

## social

"Procura desfrutar o grande festival da vida na companhia de amigos."

■ Epicteto



A jovem e sempre alto astral **Bianca Verteiro** sopra as velinhas amanhã, ladeada por amigas e familiares. No click com Aliadina Machado e Jéssica Téka.



A orientadora pedagógica **Maria Cândida Lacerda** comemora data especialíssima amanhã, e recebe inúmeras congratulações. Parabéns!



**Aline Fernandes**, junto às amigas de primeira linha, comemora o aniversário na quinta. Na foto com Tainara Renan, Monize Inácio, Ingrid Costa e outras amigas.



**Camila Pierobon** também é destaque na lista de aniversariantes dessa terça. Felicidades!



**Cleonice Teófilo** também comemora idade nova na quinta e recebe parabéns. Na foto com Alessandra Queiroz.



Festa hoje para comemorar em grande estilo o niver de **Heloisa Santanna**. Parabéns!



Parabéns para **Renata Castro** que amanhã comemora mais uma primavera. Na foto com Alcione Fiorim.



Muitos anos de vida para **Lara Alves e Sá**, que hoje também comemora mais um aniversário recebendo as homenagens da família e amigos.



**Maria Gabriela Ribeiro** também comemora mais um ano de vida hoje, recebendo o carinho da galera.

**TÉDA**  
SOM e ACESSÓRIOS  
PEÇAS e SERVIÇOS  
O Shopping do seu carro  
Fone/Fax: (17) 3465-5777  
Av. Líterio Greco, 2601 (Marginal Shopping) - Trevo Principal - Fernandópolis - SP

**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXIMER LASER, LENTES DE CONTATO  
**DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI**  
OFTALMOLOGIA - CRM 139.658  
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM  
FONE: 17-3462 2835  
Av. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

**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

**Paraiso das FLORES e PRESENTES**  
REDE GIGANTÃO  
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!  
Fernandópolis - Votuporanga - Catanduva

**SEJA BEM-VINDO AO GIGANTÃO**

**Preços Imbatíveis**  
A partir de **R\$ 1,99**

# Mitos e verdades nos cuidados de aftas



**A**fta é uma ferida e dolorosa na boca, que costuma ser branca ou amarela, e surge geralmente na língua e nas paredes internas da boca. Trata-se de uma forma comum de úlcera bucal. Confira abaixo alguns mitos e verdades da Afta, que se cuidada corretamente irá sarar em um menor tempo possível:

**VERDADE:** O melhor para curar a afta é não mexer nela –

Tenha um pouquinho de paciência que ela vai desaparecer.

**PARCIALMENTE VERDADE:** Suco de couve, própolis, vitamina B e pomadas preventivas melhoram a afta – Se por um lado esses tratamentos podem apresentar alguma eficácia, por outro podem agravar a ferida caso mal utilizados.

**VERDADE:** Comer abacaxi ou frutas cítricas provoca aftas - As frutas cítricas, aliadas a outros componentes, podem levar ao aparecimento de aftas.

**PARCIALMENTE VERDADE:**

Passar bicarbonato de sódio na afta dói muito, mas faz sarar - Deve-se evitar colocar o bicarbonato em pó diretamente sobre a afta, pois isso pode aumentar a inflamação e arder muito, apesar disso, fazer bochechos com uma colher de chá de bicarbonato diluído em um copo de água é um dos tratamentos sugeridos.

**VERDADE:** Problemas com aftas podem ter fundo emocional, como estresse – A causa da afta é multifatorial, e a medicina não possui um consenso para explicar exatamente o que provoca essas feridas incomodas, porém, fatores emocionais, como estresse, são uma das motivações para o aparecimento.

**MITO:** Pode aparecer afta em qualquer lugar da boca – Aftas aparecem em áreas da boca onde não há proteção de queratina. Basta observar que

não há aparecimento de aftas em regiões mais “duras”, como no céu da boca ou na parte da gengiva mais próxima dos dentes.

**MITO:** Aftas são o mesmo que herpes. Ou é igual a sapinho – Aftas não são nem herpes nem sapinho. O herpes labial se apresenta como vesículas que, após se romperem, podem virar pequenas úlceras, podendo ser confundidas com aftas, já o sapinho é o tipo mais comum de estomatite, uma inflamação bucal que pode desencadear aftas, mas não é a mesma doença.

**VERDADE:** Afta pode virar uma série infecção – Se não tomar cuidado, as aftas podem piorar, chegando até mesmo a infecção. Isso costuma ocorrer quando, na tentativa de curá-la, a pessoa mexe muito na afta.

**MITO:** Colocar cinza de cigarro e queimar a afta são formas eficientes de tratamento

- Cinza de cigarro e queimaduras podem, na verdade, piorar a lesão e causar infecção.

**VERDADE:** Higiene bucal ajuda a prevenir e tratar aftas – Quer evitar aftas e ajudá-las a sararem? Escove bem os dentes, pois, após as refeições, a acidez da boca aumenta.

## receita

### Rosti de macarrão instantâneo

#### INGREDIENTES:

- 1 pacote de macarrão instantâneo quebrado sabor frango (ou no sabor de sua preferência)
- 1 xícara (chá) de água quente
- 2 colheres (café) de manteiga
- 150 g de mussarela ralada
- 100 g de presunto ralado
- 1/2 tomate picadinho (com casca e com sementes)
- orégano a gosto



#### MODO DE PREPARO:

\*Em uma tigela, coloque o macarrão instantâneo, a água, o tempero do macarrão e deixe de molho por aproximadamente 10 minutos. Junte com manteiga uma frigideira antiaderente, coloque metade do macarrão instantâneo escorrido e, com uma escumadeira, pressione-o bem no fundo da frigideira.

\*Sobre o macarrão espalhe metade da mussarela, o presunto, o tomate, o orégano a gosto e a outra metade da mussarela. Cubra com o restante do macarrão instantâneo formando um disco.

\*Com a escumadeira aperte ligeiramente para unir as partes e arredonde as bordas. Tampe a frigideira com outra frigideira (do mesmo tamanho) untada com manteiga e deixe cozinhar, em fogo médio, por uns 5 minutos ou até dourar.

\*Vire as frigideiras juntas e volte ao fogo para que doure do outro lado e deixe mais 5 minutos. Retire do fogo, transfira para um prato e sirva em seguida com salada verde.

### Dicas importantes para as mulheres ganharem massa muscular

Cada vez mais frequente, a busca pelo aumento de massa muscular pelas mulheres, vem se tornando algo corriqueiro. Apesar de ainda haver algum preconceito em relação a isso, temos hoje várias mulheres que tem tal objetivo. Porém, graças ao seu metabolismo e principalmente devido a questão hormonal, as mulheres têm grandes dificuldades em obter ganhos de massa muscular. Isso ocorre principalmente por seus baixos níveis de testosterona, um dos principais hormônios anabolíticos de nosso corpo.

Mas isso não quer dizer que não seja possível que você mulher, consiga bons resultados em termos de aumento de massa magra. Mas para isso, será preciso além de esforço e dedicação, a utilização de certas estratégias específicas para este grupo. Para que você possa ter um norte, elaboramos 5 dicas para te ajudar a aumentar a massa muscular!

Como as mulheres podem aumentar a massa magra? Veja estas dicas!

#### 1º Treinos intensos:

Quer ganhar músculos maiores? Castigue os que você tem agora! Somente com

um treino que seja intenso e que cause microlesões em nível celular, é que você conseguirá um bom aumento de massa muscular. Isso por que os processos de regeneração celular, através do conhecido fenômeno da supercompensação, irão atuar diretamente no aumento do tamanho das células (hipertrofia).

#### 2º Dieta hipercalórica:

Se os treinos serão intensos, a dieta precisa dar conta do recado, para que ocorra uma ótima recuperação. Geralmente em épocas de aumento de massa muscular (bulking), utilizamos dietas com mais calorias, para que seu corpo possa ter a energia necessária para as adaptações celulares. Mas não ache que dieta hipercalórica é o mesmo que sair comendo de tudo! Ela precisa ser rica em calorias, mas com uma boa escolha dos nutrientes e dos alimentos.

Além disso, é vital que você tenha o acompanhamento de um bom nutricionista, para que ele possa estabelecer quais serão as suas prioridades nutricionais.

#### 3º Falha concêntrica:

Dificilmente alguém alcançará bons resultados em ter-

mos de hipertrofia, sem utilizar a falha concêntrica em seu treino. Isso por que, ao atingir a falha concêntrica, o músculo está dando um sinal de que ele chegou ao seu limite de repetições, ou seja, alcançamos o máximo de estímulos. Ou seja, sem atingir a falha concêntrica, com toda a certeza seus músculos ainda tem “lenha para queimar” e esta sobra, faz com que você tenha estímulos não tão eficientes. Por isso, se quer aumentar sua massa muscular, busque sempre atingir a falha concêntrica.

#### 4º Durma muito bem:

O sono é vital para a síntese das proteínas e para a hipertrofia. Você só conseguirá aumentar sua massa muscular, se tiver um sono de qualidade. Isso porque enquanto você dorme, diversos hormônios são liberados em sua corrente sanguínea, que irão potencializar a reconstrução mus-

**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, afasto 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

# ClimaCold

## Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça  
um orçamento  
sem compromisso

Manutenção e Instalação com  
desconto de 20 %

Ar Condicionado em até  
10 vezes sem juros

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com



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

Manutenção e Instalação com  
desconto de 20 %

Ar Condicionado em até  
10 vezes sem juros

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



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

Manutenção e Instalação com  
desconto de 20 %

Ar Condicionado em até  
10 vezes sem juros

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

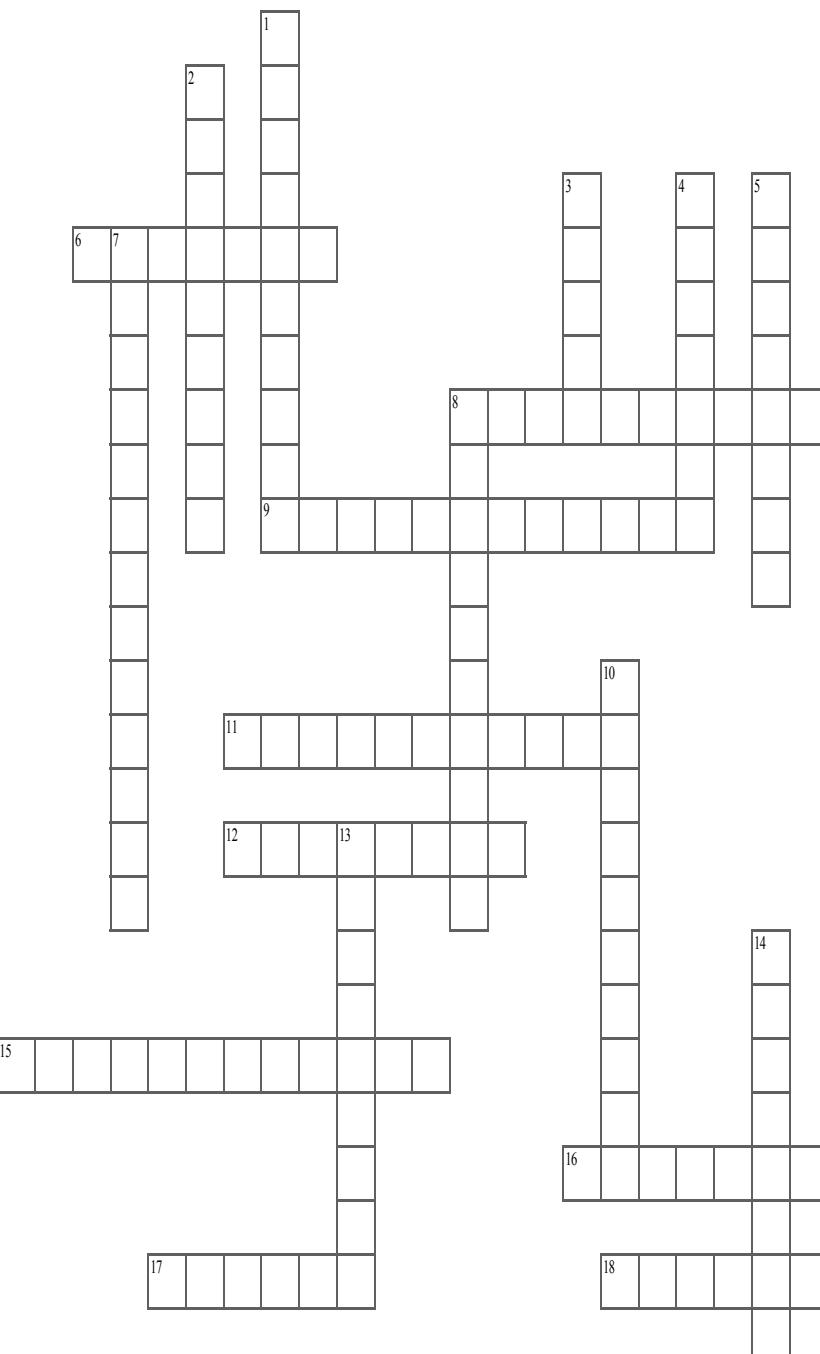
Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



# Palavras Cruzadas



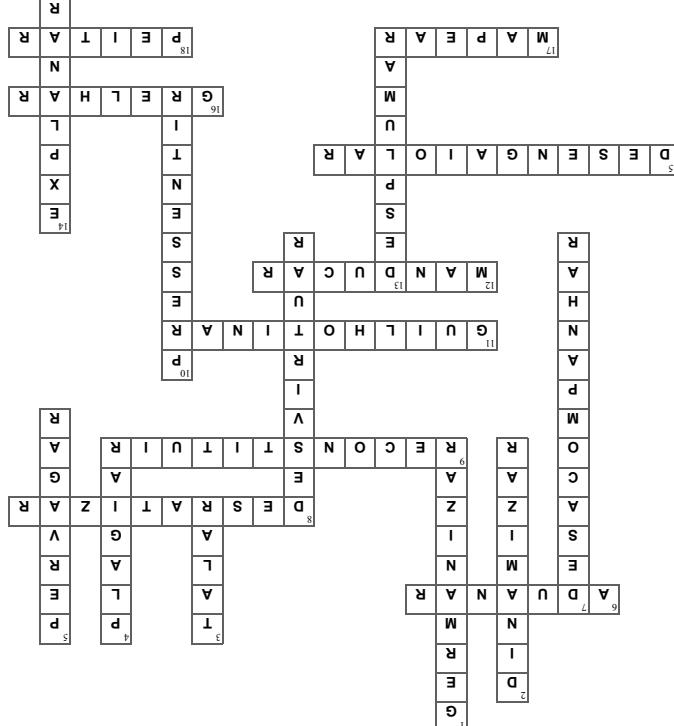
## Horizontais

- Despachar ou registrar na aduana ou alfândega
- Destruir os ratos
- Tornar a constituir
- Decapitar com guilhotina
- Comer, mastigar
- Tirar da gaiola
- Assar ou torrar na grelha
- Distribuir sobre uma superfície plana os contornos geográficos de determinada região
- Subornar com peitas

## Verticais

- Dar caráter ou feição alemã a
- Dar caráter dinâmico a
- Assolar, devastar
- Assinar ou apresentar como seu (trabalho literário ou científico)
- Atravessar, cruzar, percorrer em vários sentidos
- Deixar a companhia de
- Tirar a virtude, o merecimento a
- Ter o pressentimento de
- Desguarnecer de plumas
- Tornar plano, fácil, inteligível

## Respostas



# Caça Palavras



- CACHORRO  
CADEIRA  
CALHAMBÉQUE  
CAMA  
CAMINHAO  
CANGURU  
CARACOL  
CARTA  
CARTOLA  
CASA

**Oticia**  
Fernandópolis

**Nossa prioridade**  
é a sua visão!

**FONE/FAX**  
17 3463-1286

[www.oticiadefernandopolis.com.br](http://www.oticiadefernandopolis.com.br)

**Marcelo e Lilian Muriel**

AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS, N° 1301 - CENTRO  
FERNANDÓPOLIS - SP (AO LADO DO BANCO ITAÚ)

**Panificadora e Serv-Festas**  
**UBIRAJARA**

**ACETAMOS**  
**ENCOMENDAS**  
**DE BOLOS E**  
**SALGADOS**

**FONES** (17) 3442-5864  
CELS: (17) 99147-3205  
9925-6606 / 98164-4350  
AVENIDA DUQUE DE CAXIAS, 348  
BAIRRO UBIRAJARA - FERNANDÓPOLIS  
E-mail: [panificadoreuberjara@hotmail.com](mailto:panificadoreuberjara@hotmail.com)

**A BEBIDA MAIS**  
**GELADA DA CIDADE**  
**ALUGUEL DE MESA**  
**E FREEZER**

# Resumo de Novelas

## MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

Lincoln se desespera e acusa Jeff de mentiroso. Mari desiste de cantar na Batalha Musical. Cobra fala com a mãe ao telefone e se emociona. Bianca cuida do figurino de João para a apresentação da Batalha Musical. Gael sente saudades de Karina. Lincoln e Jeff se ofendem e rompem novamente o relacionamento. Delma chega com Tomtom na Aquazen e Roberta incentiva Marcelo a se aproximar da filha. Bete acolhe Mari, Jeff e Joaquim em sua casa. Heideguer descobre que Cobra mantém contato com sua família. Rute afirma para Lincoln que uma família é feita de amor. Jeff compra passagens para voltar para Joaçaba com Mari e Joaquim. Roberta conversa com Tomtom sobre bebês e Marcelo se irrita.

## SETE VIDAS

Terça-feira, 18h00

Pedro explica seu relacionamento com Júlia para Taís, que pede para ficar sozinha. Júlia afirma a Felipe que não está pronta para se envolver com alguém. Luís revela a Isabel que decidiu se separar de Branca. Pedro pede ajuda a Vicente e Luísa conforta Taís. Marlene conta a história de sua gravidez para o livro de Lígia. Luís deixa sua casa e Branca acredita que ele está apaixonado por outra mulher. Miguel e Júlia conversam sobre suas impossibilidades amorosas. Caio apoia a decisão de Irene de ter recebido Diana em sua casa. Esther e Graça tentam uma vaga para Carlito em uma ONG para crianças com aptidões especiais. Laila provoca Marcos. Taís ignora os pedidos de Pedro e sai de casa com Rodrigo.

## I LOVE PARAÍSÓPOLIS

Terça-feira, 19h15

Soraya proíbe Gabo de ameaçar seu filho. Bruna pergunta a Natasha o motivo de seu interesse por Tomás. Jurandir sem querer diz a Tomás que Mari está viva. Paulucha avisa a Natasha que Máximo voltará para casa e dividirá o quarto com ela. Izabelita aceita que Deodora seja sua acompanhante. Soraya conta a Benjamin sobre a procura que Izabelita fez em seu nome. Natasha pede dinheiro a Tomás para não contar aos filhos do médico que ele tem uma filha que mora em Paraisópolis. Máximo procura Grego e diz que quer trabalhar com ele. Clarice avisa a Soraya e a Gabo que a procura que Izabelita havia dado à filha perdeu a validade.

## OS DEZ MANDAMENTOS

Terça-feira, 22h15

Anrão recomenda que Joquebede e Miriã retornem antes que oficiais suspeitem da ausência delas. Emocionadas, elas se despedem de Moisés e saem com Anrão. Arão diz para Bakemnut que não sabe a localização de Joquebede. Henutmire revela para Yunet que vai ser levada por Ramsés ao local onde Moisés está e pede segredo. Miriã diz que foi com Joquebede atrás de Moisés, mas não o encontraram e finge chorar desesperada. Disebek encontra Yunet no corredor e os dois saem para um lugar mais reservado. Tuya repara no nervosismo de Henutmire, mas a princesa consegue enganar a mãe. Amália demonstra estar muito fraca e causa preocupação em Eliseba. Karama encontra Nefertari muito triste e tenta animá-la.

## CHIQUITITAS

Terça-feira, 20h30

Geraldo vai até o orfanato. Edgard e Geraldo discutem na sala, na frente de todos. Cintia aparece, aparta a briga e diz para Edgard ir embora. Gabriela diz que Marian precisa pedir perdão para Maria. Enquanto isso, na rua, Maria decide passar a noite na rua com sua boneca Laura. Cris chora ao saber a notícia sobre o acidente envolvendo Tobias. Mili consola a amiga. Tobias tenta fazer do incidente dia dois um momento agradável. Matilde chora por saudade de Brunilda. Cintia diz que não quer saber dessa aranha em sua casa. Matilde decide levar a aranha de qualquer jeito. As chiquititas arrumam as malas para a viagem em Natal. Gabriela vai com Marian até a casa de Milton, que estava desarrumado no sofá, com ressaca.

## BABILONIA

Terça-feira, 21h00

Inês fica furiosa com a presença de Otávio, que ela conheceu em Dubai. Otávio conta que a Souza Rangel perdeu ótimos negócios por conta da honestidade de Homero. Inês diz que não vai deixá-los atropelar os interesses de Evandro. Pedro fica ressabiado com Otávio. Otávio diz a Beatriz que ela pode contar com ele. Aderbal chega à prefeitura e encontra Luís Fernando esperando por ele. Luís Fernando tenta oferecer seus trabalhos para Aderbal, que o manda ir embora. Beatriz fala sobre Aderbal para Otávio. Rafael e Laís dançam lindy hop na casa dele, e Teresa elogia os dois. Diogo e Gabi curtem a nova vida de casados. Inês vai ao salão e fica sabendo do que aconteceu com Beatriz no casamento.

# Humor

## O HOMEM ERRADO

Adauto já tinha dez filhos e prometeu que, se sua mulher engravidasse outra vez, ele se enforcaria. Não teve jeito. Um ano depois ela estava esperando

outro filho. Um de seus amigos provocou:

– Você não disse que se enforcaria se isso acontecesse?

– Pois é. Eu quase me enforquei: preparei a corda e o banco....

– E o que aconteceu?

– Bem, é que me ocorreu que talvez estivesse enforcando o homem errado!!!

## INFIDELIDADE

Marido furioso, chegando em casa e encontrando a mulher na cama com outro:

– Que é que vocês estão fazendo???

A mulher, virando-se para o outro:

– Viu?? Eu não lhe disse que ele era burro?

## VOCÊ GOSTA DE BRINCO

Um dia, no escritório, um homem reparou que seu colega, muito conservador, estava usando um brinco:

– Não sabia que você gostava desse tipo de coisa – comentou;

– Não é nada de especial, é só um brinco – replicou o colega.

– Há quanto tempo você está usando ele?

– Desde que minha mulher o encontrou no meu carro.

## PRESENTEANDO

### A ANAMORADA

Três amigos estavam conversando num bar, quando começaram a falar dos presentes que iriam dar

para suas namoradas.

O amigo médico disse:

– Vou dar para minha namorada um colar de ouro com brilhantes e um anel de rubis. Se ela não gostar do colar, com certeza ela vai gostar do anel.

O amigo advogado continuou:

– Hoje a noite minha namorada vai ganhar um celular novo, o menor do mundo, e um vídeo cassete com 8 cabeças. Se ela não gostar do celular, ela vai gostar do vídeo.

E por último falou o amigo engenheiro:

– Vou dar para minha namorada uma camiseta branca e um vibrador. Os amigos ficaram curiosos e quiseram saber porque um vibrador.

E ele respondeu:

– Se não gostar da camiseta, ela que se foda!!!



**UNESC**  
UNIVERSO DE ENSINO SUPERIOR CONTINUADO

**CURSO PREPARATÓRIO PARA ESCRVENTE TÉCNICO JUDICIÁRIO**

**APRESENTE ESTE ANÚCIO E GANHE**

**05%**

[www.unescursos.com.br](http://www.unescursos.com.br)  
(17) 3442-4979

\* Valor não acumulativo

# celebridades

## Angélica entrou em pânico durante pouso forçado com a família em Mato Grosso do Sul

A família de Angélica e Luciano Huck passou por um pouso forçado na manhã de domingo, 24. Os apresentadores, os três filhos deles – Joaquim, Benício e Eva – e duas babás, Marcileia Eunice Garcia e Francisca Clarice Caneiro Mesquita, foram socorridos na região do município de Rchedo depois de o piloto pousar em uma região agrícola. A decisão foi feita após o profissional perceber uma falha na bomba de combustível da aeronave.

Após o acidente, a família foi encaminhada de carro para a Santa Casa de Campo Grande, que fica a cerca de 30 quilômetros do local do incidente. Luciano Huck chegou caminhando ao local e os médicos suspeitaram que ele teria sofrido uma fratura na vértebra. Já Angélica chegou de maca e passou por exames de raio X na região da bacia. Um dos filhos reclamava de dor de cabeça, mas não teve nenhum ferimento grave. As babás também saíram ilesas. Depois de se submeterem aos primeiros exames, a família foi trans-

ferida para São Paulo e todos deram entrada no Hospital Albert Einstein. Na manhã desta segunda-feira, 25, os três filhos do casal e as babás foram liberados depois de passarem por novas avaliações.

Aparentemente, o copiloto Osmar Frattini, de 52 anos, foi o que mais sofreu impacto com a queda e, diferente da família, que deixou o local por terra, foi resgatado por um helicóptero do Corpo de Bombeiros. O piloto José Flávio de Souza Zanatto passa bem e também foi encaminhado para uma bateria de exames na Santa Casa.

Lucilene Gonçalves, mulher de Frattini, informou que Angélica foi quem mais se assustou com a situação. "Na hora que ele avisou que ia ter que fazer o pouso forçado, a Angélica se desesperou e gritou muito", comentou ela depois de visitar o marido no hospital. "A preocupação dele era principalmente com as crianças. Ele precisou ter calma. Acho que foi um milagre. Todo mundo tem que agradecer a Deus", comentou.

A mãe de Angélica, Angeli-

na, afirmou em entrevista que a filha e todos da família já estão se recompondo. "Fiquei muito chocada. Deus é tão maravilhoso. Nada de mais grave aconteceu com ela. O que ela teve foi mais dor no corpo por conta do baque do avião. Minha filha passou pelos exames e está bem. Qualquer pessoa no lugar dela ficaria assustada numa situação como essa. Angélica não quebrou nada", disse.

Angélica e Huck voltavam do Pantanal depois de uma temporada gravando um especial para o programa "Estrelas". A aeronave, um Embraer modelo 820c, pertence à empresa MS Taxi Aéreo e possui todas as documentações em dia. Agora, o 4º Serviço Regional de Investigação e Prevenção de Acidentes Aeronáuticos (SERIPA 4) fará as apurações sobre o que aconteceu com base em uma perícia realizada.

Participaram do "Estrelas – Especial Pantanal" os atores Rodrigo Simas, Daniel Rocha, Cristiano Araújo e a dupla Sertaneja Munhoz e Mariano.



Angélica foi uma das que mais se assustou com o incidente

## "Primeiro ano que sou mãe de verdade", diz Andressa Urach em festa de 10 anos do filho

Andressa Urach comemorou no último domingo, 24, o aniversário de 10 anos do filho Arthur. Em declaração, a apresentadora disse que esta é a primeira vez que se reconhece como uma mãe presente. "Esse é o primeiro ano que vamos comemorar de verdade, primeiro ano que sou mãe de verdade", afirmou.

Na festinha para 60 pessoas, que aconteceu no salão de festas de seu apartamen-

to em São Paulo, a vice-Miss Bumbum 2013 comemorou o fato de estar mais próxima ao filho. Antes de passar por uma série de cirurgias devido a complicações com hidrogel, Andressa deixava o filho com a avó materna, em Porto Alegre. "Estou aprendendo muito como mãe. Antes, eu trabalhava e não dava a atenção que deveria. Achava que o dinheiro supria toda a felicidade", avaliou.

Sobre os presentes de aniversário, Andressa afirma que Arthur não pediu nada. "Ele é super humilde. Eu que dei um videogame, uma bicicleta e um patins", afirmou. Depois de se converter para a Igreja Universal e mudar completamente seu estilo de vida, Andressa deve voltar para a televisão contando histórias de superação em um quadro do "Domingo Show", da Rede Record.



Apresentadora afirmou que achava que o dinheiro supria a distância entre ela e Arthur

## Aryane Steinkopf detona sósia Janaina Santucci, próxima capa da 'Playboy': 'Usa meu nome para aparecer'

Pelo visto, Aryane Steinkopf não gostou nadinha de saber que sua sósia, Janaina Santucci, vai posar nua na "Playboy" de junho. Procurada para comentar o assunto, a ex-panicat, que foi recordista de vendas da revista em 2012, disse que não daria uma palavra sequer

sobre a modelo, mas deixou claro que acredita que Janaina está usando o seu nome para se promover. "Não tenho nada a declarar sobre essa pessoa que usa o meu nome para aparecer", limitou-se a dizer.

O fato é que posar nua na "Playboy" é apenas uma das

coincidências entre Aryane e Janaina. A segunda, para quem não lembra, foi casada e tem um filho com o ex-marido de Aryane, o empresário Well Jr. Janaina também é do Espírito Santo, estado de Aryane, e, assim como a ex-panicat, também ganha a vida atualmente como DJ.

## Namoro de Isis Valverde com mexicano Uriel Del Toro esfria por causa da distância



Isis Valverde e Uriel: crise por causa da distância

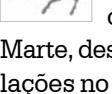
Já faz um bom tempo que Isis Valverde não é vista na companhia do namorado, Uriel Del Toro. É que o relacionamento, que começou pra lá de quente, há um ano, anda frio, frio, por conta da distância e do trabalho de

ambos. Uriel está no México gravando uma novela, e Isis no Brasil rodando o filme "Pedro Malasartes". Os dois passaram férias juntos em Nova York e no México, mas não se encontram há dois meses, o que tem dei-

xado a atriz tristinha e desanimada com a relação.

Em meio a crise, Uriel fez uma declaração de amor para a amada em seu Instagram neste domingo. "Eu amo você", postou ele na legenda de uma foto antiga dos dois.

## horóscopo



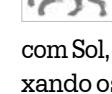
### ARIAS

A Lua se tensiona com Sol, Mercúrio e Marte, desestabilizando as relações no trabalho. Embates de cunho territorial lhe exigirão maior controle quanto ao seu lado mais agressivo e ditatorial, que apenas prejudica os acordos!



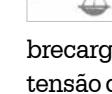
### GÊMEOS

Um excesso de responsabilidades no lar pode lhe deixar sobrecarregada, neste momento em que a Lua forma ângulos tensos com Sol, Mercúrio e Vênus. Divida as tarefas, mesmo que os humores exaltados dificultem o processo.



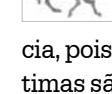
### LEÃO

A Lua tensionada estabelece quadratura com Sol, Mercúrio e Marte, deixando os ânimos mais exaltados. Promova o consenso com os mais próximos, alinhando as expectativas e, assim, evitando as disputas por poder!



### LIBRA

Procure descansar a cabeça, evitando sobrecargas mentais e físicas. A tensão da Lua com Sol, Mercúrio e Marte, entre as áreas espiritual e de crise, alerta para escolhas impulsivas que podem se mostrar equivocadas. Cuidado!



### SAGITÁRIO

Cuidado para não agir com imprudência, pois suas contradições íntimas são trazidas à tona pela passagem da Lua pela décima casa e pelas quadraturas com astros em oposição ao seu signo. Não perca a atenção no que é importante!



### AQUÁRIO

Não deixe que interferências externas lhe tirem o foco das suas prioridades, neste dia em que a Lua se tensiona com Sol, Mercúrio e Marte. Ainda que se sinta pressionada no âmbito social, saiba dizer não quando for preciso!



### TOURO

É preciso empregar seus recursos de maneira mais racional, pois as áreas material e social se tensionam hoje. Contenha a impulsividade e seja mais criteriosa nas escolhas. Avalie as consequências de suas ações, seja responsável!



### CÂNCER

Será preciso usar suas palavras de maneira mais responsável, pois a Lua se tensiona com Sol, Mercúrio e Marte, alertando para gafes em ambientes mais formais. Perceba que as palavras são extremamente poderosas e use-as sabiamente!



### VIRGEM

Ao passar por seu signo, a Lua forma quadraturas com Sol, Mercúrio e Marte, trazendo uma sobrecarga no trabalho e em casa, o que lhe desestabiliza emocionalmente. Procure definir prioridades, pois a organização é a solução!



### ESCORPIÃO

O convívio pode se mostrar emocionalmente intenso, pois a Lua passa pela área de amizades e se tensiona com Sol, Mercúrio e Marte, evidenciando as fragilidades. Se não puder ficar afastada, promova atividades mais alegres para todos!



### CAPRICÓRNIO

A tensão da Lua com Sol, Mercúrio e Marte lhe aconsela a cuidar da saúde da sua mente e do seu corpo, pois você está sujeita a um maior desgaste energético. Evite sobrecargas e gerencie suas obrigações com serenidade!



### PEIXES

Tenha cuidado ao tratar de questões que possam interferir na vida dos outros, além de manter a intimidade preservada, neste dia em que o seu setor de relacionamentos encontra-se tensão-nado. O clima competitivo deixa todos exaltados!