



# **David Brazil vai usar fantasia de R\$ 60 mil no carnaval do Rio**

Página B4

*Mas existe no homem algo que seja mais forte do que ele mesmo? Não devemos esquecer que toda neurose é acompanhada por um sentimento de desmoralização. O homem perde confiança em si mesmo na proporção de sua neurose. Uma neurose constitui uma derrota humilhante e desse modo é sentido por todos aqueles que não são de todo inconscientes de sua própria psicologia. O indivíduo sente-se derrotado por algo de ‘irreal’”*

■ **CARL GUSTAV JUNG**, psicanalista (1875-1961)



Hoje o dia será de muita festa para **Amanda Tatiane**, que está em clima de comemorações.



Click da aniversariante do dia **Ladia Alencar**  
e do maridão **Willian**



Ontem foi dia de assoprar velinhas para a princesinha **Mariana Cecília Zafeti**. A data foi festejada por toda família.



Data de muitas homenagens para **Gereka Dantas Teles**, que festeja nesta sexta mais um aniversário.



"Parabéns **Coronel Helena**. Deus abençoe a sua nova jornada. Sucesso. Obrigado pelo carinho e atenção que nos foi dado." - Cleber Rocha e Sérgio Teixeira.



Quem também celebra idade nova hoje é o jovem **Pedro Vilas Boas**. Na foto, o carinho especial da namorada Fernanda.



A simpática **Tamires Ferreira** também apaga velinhas hoje. Parabéns!



Hoje é aniversário de **Sherman Chagas**.  
No clique, com a esposa Renata.



**Sexta-feira é o dia dela, Juliana Carla!**  
**Felicidades!**

# ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO



■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Como fortalecer as unhas com remédios caseiros

**A**s unhas fracas podem se converter em uma dor de cabeça para quem deseja uma manicure sempre perfeita. Manter uma alimentação saudável com a ingestão de todos os nutrientes necessários é a melhor maneira de mantê-las fortes, mas, além disso, você pode contar com algumas opções naturais que lhe ajudarão a ter unhas mais bonitas. Saiba como fortalecer as unhas fracas com remédios caseiros:

■ **1- As máscaras naturais** para as unhas são uma excelente opção quando tentamos fortalecer as unhas fracas. É um dos ingredientes mais populares para o conseguir é o azeite de oliva, que graças às suas propriedades hidratantes e suas vitaminas, melhora de forma notável a aparência das unhas. Aplique com algodão um pouco de azeite de oliva em suas unhas e deixe atuar por 20 minutos, depois remova com um sabonete suave. Se fizer este procedimento várias vezes ao longo da semana, verá como isso ajudará a ter unhas fortes e hidratadas em pouco tempo.

■ **2- Se além de fortalecer** as suas unhas fracas você deseja clareá-las um pouco, pode misturar um pouco de azeite de oliva com suco de limão, criando uma máscara que poderá aplicar com algodão e deixar atuar durante 20 minutos. No final deverá lavar as mãos com um sabão neutro. Faça-o de preferência à noite para que depois não tenha que lavar ou mexer em algum produto químico.

■ **3- A cebola** é um maravilhoso remédio natural que pode ser utilizado para diferentes situações, e uma de suas propriedades é a de fortalecer as unhas fracas graças à quantidade de vitamina E e ferro que possui. Se você não tiver problema com o cheiro, pique meia cebola grande, ou uma cebola pequena inteira, e coloque em um recipiente. Deixe cubra suas mãos com os pedaços e deixe-as em contato com a cebola por pelo menos 10 minutos. No final deixe as suas unhas secarem naturalmente, sem as lavar durante cerca de 40 minutos. Repita o maior número possível de vezes durante a semana e des-

frute de unhas bem mais fortes e saudáveis.

■ **4- Alguma vez você já colocou** um pouco de alho em seu esmalte para deixar de roer as unhas? Pois você deveria saber que nesse momento você estava contribuindo com um dos melhores ingredientes para fortalecer-las. O alho é também um ótimo aliado para combater as bactérias e micoses, portanto você pode adicionar à sua baseou endurecedor meio alho picado e aplicar sempre antes de pintar as suas unhas, assim conseguirá combater a fragilidade de suas unhas.

■ **5- Graças ao seu conteúdo** em vitamina E, o óleo de rícino é outro fantástico aliado para fortalecer as unhas fracas e cuidar delas. Aplique o óleo de rícino nas unhas com um disco de algodão e deixe que o óleo seque sozinho, não sendo necessário enxaguar depois. Para além do óleo de rícino, também pode utilizar óleo de jojoba ou óleo de amêndoas.

■ **6- Outra opção** para fortalecer as suas unhas é adquirindo um produto fortalecedor de unhas, existem vários no mer-



cado é só escolher o que mais lhe agradar. Este tipo de produto para além de promover o fortalecimento da unha, ajuda a eliminar o amarelado que possa existir e as manchas esbranquiçadas.

■ **7- Para além destes remédios** caseiros, existem alguns cuidados que deve ter em conta para conseguir unhas fortes e saudáveis. Sempre que aplicar esmalte, deverá usar

um esmalte que não contenha em sua composição ingredientes corrosivos como é o caso do formaldeído ou o tolueno. Além disso, se for alérgica a esmalte, deverá adquirir apenas esmaltes hipoalergênicos. Para proteger as suas unhas, deverá utilizar sempre luvas ao realizar qualquer atividade de limpeza em casa.

■ **8- Também é importante** que evite tirar as cutículas,

pois elas são uma proteção natural das suas unhas que ajudam a evitar a entrada de fungos, bactérias e vírus. Por isso, ao invés de as tirar deve-á empurrá-las com a ajuda de um alicate. E não se esqueça de hidratar muito bem as suas unhas e mãos, aplicando pelo menos duas vezes ao dia um creme hidratante, de preferência uma vez pela manhã e outra à noite.

## Tratamento para estrias em casa e na clínica

**U**m dos principais problemas de beleza que atormentam as mulheres são as estrias. Essas listras tão "queridas" marcam a pele como uma cicatriz e dependendo do local atrapalham o visual e a autoestima de quem sofre com elas. Elas aparecem quando há rupturas das fibras de colágeno e elastina localizadas na derme (camada mais profunda da pele). Qualquer distensão maior da pele pode provocá-las. Fase de crescimento, gravidez ou ganho de peso muito rápido são algumas situações em que elas podem surgir.

**QUANDO A PLÁSTICA É A SOLUÇÃO?**  
A abdominoplastia pode ser a solução para quem tem muitas estrias na barriga, fruto de uma ou mais gestações por exemplo. Se as estrias estiverem localizadas abaixo do umbigo, todas podem ser removidas com a abdominoplastia, garantem especialistas. Mas se estiverem localizadas acima dele, sairão parcialmente. Mas essa solução só vale para mulheres que não pretendem mais engravidar. Caso contrário, as estrias voltarão a aparecer no mesmo local.

**TRATAMENTO PARA ESTRIAS NOS CONSULTÓRIOS**  
Cada caso é um caso. Deve-se levar em conta o tempo de aparecimento da estria, onde ela está localizada, se é larga ou fina, tipo de pele e esti-

lo de vida da paciente, entre outros fatores. Os dermatologistas dizem que não existe um tratamento que possa ser classificado como o melhor de todos. Geralmente, a melhora vem da combinação de vários procedimentos e, mesmo assim, não há a garantia de que o resultado atenda à expectativa da paciente. Todos os tratamentos têm a mesma finalidade: estimular a formação de colágeno, a proteína que preenche e disfarça a cicatriz, e a reestruturação das fibras elásticas, que ficaram esgarçadas.

O processo costuma ser lento, levando alguns meses para as estrias novas melhorarem e de um a dois anos para as antigas. Ainda assim, o tratamento bem indicado corrige até 80% as estrias novas e melhora de 40 a 60% as antigas. Segundo os especialistas, a estria branca nunca desaparece totalmente, mas tem o tamanho reduzido e se torna menos visível.

**TRATAMENTO PARA ESTRIAS EM CASA**  
É importante aplicar diariamente cremes com ativos que ajudam na recuperação da pele e que contribuem

para a prevenção. Eles podem ser usados em conjunto, no mesmo creme, ou de modo alternado e devem ser associados a substâncias hidratantes, fundamentais para evitar o aparecimento de novas estrias. Veja os principais.

**Ácido retinoico:** Para as estrias novas e antigas, é o ativo mais eficaz. O ácido retinoico promove a renovação celular e estimula a produção de colágeno. É o mesmo ácido usado em peelings, mas em concentração bem menor. Se optar por esse método, evite se expor muito ao sol, pois há o risco de manchar a pele.

**Vitamina C:** é mais suave do que o retinoico, mas também contribui para a produção de colágeno, só que com menos intensidade.

**SCA:** é a sigla para Secreção do Cryptomphalus Aspersa, um pequeno caracol. Esse princípio ativo já foi usado na recuperação das vítimas de queimadura. Depois, passou a ser sintetizado artificialmente e empregado no tratamento de cicatrizes e estrias. Ele atua como regenerador da pele, mas é menos eficiente do que o ácido retinoico e a vitamina C.

## receita

### Bombom de Morango

#### INGREDIENTES:

- 1 lata de LEITE CONDENSADO
- 1 colher (sopa) de MANTEIGA
- 20 MORANGOS grandes com as folhinhas limpos
- 250 gramas de CHOCOLATE MEIO AMARGO PICADO



#### MODO DE PREPARO:

■ Coloque o leite condensado e a manteiga em uma panela e leve ao fogo baixo mexendo sempre. Quando começar a ferver mexa sem parar pois queima fácil. Quando soltar do fundo da panela cozinhe por mais 4 ou 5 minutos para que o brigadeiro não fique mole. Deixe esfriar e leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de enrolar.

■ Pegue uma porção do brigadeiro, mais ou menos uma colher de chá cheia, faça uma bolinha e envolva o morango deixando a parte do cabinho verde de fora. Eu fui fazendo um por um e banhando no chocolate, mas você pode fazer todos e depois banhar de uma vez.

■ Para banhar, derreta o chocolate em banho maria e faça o choque térmico para que não derreta com facilidade. Segure o morango pelas folhas e banhe no chocolate, depois coloque sobre uma folha de papel manteiga para endurecer.

**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



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

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

**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**

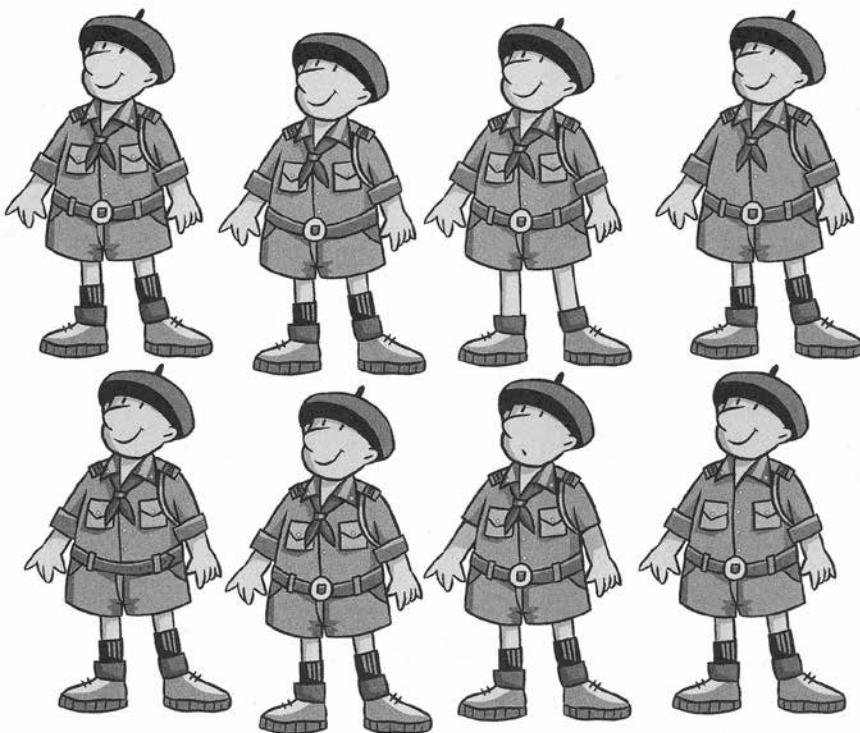
**FAX: (17) 3442-1651**

Av. Litório Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

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

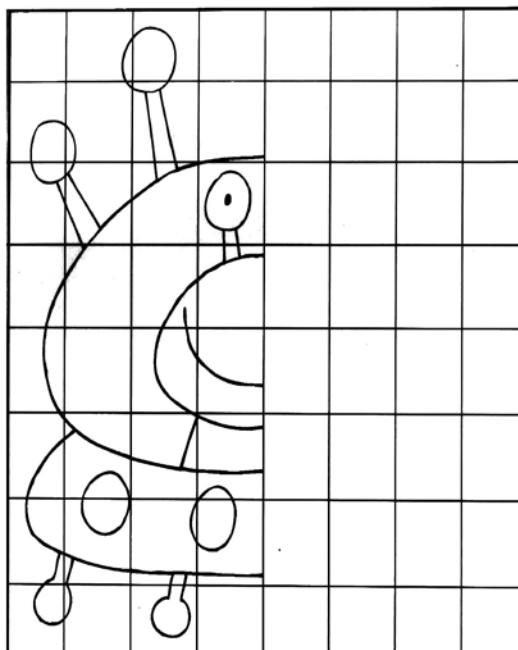
## Passatempo

Apenas dois destes desenhos são idênticos. Descubra quais são.

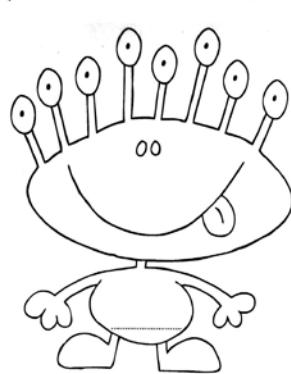


## Quebra Cabeça

Com a ajuda dos quadrinhos, complete esta nave espacial.



Quantos olhos tem este marciano?



## Resolva o Criptograma

Um dos jogos de tabuleiro mais populares do mundo	+	★	+	❖	+	◊	☒	+
Unidade de medida de peso (plural)	+	★	▲	◊	❖	◆	☒	○
Lugar próprio para nadar, piscina	★	○	○	+	❖	*	☒	+
Música muito desarmônica	○	○	○	✿	+	★	☒	○
Pequeno fanico; chilique, vertigem (fam.)	✿	○	★	☒	✿	☒	+	+
Tipo de capa de livro (plural)	Ø	*	+	○	□	*	○	○
Marchar paralelamente ao lado	✿	◊	○	★	Ω	*	○	*
Hormônio exalado, com a intenção de atrair o sexo oposto	▲	*	+	☒	+	★	☒	+
Suceder	○	+	★	+	▲	○	▲	☒
Submúltiplo do metro	○	★	+	☒	▲	+	*	
Faltar à palavra dada; deslidir	○	Ø	+	Ω	*	▲	○	*
Gíria de ladrões. Prejudicar um trabalho	○	○	★	○	◊	□	○	*
Admitir, aprovar, confirmar	○	★	○	☒	+	★	○	*
Antiga nação europeia, célebre por seu rei Alexandre, o Grande	○	○	▲	◆	+	★	☒	○
Ato de reconhecer solene-	○	◊	◊	○	☒	○	○	+

Para símbolos iguais, letras iguais. Ao terminar o jogo, aparecerá nas casas em destaque o nome do personagem de quadrinhos onde o herói se chama "Johnny Blaze".

Taboquêar ■ 12-Acambarar ■ 13-Sancionar ■ 14-Macedonia ■ 15-Aclamagão.

Brockhuras ■ 7-Flamquear ■ 8-Ferromônio ■ 9-Acontecer ■ 10-Nametro ■ 11-

1-Monopólio ■ 2-Toneladas ■ 3-Natação ■ 4-Cacofonia ■ 5-Faniquito ■ 6-

## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Joana enfrenta Bárbara. Toninho sente remorso por ter delatado a irmã. Joana se preocupa com a reação de Giovane. Bárbara manda Clara contar o segredo de Joana para todos na academia. Martinha se recusa a contar para Jéssica quem é o pai do filho que está esperando. Todos na academia comentam sobre Joana e Tânia a apoia. Joana garante a Bárbara que não se afastará da academia. Irene e Gabriel contam o segredo de Joana para Giovane. Tânia repreende Caio por tentar falar mal de Joana para ela. Giovane apoia a namorada. Sula e Damiana chegam ao Rio de Janeiro. Joana se declara para Giovane. Bárbara envenena Ricardo contra Joana. Martinha é rude com Julianna. Belloto, Jéssica e Nanda confortam Joana.

### SOL NASCENTE

Sexta-feira, 18h00

Mario chega à casa de Wagner, que está sendo monitorado por João Amaro e seus capangas. Damasceno revira o galpão em que Massao se esconde. Mocinha percebe o encantamento de Cesar por Alice. Wagner se preocupa com o plano de fuga. Alice questiona o motivo da apreensão de Cesar. Chica faz a prova de seu vestido de noiva. Tanaka pensa em convidar Mocinha para o Baile Vintage. Felipe estranha o desconforto de Sirlene com Cesar. Pietra apresenta seu filho Mariano para Milena.

### ROCK STORY

Sexta-feira, 19h15

Júlia consegue se desvencilhar de Alex. Lázaro se arrepende de confessar a Néia que gosta de Diana. Júlia estranha que Alex a tenha chamado de Lorena e conta para a irmã. Lorena exige que Alex se afaste de Júlia. Júlia não consegue contar a Gui sobre o encontro com Alex. Gordo convida Laila para morar com ele. Diana se sente abalada na primeira audiência do divórcio. Gui avisa aos integrantes da banda 4.4 que dividirá o dinheiro do prêmio entre eles. Marisa comenta com Luana que Nicolau a está tratando de forma estranha. Gui prepara um jantar romântico para Júlia. Lázaro diz a Ramon que teve uma ideia para acabar com o casamento de Diana. Nicolau promete ir com Caio à sessão de quimioterapia.

### CARINHA DE ANJO

Sexta-feira, 20h30

Dulce Maria leva para a Madre Superiora as suas propostas para verificar se são aprovadas. A religiosa gosta de todas, mas adapta uma delas, ao sugerir que doem os brinquedos para crianças necessitadas. Gustavo liga para Nicole e pede o nome ou telefone do médico que está cuidando de Haydee no hospital. Nicole pensa em uma desculpa para dar para Gustavo. Nicole tenta mais uma vez se insinuar para o médico Jairo, que diz que quer que ela pague a conta do hospital e vá embora. Rosana se veste como a Tia Perucas. Zeca está apaixonado por Juju. Solange prepara médico uma torta de morango para Vitor. Irmã Cecília pede permissão para a Madre Superiora para ir ver as casas que a família de Dulce Maria conseguiu verificar para sua irmã.

### A LEI DO AMOR

Sexta-feira, 21h00

Magnólia desmaia e Ana Luiza a socorre. Tiago e Letícia convidam Antônio para ser padrinho de seu casamento. Ciro implora para que Magnólia termine o relacionamento com ele. Pedro repreende Fausto por ter se arriscado. Beth humilha Vitória. Flávia descobre que Tiago se casará com Letícia e faz uma ligação misteriosa. Salete não conta a verdade sobre Gustavo para Suely. Sansão expulsa Mileide de seu quarto. Magnólia suspeita da melhora de Fausto. Flávia termina seu namoro com David. Magnólia reclama por não ter sido convidada para o casamento de Tiago. Beth pensa em aceitar a proposta de Magnólia e se aconselha com Augusto. Misael vai com Flávia ao encontro de Cidália. Jader procura Sansão no SPA.

### A TERRA PROMETIDA

Sexta-feira, 22h15

Úrsula diz não confiar no monarca Zareg. Aruna e Josué almoçam com Noemi e Calebe. Adonizedeque faz um ritual pedindo proteção aos deuses. Yana se oferece para ensinar Aruna a cozinhar. O rei Zareg conversa com Bogotai, o general de Gibeão, e com Racial, o sacerdote. Zareg avisa que não pretende formar aliança com Jerusalém, mas sim com os hebreus. Orias e Milah procuram Darda. Com ódio, Laís observa Calebe e Noemi. Milah se desespera ao ouvir Darda dizer que ela está com lepra. Mireu se abre com Ula e revela seu sentimento por ela. Josué é avisado sobre a doença de Milah. O líder avisa que ela deverá deixar o acampamento. Mara fica satisfeita com a situação de Milah. Jéssica se mostra preocupada.

## Humor

### A BOA NOTÍCIA

A mulher telefona para o marido:  
- Querido, tenho uma notícia boa e uma má!  
- Lamento amor, mas estou no meio de uma reunião muito importante. Me diga só a boa.  
- O airbag do seu carro está funcionando direitinho!

- Ah, não sabia. Meus pêsames! E como é que foi?

- Pedi pra ele ir comprar açúcar no supermercado, aí veio um ônibus e passou por cima dele.

- Mas que coisa triste! Sinto muito! E o que você fez?

- Tomei café sem açúcar mesmo.

### BÊBADO E A FEIURA

Um bêbado vira para uma mulher e diz:

- Nossa mas como você é feia, a coisa mais horrível que eu já vi.

Ela responde:

- E você é o bêbado mais nojento que eu já vi.

**DUAS AMIGAS**  
Duas amigas conversam no telefone:  
- Olá, quanto tempo! Tudo bem?  
Como vai o seu marido?  
- Você não soube? Ele morreu faz 15 dias!



Ele prontamente responde:

- É, mas amanhã eu já to bom!

### O INGÊNUO

O homem leva o filho ao pediatra:

- Doutor, estou preocupado. O meu filho completou 6 meses e até hoje não abriu o olho.

- Abra os olhos você! Esse garoto é filho de japonês.

### RINDO NO VELÓRIO

No meio da tristeza de um velório, a mulher olha para uma amiga e começo a rir.

- O que é isso, Zoraide? - Pergunta a amiga aflita.

Estou rindo daquele arranjo de flores em forma de coração em cima do caixão.

- E qual a graça nisso?

- Isso é uma homenagem que os amigos médicos fizeram ao falecido.

- E qual o problema? Ele era o melhor cardiologista da cidade!

- Pois é, é disso mesmo que eu estou rindo. Quero só ver como é que vai ser quando o meu marido morrer. Ele é o melhor ginecologista da cidade.

### O GAÚCHO E O ÔNIBUS LOTADO

Um gaúcho está em um ônibus lotado e um homem se posiciona bem atrás dele.

O gaúcho reclama logo:

Bah, tche !!! O que e que tu ta fazendo ai atrás.

O homem responde logo: - Nada não, senhor!!!

E o gaúcho:

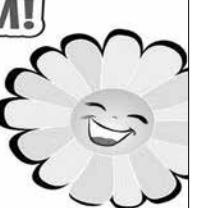
Então da lugar pra outro tche....

### Quando a APAE ligar diga SIM!

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



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



CRECI 67022  
IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

