

## social



Parabéns para a jornalista **Elka Candelária**, que na última terça soprou mais uma velinha. Na foto, junto a Laís Silveira e Amanda Rodrigues.



Felicidade para o ex-vereador de Fernandópolis, **João Garcia**, que hoje comemora idade nova e recebe a homenagem especial da esposa Neide, dos filhos Isabela, João Júnior e netos.



Nossas congratulações para a competente **Maria Helena Fortes**, aniversariante de hoje.



O sempre atuante presidente do Sindicato Rural, **Marcos Mazeti**, em evento ao lado do ministro do TCU, João Augusto Ribeiro. Nardes.



Só feras e artilheiros! **Debrail de Brito** e **Jorginho Teixeira**. Com a dupla não tem placar em branco.



O garotão **Vinicius Artur de Oliveira** comemora aniversário hoje e recebe os cumprimentos de amigos e familiares. Na foto com Beatriz Oliveira.



O empreendedor **Fábio Ramos**, ao lado da esposa Natalí, recebe nossos cumprimentos por mais um motivo de comemorações.



A assessora de imprensa **Leida Freitas** é a aniversariante dessa sexta-feira. Parabéns!

## receita

### Bolo de amendoim com paçoca e chocolate

#### INGREDIENTES

- 4 ovos
- 1 1/4 de xícara (chá) de amendoim sem pele
- 1 xícara (chá) de óleo
- 2 1/2 xícaras (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 1/2 xícaras (chá) de chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 xícara (chá) de leite
- 550 g de paçoca de rolha
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata e 200 g de creme de leite
- 3/4 de xícara (chá) de água
- 1 colher (sopa) de margarina



#### MODO DE PREPARO

1. Prepare a massa: no liquidificador, coloque as gemas, 1 xícara (chá) de amendoim e o óleo e bata por 3 minutos.
2. À parte, bata as claras em neve, acrescente 2 xícaras (chá) de açúcar e bata um pouco mais.
3. Junte à mistura do liquidificador e bata mais um pouco.
4. Adicione a farinha de trigo, 2 xícaras (chá) de chocolate em pó, o fermento e o leite e bata por 3 minutos.
5. Unte uma forma redonda de 25 cm de diâmetro, despeje a massa e leve ao forno moderado por 50 minutos.
6. Faça o recheio: em uma tigela esfarele a paçoca com um garfo.
7. Coloque o leite condensado e 1 lata de creme de leite sem o soro, misture bem e leve à geladeira por 20 minutos.
8. Prepare a cobertura: em uma panela, ponha 1/2 xícara (chá) de açúcar e a água. Deixe caramelizar.
9. Acrescente a margarina e deixe ferver, deixe em fogo baixo, até obter uma calda grossa.
10. Adicione 1/2 xícara (chá) de chocolate em pó, 200 g de creme de leite sem o soro e mexa até incorporar totalmente com a calda.
11. Desenforme o bolo, recheie com o creme de paçoca, cubra com o chocolate e decore com amendoim restante.

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

■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Alimentos contra o cansaço



Às vezes a nossa saúde sofre pequenos contratemplos que não são graves, porém, podem causar um desconforto no nosso bem estar, um desses contratemplos é o Cansaço que é caracterizada por sintomas como cansaço propriamente dito, fraqueza física e mental.

## O ACONSELHAMENTO NUTRICIONAL

### PARA SUPERAR CANSAÇO:

Apesar de sua origem ser incerta e podendo afetar de forma muito diferente o doente, os alimentos desempenham um papel importante. Se você também sofre esses sintomas e gostaria de saber quais os alimentos contra cansaço, aqui está uma lista de alimentos saudáveis que podem ajudar de alguma forma, para combatê-lo.

- Para incorporar em nossa dieta aveia e gérmen de trigo.

- Adicione gergelim nos alimentos. Além de ser rico em vitaminas, minerais o que é mais interessante: ele facilita a absorção de nutrientes de outros alimentos.

- Minimização bebidas estimulantes ou chocolate.

- Coma muita fruta, particularmente rica em açúcares e vitaminas, como as uvas. Também altamente recomendado é de damasco.

- Incorporar a dieta geleia real e pólen. Eles são ricos em nutrientes e revigorantes.

- Você também pode usar suplementos vitamínicos para aliviar estes problemas de saúde e as deficiências de nosso alimento.

No entanto, se a sensação de cansaço persistir, o melhor para evitar problemas de saúde mais graves é ir ao seu médico e avaliar se a extensão no tempo destes sintomas é normal. Você sabe que a saúde não é um jogo.

# horóscopo



### ÁRIES

Amadureça suas ideias e faça uma autoavaliação, neste dia em que a Lua permanece em trígono com Netuno. Você terá maior clareza acerca de seus aborrecimentos, então aproveite para enfrentar e libertar-se de medos. Supere-se!



### TOURO

Que tal vivenciar novas experiências com as pessoas de que você gosta? O trígono Lua-Netuno em sua área de relacionamentos lhe deixa mais atraído pelo que é diferente e suas atenções se voltam para pessoas interessantes!



### GÊMEOS

Tudo que envolve suas relações no trabalho ganha uma nova percepção, com a entrada da Lua em sua sexta casa e o trígono com Netuno. Ideias e projetos interessantes para o trabalho se beneficiam de sua aguçada sensibilidade!



### CÂNCER

Seus talentos se expandem criativamente, pois Lua e Netuno formam trígono. Mesmo que esteja estimulando suas capacidades de maneira discreta, perceba como pode gerar grandes realizações!



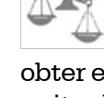
### LEÃO

O trígono entre Lua e Netuno lhe deixa mais introspectiva e consciente, favorecendo a harmonia interior. Reflita sobre a vida, tanto no nível de seu mundo mais íntimo, assim como no âmbito de tudo o que existe ao seu redor!



### VIRGEM

Por meio do diálogo você poderá obter esclarecimento a respeito de certas confusões nos relacionamentos pessoais. Lua e Netuno harmonizados indicam um clima de bom entendimento e cumplicidade. Esteja aberta para ouvir os outros!



### LIBRA

Por meio do diálogo você poderá obter esclarecimento a respeito de certas confusões nos relacionamentos pessoais. Lua e Netuno harmonizados indicam um clima de bom entendimento e cumplicidade. Esteja aberta para ouvir os outros!



### ESCORPIÃO

Você busca novas sensações e prazeres, neste dia em que Lua e Netuno se harmonizam. Sua introspecção desperta uma criatividade que pode impulsionar o autoconhecimento. Permita-se entrar em contato com seu inconsciente!



### SAGITÁRIO

Você se volta para suas raízes e origens, neste momento em que a Lua entra na área de crise e Netuno continua transitando na área familiar, com ambos formando trígono. Não deixe que a melancolia em relação ao passado tome conta de você!



### CAPRICÓRNIO

A comunicação flui facilmente com a conjunção Lua-Netuno, que também lhe pede cautela quanto à qualidade de informações. Sentimentos que estavam ocultos são despertados pela presença dos amigos!



### AQUÁRIO

A vida profissional entra em foco, com o trígono Lua-Netuno, que incentiva o aperfeiçoamento de processos de maneira alternativa. Ao perceber as oportunidades potenciais e somá-las às outras, você alcança um patamar mais elevado!



### PEIXES

Sua mente e seus processos comunicativos se expandem com a harmonia Lua-Netuno, que harmoniza sua área espiritual e seu signo. Os horizontes se ampliam, pois o autoconhecimento é impulsionado pelas atuais experiências!

## Panificadora e Serv-Festas UBIRAJARA

ACEITAMOS ENCOMENDAS DE BOLOS E SALGADOS

FONES: (17) 3442-5064  
CELS: (17) 99147-3205  
99725-6606 / 98164-4350  
AVENIDA DE OURO DE CAXIAS, 348  
BAIRRO UBIRAJARA - FERNANDÓPOLIS  
E-mail: panificadoreuberjara@hotmail.com

A BEBIDA MAIS GELADA DA CIDADE  
ALUGUEL DE MESA E FREEZER

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

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

**Flor da Mata**  
MADEIREIRA

## FOTO DIAMOND

Fotos em geral  
Venda de produtos fotográficos  
Encadernações, plastificações  
E Xerox

Av. Nove de Julho, 1225 - Indiaporã-SP  
Fone 17-3842-1175

## REDE GIGANTÃO

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

A maior, melhor e mais completa loja de utilidades da região!

**SEJA BEM-VINDO AO GIGANTÃO**

**Flor da Mata**  
MADEIREIRA

Loja 1. **FERNANDÓPOLIS-SP**  
AV: AMADEU BIZELLI, 1299 - CENTRO

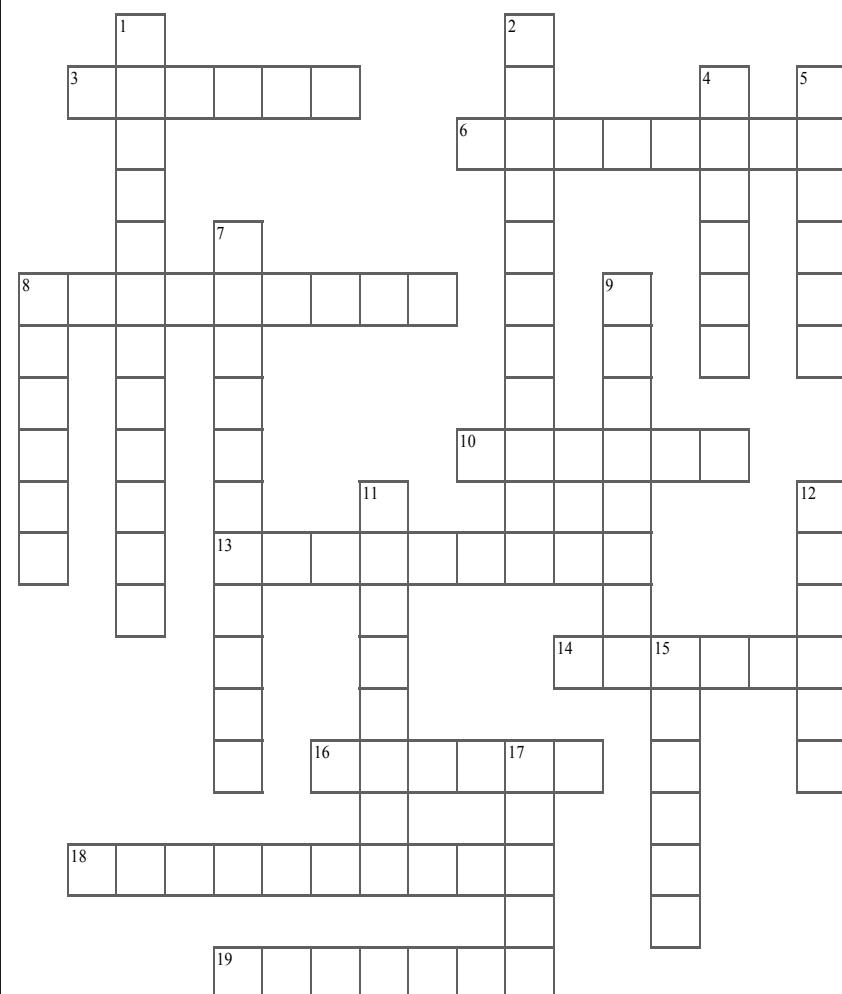
Loja 2. **FERNANDÓPOLIS-SP**  
AV: LIBERO DE A. SILVARES, 2223 - CENTRO

Loja 3. **CATANDUVA-SP**  
R: BRASIL, 432 - CENTRO

Loja 1. **VOTUPORANGA-SP**  
R: AMAZONAS, 4320 - CENTRO

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

# Palavras Cruzadas



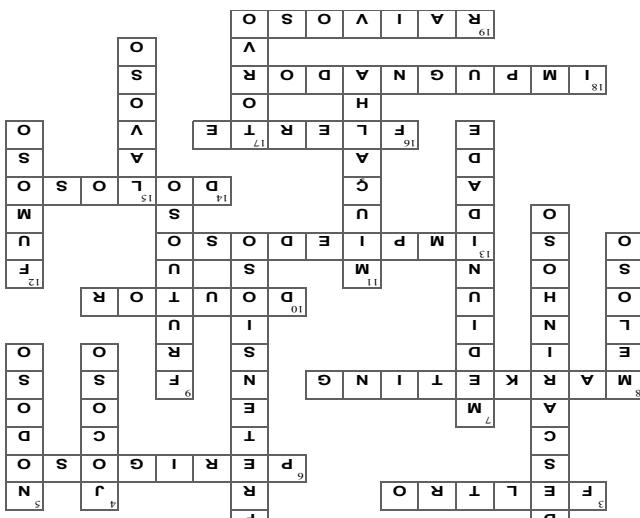
## Horizontais

- Tecido de lã ou de pêlos, emaranhados e empastados por pressão, empregado no fabrico de chapéus, discos de polimento etc
- Em que há perigo
- Conjunto de operações executadas por uma empresa envolvendo a vida de um produto, desde a planificação de sua produção até o momento em que é adquirido pelo consumidor
- Aquele que recebeu supremo grau em uma faculdade universitária
- Em que não há piedade
- Causado por dolo
- Namoro ligeiro, sem consequência
- Que, ou o que impugna
- Cheio de raiva

## Horizontais

- Faltó de carinho
- Que tem pretensões ou vaidade
- Alegre, gracioso
- Em que há nós ou saliências
- Qualidade de médium
- Que contém mel
- Que produz muitos frutos
- Conjunto de coisas miúdas
- Que exala fumo ou vapores
- Que se refere a lava
- Que causa terror

## Respostas



# Caça Palavras



TRAIDOR  
HOSPEDADOR  
RACEMOSO  
DISCRIMINADOR  
ENCORRIDOR  
LAMBISSADOR  
NOTICIADOR  
REGATEADOR  
LAPIDADOR  
LAMBICADOR  
ENCURTADOR  
MALFEITOR  
INALADOR  
OPRESSOR  
MUNICIADE



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

# Resumo de Novelas

## MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Lobão incentiva Nat a lutar com Duca. Pedro pede para João ajudá-lo a ficar sozinho com Karina. Rogério cobra a diária do estúdio a Pedro. Pedro e Karina se beijam. Heidegger avisa a Lobão que Duca descobrirá quem é a ex-namorada de Alan. Lincoln convida Mari para morar em sua casa com Jeff. Karina aceita namorar Pedro. João não escuta os pedidos de socorro de Pedro e Karina, que estão presos no banheiro. Sol afirma que Mari precisa contar para os pais sobre sua gravidez. Dandara e Gael descobrem que João e Karina não estão em casa e se preocupam. Nando encontra João dormindo em seu sofá.

## BOOGIE OOGIE

Sexta-feira, 18h00

Carlota diz a Fernando que só reatará seu relacionamento com ele se Beto assumir a liderança da Vip Turismo, e exige ainda que Ricardo, Luisa e Vitória deixem sua casa. Vitória conta a Beto que seu pai era um bandido. Pedro orienta Jussara a se aproximar de Sandra. Fernando ordena que Gilda peça demissão da loja de Vitória, e a moça se revolta contra o amante. Carlota surpreende Júlia, que estava indo ao encontro de Vitória e Beto.

## GERAÇÃO BRASIL

Sexta-feira, 19h15

Verônica tem uma conversa decisiva com Jonas. Herval afirma a Pamela que não mentiu sobre seus sentimentos por ela. Pamela visita Jonas. Ernesto se encontra com os pais. Durante um atendimento, Brian não consegue se conectar com Jessica. Ernesto presenteia Pamela, que se emociona. Lara se preocupa com Brian. Moreira sugere que a Parker TV se posicione sobre Jonas para não perder a credibilidade. Débora alerta Verônica de que seu relacionamento com Jonas foi descoberto pela mídia. Gaspar tem uma ideia para um programa e Pamela gosta. Rita recebe flores de Fred e esconde o cartão de Matias.

## CHIQUITITAS

Sexta-feira, 20h30

No torneio de Artes Marciais da escola, o time dos chiquititos (Equipe Seis Tigres) é finalista ao lado do time dos meninos encenqueiros (Equipe Serpentes). As duas equipes finalistas terminam empatadas e Fábio é escalado pelos chiquititos e Janjão pelos encenqueiros para o último combate. Fábio vence e a equipe dos chiquititos também. Carmen e Matilde revelam para Cintia que descobriram uma passagem secreta, mas que não sabem como fazer para abrir. Carmen mostra que a passagem se abre na escada da sala do orfanato.

## IMPÉRIO

Sexta-feira, 21h00

José Alfredo se surpreende com o pedido que Ismael faz por ter devolvido o anel. Mário Sérgio se interessa pela história e entrevisa Ismael. Maria Marta observa o diamante cor-de-rosa. Fernando implora que Cora o ajude a reatar com Cristina. Jurema alerta a Tuane que Reginaldo pode não voltar mais. Xana incentiva Juliane a pedir uma pensão para Júnior. Cora fala do telefonema de Fernando para Cristina. Carmem, Orville e Jonas jantam no restaurante de Enrico. Beatriz é ríspida com Enrico. Amanda volta para a mansão e José Pedro comunica a Danielle. Du pede para ficar na casa de João Lucas.

## VITÓRIA

Sexta-feira, 22h15

Iago manda Laíza comprar a parte de Mossoró na sociedade do Laíza's bar. Jorge diz para Beatriz que está apaixonado pela sócia de Mossoró. Diana e Rafael acreditam na inocência de Gregório. Laíza desabafa com Catarina e recebe cantada de Jorge. Ramiro insinua que Sabrina ficou animada com a presença do delegado Neto. Valéria procura por seu celular, mas não o encontra e Priscila finge não saber onde está. Quim pergunta para Michele onde está Beatriz. Jorge conta para Iago que Mossoró está dando em cima de Laíza. Diana se mostra desconfiada de Iago.

# Humor

## POR EDUCAÇÃO

Irritado com seus alunos, o professor lançou um desafio.

- Aquele que se julgar burro, faça o favor de ficar de pé. Todo mundo continuou sentado. Alguns minutos depois, Joãozinho se levanta.

- Quer dizer que você se julga burro? - Perguntou o professor, indignado.

- Bem, para dizer a verdade, não! Mas fiquei com pena de ver o senhor aí, em pé, sozinho!!!

## LOIRA HEROÍNA

Perto do Largo do Arouche, em São Paulo, um bebê cai da janel

la de um prédio. Uma loira que ia passando pela calçada vê o nenêzinho se precipitando velozmente em direção ao solo e imediatamente sai correndo em disparada, colocando-se bem debaixo do bebê, a tempo de ampará-lo em seus braços, conseguindo assim salvar a criança.

A loira é aplaudida por todos que assistiram à cena. Um senhor não se contém e a elogia:

- Puxa, parabéns! Que reflexo maravilhoso!!!

E a loira:

- Gostou?!?! é Wellaton!!!

## EM TEMPO RECORD

Um português telefona para o redator do Livro do Records (The Guinness Book of Records) e comunica:

- Eu acabo de resolver um quebra-cabeças de 3000 peças.

- Mas isto não é tão especial - comenta o redator, meio confuso. E o português continua:

- Mas eu o resolvi em apenas uma semana.

- Isto também não é tão difícil de se fazer - responde o homem do Guinness.

- Claro que é, meu amigo - diz o português já bravo; caixa está escrita de 3 a 5 anos!



Tudo em madeiras Brutas e Beneficiadas

Forro - Portal - Deking

Cleyton Perondi

(17) 99229-4585

(17) 99638-6286

Av. Litório Greco, 26 - Brasilândia - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

vpfernandopolis@hotmail.com

Zé do Gás

(17) 99201-6527

(17) 98167-2898

FONE/FAX: (17)

3463-2725

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

# celebridades



Em uma vibe mais familiar, imperador resolveu fugir das festas com mulheres e aproveitar o dia de outra forma.

## Ex de Latino diz que cantor trata melhor seu macaco do que os filhos



Latinho é mais legal com o Twelves

Parece que Kelly Key não é a única que teve problemas com o ex-marido, Latino, por conta de pensão da filha. Uma ex-namorada, que não quis se identificar, teve um filho com ele – que, na época, estava já namorando Rayanne Morais, sua atual esposa. E, segundo a mulher, o cantor não paga a pensão. "Ele não cumpre a ordem judicial que foi dada desde o início do ano. Já dei entrada no pedido de execução sob pena de prisão e estou aguardando o mandado", diz ela. Mesmo o filho tendo sido reconhecido pela justiça, através de exame de DNA.

Estou trabalhando numa campanha política e isso poderia me atrapalhar. Mas resolvi falar porque meu filho precisa fazer uma pequena cirurgia e não tenho dinheiro para bancar (...) Enquanto seu macaco tem toda uma vida de luxo, come papinha, usa fralda e tem a sua disposição um guarda-roupa de luxo, seu filho é atendido na UPA.

A assessoria de Latino diz que ele tem feito o pagamento mensalmente, no mesmo valor que dá aos outros filhos.

## ClimaCold Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça  
um orçamento  
sem compromisso

Ar Condicionado  
em até 10 vezes

Av. da Saudade, 282  
Higienópolis  
Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com



Consul

Jeferson  
17 9628 6060 (vivo)  
17 9133 9432 (tim)  
17 9168 5170 (claro)  
17 3442 7088 (fixo)

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

## Adriano Imperador faz festa em shopping carioca

Se você clicou achando que iria ver fotos de Adriano rodeado de mulheres em mais uma de suas baladinhas privê, desculpe decepcionar. Em uma vibe família, dessa vez o jogador armou uma festinha com os filhos em uma loja de brin-

quedos em um shopping carioca. O Imperador resolveu passar a tarde com Adrianinho e Sophia, que fizeram o pai levar uma sacola de brinquedos para casa.

Em entrevista recente, o jogador declarou a importância dos filhos (ele teve

o terceiro este ano) e que preza pela boa criação dos pequenos. "Sou da comunidade, onde todo mundo ajuda todo mundo. A minha essência é essa: simplicidade e educação", revelou. É, nem só de festa, barracos e mulheres vive um homem.

## Paris Hilton posa de dominatrix e autodeclara: "loira-vadia e sexy"

Paris Hilton arrancou gritos de felicidade de seus seguidores no Instagram. A loira postou uma série de fotos em que aparece com um look dominatrix e autointitulou as imagens "loira vadia e sexy". O ensaio de socialite e DJ foi feito em Nova York e ela não perdeu tempo e correu exibir as poses que fez:

Com dois quilos a menos, após cortar o fast-food da sua vida, a loira mostrou um corpo bem diferente do perfil "Miss Bumbum" adorado pelos brasileiros. E aí, o estilo sensual+carão+botas longas+batom pink te convenceu?



Socialite posou com looks pretos em ensaio sensual e resolveu definir o estilo no Instagram.

## Paulinha Leitte mostra resultado de 10 dias de projeto bumbum na nuca

A ex-BBB Paulinha Leitte segue em seu árduo processo de transformação física. Depois de perder os 40kgs que tinha como meta, a novidade agora é o seu projeto bumbum na nuca. E, para isso, ela faz uma nova comparação entre antes e depois.

Olha eu botando o bumbum pra jogo. Bumbum na nuca. Meninas lembram do meu projeto #bumbumnaucu? Tá dando resultado, eu acho. Também, eu faltou morrer no meu treino de glúteo (têm vários vídeos aqui dos meus treinos). Dobrei o consumo de água e vocês não sabem os milagres que a agua é capaz (6 litros por dia). tô tomando colágeno e fazendo aqueles tratamentos que eu postei aqui para vocês. E olha que foi só uma sessão. Bora todo mundo de bumbum na nuca.

Na verdade, agora que está com um corpo sarado e em dia, um de seus passatempos favoritos é postar antes e depois no Instagram. Esse é um dos mais impactantes:



Muita malhação, dieta adequada, litros e litros de água e alguns procedimentos estéticos mudaram a ex-BBB.

## 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 fritzes 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