

■ UM TOOQUE DE **SAÚDE & BELEZA**

Perder peso sem regime ou exercício

Novos estudos científicos revelam diferentes estratégias para combater a gordura, as festas e os excessos de alimentos, pois o desafio é manter as medidas. Mas não desanimem, pois há outras maneiras de perder peso sem regime ou exercício. É claro que comer mais e levar uma vida sedentária nos faz engordar, mas vejamos quais são os outros fatores que nos afetam. Existem alguns vírus que podem fazer você espirrar e ao mesmo tempo, ganhar peso, dizem os pesquisadores. A privação de sono também altera o relógio biológico e nos coloca mais em risco de abusarmos dos alimentos. Mas a boa notícia é que não há evidências científicas suficientes de que estas estratégias ajudam a perder peso sem fazer regime e sem esforço. Só para man-

ter isso em mente, se uma pessoa comer mais e fazer pouca atividade física, então vai ganhar peso. Mesmo assim, há mais e mais evidências de que outros fatores também contribuem para a adiposidade excessiva. A identificação desses fatores poderia nos dar novas formas de combater a barriga, e a boa notícia é que os pesquisadores estão começando a fazer. Aqui estão alguns exemplos:

- Vacinação: Nós identificamos uma dúzia de micróbios que tem sido associadas à obesidade. Um deles é um dos vírus de resfriado comum: adenovírus-36. Investigadores descobriram que o adenovírus aumenta o número de células de gordura no organismo e aumenta a quantidade de gordura que há nessas células.
- Relax: Enquanto o estresse extremo pode fazer

as pessoas perderem peso, stress diário pode ter o efeito oposto. Estudos de neuroimagem mostram que as regiões cerebrais ativadas pelo estresse é associada com os hábitos e recompensas. Há o aumento do desejo de alimentos hipercalóricos em pessoas que tendem a consumir.

- Reduza a temperatura: descobriu-se que aqueles que vivem em domicílios com temperaturas mais altas têm o dobro de risco de desenvolver obesidade. Enquanto com o frio se queima calorias. Quando a temperatura está abaixo de 18 °, um tipo de gordura chamada gordura marrom começa a queimar a energia para aquecer o corpo.
- Coma proteína: As dietas ricas em proteína pode ser uma moda passageira, mas com alguma substância. Os estudos indicam que a proteína ajuda

a manter a saciedade por mais tempo. Além disso, um estudo dinamarquês concluiu que um regime rico em proteína, mas baixo índice glicêmico, permite que as pessoas comam e fiquem satisfeitas, mas não engorda.

- Leia a embalagem: Não só para ver a composição nutricional de alimentos, mas também para ver o que vem embrulhado. Alguns recipientes de plástico e metal contem substâncias químicas que alteram o funcionamento normal dos hormônios, como tireóide, que regula o metabolismo.
- Desligue a luz: Estudos em camundongos mostraram que aqueles expostos à luz durante a noite são 10% mais gordos. O motivo? À noite, a luz pode atrapalhar o nosso relógio biológico e interferir com o nosso metabolismo. Os especialistas recomendam manter um padrão consis-



tente de luz ao longo da semana, e evitar as luzes LED.

- Dormir: Se você precisar de uma desculpa para ficar mais tempo na cama, aqui vai duma: muito pouco sono pode torná-la

gorda. A privação do sono reduz a produção do hormônio leptina, que suprime o apetite e aumenta a de grelina, que estimula. Então, uma hora de sono pode vencer o exercício.

Estereótipo de Beleza: uma Escravidão



Vamos imaginar uma sala com aproximadamente 100 mulheres. E se fosse perguntado a todas: O que você mudaria no seu corpo? Com certeza, todas iriam querer mudar alguma coisa, contudo olhos, pernas, barriga, bumbum e seios seriam os mais listados.

Hoje em dia há estudos que comprovam que existe o estereótipo de beleza pra fins somente comer-

ciais e que se importam muito pouco com os sentimentos da mulher em geral. Há uma violência globalizada para que qualquer mulher não aceite seu corpo. Não é difícil de verificar isto na mídia: hoje para você ser feliz, amar e ser amada, realizada financeira e profissionalmente, ser bem aceita em qualquer lugar e etc., a mulher tem que ter um corpo escultural. E o pior de tudo é quando as “ce-

lebridades” se expõem ao público através de uma foto, seja na TV ou qualquer outro meio de comunicação, toda “photoshopada”. Mas será que esta perfeição existe? É claro que não!

Devido ao comércio de produtos de beleza ser um dos mais vantajosos, os fabricantes passam uma ideia de produtos miraculosos que na verdade não existem. Assim as mulheres constroem em suas mentes uma imagem de um corpo e um rosto que não é real. Quem ganha com isso? As empresas, claro, que obtém lucros extraordinários com a venda de produtos de beleza e de dieta.

Hoje ser saudável não é mais visto como um desejo ou uma vontade natural, mas sim uma tirania que ter “saúde” virou uma obrigação e que só podemos conseguí-la através de determinados

produtos e serviços. E isto muitas vezes quando não conseguem fazer o estrago no bolso das mulheres deixam marcas profundas em seu amor-próprio. E o efeito aqui será danoso: a pessoa impossibilitada de atingir aquela perfeição irreal acaba se deprimindo ou adquirindo algum problema psicológico.

Hoje muitas mulheres têm denunciado a pressão que nós sofremos em ter que ser para sempre jovem e bonita. E que é proibido envelhecer naturalmente. Se temos em nossa mente ser mãe, amamentar o bebê e cuidar dele por um longo tempo, logo somos tidas como loucas devido ao “estrago” que ficará em nosso corpo. Muitas famosas após passar pela maternidade, imagino que saiam do hospital direto para as academias e clínicas de estética, pois em poucos dias já estão como

eram antes de engravidar.

Mas e a maioria das mulheres? Será que elas têm condições financeiras de pagar babá, empregada, academia, personal trainer e clínicas? Penso que muitas destas famosas “trabalham” exclusivamente para se manter com o corpo em dia e são escravas deste estereótipo de beleza. Vivem num mundo onde TER é mais importante que o SER. E o pior de tudo: vivem de aparência. Tai o Photoshop que não me deixa mentir. Suas fotos são perfeitas, pois elas se exibem sem uma ruga, sem mancha na pele, sem uma espinha ou um cravinho sequer, sem estrias e com uma pele de bebê. Será? E eu me pergunto sempre: Será que são felizes? Será que aquele sorriso todo não guarda uma frustração, um medo de envelhecer, uma carência sem medida, depressão e uma

tristeza da alma? E o que dizer destas pessoas que por conta disto se metem no vício da bebida, das drogas, dos calmantes, anabolizantes e tantas coisas mais.

Mas o estrago não para por aí. Hoje vemos adolescentes com bulimia, anorexia e depressão, por quê? Não poupam nem as crianças, pois marcas famosas utilizam crianças em suas campanhas publicitárias com suas imagens retocadas. Precisamos repensar. Não podemos nos deixar ser escravizadas por algo tão passageiro e nem sermos reconhecidas como pessoas tão fúteis.

Que boa coisa é levantar de manhã de bem com a vida, olhar no espelho sem brigar com ele, trabalhar e voltar pra casa com dever cumprido e consciente que perfeição não existe e nem existirá. Fica a dica!!!



GASOLINA
comum/aditivada
R\$ 3,08

ÁLCOOL
R\$ 2,07

DIESEL
R\$ 2,42

PAGAMENTO EM DINHEIRO OU CHEQUE À VISTA

Fone: 17-3462 5531
Av. dos Arnaldos, 2318 - Por do Sol



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

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

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



Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

social



Felicidades para a bela **Giclee Fiuza** que hoje comemora idade nova. O carinho especial do esposo Leandro e toda família!



Hoje é dia de festa para **Jack Trybus** que está aniversariando. A homenagem da esposa Paulinha, amigos e familiares.

horóscopo

ÁRIES
Dedique-se às suas obrigações, pois a quadratura Lua-Saturno pede maior comprometimento. Seja mais paciente e tolerante no trato das diferenças, sabendo lidar com as pessoas envolvidas nos processos!

TOURO
Assuntos que tocam fragilidades e polêmicas são ressaltados pela tensão Lua-Saturno, em sua área de relacionamentos. Não seja tão crítica ao lidar com as inimizades, evite colocar mais lenha na fogueira. Mantenha-se centrada!

GÊMEOS
Atritos e embates territoriais se ressaltam, neste momento em que a Lua passa por sua área de comunicação e se tensiona com Saturno. Demonstre tolerância e cooperação, evitando o clima de competição. Cuidado com o que fala!

CÂNCER
Não seja tão impulsiva na busca por prazeres, pois a quadratura Lua-Saturno entre suas áreas financeira e social lhe aconselha a ser mais cautelosa com gastos direcionados às diversões. Tenha cuidado com suas escolhas!

LEÃO
O excesso de obrigações lhe desafia a descentralizar atividades e confiar nos outros, a fim de realizar de pequenas tarefas. A desarmonia Lua-Saturno lhe pede para estar aberta aos trabalhos em grupo e à gestão de demandas!

VIRGEM
Você fica mais intolerante e impaciente com a tensão Lua-Saturno, entre suas áreas de crise e de comunicação. Não se irrite tanto com as falhas dos outros e amenize seu grau de exigência. Distanciar-se pode ser uma boa solução!

LIBRA
Seu bom senso para os aspectos materiais é comprometido pela quadratura Lua-Saturno, portanto contenha a impulsividade. Aprenda a curtir as coisas mais simples da vida e as atividades de caráter introspectivo!

ESCORPIÃO
Hoje, por conta da tensão entre Lua e Saturno, suas atitudes tendem a se enrijecer no meio profissional e você se torna mais exigente. As relações podem ficar abaladas pelas críticas e atitudes impositivas, seja mais flexível!

SAGITÁRIO
Uma fragilidade física e também emocional é trazida pela tensão Lua-Saturno, entre suas áreas de crise e espiritual. Prefira atividades intelectualmente mais tranquilas e pratique hábitos saudáveis, cuidando melhor de si mesma!

CAPRICÓRNIO
Os problemas inesperados que surgem na pressa do dia a dia tendem a despertar suas cargas emocionais mais negativas, que vem a tona com a tensão Lua-Saturno. Procure colocar as ideias em ordem e aja com objetividade!

AQUÁRIO
A quadratura da Lua, que passa por sua área de relacionamentos, com Saturno, em sua área profissional, lhe traz problemas de relacionamentos no trabalho. Mantenha o profissionalismo e não se deixe tomar pelas emoções!

PEIXES
Seu cotidiano lhe desafia, sobretudo quanto à aceitação de mudanças. Lua e Saturno em quadratura trazem à tona o medo do novo, que pode acabar lhe deixando paralisada. Mesmo que gradualmente, procure se desapegar!

receita

Pavê delícia de amendoim

Ingredientes:

- 1 pacote de biscoito de aveia e mel
- 300 g de amendoim sem pele e tostado
- 1 lata de leite condensado
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 lata de creme de leite sem soro



Modo de preparo:

- 1 Quebre os biscoitos grosseiramente e coloque em um refratário. Reserve.
- 2 Pique grosseiramente o amendoim. Reserve.
- 3 Em uma panela, misture o leite condensado, o leite e a manteiga. Leve ao fogo e cozinhe no fogo brando sem parar de mexer até começar a engrossar.
- 4 Desligue o fogo, misture o creme de leite e o amendoim. Ainda quente distribua sobre os biscoitos.
- 5 Cubra com filme plástico e deixe esfriar fora da geladeira, para que os biscoitos amoleçam. Leve à geladeira até firmar.

FOTO DIAMOND
Fotos em geral
Venda de produtos fotográficos
Encadernações, plastificações
E Xerox
Av. Nove de Julho, 1225 - Indiaporã-SP
Fone 17-3842-1175

Marquinho Santana
Representante Comercial
Cel.: (17) 9621-0596
(17) 3462-1090
Fernandópolis
Avenida Litério Grecco, 30
Bairro Brasília
Fernandópolis/SP
(Próximo a Rodobens Caminhões)

Flor da Mata MADEIREIRA

A primeira escola ninguém esquece...
EDUCAÇÃO INFANTIL
Av. Eurípedes José Ferreira, 779 **3442-2945/3442-5060**

TREZINHO DA FANTASIA
Av. Eurípedes José Ferreira, 779 **3442-2945/3442-5060**

AGORA NO CENTRO
Lar doce Lar
UTILIDADES E PRESENTES
NOVO ENDEREÇO
AV PAULO SARAVALI
Nº 926 CENTRO
FERNANDÓPOLIS
FONE (17) 3442-4530

SAPATARIA CRUZEIRO A AMARELINHA
A MAIOR VARIEDADE, PELO MENOR PREÇO.
Fone: (17) 3442-6619
Av. Eurípedes José Ferreira, 400 - Centro - Fernandópolis - SP

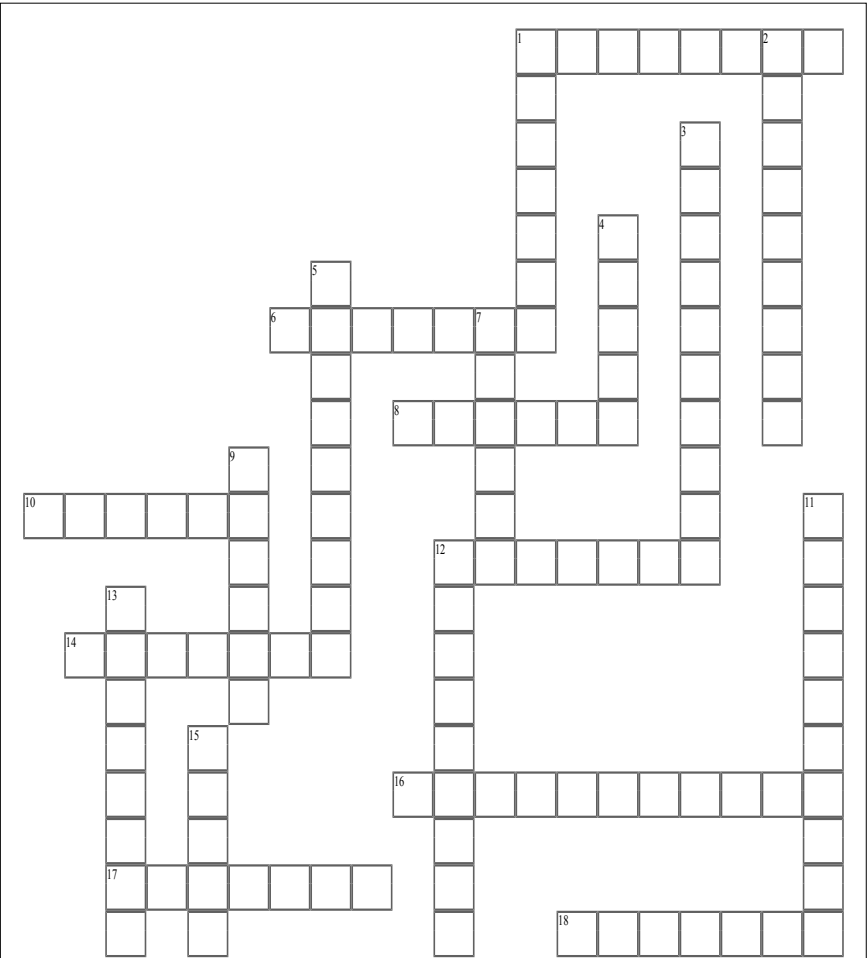
AUTO ESCOLA SÃO JOSÉ
O MAIS EFICIENTE MÉTODO DE ENSINO INSTRUTORES CAPACITADOS
Pascoal Sandrin
Diretor Proprietário
QUALIDADE TEM ENDEREÇO
F. (17) **3442-2456**
9143-6058 9782-1229 8817-6794 8201-3953
Av. Líbero de Almeida Silveiras, 2323 - B. Coester - Fernandópolis-SP

REDE MultiDrogas
Com você pela nossa gente
DROGALIDER
DISK ENTREGAS: 3442-4505
AGORA TAMBÉM NA FEF

ATENDIMENTO 24 HORAS
Preços Multi Populares
Cobrimos qualquer oferta da concorrência em medicamentos!
ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES

Fernandópolis: Av. Expedicionários Brasileiros, 1222 - Fone (17) 3442-4505 / Fax: 3463-3368 - Centro
Valentim Gentil: Av. Cavalim, 633 - Centro - Fone (17) 3485-2266

Palavras Cruzadas



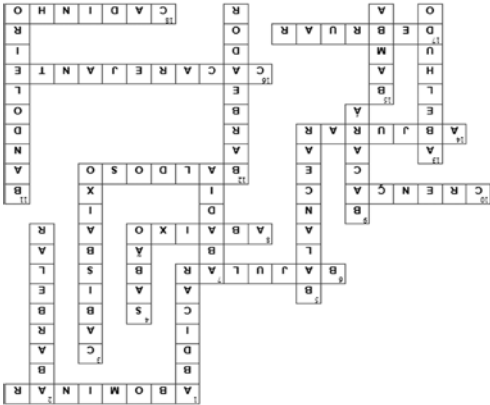
Horizontais

1. Aborrecer, detestar, execrar, odiar, repelir com horror.
6. Lisonjear, adular servilmente.
8. Em lugar inferior a outro.
10. Ato ou efeito de crer.
12. Diz-se do cavalo de montaria que tem manha; manhoso.
14. Renunciar publicamente a religião, crença, opinião, doutrina.
16. Que cacareja; cacarejador.
17. Guarnecer com debrum; Orlar com friso.
18. Vaso de argila refratária utilizado em operações químicas a temperaturas elevadas.

Verticais

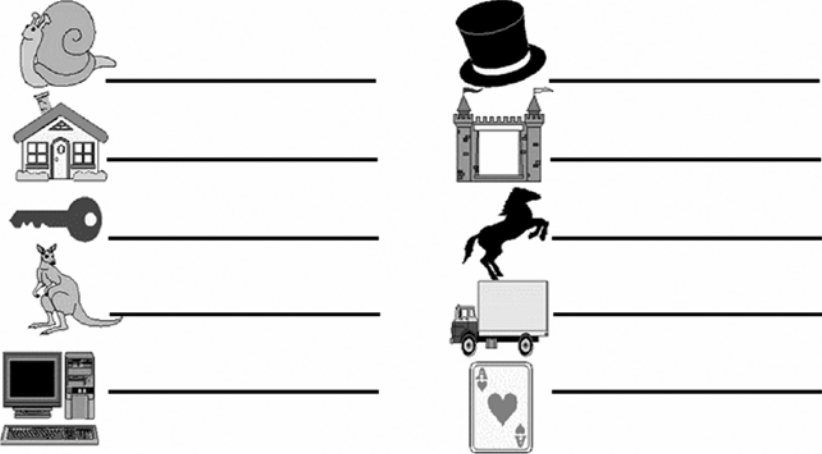
1. Renunciar voluntariamente a cargo, dignidade ou poder de que estava revestido.
2. Prender com barbel; Ornar com barbel.
3. Que traz a cabeça baixa ou inclinada; Abatido, humilhado.
4. Substância detergente, usada com água para lavar roupa, utensílios, superfícies, etc.
5. Balançar.
7. Propriedade destinada a residência de monges.
9. Jogo de cartas, em que um banqueiro enfrenta vários jogadores.
11. Bandido.
12. Aparelho para barbear.
13. Intrumetido, indiscreto, curioso.
15. Como é chamado popularmente a pessoa que é autoridade em determinado assunto.

Respostas



Caça Palavras

- 1 - Escreva os nomes das imagens.
- 2 - Encontre as palavras no Emaranhado de Letras.



D U T T X C T B K W M Z P Y C

V T V L E C A S T E L O W N H

V B N C L Y A M L P E R V I A

G M B C A W P N I F R W X J V

D D R I C V S P G N Z C E V E

S A L W L C A C L U H Q D A T

K B L D J O T L A L R A V Q R

Q C I X X M C T O R U U O M A

D T W F F P U A T H T I Z M T

A C N C M U I X R I F O H N R

N G P R I T T O C A G I L I A

H H U C Q A K N R W C Z W A C

R S R R X D M S V S C I L K A

C Y R D K O G K M H D P B V S

N R R Y N R A X B S P U D P A

COMPUTADOR

CHAVE

CAVALO

CASTELO

CASA

CARTOLA

CARTA

CARACOL

CANGURU

CAMINHÃO



UNESC

UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO

SERVIÇOS

* CONSULTORIA E GESTÃO EDUCACIONAL IES;

* CURSOS LIVRES;

* APERFEIÇOAMENTO PROFISSIONAL;

* CAPACITAÇÕES;

* EXAMES DE SUFICIÊNCIA;

* PREPARATORIOS;

* PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU;

* SOFTWARE DE GESTÃO EDUCACIONAL IES;

www.unescursos.com.br

(17) 3442-4979

Serviços e Manutenções

ST

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 Luiza - Fernandópolis-SP.



ELETRÔNICA

Segurança em boas mãos!

FONE: (17) 3442-4455

ALARME - CERCA ELÉTRICA - CIRCUITO FECHADO DE CÂMERAS

MÁQUINA P/ PORTÃO - PORTEIRO ELETRÔNICO - VIDEO PORTEIRO

MONITORAMENTO ALARME 24 HORAS

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

ALARME MONITORADO 24 HORAS PROTEGIDO



Resumo de Novelas



MALHAÇÃO
Terça-feira, 17h30

Sidney se desespera e tenta salvar Sofia. A polícia chega a tempo e prende o Antônio. Sofia revela a Sidney que nunca esteve grávida. Todos explicam o plano armado para capturar Antônio, e Ben se preocupa com o estado de Sidney, que acreditou na gravidez de Sofia. Zureta conta para os amigos que Frédéric convidou os alunos para passar férias no Havaí. Martin revela a Omar e Zico que o restaurante agora está em seu nome. Sofia procura Sidney.



MEU PEDACINHO DE CHÃO
Terça-feira, 18h00

Serelepe avisa a Zelão que não vai procurar Pituca para reatar sua amizade. Padre Santo cogita a possibilidade de greve dos professores por causa do atraso nos salários e o prefeito das Antas se irrita. Ferdinando diz ao pai que não quer mais que Zelão seja seu segurança. Serelepe resolve parar de frequentar a escola por entender que já sabe ler e escrever e se despede de Juliana. Zelão declara seu amor para Juliana. Giácomo conta para Renato que Zelão acompanhou Juliana até a casa de Pedro e o médico fica enfurecido.



GERAÇÃO BRASIL
Terça-feira, 19h15

Manu e Davi se aproximam durante a nova etapa do concurso e começa a pintar um clima entre os dois. Verônica janta com Jonas e tenta falar com ele sobre sua família. Jonas avisa a Pamela que passará a noite acompanhando o desempenho dos candidatos. Pamela sente falta de ter um projeto só seu. Evangelina termina o noivado com Brian. Brian é preso. Iracema e Gláucia se encontram e se alfinetam. Herval convida Pamela para sair. Olinda lê a mão de Pamela. Dorothy se desespera com a prisão de Brian.



CHIQUEITITAS
Terça-feira, 20h30

Mili quer desfazer o falso personagem. Cris sugere que ela se encontre com JP e que seja desagradável para JP não querer mais falar com Açucena. Bruno vai ao orfanato e conhece sua filha, Dani. Maria Cecília diz para Tobias que acha que Eduarda logo desistirá e voltará para casa. Samuca consegue descobrir o endereço de quem criou a página falsa de Pata na internet. As Chiquititas vão até o endereço residencial. Na praça, JP e Açucena se encontram. Renata aparece e fica brava. Bruno diz para Carol que ao conversar com Dani se sentiu como pai e quer se aproximar mais dela. Carol pede que antes de contarem tudo pra Dani, que Bruno faça um exame de DNA para comprovar a paternidade. Ele concorda.



EM FAMÍLIA
Terça-feira, 21h00

Alice vai com Nando ao presídio interrogar um suspeito de estupro. Juliana fica aliviada ao encontrar Bia em uma loja de brinquedos. Helena e Chica internam Felipe em uma clínica de reabilitação. Jairo diz a Juliana que vai levar Bia para uma feijoada na comunidade. Marina e Vanessa pensam na proposta de sociedade de Branca. Ivan ouve Clara e Cadu discutirem sobre separação. Gabriel incentiva a mãe do menino a denunciar Felipe. André se incomoda ao ouvir Lucas convidar Bárbara para viajar com ele. Alice organiza um chá de lingerie para Luiza. Jairo e Juliana chegam à comunidade com Bia. Clara e Marina passeiam juntas.



VITÓRIA
Terça-feira, 22h15

Felipe conta para Edu que Gregório pediu para que ele matasse Vitória. Diana diz a Artur que ficou decepcionada por ele tê-la abandonado no hospital. Ele se desculpa e diz que não queria magoá-la. Ela diz que a proposta para comprar o haras fez mal a Gregório. Artur fica surpreso e aliviado por Gregório não ter dito que ele é irmão de Diana. Felipe acusa Artur de ter provocado o derrame em Gregório, mas Diana defende o namorado. Mossoró diz a Diana que teme que ela esteja sendo enganada por Artur. Diana diz que a cisma dele com Artur não passa de preconceito por ele ser cadeirante. Artur confessa para Jorge que foi ele quem colocou fogo na cocheira de Gregório.

Humor

DONA CURIOSA

Uma senhora entrou em uma avicultura e viu um papagaio com uma correntinha em cada pé. Muito curiosa, chamou o balconista e foi logo perguntando:

- Ei, moço qual a função das duas correntinhas do pé do papagaio?

O balconista respondeu:

- Quando eu puxo a da direita, ele me diz bom dia, e quando eu puxo a da esquerda, ele me diz boa tarde.

Então a senhora perguntou: - E se eu puxar as duas ao mesmo tempo?

E o papagaio, já puto da vida, respondeu:

- Ai, eu caio né sua idiota !!!

A NOTÍCIA...

A mulher, extremamente ciumenta, vai a uma cartomante:

- Tenho duas notícias ruins, minha senhora - diz a cartomante. - O seu marido tem uma amante e a senhora vai ficar viúva muito em breve!- Então, vê aí se eu vou ser absolvida!

TIRANDO ALGO

O sujeito é apresentado a um médico numa festa. Começam a conversar e de repente o médico vira-se para ele e pergunta:

- Eu já não tirei as suas amídalas?

- Não, doutor! Eu ainda as tenho!

- Eu já não tirei o seu apêndice?

- Não, doutor! Quando eu tirei o apêndice ainda morava no interior!

- Você já não foi casado com a Sônia Arantes?

- Fui, sim!

- Eu sabia que já tinha tirado alguma coisa de você!

COISAS DE LOIRA...

A loira dondoca começou a ficar preocupada com a fraternidade e o amor ao próximo.

Comovida com os apelos das autoridades médicas para doar sangue às vítimas de acidentes, compareceu a um dos postos de coleta de sangue:

- Você já doou sangue alguma vez? - perguntou o médico.

- Não, é a primeira vez.

- Então precisamos calcular o quanto poderá ser retirado. Quanto você costuma perder durante a menstruação?

Ela pensa, faz umas continhas usando os dedos e depois responde, certa:ira:

- Por volta de R\$5.000,00!

O DESTINO DE UM HOMEM

Um mendigo entra em um bar e pede a um moço que lhe pague um café.

Com pena, o cara lhe oferece uma cerveja.

O mendigo diz:

- Não obrigado, não bebo, só quero o café.

Então, o rapaz lhe oferece a compra de um bilhete de Loteria.

- Não obrigado, eu não jogo, só quero o café.

Com muita insistência, o rapaz lhe oferece um cigarro.

- Não fumo, eu só quero o cafezinho. - recusa o mendigo.

O rapaz insiste novamente e diz que paga uma noitada com uma prostituta.

- Não obrigado, eu não traio minha mulher, só quero um café.

Então o rapaz leva o mendigo para sua casa e diz para a mulher lhe preparar o café.

Curiosa, ela pergunta ao marido:

- Por que você trouxe para casa um mendigo sujo só para tomar um café?

- Para te mostrar como fica um homem, que não bebe, não joga, não fuma, e não dá saidinha fora de vez em quando.

celebridades



Dinho Ouro Preto no camarim do “SuperStar”

Dinho Ouro Preto não bebe mais para cantar: “Minha maior conquista”

Em um dos momentos mais proeminentes de sua carreira, Dinho Ouro Preto contou que nem nos picos do Capital Inicial teve tanto assédio dos fãs como hoje, em que é jurado do global “SuperStar”. Além disso, o músico cinquentão e pai de três filhos vive bom momento na vida pessoal. No programa global, o músico vive grande fase profissional

Após vários problemas com bebida e drogas, já não bebe nem fuma maco-nha há um ano, e há bem mais tempo não usa entorpecentes pesados. “Procurei uma psiquiatra, tomei remédio e estou limpo; as pessoas tomam drogas na minha frente, mas até agora não tive recaída”, conta.

Segundo o cantor, não foi uma escolha moral, mas sim pela saúde. Só que ele reconhece que a sobriedade o tem auxiliado em todas as frentes da vida. “Senti o quanto (a droga) estava prejudicando o meu trabalho, meu convívio com a família e meus relacionamentos em geral”, lembra.

Atualmente, o cantor não precisa mais do álcool para encarar seu público nos shows

Limpo e com teste de aptidão física “excelente”, Dinho recuperou sua saúde e já não precisa da bebida para cantar. “Hoje não tomo uma gota de álcool para subir no palco, essa foi a minha maior conquista”, comemora.

Latino gasta mais de R\$ 10 mil em tratamento para bailarina



A bailarina Ariany Nogueira tem contado com o apoio do patrão, Latino, para pagar os tratamentos que tem feito desde que foi baleada

A bailarina Ariany Nogueira tem contado com o apoio do patrão, Latino, para pagar os tratamentos que tem feito desde que foi baleada, em maio, numa tentativa de assalto. Ariany ficou internada por dois dias na luxuosa clínica São Vicente, na Gávea, e Latino desembolsou nada mais na-

da menos do que R\$ 6.500 por dia.

Na última quarta-feira, a bailarina passou por uma cirurgia no hospital para fazer a retira do projétil que estava alojado no seio esquerdo. No Instagram, Ariany comentou: “Mais uma vitória, meu Senhor. Estou de pé. Deus no comando.”

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

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

Jornal Nacional ignora morte de Maurício Torres e deixa telespectadores revoltados

No último sábado, 31 de maio, faleceu em São Paulo o narrador e jornalista Maurício Torres que apresentava o “Esporte Fantástico” da Record. O apresentador se sentiu mal durante um voo do Rio para São Paulo, onde após o desembarque foi atendido no hospital Sírio-Libanês, mas a infecção que ele tinha avançou e ele não resistiu.

Todas as emissoras noticiaram a morte do jornalista, com exceção da Globo. O “Jornal da Record” exibiu uma maté-

ria especial sobre o apresentador, SBT e Band também comentaram o caso.

O “Jornal Nacional” por sua vez, nem tocou no assunto, o que deixou os telespectadores revoltados com a situação. Uma curiosidade é que Maurício foi contratado da emissora carioca durante nove anos. Pouco tempo atrás, o telejornal noticiou a morte do locutor Luciano do Valle, exibindo inclusive, uma matéria especial. Luciano também foi contratado da Globo.



Maurício já trabalhou na Globo por muitos anos, mesmo assim não foi lembrado pela emissora

Orgias do pai de Neymar foram pagas com grana do Barça, diz ex-presidente do Santos



Neymar pai e Neymar filho, na época do Santos

No início deste ano os noticiários de esportes foram tomados por uma polêmica com Neymar ao centro: 29,14 milhões de euros (cerca de 88 milhões de reais) “sumiram” na venda do jogador do Santos para o time espanhol.

O escândalo de desvio de dinheiro levou à renúncia do então presidente do Barcelona, Sandro Rosell.

Pois agora Luis Alvaro de Oliveira Ribeiro, que foi presidente do time paulista durante a transação, resolveu mexer no vespe-

ro e explicou à ESPN Brasil o que eram os tais “bônus” que criaram a diferença entre a grana gasta pelo Barça e a recebida pelo Santos: “Nesses 90 milhões estava incluído o dinheiro do cafézinho do pai do Neymar e uma orgia no hotel Piccadilly, em Londres. Porque ele cobra qualquer coisa. Ele nunca me pagou um café. E eu paguei uns 200 cafés pra ele.”

Neymar pai já tinha sido alvo de críticas por sua empresa ter embolsado 40 milhões de euros na negociação do atacante. Junior chegou a criticar Laor e dizer que estava de “saco cheio”, em entrevista em que saiu em defesa do progenitor, em fevereiro. “Por

você não só morreria como daria a vida do meu único filho por você!”, desabafou, em uma carta pública.

O senhor Ney não é o único que enfrenta polêmicas. A aparição de seu neto Davi Luca na entrevista que o craque deu ao “Domingão do Faustão” no domingo passado, dia 25, também foi criticada. Na ocasião, o jogador disse que não tinha ciúmes do filho, mas com menina tinha que ser “linha dura”; na hora de se despedir, pressionou Davi a colocar a língua pra fora e mostrar como dá “beijinho nas meninas”, o que foi classificado como uma “pedagogia infanto-sexual tosca” pelo cineasta Diego Semerene, em sua coluna no Brasil Post.

PROCEDE Vitorias
CONHECIMENTO DE 15 ANOS EM ANÁLISE VEICULAR
VISTORIA PARA CIRETRAN..... É COM A GENTE!!!
A 1ª ECV DE FERNANDÓPOLIS, 100% APROVADA!!!
Nossos diferenciais: • Agilidade • Competência • Comprometimento
Consulte já a PROCEDE VISTORIAS, não perca tempo e dinheiro!!!!
Rua Édio Alves de Oliveira, 918 - Centro

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

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

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