

Everton Santos, esbanjando pose, em click especial para a coluna.



Nossos cumprimentos para **Nilsa Zarda**, aniversariante de hoje. Na foto ao lado de Natila Oliveira e Edenael Oliveira.



O dinâmico **Eduardo Scatena**, ao lado de Joice Silva, celebra mais uma passagem de ano em ritmo de muitas festas. Parabéns!



Festa para o **casal Siqueira**, com a data especial comemorada nesta quinta, aniversário de Soninha de Paula. O carinho especial do esposo Ulisses.



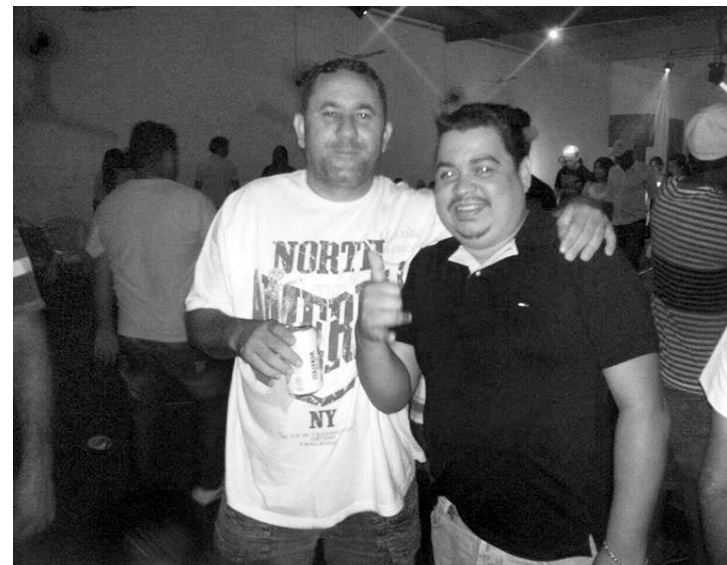
Parabéns para **Andressa Alves**, aluna da ETEC, que assopra velinhas nesta quinta. Na foto com Vinícius Pellegrine e Poliane Turini.



Encontro de amigos: **Paulinho dos Santos**, **Jeder do Gigantão**, **Cleber Rocha** e **Alexandre Veigas**.



Delmo Marques, um dos mais conhecidos e respeitados radialistas da região, comemora hoje mais um aniversário, recebendo a homenagem especial da família, amigos e dos muitos ouvintes que o acompanham diariamente pela Rádio Educadora. Felicidades Compadre!



Os amigos **Ademilson Fonseca** (vulgo Coxinha) e **Kinho Silva**, sempre curtindo os melhores eventos da região.

ÓTICA
IDEAL

Rua Brasil, 2161

17 3442 3709

&

ÓTICA
STA. LUZIA

Rua São Paulo, 1859

17 3463 4936

REAL SYSTEM
www.r3000.com.br

- Desenvolvimento de Software
- Contabilidade Comercial

Av. Vergniaud Mendes Caetano, 755
- Coester - Fernandópolis - SP
Tel/Fax: (17) 3465-9010
e-mail: realsusten@uol.com.br
www.r3000.com.br

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

Flor da Mata
MADEIREIRA

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

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!

GIGANTÃO
SEJA
SEM-VINDO
AO
GIGANTÃO

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

Fundo Social inaugura Escola da Beleza



Sala do curso de cabeleireiro com equipamentos e espaço físico adequados para as aulas práticas

→ Da **REDAÇÃO**
contato@oextra.net

Foi inaugurada nesta segunda-feira (24), a Escola da Beleza, um projeto do Fundo Social de Solidariedade do município de Mira Estrela. Este projeto está

sendo implantado na cidade através de uma parceria com o Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo, que oferecerá inicialmente o curso de cabeleireiro, dando a oportunidade para que os futuros profissionais tenham a chance de se qualificar pa-

ra ingressar no mercado de trabalho. O curso oferece 60 vagas e funcionará três dias na semana, em horários variados, com carga horária de 80 horas por turma. O projeto é mais uma conquista celebrada pelo município de Mira Estrela.



Prefeito Macarrão ao lado dos primeiros alunos e coordenadores da Escola da Beleza



■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Usos inusitados da casca de ovo

Constituída principalmente de cálcio, a casca de ovo serve para proteger a parte interior do mesmo, onde se desenvolve o embrião. Ao invés de jogar fora a casca do ovo depois de consumi-lo, podemos guardá-lo para usar no jardim, na limpeza, na cozinha e até mesmo em decoração. Mostraremos algumas idéias de como reciclar as cascas de ovos:

■ **1. Fertilizante para o solo:** A casca de ovo se decompõe rapidamente e adicionam uma quantidade interessante de cálcio e outros minerais valiosos na terra no processo de fertilização.

■ **2. Controle de pragas no jardim:** A casca de ovo moída colocada ao redor do caule das plantas e flores ajudam a deter animais como lesmas, caracóis e lagartas. É 100% natural e evita a utilização de pesticidas industriais.

■ **3. Café menos amargo:** Duas substâncias presentes nos grãos de café (o ácido clorogênico e o fenil indane) causam acidez nos estômagos mais sensíveis. Para neutralizá-los utilize o pH alcalino da casca do ovo. Você só deve colocar uma casca limpa no filtro de café. A bebida não perderá o sabor e ficará muito mais saudável para o seu estômago.

■ **4. Recipientes para fazer mudinhas de plantas:** Encha as cascas de ovos pela metade com terra e semeie a planta que desejar antes de transplantá-la para o canteiro, por exemplo, alface, tomate, etc.. A caixa de ovos no peitoril da janela é a maneira perfeita de começar a cultivar uma dúzia de mudas de tomate antes de transplantá-lo na horta ou jardim.

■ **5. Abrasivos para limpar superfícies difíceis:** Misture casca de ovo triturado com um pouco de água e sabão para limpar aqueles elementos incômodos nos vasos e jarros. As cascas moídas também podem ser usadas como um abrasivo não tóxico em painéis e utensílios de cozinha.

■ **6. Moldes de gelatina e chocolate:** Faça uma abertura na parte superior da casca e preencha cuidadosamente com gelatina ou chocolate para fazer guloseimas interessantes para as crianças. Você pode remover a casca antes de servir ou deixá-lo como uma surpresa para os convidados, certamente irão se surpreender com o conteúdo. Você pode pintar as cascas com tintas próprias para deixá-las mais bonitas.

■ **7. Desentupir pia:** Se a sua pia possui filtro, mantenha nele algumas cascas de ovos moídas em todos os momentos.

As cascas moídas impedem a passagem de alguns elementos sólidos e se rompem gradualmente, ajudando a limpar naturalmente os tubos até a caixa de gordura.

■ **8. Remédios caseiros com a membrana da casca:** A membrana interna da casca do ovo tem sido amplamente utilizada como remédio para muitas enfermidades, desde a cicatrização de feridas até o tratamento de unhas encravadas.

■ **9. Tratar irritações da pele:** Dissolva uma casca de ovo num pequeno frasco de vinagre de maçã (leva cerca de dois dias) e use essa mistura para o tratamento da pele e irritações menores da pele que causam coceira.

■ **10. Ovo para o rosto:** Triture cascas de ovos secas e o pó resultante misture com uma clara de ovo e use como máscara facial. É saudável e eficaz. Deixe a máscara secar antes de enxaguar com bastante água.

■ **11. O combustível do futuro?** E quando você pensava que não haveria nenhum uso mais inesperado, aqui está outra surpresa. Pesquisadores da Universidade Estadual de Ohio, EUA, descobriram recentemente que as cascas de ovos misturadas com dióxido de carbono podem ser a chave para produzir combustível de hidrogênio.

receita

Paella de legumes e frango

INGREDIENTES:

- 3 colheres (sopa) de azeite
- Sal a gosto
- 600 g de frango em pedaços (peito, coxa e sobrecoxa)
- 200 g de cenoura sem casca
- 200 g de vagem
- 1/2 colher (sopa) de páprica doce
- 4 tomates picados
- 2 xícaras (chá) de água
- 1/2 colher (sopa) de açafrão-da-terra
- 2 xícaras (chá) de arroz sem lavar
- 1 xícara (chá) de pimentão em cubos (use o verde, o vermelho e o amarelo)



MODO DE PREPARO:

Coloque o azeite e o sal em uma frigideira funda e aqueça um pouco. Junte o frango e frite por 30 minutos, mexendo às vezes para que doure por igual. Corte a cenoura e a vagem em pedaços de 5 cm. Acrescente à panela. Refogue por mais cinco minutos. Adicione a páprica, o tomate e metade da água.

Cozinhe em fogo alto por 20 minutos. Ponha o açafrão e prove o sal. Acrescente o arroz aos punhados, a partir da borda da panela, e a água restante, mexendo de vez em quando. Ponha o pimentão e cozinhe por mais 20 minutos em fogo baixo. Caso seque antes de o arroz estar macio, acrescente mais um pouco de água. Deixe descansar por cinco minutos antes de servir.

CANAL 10
A 1ª TV de Fernandópolis
www.canaldez.com.br
Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

PROCEDE
Vitorias

CONHECIMENTO
DE 15 ANOS
EM ANÁLISE VEICULAR

VISTORIA PARA CIRETRAN..... É COM A GENTE!!!

A 7ª 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

Clínica Veterinária
Dra. Maisa S. Bego de Oliveira

Médica Veterinária | CRMV-SP 31.556

Consultas | Consultas a Domicílio | Ultrassom
Exames Laboratoriais | Cirurgias em Geral | Vacinas
Medicações | Atendimento 24hs | Hotel

Tel.: 3463-4861
(17) 99626-9145 (17) 98168-1005
maisa_bego@hotmail.com

Rua Amapá, 1512 - Bairro Paulista
(esquina com a Etec) - Fernandópolis

ClimaCold
Ar Condicionado
Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso.

Ar Condicionado em até 10 vezes

Jeferson

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

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

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

celebridades

Belo entra na dieta de Gracy e afirma: “desempenho sexual melhorou”

A relação de Belo com Gracyanne Barbosa parece só fazer bem para o pagodeiro. O cantor revelou em entrevista que entrou na dieta da mulher e já emagreceu 20 quilos. Além de aumentar sua autoconfiança, tudo melhorou na vida do casal. “Me sinto mais bonito, mais jovem e é lógico que tudo isso aconteceu porque eu tenho uma grande mulher, que faz com que o meu dia a dia seja maravilhoso. Agora consigo jogar bola, jogar tênis, correr, andar

de skate, fazer tudo com muita disposição. Até o meu desempenho sexual melhorou muito mais”. Belo, que andou sofrendo com crises de estafa, afirmou que aos 40 anos se sente melhor do que quando tinha vinte. Ansioso para ser pai, ele declarou que está suando a camisa para ver a chegada do herdeiro. “Quero ser pai, tenho treinado excessivamente, mas ela (Gracy) também tem uma agenda muito cheia. Mas para 2015 a cegonha já pode começar a se preparar, mas bem

para o final do ano”. O pagodeiro, que ficou afastado dos palcos para o tratamento de estresse, já voltou aos shows e está lançando “Mistérios”, seu novo CD. Romântico que só ele, o cantor afirmou que os fãs não irão se decepcionar com o novo trabalho: “o amor sempre foi o que reinou nos meus discos. E nesse álbum eu abusei bastante, sem deixar minhas origens, mas mostrando também minhas outras referências para este público jovem”, adiantou.



Após perder 20 quilos, cantor comemora a nova fase fitness: “me sinto mais bonito”

Mendigata desmente ficada com Veridiana Freitas: “tá querendo se promover”

Fernanda Lacerda, a Mendigata do “Pânico”, ficou surpresa com a declaração de Veridiana Freitas. A loira afirmou que as duas tinham ficado após se conhecerem durante ensaio “As Gatas da Praia” para a Playboy de janeiro. A repórter, porém, demonstrou espanto com a declaração e já tentou desmentir tudo. “Como assim?! Dizer que fiquei com ela? É isso mesmo?! (risos) Ela está querendo se promover... Óbvio que não fiquei!” Não satisfeita com a afirmação negativa da panicat, Veridiana reafirmou que teve sim um caso com ela e avisou: “tenho fotos íntimas dela, mas jamais vou expor sua imagem, primeiro porque ela é minha amiga, segundo porque não preciso disso”.



Apesar da declaração de Fernanda Lacerda, a loira reafirma que ficou com ela e declarou que tem fotos íntimas da repórter do “Pânico”.

gem apesar de todos saberem que não é, ok”, afirmou. A loira declarou que não precisa de Fernanda Lacerda para se promover, afinal, “até ontem ela só gravava ‘Pânico’ fazendo figuração”. “Sou o que sou, respeito ela, mas não preciso dela para me promover afinal, olha quantos trabalhos faço? Tô no meu segundo Paparazzo, faço inúmeras campanhas publicitárias... Amo ela e respeito sua posição, mas agora, querer se fazer comigo não rola. Somos o que somos”. Após declarar que a Mendigata mexeu com ela, Veridiana mira para outras personalidades e afirmou se tivesse a chance pegaria Ellen Roche, que “parece uma boneca”. A loira, que andou levando um bolo de Emerson Sheik, declarou que se arrepende de ter se envolvido com o jogador, porque ele “não é homem”. Vale lembrar que Sheik nunca confirmou o affair com Veridiana.

Bruna Marquezine é vista aos beijos com o modelo Marlon Teixeira

Solteira sim, sozinha nunca. Bruna Marquezine foi flagrada aos beijos com o modelo Marlon Teixeira durante viagem para Miami, nos Estados Unidos. Os dois trocaram carinhos no badalado 1826 Restaurant & Lounge. Os dois, que se conheceram durante um ensaio para uma campanha publicitária, chegaram ao local acompanhados por amigos. Depois, eles dançaram agarrados na pista improvisada entre as mesas do local e se beijaram. Do restaurante, o grupo seguiu para a balada Mynth, mas não pode entrar porque Bruna é menor de 21 anos, idade mínima para curtir a balada lá. A atriz, porém fugiu do assunto ao ser procurada pela



Atriz badalou em Miami e aproveitou para curtir a solteirice

imprensa. “Não vou falar sobre isso. Desrespeita a minha vida pessoal”, disse. Marlon também preferiu não comentar o affair. O modelo, conhe-

cido como “Gisele Bündchen de calças”, é o brasileiro mais reconhecido no exterior. Solteiro há dois meses, ele estava namorando a também top

Samantha Gradoville. Já Bruna, depois que terminou com Neymar, foi vista apenas ficando com o produtor de eventos Raphael Sumar.

Casamento entre Clarice Falcão e Gregório Duvivier chega ao fim

Casal símbolo do maior grupo de humor da internet brasileira, o “Porta dos Fundos”, comunicou oficialmente sua separação. Clarice Falcão e Gregório Duvivier não são mais um casal, segundo a assessoria de imprensa que dividiam até então. O motivo da separação não foi informado. Também não se

sabe como isso deixa o “Porta dos Fundos”, que pode perder um de seus colaboradores por conta do rompimento. Clarice e Gregório estão juntos desde 2009 e em janeiro de 2014 eles oficializaram a união. Se algo azedou desde então foi bem recente, considerando que em suas contas pessoais nas redes sociais se mantêm fotos do casal ainda junto.



O casal de atores/cantores/columnistas chegou ao fim

horóscopo

ÁRIES
Os sextis que a Lua forma com Vênus e Urano indicam um dia animado na companhia dos amigos. Você se mostra mais aberta e generosa em suas interações. Seu aguçado senso coletivo faz você se destacar na vida social!

TOURO
Você alia criatividade com economia na vivência de seus prazeres, pois a Lua forma sextil com Vênus e Urano. Escolha opções econômicas, aproveitando a tendência para redescobrir o valor das coisas mais simples da vida!

GÊMEOS
Um clima de sinergia toma conta das relações que lhe são mais caras, neste dia em que a Lua passa por sua área espiritual e forma sextil a Vênus e Urano. As afinidades vão além dos interesses, abrangendo também aspectos mais pessoais!

CÂNCER
Você redescobre os próprios talentos, o que lhe permite dar um novo valor para projetos que vêm realizando, pois Lua, Vênus e Urano se harmonizam. Você dá mais importância ao valor que cria dentro de si mesma do que à sua projeção externa!

LEÃO
Os aspectos da Lua com Vênus e Urano lhe deixam mais alegre e de bem com a vida, facilitando a aproximação a pessoas também com essa energia. As amizades lhe oferecem o que há de melhor e as diferenças são encaradas com suavidade!

VIRGEM
As atividades domésticas demandam sua atenção, mas a harmonia entre Lua, Vênus e Urano lhe traz uma positividade que lhe permite realizar as atividades com alegria e segurança. Esse otimismo contagia e une os mais próximos!

LIBRA
A harmonia entre Lua, Vênus e Urano estimula os processos comunicativos e a expansão de conhecimentos. Aproveite este dinamismo mental para curtir companhias intelectualmente estimulantes, pois isso tende a ser bastante positivo!

ESCORPIÃO
Você demonstra generosidade aos mais próximos, cuidando melhor do bem-estar familiar, pois Lua, Vênus e Urano se aspectam no setor material-familiar. Os desafios cotidianos são superados de forma confiante, criativa e alegre!

SAGITÁRIO
Seu jeito espontâneo e afetuoso é exaltado pela harmonia que os sextis da Lua com Vênus e Urano promovem em seu signo e em suas áreas de comunicação e social. curta os bons momentos junto aos amigos e conheça novas pessoas!

CAPRICÓRNIO
Que tal colocar os aspectos práticos da vida em ordem? Lua, Vênus e Urano formam sextis que harmonizam suas áreas material, de crise e familiar. Use sua resiliência e seu poder criativo para superar os desafios que se apresentam!

AQUÁRIO
As trocas e a cumplicidade marcam suas interações, neste dia em que Lua, Vênus e Urano agitam seu setor social. Você se fortalece nas trocas, mas cuidado com quem compartilhe sua intimidade. Não confie em qualquer pessoa!

PEIXES
Use seu lado criativo para encarar as demandas trazidas pela passagem da Lua por sua área de crise, e pelos sextis com Vênus e Urano no setor material. Abuse de seus talentos e da sua maior positividade para enfrentar os desafios!