

social

"Inferno é ter perdido a esperança".

■ Cronin



A jovem **Naiara Roberta**, sempre de bem com a vida, assopra as velinhas na segunda. No click, pose especial com Daiane Federissi e Tainara Paulon.



Ana Alice Delfino celebra hoje mais um aniversário, sendo muito homenageada por todos os amigos.



Clebinho Furtado aniversaria na segunda, muito homenageado por amigos. Na foto com **Aline Moura**.



Felicidades e muitos anos de vida para **Felipe Wendel Salvioni Rosolém**, que hoje celebra mais um aniversário.



Festa também para **Gustavo Dória**, que hoje reúne a galera para festejar mais um niver.



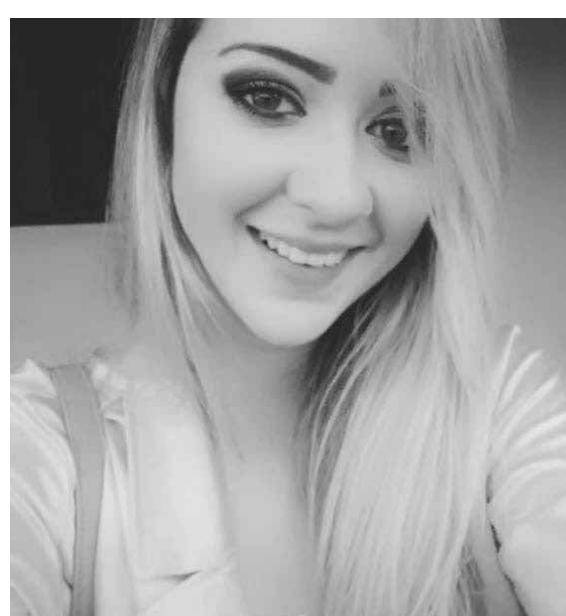
Hoje o dia também é de muitas comemorações para **Marco Pancotti**, que certamente receberá inúmeras felicitações da família e amigos.



Destaque para **Merina Felizardo**, a bela aniversariante desta sexta.



Em momento curtição, **Rafael Sisto** também está na lista dos homenageados de hoje. Parabéns!



A loira e simpática **Sâmela Garcia** recebe hoje muitos mimos pela passagem de mais um aniversário. Felicidades!

CAMPEÃO DE VENDAS! plásticos RISCHIOTO com qualidade e menor preço!

RISCHIOTO
GIGANTÃO

Tem de TUDO no GIGANTÃO

ASSINE oextra.net
SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445
E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

O shampoo ideal para cada tipo de cabelo

Se você acha que a escolha do Shampoo é irrelevante para a beleza e saúde do seu cabelo, você está completamente errada. Os Shampoo são produtos projetados apenas para "limpar o cabelo", mas tem características e funções específicas para as diferentes necessidades de seu cabelo. Há Shampoo especiais para cabelos loiros, couro cabeludo sensível, entre outros. Mostramos abaixo um guia útil para escolher os diferentes tipos de Shampoo e utilidade, segundo o seu tipo de cabelo.

Shampoo para cabelos brancos: contém pigmentos que impedem que o cabelo fique com tom avermelhado ou roxo, mantendo o brilho e a tonalidade natural do cabelo.

Shampoo para cabelos loiros ou descoloridos: Este tipo de

Shampoo evita o amarelamamento tão indesejável dos cabelos, deixando-os com uma tonalidade loira muito mais natural. Se você é do tipo que tem este tipo de cabelo, não deixe de usá-lo, é essencial para um cabelo saudável e natural.

Shampoo anticaspa: proporciona uma limpeza profunda do couro cabeludo, evita a oleosidade (fazendo com que as glândulas sebáceas produzam menos substâncias). E lembre-se que o excesso de gordura está relacionado ao estresse, o excesso de vitamina E, entre outros. Portanto, este Shampoo pode eliminar a caspa, mas não a verdadeira raiz do problema.

Shampoo antiresíduos: limpa profundamente tanto a oleosidade e as impurezas do couro cabeludo, tais como produtos químicos, cremes e outros.

Shampoo sem sal: Este tipo é apropriado para as mulheres que têm um couro cabeludo sensível. Ele não irrita a pele e nem os olhos. Não é utilizado em sua fórmula química Cloreto de Sódio, comumente conhecido como sal de cozinha. Na ausência deste componente o Shampoo tende a fazer menos espuma.

Shampoo para couro cabeludo sensível: suas características impedem a irritação por algumas substâncias presentes em outros tipos. Este problema também pode ser causado pelo calor, vento ou radiação solar, também por algum tipo de sabão, cosméticos, entre outros. Esta sensibilidade é mais comum no cabelo seco e oleoso.

Shampoo Tea Tree (Shampoo a base óleo de chá verde): refresca o couro cabeludo, causando uma sensação de alívio, especialmente no verão. Ele tem ingredientes específicos que estimulam o couro cabeludo sensível, seja por causa



da caspa ou irritações, removendo impurezas sem ressecar os fios. É aconselhável usá-lo em pequenas quantidades. Ele pode ser usado junto com o Shampoo anticaspa, isto vai estimular as raízes.

Shampoo para limpeza a seco: limpar o cabelo e couro ca-

beludo sem água. É evidente que a limpeza não é a mesma, mas realmente ajuda em momentos de emergência. Pode ser usado em todas as tonalidades de cabelo já que é transparente. Ao aplicá-lo ele proporcionará volume ao cabelo e o deixará mais limpo já que

seus ingredientes absorvem a oleosidade e acúmulo de outros produtos. Sua vitamina E e proteínas fortalecem e protegem os cabelos. Recomenda-se usar, no máximo, uma vez por semana, somente quando você não puder usar o tradicional.

Papaia para o rosto

A alta concentração de vitaminas A e C põe o mamão papaia no grupo de alimentos indicados para combater os sinais de envelhecimento, não apenas quando o consumimos, mas também quando se usa como matéria-prima para tratamentos estéticos. Mostraremos seus benefícios para a pele.

O mamão papaia possui grande quantidade de vitamina C, um antioxidante importante presente na maioria dos cremes rejuvenescedores. Portanto, a máscara de papaia pode substituir a utilização de cremes faciais para esta finalidade.

Aplicado diariamente, antes de dormir, a máscara de mamão papaia deixa a pele hidratada e também combate rugas e as pequenas linhas de expressão, substituindo inclusive os cosméticos com vitamina C. Não menos importante, a vitamina A presente nesta fruta, age diretamente sobre a pele para ajudar a manter as células saudáveis.

Além disso, a substância está associada com retinóides, elementos utilizados na fórmula de ácido retinóico, que aumenta a resistência da pele aos danos causados pela exposição ao sol e ajuda a clarear a pele e remover algumas manchas.

Por causa das propriedades



do creme de papaia deve descançar na pele por 20 minutos. Outra possibilidade consiste em esfregar o interior da casca da fruta na pele e deixar atuar pelo mesmo tempo. Após o tempo de 20 minutos remover a máscara com água fria.



receita

Macarrão da mama com polpetone recheado de queijo

INGREDIENTES

- 500 g de espaguete cozido "al dente"

POLPETONE

- 500 g de carne moída
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho
- 2 fatias de pão de forma picadas
- 1 ovo
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Salsa e orégano a gosto
- 200 g de mussarela cortada em cubos
- Óleo para fritar

MOLHO

- 3 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola pequena picada
- 2 dentes de alho picados
- 2 latas de molho de tomate
- 1 colher (chá) de açúcar
- Sal e pimenta a gosto

MODALIDADE DE PREPARO:

POLPETONE

■ Em uma tigela, misture a carne, a cebola, o alho, o pão, o ovo, o sal, a pimenta, a salsa e o orégano. Molde os polpetones e recheie com a mussarela. Frite no óleo quente.

MOLHO

■ Em uma panela, aqueça o azeite, doure o alho e a cebola. Misture o molho, o açúcar, o sal e a pimenta. Quando o molho levantar fervura, coloque, com cuidado, os polpetones e cozinhe por mais 5 minutos no fogo brando.

■ Coloque o espaguete em uma travessa grande e, por cima, o molho com os polpetones. Polvilhe salsa e sirva em seguida.



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)

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



VENHA FAZER SUAS PREVISÕES PARA 2015
**ASTRÓLOGA VIDENTE
SENSITIVA
SINARA**

ESTOU CAPACITADA A SOLUCIONAR DIFÍCILS OU IMPOSSÍVEIS PROBLEMAS TAL 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

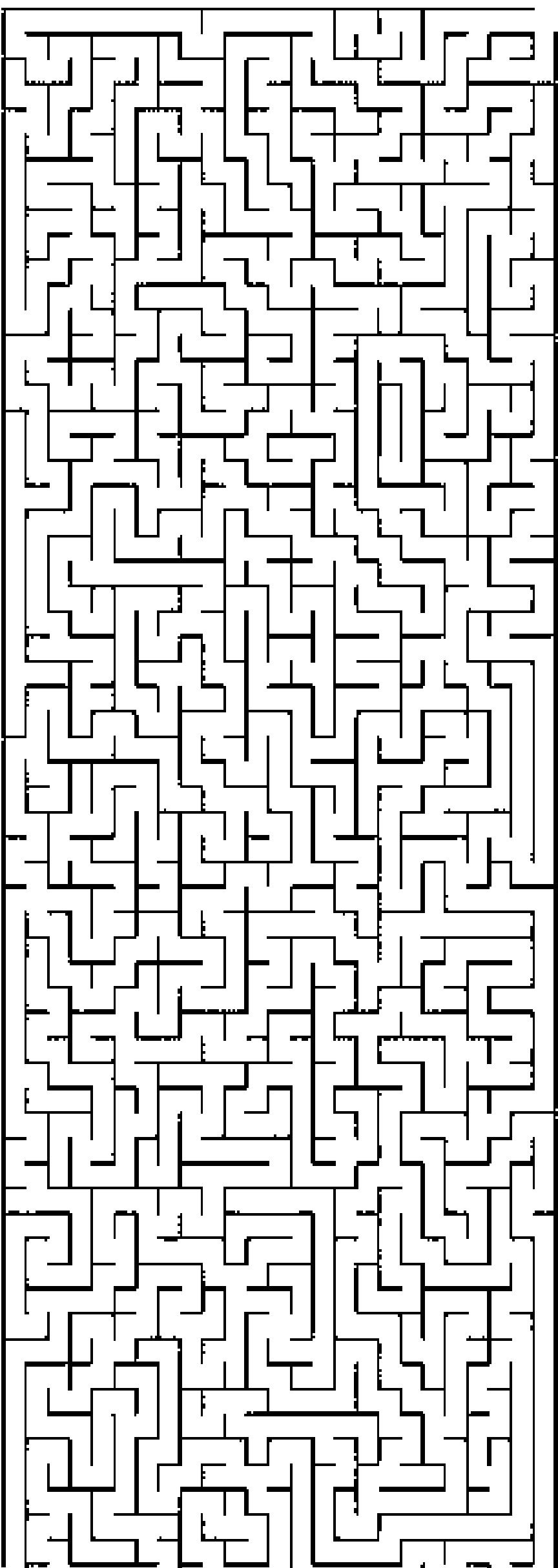
(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

Rua do Banco do Brasil, no Pozzobon - Votuporanga-SP



Jogo do Labirinto



Caça Palavras



LIQUIDIFICAR
IMPOPULARIZAR
MOTORIZAR
DESESPERANAR
DESENCORDOAR
REDAR
ITERAR
REPERGUNTAR
MOLIFICAR
ADVERBIALIZAR
NEGLIGENCIA
PILHERIAR
CACHEAR
ABALROADELA



CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HÍPERMETROPIA COM EXCIMER 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

www.institutoolhos.com.br

celebridades

Nathalia Pinheiro, estrela do cinema indiano, diz que abriu mão de muito trabalho e dinheiro para ser miss: 'Meu maior sonho'



Bárbara Evans e Pelota: desalojados na terra do ex-namorado

Após discussão, Bárbara Evans e seu cão ficaram sem ter onde dormir em São José do Rio Preto

Apesar de dizerem que a distância acabou com o namoro, o término entre Bárbara Evans e Fabrício Assunção não foi nada amigável. A modelo, que estava em São José do Rio Preto, terra do ex, para um rodeio, nem dormiu na casa dele ao fim da festa, no último fim de semana.

Bárbara, coitada, tentou vaguear em alguns hotéis da cidade para ela e Pelota, seu cachorrinho, mas não conseguiu que ele fosse aceito nos estabelecimentos. A modelo acabou pernoitando na casa de uma família que havia conhecido naquele dia. No dia seguinte, voltou ao Rio triste e desolada. Com Pelota, claro.

Numa conversa na segunda-feira à noite, ela e o agora

ex-namorado, o empresário paulista Fabrício Assunção, decidiram acabar com o namoro de dois meses. "Não aconteceu nada grave. Conversamos e vimos que era melhor não continuarmos juntos. Foi um término tranquilo", garante Fabrício, que acaba de apagar as fotos ao lado da loira nas redes sociais, depois que ela fez o mesmo, nas primeiras horas da manhã.

Segundo Fabrício, repetindo o discurso da ex-namorada, a distância (ele mora em São José do Rio Preto e ela, no Rio) foi o que motivou o término. "A gente se dá muito bem, mas agora somos amigos. Não acredito numa volta. Agora é cada um na sua, seguindo sua vida", diz o empresário.



A brasileira Nathalia Pinheiro no ensaio que fez para a revista "GQ"

Na lista de beldades que vão disputar o Miss Rio de Janeiro, em agosto, Nathalia Pinheiro não chama a atenção apenas beleza distribuída em 1,78m de altura. A morena, que disputa a coroa representando o município de Búzios, largou uma carreira promissora na Índia pelo sonho de virar miss. Lá fora, ela é uma das estrelas de Bollywood, como é chamada a indústria

de cinema indiano, trabalha como modelo e participa de campanhas publicitárias: "Quero viver esse conto de fadas, virar miss e usar a beleza para fazer o bem. Deixei meu apartamento fechado na Índia e precisei recusar convites para novos filmes e de um programa de televisão. Abri mão de muito trabalho e dinheiro", conta Nathalia, de 25 anos, que foi descoberta

pelo cinema ao vencer um reality show só com modelos na Índia: "Quando comecei a trabalhar como atriz, virei celebridade e meu cachê de modelo triplicou".

Solteira, Nathália voltou para o Brasil em janeiro com o sonho de virar miss e está totalmente dedicada ao concurso: "É o meu maior sonho. Não quero outra coisa se não a vitória".



Drica Moraes posa com Camila Queiroz, Rodrigo Lombardi e Mauro Mendonça Filho

Drica Moraes cria perfil em rede social e mostra bastidores das gravações de 'Verdades secretas'

Geralmente reservada em sua vida pessoal, Drica Moraes resolveu abrir uma exceção e criou um perfil no Instagram. Por enquanto, ela só publicou cinco imagens, que mostram os bastidores de "Verdades secretas". Na mais recente, ela aparece ao lado de Rodrigo Lombardi, seu par romântico na ficção, nos bastidores das gravações da lua de mel entre Carolina e Alex em Pernambuco.

Drica Moraes foi escalada para a trama após a confirmação da gravidez de Deborah Secco, que era a dona do papel. O anúncio foi feito pelo autor, Walcyr Carrasco. "Estou muito feliz! Drica Moraes fará Verdades Secretas! É uma das grandes atrizes brasileiras! Mas também está no meu coração! Drica fez minha inesquecível vilã Violante em Xica da Silva na TV Manchete! Na Globo fez três novelas comigo, sempre desejei tê-la de novo em todos meus elencos! Eu te amo, Drica!", escreveu ele na época.

horóscopo

ÁRIES

Bom dia para tomar uma decisão importante, que tem adiado há tempos. Você terá mais facilidade para cuidar das tarefas que podem ser feitas a sós. Preste atenção a uma boa oportunidade e aja rápido se quiser se destacar. Cor: branco.

TOURO

No trabalho, vai alcançar melhores resultados atuando ao lado dos colegas. Bom momento para trocar ideias e ouvir o que os outros têm a dizer. Sua energia aumenta à tarde e vai dar conta de tudo que precisa fazer. Cor: verde.

GÊMEOS

Vai ser fácil concentrar sua atenção no serviço. Quanto mais se dedicar, melhor será o resultado: depende só de você. Defina o que precisa ser feito e tome a iniciativa, sem esperar ordens dos outros. Preste mais atenção ao seu corpo, também. Cor: verde.

CÂNCER

Encarar o trabalho com bom humor ajuda a dar conta das tarefas. Vai se entender melhor com colegas e clientes: mostre suas ideias e explore a criatividade. A sorte está ao seu lado, seja no serviço ou em outros setores. Cor: preto.

LEÃO

Se trabalha em casa ou com produtos e serviços voltados para o lar, terá ótimos resultados. Agarre as oportunidades que podem surgir de repente e aja com rapidez. Os familiares talvez cobrem a sua presença: fique mais perto deles. Cor: branco.

VIRGEM

Aproveite o dia para colocar arquivos e documentos em ordem. Terá facilidade para fazer novos contatos e lidar com o público, já que vai se expressar melhor. Viagem a trabalho ou assunto fora do ambiente de trabalho traz bons resultados. Cor: vermelho.

LIBRA

Hoje, vai se sair bem ao lidar com as finanças. Não deixe escapar um bom negócio que pode surgir de repente. Aproveite a chance de engordar os seus ganhos e cuide bem do que possui. Aceite um convite de última hora e vai se divertir muito. Cor: marrom.

ESCORPIÃO

No trabalho, explore suas habilidades para conquistar o que deseja. Aproveite para colocar a papelada em ordem. Invista num bom papo para se entender melhor com colegas e cativar os clientes. Sair da rotina pode ser emocionante! Cor: marrom.

SAGITÁRIO

O trabalho pede mais dedicação da sua parte, mas vai dar conta do recado. Procure agir a sós para manter os invejosos bem longe. Pode descobrir um segredo, agora. A tentação de algo proibido vai atrair seu interesse, mas aja com cautela. Cor: creme.

CAPRICÓRNIOS

Bom dia para correr atrás dos seus maiores sonhos. Por mais que eles pareçam distantes, terá energia e ambição de sobra para perseguir-los. Trabalho feito em conjunto com os colegas rende mais. Reserve um tempo para se divertir com os amigos. Cor: marrom.

AQUÁRIO

No trabalho, você precisa agir de maneira mais dedicada e ambiciosa para conseguir o que deseja. Aproveite qualquer chance de fechar um bom negócio. Em um programa ou evento relacionado à sua profissão, explore sua popularidade. Cor: vermelho.

PEIXES

Hoje, sua disposição para aprender aumenta. Não perca a chance de se matricular em um curso. Também terá facilidade para agir em equipe, ainda mais se apostar na comunicação e no bom humor. Não tenha medo de correr alguns riscos. Cor: vinho.