

Óleo de Canela, os benefícios para a pele

Oóleo essencial de canela proporciona grandes vantagens; se obtém a partir da destilação da casca ou das folhas desta planta, mas apenas o óleo das folhas deve ser usado sobre a pele, uma vez que o óleo da casca causa irritação severa da mesma.

O óleo das folhas de canela tem um aroma de terra, amadeirado e picante, e pode ser útil como um tratamento tópico para infecções e outros problemas de pele, in-

cluindo os tumores benignos; também possui propriedades antiinflamatórias, tornando-se um tratamento natural contra a inflamação.

O óleo de canela tem altas propriedades antioxidantes que ajudam a combater os sinais de envelhecimento na pele. O óleo de canela ajuda na redução das rugas, linhas finas e ajuda a manter a pele firme durante mais tempo.

O óleo de canela tem propriedades adstringentes que ajudam a reduzir

a secreção excessiva de óleo das glândulas sebáceas, por isso que ajuda a impedir os brotos de acne e espinhas, também é eficaz para curar a sarna na pele.

O óleo essencial de canela pode ser usado em pequenos cortes e feridas, mas não deve ser usado num óleo veicular, se for de alta diluição deve ser aplicado diretamente na pele, promove a cura, parando o fluxo do sangue das feridas.

O óleo de canela se mistura bem com coentro, benjoim, cravo, cardamomo,



mo, incenso, grapefruit, gengibre, lavanda, tomilho e alecrim.

O óleo de canela deve ser utilizado apenas em forma diluída, geralmente em um difusor, e nunca deve

ser consumido internamente, ou durante a gravidez, pois pode ajudar a induzir e regular a menstruação.

O óleo de canela pode ser usado para fazer sa-

bão caseiro, mas deve ser usado com extrema cautela, já que o óleo de canela pode ser muito sensível para a pele pode causar irritação da pele ou alergias.

Quais são as causas da queda de cabelo em mulheres



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 9633-0636

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

Um problema que afeta um grande número de mulheres é a progressiva perda de cabelo em grandes quantidades às vezes chegando a produzir faltas em algumas áreas da cabeça.

São muitos os fatores que podem causar essa queda maciça e em cada caso os tratamentos em cada caso são diferentes. Neste artigo, apresentamos todos os fatores que podem estar fazendo com que o seu cabelo não seja mais o mesmo de sempre.

O couro cabeludo tem cerca de 100.000 fios de cabelo, dos quais todos os todos os dias se perdem pelo menos cerca de 100, naturalmente, como consequência do penteado e emaranhados do cabelo. Isso é perfeitamente normal e não deve disparar um alarme.

Todo o oposto acontece se a perda de cabelo se desenvolve constante e gradualmente em áreas específicas ou de maneira generalizada gerando com os meses algumas áreas em branco.

A idade é um fator que desenvolve a perda de espessura e quantidade de cabelo, tem a ver com o

envelhecimento, a hereditariedade e as mudanças nos hormônios. Mas outras, então são as causas mais comuns quando é o caso de problemas a tratar.

POR QUE O CABELO CAI

Estresse: seja físico ou emocional, se ocorre de uma maneira súbita pode causar a queda da metade até três quartos do cabelo em todo o couro cabeludo. Neste caso, o sintoma é que o cabelo sai em punhados, enquanto você toma banho, penteia ou passa as mãos pelo cabelo. Geralmente, isto não se percebe desde o início, mas começa a aparecer e se agravar com os meses.

Alopecia areata: caracteriza-se por manchas de calvície que ocorrem no couro cabeludo em homens e mulheres. Acredita-se que esta é uma doença auto-imune e muitas vezes afeta outras áreas, como braços, sobrancelhas, cílios, etc. Muitas vezes apresenta-se com ardor e prurido, e outras simplesmente se manifestam na queda. Para resolver, existem alguns tratamentos, mas nada

que detenha o problema de uma vez.

Doença: quando a perda de cabelo é causada por um problema de saúde que exige a radioterapia ou a utilização de fortes medicamentos, não é necessário tratamento. O cabelo crescerá novamente quando a doença terminar ou a terapia se concluir. Nestes casos, a queda é muito maciça e rápida.

Seborréia: a dermatite seborréica pode estar presente durante toda a vida, às vezes mais e outras menos. Manifestam-se como erupções cutâneas vermelhas que se descamam e isto acontece nas áreas da pele onde existe maior atividade das glândulas sebáceas. Vulgarmente é conhecida como caspa e é causada por um fungo que pode ser tratado, em alguns casos, apenas com o shampoo adequado.

Hormônios: a gravidez é um momento chave quando se trata de cabelo. Muitas mulheres experimentam um aumento do crescimento do cabelo e das unhas, assim como um fio de cabelo mais espesso e brilhante. Mas o mais comum na realidade

é o ressecamento, quebra e perda de cabelo.

O pior momento é quando o bebê nasce, já que todos os nutrientes do corpo vão para o leite materno e, em seguida, a pele ou o cabelo podem ter uma aparência muito ruim. Todo esse desconforto é resolvido naturalmente com o passar do tempo.

Na menopausa acontece algo semelhante, mas não tem muita solução. Convém aqui não abusar de tinturas e secadores para não contribuir mais para a queda.

Nutrição: dietas extremas e sem acompanhamento médico, fazem com que não se incorporem os nutrientes e vitaminas importantes, causando anemia e outras doenças que se refletirão claramente no cabelo.

Hipotireoidismo: é muito comum que as mulheres com este transtorno apresentem evidências de perda de cabelo, pele muito seca e unhas quebradiças.

Além disso, as pessoas que sofrem com diabetes, resistência à insulina e hipoglicemia apresentam perda de cabelo em uma idade precoce.

CAMPANHA DO AGASALHO PÔR DO SOL

ABASTEÇA alegria!

AQUEÇA o coração do seu próximo.

As peças serão doadas para projetos sociais das igrejas católica e evangélica.

PONTO DE COLETA

Parceiro

PÔR DO SOL

Avenida dos Arnaldos, 2318 - Jd. Pôr do Sol Fernandópolis/SP

Coleta até 19/07

(17) 3462 5531

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

social



Destaque para o fofoíssimo **Enzo** que ontem completou seu primeiro aninho de vida. O carinho especial dos pais José Mário, Moniele e da irmãzinha Duda



As homenagens especiais para o presidente da Câmara de vereadores **Chico Arouca**, que hoje comemora idade nova

■ ARRAIAR ECOTERAPIA

Projeto Ecoterapia promove “Arraiar” no Tamburi

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

Estamos no período das típicas Festas “Julinas” em todo o Brasil. Em Fernandópolis,

o Projeto Ecoterapia prepara seu “Arraiar Sou Alguém”, que será realizado no Recanto do Tamburi, dia 12 de julho, a partir das 20h. Com música ao vivo e muitos atrati-

vos, a presidente do Projeto Ecoterapia, Teresinha, está recebendo a colaboração de todos que puderem e quiserem contribuir com a iniciativa. A organização do “Arraiar Sou Al-

guém” busca completar a doação de 400 frangos para o evento, o telefone (17) 99793-9191 está à disposição dos colaboradores interessados em apoiar o projeto.

horóscopo



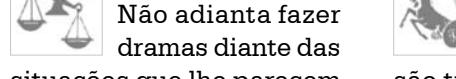
ÁRIES

Conflitos de cunho ideológico e emocional podem comprometer as relações, sobretudo no trabalho, neste dia em que suas terceira e sexta casas continuam tensionadas. Aja de maneira diplomática e conteña seu lado mais explosivo!



CÂNCER

Tenha cuidado com as atitudes diante dos desafios, pois suas áreas de comunicação e de crise encontram-se tensionadas, o que lhe deixa emocionalmente instável. Evite descarregar seus aborrecimentos nos outros!



LIBRA

Não adianta fazer dramas diante das situações que lhe parecem incontroláveis, pois a Lua continua em sua área de crise e forma quadraturas com Mercúrio e Vênus, lhe aconselhando a manter o equilíbrio. Cultive a serenidade!



CAPRICÓRNIOS

Reflexões profundas acerca da vida são trazidas pela Lua, que passa por sua área espiritual e se tensiona com Mercúrio e Vênus. Não deixe que o medo e a melancolia lhe dominem. Seu bom senso será um grande aliado!



TOURO

Suas tomadas de decisão demandam atenção e profundo cuidado, pois a Lua permanece em sua área de prazeres, formando quadratura com Vênus e Mercúrio. Seja realista, evitando assim criar expectativas altas demais!



LEÃO

A autoconfiança exacerbada pode lhe levar a agir de maneira imprudente, pois a Lua permanece tensionada em sua área material. Ainda que se sinta segura, controle-se e evite diversões que possam comprometer o orçamento.



ESCORPIÃO

A Lua passa por sua área de relacionamentos, se tensionando com Mercúrio e Vênus e alertando que não é hora de forçar a convivência. Respeite limites seus e dos outros, deixando as pendências para um momento mais propício!



AQUÁRIO

O fortalecimento da autoestima torna-se essencial neste dia, em que a Lua continua tensionada na sua oitava casa. Desvie o foco dos erros para as conquistas. Lembre-se de que seu poder de recuperação é mais forte do que tudo!



GÊMEOS

Seu signo e sua área doméstica continuam tensionados, afetando a convivência familiar. Mantenha a calma ao lidar com as atividades que hoje podem se mostrar mais complicadas, e com as brigas diante das divergências de interesse!



VIRGEM

Seus humores ficam mais instáveis com a permanência da Lua em seu signo. As quadraturas do astro com Mercúrio e Vênus tensionam sua área de trabalho, alertando para atitudes explosivas. Controle suas emoções, contenha-se!



SAGITÁRIO

O excesso de estresse pode comprometer sua tranquilidade e suas parcerias no trabalho, pois suas áreas profissional e de relacionamentos continuam tensionadas. Não se deixe levar pelo calor das circunstâncias, amenize sua atitude!



PEIXES

A tensão da Lua em sua área de relacionamentos continua comprometendo o bom entendimento, e as quadraturas com Mercúrio e Vênus lhe aconselham a demonstrar sua intenção de promover a paz, mesmo que de maneira mais indireta!



CONHEÇA A NOVA LOJA

Av Carlos Barozzi, 982 - Brasilândia

(17) 3465-9399



SERVIÇOS

- CONSULTORIA E GESTÃO EDUCACIONAL IES;
- CURSOS LIVRES:
 - APERFEIÇOAMENTO PROFISSIONAL;
 - CAPACITAÇÕES;
 - EXAMES DE SUFICIÊNCIA;
 - PREPARATÓRIOS;
- PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU;
- SOFTWARE DE GESTÃO EDUCACIONAL IES;

unesccursos.com.br | (17) 3442-4979



receita

Batata ao forno

Ingredientes:

- 1 kg de batata descascada e cortadas em rodelas finas
- 1 lata de creme de leite
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 cebola picada
- 1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado
- 1/2 xícara (chá) de queijo provolone ralado
- Sal e pimenta a gosto



Modo de preparo:

- Unte um refratário com um pouco de margarina.
- Distribua as rodelas de batata. Reserve.
- No liquidificador, bata o creme de leite, o leite, a cebola, o queijo parmesão, o queijo provolone, o sal e a pimenta.
- Despeje sobre a batata, tampe com papel alumínio e asse no forno pré-aquecido a 200°C por 30 minutos.
- Retire o papel alumínio e deixe dourar. Sirva em seguida.

Dicas: para um sabor mais suave, substitua o queijo provolone por ricota.

Festa da Padroeira Santa Isabel

05 JULHO

A PARTIR DAS 19:30 HORAS:

- Missa - com saída da COHAB
- Queima de Fogos

VENHAM PRESTIGIAR !!!

SHOW BANDA SINTONIA

Salão Paroquial de Santa Izabel - Pedranópolis



Cardápio:

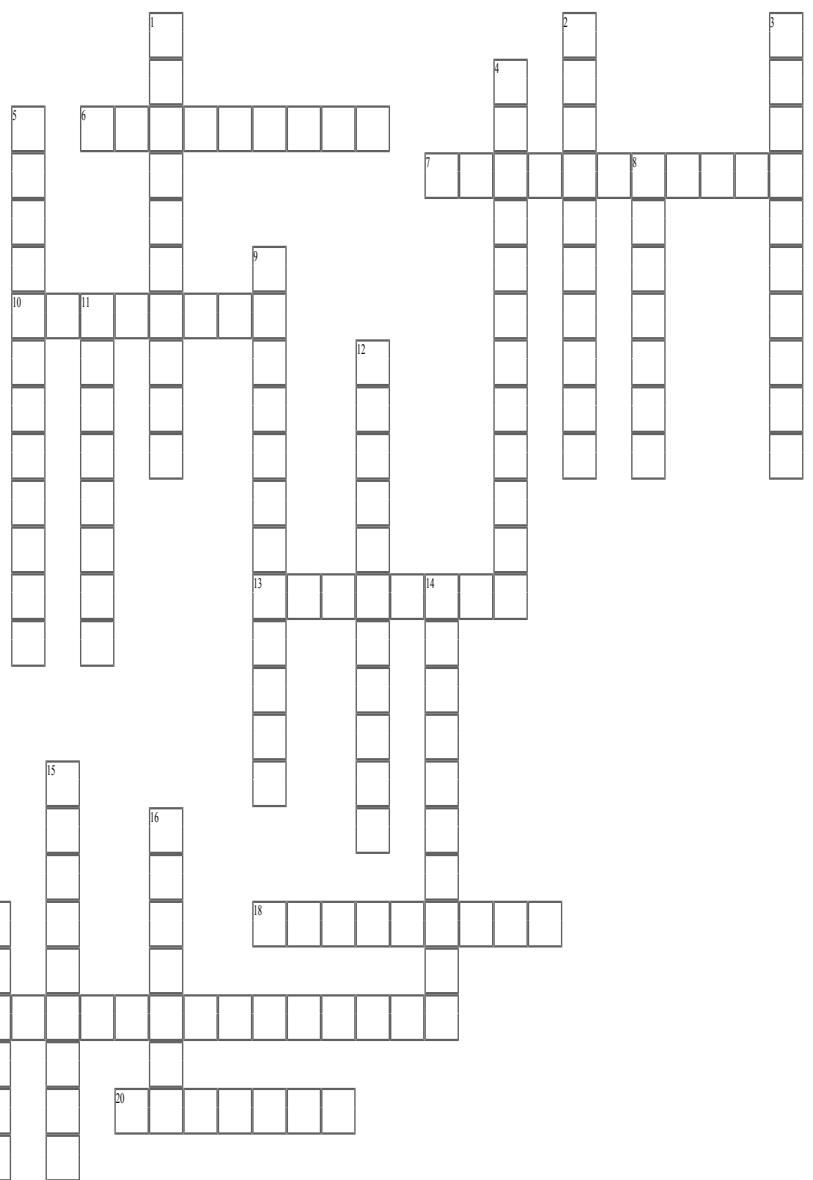
- | | |
|-----------|---------------|
| • Porções | • Carnes |
| • Espetos | • Queijos |
| • Caftas | • Pão de Alho |



Avenida Afonso Cáraro, 2555 - (Em frente a Santa Casa) - Fernandópolis - SP

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

Palavras Cruzadas



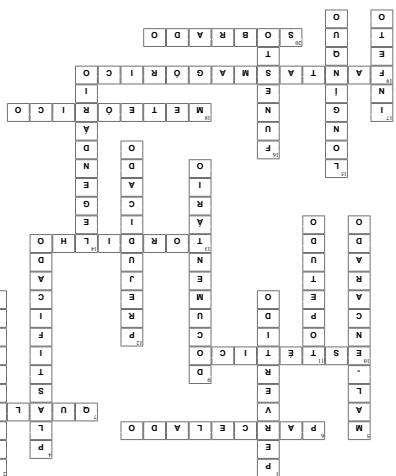
Horizontais

- Que se parcelou
- Que tem certa qualidade
- Relativo à estética
- Que tem cor de tordo
- Que se refere a meteoro
- Relativo à fantasmagoria
- Que sobrou ou que sobra

Verticais

- Que se perverteu
- Que se revigorou
- Que tem peçonha
- Que se plastificou
- Que tem má cara
- Que tem inchação
- Relativo a documentos
- Que tem ou traz topete
- Que sofreu prejuízo
- Que se refere a legenda
- Que vem de longe
- Que traz, que causa a morte
- Que tem infecção

Respostas



Sudoku



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



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

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

A nova temporada, "Malhação Sonhos", retorna no dia 14 de julho.

MEU PEDACINHO DE CHÃO

Quinta-feira, 18h00

Jonas agradece a Epaminondas pelo transporte dos amigos de Alfredo a seu enterro. Pituca e Serelepe visitam Tuim. Gina não gosta de saber que Viramundo passará a acompanhar Pedro no trabalho. Viramundo garante a Pedro que trata Gina como irmã. Padre Santo fica admirado com a gentileza de Epaminondas que lhe oferece um carro com motorista. Viramundo termina o namoro com Milita.

GERAÇÃO BRASIL

Quinta-feira, 19h15

Jonas confirma a veracidade de sua doença durante a coletiva. Ernesto faz as pazes com Bóris, sem saber do plano para sabotá-lo. Jonas lê a matéria de Verônica. Lara confessa a Susana que não consegue ficar sozinha com Shin. Danilo conta para Gláucia que Verônica e Jonas têm um caso. Danusa entrega o primeiro protótipo do Bro para Jonas. Matias fica inseguro em seu primeiro dia na Marra Brasil. Verônica sofre com o desprezo de Jonas. Jonas é surpreendido por Gláucia.

CHIQUITITAS

Quinta-feira, 20h30

Eduarda limpa toda a casa de Shirley. Ernestina, que na verdade é Matilde, diz que Teca pode dormir em seu quarto por quanto tempo precisar. Todos estranham o comportamento de Ernestina. Eduarda vai se encontrar com Carmen no Café Boutique, porém seus sapatos de salto estão quadrados. Shirley oferece seus sapatos. Chico diz para Carol que Teca não possui nada e o pai só deixou apenas dívidas. Teca possui um pombo correio branco de estimação com o nome de Kiki. Os chiquititos levam Fernando até a casa da árvore para auxiliar nos ajustes no local. Eduarda vai ao Café Boutique com seu sapato de salto quebrado. Teca diz para as meninas que Kiki leva suas cartas para o céu e entrega para o seu pai.

EM FAMÍLIA

Quinta-feira, 21h00

A cirurgia de Virgílio é um sucesso e ele pede que Nando mantenha segredo. Felipe implica com Cadu por ele estar dividido entre Silvia e Verônica. Luiza conta para Alice que Laerte criou confusão na loja porque queria a aliança mais chamativa. Miss Lauren repreende Theo e Neidinha ao vê-los se beijando. Guiomar se emociona ao saber que será madrinha de Arthur. Silvia e Verônica disputam para ver quem faz o programa mais divertido com Ivan. Laerte diz a Luiza que gostou da igreja que visitaram juntos e que gostaria de se casar lá. Helena fica surpresa ao ver que Virgílio tirou a cicatriz.

VITÓRIA

Quinta-feira, 22h15

Beatriz acredita que Artur pode matar Jorge e pede que ele tome logo uma atitude. Renata e Zuzu estranham o jeito de Edu na mesa do jantar. Priscila quer introduzir a ideologia neonazista na educação dos alunos e pretende afastar Yone da direção da escola. Iago ordena que seus capangas peguem Priscila. Empolgados, Laíza e Mossoró olham o projeto de decoração do bar. Sabendo que Artur detém metade do haras, Analice pede que ele deixe Diana correr. Artur chega à delegacia com Javier. Bernardo questiona Gregório sobre a substituição de Felipe por Luciene. Artur confessa a Ramiro que mandou incendiar a cocheira do haras de Gregório.

Humor

EM AUDIÊNCIA

O fiscal grita ao advogado:

- Você é um ladrão!

Ao que o advogado replica:

- E você é um vendido!

E diz o juiz:

- Bem... Agora que as partes se identificaram corretamente, podemos prosseguir com a audiência.

A SOGRA PERFEITA

Duas mulheres, entre as quais está um rapaz, são recebidas pelo rei Salomão.

- Este rapaz concordou em casar com minha filha - diz a primeira.

- Não! - exclama a segunda - Ele concordou em casar com a minha!

E assim discutem na frente do rei, até que esse pede silêncio.

- Tragam-me minha espada - diz o rei - Vou cortar este jovem em dois e cada uma de vocês ficará com a metade.

- Pra mim ta bom! - diz a primeira.

Mas a outra responde:

- Oh, majestade. Não desperdice sangue inocente. Deixe a filha desta outra mulher casar com ele.

O Rei não hesita um instante e proclama:

- Ordene que o rapaz case com a filha da primeira mulher.

- Mas ela queria que ele fosse cortado em dois - exclama a segunda mulher.

- Verdade! - responde o sábio rei

- Isto prova que ela é a verdadeira sogra.

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:

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir.

- Olha, eu tive um dia cansativo hoje e só quero ir para casa. Me dê uma boa desculpa e eu o deixo ir

celebridades

Rodrigo Faro elogia "corpo escultural" de Gracyanne



Gracyanne Barbosa e Rodrigo Faro na "Hora do Faro"

Tem duas coisas pelas quais Gracyanne Barbosa é conhecida: o casamento com o cantor Belo e sua extrema dedicação – obsessão, talvez – à sua forma física, conquistada com muita musculação, batata doce, clara de ovo e peito de frango. E Rodrigo Faro conseguiu resumir os dois ao dizer para ela: "com respeito a meu amigo Belo, ela é dona de um corpo escultural."

O encontro entre os dois aconteceu porque Gracyanne participou do "Domingokê", quadro no melhor estilo "Show de Calouros" do programa "Hora do Faro" exibido no último dia 29, como jurada. Além dela estiveram por lá Amin Khader, Hellen Caroline e Nahim.

Robin Williams voltou a se internar em clínica de reabilitação

O ator Robin Williams, mais conhecido por estrelar comédias, como "Uma Babá Quase Perfeita" e "Jumanji", resolveu se internar novamente para tratar do seu vício em cocaína e álcool. Ele deu entrada no Hazelden Addiction Treatment Center, em Minnesota, que, segundo o site gringo de notícias sobre celebridades,

TMZ, possui um programa especializado em sobriedade a longo prazo.

Dessa vez, porém, o motivo não foi uma recaída. Ou, pelo menos, não de acordo com seu assessor. A história oficial é que o ator de 62 anos passou por uma fase de muitos projetos e resolveu tirar esse tempo para si, focando no tratamento.



O ator Robin Williams luta contra o vício há mais de 3 décadas

O que não deve ser mentira, considerando que ele nunca teve problemas para admitir sua luta contra o

vício. Como em 2006, quando se internou por conta de uma recaída depois de passar mais de 20 anos sóbrio.

Anitta usa meia à la Beyoncé e body cavado para gravar clipe

Anitta usou uma meia grossa para gravar seu novo videoclipe no Palácio dos Cedros, localizado no bairro do Ipiranga, em São Paulo, na noite

de terça-feira, 1º. O trabalho varou a noite e foi até as 3h desta quarta-feira, 2. O clipe de "Na batida" integra seu novo DVD, "Meu lugar". A produção foi da Conspiração Filmes e o personal stylist de Sabrina Sato, Yan Acioli, foi o responsável pelos looks usados pela cantora, que foi penteada por Thiago Fortes e maquiada por Sandro Brizo.

das dos Estados Unidos e lá fora custam em média US\$ 60.

Após a cirurgia plástica a qual se submeteu em março, na qual reduziu seus seios e transformou seu nariz, Anitta parece estar mais à vontade para ousar no figurino. Tanto que no clipe ela aparece com um body tomara que caia. Em entrevista recente, a artista falou sobre a redução dos seios: "Eu tinha muita dor, era surreal para mim. Eu quase tive uma hérnia de disco, foi o início de uma protusão por conta da minha postura. Hoje em dia é incrível: não sinto mais nada tendo a mesma rotina, usando salto tanto quanto antes". A voz sente a diferença causada pela rinoplastia: "Não fico mais tão rouca".

Para a gravação Anitta usou quatro diferentes looks: de vestidos compridos a bodies decotados. Para não deixar nenhuma imperfeição à mostra – afinal qual mulher não tem gordurinhas a mais? –, ela optou por usar uma meia-calça grossa, assim como fazem Beyoncé e Valesca Popozuda em seus shows. As meias são importa-



A funkeira gravou 'Na batida' em São Paulo até as 3h da manhã

A primeira escola ninguém esquece... EDUCACÃO INFANTIL

Av. Eurípedes José Ferreira, 779

3442-2945/3442-5060



Fernanda se diverte em festa surpresa

Global mais amada: Fernanda Souza ganha festa surpresa de 30 anos

Se a Rede Globo fosse um filme adolescente, o grupo de amigas lideradas por Fernanda Souza, Preta Gil e Angélica seria a patota de meninas populares chefiadas por Lindsay Lohan. Tudo que elas fazem é festa; e qualquer jantarzinho no Porcão (do amigo David Brazil) vira o evento mais glamoroso da face da Terra.

Fernandinha fez 30 anos. E a gente não esperava nada menor do que uma festa de arrumba. Quem não esperava nada, no entanto, era a própria aniversariante, que deparou-se com um festão surpresa ao chegar em casa. Resultado é a fina nata carioca, alguns bolinhos, umas boas cervejas e muuuuita, mas muuuuita foto no Instagram.

VISTORIA PREMIADA
★ PROCEDE ★
Vistorias
FERNANDÓPOLIS - SP

★ FAÇA UMA VISTORIA ★
E CONCORRA A 1 BOLA
ADIDAS BRAZUCA FINAL RIO

Rua Edio Alves de Oliveira, 918
Centro
Promoção Válida de 01/06 a 11/07 de 2014.

Sorteio dia 11 de julho de 2014
(17) 3442-6330
www.procedevistorias.com.br
sac@procedevistorias.com.br
facebook.com/procedevistorias

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