



Juliana Alves é vítima de RACISMO na web: 'Cabelo de vassoura, rata da barriga preta'

Página B4

Te desejo uma fé enorme, em qualquer coisa, não importa o quê, como aquela fé que a gente teve um dia, me deseja também uma coisa bem bonita, uma coisa qualquer maravilhosa, que me faça acreditar em tudo de novo, que nos faça acreditar em tudo outra vez.

■ CAIO FERNANDO DE ABREU, jornalista, dramaturgo e escritor (1948-1996)



Festa hoje para **Aline Barreto**, comemorando idade nova ao lado da família e amigos.



Muitos anos de vida para a aniversariante **Lívia Zanata**.
No click com o namorado **Felipe Giachetto**.



Felicidades também para a sorridente **Isabela Belloni**, dando boas vindas à idade nova.



A bela **Camila Lollo** também celebra idade nova hoje, em ritmo de muitas comemorações e homenagens.



Carla Brianez também está na lista dos homenageados de hoje, recebendo o carinho especial do esposo **Guilherme Moreira Neto**.



Registro do instrutor de trânsito **Marcelo Guapo**, recebendo hoje o carinho da galera pelo seu aniversário.



Close da bela **Tainara Almeida**, clicada pelas lentes de Célia Souza.



Parabéns hoje para **Gustavo Mantelo**, muitíssimo cumprimentado pelo seu niver.



Luis Henrique Bordin recebe hoje o carinho especial da esposa **Morisa Ruiz**.

ASSINE o extra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

GIGANTINHO
DENTRO DO GIGANTÃO
Tudo por
R\$ 1,00 APENAS

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO
GIGANTÃO
#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

GIGANTINHO DENTRO DO GIGANTÃO Tudo por R\$ 1,00 APENAS O SHOPPING DO PREÇO BAIXO #BaratoPraCaramba FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Como evitar a maquiagem efeito cara lavada

Estar maquiada e não ser notada em tudo é o que todas as mulheres querem. Cobrir imperfeições, destacar as características, dar aspecto de pele relaxada, que o rosto brilhe naturalmente e que o olhar e os lábios se destaquem é possível criando uma maquiagem sóbria e nude, como se não tivéssemos usado nenhum produto. Existe toda uma linha de produtos e técnicas para aplicar no rosto que nos fará parecer naturalmente mais bonita.

A maquiagem nude ou pele nua é um estilo de maquiagem quase imperceptível, mas por sua vez muito fina e elegante, que se destina a fazer resplandecer o rosto sem qualquer tipo de alarde. Ideal para as mulheres que não gostam de se pintar ou para usar durante o dia. Pode ser feita em qualquer tipo de pele e modificando um pouco os tons e produtos cosméticos pode ser adaptada para qualquer idade.

O resultado sempre será um estilo fresco, saudável, completamente natural e, com efeito, de cara lavada. Ou seja: um rosto limpo e brilhante como se não tivesse passado por ali uma gota de maquiagem.

A chave para fazer isso é encontrar os tons neutros mais parecidos com a cor da pele, já que a pele livre e luminosa

é a protagonista absoluta desse "look". Deve estar hidratada e sem imperfeições.

A gama de tons vai desde o bege até o marrom e rosa-dos. Por exemplo, para peles brancas e pálidas o melhor são os tons pêssego e rosados e se é mais escura ou verde-oliva, melhor os cremes e bege fosco.

O rosto como base: Para começar, prepare o rosto. Primeiro com um creme hidratante leve ou soro, para assim nutrir a pele e conseguir que pareça brilhante. Em seguida, escolha uma base de maquiagem leve e fosca, o mais próximo possível da cor natural da pele. Pode ser maquiagem mineral em pó que dá um acabamento natural, creme BB ou base lisa leve.

Todo o fundo de maquiagem deve ser trabalhado bem com as mãos, pincel ou uma esponja úmida, tendo o cuidado de cobrir completamente a pele. Sempre use até a linha do cabelo e do queixo para evitar o típico efeito máscara.

Em seguida, aplique corretivo e pó volátil. Coloque o corretor na área lacrimal, olheiras, laterais do nariz, lábio superior, canto da boca e pera dando pequenos toques com os dedos. Depois de pronto, com uma escova de cabelo natural aplique pó volátil para selar e matificar.

Para apagar as imperfeições: Aplique corretivo em tom neutro e sele sempre com pó translúcido. Um grande aliado pode ser o pincel iluminador Touche Eclat de Yves Saint Laurent, que vem em três tons e é de longa duração. O melhor é que corrige, mas ilumina as áreas.

Nos olhos: Nesta área deve-se sempre optar por paletas de sombras neutras como bege, marfim, baunilha, torrado ou cinza claro.

Estenda a sombra clara escolhida por toda a pálpebra, tanto na área móvel como sob o arco das sobrancelhas. A melhor maneira é a partir do interior para o exterior, seguindo o traçado natural do olho e esfumando bem. A chave aqui não é maquiá-la, mas uniformizar o tom natural e esconder a despigmentação da pálpebra. Portanto, não abuse do pó e use um pincel específico para sombras.

Sobre a pálpebra escolha por outra sombra neutra coordenada com a primeira, ou um levíssimo toque de gloss transparente. Se você deseja muito menos maquiagem, apenas cubra a pálpebra móvel com uma sombra dourada clara que dará luz aos olhos.

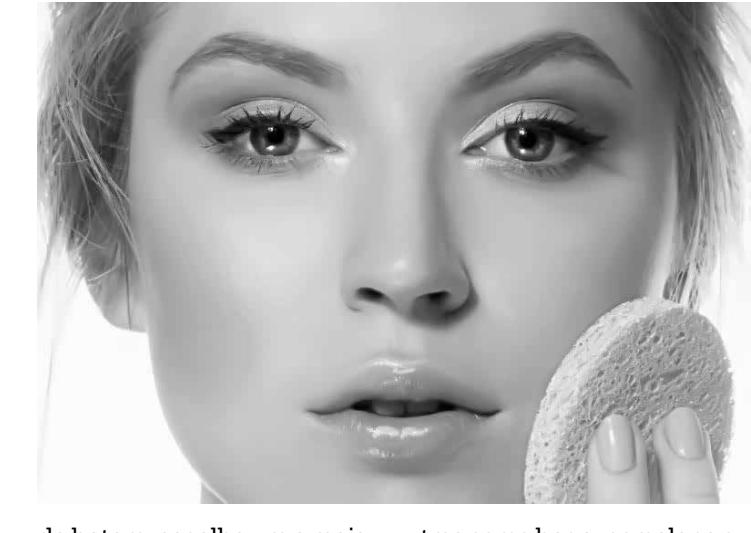
A profundidade se consegue marcando com sombra marrom na região do v. Tudo deve ser muito sutil.

Abrir o olhar: A máscara de cílios é fundamental e muitas vezes pode ser a única a ser aplicada sobre os olhos. Deve-se colocar uma camada dupla por cima e por baixo. Primeiro, aplique uma vez, deixe secar e repita mais uma camada. Quanto às cores, preto ou marrom, de acordo com o momento do dia ou o tom do rosto já que devem ser destacados, mas sem exagerar.

Para a maioria dos especialistas, um leve toque de lápis branco aplicado na área do lacrimal, iluminará ainda mais os olhos.

Bochechas coradas: Para o blush, escolha um tom que dê aspecto de corada, mas não muito escuro. Pode ser em pó ou creme, esta última dá um resultado muito mais natural. Para acertar com o local exato no qual aplicar, olhe-se no espelho e sorria exageradamente. Aplique uma quantidade mínima com pequenos toques ali mesmo no meio das bochechas com forma de pom-pom, e esfumace bem em círculos e até no canto dos olhos.

Lábios em destaque: O toque final são os lábios, que deverão estar livres de peles e ressecamentos. Você pode usar neles manteiga de cacau incolor ou com um toque rosa-dos, já que adiciona um pouco de brilho em um tom natural e cuida dos lábios. Para as fás



do batom, escolha um o mais próximo possível da cor da pele e, lentamente, aplique com os dedos, dando pequenos toques para dar um acabamento menos artificial. Se for mate adicione brilho ou utilize apenas brilho de longa duração com muito pouca cor.

Unhas Nude: As unhas também fazem parte do look e maquiagem diária e, portanto, para que pareça natural o melhor é optar por tons neutros como bege, porcelana ou apenas um pouco de brilho.

Sem alarde, muito brilho natural e aparência saudável e acordada sem imperfeições é o que marca a maquiagem nude, uma tendência muito boa para as mais jovens ou para usar diariamente antes de sair de casa. Ver-se bem e não parecer maquiada é fácil se você conta com a paleta adequada ao tom de pele, esta será a melhor alia-dada de toda mulher.

receita

Bolo de batata doce com chocolate

INGREDIENTES:

- 600 g de batata doce
- 4 ovos
- 100 g de açúcar
- raspa de 1/2 limão
- 3c.(sopa) de manteiga
- 1c.(chá) de canela
- 1/2c.(café) de noz moscada
- 300 g de farinha
- 2c.(chá) de fermento em pó
- 100 g de chocolate de culinária
- 3c.(sopa) de natas
- crocante de avelã



MODO DE PREPARO:

- Descascar as batatas e cortar em pedaços. Cozer, escorrer a água e fazer purê. Liga-se o forno a 140°C.
- Bater as gemas com o açúcar e a raspa de limão.
- Juntar a manteiga e continua-se a bater, adicionar a batata doce às colheradas batendo sempre. Juntar a canela e a noz moscada.
- Juntar a farinha com o fermento.
- Untar um tabuleiro e forrar com papel vegetal que também se unta.
- Deitar a massa e vai a cozer cerca de 20 minutos. Faça o teste do palito e retire, deixando arrefecer.
- Partir o chocolate em pedaços, juntar as natas e derreta em banho-maria.
- Depois de frio cobrir o bolo com o chocolate e enfeitar com o crocante de avelã.

Alimentos ricos em Resveratrol

O resveratrol é um polifenol poderoso, normalmente encontrado nas sementes e cascas das uvas vermelhas. Em alguns estudos foi comprovado que o seu composto está associado à redução e tratamento de casos ligados a doenças cardiovasculares, excesso de peso, câncer, Alzheimer e diabetes. O resveratrol é formado pelas plantas como uma espécie de defesa contra a exposição aos raios ultravioletas, e a danos causados por fungos e bactérias. Por isso acredita-se que ele é um excelente antioxidante também para o organismo humano, atuante um medicamento natural que protege e previne o corpo da ação de radicais livres causadores de muitas doenças.

RESVERATROL

Há alguns anos o resveratrol se tornou famoso por suas características, e também por estar associado a uma bebida muito famosa no mundo todo: o vinho tinto. Por causa das uvas vermelhas, o vinho também é uma excelente fonte de resveratrol, e com isso seu consumo passou a ser associado ainda mais ao bem estar e à longevidade. Porém



ainda é uma bebida alcoólica, portanto deve ser consumida com moderação. Principalmente por pessoas que necessitam controlar rigorosamente a quantidade de álcool que ingerem, como é o caso dos diabéticos, por exemplo. Em caso de necessidade de ingerir doses maiores de resveratrol, isso pode ser feito através da suplementação prescrita por um médico ou nutricionista.

ALIMENTOS RICOS EM RESVERATROL

- **1. Uvas Vermelhas:** as uvas vermelhas e, consequentemente, o vinho tinto, contêm a maior quantidade de resveratrol disponível na natureza. O vinho branco também possui boas doses de resveratrol, porém não se compara ao vinho tinto porque a fermentação dele é feita juntamente com a casca da uva, que é onde se encontra a maior quantidade desse poderoso antioxidante.
- **2. Amendoim:** o amendoim e a manteiga de amendoim são grandes fontes de resveratrol. Esse alimentos possuem cerca de 5 microgramas do polifenol em cada miligrama.
- **3. Mirtílos:** os níveis de resveratrol presentes nos mirtílos são quase os mesmos do que os encontrados nas uvas. Isso depende da área e como eles são cultivados porque, de acordo com um estudo internacional, os mirtílos cultivados em alguns países continuam muito mais resveratrol do que os cultivados em outros países. Cozinhar os mirtílos e preferir os cultivados de maneira orgânica pode aumentar em 50% seus níveis de resveratrol.
- **4. Cacau em Pó e Chocolate Amargo:** o chocolate amargo e o cacau em pó possuem poucas quantidades de resveratrol em sua composição, porém é mais do que os níveis

presentes no amendoim e na manteiga de amendoim. Para que seu organismo consiga ingerir uma boa dose de resveratrol, você pode comer alguns pedaços de chocolate junto com mirtílos, enquanto desfruta de uma boa taça de vinho tinto.

■ **5. Amoras:** a polpa de amora é uma ótima fonte de resveratrol. A quantidade é pequena se compararmos com os alimentos citados anteriormente, porém é importante ressaltar não há uma dose diária recomendada, então seu consumo é como uma forma de melhorar ainda mais sua alimentação saudável e, consequentemente, a sua saúde.

Clima Cold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo



Ligue e faça
um orçamento
sem compromisso

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com



Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

Jeferson

vivo 17 99628-6060
claro 17 99168-5170
17 3442-7088

M. FER
FERRO & AÇO

➤ Telhas Galvanizada Ondulada

➤ Telhas Galvanizada Trapezoidal

➤ Perfil Estrutural 6 mts

➤ Perfil Serralheiro

➤ Corte e Dobra de Chapa até 1/2 polegada

➤ Fabricação Própria

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO

FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

Av. Litério Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO

Caça Palavras

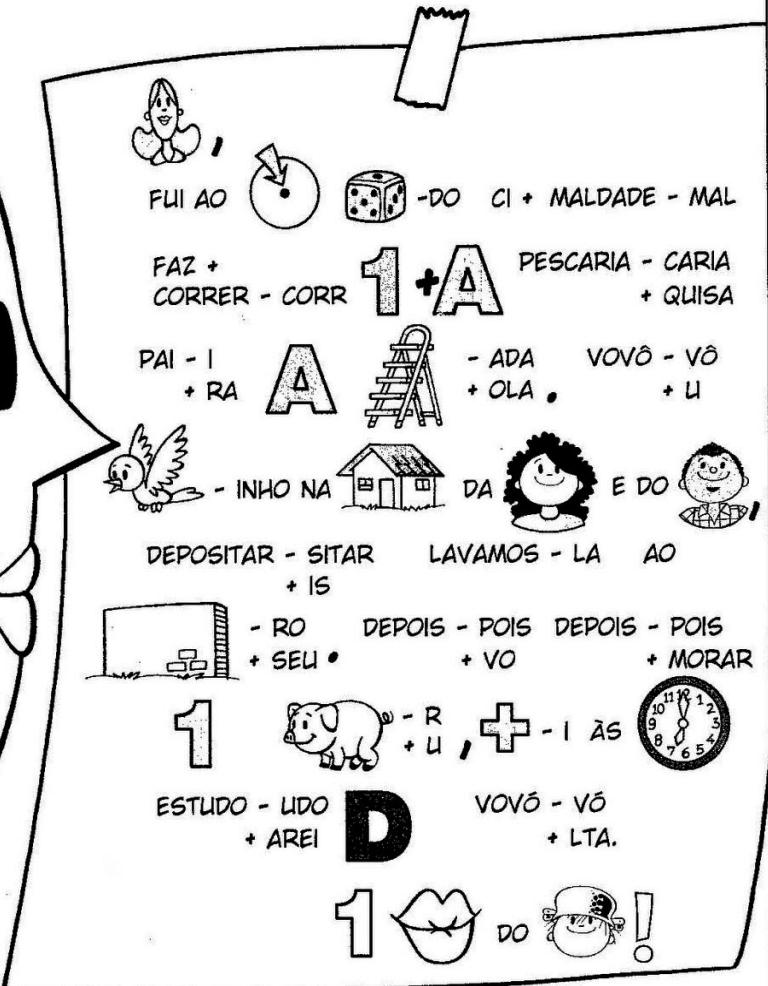
"AQUELE que é capaz de fazer INFINITAMENTE mais do que tudo o que PEDIMOS ou PENSAMOS, de ACORDO com o seu PODER que atua em nós, a ele seja a GLÓRIA na IGREJA e em CRISTO JESUS, por todas as GERAÇÕES para todo o SEMPRE! AMÉM!" - EFÉSIOS 3.20-21

A M E M E T D C R I S T O J E S U S A N G T I
S F R G P Ç L Z X V N B S F H I E A D P D T N
P G F E F P E D I M O S A S D R H Y N E F R F
O H E D R I Q R F E Q W R J R D B H A N E R I
D J F G Y E W H A D R E F E S I O S E S G H N
E A T I G R E J A J S H N M D G A E I A E J I
R U R G U A O C R R E G Q H M I O P Q M N O T
L P U O T J I A O J S E M P R E Y E D O A Q A
O G A U G T D L P M A A G Q B N M Y W S B V M
G L O R I A G K G G E R A Ç O E S R E S N M E
A W Q F T J R R E E H O F D F Y U I A T R R N
M P Ç S I M M H W D D I V J U I R A I T Y I T
A Q U E L E B F Q Z C A C O R D O C V B K Q E

Jogo do Enigma

BILHETE MALUQUINHO

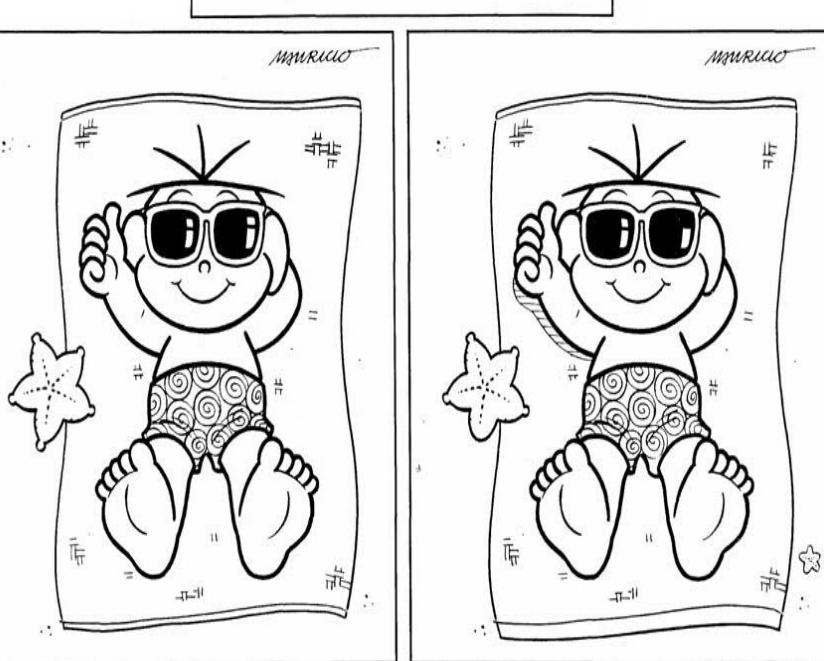
O MALUQUINHO SAIU E DEIXOU UM BILHETINHO ENIGMÁTICO PARA SUA MÃE. VOCÊ CONSEGUE DESCOBRIR O QUE ELE ESCREVEU?



VOLTA, UM BILHETO DO MALUQUINHO!
QUELÉ, FUI AO CENTRO DA CIDADE FAZER UMA PESQUISA PARA A ESCOLA. VOU PASSAR NA CASA DA RESENHA: MEU, FUI AO LUGAR, DEPOIS VAMOS AO MUSEU. DEVO DEMONSTRAR UM POCO. MAS AS SETE ESTRELAS DA

Sete Erros

ENQUANTO O CEBOLINHA TENTA PEGAR AQUELE BRONZEADO, QUE TAL ACHAR AS SETE DIFERENÇAS ENTRE AS FIGURAS?



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Giovane repreende Juliana por tê-lo beijado. Bárbara namora Gabriel. Joana é contratada na Forma. Juliana não gosta de saber que Lucas trabalhará na academia. Bárbara manda Nanda chamar a atenção de Jéssica. Juliana afirma a Martinha que irá namorar Giovane. Jábá arma para Arthur e Dodô. Nanda finge brigar com Jéssica na frente de Bárbara. Tânia é convocada para ir ao Dom Fernão. Rômulo pensa em chamar Jorgão para treinar boxe com ele. Nanda dá um ultimato a Rômulo. Tânia encontra Ricardo no Dom Fernão. Joana fica sem reação ao encontrar Caio.

SOL NASCENTE

Sexta-feira, 18h00

Mario discute com Ralf. Milena e Peppino conversam com Beatriz. Mario pensa em Alice. Vittorio procura Lenita. Gaetano constrói em Arraial uma réplica da fontana onde conheceu Geppina. Mario discute com Alice. César vai a um bingo clandestino e acaba preso. Yumi tenta consolar Alice. Mario se recusa a falar com Ralf. Yumi e Hirô arrumam Alice para sua festa de despedida. Cesar descobre que foi preso por causa de Sirlene. Geppina tenta convencer Mario de ir à festa de despedida de Alice. Alice sofre com a ausência de Mario.

HAJA CORAÇÃO

Sexta-feira, 19h15

Camila pressiona Giovanni, que decide contar como conheceu Bruna. Apollo assume a responsabilidade por Carol e seus irmãos. Tamara comemora ao saber que Henrique ama sua mãe e promete ajudá-lo a convencer Beto a aceitar o relacionamento. Fedora é ovacionada pelos diretores depois de sua apresentação. Agilson não conta para Aparício que vai jantar com Rebeca. Aparício revela que existe um documento comprovando que Teodora deu 2% das ações do Grand Bazzar para Safira. Tamara marca um jantar com Penélope e surpreende a mãe com a presença de Henrique. Camila se oferece para investigar a explosão no depósito do Grand Bazzar, a fim de inocentar Giovanni.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Sexta-feira, 20h30

Mateus, Sabrina e Dóris tiram Omar do buraco. Nina e Fiorina conversam e decidem tentar se entender melhor para recuperar o casamento de Pedro e Helena. As duas decidem serem amigas. Rebeca descobre que Isabela mentiu sobre estar doente. O personal trainer vai embora com o fim do contrato e Meire terá que terminar sua missão de emagrecer sozinha. Téo, Manuela e Rebeca voltam para o vilarejo. Isabela pergunta para Marina se ela acha que Téo realmente gosta dela.

VELHO CHICO

Sexta-feira, 21h00

Tereza discute com Carlos. Cícero incentiva Afrânio a enfrentar o genro. Afrânio confronta Carlos. Tereza consegue mais uma venda para a cooperativa. Os pequenos produtores agridecem a Miguel e Olívia pelas entregas no mercado. Lucas leva Isabel, Piedade e Luzia até a Associação das Rendeiras. Afrânio tenta se entender com Iolanda. Encarnação manda Cícero acompanhar os passos de Carlos. Benito enfrenta Carlos durante o discurso dele na praça de Grotas.

A TERRA PROMETIDA

Sexta-feira, 22h15

Léia se recusa a contar o que estava conversando com Quemuel para Aruna. No palácio de Jericó, Tobias vence o oponente e Marek se assusta com a agressividade do hebreu. Aruna estranha e pensa na conversa que ouviu entre os tios. Raabe e Milah levam comida para os Lagartos Gosmentos. Gibar e Temá enganam Otniel e o fazem pensar ter visto um gigante. Maquir encontra Livana e diz que precisa se livrar de Rune. Tirda tenta seguir os conselhos de Inês, mas se desanima com a grosseria de Haniel. Milah sente piedade ao ver a vida que os Lagartos levam nas ruas. No palácio, todos se assustam com a agressividade de Tobias. Sandor tenta proteger o rei Marek. Ao tentar se salvar, Kalesi é impedida pelo hebreu transtornado.

Humor

CENSO NA CIDADE

Dez anos depois, a moça do censo voltou àquela cidadezinha do interior mineiro e constatou que a população não tinha aumentado nem diminuído. Então, perguntou a uma velha moradora:

– Caramba! Como isso pode acontecer?

– É fácil! Cada vez que nasce um bebê, foge um rapaz da cidade...

QUE CALOR!

Em um dia de muito calor, o mari-

do sai do banho pelado, chega para a esposa e fala:

– Meu bem, que calor... O que você acha que os vizinhos vão dizer se eu for cortar a grama assim, completamente nu?

A mulher olha para ele e responde:

– Provavelmente, que eu casei com você só por dinheiro...

PRONUNCIA VERBO

Professor:

– Joãozinho, diga o presente do indicativo do verbo caminhar.

Joãozinho:

– Eu ca... mi... nho...

– Tu ca... mi... nhas...

– Ele ca... mi... nha...

Professor:

– Mais depressa!

Joãozinho:

– Nós corremos, vós correis, eles correm!

ACHANDO GRAÇA...

No cinema, o sujeito nota, logo à

fronte, um cachorro que ri muito do fil-

me. Espantado, comenta com o dono:



- Rapaz! Seu cachorro está rindo do filme!

- Também estranhei. Ele detestou o livro.

O DIRETOR

Um menino da 2ª série vivia pedindo a professora

para ir para a 6ª série. E isso acontecia todos os dias, até

que a professora se irritou e o levou para a Diretoria...

Chegando lá o Diretor perguntou:

- O que houve?

- É que este menino vive me encenando querendo ir para a 6ª série!!

- Não tem problema vamos testar a inteligência dele...

E o Diretor começou..

- Quanto é 3+3?

- São 6.

- E 7x7= 49

Aí a professora interfez: deixe comigo..

- O que mulher tem na frente e homem tem atrás?

- A letra M.

- O que eu tenho 2 e a vaca tem 4?

- Letras

- E o que começa com C termina com U e de vez em quando tá sujo?

Nisso o diretor quase desmaia.

E o menino responde:

- Céu.

Nesse momento o diretor ordena:

- Leva logo ele para a 6ª série porque eu que sou Diretor já errei tudo!

CANAL 10
A 1ª TV de Fernandópolis
www.canaldez.com.br
Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI
oftalmologia - CRM 139.658
j.v.ferrarezzi@hotmail.com

FONE: 17-3462 2835
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

APAE
Fernandópolis/SP

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



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



Quando a APAE ligar diga SIM!



IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

CRECI 67022

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP
e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

celebridades

Nathalia Santos, do 'Esquenta!', conversa com paratletas e fala da cegueira: 'Sou bem resolvida'

O sonho de Nathalia Santos era ser apresentadora de televisão. Até aí nada demais. Afinal, este é um desejo de muitas jovens como ela. A moça, no entanto, tinha muitas barreiras a ultrapassar. "Reúno todas as cotas. Sou negra, favelada e cega", brinca ela, que acaba de estrear na internet um programa diário sobre o Rio. Nathalia ainda acumula as funções de pesquisadora do "Esquenta!" e repórter eventual da Globo-News.

Com a Paralimpíada chegando, a estudante de Jornalismo, de 22 anos, está entrevistando os atletas que, assim como ela, driblaram a deficiência. "Sou muito bem resolvida com minha cegueira. Podia ter ficado me lamentando ou seguido a vida. Optei por realizar meus sonhos", ensina ela, que, bem-sucedida na carreira, agora procura pelo par ideal: "Tem que ser um homem com a cabeça muito boa. Os caras quando sabem da minha deficiência visual passam a me tratar como se fosse uma mãe, algo muito frágil. Eu queria deixar claro que sou uma mulher como qualquer outra".

Nathalia nasceu cega. Aos 3 anos passou a enxergar. Ainda que com dificuldade. Aos 12, soube que iria deixar de

ver o mundo ao seu redor. "Li mais de 200 livros em um ano. Queria absorver o maior conhecimento que eu pudesse. Também pedi que meus pais rodassem o Rio de Janeiro comigo, de ônibus, porque depois eu não queria depender de ninguém para andar sozinha", recorda.

Pragmática, Nathalia diz que sofreu e sofre preconceito mesmo após ter ficado conhecida do grande público. Mas ela sempre soube se impor. "Não queria ser a coitadinha. Sempre fui vaidosa, gosto de estar arrumada, bem vestida. Cresci com muitas dificuldades, na comunidade, mas graças a Deus, consegui dar a volta por cima", diz ela, que foi apontada pela "Vogue", como uma das mulheres negras mais influentes do país, posando inclusive com Naomi Campbell, que se rendeu ao charme e à inteligência da carioca.

Nathalia tem o dom da oratória. Mas ela nem sabia. Foi ao sentar na plateia de Regina Casé e contar sua história que ela ganhou um lugar fixo no "Esquenta!". A ajuda veio de uma amiga de infância: Anita. "Estudamos juntas, somos muito próximas", conta ela: "Nunca pude imaginar que me daria bem na comunicação. Mas me encontrei".



Nathalia Santos: "Reúno todas as cotas. Sou cega, negra e favelada"

Ansiosa para os Jogos Paralímpicos, Nathalia quer acompanhar algumas modalidades e, principalmente, conferir, se o evento tem mesmo a preocupação com a acessibilidade dos atletas e dos deficientes,

como ela. "temos a oportunidade de mostrar para o mundo que somos capazes de colocar o portador de deficiência em igualdade com qualquer outra pessoa que não tenha necessidades especiais", avalia.



Juliana Alves é vítima de RACISMO na web: 'Cabelo de vassoura, rata da barriga preta'

Juliana Alves é a mais nova vítima dos racistas de plantão.

A atriz foi ofendida após postar uma foto em que aparece com uma blusa na qual estão escritos os nomes de várias mulheres negras famosas e influentes. Provavelmente, o seguidor que fez comentários racistas não gostou de algo na postagem da atriz e escreveu: "Por que nas últimas imagens do Insta você não deu opção de opinião, cabelo de vassoura? Você também tá mandando na teta do PT? Estrume, rata da barriga preta", escreveu Rogério Marcio Oliveira.

Juliana rebateu o comentário nas suas redes sociais revelando o perfil do detetor. "@rogeriomao No instagram Você não ofende só a mim. Você cometeu um CRIME! (comentário feito na foto que postei de manhã). Seguidores, SEMPRE que acontecer algo assim, com qualquer pessoa, por favor denunciem no perfil da pessoa(inadequado/comentário)", escreveu ela, marcando Rogério. De acordo com sua assessoria, Juliana Alves irá denunciar o seguidor.

Cachê de Gusttavo Lima despensa e cantor faz show em formatura por R\$ 90 mil



Gusttavo se apresenta por menor remuneração

3 mil para despesas com alimentação. Dos 14 shows marcados para setembro, apenas dois são solo. Todos os outros

vão acontecer em festivais e exposições agropecuárias, quando os cachês são mais baixos.

Mel Maia exibe tatuagens pelo corpo aos 12 anos e esclarece aos fãs: 'De henna'



'Galerinha querida! Minhas tattoos são de henna. Adoro fazer tattoo e tereré nas férias', contou Mel Maia

Mel Maia completou 12 anos em maio deste ano e sua idade foi razão para uma polêmica em comentários das fotos em seu Instagram. Depois de viver Joaquina na primeira fase de "Liberdade, Liberdade" A atriz mirim passou alguns dias em Arraial do Cabo, no Rio de Janeiro e surgiu com tatuagens, que geraram dúvidas nos seguidores.

"Para tudo! Você já tem tatuagem na perna?", questionou um. "Não estou acreditando que eu que tenho 18 anos não tenho tatuagem e a Mel Maia tem", afirmou outra. "Que povinho preconceituoso! Deviam se

preocupar com os menores infratores, que roubam, matam, e ninguém faz nada! Agora criticar essa menina linda, talen-

tosa, cheia de coisas boas, só porque ela apareceu com uma tattoo que nem sabe se é verdade?

horóscopo



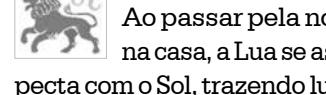
ÁRIES

Projete sua imagem! Ao se associarem em seu signo, Sol e Lua intensificam seu carisma pessoal e lhe incentivam a se abrir às interações e oportunidades, pois as pessoas tendem a lhe valorizar, seja na vida social ou familiar!



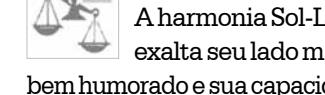
GÊMEOS

Um momento de destaque social é trazido pela harmonia entre Sol e Lua, que também lhe estimula a nutrir as amizades. Cura um sábado alegre na companhia dos mais queridos e promova atividades que agradem a todos.



LEÃO

Ao passar pela noite na casa, a Lua se asperga com o Sol, trazendo luz aos assuntos da vida íntima que estavam escondidos em você. Seu lado espiritual aflora, assim como suas reflexões, lhe ajudando a promover a harmonia pessoal!



LIBRA

A harmonia Sol-Lua exalta seu lado mais bem humorado e sua capacidade de lidar com as diferenças. As sinergias fortalecem a integração nos relacionamentos pessoais, favorecendo a união de esforços, o lazer em grupo e o apoio mútuo!



SAGITÁRIO

Você se mostra mais aberta para as oportunidades e a vida social, pois Sol e Lua se associam hoje no setor de prazeres. Você tende a selecionar melhor seus contatos, e seus projetos devem se guiar pelos aprendizados do passado!



AQUÁRIO

Ao passar pela terceira casa, a Lua se associa ao Sol, elevando seu poder de comunicação. Você se destaca nas conversas pela aguçada argumentação, então zele pela qualidade do que fala, especialmente ao se tratar de pessoas menos íntimas!



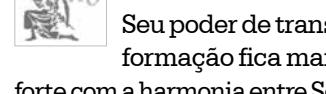
TOURO

Ainda na área de crise, a Lua se associa ao Sol, clareando sua visão acerca de seus incômodos e lhe convidando a deixar para trás antigas decepções. Use a inteligência emocional para promover as mudanças desejadas. Renove-se!



CÂNCER

Seu poder criativo e intelectual é aguçado pela conjunção Sol-Lua no setor profissional, que lhe deixa mais autoconfiante e lhe impulsiona rumo a desafios intelectualmente complexos. Isso contribuirá para o seu bom desempenho!



VIRGEM

Seu poder de transformação fica mais forte com a harmonia entre Sol e Lua na oitava casa, que lhe traz novas perspectivas de vida. O equilíbrio entre o crescimento material e o bem-estar emocional guia suas decisões neste momento!



ESCORPIÃO

O ambiente profissional fica mais harmonizado emocionalmente com a associação entre Sol e Lua. A sintonia de interesses e a complementariedade de opiniões facilitam o estabelecimento de parcerias e metas em grupo!



CAPRICÓRNIO

Você anseia pelo acolhimento do seu lar, neste sábado em que Sol e Lua se harmonizam. Que tal receber os amigos em casa ou visitá-los? O clima de harmonia familiar tende a ser bastante positivo, pois lhe fortalecerá!



PEIXES

As questões práticas são enfrentadas com grande habilidade, pois Sol e Lua conjuntos favorecem as questões cotidianas. Organizar outras áreas também será positivo. Dedicue-se a colocar em dia tudo que estiver pendente ou em atraso!