



A bela **Bruna Ferreira**, ex-jornalista deste periódico, agora de volta a Jales, recebe nossos parabéns pelo seu aniversário comemorado ontem.



A estudante de jornalismo **Rosilene Camargo** reuniu toda turma e familiares para marcar data especialíssima comemorada ontem. Parabéns!



A jovem **Heloisa Santos** é destaque dentre os aniversariantes desta quarta, data em que comanda festa especialíssima. Parabéns!



A futura psicóloga **Leticia Martins** também virou mais uma primavera na última segunda, sempre junta a amigas e familiares. Na foto com Vitoria Semeghini e Tati Magolo.



Destaque para **Edson Longo** que completou mais um ano de vida nesta terça. No click especial junto a Roselene Carlos Longo e Angélica de Oliveira Carrasco.



Cumprimentos para **Vandir Rocha de Lima**, aniversariante de ontem.



Em clima toscano, o engenheiro **Silvio Luis Belati**, que ontem celebrou, em clima familiar e junto a amigos, mais uma data especial. Parabéns!



Do Grupo Cine, **Angelita Casagrande** faz a festa hoje, recebendo congratulações de amigos e familiares. Na foto com Sílvia Miguel.

**Floricultura Casa & Jardim**

17 **3442-1076 / 3442-3475**

Avenida Manoel Marques Rosa, 1187  
Centro - Fernandópolis - SP

RESTAURANTE

**Paladar**

PAZEM 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

**TÉDA**

SOM e ACESSÓRIOS  
PEÇAS e SERVIÇOS  
O Shopping do seu carro

**Fone/Fax: (17) 3465-5777**

Av. Litério Grecco, 2601 (Marginal Shopping) - Trevo Principal - Fernandópolis - SP

REDE DE POSTOS

**PetrOm**

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

**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

**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**

FERRETERIAS DOMÉSTICAS

Fernandópolis - Catanduva - Votuporanga

**SALGADINHOS**  
ARTIGOS PARA FESTA

DECORAÇÃO PRESENTES

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

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

Quero óculos do **GIGANTÃO**



# Cigarro: O maior inimigo do pulmão

O maior inimigo do pulmão Já foi comprovado de acordo com recentes estudos, que as mulheres que fumam são mais propensas a ter câncer de pulmão do que os homens. Cada ano, cerca de

1,2 milhões pessoas são diagnosticadas com câncer de pulmão em todo o mundo, e este tem alcançado maior taxa de mortalidade do que o câncer de mama e colo do útero. Este valor continuará elevado se não diminuir o número de fu-

mantes em todo mundo.

Desde os anos 70, cada vez mais homens estão parando de fumar, e com isso houve um aumento nas estatísticas em fumantes do sexo feminino. O tabagismo já está presente entre adolescentes e geralmente as fumantes continuam a prática por toda a vida.

O câncer de pulmão é um dos carcinomas de pior prognóstico, se não diagnosticado precocemente. O cigarro é mais prejudicial para as mulheres que para os homens. Prevenir esta doença está em nossas mãos e quanto mais cedo parar de fumar melhor.

Se você quer parar de fumar aqui vai umas dicas:

Definir uma data: A primeira coisa a fazer é definir um dia para começar. Marque na sua agenda, diga aos seus amigos! Você deve se livrar de todos os cigarros, cinzeiros e qualquer outra coisa que te lembre do mau hábito.

Escolha um bom aliado: Os métodos mais populares para largar o tabagismo, inclui a pastilha de nicotina, acupuntura, atividade física para aliviar a ansiedade, ajuda religio-

sa (muito eficiente na maioria dos casos), alimentação equilibrada (substituir álcool, café por água, suco) e medicação.

Reduza o estresse: leia um livro, limpe sua mente. Respire profundamente: Sempre que você sentir o desejo de fumar, inspire forte (como você fez com a fumaça de cigarro) e visualize seus pulmões enchendo com o ar e lembre-se, tudo isso deve ser acompanhado de uma gigantesca força de vontade.

Investigue as taxas de sucesso de cada um e visite o seu médico, para que ele o ajude a escolher o método mais adequado para você. Prepare-se: O cigarro está relacionado com muitas das suas atividades diárias e vai demorar um pouco para quebrar a ligação.

Efeitos do Tabagismo Sobre as Mulheres

Muitos anos atrás, fumar era algo que apenas os homens faziam. Com o tempo, mais mulheres adquiriram este hábito e hoje as mulheres que fumam são cada vez mais e mais.

É realmente inofensivo o tabagismo nas mulheres? Naturalmente, tanto os homens

como as mulheres sofrem os efeitos nocivos do tabaco, mas nas mulheres o risco é maior, já que é responsável pela lactação e alimentação do seu bebê, tanto dentro como fora do útero.

As mulheres sofrem as mesmas consequências que os homens no que diz respeito ao câncer, doenças cardiovasculares e respiratórias, mas como já mencionamos anteriormente algumas nas mulheres os ossos são afetados e as faculdades reprodutivas. Por exemplo, de acordo com estudos recentes, a nicotina tem um efeito gravemente prejudicial sobre a quantidade de estrogênio produzido pelo corpo. Com menos estrogênio, é possível sofrer irregularidades menstruais: frequência, duração, entre outras, problemas de fertilidade já que as mulheres que fumam são menos férteis do que as que fumam. Além disso, podem sofrer alterações durante a gravidez, pois as mulheres fumantes são mais suscetíveis a sofrer abortos espontâneos, bebês prematuros, entre outros. Para adicionar à lista, a meno-

pausa geralmente vêm três ou quatro anos mais cedo do que no caso das mulheres que não fumam.

Além disso, o aleitamento materno é afetado já que a nicotina estará presente no leite materno e, portanto, o bebê estará absorvendo esse componente.

Outra consequência é a descalcificação dos ossos. Os estrogênios são grandes produtores de cálcio e produzir menos estrogênio, teremos menos cálcio e como resultado as probabilidades de sofrer de osteoporose são altíssimas.

É claro que o tabagismo afeta tanto homens como mulheres, no entanto, as consequências são piores para as mulheres. É por esta razão que é essencial deixar este hábito o mais cedo possível e se somos adolescentes (a idade em que os jovens começam a fumar segundo uma pesquisa recente) é vital não iniciar esse hábito. Tornar-se consciente dos riscos e dos prejuízos do tabagismo é essencial para compreender por que não se deve fumar. Comece a se informar e renuncie a este hábito.

## Receita

### Torta de pizza

**INGREDIENTES:**

**INGREDIENTES:**

- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 125 ml de água
- Sal a gosto
- 150 ml de azeite
- 300 g de cream cheese
- 200 g de tomate pelado escurido
- 100 g de azeitona preta sem caroço
- Sal grosso e orégano a gosto



**MODO DE PREPARO:**

1. Aqueça o forno a 200 °C.
2. Em um recipiente, misture a farinha de trigo, a água, o sal e metade do azeite.
3. Trabalhe a massa até ficar homogênea.
4. Divida a massa em duas partes e abra-as.
5. Com uma parte, forre o fundo de uma assadeira untada com margarina.
6. Por cima, espalhe colheradas de cream cheese, pedaços de tomate e a azeitona.
7. Regue com o restante do azeite e polvilhe o orégano.
8. Cubra com a massa restante e feche as laterais.
9. Polvilhe o sal grosso e leve ao forno por 50 minutos ou até dourar.

Dica: substitua o cream cheese por fatias de queijo branco. Fica mais leve.

## Alimentos que melhoram o humor

O ditado “você é o que você come” pode ter algum mérito quando se trata de seu humor. “Muitas pessoas não conseguem perceber que a maior parte dos produtos químicos que regulam nosso humor, na verdade vem dos nutrientes dos alimentos que comemos”, diz Rania Batayneh, nutricionista, em San Francisco, EUA. Se o seu humor não é o que você quer que ele seja, preste atenção nesses alimentos e os inclua no seu dia a dia:

### Peixes de Água Fria

Um déficit nos ácidos graxos, ômega 3, pode reduzir a eficiência dos movimentos neurotransmissores como a serotonina, que pode equilibrar o seu humor. Peixes de água fria como salmão, atum ou sardinha pode oferecer uma fonte rápida para impulsionar o seu humor e satisfazer o seu apetite.

### Nozes

As nozes são outra grande fonte de ácidos graxos ômega 3. Isto funciona especialmente bem para vegetarianos. Faça uma mistura de aveia, nozes, castanhas, amêndoas e experimente os benefícios de melhora do humor. Quando você estiver apressada e nervosa experimente comer uma barra de manteiga de amendoim.

### Espinafre

Adicionar ácido fólico na sua dieta pode aumentar os níveis de serotonina no cérebro e acalmar o seu humor ao mesmo tempo. Espinafre cozido é uma boa fonte de ácido fólico. Quando o seu humor estiver em frangalhos, prepare uma salada de espinafre, feijão e vegetais de raiz (beterra-

ba, cenoura, rabanete, aipo, etc.) picados para incrementar seu estado de espírito e sua ingestão de ácido fólico.

### Grãos integrais

Obtenha uma dose diária de selênio incorporando mais grãos integrais na sua dieta. A falta de selênio pode te deixar ansiosa, irritável, hostil e deprimida. Opte por pães e cereais integrais para começar o dia com o pé direito e com o melhor estado de espírito.

### Alimentos ricos em proteínas

Preencha sua dieta com alimentos ricos em proteínas como aveia, banana, frutas secas e produtos lácteos com baixo teor de gordura. Estes alimentos são ricos em triptofano. O triptofano tem um papel importante na regulação do humor, e a diminuição em triptofano pode levar a um aumento da agressividade, como também combate a depressão, atua no sono e ajuda a perder peso. O triptofano não é produzido naturalmente em nosso corpo, por isso temos que obtê-lo através da dieta.

### Frutas e vegetais frescos

Comer alimentos saudáveis ajuda você a se sentir melhor. Se livre de todos aqueles doces que você sempre procura quando chega cansada em casa, porém tenha na sua geladeira frutas e legumes frescos. O açúcar eleva e diminui o nível de açúcar no sangue, deixando-a irritada e de mau humor. Mudar sua dieta pode ser difícil, mas você tem que tentar resistir às tentações.

### Alimentos ricos em fibras

Alimentos ricos em fibras como a cevada, maçã, laranja, batata, cenoura e feijão

podem aumentar muito o seu humor. Esses alimentos ajudam a diminuir a absorção de açúcar no sangue e, também diminuem potencialmente o açúcar no sangue e alterações no humor.

### As sementes de abóbora

As sementes de abóbora têm um alto teor de triptofano e zinco. Elas são calmantes e ajudam no equilíbrio de açúcar no sangue. São também ricas em magnésio, relaxante natural que age no coração. Tempere as sementes tostadas com sal, açafrão, gengibre e pimenta.

### Ovos

Comece o seu dia com um jejum para melhorar seu humor e seu nível de energia. Os ovos têm aminoácidos para a fabricação da substância do bem-estar como a serotonina. Eles são excelentes no café da manhã e também evitar desequilíbrio nos níveis de açúcar no sangue. Faça uma omelete ou cozinhe um ovo para o almoço ou faça ovos mexidos com seus vegetais favoritos e sinta os efeitos da melhora do seu humor.

### Fonte de vitamina C

A deficiência média ou moderada de vitamina C pode estar associada com aumento do nervosismo, ansiedade. Aumente sua imunidade, se proteja contra toxinas e melhore o humor, adicionando mais laranja, pimentão, batata, brócolis, repolho e vegetais de folhas verdes em sua dieta. Os vegetais de folhas verdes, como espinafre, couve e acelga são ricos em magnésio por isso são calmantes como também são ricos em vitamina B.

## RETÍFICA DE CABEÇOTE AROUCA

(17) 3462-2730 / 99706-6530 / 99226-0198



Rua Porto Alegre, 657 - Vl. Nova - Fernandópolis-SP

## 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. Faça limpeza de corpo, abertura de caminho com rezas, simpatias, banho de descarrego, afasto do seu caminho quem lhe perturba e coloque na sua vida quem você quer.

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

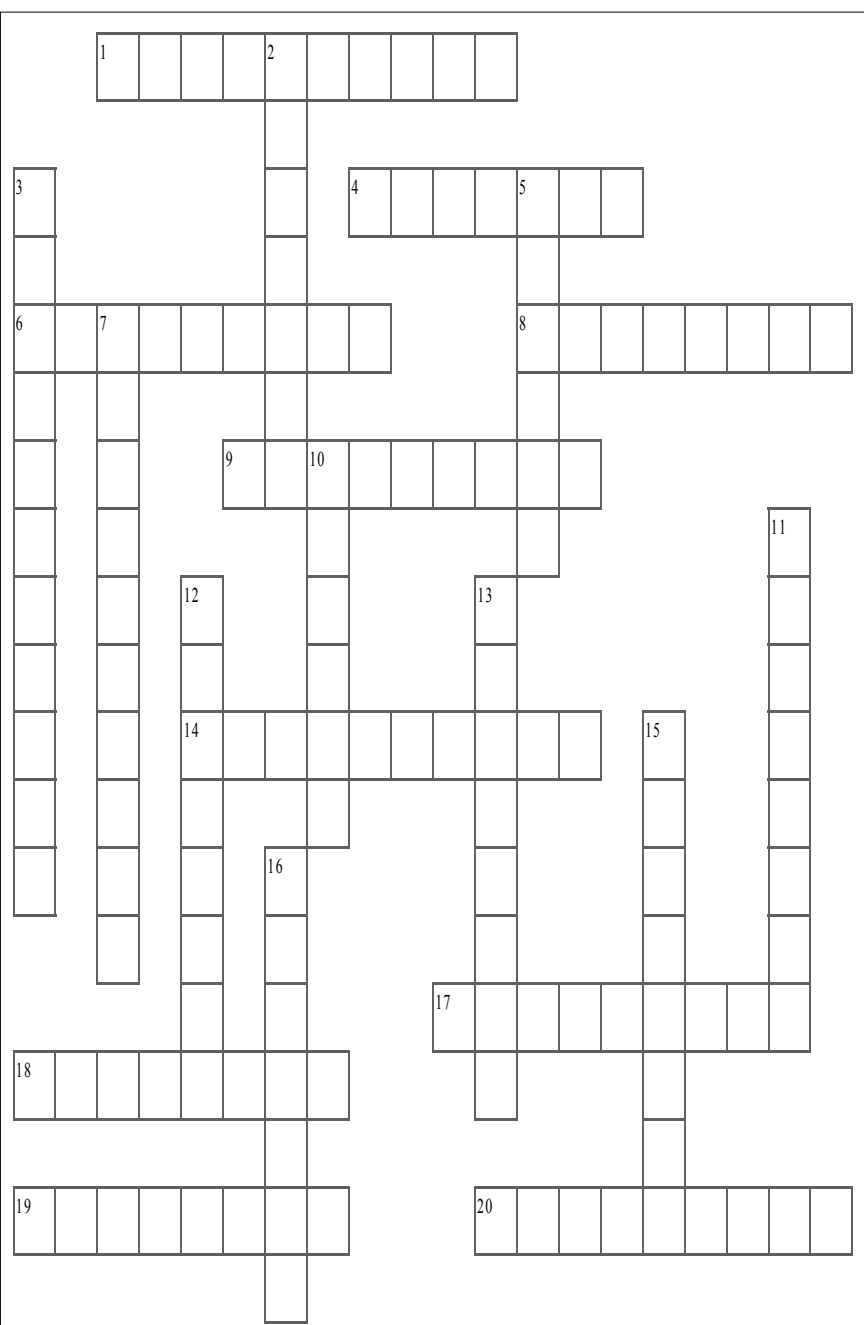
**SÓ TRABALHA PARA O BEM E RESIDE HÁ MAIS DE 7 ANOS EM VOTUPORANGA CONSULTAS COM BÚZIOS, CARTAS E TAROT**

**(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



# Palavras Cruzadas



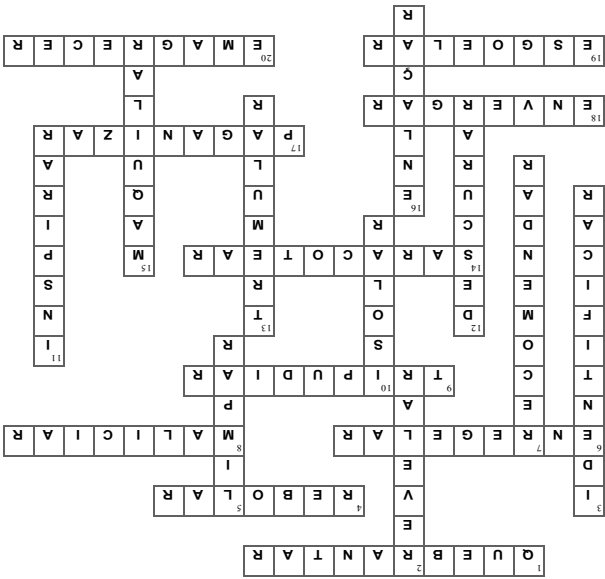
### Horizontais

- 1. Quebrar, ou pôr em estado próximo da quebra
- 4. Pôr em movimento, à maneira de bola
- 6. Tornar excessivamente frio
- 8. Pôr malícia em, interpretar maliciosamente
- 9. Bailar ou dançar, batendo com os pés no chão
- 14. Mover (o corpo ou os quadris etc) com meneios graciosos e mais ou menos livres
- 17. Tornar pagão, descristianizar
- 18. Vergar
- 19. Soltar da goela
- 20. Tornar magro

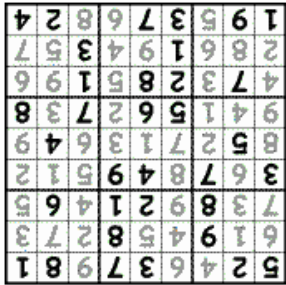
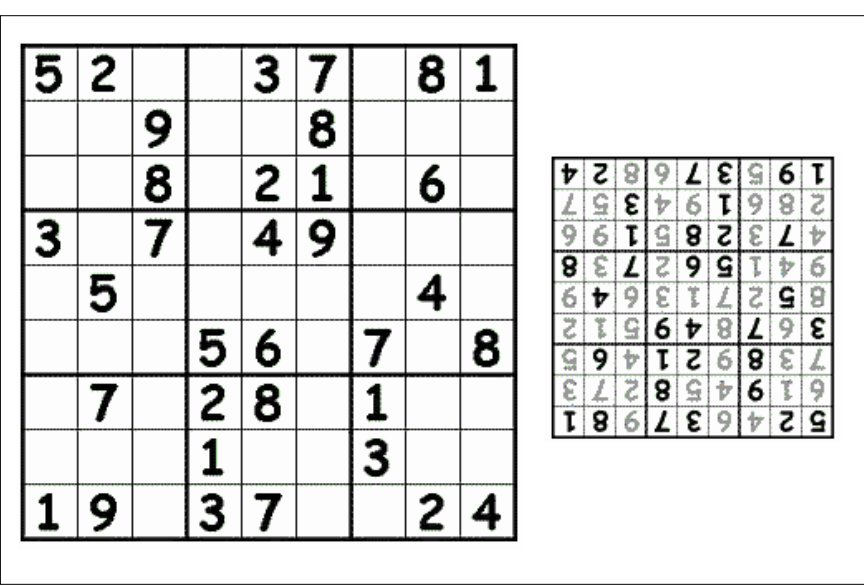
### Verticais

- 2. Tirar o véu a
- 3. Tornar ou declarar idêntico
- 5. Tornar limpo, asseado, tirando as sujidades de
- 7. Peo cuidado e a atenção para alguma pessoa ou coisa
- 10. Separar com impossibilidade de comunicação, tornar incomunicável ou solitário
- 11. Introduzir o ar atmosférico nos pulmões por meio dos movimentos do tórax
- 12. Não curar de
- 13. Mover com tremor
- 15. Pintar o rosto de (alguém)
- 16. Prender, unir com laço

### Respostas



# Sudoku



# Resumo de Novelas



### MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

A plateia fica chocada com a discussão. A peça é interrompida. Os professores da Ribalta insistem para que Bianca faça a peça. Lucrécia afirma a Jade que está decepcionada com a leviandade da filha. Cobra termina o relacionamento com Jade. Duca confronta Lobão e Cobra. Bianca entra no palco. Lobão revela o resultado do exame de DNA para Cobra, que pede para ter cuidado com Karina. Cobra ajuda Pedro a encontrar Karina.



### BOOGIE OOGIE

Terça-feira, 18h00

Susana se enfurece ao saber que será julgada e atenta contra a vida de Fernando. Diana convence Paulo a fazer um exame de fertilidade. Vitória exige que Beatriz vá a sua festa de aniversário. Pedro garante a Vitória que Rafael não vai se casar com Sandra. Ricardo recebe uma proposta para vender a Boogie Oogie. Susana decide se hospedar no mesmo hotel que Fernando e Carlota. Carlota exige que Beto demita Solange. Mário decide se mudar com Gilda e Serginho para a casa da Urca. Homero conta para Vitória que Corvo é uma mulher. Pedro descobre onde o seu instrutor guarda as chaves dos aviões. Augusta comenta com Sandra sobre o manual de piloto de Pedro. Fernando e Susana se beijam.



### ALTO ASTRAL

Terça-feira, 19h15

Gustavo tenta seduzir Kitty. Ricardo convida Cidinha para jantar, sem saber que ela é sua ex-namorada Scarlett. Marcos finge que está sofrendo por causa de Laura e a jornalista tenta fazê-lo desistir de ir para Goiânia. César diz a Samantha que ela tem inveja de Kitty. Laura descobre um cartão de embarque em seu nome entre os pertences de Marcos e deduz que tudo faz parte de um plano do médico.



### CHIQUITITAS

Terça-feira, 20h30

Neco leva Lucia até o parque. A pequena se esforça para falar mais algumas palavras. Neco incentiva o contato dela com a natureza. Bel visita Samuca. Vivi fica enciumada. Samuca conta para Bel que não gosta mais de Vivi. Rafa faz exercícios físicos. Vivi tenta gravar seu vlog sozinha. Diego diz para Junior que quer que ele e sua mãe fiquem juntos. Vivi pensa e percebe que está gostando do Samuca. Oscar (Beto Nasci), pai de Maria Cecília, visita à filha, que está grávida. Francis finge um novo encontro para fazer ciúme em Clarita. Marian diz para a mãe de Duda que Pata já foi moradora de rua. Pata chega e conhece Mariana. Clarita segue Francis e descobre que ele não anda se encontrando com ninguém, mas que fica sozinho no bar.



### IMPÉRIO

Terça-feira, 21h00

Danielle tenta tocar o diamante, mas Maurílio a impede. Otoniel apaga o vídeo sobre Cora. Carmem fala para Orville que não sabe o paradeiro de Salvador. Maria Marta afirma a José Alfredo que José Pedro não poderia ser filho de Silviano. Josué ouve Cristina falando ao telefone com alguém misterioso e conta para o Comendador. Maria Clara sente ciúmes de Cristina. Severo recebe um telefonema do gerente de seu banco. Lorraine encontra Salvador. Jonas e Carmem pensam em prender Salvador. Xana destrata Antônio. Marilda pensa em ajudar Luciano. A joalheria Império começa a se reerguer. O food truck de Amanda e Leonardo é inaugurado. Maria Clara fala sobre seu casamento com Vicente.



### VITÓRIA

Terça-feira, 22h15

Sabrina ajuda Netto a fugir do quarto do hospital. PH conversa com a empresária Mariza e pede para ser o líder dos mascarados. Tadeu propõe parceria com Alex para formarem uma dupla. Sabrina mantém Netto escondido em sua casa e diz que o verdadeiro informante é William. Katia avisa Bernardo, Artur e Diana sobre a fuga de Netto. Sem jeito, Jorge decora a casa para um jantar com Laíza. Diana não concorda em passar na delegacia e sugere que Artur vá sozinho. Nelito propõe a Ricardo um revezamento durante os dias da semana para ficarem com Luciene. Zuzu começa a lavar as roupas na pia da cozinha e Renata age sem paciência. Tadeu se recusa a ajudar a família e Matilde fica arrasada.

# Humor

### AMIGO MORTO

Dois caçadores estão em um bosque, quando um deles desmaia. Ele parece não estar respirando e seus olhos estão vidrados. O outro caçador pega o telefone e liga para a emergência: “Meu amigo está morto! O que faço?”. O atendente responde: “Calma, eu te ajudo. Primeiro, temos que ter certeza de que ele está morto”. Há um silêncio, e então um tiro é ouvido. De volta ao telefone, o cara diz: “Pronto, e agora?”.

### MENINO ANJO

O Menino vem correndo e diz à mãe: - Mãe, você é uma mentirosa!

- Mais por que você diz isso meu filho?

- Você disse que meu irmãozinho era um anjo!! Eu joguei ele pela janela e ele não voou.

### O TURCO.

Um turco pegou dinheiro emprestado de um judeu. Gabava-se de nunca ter pago uma dívida sequer. O judeu, por sua vez, nunca havia perdido nenhum centavo em qualquer transação. O tempo foi passando e o turco sempre enrolando e se escondendo do judeu.

Certo dia, eles se cruzam no bar de um português e começam a discutir. O turco, encurralado, não encon-

trando outra saída, pega um revólver, encosta-o na cabeça e diz ao judeu:

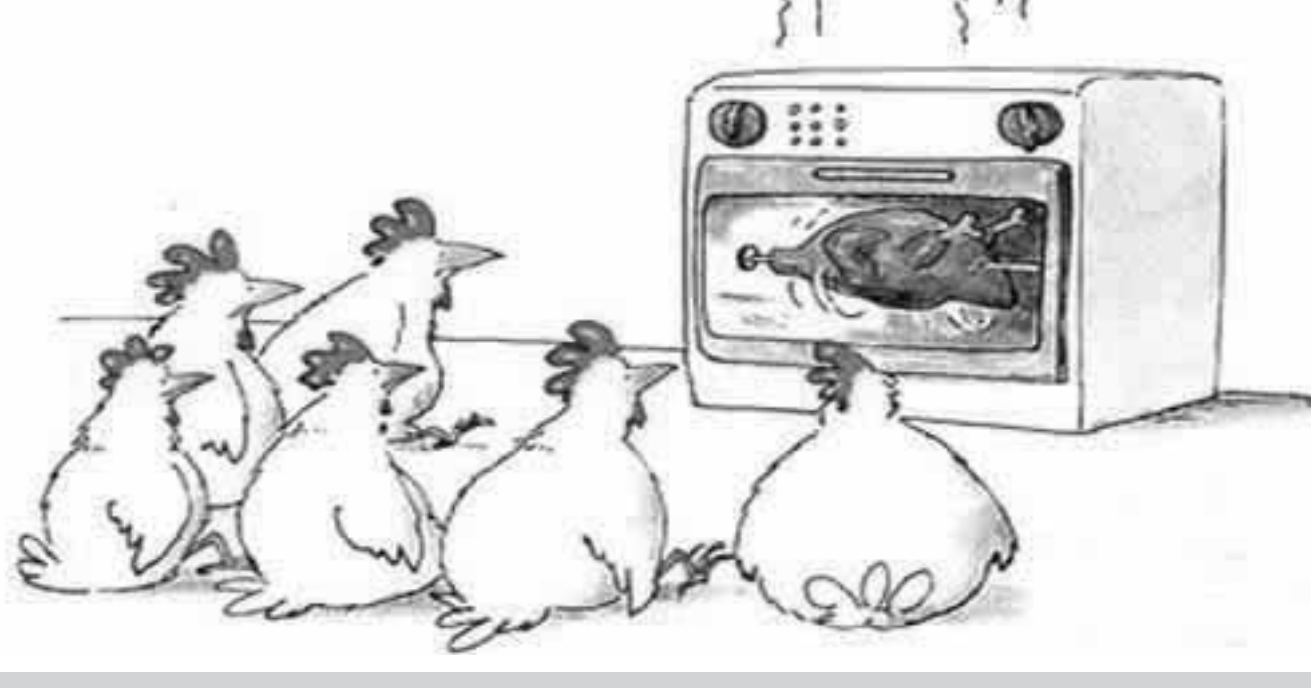
— Posso ir para o inferno, mas não lhe pago essa dívida.

Puxa o gatilho e cai morto no chão. O judeu não quis deixar por menos. Pega o revólver do chão, encosta-o na cabeça e diz ao turco recém falecido: — Vou receber essa dívida, nem que seja no inferno.

Puxa o gatilho e cai morto ao lado do turco! O português, que observava tudo, pega o revólver do chão, encosta-o na cabeça e diz:

— Ai, Jesus, essa briga não porco por nada!

# Filme de Terror...



**Nossa prioridade é a sua visão!**

**Otica 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  
CEL: (17) 99147-3205  
99725-6606 / 98164-4350

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



# celebridades

## Dani Calabresa quebra o silêncio e fala sobre beijo de Adnet em loira

Dani Calabresa falou pela primeira vez sobre o flagra do beijo de Marcelo Adnet em uma loira no início de novembro. Depois de o comediante resolver optar pelo silêncio, ela disse em entrevista que já perdoou o companheiro. “Acha que um beijo bêbado estraga anos de um relacionamento feliz? A gente tem anos de amor, de parceria, de tesão. Todo mundo erra, toma um porre, faz merda”. De acordo com ela, superar a traição foi mais difícil porque o fato se tornou público. “De repente, ele virou o vilão e eu, a mocinha. Um marido apai-

xonado dar um beijo bêbado e te ligar e pedir perdão é vida que segue. Agora, eu ligar pro meu pai de 71 anos para avisar que as fotos seriam divulgadas, não dá”, disse. Depois de fazer uma brincadeira e beijar Marco Luque ao vivo no “CQC”, Dani continua analisando a questão da traição como um peso da fama. “Em ‘Friends’, todo mundo torce para Rachel perdoar o Ross. Porque o Ross traiu a Rachel, tá? Eles passam sei lá quantas temporadas separados e ele ama ela. E a gente torce para perdoar. Mas, na vida real, todo mundo quer sangue”, avaliou.



“Todo mundo erra, toma um porre, faz merda”, disse a humorista

## Sophia Abrahão conta que tem 200 pares de sapatos: ‘já fui mais consumista’



Atriz diz que hoje é mais consciente na hora de ir às compras

Sophia Abrahão, atriz da novela “Alto Astral” conta que tem mais de 200 pares de sapato. “Mas são duas casas, uma no Rio e outra em São Paulo”, explicou a atriz, que conta que pensa muito antes de comprar algo. “Já fui mais consumista. Hoje penso duas vezes antes de comprar. Esse é o problema do consumismo. Acabamos comprando coisas das quais não precisamos. Mas sempre tive o hábito de doar roupas. Vale lembrar que Sophia Abrahão está solteira desde o término do relacionamento com Fiuk, em abril do ano passado.

taria namorando o colega de “Alto Astral” Sergio Malheiros. “Estou solteira”, limitou-se a dizer a artista, rindo. Sophia prefere negar o namoro com Sergio porque acredita que sempre quando assume uma relação para imprensa, tudo desanda. Os dois já foram flagrados juntos em um quiosque na praia do Pepê, Zona Oeste do Rio de Janeiro. Na ocasião, ao avistarem o fotógrafo, eles deixaram o local empurrando suas bicicletas. Vale lembrar que Sophia Abrahão está solteira desde o término do relacionamento com Fiuk, em abril do ano passado.



Um país de terceiro mundo não é bom o suficiente para a princesinha dela

## Mãe de Taylor Swift proíbe cantora de vir para o Brasil

O enorme sucesso de “1989”, disco que vendeu quatro milhões de cópias mundo afora, gerou interesse em trazer Taylor Swift para o Brasil para dois mega shows. Mas os fãs da loirinha nem precisam se empolgar muito. Ela disse não. O motivo principal da negativa envolveu o conselho de sua mãe, Andrea Swift, que, disse para a filha não se apresentar em países do Terceiro Mundo. A afirmação reacendeu uma discussão mais ou menos antiga sobre as personalidades complicadas dos pais de Taylor. Uma matéria de setembro de 2014 publicada pelo Ga-

wker afirmou que Andrea e Scott, os pais de Taylor, são muito controladores e mantêm a carreira da filha em marcação cerrada. Se por um lado a estratégia parece dar certo, já que ela faz bastante sucesso, por outro há relatos de que seria impossível trabalhar dentro das expectativas deles, que consideram uma sorte trabalhar com alguém tão talentosa quanto a cantora. A coisa só piorou com a separação de Andrea e Scott, que seguem trabalhando juntos e infernizando o resto da equipe com pedidos mais e mais complicados. O resultado é apenas triste para os fãs.



Globo investe na descoberta de novos talentos

## Mais do mesmo: Globo exibirá quatro concursos musicais licenciados em 2015

O sucesso do “The Voice Brasil”, lançado pela Globo em setembro de 2012, deu impulso a uma nova onda de importação de formatos de concursos musicais, ou shows de talentos. Em abril de 2014, a emissora lançou o “SuperStar”. Agora em fevereiro de 2015, foi a vez de estreiar “Os Iluminados”, dentro do “Domingão do Faustão”. Ainda este ano, além da quarta temporada do “The Voice” e da segunda do “SuperStar”, a Globo vai lançar também o “The Voice Kids”. Ou seja, este ano serão exibidos quatro concursos musicais “diferentes”, todos baseados em formatos estrangeiros licenciados. Na verdade, não são nada diferentes. A essência de todas estas competições musicais é exatamente a mesma – a descoberta de “novos” talentos. É um princípio idêntico, inclusive, a vários outros concursos que, nos últimos 40 anos, foram exibidas na televisão brasileira. “Os Iluminados” é uma versão de um formato turco, chamado “Keep Your Light Shi-

ning”. Originalmente, é uma competição com 12 participantes, que ocorre ao longo de 13 semanas, com três jurados. Na adaptação da Globo, são sete candidatos por semana, ao longo de seis domingos, com dois jurados. A estreia, no último domingo (22), ajudou o “Domingão do Faustão” a registrar a sua maior audiência no ano, média de 15,5 pontos na Grande São Paulo. Explicado de forma confusa ao público, o concurso mereceu dois esclarecimentos ao longo da tarde. TheVoice2014 O “The Voice Kids” foi anunciado pela Globo esta semana. O concurso vai ser disputado por crianças e adolescentes entre 9 e 15 anos. A emissora ainda não divulgou quando irá ao ar. A segunda edição do “SuperStar” vai trocar dois jurados em relação ao primeiro programa. Saem Fábio Jr. e Dinho Ouro Preto, entram Paulo Ricardo e Thiaguinho. Ivete Sangalo permanece. Sobre a quarta temporada do “The Voice” que está assegurada, ainda há muita especulação sobre a troca, ou não, de um ou mais dos técnicos.

## horóscopo

**ÁRIES**  
Você tem dificuldades em colocar para os outros suas ideias e emoções, pois Lua e Netuno formam quadratura hoje. Portanto, tenha cuidado com o que fala. Lua e Vênus em trígono lhe aconselham a ser gentil e diplomática!

**TOURO**  
Não se envolva demais nos problemas dos amigos, pois você poderá se prejudicar, até mesmo em suas finanças. Ainda que a tensão Lua-Netuno lhe aconselhe a impor limites, a harmonia Lua-Vênus lhe incentiva a ajudar!

**GÊMEOS**  
As interferências que suas propostas de trabalho provocam nas atividades alheias podem causar reações negativas, pois Lua e Netuno se tensionam hoje. O trígono Lua-Vênus lhe aconselha uma abordagem mais lúdica e sedutora!

**CÂNCER**  
A quadratura Lua-Netuno tenciona suas áreas espiritual e de crise, indicando que os desafios tendem a lhe abater. O trígono Lua-Vênus lhe aconselha a trabalhar seu emocional, e ao lidar com problemas, tente usar a criatividade!

**LEÃO**  
Você se sente deslocada e enfrenta desentendimentos e conflitos nas relações, neste momento em que Lua e Netuno se tensionam. A harmonia Lua-Vênus lhe aconselha a se colocar no lugar do outro antes de fazer julgamentos!

**VIRGEM**  
O clima fica tenso no trabalho, pois Lua e Netuno se tensionam, prejudicando as atividades em grupo. O trígono Lua-Vênus indica que as parcerias tendem a ser de grande ajuda, portanto não deixe que as dificuldades lhe afastem!

**LIBRA**  
A quadratura Lua-Netuno lhe deixa um tanto melancólica, mas o trígono Lua-Vênus indica que os momentos de lazer tendem a fortalecer sua autoestima. Portanto, não se abata diante dos problemas e busque que lhe dá prazer!

**ESCORPIÃO**  
Seu bem estar está associado à vida familiar, que lhe traz também conforto emocional. A harmonia Lua-Vênus lhe aconselha a ficar recolhida, evitando a agitação social, e a tensão Lua-Netuno alerta para gastos desnecessários!

**SAGITÁRIO**  
A tensão Lua-Netuno indica uma instabilidade emocional na vida familiar. Mas a harmonia de Lua e Vênus lhe deixa mais generosa e lhe aconselha a promover a paz e conciliação através do diálogo. Tome a iniciativa!

**CAPRICÓRNIO**  
Os diálogos no trabalho são prejudicados por ressentimentos trazidos à tona pela quadratura Lua-Netuno. Portanto, não alimente discussões. O trígono Lua-Vênus lhe aconselha a ser profissional, foque-se nas tarefas!

**AQUÁRIO**  
Cuidado com as finanças! Lua e Netuno tensionados despertam suas inseguranças, lhe levando a comprar como uma maneira de suprir carências. A harmonia Lua-Vênus lhe aconselha a auto-analisar suas necessidades, compreendendo-as.

**PEIXES**  
Você tende a agir de maneira arredia e distante com os familiares, pois Lua e Netuno se tensionam, ressaltando as fragilidades dessas relações. Avalie as causas de seus ressentimentos e promova a paz e conciliação!