

QUINTA-FEIRA, 07 DE AGOSTO DE 2014

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

# Condimentos que ajudam a perder peso

Salsa, pimenta, orégano e manjericão (também conhecido como alfavaca). Aposte nesses condimentos saborosos para acelerar sua perda de peso! Eles têm muitas propriedades que ajudam a perder peso. Neste post vamos explicar em detalhes o poder nutricional de cada um e poderá combinar perfeitamente, saude, bom gosto e cuidado de seu corpo.

A salsa contém uma substância chamada apiol que é um excelente diurético, por isso é uma grande aliada na luta contra a retenção de água. Nos sucos de frutas, esse condimento irá ajudar a evitar a formação de gases no estômago e no intestino. Ninguém gosta de barriga saliente, certo? E a salsa também é rica em vitamina C, ferro, cálcio e potássio. E tem apenas 48 calorias em 100 g. Ela é um tempero super leve.

A pimenta tem uma substância chamada capsaicina, que é anti-inflamatória, que ajuda no processo de perda de peso. Também tem componentes termogênicos (ação termogênica é aquela que transforma em energia as



calorias que vem da gordura corporal e da alimentação), que aceleram o metabolismo, aumentam a queima de calorias no corpo.

No entanto, este efeito só se comprova se a pessoa também seguir uma dieta equilibrada, pobre em gorduras trans e carboidratos refinados, alertam os especialistas. A pimenta contém apenas 27 calorias por 100 gramas e é rica em vitamina C. Ele contém cálcio, fósforo, ferro e vitaminas do complexo B. É super leve, com apenas 23 calorias por 100 g. Quer uma sugestão? Agregar manjericão

ao prato um sabor muito original e inconfundível. Manjericão também conhecido como alfavaca. Como a salsa, o manjericão ou alfavaca também tem ação diurética, evitando assim o inchaço do corpo. Suas folhas auxiliam a digestão facilitando o funcionamento do intestino.

É usado para combater a tosse, os resfriados e é rica em vitamina C. Ele contém cálcio, fósforo, ferro e vitaminas do complexo B. É super leve, com apenas 23 calorias por 100 g. Quer uma sugestão? Agregar manjericão

às massas é uma maneira de dar um sabor inigualável.

Orégano tem a capacidade de estimular a produção de enzimas responsáveis pela digestão dos hidratos de carbono refinados, além de funcionar como um tônico digestivo. É também um potente antioxidante, devido aos flavonóides e ácidos fenólicos que contém. Essas substâncias ajudam a combater várias enfermidades. E qual é o seu valor calórico? Cerca de 100 g de orégano fresco contém apenas 66 calorias.

## superdicas

- Torne o detergente mais eficiente, dissolvendo algumas gotas de vinagre. Suas panelas ficarão brilhando e sem gordura.
- Para perfumar a cozinha depois de usá-la, coloque num recipiente (borrifador) sálcool e cravo da índia, e deixe descansar por alguns dias. Depois, é só usar. Além de perfumar o ambiente, afasta as moscas.
- Omelete mais leve: misture um pouco de leite aos ovos enquanto bate. Ela ficará mais leve, cremosa e crescerá mais.
- Se a cozinha estiver com cheiro forte de fritura, encha um copo com vinagre e coloque-o sobre a geladeira ou armário.



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

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

## Dicas para aplicar sombra cremosa: a “Queridinha” da Vez



Ainda que a maioria das sombras venha em forma de pó compacto, existem muitas vantagens em usar a sombra cremosa. Em primeiro lugar, as sombras cremosas são ideais para aquelas mulheres com pálpebras secas e também podem ser aplicadas com um dedo em vez de um aplicador ou pincel sem cometer um desastre nas pálpebras. A sombra em creme também tende a aparecer mais brilhante nos olhos, a cor realça mais do que sombras em pó, e pro-

duz uma textura aveludada quando seca.

### DICAS PARA APLICAR SOMBRA CREMOSA

Os maquiadores concordam que o melhor é usar os dedos para aplicar a sombra em creme. As sombras cremosas podem formar grumos no pincel que são difíceis de remover. Seus dedos aplicarão a sombra de forma mais suave e uniforme do que com um pincel ou aplicador tradicional. Há pincéis sintéticos projetados especificamente para sombras cremosas

que funcionam muito bem, se você preferir um pincel aplicador.

Adicionando uma sombra de olhos em pó sobre a sombra cremosa fará com que sua sombra cremosa se destaque e dure mais.

Não há necessidade de usar um monte de sombra cremosa para obter uma cor vibrante: Comece passando uma leve camada sobre as pálpebras, pois se você abusar correrá o risco de parecer um palhaço. Um tubo de sombra cremosa dura mais tempo do que sombra em pó.

As sombras cremosas se espalham mais facilmente do que as sombras em pó. Experimente diferentes combinações de cores, podendo até mesmo adicionar brilho à mistura. Você pode criar milhares de novas cores sem arruinar suas sombras existentes.

Para um glamour extra, você pode escolher um pó translúcido com um pouco de brilho para arrematar o seu look. As sombras cremosas translúcidas também podem ser usadas como base para sombras em pó, se você preferir.

**REDE MultiDrogas DROGALIDER**

**Com você pela nossa gente**

**ATENDIMENTO 24 HORAS**

**DISK ENTREGAS: 3442-4505**

**AGORA TAMBÉM NA FEF**

**Cobrimos qualquer oferta da concorrência em medicamentos!**

**ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES**

**Preços Multi Populares**

**Fernandópolis: Av. Expedicionários Brasileiros, 1.222 - Fone (17) 3442-4505 / Fax: 3463-3368 - Centro**

**Valentim Gentil: Av. Cavalim, 633 - Centro - Fone (17) 3485-2266**

# social

O Sindicato Rural de Estrela d'Oeste, sob o comando do presidente Armando Prado, promoveu no último sábado uma grande festa para comemorar o Dia do Produtor Rural. A animação musical ficou por conta do projeto "Os Sonhadores"



Destaque para os atletas do **Marcomini Futebol Clube** de Macedônia

## horóscopo



### ÁRIES

Você age com ou-  
sadia nos projetos  
do trabalho, pois a Lua entra  
no setor e forma sextil com  
Netuno. Que tal sair da zo-  
na de conforto? Porém, não  
é hora de exageros. Permita-  
se buscar inovação, mas res-  
peite seus limites.



### TOURO

Você enxerga mais  
claramente o que  
se passa à sua volta, sobre-  
tudo a energia das pessoas,  
pois a Lua entra hoje em sua  
área espiritual e forma sextil  
com Netuno. Conheça melhor  
quem você gosta e comparti-  
lhe seus planos de vida!



### GÊMEOS

O sextil Lua-Ne-  
tuno ressalta seu  
poder criativo e amplia sua  
percepção dos recursos dis-  
poníveis a você. Potencialize  
projetos, conferindo a eles  
um algo a mais. Evite expor  
seus planos, seja mais dis-  
creta e preserve-se!



### CÂNCER

Você enxerga com  
maior facilidade o  
que se passa no interior das  
pessoas amadas, o que lhe  
permite aprofundar as rela-  
ções. O sextil Lua-Netuno  
lhe aconselha a maturar ma-  
neiras de ajudá-las a superar  
os problemas.



### LEÃO

Com elevado senso  
crítico você encara  
as atividades cotidianas hoje,  
dia em que o sextil Lua-Netuno  
harmoniza suas sexta e oitava casas. A mudança que  
deseja promover precisa co-  
meçar dentro de você. A au-  
tocritica é sua maior aliada!



### VIRGEM

Momento de ade-  
quações e supera-  
ções no que se refere ao bom  
entendimento com os mais  
próximos. O sextil Lua-Netuno,  
entre suas áreas de praze-  
res e de relacionamentos, lhe  
aconselha a ser mais compre-  
ensiva com atitudes difíceis!



### LIBRA

Reúna-se com as  
pessoas mais ínti-  
mas, pois o sextil Lua-Netu-  
no incentiva as conciliações  
e favorece a convivência e  
o gerenciamento cotidia-  
no. Seja mais realista, não  
adianta se deixar levar pelo  
idealismo!



### ESCORPIÃO

Você tende a agir  
de maneira mais  
refinada, pois o sextil Lu-  
a-Netuno harmoniza suas áre-  
as social e de comunicação.  
Mas procure ser objetiva e  
clara em seus argumentos,  
pois existe uma tendência à  
prolixidade!



### SAGITÁRIO

Lua e Netuno es-  
tabelecem sextil,  
harmonizando suas áreas  
material e familiar e lhe tra-  
zendo maiores bom senso e  
sensibilidade para ordenar  
as atividades. Isso também  
favorecerá uma melhor orga-  
nização emocional.



### CAPRICÓRNIO

Sua intuição é agu-  
çada pelo sex-  
til Lua-Netuno, facilitando  
sua maneira de vivenciar as  
mais diversas situações. Os  
obstáculos materiais devem  
ser superados com criativi-  
dade. Preze pela clareza nas  
argumentações!



### AQUÁRIO

Você se mostra  
mais desapegada  
quanto aos recursos mate-  
riais, pois a Lua entra em sua  
área de crise e se aspecta  
com Netuno em sua área fi-  
nanceira. Atribua os valores  
relacionados à qualidade de  
vida aos limites financeiros!



### PEIXES

Lua e Netuno em  
sextil lhe estimu-  
lam a dar vazão à sua crie-  
ativa interior, desenvolvendo  
atividades mais lúdicas e  
criativas. Busque com-  
panhias divertidas e intere-  
santes, mas não negligencie  
as responsabilidades!

## receita

### Cuscuz de sardinha

#### Ingredientes:

- 6 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola grande picada
- 3 dentes de alho bem picados
- 1 xícara (chá) de cenoura ralada grosseiramente
- 3 xícaras (chá) de água fervente
- 2 cubos de caldo de legumes
- 1 xícara (chá) de molho de tomate
- 1 vidro (300 g) de palmito picado
- 1 xícara (chá) de ervilhas frescas ou congeladas
- 2 ovos cozidos e picados
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado
- 1 lata de filetes de sardinha em água, escorridos
- 4 xícaras (chá) de farinha de milho flocada, pré-cozida

#### Para decorar:

- Ovo cozido fatiado
- Rodelas de palmito
- Ervilhas
- Tomate em meias rodelas
- Filetes de sardinha
- Rodelas de azeitona



#### Modo de preparo:

Aqueça uma panela grande com o azeite e doure leve-  
mente a cebola e o alho. Junte a cenoura, a água, o cal-  
do de legumes, o tomate, o palmito e a ervilha. Deixe fer-  
ver por cerca de cinco minutos. Em seguida adicione os  
ovos, o cheiro-verde e a sardinha. Misture e, aos poucos,  
acrescente a farinha de milho, mexendo até soltar da pa-  
nela. Cuidado para não deixar a mistura seca. Depois use  
um pouco de azeite para untar uma forma com buraco no  
meio e acomode os ingredientes da decoração. Pegue a  
massa do cuscuz com uma colher e coloque-a delicada-  
mente na forma, para não estragar a decoração. Aperte  
bem e desenforme sobre um prato. Sirva quente ou frio.



## MADEIRAS

Tudo em madeiras Brutas e Beneficiadas  
Forro - Portal - Deking

Cleyton Perondi

(17) 99229-4585

(17) 99638-6286

Zé do Gás

(17) 99201-6527

(17) 98167-2898

FONE/FAX: (17)

**3463-2725**

Av. Litério Grecco, 26 - Brasilândia - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP  
vpfernopolis@hotmail.com

**UNESC**

UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO

### CURSO PREPARATÓRIO PARA ESCREVENTE TÉCNICO JUDICIÁRIO

### APRESENTE ESTE ANÚNCIO E GANHE

**05%**

[www.unescursos.com.br](http://www.unescursos.com.br)

(17) 3442-4979

\* Valor não acumulativo



**Nossa prioridade  
é a sua visão!**

**FONE/FAX**

**17 3463-1286**

[www.opticacidadefernopolis.com.br](http://www.opticacidadefernopolis.com.br)

[opticacidadefernopolis@hotmail.com](mailto:opticacidadefernopolis@hotmail.com)

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

**A primeira escola ninguém esquece...**

### EDUCAÇÃO INFANTIL

Av. Eurípedes José Ferreira, 779 3442-2945/3442-5060

**TRENZINHO DA FESTA**



**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



CINTO IMPÉRIO



KIT CHAVE DE PRECISÃO



R\$ 14,99 ÚN



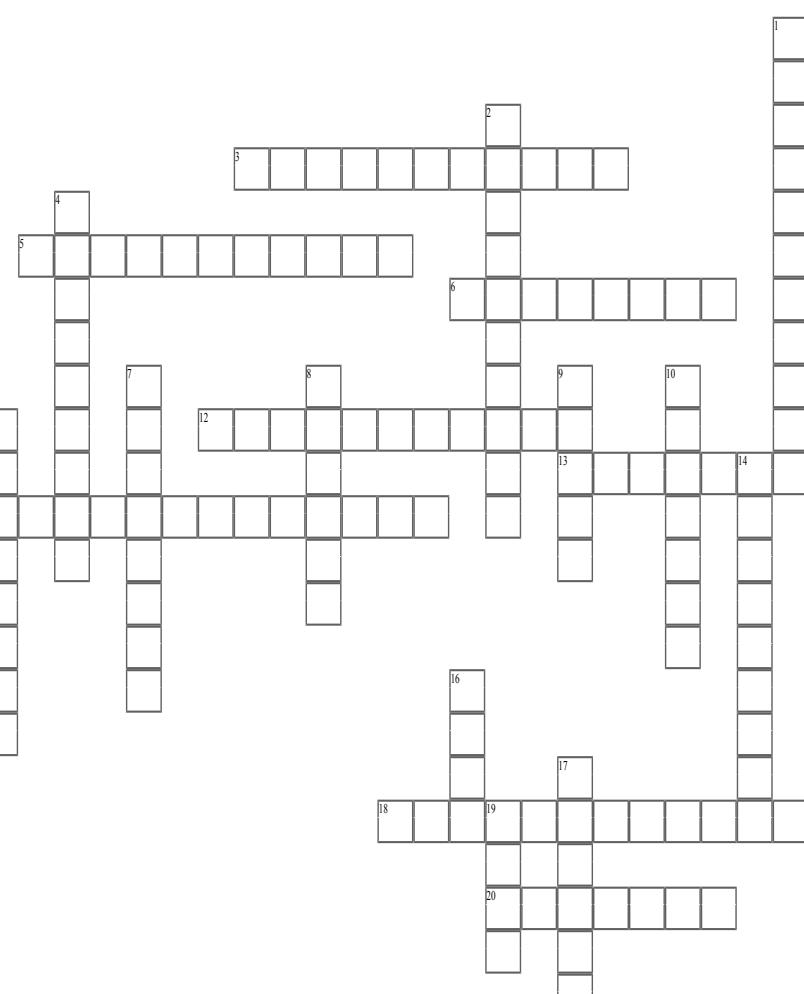
R\$ 8,89 ÚN



a partir de  
**R\$ 1,99**



# Palavras Cruzadas



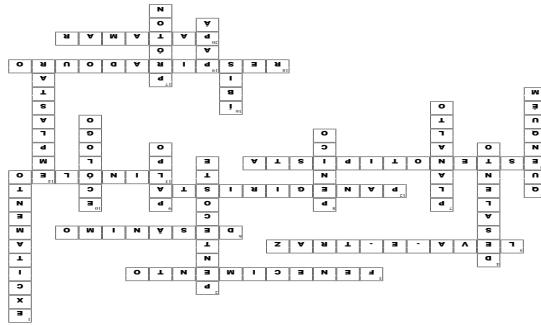
## Horizontais

- Extinção, fim, morte
- Pessoa mexeriqueira, intrigante, que gosta de levar e trazer enredos
- Falta de ânimo
- Pessoa que faz panegírico
- Espécie de tapete ou cobertura do soalho, impermeável, feito de tecido de juta, revestido em um lado de uma mistura de óleo de linhaça solidificado, gomas, pó de corteza ou madeira e corantes
- Pessoa que trabalha com o estenótipo
- Em certos aparelhos mecânicos, orifício que dá passagem aos vapores Var: respiradorio
- Espaço mais ou menos largo no topo de uma escada ou de um lance de escadas

## Verticais

- Excitação
- Festa dos cristãos, em memória da descida do Espírito Santo sobre os apóstolos, celebrada no quinquagésimo dia depois

## Respostas



# Sudoku

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

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

# BENZEDERA DONA SINARA

Você que busca ajuda espiritual para resolver seus problemas, com a ajuda dos guias orixás, procure DONA SINARA. Ela é capaz de te ajudar no amor, casamento, trabalho, lavoura, comércio, negócios, inveja, vícios, mau olhado, saúde e friezas sexuais. Trabalho de Mesa Branca, Faz e Desfaz qualquer tipo de Trabalho Espiritual. Especialista em União Amorosa e Benzimentos.

Faz Amarração para o Amor - Solucione seus problemas!

Pelo poder das rezas, benzimentos, simpatias e encantamentos vamos resolver e transformar sua vida. Ligue e marque uma consulta.

Com Búzios, Cartas de Tarô, revelando seu presente, passado e futuro, e assim, orientando você a lidar com os problemas cotidianos.

Antes de dar qualquer passo em sua vida, PROCURE A SRA. SINARA.



**FAZ E DESFAZ QUALQUER TIPO DE TRABALHO. TRAZ A PESSOA AMADA DE VOLTA A SEUS PÉS.**

### ATENÇÃO:

Sinara só trabalha para o bem e está capacitada a lhe ajudar. Ela reside há mais de 6 anos em Votuporanga/SP.

(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

Rua do Banco do Brasil, no Pozzobon - Votuporanga-SP

# Resumo de Novelas

## MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Lobão faz insinuações sobre a mãe de Karina. Cobra se recusa a lutar com Karina e rejeita a proposta de Lobão para ser seu treinador. Bianca ouve quando Bete e Gael comentam que Karina pode não ser filha biológica do lutador. Sol sugere que Jeff conte a verdade sobre as aulas de dança para Rute. Dandara descobre que João não tem ido à escola. Bianca observa um álbum de fotos de sua mãe e a vê atuando com René Spinelli. Dandara discute com João e pede a ajuda de René. René chega à casa de Dandara.

## BOOGIE OOGIE

Quinta-feira, 18h00

Susana observa Fernando com Gilda. Ela segue Fernando até a floricultura. Inês pede ajuda a Tadeu para mandar Susana para Nova York. Susana lê o cartão do arranjo de flores comprado por Fernando sem que ele veja. Susana descobre que Gilda é amante de Fernando. Fernando manda flores para Gilda e assina o cartão como Juvenal. Elísio manda Pedro ficar longe de Sandra. Gilda insinua que Fernando é pai de seu filho. Beto convida Gilda para a festa de noivado de Vitória. Rafael comenta com Serginho que não consegue tirar Sandra da cabeça. Rafael comenta com os tios que não deveria ter pedido Vitória em casamento e decide que não irá à festa de noivado.

## GERAÇÃO BRASIL

Quinta-feira, 19h15

Manuela faz uma apresentação para os funcionários da Marra, e Davi fica admirado. Shin é hostil com Brian e Pamela durante a entrevista para a Parker TV. Bira convida Ernesto para trabalhar em sua lanchonete. Pamela decide colocar Megan como a próxima personagem do Geração Nem-Nem. Davi e Manuela discutem. Lara tem uma conversa definitiva com Shin. Brian fica tenso com os pensamentos negativos de Dorothy. Brian chega à casa de Lara para jantar com sua família e conta que foi assaltado. Ernesto fala o que pensa de Manuela para Davi. Pamela descobre que o empresário que queria investir no Júnior procurou Manuela várias vezes, mas não teve retorno.

## CHIQUITITAS

Quinta-feira, 20h30

Carmen fala para Matilde que Gabriela fugiu da casa de Nicolette, na França, e que está preocupada que Gabi tenha recuperado a memória. Na cadeia, Ernestina (presa injustamente no lugar de Matilde) sofre muito e não entende porque Carmen não apareceu para ajudá-la. Uma presidiária confunde Ernestina com Matilde e diz que está com um plano armado para fugir da cadeia. Janu e Mosca farão um trabalho juntos da escola, após um sorteio feito pela professora. Carol conta para Junior sobre o que descobriu de Fernando. Mili não pode desistir do clipe, que já está em produção. Bel e Rafa fazem o trabalho na casa da árvore dos meninos.

## IMPÉRIO

Quinta-feira, 21h00

é o marca um encontro com Maria Marta. Maria Clara, Enrico, Cláudio e Beatriz escolhem o convite para o casamento. Cristina se surpreende com a visita de José Alfredo. Lorraine promete se vingar de Maria Marta. Marcão sugere que Cristina peça dinheiro a José Alfredo. Cora sai de casa com o álbum de fotos. Maria Marta manda Helena descobrir onde José Alfredo passou a tarde. Cora consegue entrar na loja Império. Fernando pergunta se Cristina quer exigir um exame de DNA. Vicente decide inovar na cozinha, sem a autorização de Enrico, e Antônio se preocupa. Enrico vai jantar em seu restaurante com Maria Clara e Beatriz. Cláudio procura Leonardo e Érika o segue. José Alfredo encontra o álbum de recortes.

## VITÓRIA

Quinta-feira, 22h15

Iago assume os treinos dos cavalos e pede que Jorge fique de olho em Edu, Nelito e Luciene. Jorge conta a Beatriz que não gostou de Iago ter pedido pra liberar o seu namoro com o Mossoró. Luciene diz a Edu que a briga na justiça vai fazer Gabi sofrer e ele resolve conversar mais uma vez com Renata. Zuzu percebe que Renata e Caíque estão cada vez mais próximos. Iago finge compreender a decisão de Bernardo, que fica aliviado. Funcionários do bar de Lázaro suspeitam que esteja rolando um clima entre ela e Mossoró. Professores tentam adivinhar quem contou a Priscila sobre a reunião. Renata questiona Quim por ter avisado Priscila da reunião.

# Humor

## TÔ DENTRO!

O bêbado está levando a maior dura do delegado:

- Quer dizer que o senhor estava envolvido na briga desses pi-lantras?
- Quem? Eu? De... hic... jeito nenhum, dotô delegado. Eu sou... hic... paz!
- Então porque os policiais trouxeram o senhor pra cá?
- Eles trouxeram... hic... não... fui eu que quis vir...
- Não entendi!
- Tava a maior... hic... briga no bar! Ai encostou o camburão... hic... e um polícia gritou... hic... "É caga pra todo mundo!". Ai eu falei: "Tô dentro!".

## OS OVOS DE FERRO

Alfredo tinha uma granja que abastecia o lugarejo com ovos de galinha.

Só que as galinhas começaram a bicar os ovos logo ao pô-los, inutilizando os mesmos para a comercialização.

Alfredo telefonou para o primo que já era veterano no negócio, pois tinha uma granja numa cidadezinha do interior mineiro.

- Não há motivo para preocupação, Alfredo. Deparei-me com o mesmo problema e resolvi-o estudando a psicologia das galinhas. Coloquei ovos de ferro pintados de branco, idênticos aos de galinha, e ao bicá-los, as aves machucavam os bicos. Então, por instinto, evitavam de bicar os verdadeiros ovos.
- Mas onde vou encontrar ovos de ferro?
- Procure um ferreiro na cidade



que ele certamente lhe arranjará alguns.

Alfredo encontrou um ferreiro octogenário que já estava corcunda pelo peso dos anos de la-buta.

Dirigindo-se ao velhinho, que estava recurvado sobre uma chapa incandescente que retirava do forno a carvão:

- Meu velho, o Sr. por acaso tem ovos de ferro?
- Não, meu filho. Isso é desvio da coluna mesmo.

TÁ  
CHEGANDO  
A  
HORA!

PROMOÇÃO  
CONSTRUINDO  
NUMA BOA!



SORTEIO  
DIA  
09/08  
ÀS 12H



# celebridades

## SBT impede oficial de justiça de entregar mandato para Eliana



Eliana está sendo processada por conta de um antigo anunciante de seu programa. O que levou a uma notificação oficial que deveria ter sido entregue para a loira no SBT. Deveria, se o oficial de justiça não tivesse ido parar no jurídico e sido reencaminhando para um escritório dela no Paçamby.

Eliana recebe notificação da justiça

O oficial escreveu nos autos: "Informo ainda que não me foi permitido encontrar a apresentadora pessoalmente, visto que estas 'estrelas' são protegidas pela empresa."

O processo, que pede a soma de R\$ 67.500,00, é movido por uma pessoa que se sentiu lesada pelo ex-anunciante do programa da Eliana. A empresa em questão é uma loja virtual de produtos eletrônicos.

## Felipe Simas, o caçula do 'clã' Simas, festeja seu primeiro Dia dos Pais

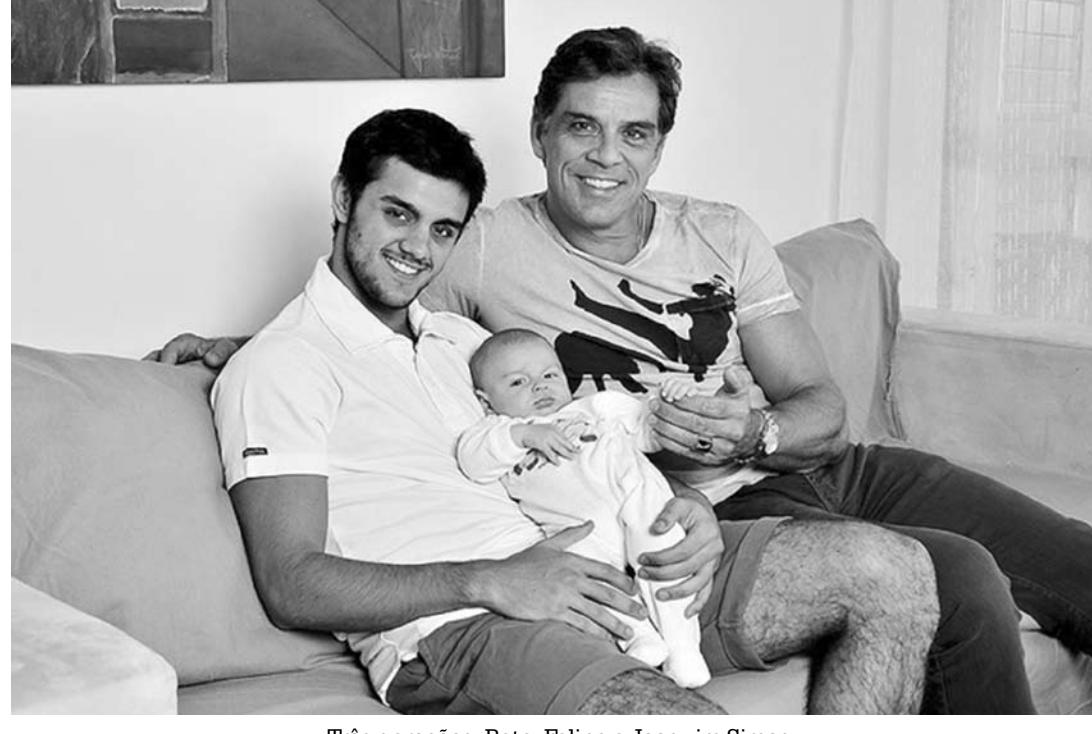
Desde pequeno, Felipe Simas aparece em matérias sobre o Dia dos Pais ao lado do patriarca da família, o capoeirista Beto Simas, e dos irmãos, Bruno Gissoni e Felipe Simas. No entanto, em 2014, a data será diferente para o ator de 21 anos, já que ele se tornou pai de Joaquim em abril. "Sempre quis ser pai e minha mãe sempre disse que, mesmo eu sendo caçula, seria o primeiro a ter filho. Ela acertou!", brinca o ator.

Joaquim é fruto do relacionamento do ator com a estudante Mariana Uhlmann, de 23 anos. O ator conta que assim que soube do resultado largou tudo - até um compromisso com o pai - para comemorar a notícia com a mulher. "Fui correndo para Niterói, onde ela morava. Chorei durante o trajeto todo, mas não foi de tristeza. Foi emoção e felicidade mesmo!"

Felipe e Beto concordam na forma de educar o menino e revelam os conceitos que querem transmitir ao novo caçulinha da família. "Quero passar a responsabilidade de você ser uma pessoa no mundo. Hoje, as pessoas parecem

que não pensam mais no outro. Quero procurar um colégio com pensamento diferente, que preze a natureza e que dê valor aos valores verdadeiros: como educação, família e amor".

Joaquim também trouxe sorte para a vida do pai.



Três gerações: Beto, Felipe e Joaquim Simas

No dia que o bebê nasceu, Felipe ficou sabendo que tinha sido aprovado para estrear em "Malhação": "Estava no quarto, com a Mariana e Joaquim dormindo, e o produtor me ligou falando que tinha passado".



GLAMOUR

Olivia e Otis: momento mãe e filho

## Olivia Wilde aparece linda amamentando seu filho em foto

Em tempos de politicamente correto e pudor aplicado à coisas tão humanas quanto se sentar ou caminhar, uma foto singela de Olivia Wilde amamentando seu filho Otis, fruto do relacionamento com o ator Jason Sudeikis, acabou ganhando ares de manifesto. A imagem foi publicada pela Glamour na edição em que a atriz estampa a capa.

Em entrevista para a revista, a atriz disse: "Ser fotografada com Otis é tão perfeito porque qualquer retrato meu agora não se completa sem minha iden-

tidade como mãe fazendo parte disso. Amamentar é a coisa mais natural. Eu não sei, agora sinto que Otis deveria estar sempre no meu seio".

Em outro momento ela falou melhor sobre o que significa ser uma mulher com múltiplas identidades: "Você pode ser alguém que é ao mesmo tempo maternal e profissional e sexy e auto-confiante. Quero dizer, eu não pareço tão bonita [como na foto] quando estou amamentando normalmente. E, em geral, há uma fralda envolvida".

**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: realstulen@uol.com.br  
www.r3000.com.br

**Marquinho Santana**

Representante Comercial  
Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090  
Fernandópolis

Avenida Lírio Greco, 30  
Bairro Brasilândia  
Fernandópolis/SP  
(Próximo a Rodobens Caminhões)

**Flor da Mata**

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

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

**COLOMBANO**

Plano de Assistência Familiar

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

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

**BIMM**

**Ferro Velho S. Paulo**

COMPRA-SE SUCATA EM GERAL

VENDE-SE CORDOALHAS PARA CURRAL, PORTEIRAS PARA BRETE, ANDAIMES, TUBOS E METALON

www.ferrovelhosapaulo.com.br

FONE (17) 3442-5050

RODOVIA EUCLIDES DA CUNHA, KM 555 - FERNANDÓPOLIS-SP



Isabelle linda e feliz

## Isabelle Drummond se descreve feliz e apaixonada

Interpretando a Megan de "Geração Brasil", Isabelle Drummond vive um bom momento. Pelo menos é o que ela diz, em entrevista para a revista Estilo. "Estou leve e tranquila. Feliz no trabalho e apaixonada", conta.

O trabalho, quem acompanha novelas, sabe. Essa é a terceira mocinha que Isabelle emenda na faixa das sete. Logo, não tinha como estar melhor. O que as pessoas talvez não saibam é sobre seu romance.

Já são oito meses desde que ela

começou a namorar com o músico Tiago Iorc. Os dois não se desgrudam. Fazendo inveja em casais que não são tão legais, nem tão bonitos.

Ainda na mesma revista, a atriz falou sobre como é seu padrão de consumo agora: "Ultimamente, tenho pensado mais antes de comprar. Estou mais consciente do que gosto de verdade, do que tem a ver com o meu estilo, de como vou usar aquele produto. Sigo menos a tendência e mais meu estilo".

**ÓTICA IDEAL**

Rua Brasil, 2161  
17 3442 3709  
&

**ÓTICA STA. LUZIA**

Rua São Paulo, 1859  
17 3463 4936

**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