



Destaque para **Amanda Claudia**, que ontem apagou velinhas em grande estilo. Parabéns!



Parabéns para a jornalista **Andressa Fernandes** que hoje festeja mais uma Primavera.



Hoje é dia de festa para **Fábio Sanches**, que comemora a data ao lado da amada Cíntia Martins Sanches.



Close especial da bela **Mariana Dezan**, aniversariante desta terça.



Hoje é dia dele, **Marcos Moreira**. Felicidades!



Fernandopolenses de destaque no halterofilismo: **Jean, Renan e Alex**.



Graziela Ramos em destaque.



Pâmela Christina festejou idade nova ontem, mas o clima de comemorações ainda continua.



Familiares e amigos festejam hoje a passagem de mais um ano de **Mayara Peres**.

Quando a APAE ligar diga SIM!

APAE
Fernandópolis/SP

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!

(17) 3465-1150 - (17) 3465-1151

VP MADEIRAS

Tudo em madeiras Brutas e Beneficiadas Forro - Portal - Deking

Cleyton Perandi | **Zê do Gás**

(17) 99229-4585 | (17) 99201-6527
(17) 99638-6286 | (17) 98167-2898

FONE/FAX: (17) 3463-2725

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

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

REDE DE POSTOS

PetrOm

INDIAPORÃ - (17) 3842-1128
DOLCINÓPOLIS - (17) 3636-1212
FERNANDÓPOLIS - (17) 3462-3285

Floricultura Casa & Jardim

17 3442-1076 / 3442-3475

Avenida Manoel Marques Rosa, 1187
Centro - Fernandópolis - SP

ESCRITÓRIO PATRIARCA

ESCRITA FISCAL, CONTÁBIL, DEPARTAMENTO PESSOAL, ABERTURA E ENCERRAMENTO DE EMPRESA

Fones: 17 3442-5530 / 3462-7745

E-mail: patriarcacontab@uol.com.br
Rua Rio de Janeiro, 2089 - Centro - Fernandópolis - SP

DEDETIZADORA ACNE

CONTROLE DE PRAGAS URBANAS
LAVAGEM DE CAIXA D'ÁGUA

CASAGRANDE

(17) 3462-5816 / 99185-0155 / 99615-0155
E-mail: amiltoncasagrande@yahoo.com.br
Rua Sergipe, nº 514 - Centro - FERNANDÓPOLIS - SP

COLOMBANO

Plano de Assistência Familiar

Avenida Afonso Cáfaró, 2555 - (Em frente a Santa Casa) - Fernandópolis - SP.
Fones: (17) 3442-4822 / 3442-1224

Conheça e previna sete doenças que podem atrapalhar suas férias

receita

Tender à Califórnia

INGREDIENTES:

Tender à Califórnia

- 1 presunto tender
- Cravos-da-índia
- 2 colheres (sopa) de manteiga derretida
- 1 colher (sopa) de molho inglês
- 1/2 xícara de mel
- 1 1/2 colher (sopa) de mostarda
- 1 xícara suco de laranja
- 1 xícara de champanhe doce



MODO DE PREPARO:

Marque losangos na superfície do tender e coloque um cravo e cada encontro dos cortes. Reserve. Numa tigela, coloque a manteiga, o molho inglês o mel e a mostarda e misture.

Coloque o tender em uma assadeira untada com manteiga. Espalhe a mistura em cima dele. Regue com metade do suco de laranja e metade da champanhe.

Leve ao forno preaquecido em temperatura média (180 graus) por 2 horas, regando, de tempo em tempo, com o restante do suco e da champanhe.

Depois de assado, coloque-o na travessa que vai à mesa e decore com frutas: abacaxi, ameixas, cerejas e pêssego.

O verão está próximo e, por ser a época mais quente do ano, o período também é propício a algumas doenças. Entre as mais frequentes enfermidades que podem atrapalhar suas tão esperadas férias estão: a insolação, micoses, desidratação, otite, conjuntivite, intoxicação alimentar e brotoejas.

INSOLAÇÃO

É uma das mais comuns doenças de verão. Ao chegar o momento de descanso, as pessoas querem logo ficar na praia, piscina ou chácara e entregar o corpo a todo calor do sol. Esta longa exposição pode causar desidratação e queimaduras, além de sintomas como dor de cabeça, náuseas, tontura, temperatura elevada do corpo e queimaduras que podem ser de pele vermelha a bolhas. Evitar não é tão difícil, basta não tomar sol entre as 10 e 15 horas e sempre usar filtro solar.

BROTOEJAS

Apesar do nome não ser muito conhecido, brotoejas ou miliárias são as chamadas bolinhas de água que causam vermelhidão e coceira no rosto, pescoço, ombro, barriga ou peito em crianças e adultos durante o verão. Elas estão relacionadas com as glândulas sudoríparas, que atuam muito no verão por causa do excesso de calor e transpiração.

A prevenção consiste em evitar ambientes e situações que provoquem sudorese abundante. No caso das crianças, para diminuir o desconforto, medidas com o intuito de refrescar a pele devem ser tomadas. Ficar em ambiente frescos e ventilados, utilizar roupas leves, tomar mais ba-



nhos e usar loção de calamina, são ações que podem ajudar. Em casos mais graves de infecções, é recomendado o acompanhamento médico.

MICOSES

No calor, transpiramos muito, consequentemente, temos um contato maior com a água. A pele úmida é um hotel cinco estrelas para microorganismos que normalmente são adquiridos em diversos locais como piscinas e praias. A doença inicia-se com uma irritação e coceira que causam uma vermelhidão no local, geralmente nas virilhas, pés e unhas. Ao perceber a micose, aconselho procurar na hora um clínico geral ou dermatologista, pois esta é uma doença facilmente confundida com outras. A automedicação nunca é aconselhada.

DESIDRATAÇÃO

Uma pessoa perde em média 2,5 litros de água por dia, seja por suor, urina ou fezes. A desidratação ocorre quando a perda de líquidos e sais minerais ultrapassa esse volume. Com o alto calor do verão,

essas eliminações são potencializadas e outras formas de evasão da água são criadas, como o vômito. Quando desidratado, o ser humano apresenta sede, fica com a boca e olhos ressecados e não urina regularmente. A saída é o repouso em lugares arejados e ingerir líquidos constantemente para que se mantenha hidratado.

OTITE

As tubas auditivas também sofrem nas épocas mais quentes. As pessoas costumam entrar frequentemente no mar ou em piscinas para se refrescarem. Algumas delas, porém, ficam com o ouvido entupido de água, o que pode provocar a inflamação e infecção nas orelhas, conhecida como otite. Por ser quente, escura e úmida; essa parte do corpo inflama com facilidade. As infecções com fungos também podem ocorrer.

CONJUNTIVITE

Os olhos ficam avermelhados e lacrimejantes, além de provocar uma sensação estranha que os faz coçar mui-

to. É uma doença comum do verão, pois normalmente é adquirida em piscinas não tratadas devidamente e praias impróprias para o banho. A conjuntivite é facilmente transmissível por meio do contato manual, por isso, quando contaminado, a higienização constante da mão antes de tocar em objetos e pessoas é recomendada.

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

Durante as férias, principalmente as de verão, as pessoas estão acostumadas a comer em clubes, barracões de praia e em outros lugares que nem sempre estão adequadamente higienizados nos momentos de preparo e conservação dos alimentos. Os frutos do mar são os principais responsáveis pela intoxicação alimentar que pode ser curada em apenas um dia com reidratação. Porém, quando há muita perda de líquidos devem ser ingeridos medicamentos para controlar as náuseas e vômitos, além dos procedimentos para a reposição de líquidos e sais.

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)

PROCEDE Vistorias
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

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

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

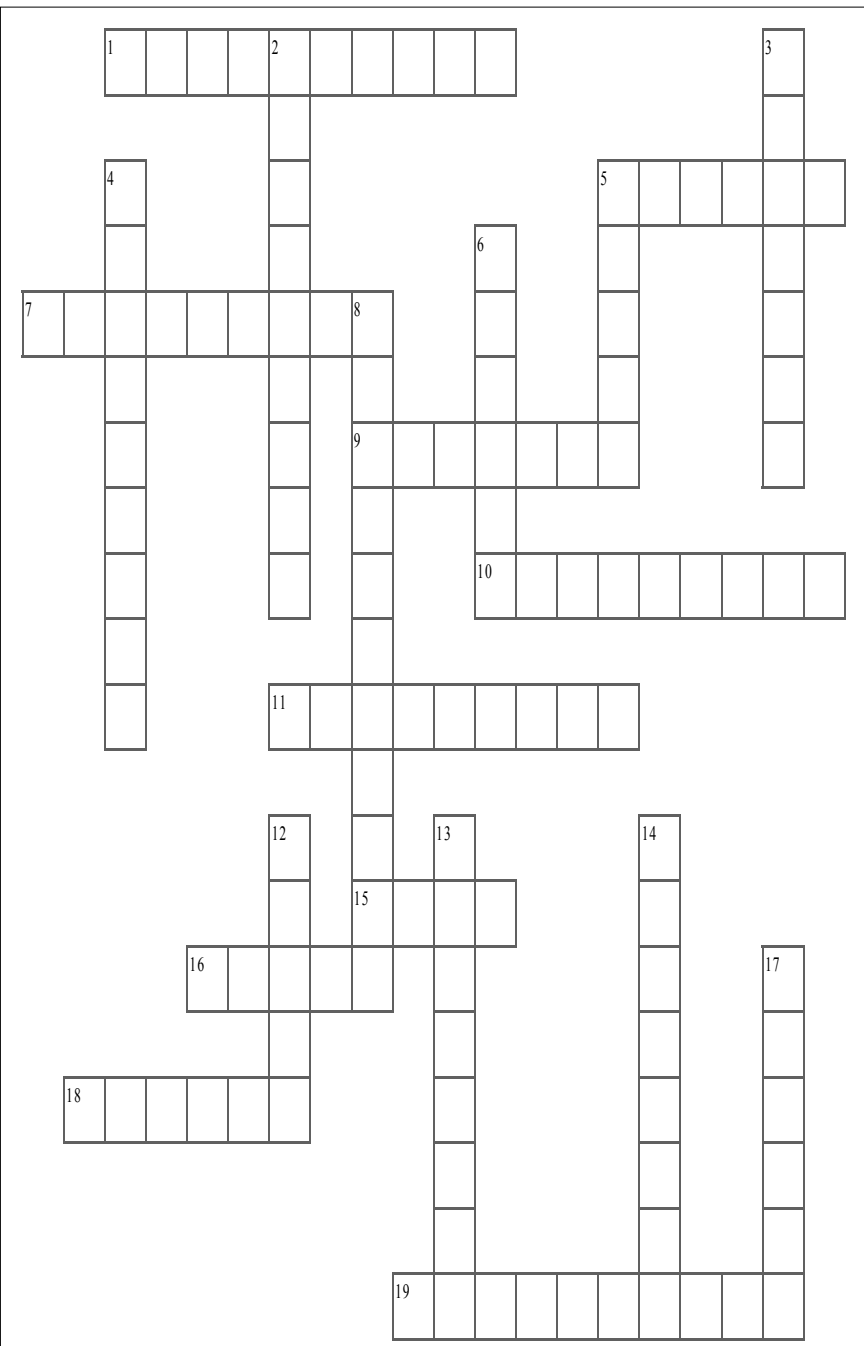
BENZEDEIRA DONA SINARA

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, lavouira, 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



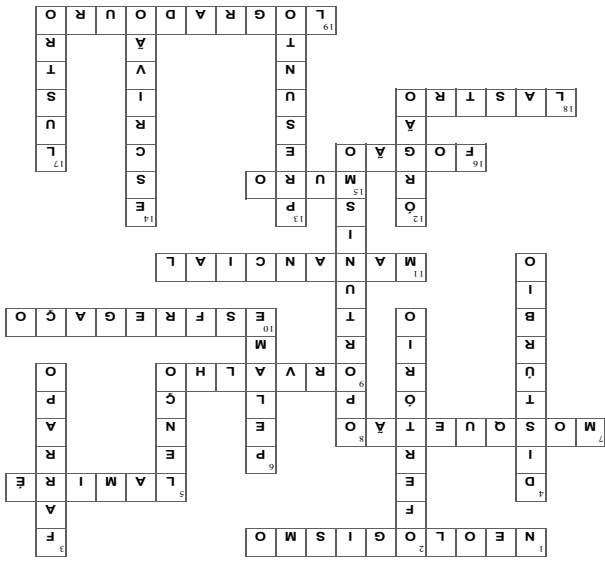
Horizontais

- 1. Palavra criada na própria língua ou adaptada de outra
- 5. Nome vulgar do diapasão
- 7. Peça metálica para prender os relógios de bolso
- 9. Pequenas gotas que, por condensação do vapor de água ambiente, se depositam à superfície dos objetos, à noite ou de madrugada
- 10. Pint Camada leve de tinta ou verniz aplicada sobre uma pintura
- 11. Nascente de água
- 15. Parede forte que veda ou protege um recinto ou separa um lugar de outro
- 16. Pequena construção de alvenaria onde se faz fogo para cozinhar
- 18. Qualquer material pesado posto no porão de um navio para dar-lhe estabilidade
- 19. O que pode ser logrado ou usufruído

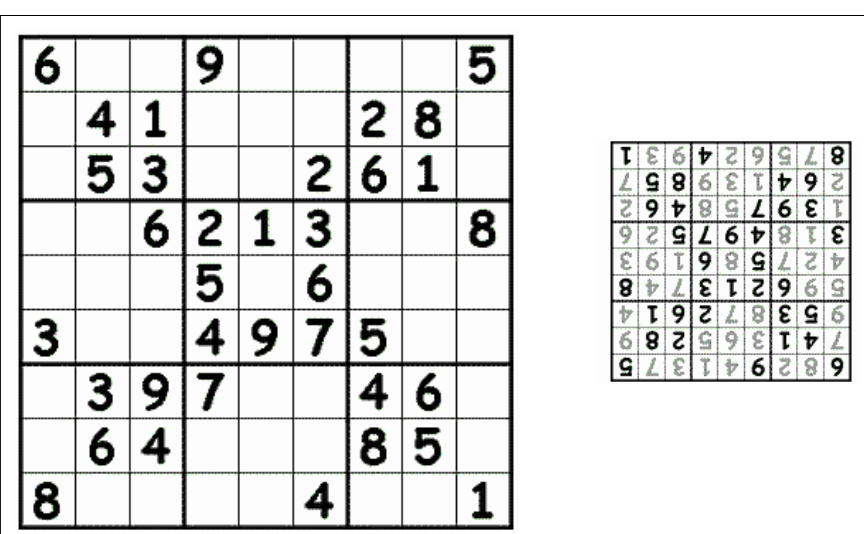
Verticais

- 2. Parte da missa que compreende as orações e ritos que o celebrante recita e faz ao oferecer o pão e o vinho
- 3. Pedaco de pano rasgado, ou muito usado
- 4. Perturbação
- 5. Pequeno pano quadrangular, usado para assoar ou resguardar a cabeça
- 6. Pelagem
- 8. Polít Tendência a sacrificar os princípios, para transigir com as circunstâncias e acomodar-se a elas
- 12. Parte ou estrutura de um organismo ou corpo vivo, adaptada a uma determinada função
- 13. Pernil, salgado e curado ao fumeiro
- 14. Oficial público que escreve autos, termos de processo, atas e outros documentos legais
- 17. Período de cinco anos

Respostas



Sudoku



Nossa prioridade é a sua visão!

Ótica Cidade

Fernandópolis

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

FONE/FAX
17 3463-1286

www.oticacidadefernandopolis.com.br
oticacidadefernandopolis@hotmail.com

Marcos e Lilian Marinel

Panificadora e Serv-Festas

UBIRAJARA


ACETAMOS ENCOMENDAS DE BOLOS E SALGADOS

FONES (17) 3442-5864
CELs: (17) 99147-3205
99725-6606 / 98164-4350

AVENIDA DE BRUNO DE CARVALHO, 340
BARRIO URBANO - FERNANDÓPOLIS
Email: panificadora@ubirajara.com.br


A BEBIDA MAIS GELADA DA CIDADE
ALUGUEL DE MESA E FREEZER

Resumo de Novelas




MALHAÇÃO
Terça-feira, 17h30

Pedro fica arrasado com o flagrante do beijo de seu pai em Roberta. Lobão manda Cobra derrubar Duca durante a luta no exame. Pedro não consegue tocar, e Nando o repreende. Marcelo descobre que Pedro o viu com Roberta. Cobra e Duca conquistam o grau máximo. Karina chega ao casamento e vê Vicki investindo em Pedro. Cobra ganha um beijo de Jade. Edgard repreende Jade por deixar de cuidar de Lucrécia para ficar com Cobra. Gael se enfurece ao ver Lobão se aproximar de Dandara e o desafia para uma luta. Duca pede para ficar com Bianca, mas ela o rejeita. Gael e Lobão se enfrentam no ringue.




BOOGIE OOGIE
Terça-feira, 18h00

Carlota conta para Dani e Rodrigo que eles são primos e aconselha o casal a fugir novamente. Rafael avisa a Gilda que Rodrigo voltou para o Brasil. Ivete conta para Fernando, Luísa e Ricardo que Dani foi atrás de Vitória. Vicente não consegue conter a animação durante o show de Madalena, e Augusta se incomoda. Carlota conta para todos na mansão que Dani está grávida. Zuleica avisa que não deixará ninguém falar com Dani.




ALTO ASTRAL
Terça-feira, 19h15

Manoel decide morar no quarto dos fundos de sua casa. Marcelo afirma para Laura que gostou de seu currículo e que tentará contratá-la. Úrsula avisa a Marcelo que não quer Laura trabalhando em sua revista. Laura diz a Bia que se sentiu rejeitada por Úrsula. Maria Inês diz a Tina que não sabia que Conceição tinha dinheiro. Castilho aparece para Caíque e avisa ao médico que ele tem uma missão. Murilo provoca César ao afirmar que o rapaz jamais venceu Ricardo. César pede Itália em casamento como parte do plano para vencer a aposta. Caíque questiona Samantha sobre sua proximidade com Marcos.




CHIQUITITAS
Terça-feira, 20h30

No Orfanato, todos comemoram o aniversário da Dani. Dr. Fernando a presenteia com uma boneca e a menina adora. Na festa, Cris repara que Duda e Pata estão trocando olhares apaixonados, mesmo sem a presença de Marian. Pata comenta com Cris que acha que deu o primeiro beijo e explica tudo o que aconteceu. Tobias chega em casa e Maria Cecília pergunta se ele está escondendo algo dela. Carmen chega à festa com Junior, Andreia e Diego. Tobias fala a Cecília que não está acontecendo nada demais. E mente que o problema é com uma operadora de celular e também pela convivência com Eduarda. Maria Cecília promete que a mãe nunca atrapalhará o casamento deles.



IMPÉRIO
Terça-feira, 21h00

José Alfredo se desentende com Maria Ísis, que termina o romance com o Comendador. Josué deixa um objeto cair no quarto de Cora, e Elivaldo e Cristina ouvem o barulho. Maurílio tenta convencer Danielle a se aliar a ele. José Alfredo pensa em Maria Ísis. Amanda percebe que Leonardo está doente e decide levá-lo para um hospital. Ismael, Lorraine e Juliane vêem Josué sair da casa de Cora. Enrico ouve Maria Clara chamar Vicente para ir à sua casa e fica furioso. Leonardo é internado com pneumonia. Téo escreve seu texto sobre José Alfredo. Vicente chega à mansão e Maria Clara o recebe. Amanda avisa a Beatriz que Leonardo foi hospitalizado. Josué devolve o diamante para José Alfredo.



VITÓRIA
Terça-feira, 22h15

Enzo fica animado com a possibilidade de matar Priscila. Iago sai, seguido por Dora, Enzo e Pedro. Priscila e Paulão esperam Iago sair do prédio determinados em pegar Enzo. Iago deixa Enzo e Pedro intrigados ao dizer que irá levá-los para jogar. Priscila e Paulão se assustam ao serem abordados por Iago e tentam explicar a situação. Iago ordena que eles participem do jogo e também convoca William. Zuzu não lembra que jantou e avisa Manel que irá preparar a comida, deixando-o preocupado. Iago chama Priscila e Paulão de inocentes por imaginarem que iriam enganá-lo. Triste, Diana pensa no quanto Vitória está sofrendo nas mãos de Iago. Artur promete que trará ela de volta.

Humor

NOVOS SOLDADOS
Vindos da roça, dois primos se apresentam para o serviço militar. O sargento questiona um deles:
- Qual o seu nome, meu jovem?
- É Tonho.
-Negativo. Agora você é soldado Antonio. Sabe o que você veio fazer aqui?
-Sei não. Ces chamaram, eu vim.
-Você veio servir a Pátria. Não se esqueça.
O Sargento aponta para a bandeira e indaga o que ela é?
-Uai, não é a Bandeira?
-Negativo. A partir de agora aquela e sua Mãe.
O Sargento volta-se para o outro rapaz:
-Qual o seu nome?

-É Soldado Pedro. Eu vim servir a Pátria.
-Isso mesmo. E o que é para você aquela bandeira?
-E minha tia, mãe do Tonho.

FREIRA ESPERTA
Uma freira ia para a cidade vizinha quando seu carro quebrou. Teve de pedir carona. Uma moça que passava por perto ofereceu carona a religiosa. A freira:
- Quem te deu esse carro?
- Foi um moço que eu saí que me deu!!!
- E esta bolsa de couro chique?
- Foi esse mesmo moço!!!
- Até esse sapato que a senhora usa?
- Todinho!

A freira ficou espantada. Visitou o local destinado e quando voltou para a casa das freiras o padre bateu na porta. A freira que de burra não tem nada disse:
- Não adianta vir você com suas balinhas de hortelã!!!!

O PROBLEMA
Marido chega preocupado em casa e diz a esposa:
-Tenho um problema no serviço.
Esposa:
- Não diz tenho um problema, diga temos um problema porque os teus problemas são meus também.
Marido :
- Tá bem, temos um problema no serviço, a nossa secretária vai ter um filho nosso.



Ótica Cidade

Fernandópolis

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

FONE/FAX
17 3463-1286

www.oticacidadefernandopolis.com.br
oticacidadefernandopolis@hotmail.com

Marcos e Lilian Marinel

Panificadora e Serv-Festas

UBIRAJARA

ACETAMOS ENCOMENDAS DE BOLOS E SALGADOS

FONES (17) 3442-5864
CELs: (17) 99147-3205
99725-6606 / 98164-4350

AVENIDA DE BRUNO DE CARVALHO, 340
BARRIO URBANO - FERNANDÓPOLIS
Email: panificadora@ubirajara.com.br

A BEBIDA MAIS GELADA DA CIDADE
ALUGUEL DE MESA E FREEZER

UNESC

UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO

CURSO PREPARATÓRIO PARA ESCRIVENTE TÉCNICO JUDICIÁRIO

APRESENTE ESTE ANUNCIO E GANHE

05%

* Valor não acumulativo

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

