ao inferninho. Otávio diz que Picasso está armando para prejudicar imagem dos Vêneto e para tomar o morro. Lívia faz declaração para a imprensa e diz que os Vêneto e a polícia não serão inimigos. Carlão provoca Patrícia e diz que Picasso se aproximou dela para afrontá-lo. Helena ameaça abrir a porta do gabinete e deixa Carlão e Patrícia alitios

CHIQUITITAS

Quarta-feira, 20h30

José Ricardo sofre um infarto em meio à discussão. Carmen é comunicada e vai às pressas para o hospital. Carmen chora muito no hospital. Valentina avisa que ele está sendo operado, mas que não consegue se comunicar com Junior (ele está sendo mantido refém por um grupo em plena floresta Amazônica). Bia, Pata, Cris e Vivi dizem para Mili inventar um pretexto pra chamar JP para passar a tarde no orfanato. Mili convida JP para um piquenique, mas o garoto diz que é um pouco velho pra isso. O menino também conta que possui uma banda, que chama JP10, e que irá ensaiar com ela. De volta ao orfanato, as meninas assistem ao vídeo da banda do vizinho na internet. Mosca fica enciumado.

EM FAMÍLIA

Quarta-feira, 21h00

Benjamim diz a Virgílio que está pensando em se mudar para a casa de repouso. Juliana se olha no espelho tentando adivinhar como ficará sua imagem depois que a barriga começar a crescer. André liga para Bárbara e diz que não poderá ir à sua casa, deixando a menina furiosa com Shirley. Clara dá total apoio a Cadu, preocupada com seu possível transplante de coração. Diogo diz a Marina que ficará hospedado em um hotel, mas promete encontrar a filha no dia seguinte. Helena se irrita ao pensar que Luiza está mesmo se envolvendo com Laerte. Branca volta a implicar com Murilo e diz a Gisele que ele não é o namorado certo para ela.

Humor

DESCULPA PERFEITA

Um sujeito está voltando para casa, dirigindo acima da velocidade permitida.

Olhando pelo retrovisor, ele vê um carro de polícia buzinando, com um guarda fazendo gestos obrigando-o a parar. Ele pensa: "corro mais do que ele", e pisa fundo no acelerador.

O carro dá uma arrancada e a polícia segue-o numa corrida desenfreada - 100, 120, 140, 160 km/h. Quando o velocímetro chega a 180 e a polícia continua atrás dele, o sujeito desiste e encosta. O guarda chega na janela e diz:

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir. O sujeito pensa por um momento e diz:

- Há três semanas minha mulher fugiu com um guarda. Quando eu vi seu carro no meu retrovisor, eu pensei que fosse o senhor e que estivesse tentando devolvê-la!

MEU PAI TEM TUDO
Quando uma professora dava aula a seus alunos sobre as diferenças entre os ricos e os pobres, Joana levanta o dedo:

— Senhora, meu pai tem tudo: TV, SOM, DVD, Ferrari...

— Tudo bem, diz a professora, mas será que tem uma lancha?

Joana reflete e diz:

— Bem, não...

A professora disse:

— Viu, não podemos ter tudo.

— Professora —, disse Maicon

QUEM É VOCÊ?

O guarda-noturno está fazendo a sua ronda quando se depara com um bêbado, cantando em cima de um poste.

- Eu, posso saber o que você tá fazendo aí em cima?

- Eu bebo porque é líquido! — respondeu ele.

O guarda ficou nervoso e ordenou:

- Desça daí agora senão eu atiro!

O sujeito ficou com medo e desceu do poste, cambaleando. Quando enfim ele chegou no chão, o guarda o abordou:

- Quem é você?

E o bêbado:

- Ué, você não se lembra? Eu sou o mesmo que tava lá em cima!



SERV-TEC
SERV-TEC
Serviços e Manutenção
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 Luisa - 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 Silvares, 2323 - B. Coester - Fernandópolis-SP

AGORA NO CENTRO
NOVO ENDEREÇO
FONE (17) 34424530

Lar doce Lar
UTILIDADES E PRESENTES
AV PAULO SARAVALI N° 926 CENTRO FERNANDÓPOLIS

celebridades



As duas vão estrear na TV

Gêmeas do Cauá já pensam em posar nuas: "aguçamos a curiosidade do público"

As gaúchas Mônica e Morgane se formaram em farmácia e fisioterapia, respectivamente. Mas largaram a vida no sul para tentar a sorte em uma escola de teatro, em São Paulo. Irmãs univitelíneas, as duas protagonizam cenas sensuais com o galã Cauá Reymond em "O Caçador", e já são conhecidas como "as Gêmeas do Cauá".

Na pele de personagens que tem na sensualidade a sua principal arma, as duas sabem que chamam a atenção do público masculino, e foram perguntadas sobre a possibilidade

de posar nuas. "Ainda não pensamos sobre esta possibilidade, mas pelo fato de sermos gêmeas sabemos que aguçamos a curiosidade do público", respondeu Morgane, a solteira da dupla.

Já Mônica comentou que "todo homem fantasia uma relação sexual com duas mulheres, e quando o cenário envolve gêmeas, este desejo se intensifica, instigando ainda mais esta imaginação". E duvida que haja algum tipo de preconceito sobre serem gêmeas sexy. "Só temos a crescentes uma à outra."



Fani abre o jogo

Fani sempre sonhou com sexo a três: "Implorava uma menina"

Feliz e contente com sua nova "Sexy" - "eu tô pelada no google e mesmo assim estão querendo ver pela terceira vez, tem que ficar feliz!" - Fani está em ótima fase. Aos 31 anos, ela se considera mais madura com a sua sexualidade, e falou abertamente sobre o desejo por mulheres.

"Ménage [a trois, ou sexo a três] é normal hoje em dia. Desde os 18 anos peço isso para os meus namorados de presente, sempre implorava uma menina para saber qual era, sempre tive curiosidade", revelou,

DR. LUÍS CARLOS BARBOSA MARTINS
Clínico Geral e Endodontista
(17) 3442-2261
Atende particular e convênio
Av. Amadeu Bizelli, nº 978
Centro - Fernandópolis-SP

Keké Doces
- kit para festa de aniversários
- bolos - docinhos - trufas - Pão de mel
Tel.: 97471005 ou 92118977 - Indiaporã



Poderosíssima e trilhardária

"Neymar do UFC" é apontado como novo affair de Grazi Massafera

Grazi Massafera, ela é poderosíssima. Enquanto o Brasil inteiro perde seu tempo com dó da boa moça traída, a loira aproveita a solteirice pós-Cauá para curtir a vida adoidado, e já está de bofe novo. O sortudo, dessa vez, é o lutador de UFC Erick Silva.

Fazendo presença vip em um stand da Arnold Classic Brasil, no último fim de semana, o garoto teria aberto seu coração. "Cara, estou apaixonado por ela", confessou a um amigo. Co

mo não ficar, né, Erick? Lin-

da, rica, gente fina. E o melhor: pratica muay thai e é fã de esportes de luta.

Erick assumiu, em janeiro deste ano, o namoro com a octagon girl Camila Oliveira, que era apontada como sua affair desde maio do ano passado. A morena teria sido o pivô da separação do lutador, que é conhecido como o Neymar do UFC.

Ambos negaram o affair, segundo Dias. Erick disse sequer conhecer a atriz; já Grazi admitiu conhecê-lo por meio de seu professor de muay thai Chico Salgado.

"Amor é amor": Kristen Stewart assume namoro com melhor amiga, diz revista

Desde que Kristen Stewart terminou o namoro com seu colega de "Crepúsculo" Robert Pattinson em 2012 há basicamente duas fofocas que circulam sobre a sua vida, intercaladas. Uma corrente diz toda semana que os dois voltaram; outra, que ela resolveu sair do armário de uma vez por todas. E é esta segunda opção que voltou a ganhar força.

Uma fonte próxima a Kristen revelou que a atriz assumiu o namoro com sua melhor amiga, a produtora Alicia Cargile. Um dos indícios é que as duas estão se vestindo muito



As duas adotam estilos similares

parecidos e... bem, a gente sabe como Kris adora usar as roupas de quem ela tá pegando, né?

Pra Kristen "amor é amor", disse a fonte. "Ela está muito feliz com Alicia". O romance teria co-

meçado quando Stewart estava deprimida com o fim de seu namoro, em maio do ano passado.

Botic Motos
PEÇAS, ACESSÓRIOS E SERVIÇOS

Capacete San Marino
R\$ 99,90

FAIXA DE FREIO
a partir de R\$ 9,90

Kit Relação a partir de
R\$ 34,90

Mega Promoção:
Revisão Completa + ÓLEO R\$ 40,00

Botic Motos
17 3462-8378 Av. Duque de Caxias, 223
Bº Ubirajara - Fernandópolis - SP

promoção valida enquanto durar o estoque

Sorriso Fácil
Clínica Popular Odontológica
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 TIM 9142-5388 Claro 9633-0636 Vivo

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

ÓTICA IDEAL
Rua Brasil, 2161
17 3442 3709 &
ÓTICA STA. LUZIA
Rua São Paulo, 1859
17 3463 4936