

social POR Célia Souza

A hora do “sim”

Para esta semana, preparei uma coluna dedicada a um tema que adoro fotografar: Noivas. Pelo facebook, recrutei entre as seguidoras de minha fanpage - celiasouzafotografia - mulheres que desejassem saber qual a sensação de vestir o tão sonhado “Vestido de Noiva”, sentir a sensação de ser a estrela do dia e ainda ser fotografada para este momento especial. Espero que apreciem tanto quanto eu e as sortudas que realizaram o desejo de posar para minhas lentes vestidas de noivas.



*Carla
Beatriz Inácio*



*Dimoriani
Pinheiro*



*Karol
Moreno*



*Dayanne
Galante*



*Juliana
Nunes*



*Simone
Garcia*



Célia Souza
FOTOGRAFIA

Books Femininos
Books Masculinos
Trash the Dress (para noivas)
Lookbooks
Catálogos
Editoriais de Moda
Projetos Fotográficos
(17) 3442-6982
@celiameganews
fb.com/celiasouzafotografia
www.celiasouzafotografia.blogspot.com.br
celiasouzafotografia@hotmail.com



*Mayra
Branchini*



*Ana
Figueiredo*



*Tamires
Flávia*

+ Que PET

VETERINÁRIA / PET-SHOP

- Banho e tosa
- Banho terapêutico (Tratamento de pele)
- Hidratação ouro marroquino
- Hidratação vinhoterapia
- Banho de fotura
- As melhores ração
- Os melhores medicamentos
- Médico veterinário 24 Horas
- Vendas de filhotes
- Consultas veterinárias

A MAIOR VARIEDADE DE BRINQUEDOS PARA SEU PET

TUDO PARA SEU GATO:

- Rações específicas de tratamento
- Arranhadores

Seu Pet merece qualidade.

(17) 3462-2020

Rua Rio de Janeiro, 2249 - Centro - Fernandópolis / SP

Supermercado MATICOLLI

Agora com novas instalações, pães crocantes e feirinha moderna.

Visite e conheça o novo ambiente amplo e aconchegante

Avenida dos Bandeirantes, 1544 - Ouroeste - SP



Fone (17) 3843.1376

Fax (17) 3843.1259

social



Felicidades para o aniversariante de amanhã, dia 03, **Frederico Garcia**. Uma homenagem especial de sua esposa Cibele!

Um close especial na princesinha **Helena**, que no último dia 30 de julho completou 8 meses. A alegria dos papais André e Carla.



Destaque para a bela **Heloise Rodrigues** com o filho **Breno Henrique**, cheios de vida e com muito amor são os xodós dos avós **Mi e Érica**.



CCI presta homenagem à coordenadora aposentada

→ Da REDAÇÃO

jornaloextra.net@gmail.com

O CCI - Centro de Convivência de Idosos, de Ouroeste, prestou essa semana, no dia 30 de julho, uma singela homenagem à ser-

vidora municipal Olinda Rodrigues Ferrari, carinhosamente conhecida como "Kika". Toda equipe de trabalho do setor de Assistência e Promoção Social, além de funcionários, ami-

gos e familiares da aposentada, participaram da homenagem. "Kika" prestou durante muitos anos importantes serviços ao Poder Público, e atualmente trabalhava como coor-

denadora do CCI. Como forma de homenagear toda sua contribuição ao município, como cidadã solidária e dedicada, foi preparado um jantar na sede social do Rotary Club,

quando "Kika" recebeu um mimo das mãos da presidente do Fundo Social de Solidariedade, a primeira-dama "Bidoca".

Emocionada e muito feliz, a homenageada agradeceu

o carinho de todos os amigos. "Guardarei com carinho cada lembrança dos momentos felizes que passei cumprindo o meu dever como funcionária pública", declarou "Kika".



Funcionários, amigos e convidados da aposentada "Kika" durante o jantar em sua homenagem



Equipe que coordena os trabalhos do Centro de Convivência de Idosos junto à homenageada

eternium

Creiam no Deus que fez o homem e não no Deus que os homens fizeram.

• Por CLARIUS



deveria agir para cumprir a difícil tarefa.

Os sábios reuniram-se durante vários dias. Após muita reflexão, concluíram que a melhor forma de ajudar o rei era dar-lhe dois conselhos em envelopes diferentes.

Retornaram ao rei e lhe entregaram os envelopes explicando que cada um continha um conselho precioso e que somente deveriam ser abertos em momentos específicos.

O primeiro envelope era azul e só poderia ser aberto quando o reino estivesse caminhando muito bem.

O outro era vermelho e deveria ser aberto somente quando o reino estivesse passando por problemas terríveis.

Depois de alguns anos, o país prosperava, não havia guerras e o povo estava muito feliz com tudo que conquistaram. O rei estava tão satisfeito com seu reinado que decidiu abrir o envelope azul. Encontrou o antigo conselho de seus sábios:

"O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!"

O rei ficou um pouco perplexo, pois esperava algum conselho grandioso e positivo, não um alerta sombrio.

De qualquer forma, continuou seu reinado. Alguns anos depois houve uma série de acontecimentos terríveis. Uma grande seca trouxe fome para o povo. Pragas acabaram com as plantações. Doenças dizimaram a população. Os eventos climáticos afetaram outros países próximos, e a disputa por alimento provocou conflitos com os reinos vizinhos.

O Rei estava muito triste. Sentia-se impotente, derrotado e sem alternativas.

Lembrou-se dos envelopes e do conselho que havia recebido. Mesmo relutante, decidiu abrir o envelope vermelho. Lá encontrou o conselho:

"O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!"

Lembre-se desta história quando estiver passando por um momento triste, difícil, que pareça sem solução. Mas não se esqueça disto também quando estiver vivendo um momento de êxito, sucesso, realização e vitória. O que está acontecendo, seja bom ou ruim, trágico ou imensamente feliz, desagradável ou prazeroso, não é para sempre! A vida é assim: feita de altos e baixos. Tudo passa.

Autoria desconhecida

Pensamento da Semana



"A nossa felicidade será naturalmente proporcional em relação à felicidade que fizermos para os outros".

Allan Kardec

MINUTINHO:

Contei meus anos

Contei meus anos e descobri que terei menos tempo para viver daqui para frente do que já vivi até agora.

Sinto-me como aquele menino que ganhou uma bacia de jabuticabas. As primeiras, ele chupou displicente, mas percebendo que faltavam poucas, rói o caroço.

Já não tenho tempo para lidar

com mediocridades. Não quero estar em reuniões onde desfilam egos inflados.

Inquieto-me com invejosos tentando destruir quem eles admiram, cobiçando seus lugares, talentos e sorte.

Já não tenho tempo para projetos megalomaníacos.

Já não tenho tempo para conversas intermináveis para discutir assuntos inúteis sobre vidas alheias que nem fazem parte da minha.

Já não tenho tempo para administrar melindres de pessoas que, apesar da idade cronológica, são imaturas.

Detesto fazer acareação de desafetos que brigaram pelo majestoso cargo de secretário geral do coral ou semelhante bobagem, seja ela qual for.

Meu tempo tornou-se escasso para debater rótulos, querer a essência, minha alma tem pressa...

Sem muitas jabuticabas na bacia, quero viver ao lado de gente humana, muito humana; que sabe rir de seus tropeços, não se encanta com triunfos, não se considera eleita antes da hora, não foge de sua mortalidade, defende a dignidade dos marginalizados, e deseja tão somente andar ao lado de Deus.

Caminhar perto de coisas e pessoas de verdade, desfrutar desse amor absolutamente sem fraudes, nunca será perda de tempo. O essencial faz a vida valer a pena. Basta o essencial!

Rubem Alves

CRÔNICA: Vai Passar...

Certa vez, um imperador assumiu o trono de seu reino disposto a fazer um grande reinado. Para isso, convocou todos os sábios do país, para que eles apresentassem conselhos sobre como o rei

DROGARIA SAÚDE

A farmácia do Zagalo

PLANTÃO 9719.7151 Zagalo 9726.7116 Matheus

Avenida dos Bandeirantes nº 1212 - Centro - Ouroeste - SP

DISQUE REMÉDIOS
3843.2022



Fone: (17) 3843-2209

Av. Dos Bandeirantes, nº 1596-B - Centro - Ouroeste/SP



A participação da Família Rotária na tradicional quadrilha deixou claro o clima de harmonia e companheirismo



A Família Rotária vem sempre interagindo com todos os setores da sociedade ouroestense, consolidando assim o compromisso de união e trabalho em prol dos objetivos propostos

Família Rotária promove "Festa Julina"

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

A Família Rotária de Ouroeste realizou na última quinta-feira, dia 31 de julho, sua tradicional "Festa Julina", que também comemorou os aniversariantes do bimestre e culminou em uma animadíssima dança de quadrilha. Segundo o casal presidente, José Carlos e Wera Lucia, o Rotary Club de Ouroeste sempre elabora eventos com ênfase para a realização dos projetos em pauta, fortalecendo um fundamental vínculo comunitário, pois "a sociedade ouroestense é sempre solidária e participativa".



Membros do Rotaract, Rotary e Casa da Amizade durante a Festa Julina

Ainda segundo o casal, o intuito do Club de Serviços é fazer com que a Família Rotária esteja sempre interagindo para consolidar o compromis-

so de união e trabalho em prol dos objetivos propostos. A participação de todos os companheiros no evento deixou claro esse compromisso, já que es-

tando fortalecido o laço, com mais empenho acontecerá a doação ao trabalho social.

O casal presidente da entidade aproveita a

oportunidade para parabenizar a todos os colaboradores, e convida os interessados para que "saibam mais sobre o nosso trabalho". "Con-

sulte um companheiro do Rotary, ou invista em conhecimento através do site www.rotary.org", concluem José Carlos e Wera Lucia.



Membros do Interact Club, que também participaram do evento festivo de confraternização



O casal presidente, José Carlos e Wera Lucia, foi responsável pela organização da Festa Julina que caracterizou todos os membros do clube para a dança de quadrilha



Damas da Casa Amizade junto à mesa de guloseimas, por elas mesmas preparada com muito carinho, garantindo um "toque especial" à festa

PEGAR OU NÃO? EIS A QUESTÃO

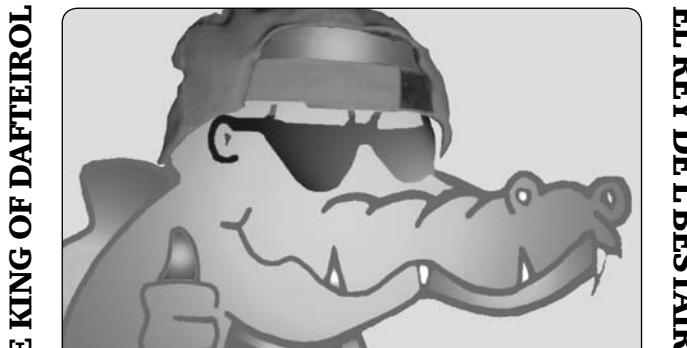


Sabia que um dia iria usar essa foto dum cabo eleitoral da região. Pois então vai! Isso foi resultado de uma mistura: iourgute Activia e whisky Johnnie Walker. Resultado: cagando e andando.

Bom dia velharada! Boa tarde mule(a)cada! Boa noite putaia-dá! É o Jaca iiiiinspirado! Lembra da promoção na Copa das

Casas Bahia? Então... "O Extra" vai dar um premião pra quem fizer uma nova assinatura. Uma tv de 70 polegadas; um carro es-

PAPO DO JACA



O REI DO BESTEIROL

portivo; uma casa na praia e um caminhão de céva geladinho. Isso se o Parmera for campeão brasileiro! Kkkkk! E tem um chapéu do Jaca que é mesmo corno ateu. Leva chifre e não

acredita de jeito nenhum! Mas pior é um outro viciado nesta coluna: - enquanto está aqui lendo, sua mulher... Kkkkk! Evejam em que nível nós chegamos. Tem um candidato daqui contando

Imagen da Semana



Olhe bem essa foto! Mas bem mesmo! Pensaram bosta né? Pois é somente dois caretas com as orelhas juntas.

vantagens por ser pobre. Ele diz que por não ter dinheiro, não tem vícios, pois não consegue comprar drogas, cigarros e nem

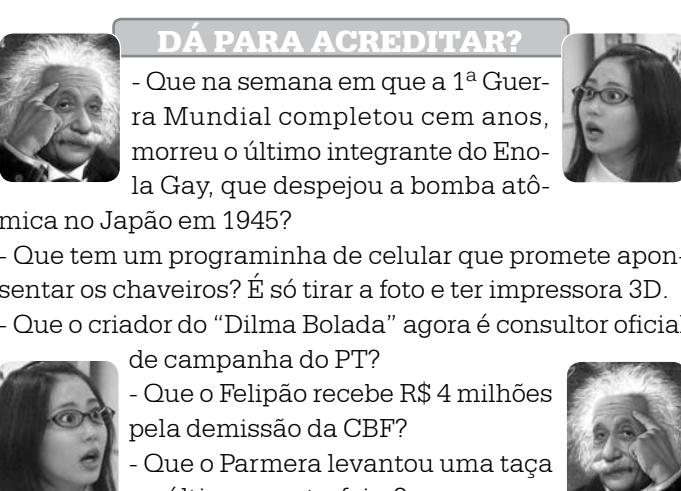
bebidas. Podeee? E a promoção continua! Quer ganhar um prêmio? Tragam um ex- viado pro Jaca conhecer!

DESAFIOS JACAL

1 - E por acaso você sabe qual a diferença entre o que dizem após o sexo uma adolescente e as "mulheres da vida"?

2 - E qual a diferença entre a sua gatinha e a AIDS? Calma! Não se assuste!

3 - Essa é boa! Responda rápido! Por que o marido da viúva não pode se casar com a cunhada?



DÁ PARA ACREDITAR?

- Que na semana em que a 1ª Guerra Mundial completou cem anos, morreu o último integrante do Enola Gay, que despejou a bomba atômica no Japão em 1945?
- Que tem um programinha de celular que promete apresentar os chaveiros? É só tirar a foto e ter impressora 3D.
- Que o criador do "Dilma Bolada" agora é consultor oficial de campanha do PT?
- Que o Felipão recebe R\$ 4 milhões pela demissão da CBF?
- Que o Parmera levantou uma taça na última quarta-feira?

FRASES PROFUNDAS (PRA VOCÊ POR NAS...)

"Amo tanto a sogra como a filha".

De um empresário do setor de seguros, bem conhecido na city, olhando para a bunda de sua "gatinha".

"Meu marido é igual a mestruação. Quando chega, incomoda. Quando atrasa, preocupa".

De uma "casadinha", preocupada com o rachão do marido.

"Não volto lá nunca mais! Cê não acredita!

Ele coloca água em garrafa de refrigerante!

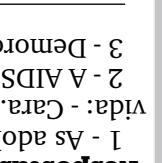
Conversa entre duas gatinhas, uma delas reclamando das condições do apê do carinha com quem tinha saído na noite passada.

3 - Demorou né!

Porque ele já está morto. Burro(a).

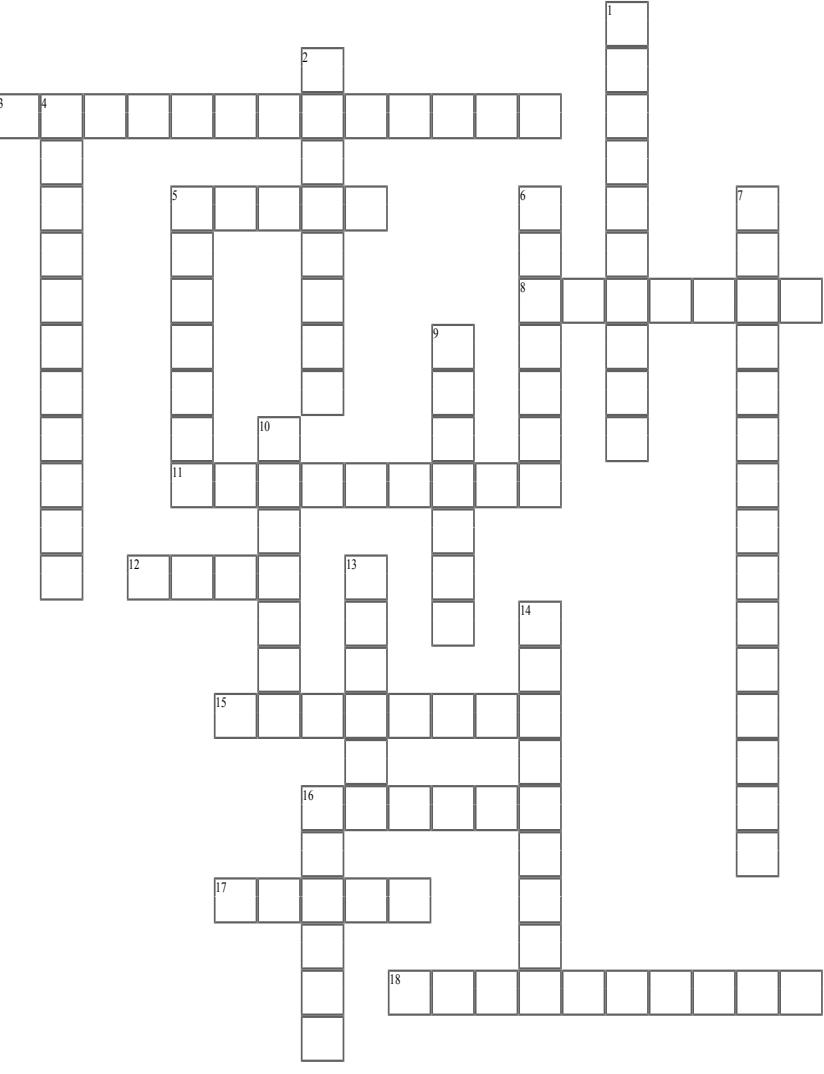
2 - AIDS ao menos você pode passar pra frente.

1 - As adolescentes: - ali Serra que é seu nome mesmo?



Respostas:

Palavras Cruzadas



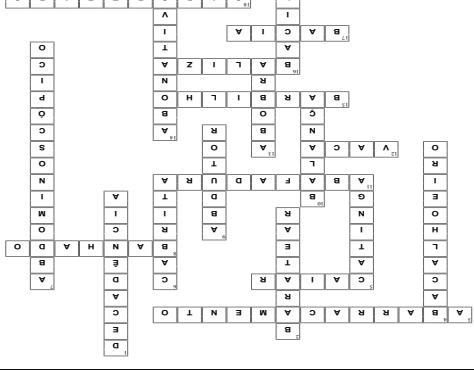
Horizontais

- Acampamento com barracas.
- Pintar com cal diluída em água, só ou misturada com tinta.
- Pântano.
- Abafamento.
- A fêmea do boi.
- Peça de madeira que se prende às ventas dos bezerros quando se pretende desmamá-los.
- Marco, poste ou outro sinal que indica um limite.
- Vaso redondo, pouco profundo, de bordas largas, próprio para lavagens.
- Manhoso, velhaco.

Verticais

- Estado do que decai.
- Reducir o preço.
- Navio empregado na pesca ou transporte de bacalhau.
- Odor forte e desagradável que exala do corpo humano.
- Nome popular da mulher no começo da adolescência.
- Que diz respeito à abdominoscopia.
- Qualquer músculo que produz abdução.
- Instrumento para determinar o peso dos corpos em relação a certa unidade: quilograma, libra, etc.
- Forma sincopada de abóbora.
- Abonatório.
- Micrório em forma de bastonete, comumente considerado no plano de sua nocividade.

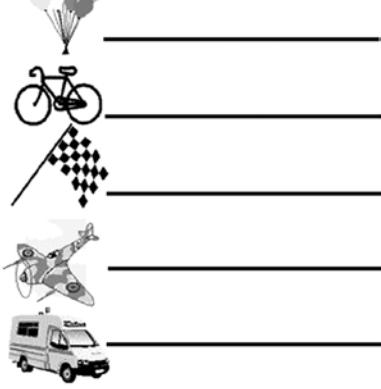
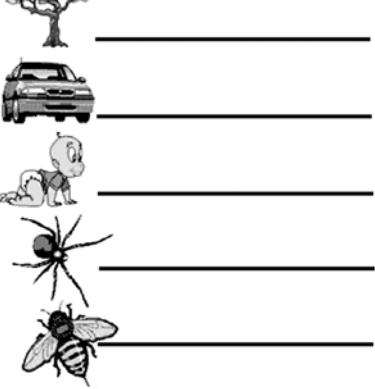
Respostas



Caça Palavras

1 - Escreva os nomes das imagens.

2 - Encontre as palavras no Emaranhado de Letras.



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

BICICLETA
BEBE
BANDEIRA
BALOES
AVIAO
CARRO
ARVORE
ARANHA
AMBULANCIA
ABELHA

Marquinho Santana

Representante Comercial
Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090

Fernandópolis

Avenida Litório Grecco, 30
Bairro Brasilândia
Fernandópolis/SP

(Próximo a Rodobens Caminhões)



Resumo de Novelas

BOOGIE OOGIE (ESTREIA)

Segunda-feira, 18h00

Sandra fica indignada com o atraso de Alex. Vitória acena para Rafael, sem saber que o monomotor que ele pilota está em pane. A caminho da Igreja, Alex avista o avião de Rafael caindo. Ele tenta ajudar o piloto, e o monomotor explode. No dia anterior ao desastre, Rafael tenta terminar o namoro com Vitória, mas ela descontra. Rafael fica deslumbrado ao ver Sandra vestida de noiva. Susana chega de surpresa dos Estados Unidos para se hospedar na casa de Inês. Leonor pergunta a Amaury de onde conhece Carlota. Pedro discute com Alex e afirma ao irmão que ficará com Sandra. Augusta diz a Alex que não irá ao casamento do filho. Susana vê Fernando entrar em um hotel acompanhado de uma mulher.

GERAÇÃO BRASIL

Sábado, 19h15

Aconselhado por Luene, Barata convida Edna para sair, e Verônica se incomoda. Jonas dá notícias de Manuela para Davi. Vander e Mosca pedem para Ernesto ajudá-los a participar do Geração Nem-Nem. Davi é chamado para jantar na casa de Danusa. Sílvio revela seu problema com Marisa para Elias e Barata. Dorothy sente ciúmes da aproximação de Lara e Brian. Danilo convida Megan para jantar em sua casa. Sílvio conversa com Marisa. Verônica vai atrás de Aroeira e avisa a Débora. Gláucia se insinua para Dante. Danusa leva Davi e Matias para conhecer o quarto onde Jonas dormia. Megan chega à casa de sua avó. Verônica conversa com Aroeira e o provoca ao falar de Jonas.

IMPÉRIO

Sábado, 21h00

Cora vê Cristina conversando com Vicente. Cláudio vê uma notícia no blog de Téo e fica desconfiado. José Pedro fica nervoso ao descobrir que Téo divulgou uma notícia insinuando que ele teria atropelado uma pessoa. Lorraine acredita que Érika esteja com o seu dinheiro. Cristina leva Victor para o colégio. Julianne se preocupa com o marido. Célio indica uma advogada para Orville. Tuane e Reginaldo pedem para falar com Elivaldo. Cláudio recebe uma ligação de Leonardo. Lorraine chama Érika para conversar. Cora dá um ultimato em Cristina. Tuane tenta convencer Elivaldo a deixá-la ficar com a guarda de Victor. José Alfredo vê Cristina na porta de sua empresa e vai falar com ela.

VITÓRIA

Segunda-feira, 22h15

Mossoró chega em casa carregado por Jorge. Diana não perdoa a atitude de Bernardo em trabalhar para Artur. Jorge conta para Iago que viu Edu conversando com Diana no haras dos Ferreiras. Javier confirma para Artur que comprou a dívida de Gregório com o agiota. Iago pede para Jorge vigiar Edu. Priscila comenta com Paulão que está atenta às atitudes de Iago. Clarice ordena que Bernardo a escute. Priscila é surpreendida com a ligação de sua mãe avisando que está voltando ao Brasil. Na saída do hospital, Gregório é surpreendido com a chegada de Artur. O dono do Arminho revela que comprou a dívida do agiota e que Gregório agora deve a ele.

MALHAÇÃO

Segunda-feira, 17h30

Karina vê Bianca beijando Duca e se revolta contra os dois. BB repreende o comportamento de Jade com Duca. Dandara e Gael se aproximam ainda mais. Pedro tenta conversar com Karina, mas ela o ignora. Gael vê Duca e Bianca juntos. Bianca pede um tempo para Duca. Do palco, Pedro acena para Pri, e Karina pensa que é para ela. Guta incentiva Mari a aproveitar a festa. Rico, Zé e Marcão decidem apagar as luzes da Ribalta para conseguirem beijar as meninas e armam uma grande confusão. Edgard acende as luzes, e Karina descobre que beijou Pedro.

CHIQUITITAS

Segunda-feira, 20h30

Carol vai até a escola, libera a porta e dá uma bronca no monitor da escola pela desatenção com as crianças. Mosca se aproxima de Janu e oferece carona para ela e Janjão. Junior questiona Carmen sobre quem é Sofia. Carmen inventa que é a prima de uma amiga dela, Nicolette. A megera diz que Sofia não "bate bem da cabeça". Junior não acredita muito. Shirley Santana se arruma toda. Cícero (Ermando Tiago) vai até a casa dela para um jantar romântico e entrega flores para a amada. JP faz um vídeo para se declarar para Mili. As chiquititas descobrem o vídeo na internet e Mili não gosta, por achar que é muita exposição. Dani estranha a casa e os novos hábitos com o pai, Bruno (Bruno Autran).

Humor

MANUEL E O PINGUIM

Ao voltar pra casa Manuel encontra um pinguim. Aí pergunta ao vizinho:

— Joaquim, o que faço com este pinguim?

— Tu devês leva-lo ao zoológico, ora pois!

No dia seguinte Joaquim vê Manuel passeando com o pinguim na coleira e pergunta:

— Ora Manuel, não levaste o pinguim ao zoológico?

— Mas é claro que sim, Joaquim, só que agora vou leva-lo ao parque de diversões e ao shopping.

COMPROMISSO

No consultório, fim de tarde, o médico dá a péssima notícia:

— A senhora tem seis horas de vida.

Desesperada, a mulher corre para casa e conta tudo para o marido.

Os dois resolvem gastar o tempo que resta da vida dela fazendo sexo.

Fazem uma vez, ela pede para repetirem. Fazem de novo, ela pede mais.

Depois da terceira vez, ela quer de novo.

E o marido:

— Ah, Ana, chega! Eu tenho que acordar cedo amanhã.. Você não?

SANDÁLIAS

O cara foi visitar o amigo que quebrou a perna, quando este pediu-lhe um favor:

— Você pode ir lá em cima e pegar minhas sandálias? É que com essa perna ruim, vou demorar muito pra pegá-las...

O cara foi e, chegando lá, viu as duas filhas boazudas do amigo saindo do banho de toalha enrolada.

— O que você está fazendo aqui em cima? Perguntou uma delas.

O cara, maluco com o que via, não perdeu tempo:

— Foi seu pai que mandou eu subir aqui e agarrar vocês duas!

— Seu cretino! Tarado! Ele nunca diria isso!

— É claro que disse! Quer ver só?

E o cara foi até a janela e gritou pro amigo:

— É pra eu pegar as duas?

— Claro que as duas, né pôôôô.

LOIRA "INTELIGENTE"

A loira liga para o celular do namorado:

— Amor! Tô com um problema.

— O que houve?

— Eu comprei um quebra-cabe-

O CRIME NOSSO DE CADA DIA



Marquinho Santana

Representante Comercial
Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090

Fernandópolis

Avenida Litório Grecco, 30
Bairro Brasilândia
Fernandópolis/SP

(Próximo a Rodobens Caminhões)

Avenida Litório Grecco, 30
Bairro Brasilândia
Fernandópolis/SP

(Próximo a Rodobens Caminhões)

Nossa prioridade é a sua visão!

FONE/FAX

17 3463-1286

www.oticacidadefernandopolis@hotmail.com

oticacidade
Fernandópolis
AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS, N° 1301 - CENTRO
FERNANDÓPOLIS - SP (AO LADO DO BANCO ITAÚ)

FLORICULTURA Flor & Gramma

INDIAPORÃ - SP

Plantio de Gramma
Batatais, Esmeralda
e Amendoim

Dimensionamento e
Nivelamento de Gramados

Gislaine Batista Garcia Ferreira - ME

CNPJ 09.162.721/0001-72

Insc. Est. 355.060.718.113

Zé David

(17) 3842-1150

(17) 9725-5732

Rua Luiz Antonio nº 1046

CEP 15690-000 - Indiaporã - SP

e-mail: ze.davi@hotmail.com

celebridades

Rafael Ilha dá sua versão sobre prisão: abuso de poder



Rafael e Aline em momento mais feliz no Facebook

Depois de muito dizer que me disse, finalmente Rafael Ilha foi até o "A Tarde é Sua", programa em que

trabalha como repórter e é apresentado por sua amiga de infância, Sônia Abrão, para contar o que

realmente aconteceu na semana passada. O ex-Polegar, junto de sua esposa, Aline Kezh, foi detido na fronteira entre o Paraguai e o Brasil, tentando entrar com uma espingarda calibre 12 e uma arma de choques – que nega ter comprado. Ele está solto, aguardando julgamento, graças a um habeas corpus.

De acordo com Ilha, ao contrário do que foi relatado inicialmente, ele havia sido liberado, mas sua mulher detida para uma revista. Quando viu isso, ele se identificou como esposo e mostrou a arma. O agente da Polícia Federal, ao ver a

espingarda (desmontada), algemou os dois.

Os problemas de verdade aconteceram em seguida. Depois de esperarem quatro horas, puderam falar com o advogado, mas menos de cinco minutos, que é o estipulado por lei. Um outro agente, então, começou a insistir para que Aline assinasse um documento contendo um relato diferente do que eles alegam. Depois de muita discussão, ela acabou assinando, mas riscando as partes em que discordava do relatado. A assessoria de imprensa de Foz do Iguaçu, procurada, negou as acusações.



Grazi na capa da Nova

Grazi fala sobre solterice: "é bacana estar sozinha"

- Queremos meu Cauã! É isto que vai acontecer em frente à Rede Globo se os diretores da emissora continuarem com essa palhaçada de mandar Cauã Reymond parar de malhar. É isso mesmo: chega de musculação. Ele mesmo revelou esse despautério em entrevista.

"Não sei o porquê, mas todo personagem que eu faço agora me pedem para emagrecer. Tive que parar de fazer musculação. Estou proibido (risos)", contou o ator, que está fora do ar desde o fim do seriado "O Caçador". A justificativa é que ele "cresce" no vídeo.

Como podemos ver nessas fotos com as últimas aparições em público do



Cauã se vê obrigado a parar com os exercícios de rotina

fofo não tem exagero nenhum na gostosura do bife. Ele continua com o sur-

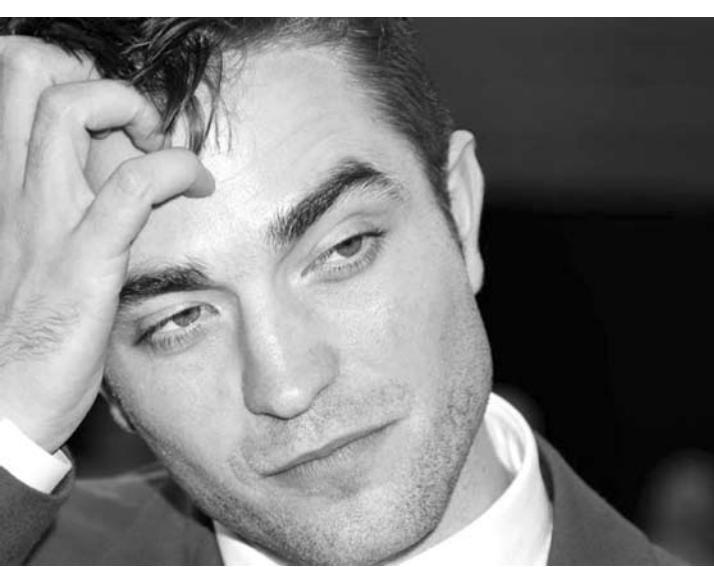
fe, pelo menos, mas usa aquela roupa de borracha que deixa a pessoa pare-

cendo um Avatar. Mas ainda rola um intervalo sem camisa pro alongamento.

"É normal", diz Robert Pattinson sobre traição de Kristen Stewart

Capa da revista Esquire, por conta do lançamento de "The Rover – A Caçada", Robert Pattinson acabou tendo que falar so-

bre o assunto favorito das adolescentes que foram responsáveis pela sua fama na época da famigerada "Saga Crepúsculo":



Pattinson acha que traição é coisa de jovens

seu relacionamento com a mocinha da trama, Kristen Stewart.

Mais especificamente, sobre a traição dela, com o diretor Rupert Sanders, que a dirigiu em "Branca de Neve e o Caçador". Mas, de acordo com a entrevista, Pattinson parece já ter superado esse momento.

"M***** acontecem, sabe? Somos só pessoas jovens... É normal! E, honestamente, quem se importa com isso? O mais difícil é tudo que é falado depois. Porque quando falamos sobre outras pessoas, isso afeta elas mais do que podemos imaginar. É como uma cena do filme 'Dúvi-

da'... Eles jogam as penas de um travessero para cima e depois você tem que ir recolhendo todas elas".

Na mesma conversa, ele comentou sobre os paparazzi, que não o deixam em paz até hoje, que ele está mais voltado para filmes de baixo orçamento e maior liberdade criativa. "Eu não entendo por que eles ficam atrás de mim. Eu acho que tem períodos em que você acaba taxado como 'o cara que tem que ser seguido', mas até hoje quando vejo os paparazzi penso: 'Ai, meu Deus, o que será que eles acharam?'. E aí me dou conta que sou eu mesmo".

DR. LUIS 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

PROCEDE
Vistorias 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

SISTEMA DE GESTÃO CERTIFICADO
Fundaçao Vansolini NBR ISO 9001:2008

Consulte já a PROCEDE VISTORIAS, não perca tempo e dinheiro!!!!

Rua Édio Alves de Oliveira, 918 - Centro

REDE GIGANTÃO
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!
A maior, melhor e mais completa loja de utilidades da região!

Dia dos pais é aqui no Gigantão

R\$ 11,99
CINTO IMPÉRIO

R\$ 1,99
KIT CHAVE DE PRECISÃO

R\$ 14,99
ÓCULOS

R\$ 8,89
KIT CAIPIRINHA

R\$ 1,99
a partir de



■ UM TOQUE DE SAÚDE

Porque não podemos comer rapidamente?

Muitas pessoas devido ao trabalho, à falta de tempo, a correria do dia a dia acabam não tendo tempo para se sentar e almoçar tranquilamente. Quantas pessoas preferem fazer um lanche rapidinho para ganhar alguns minutinhos no intervalo? Porem, 10 minutos para um almoço é muito pouco.

Vamos dar algumas razões, que você deveria seguir, para não ter problemas mais tarde:

1. Em primeiro lugar, comer leva tempo, fazê-lo rapidamente traz problemas futuros. Comer (desjejum, almoço, jantar) é um ato que leva tempo. O alimento deve ser bem mastigado para chegar dentro do estômago esmagado. Quando ele chega lá, as enzimas o atacam, e se você faz isto depressa, o estômago não trabalha bem, isso gera um desconforto.

2. Comer rápido demais produz desconforto gástrico - O tempo que o alimento leva para ser ingerido, digerido e absorvido deve ser lento e ordenado. Se ingerirmos o alimento muito rápido, o ritmo será alterado e com certeza teremos problemas estomacais.

3. Se fizermos um intervalo muito grande entre as refeições, teremos o nível glicêmico tão baixo e estaremos com tanta fome que vamos comer até um boi para satisfazer. E muitas vezes devido ao excesso de trabalho adiamos o horário de almoço que já estamos acostumados. E isto fará com o intervalo fique maior.

E com certeza na hora que vamos nos alimentar vamos consumir os alimentos mais calóricos e os que mais engordam, trazendo aqui um problema que ninguém gosta: ganho de peso.

4. Alimentar é um prazer ou uma obrigação? Muitos acham que é uma obrigação, contudo devemos mudar este conceito para aprendermos a necessidade de comer devagar e saborear o alimento.

5. Devemos nos alimentar saboreando o alimento e não apenas com o intuito de "matar" a fome. Fazendo disto um ritual, comendo devagar e pausadamente evitaremos o desejo de comer mais e consequentemente o ganho de peso. É preciso estar consciente disto: é muito importante mastigar bem os alimentos, pois a digestão começa na boca e misturar o alimento com a saliva é primordial e o nosso estômago agradece.

6. Quando gastamos um pouco mais de tempo no almoço, por exemplo, o nosso cérebro nota que estamos saciados depois da ingestão da comida. Se por ou-

tro lado comemos rápido, consumiremos uma maior quantidade de alimento e deixaremos nosso estômago no máximo o que não é saudável, pois o nosso estômago é como uma bexiga que quando cheia e logo depois esvaziada ela não volta ao tamanho que era antes. Então teremos que sempre comer maior quantidade para satisfazer nosso estômago.

Então, toda vez que você se sentar para almoçar esteja consciente e tente controlar sua forma de mastigar os alimentos. Como se diz: é melhor prevenir do que remediar.



Culinária

Torta gelada (cheesecake) com calda de frutas vermelhas

INGREDIENTES:

Massa

- 1 e 1/2 pacote de biscoito maisena triturado
- 150 g de margarina amolecida

Recheio

- 3 embalagens de cream cheese
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 lata de creme de leite sem soro
- 150 g de chocolate picado
- Suco de 2 limões
- 1 pacote de gelatina em pó incolor

Cobertura

- Calda de frutas vermelhas



MODO DE PREPARO:

Massa

Misture o biscoito com a margarina até formar massa bem úmida. Forre o fundo de uma forma de 22 cm de diâmetro. Asse no forno preaquecido a 200°C durante 15 minutos ou até dourar. Deixe esfriar.

Recheio

Em uma tigela, misture o cream cheese, o açúcar e o creme de leite. Divida em duas partes. Na primeira parte, misture o chocolate derretido em banho-maria. Distribua sobre a massa e leve à geladeira até firmar. Na segunda parte, misture o suco de limão e a gelatina hidratada e dissolvida de acordo com as instruções da embalagem. Espalhe sobre o creme de chocolate. Leve novamente à geladeira até firmar bem. Cubra com a calda de frutas vermelhas e sirva bem gelada.

Dica: Substitua a calda de frutas vermelhas por calda de chocolate.

Bijuterias e acessórios femininos

Além de roupas, sapatos e bolsas, existe ainda um fator que é decisivo, para o resultado dos olhares, esses são os acessórios femininos, como pulseiras, cintos, brincos e colares.

Colares: é aconselhável ter pelo menos um colar básico longo, que pode ser prata, ouro, metal, pedra ou tom de bronze que estão na moda. Você também pode optar por ter um número de bugigangas de vários tamanhos e cores a serem preparados para qualquer ocasião.

Também é essencial ter pelo menos um colar curto de preferência de prata ou ouro, porque combinam com tudo, especialmente se você tem anéis e pulseiras a condizer.

Brincos: algo a se pensar ao entrar em uma joalheria são os brincos curtos básicos "Diamonds" entre aspas porque eles podem ser falsificados ou de pérola e têm o mesmo efeito de brilho e atração para o rosto. Com muitas opções para escolher que se adequam ao seu estilo uma ótima opção é angular ou triangular, que pode ser encontrado em uma variedade de materiais e cores. Caso contrário, você pode escolher um

de moda e podem ser muito úteis para manter os casacos elegantes. Existe uma variedade de tamanhos e cores para escolher, mas é essencial ter algumas pedras brilhantes ou de cor neutra para atender todas as condições.

Luvas: este é um grupo para qualquer tendência. Mais recomendadas são as de couro, mas você pode ser original e usar cores combinando com sua roupa.

Pulseiras: são algo básico mas dão um ar diferente. Você sempre deve ter aquelas básicas para o dia a dia de metas, e para uma festa pode abusar no ouro ou nas coloridas, mas irá depender da ocasião. Além disso, pulseiras largas são ideais para o inverno, quando o acessório pode passar mais despercebido. Esses são o tom de bronze mais recente tendência acompanhada com os encantos de todos os tipos.



horóscopo

ÁRIES

Lua e Vênus em quadratura atrapalham suas relações pessoais, pois trazem à tona certas mágoas e frustrações que impactam emocionalmente no bom entendimento. Não force a convivência e supere os reais motivos de desentendimento!

TOURO

Você tende a negligenciar suas demandas mais básicas, enquanto se distrai com diversão e lazer. A quadratura Lua-Vênus lhe incentiva a harmonizar suas obrigações e seus desejos, pois assim poderá curtir sem peso na consciência!



GÊMEOS

Os prazeres entram em foco com a passagem da Lua por sua quinta casa hoje, e a quadratura com Vênus alerta para a má utilização de seu dinheiro, sobretudo em gastos fúteis. Que tal buscar atividades mais econômicas?



CÂNCER

Suas relações ficam emocionalmente abaladas com a quadratura de Lua com Vênus, entre sua área familiar e seu signo. Não exponha suas carências às pessoas. Saiba se doar verdadeiramente, ou seja, sem exigir algo em troca!



LEÃO

Você se mostra mais espontânea ao expor opiniões, principalmente sobre o que lhe frustra. A quadratura Lua-Vênus entre suas áreas de comunicação e de crise lhe aconselha a ficar recolhida, pois isso prejudica a vida social!



VIRGEM

Você precisa controlar suas finanças com maior rigor, pois a Lua passa por sua área material e se tensiona com Vênus. Cuidado para não exagerar nos gastos com lazer. Seja criativa para buscar diversões menos dispendiosas!



LIBRA

A quadratura de Lua, em seu signo, com Vênus, em sua área profissional, traz seu foco para as responsabilidades. Mesmo que se sinta impulsionada a descansar e se divertir, aproveite o dia para colocar pendências em dia!



ESCORPIÃO

Aspectos delicados de sua vida, que precisam de reflexão e trabalho, são trazidos à tona pela passagem da Lua por sua área de crise e pela quadratura de Vênus em sua área espiritual. Não se deixe abalar, seja corajosa!



SAGITÁRIO

Ainda que o trânsito lunar por sua área de amizades lhe deixe mais interessada nas atividades em grupo, a quadratura com Vênus alerta para uma instabilidade social. Prefira a companhia dos mais íntimos e não crie expectativas!



CAPRICÓRIO

Procure ser mais discreta em ambientes formais, como o trabalho, pois Lua e Vênus tensionados alertam que você acabará deixando transparecer vulnerabilidades caso se deixe levar por emoções. Cuide bem de seu visual!



AQUÁRIO

Suas fragilidades são exaltadas pela quadratura Lua-Vênus entre suas nona e sexta casas. A saúde fica mais vulnerável às energias à sua volta, portanto evite badalões hoje. Busque atividades tranquilas e preserve-se!



PEIXES

A instabilidade emocional que a tensão Lua-Vênus promove lhe leva a agir sem cautela na vida social, pois você busca ansiosamente por diversão, sem se preocupar com os riscos. Seja sensata e cuide das demandas mais básicas!

UNESC

UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO

CURSO PREPARATÓRIO PARA ESCRVENTE TÉCNICO JUDICIÁRIO

APRESENTE ESTE ANÚCIO E GANHE

05%

www.unescursos.com.br
(17) 3442-4979

* Valor não acumulativo

EGRESSOS DO CURSO DE DIREITO, ADVOGADOS,
PROFISSIONAIS DO DIREITO, **AGUARDEM O LANÇAMENTO DO**

CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO DA UNICASTELO, PARA AGOSTO DE 2014.

SOB A RESPONSABILIDADE DOS PROFESSORES LUIZ CARLOS BARROS COSTA,
ANDRÉ DE PAULA VIANA E JANAÍNA DOS REIS GUIMARÃES.

SERÁ UM DOS MARCOS NA HISTÓRIA DO DIREITO NA REGIÃO.



PÓS-GRADUAÇÃO

→ BENEFÍCIOS

- Mensalidades acessíveis
- Garantia de qualidade
- Corpo docente altamente qualificado
- Descontos especiais para egressos e outros
- Possibilidade de novos convênios

→ COORDENADORES

- Prof. Luiz Carlos Barros Costa
- Profa. Janaina dos Reis Guimarães
- Prof. André de Paula Viana

→ INFORMAÇÕES

- **Carga horária 360h**
- Início das aulas em Agosto/2014
- **Aulas aos sábados**
- Inscrições até 10/08/2014

Unicastelo

Contato e maiores informações:

Leandro E. S. Oliveira

Secretário de Pós Graduação
Latu Sensu (Especialização)

Tel: (17) 3465-4200 - DDR: Ramal 4249

Cel: (17) 99748-8586

E-mail: coord.pos.fer@unicastelo.br

Site: www.unicastelo.br

