

■ UM TOQUE DE **SAÚDE & BELEZA**

Exames essenciais para a saúde da mulher

O costume de visitar o médico periodicamente é muito importante para a saúde. Porém, infelizmente, é um hábito ainda muito ignorado. Quando se trata do ginecologista, por exemplo, é bastante comum que a correria do dia a dia faça com que a consulta seja adiada.

Mesmo fazendo os checkups anuais, você sabe que tipo de exames são solicitados por seu médico para garantir que tudo será verificado apropriadamente? O histórico familiar e os antecedentes pessoais devem ser levados em conta, é claro, mas um paciente informado contribui para uma consulta mais proveitosa. Por isso, trazemos uma lista com os exames indispensáveis para

uma avaliação completa da saúde da mulher.

PREVENTIVO OU PAPANICOLAU

É fundamental para o diagnóstico das primeiras alterações no colo do útero, que são fáceis de tratar, sendo recomendado pela maioria dos médicos a partir da primeira relação sexual e anualmente desde então.

MAMOGRAFIA

Na opinião da maioria dos ginecologistas, esse exame, que detecta anormalidades no tecido da mama, deve ser feito anualmente a partir dos 40 anos de idade. Exceções são feitas para quem tem casos entre os parentes, pois quem tem história familiar de câncer de mama pode ter que iniciar mais cedo o monitoramento e a prevenção.

HEMOGRAMA

Esse exame oferece um parâmetro de como estão as células sanguíneas e as plaquetas, além de identificar inflamações, infecções e anemias. Ele deve ser pedido já na primeira consulta como parte do checkup.

GLICEMIA

Ajuda a identificar os níveis glicêmicos no sangue, inclusive para o diagnóstico da diabetes. Ele também deve ser solicitado na consulta inicial.

SOROLOGIAS

São ordenadas de acordo com o histórico e a suspeita de diagnóstico de cada paciente. Os testes para as principais Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs) também devem fazer parte de um bom checkup.

TSH

É um exame de sangue



indicado para avaliar as funções da tireoide. Dependendo dos sintomas, pode ser solicitado antes dos 40 anos, mas deve ser incluído regularmente na lista de procedimentos médicos.

PÓS-MENOPAUSA

Esse é um período que atinge mulheres entre 45 e 50 anos. A partir daí, são necessárias outras checkups. Exames de função do fígado e do rim, bem como de colesterol total e frações, além de todos os citados nos itens anteriores.

DENSITOMETRIA ÓSSEA

Determina a densidade dos ossos do corpo humano. É importante que o exame seja realizado após os 50 anos, período em que se começa a perder eficiência óssea.

ULTRASSOM TRANSVAGINAL E ULTRASSONOGRAFIA MAMÁRIA

Esses exames não são pedidos como parte da rotina médica por serem mais específicos. A intenção é avaliar os órgãos do sistema reprodutivo feminino. A

ultrassonografia mamária, por exemplo, pode complementar o diagnóstico em caso de mamas mais densas durante a mamografia.

COLPOSCOPIA

Trata-se de um exame mais detalhado do colo do útero. A colposcopia deve ser solicitada em caso de alterações específicas do preventivo (Papanicolau) se a paciente apresentar sintomas ou quando o médico perceber algo suspeito durante o exame de rotina. Prevenir é melhor do que remediar.

Cuidados com o couro cabeludo garantem cabelos mais bonitos e saudáveis

Enrolados, lisos, crespos, claros ou escuros. Não importa qual é o seu tipo de cabelo, certamente você já desejou uma cabeleira de arrasar, com efeito de comercial de xampu. E para isso investiu em cremes, acessórios e salões de beleza. Mas é provável que você tenha se esquecido de um “pequeno” detalhe: o couro cabeludo. É dele que cada fio de cabelo nasce e, consequentemente, herda tanto as qualidades quanto os defeitos. Se essa região estiver com excesso de oleosidade, pele ou constantemente suja, não há corte que resolva, as madeixas terão sempre os mesmos problemas.

O descaso com o couro cabeludo pode causar caspa, descamação, oleosidade em excesso e até prejudicar a nutrição do cabelo. A boa notícia é que basta um pouquinho de atenção para garantir raízes saudáveis. Confira os cuidados com o couro cabeludo a seguir.

NA HORA DE LAVAR

Você é adepto de um

bom banho quente e ainda lava o cabelo todo dia? A tática pode até ser relaxante, mas provavelmente está detonando o seu couro cabeludo - e de diferentes maneiras. Primeiro: a água quente estimula as glândulas sebáceas da região, responsáveis pela produção da oleosidade, que trabalharão mais que o normal. Já o excesso de água decorrente da lavagem diária vai retirar a oleosidade natural, estimulando as glândulas a trabalhar ainda mais para compensar a falta de sebo. O resultado é o aspecto engordurado em dobro, que pode obstruir os poros que dão passagem ao fio de cabelo, e, consequentemente, dificultar a distribuição dessa oleosidade, importante para a hidratação do fio por inteiro.

Para evitar o desastre recomenda que a lavagem seja feita com água em temperatura menor que 25 graus e, preferencialmente em dias alternados. Assim você evita os desgastes

causados pelo excesso de água, sem permitir o acúmulo de sujeira.

ENXÁGUE BEM

O acúmulo de produtos na raiz dos cabelos também pode entupir os poros (folicúlos pilosos) do couro cabeludo, que é por onde o fio de cabelo sai, prejudicando a nutrição dos fios. Isso acontece comumente com os produtos do tipo “2 em 1”, que agregam xampu e condicionador numa só fórmula. Em geral, as pessoas não retiram totalmente esse produto do cabelo, e os resquícios acabam se acumulando no couro cabeludo.

HIDRATAÇÕES PARA COMBATER A DESCAMAÇÃO

Muita gente sofre com o ressecamento do couro cabeludo. No frio, a sudorese fica diminuída, por isso há o ressecamento do couro cabeludo e possivelmente a descamação. Existem produtos específicos que podem hidratar o couro cabeludo sem deixá-lo com aspecto enebado e nem

obstruir os poros do couro cabeludo. Princípios ativos como a ureia e o lactato de amônio, por exemplo, têm alto poder emoliente.

SECADOR E CHAPINHA

Para os fios existem produtos ativados pelo calor do secador e da chapinha que dão a proteção necessária. Mas e para as raízes? Não há produto capaz de atenuar o dano do calor excessivo, a única solução é o cuidado ao fazer esses procedimentos. A recomendação de profissionais é que se mantenha o secador a uma distância mínima de 30 centímetros da raiz dos cabelos e a chapinha a cerca de um centímetro e meio do couro cabeludo. Pois por mais popular e prática que a chapinha tenha se tornado, é preciso lembrar que ela danifica os cabelos e não pode ser usada tão frequentemente.

PRODUTOS QUÍMICOS

Escova progressiva, definitiva, permanente e qualquer outro procedimento químico pode detonar os fios. O mesmo perigo cor-



re o couro cabeludo. Esses produtos são ácidos e por isso podem queimar o couro cabeludo e gerar descamação. O ideal é que o profissional faça um teste de sensibilidade antes de aplicar o produto.

ALIMENTAÇÃO NUTRE O COURO CABELUDO

Os fios de cabelo são compostos por substâncias que adquirimos através da alimentação, por isso, uma dieta adequada é fun-

damental para que os nutrientes cheguem ao couro cabeludo e constituam um belo fio. Os aminoácidos e proteínas (carne, ovos e leite), por exemplo, estimulam o crescimento e o fortalecimento dos fios, enquanto o zinco (nozes, frutos do mar, germen de trigo e levedo de cerveja) estimula o crescimento e reduz a oleosidade, e o ômega-3 e o ômega-6 (presentes nos óleos funcionais) ajudam na hidratação dos fios.

MultiDrogas

Com você pela nossa gente

DROGALIDER

DISK ENTREGAS: 3442-4505

AGORA TAMBÉM NA FEF

ATENDIMENTO 24 HORAS

Preços Multi Populares

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

Cobrimos qualquer oferta da concorrência em medicamentos!

ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES

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

social



Destaque para a pequena **Sofia Zequin Orati** que ontem apagou velinhas em comemoração aos seus dois aninhos. A homenagem dos pais Marcos, Heloisa e do irmãozinho Nicolás



Felicidades para Maria **Elisa Migliorini** que ontem comemorou idade nova. O carinho especial da família e do esposo Ita.



Parabéns para a bela **Eloane** que nesta quinta-feira festejou mais um aniversário ao lado do esposo Mauro e filhos

Nossa prioridade é a sua visão!

Ótica Cidade

FONE/FAX 17 3463-1286

www.oticaacidedefernandopolis.com.br
oticaacidedefernandopolis@hotmail.com

AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS, Nº 1301 - CENTRO FERNANDÓPOLIS - SP (AO LADO DO BANCO ITAU)

horóscopo

ÁRIES
Você tende a refletir sobre seus talentos e sua atuação profissional, pois Lua e Plutão se associam no circuito. Seu desejo de deixar uma marca no mundo lhe leva a se envolver com grandes causas, o que resgata sua identidade!

TOURO
Você se sente mais segura para lidar com questões mais complexas, neste momento em que Lua e Plutão se associam. Reflita sobre mudanças, pois seus valores pessoais estão mais favorecidos que as realizações!

GÊMEOS
A conjunção Lua-Plutão impulsiona a força de transformação, que, por sua vez, ajuda a aguçar sua sensibilidade. Tanto a vida pessoal quanto as relações são impactadas, e é possível que haja rupturas, ainda que futuramente!

CÂNCER
O valor das pessoas em sua vida fica mais claro, graças à associação de Lua com Plutão em sua área de relacionamentos. Você enxerga o ser humano sob outra ótica, mas seja realista e lembre-se de que todos têm defeitos. Evite decepções!

LEÃO
Concretize ações que deixem o cotidiano mais dinâmico. A conjunção Lua-Plutão lhe deixa mais consciente quanto ao gerenciamento do lar, do trabalho, da saúde e do bem-estar. Expanda os benefícios ao grupo, conversando com os parceiros!

VIRGEM
Permita-se mergulhar de cabeça nos prazeres da vida, mas seja responsável e não exagere, pois você tende a agir de maneira imprudente. Lua e Plutão conjuntos lhe pedem uma maior autocritica e uma atitude menos mundana!

LIBRA
A conjunção de Lua com Plutão ressalta o valor do ambiente familiar, que lhe oferece a paz desejada. Supere os desafios, mantendo o foco na harmonia e no bom entendimento. Saiba reconhecer os próprios defeitos e falhas!

ESCORPIÃO
Evite muita exposição em ambientes formais, pois Lua e Plutão se associam em sua área de comunicação, exaltando suas emoções. Ainda que já esteja certa e amadurecida em suas ideias e seus projetos, abra-se a novas visões!

SAGITÁRIO
Que tal promover ações que melhorem a administração da sua vida? Lua e Plutão se harmonizam em sua segunda casa, aguçando seu senso de valor e de oportunidade, o que permite boas perspectivas. Abra-se ao novo, mas tenha cautela!

CAPRICÓRNIO
Dedique-se com garra às suas causas e não tenha medo das mudanças que possam surgir. Ao passar por seu signo, a Lua se associa com Plutão, lhe tirando da acomodação. Porém, tenha cuidado para não agir de maneira autoritária!

AQUÁRIO
Os desafios emocionais são encarados com maiores força e determinação, neste momento em que Lua e Plutão estão conjuntos em sua área de crise. Perceba que as mudanças devem começar dentro de você, para depois se externarem!

PEIXES
Renove a vida social, pois ao formarem aspectos em sua área de amizades, Lua e Plutão lhe incentivam a sair da mesmice e a transformar sua visão de vida. Rompa limites, mas harmonize os interesses nas relações!

receita

Muffin de milho

Ingredientes:

- 1/2 xícara de farinha de trigo
- 1/2 xícara de fubá
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1/2 colher (chá) de fermento em pó
- 1/2 colher (chá) de sal
- 3 colheres (sopa) de manteiga derretida
- 1 ovo
- 3/4 de xícara de iogurte natural
- 1/2 xícara de milho de bulhão, cozido



Modo de preparo:

Unte com manteiga 12 forminhas de muffin e reserve. Em uma tigela, misture a farinha, o fubá, o açúcar, o fermento e o sal. Faça um furo no centro e adicione a manteiga, o ovo, o iogurte e o milho. Mexa até incorporar todos os ingredientes. Divida a massa entre as forminhas e leve para assar em forno quente (200 °C), preaquecido, de dez a 15 minutos, ou até que, enfando um palito no centro, ele saia limpo. Espere amornar de cinco a dez minutos antes de desenformar.

APAE FERNANDÓPOLIS

Feijoada da Apae

Preparada com muito amor e carinho!

APAE Fernandópolis convida a todos para prestigiar sua tradicional Feijoada

Realização dia 09/08/2014 (Sábado)

Marmitas no valor de R\$ 15,00 (Retirar na Entidade)

Pagamento à vista ou no cartão

Faça já sua encomenda pelo telefone (17) 3465-1150.

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

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

Rua Édio Alves de Oliveira, 918 - Centro

BENZEDEIRA 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

TÁ CHEGANDO A HORA!

PROMOÇÃO

CONSTRUINDO NUMA BOA!

SORTEIO DIA 09/08 ÀS 12H

1 PRÊMIO PRINCIPAL RENAULT

REDE INTER PRIME

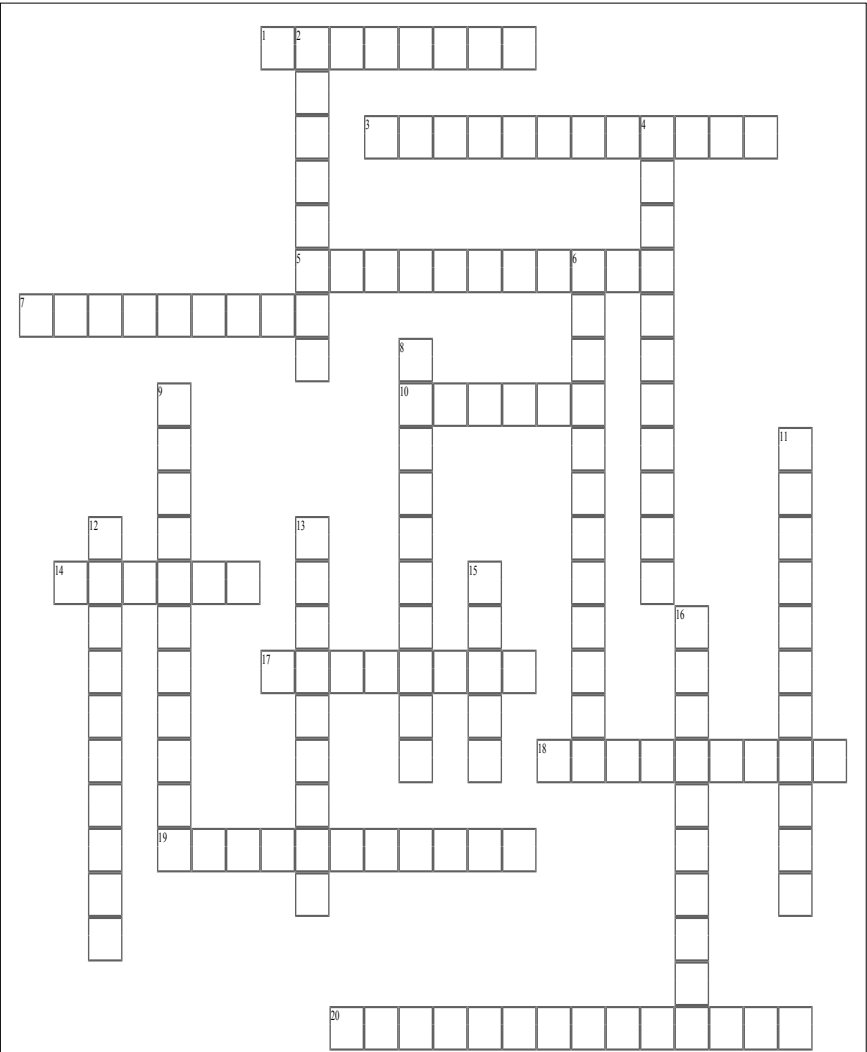
DUSTER ZERINHO!

Válido para as lojas de Fernandópolis e Ouroeste

CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO - CAIXA Nº 6-0326/2014

O SORTEIO DAS 12 TV'S OCORREU NO DIA 07/06/2014. CONSULTE GANHADORES NO SITE.

Palavras Cruzadas



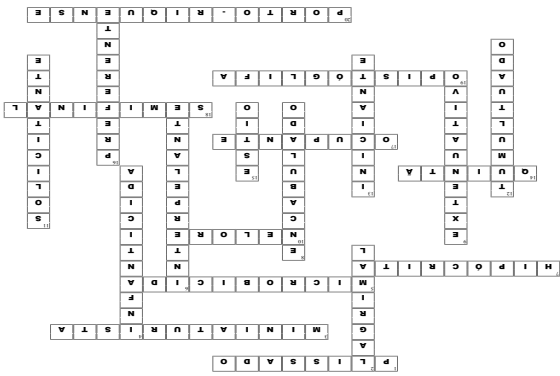
Horizontais

1. Em que se fez plissê Plissê
3. Que, ou pessoa que faz miniaturas
5. Que, ou aquilo que serve para destruir micróbios
7. Que, ou quem tem hipocrisia
10. Diz-se da, ou a raça de gado zebu originária da região da Índia desse nome, de pouco leite, mas apreciada para serviço e produção de carne
14. Diz-se da febre que sobrevém de cinco em cinco dias
17. Que, ou quem ocupa
18. Esp Diz-se de cada uma das duas provas cujos vencedores, pelo fato de terem vencido, adquiriram o direito de disputar a final A prova semifinal
19. Diz-se das serpentes que têm o dente inoculador de veneno situado no fundo da boca, na porção posterior do maxilar superior Var: opistoglifa
20. Porto-riquenho Pl: porto-riquenses

Verticais

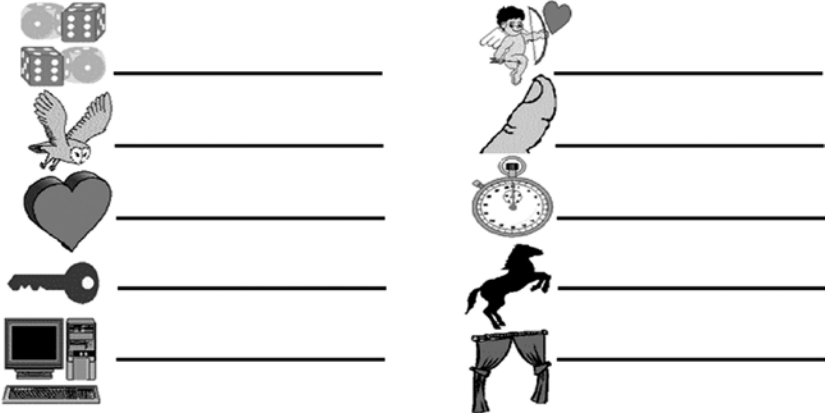
2. Lacrimal
4. Que, ou pessoa que cometeu infanticídio
6. Interpelador
8. Embaraçado, acanhado O que encabulou
9. Extenuante
11. Solicitador
12. Em que há tumulto
13. Que, ou pessoa que inicia
15. Estival Uma das quatro estações do ano
16. Que, ou pessoa que prefere nêutrons, é um constituinte do núcleo de todos os outros átomos e tem carga elétrica positiva numericamente igual à negativa de um elétron
19. Em linguagem infantil, designa papai e, também, qualquer alimento

Respostas



Caça Palavras

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



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

João é hostil com René. Jeff inventa para Lincoln que está namorando Mari. Edgard e Lucrécia anunciam o Show de Talentos na Ribalta. Ducca convida Bianca para uma noite romântica. Dandara e René começam a levar João para a Ribalta, e o rapaz se encanta com Bianca. Bianca dá uma foto de Ana para Karina. Dandara conta para Delma que pediu ajuda a René, e que o ex-marido está recuperado. Karina é rude com Bianca e quebra a porta do quarto, deixando a irmã lá dentro. Bianca tenta sair do quarto pela janela da sacada, mas acaba presa a um poste.

CHIQUITITAS

Sexta-feira, 20h30

Pata revela que Vivi deixou que Mili e ele fiquem juntos. Ernestina foge da cadeia com a bandida, amiga de Matilde. Elas saem vestidas de policiais. Dani sente cada vez mais saudade do orfanato e diz para o pai que quer voltar para o Raio de Luz. Ernestina entra no orfanato pela porta que leva ao porão do lugar. Em seu quarto, Ernestina se depara com Matilde dormindo. Ernestina procura seu documento de identidade e encontra na roupa de Matilde. Ernestina sai do quarto e Matilde acorda com o barulho. No escuro, Matilde dá uma paulada na cabeça de Ernestina e arrasta a irmã até o quarto. Ernestina acorda amarrada numa cadeira. Matilde diz para irmã: “Dessa você não vai escapar, Ernê”.

BOOGIE OOGIE

Sexta-feira, 18h00

Cristina e Mario conseguem convencer Rafael a comparecer à festa de noivado. Carlota fica chocada quando Daniele diz a Madalena que veio da Argentina para ficar. Tadeu comenta com Sandra sobre o noivado de Rafael, e ela pede que o rapaz a leve até à festa. Fernando fica surpreso quando vê Gilda na festa com Rodrigo. Sandra finge ser amiga de infância de Vitória e pede a Leonor para entrar na festa. Sandra conclui que Fernando beijou Gilda, ao ver uma mancha de batom em sua roupa. Daniele convida Rodrigo para mergulhar na piscina da mansão de Fernando. Rafael se prepara para pedir Vitória em casamento, quando Sandra o interrompe.

IMPÉRIO

Sexta-feira, 21h00

Cristina estranha o sumiço de Cora. Érika descobre que Cláudio se encontra com Leonardo. Téio fica radiante com a notícia sobre Cláudio. Fernando pede para Cristina esquecer José Alfredo. Josué encontra um motorista para Maria Marta. Enrico desiste de demitir Vicente. Robertão consegue o endereço de Téio. Carmem recebe dinheiro de Juliane e observa a foto de Orville. Tuane se anima ao saber que a audiência para conseguir a guarda de Victor foi marcada. José Alfredo manda o segurança soltar Cora pela manhã. João Lucas e Du vão a um baile funk e são observados por uma gangue local. Maria Marta fica furiosa por não conseguir descobrir onde José Alfredo esteve. João Lucas sofre um assalto.

GERAÇÃO BRASIL

Sexta-feira, 19h15

Jonas fala para Pamela, com entusiasmo, sobre o desempenho de Manuela no seminário. Lara tem uma ideia para conquistar Dorothy. Megan começa sua reprogramação com Brian. Barata repreende Sílvio no trabalho. Davi flagra Manuela conversando sobre seu projeto com Arthur e fica intrigado. Ernesto beija Ludmila na frente de Bóris. Verônica volta para casa e comenta com Edna que não fará a biografia de Jonas. Rita passa mal e fica impedida de apresentar o Geração Nem-Nem no lugar de Pamela. Verônica acompanha Debora até a Parker TV, e Pamela insiste que a jornalista apresente o Geração Nem-Nem.

VITÓRIA

Sexta-feira, 22h15

Flagrado por Laiza, Tadeu tenta disfarçar e inventa que Bárbara é sua amante. Ao chegar à escola Priscila fica irritada com a algazarra feita pelos alunos. Enzo acaba matando um mendigo e é preso em flagrante. Quim encontra com Bárbara na delegacia e descobre sua verdadeira identidade. Paulão e Priscila ficam sabendo da prisão de Enzo. Ramiro ouve o depoimento dos amigos de Yone. Manel diz que precisa convencer Ednaldo a assinar o depoimento de Cichinho. Clarice se prepara para seu primeiro dia de trabalho na escola Priscila Schiller. Professores e amigos de Yone fazem protesto na escola. Yone agride Priscila e elas acabam brigando. Todos são surpreendidos pela chegada de Valéria, mãe de Priscila.

Humor

TRÊS VELHINHAS NO CHÁ DA TARDE

Três senhoras muito velhinhas se reúnem para o chá da tarde.

- Puxa, acho que estou ficando esclerosada - comenta uma delas. - Ontem eu me peguei com a vassoura na mão e não me lembrava se já tinha varrido a casa ou não!

- Isso não é nada - diz a outra. - Outro dia eu me vi de pé, ao lado da cama, de camisola, e não sabia se tinha acabado de acordar ou estava me preparando para dormir.

- Cruz credo - fez a terceira. - Deus me livre ficar assim! Isola!

- e deu três batidinhas na mesa: toc-toc-toc.

Olhou para a cara das outras e emendou:

- Esperem um pouco que eu já volto! Tem gente batendo na porta

A KOMBI E A LINUSINE

Num farol vermelho, uma limusine emparelha com uma Kombi. Dentro da limusine, um executivo tira um sarro com o motorista da Kombi:

- Esta limusine é o máximo! Tem ABS, airbags para todos os passageiros, controle de temperatura automático, computador de bordo, vidros foto cromáticos, televisão com uma antena parabólica...

- Mas tem DVD player, que nem minha Kombi?

O verde aparece no semáforo e a Kombi sai, deixando o executivo arrasado porque não tinha es-

se item tão simples. Ele foi direto mandar instalar o equipamento.

Um dia, os dois carros se encontram de novo, no mesmo farol, e o executivo não perdoa:

- Minha limusine tem DVD! Entendeu?

- Mas tem minibar?

O sinal fica verde e o executivo quer morrer e manda instalar correndo um mini-bar.

Ele passava todo dia naquela esquina para encontrar o rival, até que um dia, vê a Kombi estacionada com os vidros fechados. Ele sai da limusine e bate no vidro até que ele se abre. O rapaz põe a cabeça para fora, ele bota a maior banca, e fala:

- Eu instalei o minibar na limusine!

- O quê? Você me tirou do chuveiro só por causa disso?



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 IMPERIO



R\$1,99

KIT CHAVE DE PRECISÃO



R\$14,99

ÓCULOS



R\$8,89

KIT CAIPIRINHA

a partir de

R\$1,99

celebridades

Viviane Araújo não descarta posar nua, mas tem que convencer o noivo

Já foram oito ensaios para revistas masculinas. Mas isso ainda pode não ser suficiente para Viviane Araújo que, do alto dos seus 39 anos, está bonita como nunca. Se a proposta for boa, claro. Ou, é

o que ela diz em entrevista. Estou centrada neste trabalho atual e não quero que fique só nessa novela. Mas, sei lá, se a proposta for boa. Nos primeiros eu queria aparecer, mas depois que as pessoas te co-

nhecem, você faz pela grana mesmo.

O que ela vai ter que superar é Radamés Martins, seu noivo, que anda ciumento com ela, acompanhando seu trabalho como a manicure Naná em "Império":



Musa poderá estampar páginas de revista masculina

Eu fico ligado na televisão esperando, sempre acompanhei e agora mais ainda, fico na expectativa esperando a Naná aparecer. Es-

tou gostando demais e sou muito tranquilo em relação a isso, mas tomara que não tenha um namorado. Viviane e Radamés moram sepa-

rados, mas às vezes se esbarram nos aeroportos e aí é um chamego só, não se desgrudam por nada. É preciso aproveitar o tempo juntos



Gio: solteira e feliz

“Estou muito feliz solteira”, diz Giovanna Lancellotti

Pouco mais de seis meses atrás, Giovanna Lancellotti estava namorando o colega de trabalho Arthur Aguiar. Desde o término do relacionamento muitos rumores sobre ela e outros famosos apareceram na mídia, mas nada foi confirmado. Em entrevista ela diz estar jogando no time das atrizes que só pensam em trabalho e não têm tempo para o amor.

“Continuo solteira, graças a Deus (risos). Estou trabalhando bastante. Vou entrar na novela, acabei de rodar o filme com o Fábio Porchat... Acho que estou em um momento muito meu. Namorar é muito bom, você poder dividir esses momentos e tudo mais, mas acho que tem horas em que a gente pre-

cisa ter o nosso momento, poder curtir as nossas coisas 100%, sem precisar dividir a nossa atenção. Estou muito feliz solteira”.

Mas caso alguém queira fazê-la mudar de ideia, a jovem atriz conta o que o cara precisa ter para ganhar seu coração: “A coisa mais essencial para mim, pelo menos hoje em dia, é que a pessoa seja uma boa companhia. Acho que não existe coisa pior do que você estar com uma pessoa de cara feia, emburrada, ou que não te faz rir. Não gosto de relacionamento pesado, quando tem aquela cobrança. Gosto de uma coisa mais leve, sou muito nova para ter algo pesado”. A parte boa é que ela diz que não tem um tipo de preferência física específica.

Malvino “Magia” Salvador é pura sedução latina com uma rosa na boca

Um dos boy magia mais badalados da Rede Globo, Malvino Salvador não precisa de muito pra ficar gato. Quando ele se esforça, então, é pra tirar o fôlego da mulherada e das bee. É o caso desta foto em que ele aparece sem camisa e com uma rosa na boca.

O estilo dançarino de tango faz parte da exposição “Alma Ibérica”, do fotógrafo e chef carioca Marcelo Faustini. O projeto está exposto no restaurante Ibérico, na Zona Sul do Rio de Janeiro.

Fora do ar nas telinhas desde o fim de “Amor à Vida”, Salvador tem trabalhado com ensaios e presenças VIP, e aguarda o nascimento de Ayra, sua primeira filha com a namorada Kyra Gracie. A pequena deve vir ao mundo em outubro.

Além de Malvino, as atrizes Christiane Torloni e Bárbara Paz foram clicadas. Além dos globais, outras figuras conhecidas do jet set carioca ajudaram no projeto.



Malvino Salvador na exposição Alma Ibérica



Tânia ainda quer aumentar a família

Tânia Mara acha absurdo uma mulher não querer ser mãe

A liberação feminina deu espaço para mulheres escolherem simplesmente não serem mães. E até gente famosa, como Cameron Diaz, faz disso parte de sua vida. Mas outras pessoas, como Tânia Mara, em entrevista, acha isso um absurdo.

A mulher não pode nascer, viver na terra, sem gerar uma (criança). Acho absurdo quando algumas

falam que não querem engravidar, que não nasceram para ser mãe. Não sabem o que estão perdendo. Estão perdendo a verdadeira vida.

Tânia é mãe de Maysa, de três anos, fruto do relacionamento de 10 anos com Jayme Monjardim, diretor de núcleo da Globo. Ela disse que pretende aumentar a família em 2015.

Marquinho Santana
Representante Comercial
Cel.: (17) 9621-0596
(17) 3462-1090
Fernandópolis

**Flor da Mata**
MADEIREIRA

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

**ÓTICA IDEAL**

Rua Brasil, 2161
17 3442 3709
&
**ÓTICA STA. LUZIA**

Rua São Paulo, 1859
17 3463 4936

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 !!!*
Naõ fique de fora dessa!

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

**Auto-Posto PÔR DO SOL**

GASOLINA
comum/aditivada
R\$ 3,08

ÁLCOOL
R\$ 2,07

DIESEL
R\$ 2,42

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