

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Câncer de mama: Previna-se!

O câncer de mama é um mal que assombra as mulheres nos dias atuais, cerca de 49.240 mil casos foram notificados no Brasil no ano de 2010, segundo o INCA (Instituto Nacional do Câncer). A fim de saber a raiz desta terrível doença para as mulheres, primeiro precisamos conhecer os seios, dando uma visão ampla da formação e do papel destes para as mulheres.

A mama é formada de tecido adiposo e conjuntivo ambos compostos de glândulas, que são produtoras de leite. Estas glândulas são chamadas de lóbulos que são ligados ao ductos que levam o leite ao mamilo durante a amamentação. Além

disso a mama é uma característica essencial na percepção da feminilidade e beleza para a mulher.

TIPOS DIFERENTES DE CÂNCER DE MAMA

O câncer é basicamente um crescimento desordenado de células do tecido mamário.

A maioria dos cânceres de mama está relacionada a fatores genéticos. A melhor luta contra o câncer é a detecção precoce do mesmo. O auto exame das mamas é uma ferramenta muito valiosa pois detecta pequenas mudanças nos seios, deve-se observar a simetria das mamas, a aparência da pele, perfil. Devemos olhar para vermelhidão, inchaços ou ondulações. A aparência

não deve lembrar a casca de laranja e os mamilos e auréolas não deve ser rebaixados ou afundados e verifique se há algum tipo de vazamento.

O auto exame deve ser feito calmamente em pé, após do banho se possível (pois é um período em que a mulher está relaxada e poderá fazer o mesmo sem pressa), na frente de um espelho com os braços junto ao corpo, após a menstruação. Você deve apalpar o seio direito com a mão esquerda. Coloque o braço atrás da cabeça e depois toque os seios com a polpa dos dedos fazendo movimentos circulares do mamilo para trás e movimentos indo e voltando do centro (mamilo) até a periferia (atrás).

Além do auto exame



existem outras atitudes que você pode ter para se proteger contra o câncer de mama desta doença, entre elas estão:

- Alimentação saudável, baseada em frutas, legumes e verduras.
- Prática de exercícios físicos; evitar o sedentarismo.
- Evitar o tabagismo, bebidas alcoólicas, uso de drogas.

- Exposição exagerada a luz solar.
- Evitar exposição à radiação (infelizmente somos irradiados quando assistimos TV, dormindo perto do celular, trabalhamos com o computador ou ficamos muito tempo dentro de casa, devido a radioatividade dos materiais de construção) meio difícil evitar, mas se você puder evitar ou

tros meios que causam a radiação já ajuda!

É importante que as mulheres de todas as idades consultem o seu médico regularmente para evitar problemas futuros, faça o auto exame e a mamografia (geralmente feita após os 40 anos). Cuidado, para viver bem e com saúde em todas as idades e momentos de sua vida!

Use sempre água de rosas em casa

A água de rosas é altamente valorizada na indústria de cosméticos. Pode ser usada como tônico facial, além de complemento para máscaras naturais, para perfumar a casa e relaxar, em banhos relaxantes e em alimentos. A receita para fazer água de rosas é muito simples. A água de rosas tem propriedades calmantes, revigorante, relaxan-

te e ainda adstringente tornando ideal para pele sensível, gordura ou poros abertos.

Passo a passo:

- Vá a floricultura e escolha lá as mais belas rosas vermelhas e brilhantes, certifique-se que seu perfume é forte.
- Compre também folhas secas de framboesa e pequenas flores de camomila

- Compre uma garrafa de água destilada em qualquer farmácia, e no supermercado e uma garrafa de vinagre de cidra.
- Remova todas as pétalas de rosa e descarte os talos e folhas. Pique em pedaços pequenos, coloque cerca de 45 ml de pétalas, o equivalente a 3 colheres de sopa.
- Pegue uma vasilha grande o suficiente para mis-

turar as pétalas de rosa com 15 ml (uma colher de sopa) de folhas de framboesa e 5 ml (uma colher de chá) de flores de camomila.

- Aqueça em uma panela, mas não ferva com 150 ml ou 2/3 xícara de água destilada com 45 ml ou 3 colheres de sopa de vinagre de cidra
- Despeje o líquido quente sobre as folhas e flores. Mexa bem a mistura e deixe esfriar. Quando esfriar cubra com um filme plástico e deixe na geladeira por uma semana.
- Após este tempo, coe o líquido bem e coloque em uma vasilha.
- Em uma vasilha pequena, misture 5 ml (1 colher de chá) de bórax com 200 ml (3/4 xícara) de água de rosas. Adicioná-lo ao líquido acima e mexer bem. Para finalizar colocar toda água de rosas em uma garrafa com etiqueta. O ponto de uso ideal é quando aplicado logo que tirar da geladeira.



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

Auto Posto PÔR DO SOL

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

(17) 3462 5531

Coleta até 19/07

VISTORIA PREMIADA

PROCED
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

Kekê Doces

- kit para festa de aniversários
- bolos - docinhos
- trufas - Pão de mel

Tel.: 97471005 ou 92118977 - Indaiaporã

DR. LUÍS CARLOS BARBOSA MARTINS

Clinico Geral e Endodontista

(17) 3442-2261

Atende particular e convênio

Av. Amadeu Bizelli, nº 978
Centro - Fernandópolis-SP

ClimaCold

Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Promoção de Férias

Faça sua compra, instalação ou Manutenção

Concorra á um jantar com um acompanhante no restaurante *Sushi Grill !!!*

Não fique de fora dessa!

3442-7088 (17) 99628-6060 (17)9168-5170
Av da Saudade 282 Higienópolis - Fernandópolis/SP

social



Amanhã é dia da sempre querida **Margareth Demian Bariani**, que vai receber os mimos do esposo Mailton e da família. Felicidades!



Monica e Douglas Guarnieri estão de mudança com a família para Maceió, onde ele lidera equipes do Magazine Luiza. Boa sorte na nova vida a beira mar

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

Você fica mais ciente de suas vocações e de como canalizá-las para a realização de suas metas, pois a Lua passa por sua oitava casa e se harmoniza em trigono com Plutão hoje. Você inspira as pessoas com sua força de superação!



TOURO

Sol, Lua e Júpiter harmonizam suas áreas de comunicação e de relacionamentos, estimulando o espírito coletivo. Una-se a pessoas alegres e inspiradoras, pois elas promoverão um impulso para o seu próprio caminho!



GÊMEOS

Você encara as demandas diárias com garra, pois a conexão entre Sol, Lua e Júpiter abre oportunidades de conquistas na gestão financeira de sua vida. As vitórias em conjunto dão destaque às parcerias de trabalho!



CÂNCER

Exponha sua imagem e seus projetos hoje, pois a Lua passa por sua área social e se harmoniza com Sol e Júpiter. Mostre aos outros os seus talentos, pois isso lhe ajudará a conquistar admiração e ajuda em iniciativas!



LEÃO

A harmonia entre Sol, Lua e Júpiter, em suas áreas familiar e de crise, favorece os laços de proximidade e confiança, assim como a superação das divergências. A unicidade de certas sinergias dá um toque especial às suas relações!



VIRGEM

Você enxerga mais claramente os talentos de cada pessoa e como elas podem se unir a você na realização de metas em comum. A Lua passa por sua área de comunicação e forma trigonos com Sol e Júpiter, trazendo parceria e amizade!



LIBRA

Sol, Lua e Júpiter harmonizam suas áreas profissional e financeira, aguçando seu senso empreendedor. Isso lhe ajuda a identificar boas oportunidades de lucro, ainda que os resultados sejam de longo prazo. Otimize a vida prática!



ESCORPIÃO

Uma melhor percepção de seus objetivos é promovida pela Lua, que passa por seu signo e se associa a Sol e Júpiter em sua área espiritual. Seus relacionamentos se beneficiam, pois os interesses em comum estreitam os laços!



SAGITÁRIO

Momento de superação! Sol, Lua e Júpiter harmonizam sua área de crise, estimulando a resolução de crises e conflitos emocionais que você vinha evitando. Mantenha a positividade diante dos desafios!



CAPRICÓRNIO

As amizades mais próximas se fortalecem com a harmonia entre Sol, Lua e Júpiter no circuito. Aproveite os bons momentos com as pessoas de que você gosta, pois até mesmo quem é mais distante tende a se aproximar de você!



AQUÁRIO

Sol, Lua e Júpiter formam aspectos entre suas sexta e décima casas, lhe trazendo oportunidades no trabalho. Ao se abrir para novas perspectivas, caminhos promissores devem surgir à sua frente. Esteja atenta!



PEIXES

Um momento de abertura social é trazido pela harmonia entre Sol, Lua e Júpiter, que lhe estimula a sair da rotina e a se mostrar receptiva às novidades. Saia da mesmice e vá a lugares diferentes, ou pelo menos faça coisas diferentes!

receita

Pavê de bombom

Ingredientes:

- 1 lata de creme de leite fresco
- 200 g de chocolate meio amargo picado
- 1 lata de doce de leite
- 1 pacote de biscoito maisena
- 2 xícaras (chá) de leite
- 12 bombons picados



Modo de preparo:

1. Em uma panela, coloque o creme de leite e leve ao fogo até levantar fervura. Retire do fogo e misture o chocolate até derreter.
2. Acrescente o doce de leite e misture bem. Deixe esfriar.
3. Em um refratário, alterne camadas de biscoitos umedecidos no leite, de creme e de bombons. Deixe na geladeira no mínimo 2 horas antes de servir.

Dica: substitua o biscoito maisena por champanhe ou pedacinhos de pão-de-ló.

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

Dauto Som
Venda e Instalação de Som e Acessórios Automotivos
(17) 3462-7416
Preço a Prazo Em Até 12X no Cartão
www.dautosom.amawebs.com
Rua Edio Alves de Oliveira, 938 - Jd. América - Fernandópolis/SP
(Próximo ao Arakaki Máquinas)

S GOTTI
MATERIAIS PI CONSTRUÇÃO
CONHEÇA A NOVA LOJA
Av Carlos Barozzi, 982 - Brasilândia
(17) 3465-9399
SOMOS FILIADO A INTER PRIME CONSTRUÇÃO

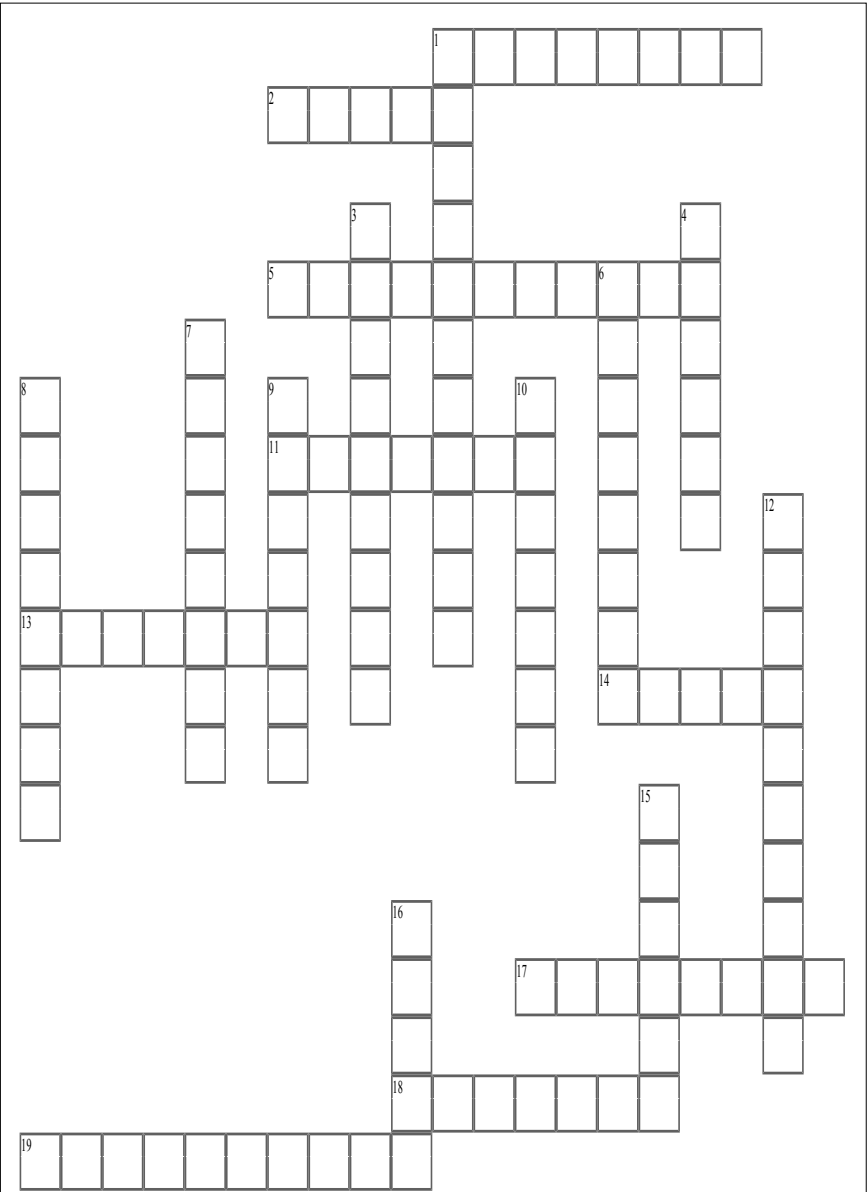
FESTA JULINA
PEDRANÓPOLIS
19 de Julho
SANTA IZABEL DO MARINHEIRO
Comidas típicas, quadrilha, forró e muita diversão para você e toda a sua família!!!
VENHAM PRESTIGIAR!!!

UNESC
UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO
SERVIÇOS
• CONSULTORIA E GESTÃO EDUCACIONAL IES;
• CURSOS LIVRES;
• APERFEIÇOAMENTO PROFISSIONAL;
• CAPACITAÇÕES;
• EXAMES DE SUFICIÊNCIA;
• PREPARATÓRIOS;
• PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU;
• SOFTWARE DE GESTÃO EDUCACIONAL IES;
www.unescursos.com.br | (17) 3442-4979

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

COLOMBANO
Plano de Assistência Familiar
Avenida Afonso Cáfaró, 2555 - (Em frente a Santa Casa) - Fernandópolis - SP.
Fones: (17) 3442-4822 / 3442-1224

Palavras Cruzadas



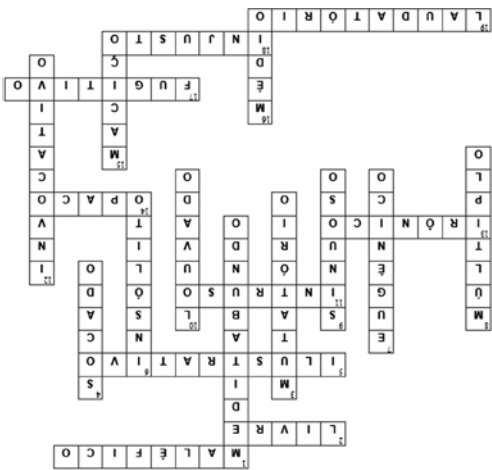
Horizontais

1. Que faz ou atrai o mal
2. Que goza de liberdade pessoal
5. Que ilustra
11. Que entrou ilegalmente, ou sem ser chamado
13. Que encerra ironia
14. Que não é transparente
17. Que fugiu
18. Que não é justo
19. Que diz respeito a louvor

Verticais

1. Que medita
3. Que muda
4. Que levou socos
6. Que não é habitual
7. Que diz respeito à eugenia
8. Que não é simples ou único
9. Que descreve uma curva mais ou menos irregular
10. Que foi objeto de louvor
12. Que invoca
15. Que não é oco
16. Que está no meio, entre dois extremos

Respostas



Sudoku

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

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

Resumo de Novelas



MALHAÇÃO
Terça-feira, 17h30

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



MEU PEDACINHO DE CHÃO
Terça-feira, 18h00

O prefeito das Antas pergunta para Giácomo em quem ele votará nas próximas eleições, mas o comerciante prefere não revelar sua opção. Renato diz para Milita que Giácomo permitiu que eles namorassem. O prefeito das Antas e Epaminondas selam um acordo para que não haja insultos durante suas campanhas. Milita aceita trabalhar com Renato no posto de saúde. Gina entrega para Zelão uma carta escrita por Juliana.



GERAÇÃO BRASIL
Terça-feira, 19h15

Os capangas de Cidão riem de Dorothy, mas são derrubados por ela. Cidão liberta Brian, e Herval o leva para casa. Ernesto decide criar um blog. Herval foge do encontro com Jonas. Danilo encontra um documento perdido de Jonas, e Murphy se irrita. Elias não deixa Ernesto contar para Barata sobre o vídeo que fez contra Jonas. Shin encontra Lara vestido como adolescente. Jojô entrevista Cidão. Um drone filma uma discussão entre Jonas e Pamela. Débora convida Verônica para fazer a biografia não-autorizada de Jonas.



CHIQUITITAS
Terça-feira, 20h30

Carol chega ao orfanato e estranha os presentes. Carol pede para todos ajudarem a embulhar os presentes novamente para evitar broncas de Carmen, que está indo com jornalistas para registrar o momento da entrega dos brinquedos. JP avisa Linda, sua mãe, que está namorando Mili. Linda diz para Mili que não aprova o namoro e que se depender dela, o namoro deles não irá para frente. Carmen consegue fazer as fotos que tanto queria, mas fica horrorizada ao ver a foto que escolheram dela para publicar na revista. Uma foto dela horrível fazendo bico. Matilde, que finge ser Ernestina, está no seu limite ao fingir ser boa e querer o bem de Teca. Mili fica triste com as coisas que escutou da mãe de JP.



EM FAMÍLIA
Terça-feira, 21h00

Juliana briga com Nando diante da família. Livia vê Shirley e Laerte se beijando. Felipe anuncia que Miss Lauren não voltará a andar. Helena diz a Virgílio que vai ao casamento de Luiza. Juliana proíbe Jairo de entrar no prédio. Alice leva Vitor para conhecer Helena e Virgílio. Laerte demonstra impaciência com Selma, deixando-a magoada. Rafaela conta para Shirley que está grávida. Alice pede que Luiza tenha cuidado com Laerte. Selma fica indignada ao saber que Chica está pensando em ir para Miami. Cadu, Verônica, Ivan, Marina e Clara jantam juntos. Virgílio vê o colar da fênix com Helena.



VITÓRIA
Terça-feira, 22h15

Na casa de Zuzu e Manel, Gabi fica preocupada com a discussão que os pais tiveram. Renata se lembra de quando Edu pediu sua mão em casamento. Tadeu, Caíque e Paulo Henrique chegam ao um consenso e decidem investir no cavalo que Alex sugeriu. Rebeca e Vinícius planejam investigar a empresa onde os pais supostamente trabalham. Virgulino ajuda Bruno a escrever uma carta de amor para Anastácia. Ziggy sugere à Luciene que ela denuncie Gregório à polícia. Rafael consola Diana pela morte de Felipe e Artur sente ciúmes. Edu acorda depois da bebedeira e se depara com suas malas feitas por Renata. Luciene vai até a delegacia e acusa Gregório de ter matado Felipe.

Humor

PODE TROCAR

TRIIM!!! Toca o telefone na sapataria do português e ele fala: - Alo! Casa de Calçados do Joaquim. - Como? Casa de Calçados?! - espantou-se o rapaz do outro lado da linha... - É sim! - confirmou o português. - Desculpe, me enganei de número! - Não tem problema! Traz aqui que eu troco!

JONAS E A BALEIA

Uma menina estava conversando com a sua professora. A professora disse que era fisicamente impossível que uma baleia engula um ser humano porque apesar de ser um mamífero muito grande, a sua garganta é muito pequena. A menina afirmou que Jonas foi engolido por uma baleia. Irritada, a professora repetiu que uma baleia não poderia engolir nenhum ser humano; era fisicamente impossível. A menina, então disse: - ‘Quando eu morrer e for ao céu, vou perguntar a Jonas’. A professora lhe perguntou: - ‘E o que vai acontecer se Jonas tiver ido ao inferno?’ A menina respondeu: - ‘Então é a senhora que vai lhe perguntar.’

CONVERSA ESTRANHA

Certo dia, eu estava viajando por uma rodovia e parei em um posto de serviços para abastecer o veículo e tomar um café.

Então, aproveitei para ir ao banheiro e, lá chegando, no sanitário ao lado havia outra pessoa. Foi então, que ouvi.

— Oi, como vai?

Não costumo conversar com desconhecidos, principalmente em banheiros públicos, mas na condição de viajante anônimo e por educação respondi a ele:

— Eu vou bem, obrigado!

— Por onde você tem andado?

A pergunta me pareceu estúpida, mas mesmo assim respondi:

— Acredito que igual a você, estou viajando!

— Posso saber para onde vai? Embora me sentindo incomodada com a pergunta, novamente respondi:

— Sim, claro, estou indo ao Rio e posteriormente, a Guarapari!

— Suponho que vais atrás

de um bom negócio! Totalmente arrependida de ter dado sequência à conversa, ainda respondi:

— Sim, vou! Espero que o resultado seja positivo!

— Olha, logo eu volto a te ligar, é que a bateria do meu celular está no fim e, além disso, tem uma idiota aqui ao lado que responde tudo que eu te pergunto!

QUAL É CASADA?

Joãozinho pergunta pra sua professora: - Três mulheres estavam chupando sorvete, qual delas era casada? Ela responde: - Não sei, qual é? - A que estava usando aliança, diz Joãozinho.

Preparação para o próximo jogo





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



MADEIREIRA

Flor da Mata

Marquinho Santana
Representante Comercial
Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090
Fernandópolis

Avenida Litério Grecco, 30
Bairro Brasilândia
Fernandópolis/SP
(Próximo a Rodobens Caminhões)



SAPATARIA

CRUZEIRO

A AMARELINHA

A MAIOR VARIEDADE, PELO MENOR PREÇO.

Fone: (17) 3442-6619

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

celebridades

Final do “SuperStar” é marcada por famosos e subcelebs na plateia

Não tá no gibi o tanto de famoso que fez figuração nessa plateia do “SuperStar”, nas noites de domingo. O negócio virou até piada nos bastidores – principalmente depois que Susana Vieira tentou roubar o microfone de André Marques; parece que a Globo esqueceu de cal-

cular que a fase do final do programa ia rolar no auge da Copa e resolveu lotar de gente conhecida pra ver se segura a audiência.

Pois bem no dia, 06, domingo, o reality de grupos musicais – que mais parece um reality de bandas de formatura – chegou ao fim.

E adivinha quem bombou na plateia? Sim, gente conhecida que não tinha nada a ver com a história. Pelo menos deu pra se divertir durante o programa tentando reconhecer todo mundo que estava nas cadeirinhas, toda vez que Fernanda Paes Leme aparecia por lá.



Andre Marques e Fernanda Lima



Vanessa durante ensaio

Playboy divulga capa com a ex-BBB Vanessa Mesquita

Até o momento, Vanessa Mesquita é mais conhecida por corresponder ao “nessa” em “Clanessa”, união de seu nome com o de Clara, também colega no último BBB, com quem viveu algo entre um romance e uma amizade muito forte. Mas muito forte mesmo.

Mas como o relacionamento já não está mais tão

firme assim e, na qualidade de ex-BBB, é preciso manter o nível de endorfina relacionado a ver seu nome em sites de fofoca (ãnh? ãnh?), surge a sua capa na Playboy. Isso, claro, vai lhe garantir, pelo menos, mais uns dois meses de exposição – o que quer dizer que Patricia Jordane terá que achar outra coisa para fazer.

Miley Cyrus dá tapa na macaca e tatua homenagem a cão morto

A noite de Miley Cyrus no último sábado, dia 5, provavelmente foi bem mais movimentada que a sua. Pelo Instagram, a cantora permitiu que os fãs acompanhassem através de diversos posts uma festinha que aparentemente acontecia em sua casa, que incluiu um baseado e agulhas de tatuagem.

Miley aproveitou a ocasião para homenagear seu cãozinho Floyd, morto em abril após ser atacado por coiotes, com uma tatuagem na região das costelas. A arte traz um desenho do mascote e a frase “With a little help from my fwends”, trecho de uma

música dos Beatles (que sejamos justos, fez mais sucesso na voz de Joe Cocker).

A cantora estava acompanhada dos amigos Wayne Coyne e Katy Weaver, que também tatuaram o desenho no mesmo local. Mais cedo, Coyne havia postado uma foto em que a estrela de 21 anos aparece fumando maconha. “Acabei de chegar na casa da Cyrus, com um unicórnio arco-íris passando um baseado”, colocou na legenda do registro.



Amigos fazem tatuagem igual à de Miley Cyrus

Marina Mantega fala de suas preferências sexuais em entrevista



“Dentro do meu quarto, nada cai na rotina. Entre quatro paredes vale tudo”, fala, logo de cara, Marina Mantega, apresentadora do “Papo de cozinha”, da Band, e do “Pânico”, na rádio - e, também, filha de Guido Mantega, ministro da Fazenda.

“Não tenho fetiche. Até uso algum acessório se a pessoa quiser, mas não tenho nenhuma fantasia. Danço conforme a música, faço para agradar”, professora. E isso também vale para a questão das posições: “Gosto de todas. Se forem bem fei-

Marina Mantega abre o jogo e surpreende

tas, é claro. Além disso, tem que ter preliminar, e aquela bem feita. Se não tiver, não continuo.” Simples assim.

Um mulherão desses completamente desencajado é algo raro. E, como se já não fosse o suficiente, ela ainda vai mais longe: “Já transei na varanda de um hotel, em uma viagem que fiz com um ex-namorado para fora do país. Foi muito bom. E já na piscina também, é claro. Os meninos do ‘Pânico’ dizem que sou meio ninfomaniaca. Só sei que o homem que estiver comigo não vai ter problema com sexo, vai estar sempre satisfeito.”

ÓTICA IDEAL

Rua Brasil, 2161
17 3442 3709

&

ÓTICA STA. LUZIA

Rua São Paulo, 1859
17 3463 4936

A primeira escola ninguém esquece...

EDUCAÇÃO INFANTIL

Av. Eurípedes José Ferreira, 779

3442-2945/3442-5060

REDE

GIGANTÃO

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

a partir de

R\$ 1,99

SEJA BEM-VINDO AO GIGANTÃO

A MAIOR, MELHOR E MAIS COMPLETA LOJA DE PRESENTES DA NOSSA REGIÃO!!!

FERNANDÓPOLIS - SP
AV. AMADEU RIZELLI, Nº1299 - CENTRO

FERNANDÓPOLIS - SP
RUA LIBERIO DE ALMEIDA SILVEIRA, Nº1223 - CENTRO

CATANDUVA - SP
RUA BRASIL, Nº432 - CENTRO

VOTUPORANGA - SP
RUA AMAZONAS, Nº2420 - CENTRO