



A bela **Kelly Cristina Almeida** apagou velinhas na última terça e recebe cumprimentos de familiares e amigos.

Muitos anos de vida para **Lívia Santiago Calian**, que hoje recebe a homenagem especial da família pela passagem de mais um aniversário. Parabéns!



Destaque para a bela **Glenda Lis**, aniversariante desta quinta-feira.



Festa para **Natália Rodrigues**, que hoje celebra idade nova com a família e amigos.

Sempre em clima familiar, a servidora pública municipal **Fátima Regina Silva** completou mais uma primavera na última terça-feira. O ritmo foi de muitas alegrias e congratulações.



O popularíssimo **Aparecido da Ambulância** celebra hoje data especial, recebendo cumprimentos de companheiros de trabalho e familiares. Na foto com o filho Gui Souza.



Felicidades para o Major da PM, **Wilson Cardoso Júnior**, que na última terça-feira (17), apagou velinhas. Na foto ele aparece em momento esportivo e recebe a homenagem de toda a equipe de “O Extra.net”.

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



Parabéns para **Claudemar Junio Ribeiro**, aniversariante desta quinta-feira.

REDE DE POSTOS

PetrOm

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

RESTAURANTE

Paladar

PRAZER EM COMER

- Restaurante
- Serviço de Buffet
- Atendimento à Empresas

Av. Expedicionários Brasileiros, 1058 - Centro
Fone (17) 3442-5353 - Fernandópolis - SP
E-mail: paladarbuffet@uol.com.br

VP MADEIRAS

Tudo em madeiras Brutas e Beneficiadas
Forro - Portal - Deking

Cleyton Perondi | 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

GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

Alimentação, Salgadinhos, Artigos para Festa, Decoração, Presentes

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

R\$ 1,99 a partir de

Quero óculos do GIGANTÃO

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Cabelos: remédios caseiros para fortalecê-los

Em nossa casa temos muitos produtos naturais muito eficazes para o cuidado do cabelo (mel, azeite de oliva, ovo...), que nos ajudam a devolver a sua força e saúde. O excesso de tintura ou outros produtos químicos, o uso excessivo de secadores e pranchas, o estresse e a má alimentação... Todos esses fatores, entre muitos outros, podem fazer com que o nosso cabelo perca força, espessura e brilho. O azeite de oliva e os ovos são dois alimentos amplamente utilizados em produ-

tos para cuidados da pele e do cabelo. Uma máscara composta por um ovo batido misturado com uma colher de sopa de azeite de oliva é um remédio muito eficaz para fortalecer o cabelo desde a raiz, nutrindo o couro cabeludo e estimulando o crescimento de novos cabelos. Deixe atuar esta máscara por cerca de 30 minutos antes de lavar a cabeça um par de vezes por semana e observe os resultados muito em breve. Os óleos naturais e as múltiplas vitaminas do abacate, fazem deste um dos melhores remédios naturais pa-

ra revitalizar o cabelo. Você pode misturar metade de um abacate com uma colher de sopa de azeite de oliva e a gema de um ovo ou com iogurte natural e uma colher de sopa de mel. Aplique qualquer dessas duas máscaras da raiz às pontas por 30 minutos antes de lavar o cabelo como de costume. Outro remédio natural para fortalecer o cabelo é adicionar um pouco de sálvia, aloe vera ou óleo de mamona ao shampoo que utilizamos normalmente ou água de enxágue. Com esta técnica, além de reduzir a sua queda con-

seguiremos obter mais brilho e maciez. Finalmente, não podemos deixar de mencionar o óleo de argan, também chamado de ouro líquido por seus muitos benefícios tanto para a saúde como para a beleza da pele e para fortalecer o cabelo. Muito rico em Omega 3, Omega 9 e vitamina E, este óleo não gorduroso nutre os poros do couro cabeludo profundamente reforçando significativamente desde a primeira aplicação. Adicione algumas gotas ao seu shampoo habitual ou utilize-o como uma máscara uma ou duas vezes por semana.



receita

Pé de moleque superprático

- INGREDIENTES:**
- 2 xícaras (chá) de açúcar
 - 2 colheres (sopa) de água
 - 500 g de amendoim cru
 - 2 colheres (sopa) de chocolate em pó
 - 1 lata de leite condensado
 - 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio



MODO DE PREPARO:
Em uma panela misture o açúcar, a água, o amendoim e o chocolate. Mexa por 15 minutos no fogo brando. Junte o leite condensado e o bicarbonato de sódio e mexa por mais 5 minutos. Retire do fogo e bata com uma colher de pau durante 5 minutos. Despeje sobre uma superfície lisa e fria untada com manteiga. Quando estiver morno, corte em quadradinhos.

Estrelinha Modas

Roupas a partir de R\$ 10,00

Rua Rio Grande do Sul, 1284 - Centro
(Ao lado da Tomaladaka)

Como escolher a lingerie adequada

Quando você entra numa loja de lingerie são tantos detalhes: cores, formas, tamanhos, estilos, etc., que você fica tonta. Claro, sem falar dos olhares curiosos. E você fica em dúvida sobre o que levar. Seria melhor sexy, ingênuo ou romântico? Uma coisa você já sabe: está na hora de renovar a gaveta de lingerie. A situação fica um pouco complexa quando o homem vai comprar uma lingerie para sua amada. Por que além de todas as dúvidas que a mulher também tem, ele ainda tem uma preocupação extra: e se ela não gostar? Aqui vamos mostrar como comprar uma lingerie, tanto os homens para presentear sua namorada, como a mulher que quer se dar um presente. **ESTILO DA MULHER** Saber qual o estilo é importante: É ousada? Atrevida? Clássica? Ou elegante? Divertida? Romântica? Meninas, sempre vale a pena inovar. E se o homem já souber que tipo de lingerie sua amada usa

já ficará mais fácil. Nada de inovação, pois pode ser que ela não se sinta confortável. **CINTURA** Não compre nada pequeno demais, além de ser desconfortável vai parecer que você engordou. Experimente! Veja qual peça tem uma caída melhor. Quanto ao homem é bom que ele vá comprar já com as medidas na cabeça: número e letras. Se comprar uma lingerie maior do que a namorada, poderá ofendê-la, mesmo que não tenha sido sua intenção. Se comprar pequena demais pode ser que a mulher se sinta complexada com o próprio corpo. O certo é procurar na gaveta uma lingerie e anotar o tamanho. **SILHUETA** Querida, veja o que você tem de mais bonito para deixar de fora. Se for suas pernas, um baby-doll, se for o colo, um decote mais ousado. Prestar atenção na namorada faz do homem uma pessoa sensível. Conhecer o que ela gosta de expor e o que

ela prefere esconder, já é um bom começo. De nada adianta o homem comprar algo que ache bonito se sua namorada ficar constrangida em usar. **COR** Se você for comprar uma lingerie saiba que as cores branco, preto e cor da pele, nunca saem de moda. Cuidado com o que você vai usar por cima. A cor da roupa é muito importante para que você escolha a lingerie correta. Nada mais vulgar que usar um vestido branco com sutiã e calcinha preta. Não arrisque! Quando o homem for escolher a cor, se não quiser escolher entre as cores mais comuns, pode optar pela cor da moda. Outra dica é o tom de pele, a cor dos olhos e dos cabelos da sua amada. Por exemplo, as loiras ficam melhores em tons pastel e já as morenas nos tons mais fortes. Homens, dá trabalho!! Mas vale a pena! **TEXTURAS** As texturas da lingerie são muito importantes. Nada mais desagradável que usar uma calcinha com um tecido gros-

seiro, além de desconfortável pode irritar a pele. Prefira os tecidos que facilitem a transpiração e acompanhe os seus movimentos. O fundilho da calcinha que seja de preferência de algodão, as costuras macias e os elásticos da melhor qualidade. Quando o homem for procurar uma lingerie para presentear que tenham em mente que o tecido estará diretamente em contato com a pele. Por isso não escolha nada de poliéster, PVC, látex e muito menos com detalhes baratos. Prefira a seda ou mesmo o algodão. Nada com muita renda, a não ser que seja apenas detalhe. **QUALIDADE** Comprar uma lingerie de qualidade é a melhor maneira de se fazer economia. De nada adianta comprar peças baratas demais, pois logo os elásticos já estarão frouxos. Qualidade nem sempre tem a ver com preços exorbitantes. Você pode encontrar peças de qualidade e que cabe dentro do seu orçamento. Homem, se quer dar um presente à sua amada e ter certeza que ela vai gostar, escolha uma lingerie de qualidade. Ela merece!! Lembre-se: Compre da melhor qualidade que seu bolso possa pagar. **QUANDO O HOMEM DEVE DAR UMA LINGERIE DE PRESENTE À SUA AMADA?** Bom... As datas são muitas: Aniversário, Aniversário de casamento, Dia dos Namorados, Natal, Dia do primeiro beijo, Dia da primeira mensagem, etc... Mas, será que precisa estar comemorando alguma coisa para dar uma lingerie de presente? Claro que não!!! Todo dia é dia, tenha certeza!!!



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

VENHA FAZER SUAS PREVISÕES PARA 2015

ASTRÓLOGA VIDENTE SENSITIVA SINARA

CONVIDO-LHE A FAZER UMA CONSULTA COM PODEROSA FORÇA ESPIRITUAL.

Estou capacitada a solucionar difíceis ou impossíveis problemas tais como: amorosos, comerciais, familiares, sentimentais, saúde, emprego, viagem, insônia, depressão, timidez, impotência sexual (em ambos os sexos) e vícios em geral, ou seja, qualquer que seja o seu problema estou pronta para lhe ajudar. Faço limpeza de corpo, abertura de caminho com rezas, simpatias, banho de descarrego, afastamento do seu caminho quem lhe perturba e coloco na sua vida quem você quer.

Se você quer ser amado, ter êxito e fama, procure hoje mesmo VIDENTE SINARA!

SÓ TRABALHA PARA O BEM E RESIDE HÁ MAIS DE 7 ANOS EM VOTUPORANGA
CONSULTAS COM BÚZIOS, CARTAS E TAROT

(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



Sabrina nem pensa em descansar

Após o Carnaval, Sabrina Sato gravará programa no Japão

Sabrina Sato está enfrentando uma verdadeira maratona e, mesmo assim, ainda não tem planos de tirar uma folga. Pelo contrário, está com a agenda cheia de compromissos profissionais.

Com o encerramento da folia de carnaval, a apresentadora vai seguir viagem para o Japão, onde vai gravar mate-

rial especial para o “Programa da Sabrina”, da Record.

A emissora liberou a artista para o ‘passeio’ cultural e ela deve embarcar no próximo dia 23. Vale lembrar que a japonesa trabalhará em dobro, já que vai deixar material inédito para exibição durante o período em que estiver ausente.

Madonna sobre “Cinquenta Tons de Cinza”: para virgens

Em uma longa entrevista ao The Hollywood Reporter, Madonna comentou bastante como usa referências da cultura pop em seu trabalho. E como muito de seu trabalho envolve sexo, enquanto fenômeno cultural, ela acabou falando sobre o que pensa de “Cinquenta Tons de Cinza”, cuja adaptação estreou no mundo todo no último final de semana.

E para alguém como Madonna o livro é coisa de virgem: “É literatura barata. Não é muito sexy, talvez para alguém que nunca fez sexo antes. Segui esperando por algo excitante e maluco acontecer naquele quarto vermelho e fiquei tipo, ‘hmm, muito spanking’. Também pensei, ‘isso é tão irreal porque ninguém chupa tanto assim uma garota’. Desculpa, mas ninguém chupa tanta b****a como esse cara nesse livro”.



A rainha do pop acha que é literatura barata

Mari Antunes sobre fama: “quero nem poder ir ao mercado”

Hoje Claudia Leitte é um dos mais conhecidos nomes da música pop nacional. Mas ela começou no Babado Novo, que foi uma das maiores bandas representativas do axé baiano. Nos últimos três anos quem comandou o microfone do grupo foi Mari Antunes, que espera uma exposição semelhante.

“Se eu conseguir fazer sucesso aqui já é a realização do meu sonho. Quero ser reconhecida nacionalmente e ser famosa. Na Bahia as pessoas me conhecem, mas não tem aquele assédio todo. Às vezes eu vou ao mercado e reparo que a menina esta me olhando demais e percebo que ela me reconhe-

ceu. Acho massa, mas quero fazer tanto sucesso que nem possa mais ir ao mercado. Acho chique”.

Quando perguntada qual seria a maior realização, ela nem titubeou: “Meu maior sonho é cantar com o Roberto Carlos. Vejo como algo a ser cumprido na minha carreira”.



A morena acha que o sucesso vai chegar quando conseguir cantar com Roberto Carlos

Record quer colocar Chris Flores, Edu Guedes e Celso Zucatelli na geladeira

Após os 3 ex-apresentadores do programa ‘Hoje em Dia’ terem sido substituídos por César Filho, Ana Hickmann e Renata Alves às véspera do Natal, a Record estaria lhes convidando a fazer projetos menores, como atrações na internet e quadros em programas de outros apresentadores.

Para Edu Guedes, por exemplo, a emissora teria sugerido que ele gravasse vídeos de receitas para o portal R7. Chris Flores estaria sendo sondada para fazer um quadro sobre maternidade, mas ninguém sabe dizer para qual programa. Já no caso de Celso Zucatelli, ele sequer se dispõe a conversar sobre a possibilidade de fazer reportagens para o ‘Domingo Espetacular’ uma vez que não quer mais voltar para o departamento de jornalismo.

A Record estaria fazendo esse tipo de propostas para justamente ouvir um ‘não’



Celso Zucatelli, Chris Flores e Edu Guedes

dos apresentadores e assim forçar um encerramento de contrato.

Apesar da audiência e do futuramente do programa ter caído ainda mais com os três novos apresentadores, a emissora não pensa em substituir os antigos donos do

programa novamente. Enquanto isso, Chris, Edu e Zucatelli estariam conversando com outras emissoras sobre novas propostas de contrato, inclusive com a Rede TV!, que estuda um programa matinal com o trio.

horóscopo



ÁRIES

Você tem dificuldades em transmitir suas ideias com clareza no dia de hoje, pois a Lua passa por sua área de crise e forma quadratura com Sol e Mercúrio. Tenha cuidado em meios formais, pois você transparece os abalos emocionais!



TOURO

Você tende a agir de maneira ditatorial nas relações, mesmo que sem perceber. A Lua passa por sua área de amizades e se tensiona com Sol e Mercúrio, alertando que as pessoas se sentem intimidadadas por suas palavras. Cuidado!



GÊMEOS

Sol e Mercúrio, em tensão com a Lua, que passa por sua área profissional, indicam problemas com sua atitude diante das parcerias e demandas profissionais. Não misture aborrecimentos da vida pessoal com o trabalho, preserve-se!



CÂNCER

Que tal cultivar o bem-estar pessoal? A Lua forma quadraturas com Sol e Mercúrio, lhe incentivando a buscar serenidade e harmonia para encarar os desafios. Perceba que, por mais difíceis que sejam, eles representam crescimento!



LEÃO

Ao se tensionar com Sol e Mercúrio, a Lua desestabiliza suas relações, pois você tende a focar nas diferenças e não nas sinergias. Em vez de contribuir para a tensão, promova um clima de harmonia e companheirismo!



VIRGEM

A Lua passa por sua área de relacionamentos, enquanto Sol e Mercúrio se associam em sua área profissional. Esses aspectos dificultam sua postura diante dos problemas de convívio no trabalho, dos embates territoriais e das divisões de tarefas!



LIBRA

A sobrecarga de atividade mental e a negligência com o corpo podem lhe deixar um tanto enfraquecida, neste momento em que a Lua entra em sua área de saúde e forma quadraturas com Sol e Mercúrio. Busque o equilíbrio!



ESCORPIÃO

As quadraturas da Lua com Sol e Mercúrio exaltam sua impulsividade e alertam para a falta de controle emocional. Perceba como alguns de seus descontentamentos podem estar levando a uma busca desenfreada por prazeres!



SAGITÁRIO

Tenha paciência e delicadeza para harmonizar a convivência, seja na vida pessoal ou no trabalho. Os ânimos estão exacerbados pela Lua, em sua área familiar, e pela tensão com Sol e Mercúrio em sua área de relacionamentos!



CAPRICÓRNIO

Seus humores são desestabilizados pela tensão da Lua em sua área de comunicação, e suas fraquezas podem lhe deixar vulnerável nos grupos dos quais faz parte. Portanto, contenha as atitudes, especialmente em meios formais!



AQUÁRIO

A Lua chama as atenções para a vida financeira, ao passar por sua área material, e as quadraturas com Sol e Mercúrio alertam para erros de planejamento que precisam ser revistos. Procure o auxílio de profissionais!



PEIXES

Você se sente deslocada nos ambientes que costuma frequentar, por conta da passagem da Lua por seu signo e da sua tensão com Sol e Mercúrio. Você tende a refletir, movida pelos recentes desafios. Pense em maneiras de melhorar o convívio!