

Marina Ruy Barbosa sobre estreia no cinema: "Gosto de desafios, não quero ficar na zona de conforto"

Página B4



"Jamais deve buscar a coisa em si, a qual depende somente dos espelhos. A coisa em si, nunca: a coisa em ti. Um pintor, por exemplo, não pinta uma árvore: ele pinta-se uma árvore. E um grande poeta - espécie de rei Midas à sua maneira - um grande poeta, bem que ele poderia dizer: Tudo que eu toco se transforma em mim."

■ MÁRIO QUINTANA, escritor e poeta (1906-1994)



A data de hoje é especial para Flávio Ribeiro. Parabéns!



Sempre ao lado da amada Drielen Alves, Henrique Santana comemora mais um aniversário em clima de muita festa.



Em destaque, o charme e beleza de Mariana Batista, aniversariante do dia.



A soridente Juliana Fernandes também assopra velinhas. Ela recebe os parabéns especiais de familiares e amigos.



Esta quarta será de muitas comemorações para Rafael Teixeira, que celebra a passagem de mais um aniversário.



Na lista dos homenageados, também está o professor Rodrigo Daum. Felicidades!



Felicidades e muitos anos de vida para Pablo Moreira!



Daniel Montilha celebrou idade nova ontem, dia 24, e recebeu os cumprimentos dos familiares. Na foto: Egla Munhoz, Diogo André, Mirim Montilha, Vanderli André, Daniel André e Mary Adrielle.



Rogerio Chamel recebe inúmeras homenagens pelo seu aniversário. Parabéns!

Quando a APAE ligar diga SIM!

APAE
Fernandópolis/SP

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

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

ASSINE o extra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

CUIDAMOS BEM DO SEU CELULAR

APINHA de CELULAR R\$ 14,99 GIGANTÃO

GIGANTÃO

www.oextra.net

peliculas de vidro

SanDisk 32 GB microSD

Barato pra Caramba

produtos à partir de R\$ 1,99 GIGANTÃO

GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

#EuAmoEconomizar

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Loções adstringentes para todos os tipos de pele

As loções adstringentes para a pele quando entram em contato com a pele se combina com as proteínas da superfície da célula para dar vida a uma camada protetora de proteína coagulada.

Trata-se de substâncias que atuam apenas sobre a superfície celular prejudicando a permeabilidade da membrana e formando um sal proteico insolúvel, que é responsável pela proteção dos tecidos inflamados dos agentes irritantes enquanto paralisa exsudações e secreções.

Sua ação antiflogística (combate as inflamações) é notória em peles danificadas, mas sobre a pele saudável também é benéfica porque gera uma camada de proteínas que protege enquanto diminui a permeabilidade celular.

Cabe destacar que o seu uso deve ser sempre controlado, porque por serem substâncias de transição tem uma ação dupla: são irritantes e ainda protetores.

O que exerce uma ou outra

ação dependerá da quantidade precipitada, portanto, uma menor quantidade de proteinas dá proteção enquanto que as maiores quantidades irritam. Além disso, a irritação também está sujeita pelo tipo de loção adstringente utilizada e pela concentração que tenha.

TIPOS DE ADSTRINGENTES:

- Agentes adstringentes vegetais: ácido tântico derivado do fenólico não nitrogenado; extratos de hamamélis, cipreste, gerânio, ratanis e murta, entre outros.

• Agentes adstringentes minerais: são os sais de metais pesados tais como sulfato de zinco e de cobre, acetato e subacetato de chumbo, sulfato de alumínio. Estas substâncias, por outro lado, exercem uma ação anti-séptica por isso normalmente estão contidas em produtos adequados para acne.

• Outros agentes adstringentes: são os alfas hidroxíacos, em especial as baixas concentrações de ácido láctico.

Como atuam os adstringentes?

Os efeitos que podemos esperar dos adstringentes estão sujeitos à intensidade dos mesmos e a concentração que tenham. O ideal para o tratamento da pele facial é usar adstringente fracos porque a protegem significativamente sem causar os efeitos secundários que podem ocorrer com os mais fortes.

COMO SE USAM AS LOÇÕES ADSTRINGENTES?

A principal indicação dessas substâncias é sobre as peles oleosas com os poros abertos e notórios, a fim de ter maior controle sobre as secreções sebáceas e sudorais.

Gracias a elas, é possível ter uma pele de aparência mais uniforme e com poros menos visíveis, assim nestes casos, são necessários combinar o adstringente com os ativos antiseborréicos e queratolíticos.

Além disso, recomenda-se aplicar máscaras absorventes como as de caulim ou argila e ácidos, ocluindo o agente adstringente que é colocado abaixo.



ADSTRINGENTES PARA A PELE SECA

Embora os adstringentes para pele seca ou desidratada não sejam tão utilizados como na pele oleosa, podem ser benéficos, devido à camada de proteção e a leve inflamação por extravasamento seroso que geram o que melhora significativamente a aparência da pele.

Através deles é possível disfarçar as rugas finas, mas isso não pode ser feito de forma leviana já que a escolha do produto e sua aplicação são as chaves para conseguir resultados favoráveis. De preferê-

cia, nestes casos, deve-se usar adstringentes de origem vegetal com veículos de base glicolica ou glicerólicas, e sua aplicação será sempre ao final do tratamento cosmético, após a pele ter sido bem hidratada.

receita

Lombo ao Molho Madeira

INGREDIENTES:

- 1 saco plástico
- 1 lombo
- 3 ramos de alecrim
- 2 folhas de louro
- 3 dentes de alho picados
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 1 xícara de vinho tinto
- Azeite a gosto
- 2 molhos preparados uncle beans - tipo madeira
- 1 xícara cheia de champignons fatiados
- Salsinha picada para salpicar



o mesmo medicamento.

Esse grupo também apresenta maior risco para doenças do sistema circulatório, aumentando em 39% as chances de doenças coronarianas e em 22% de acidente vascular cerebral.

Idade: pacientes acima de 60 anos apresentam maior risco de trombose.

Tabagismo: aumenta a hipercoagulabilidade (aumento da viscosidade do sangue).

Obesidade: o excesso de peso e o acúmulo de gorduras exercem pressão sobre as veias, dificultando a passagem do sangue, principalmente nos vasos dos membros inferiores.

ALCOOL, TABAGISMO E ANTICONCEPCIONAL

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (Inca), jovens que fumam e usam anticoncepcional têm 10 vezes mais chance de sofrer ataque cardíaco e embolia pulmonar do que outras pessoas da mesma faixa etária que não são fumantes e usam

MODO DE PREPARO:

1. Envolve e esfregue com as mãos o lombo com 3 ramos de alecrim, 2 folhas de louro, 3 dentes de alho picados, sal e pimenta do reino a gosto, 1 xícara de vinho tinto e azeite a gosto
2. Coloque no saco o lombo e todos temperos, lacre e deixe marinando até no outro dia
3. Coloque o lombo juntamente com conteúdo do saco na panela e deixe cozinhar durante 40 minutos, adicionando água aos poucos, apenas para panela não secar
4. Depois retire o lombo fatie coloque numa travessa
5. Reserve
6. Coe todo conteúdo da panela e guarde o caldo
7. Pegue o caldo coloque no fogo junte 2 molhos preparados uncle beans - tipo madeira e 1 xícara cheia de champignons fatiados, e 1/2 copo com água
8. Deixe ferver
9. Retire do fogo o molho regue o lombo e salpique com a salsa para decorar

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

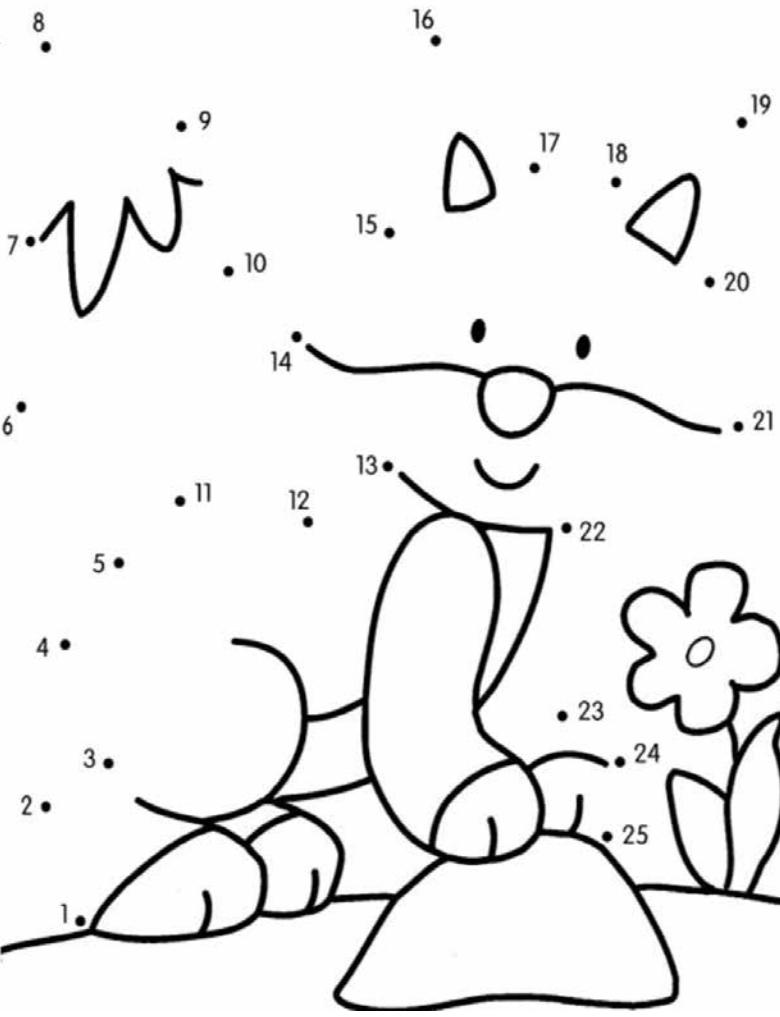
FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO
FONE: (17) 3442-1522
FAX: (17) 3442-1651

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

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

Ligue e Pinte

1. VAMOS LIGAR OS PONTOS?

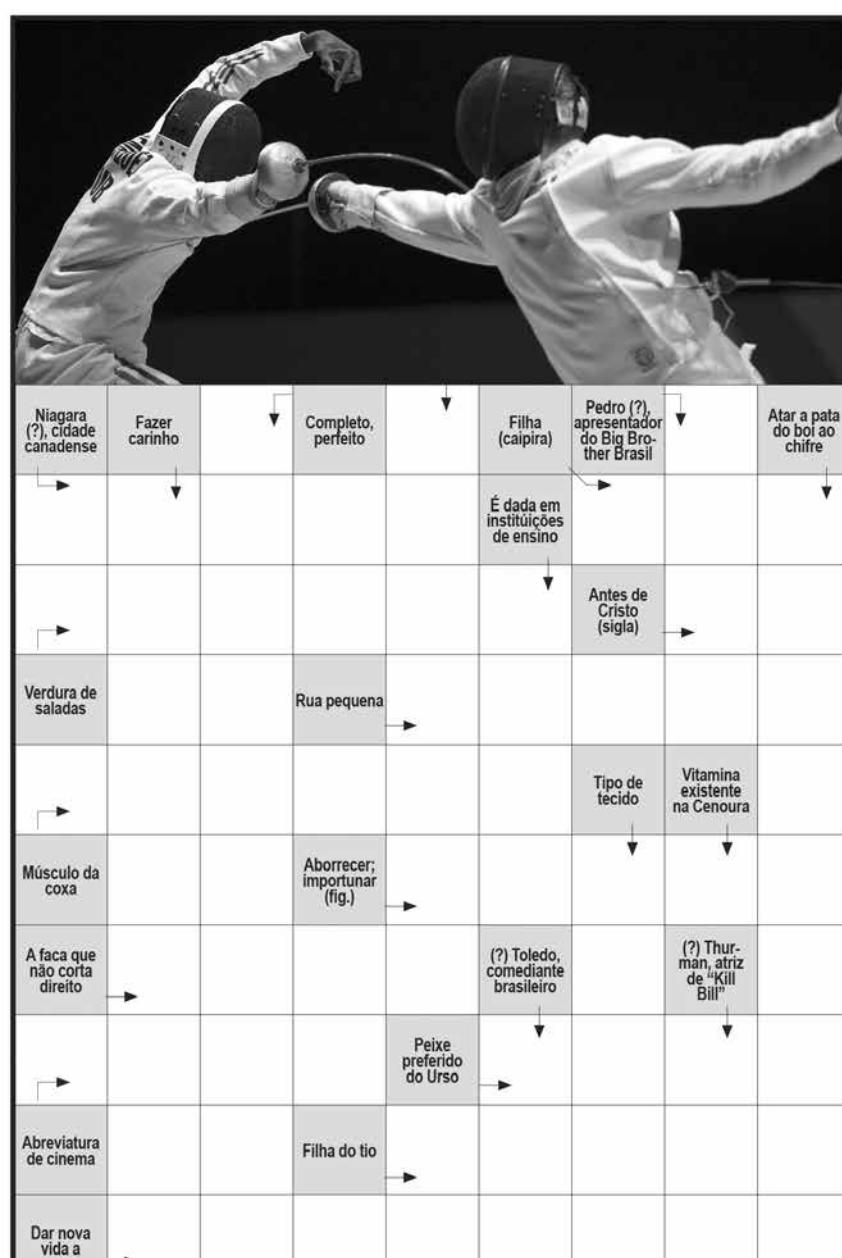


Caça Palavras

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

PORUGAL MALASIA
ESPAÑA LUXEMBURGO
HOLANDA ANDORRA
ALEMANHA CHILE
ITALIA
BRASIL
ANGOLA
INDIA
CHINA
QUENIA
AUSTRALIA
TURQUIA
MARROCO
INDONESIA
RUSSIA

Palavras Cruzadas



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Ricardo afirma a Tânia que Caio tentou envenená-lo, mas acaba passando mal e é socorrido pelos médicos. Rômulo sente falta de Sula e percebe Nanda na praia. Lucas anuncia que terminou o namoro com Luiza e beija Martinha. Sula se incomoda ao ver Nanda torcendo por Rômulo. Barbára não acredita que Caio tenha atentado contra Ricardo. Rômulo vence Vanderson, que deixa o ringue escoltado por policiais. Tânia perde o controle e acusa Caio de assassino. Nanda se declara para Rômulo e Sula surpreende os dois. Caio ameaça Tânia.

NOVO MUNDO

Quarta-feira, 18h00

Joaquim convence Dom Pedro a se aproximar dos índios. Patrício ameaça demitir Lurdes. Piatã se emociona ao ver os índios e reconhece Joaquim. Pedro fica encantado com as nações indígenas e pede para se reunir com seus líderes. Leopoldina se disfarça para ver os índios de perto. Pedro conversa com Ubirajara e promete tentar um acordo de paz para todos. Anna apresenta Piatã a Tibiriçá, que afirma que o rapaz possui o dom da cura. Elvira reencontra Quinzinho e Joaquim. Anna oferece seu broche a Quinzinho. Piatã se irrita com Jacira. Licurgo e Germana levam duas índias até a taberna. Thomas, Avilez e Sebastião comemoram o fracasso da negociação de Pedro com os fazendeiros. Pedro oferece as terras de sua família para as nações indígenas.

ROCK STORY

Quarta-feira, 19h15

Gui faz um acordo com Néia. Néia inventa uma desculpa para Léo, que fica espantado ao ver a mãe abraçando Gui. Amanda avisa que fez um teste para trabalhar em um grupo de axé e Nelson não gosta. Zac garante a Gui que não contou a ninguém sobre a surpresa que o pai está aprontando para o show na Som Discos. Gordo aconselha Diana a não ir ao show. Diana provoca Júlia. Gui pede Júlia em casamento durante a apresentação.

O RICO E LÁZARO

Quarta-feira, 22h15

Evil-Merodaque se declara para Shamiran e eles se casam. Asher e Lior trabalham pesado na mina de cobre. Dana comenta sobre a felicidade de Matias indo ao casamento. Joaquim beija Edissa. Neusta dá em cima de Sargão, o pai da noiva. Joaquim surpreende a todos na cerimônia ao declarar seu amor por Edissa. Neusta fica revoltada. Zac encontra Joana e lhe entrega flores. Asher fala sobre Deus com Lior. Rabe-Sáris dá em cima de Dalila. Sadraque fica enciumado. Mesaque corteja Raquel, a outra sobrinha de Fassur. Edissa reclama da atitude de Joaquim, que fica sem entender. Zabaiá recebe Larsa na Casa da Lua. Hurzabum conversa com Rebeca durante a cerimônia. Zelfa reclama dos produtos pagões vendidos por Tamir e Shamir.

CARINHA DE ANJO

Quarta-feira, 20h30

Estefânia recebe a ligação da Madre Superiora avisando que Dulce Maria está sendo levada para o hospital. Cecília pede autorização da Madre para acompanhar Dulce na ambulância, mas Nicole intervém e diz que de maneira alguma isso acontecerá, pois quem é da família é ela. Cecília chora por preocupação. Fabiana revela para Madre Superiora que Frida e Bárbara fizeram para Dulce Maria. A religiosa pede que Inácio leve Cecília até o hospital. Miguel é matriculado na mesma escola que Zeca e Zé Felipe. Todos ficam preocupados com a saúde de Dulce Maria. Cecília chega ao hospital e é afrontada por Nicole. Estefânia intervém e Nicole responsabiliza Cecília pelo ocorrido com Dulce Maria. Tom avisa as meninas que elas farão a peça Cinderela.

A FORÇA DO QUERER

Quarta-feira, 21h00

Ritinha conta para Cibele sobre seu envolvimento com Ruy. Dantas confessa a Shirley que precisa que o casamento da filha aconteça. Dita surpreende Silvana jogando pelo computador. Ruy sofre um acidente. Eurico exige que Nonato dê o relatório sobre os passos de Silvana. Zeca se intimida com a proximidade com Jeiza. Joyce se desespera ao saber do acidente de Ruy. Eugênio escolhe flores para Irene. Rubinho avisa a Bibi que foi aceito na faculdade novamente. Simone e Ivana tentam encontrar o hospital para onde Ruy foi levado. Cibele vai embora e exige que Ritinha vá com ela.

Humor

O PEDREIRO PORTUGUÊS

Piadas de Português
Um pedreiro português, no meio da obra, liga para casa e diz para a esposa, todo ofegante:
- Ora pois, Mulher, tu nem queiras saber... Escapei de uma boa, caí de uma escada de quinze metros de altura.
- Ai meu Deus, Manoel. E tu estais muito machucado?
- Não... Nem um pouquinho. Eu ainda estava no primeiro degrau.

TÁTICA NO CASAMENTO

Um homem chega em casa depois de um duro dia de trabalho, senta na poltrona em frente à televisão e diz:
- Mulher, me traga uma cerveja antes que comece.
A mulher suspira e traz a cerveja. Dez minutos depois, ele diz:
- Mais uma cerveja antes que comece.
Ela olha atravesado para o marido, mas traz o que ele pediu.
Assim que ele termina de beber, ele diz:

- Rápido, traga-me outra cerveja que vai começar a qualquer instante.

A esposa, furiosa, começa a berrar com o marido:

- Isso é tudo o que você vai fazer essa noite? Beber cerveja e ficar sentado na frente da TV? Você não passa se um vagabundo, bêbado, um gordo relaxado! E além disso...

Antes que ela termine a frase, o marido levanta os olhos para ela e diz:

- Pronto, começou.

BÊBADOS NA PONTE

Dois bêbados andando em cima da ponte de repente um deles cai na água e morre afogado.

Quando o bêbado estava sendo retirado da água pelo os bombeiros, o outro bêbado chorando e lamentando a morte do outro diz:

- Tantos anos bebendo cachaça, na primeira vez que bebe água morre!

ESPERTEZA

Joãozinho chamou o táxi e perguntou:

- Moço, quanto o senhor cobra para me levar para o aeroporto??

E o taxista respondeu:

- R\$ 25,00.
- E as malas?
- As malas eu não cobro nada.
- Então leve as malas que eu vou a pé.



celebridades

Marina Ruy Barbosa sobre estreia no cinema: "Gosto de desafios, não quero ficar na zona de conforto"

Iunge das telinhas desde "Justiça", Marina Ruy Barbosa está gravando seu primeiro filme! A atriz é protagonista de "Sequestro Relâmpago", filme que está sendo rodado em São Paulo. Ela inclusive se mudou temporariamente pra cidade. Daniel Rocha e Sidney Santiago também estão no elenco da produção.

"A preparação para o filme está sendo transformadora.

Foi muito intensa e suada! Uma ralação que fez valer cada segundo. Gosto de desafios, não quero ficar na zona de conforto", disse.

Marina também já tem próximo trabalho na televisão: ela estará em "O Sétimo Guardião", nome provisório da próxima novela de Aguinaldo Silva, que estreia em 2018. Na trama, será a mocinha e lutará contra a vilã, papel da atriz Lília Cabral.

Paralelamente, Marina é o rosto da nova campanha da Life by Vivara. E falou sobre sua preferência quando o assunto são joias. "No dia a dia, prefiro peças mais discretas e pequenas." Sobre a linda aliança de noivado de 3,5 quilates de diamantes, que recebeu de Xandinho Negrão, em julho de 2016, a atriz é só love. "Ela foi dada e recebida com muito amor. Não tem como não amar. Momento inesquecível".

Gisele Bündchen é apontada como motivo de afastamento entre Tom Brady e Donald Trump

Gisele é poderosíssima, não é mesmo? Parece que, dessa vez, a top teria usado toda a sua influência... dentro de casa! De acordo com o TMZ, Gisele seria responsável pelo afastamento entre Tom Brady, seu marido, e Donald Trump, presidente dos EUA!

Na última quarta-feira, 19, a Casa Branca organizou um evento para homenagear o New England Patriots, time de Brady, mas o jogador, que é a estrela do time, não compareceu. Horas antes do evento, Gisele ainda usou seu perfil no Twitter para divulgar uma marcha contra algumas políticas de Trump so-

bre empregos, clima e justiça.

O tweet acima, no entanto, foi deletado da conta da top logo depois. Vale lembrar que, um dia antes da eleição nos Estados Unidos, Gisele deixou escapar sua posição política quando um de seus seguidores "jogou um verde" na modelo, perguntando: "Ouvi dizer que você e Brady estão apoiando Trump! Isso é verdade?" e ela só respondeu "NÃO!"

Até agora, a repercussão do caso é de que Donald Trump teria se sentido traído com a atitude de Brady, que não foi mencionado na cerimônia, e que a relação dos dois estaria estremecida. Eita!



Vale lembrar que a top já teria negado apoio ao presidente antes

Kim Kardashian é alvo de críticas ao seu corpo e fãs saem em defesa

Curtindo férias no México ao lado da irmã, Khloe Kardashian, e com várias amigas, Kim Kardashian West foi alvo de diversas críticas na internet depois de... ir à praia.

Sim, tudo que Kim fez foi colocar um biquíni - um modelo vintage da Dior, por sinal - e curtir o dia com as amigas, sem se importar com paparazzi e com a repercussão do caso. No Twitter e nos comentários das notícias que mostraram as fotos, os haters apareceram em peso para criticar e apontar defeitos no bumbum e nas pernas de KimK, apontando celulites e gordurinhas localizadas.

"A gente se pergunta: o que esse povo tem a ver com isso, hein? Body shaming, que quer dizer tirar sarro ou criticar alguém simplesmente pelo cor-



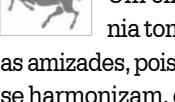
Corpo de Kim chamou atenção dos fãs



po da pessoa, é considerado uma forma de bullying, sabia? É aquela velha história: quer ter um corpo de praia? É só colocar um biquíni e ir à praia!" disse uma fã.

O lado bom disso é que teve quem saísse em defesa de Kim. No Twitter, fãs brasileiras e gringas condenaram o body shaming e saíram em defesa da musa do Instagram.

horóscopo



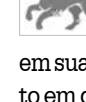
ÁRIES

Um clima de harmonia torna conta de suas amizades, pois Lua e Mercúrio se harmonizam, dinamizando a comunicação. Bom momento para trocas culturais, que lhe ajudarão inclusive a dar início a conversas agradáveis. Seja gentil!



GÊMEOS

Abra-se para as novidades e expanda os horizontes de seus conhecimentos, pois Lua e Mercúrio em trigono harmonizam seu signo e sua área espiritual. Permita-se ser conduzida pelas emoções escondidas em seu íntimo. Seja espontânea!



LEÃO

Boas conversas evocam as sinergias em suas amizades, neste momento em que Lua e Mercúrio se harmonizam. Saiba selecionar suas companhias. Escolha pessoas confiáveis, sobretudo ao se tratar de assuntos mais íntimos!



LÍBRA

A vida social é dinamizada pelo trigono Lua-Mercúrio, entre suas nona e quinta casas. Expanda seus conhecimentos e parcerias e manifique sua harmonia interior!



SAGITÁRIO

Você tende a se destacar pelo seu jeito charmoso e sagaz, evidenciado pelo trigono da Lua com Mercúrio entre suas áreas de relacionamentos e de comunicação. Os diálogos e acordos são favorecidos, assim como as atividades em grupo!



AQUÁRIO

Que tal reestabelecer prazeres, sobretudo intelectuais, neste momento? A Lua passa por sua quinta casa e se asperga em trigono com Mercúrio, fazendo com que você se abre a novas vivências e demonstre maior sensibilidade!



TOURO

As questões relacionadas ao trabalho são beneficiadas pela harmonia do trigono Lua-Mercúrio, entre suas segunda e décima casas. Dedique-se aos estudos e à elaboração de projetos. Coloque as tarefas em dia e exponha suas ideias!



CÂNCER

Aspectos mais complicados da sua vida lhe exigem reflexões mais profundas, neste momento em que Lua e Mercúrio harmonizam sua área de crise. Prefira ficar mais recolhida, em todos os níveis. Cuide de si e nutra a paz interior!



VIRGEM

O trigono Lua-Mercúrio favorece os acordos no trabalho, portanto promova atividades que estimulem trabalhos em conjunto. Boas parcerias podem nascer desses debates. Seja mais ativa, mas evite questões controversas!



ESCORPIÃO

A harmonia Lua-Mercúrio no setor familiar beneficia suas relações. Este momento lhe deixa mais segura de si, disposta a solidificar os laços de confiança com os mais próximos. Nutra os laços afetivos e cuide de seu meio doméstico!



CAPRICÓRNIO

Você se mostra mais consciente de suas demandas e vontades, pois o trigono Lua-Mercúrio entre suas áreas de saúde e material incentiva os gastos com bem-estar. Integremente, corpo e espírito por meio de ações simples!



PEIXES

Você percebe com mais clareza o que precisa mudar em sua vida, pois Lua e Mercúrio formam trigono, harmonizando as áreas familiar e de crise. Perceba como você lida com os conflitos e renove-se. As mudanças não devem ser apenas físicas!