

# extra net

CA-FEIRA, 18 DE JULHO DE 2017

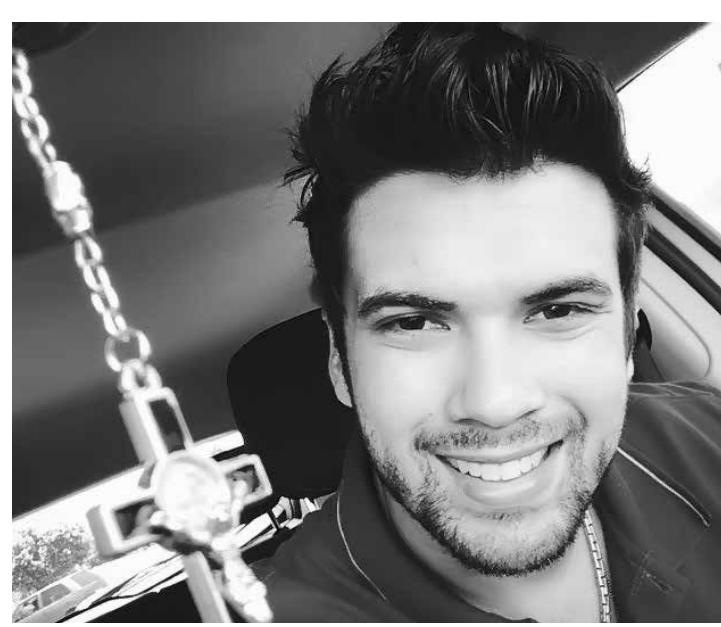
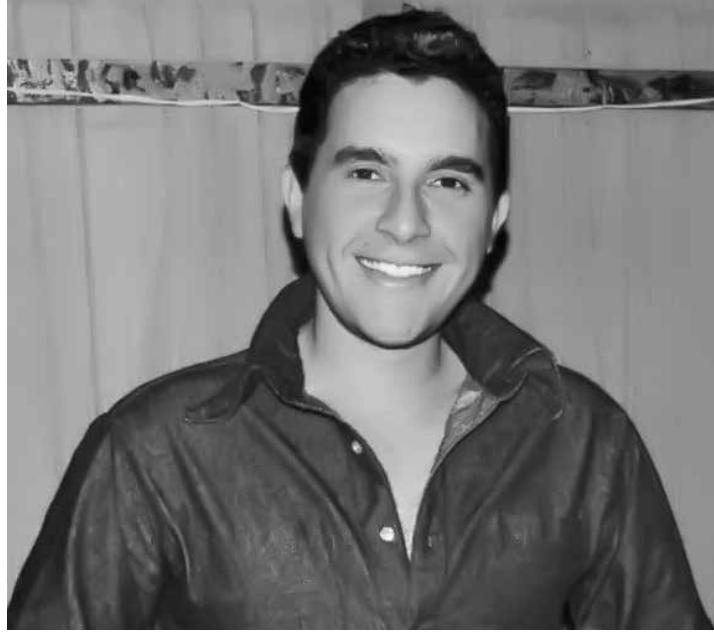
# Mais

## Dieckmann fala de projeto com Maria Ribeiro e diz que amiga ajudou a superar separação

Página B4

*Mas o que acontecerá, se descubro, porventura, que o menor, o mais admirável de todos, o mais pobre dos mendigos, o mais insolente dos meus caluniadores, o meu inimigo, reside dentro de mim, sou eu mesmo, e preciso da esmola da minha bondade, e que eu mesmo sou o inimigo que é necessário amar?*

■ CARL GUSTAV JUNG, psicanalista (1875-1961)



## 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

peliculas de vidro

R\$ 7,99

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 &amp; BELEZA

# Escleroterapia: cuidados, exames necessários e procedimento correto

O tratamento abrange todos os tipos de varizes, mas pede cuidados essenciais

**A** escleroterapia é um tratamento médico que visa à formação de uma reação inflamatória dentro de uma veia doente, que faz com que as paredes se endureçam e a veia afetada pare de funcionar e causar distúrbios na circulação, seja refluxo ou cosmético.

O tratamento abrange todos os tipos de varizes, desde as telangiectasias, que são aqueles vasos finos, avermelhados, passando pelas veias reticulares azuis, que aparecem na pele, até varizes mais grossas, que causam a doença varicosa propriamente dita.

## TIPOS DE ESCLEROTERAPIA

### PIA

- Escleroterapia convencional ou química: é a introdução de um medicamento líquido dentro da veia, que vai gerar uma reação química fazendo-a endurecer, fibrosar e desaparecer lenta e progressivamente

- Escleroterapia térmica ou física: é feita pela administração de calor, seja por laser ou radiofrequência, no interior da veia provocando uma reação física que também faz a veia desaparecer. Normalmente é utilizada associada à escleroterapia convencional para unir uma reação quí-

mica com uma reação física e intensificar os resultados

- Crioescletoterapia: escleroterapia convencional, líquida, com administração do medicamento muito resfriado. O medicamento é administrado bem frio provocando uma reação química (medicamento) e física (frio intenso)

- Escleroterapia com medicamento em forma de espuma: o medicamento é injetado em forma de espuma abrangendo veias maiores com menos medicação. Também produz uma reação química.

### CUIDADOS ANTES DO PROCEDIMENTO

Fazer uma avaliação com um angiologista ou cirurgião vascular capacitado a avaliar os riscos e benefícios do tratamento. Uma indicação correta, o conhecimento da anatomia da região a ser tratada,

das condições gerais do paciente, um local de trabalho preparado para esta finalidade, vistoriado pela vigilância sanitária, com boa iluminação, medicamentos e materiais de primeira linha. Enfim, executar o que chamamos de ROP, que são Práticas Organizacionais Exigidas de acordo com os órgãos que regem o funcionamento de consultórios médicos.

O mais importante é que

estamos lidando com a introdução de um medicamento dentro de um vaso e isto é um tratamento muito sério que quando bem feito tem resultados formidáveis, porém em mãos não habilitadas pode ser catastrófico.

### PROCEDIMENTOS

- Escleroterapia convencional: a administração do medicamento é feita com uma agulha usada só para esta finalidade. É uma agulha muito fina, trifacetada e biselada, mais fina que um fio de cabelo e que não produz dor quase nenhuma. Para atenuar o pequeno incômodo pode-se usar um resfriamento local, que diminui ainda mais a sensação de uma leve picada. Outras medidas como tomar um analgésico antes da sessão também podem ajudar

- Escleroterapia com radiofrequência: os cuidados são os mesmos, uma vez que a energia térmica é introduzida junto com a medicação. Na escleroterapia a laser o uso do resfriamento é obrigatório, pois o calor gerado pode queimar a pele. Não há cortes e alguns médicos usam meia elástica após o procedimento

- outros preferem enfaixar e muitos não usam nada.

O tempo de duração do

procedimento varia muito de paciente, da quantidade de veias e do método de trabalho de cada um, mas de uma maneira geral podemos dizer que 30 minutos é um bom tempo para realização de uma sessão de escleroterapia.

### CUIDADOS APÓS A ESCLEROTERAPIA

- Não tomar sol no dia do procedimento

- Não fazer ginástica pesada no dia

- Usar um creme para retirar as equimoses caso aconteçam.

Em varizes grossas nas quais usamos a espuma às vezes temos que retirar o sangue que fica acumulado dentro da veia após ela ter esclerosado. Esse tratamento pós-cirúrgico é feito no consultório de forma muito tranquila.

### CONTRAINDICAÇÕES

Pessoas que têm deficiência séria de circulação, portadores de doenças sistêmicas graves, com trombose superficial ou profunda, infecção local ou generalizada, imobilização no leito, alergia conhecida ao agente esclerosante, arterite, edema importante de membros inferiores, gestantes e mau estado de saúde geral são as principais contra-indicações.



receita

## Petit Gateau de doce de leite

### INGREDIENTES:

- 200 g de doce de leite cremoso
- 100 g de manteiga
- 2 ovos
- 2 gemas
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo peneirada
- 1/2 xícara (chá) de açúcar



### MODO DE PREPARO:

1. Derreta em um refratário o doce de leite e a manteiga juntos por 30 segundos no micro-ondas (caso necessário, coloque mais 30 segundos)
2. Mexa bem até que fique homogêneo
3. Acrescente os 2 ovos e as gemas, mexa com o batedor de varas (fouet) até que tudo fique bem misturado
4. Acrescente a farinha peneirada e o açúcar, misture bem (mas não mexa exageradamente, seja delicado)
5. Deixe descansando na geladeira por 15 minutos
6. Depois do descanso, unte as forminhas com manteiga e despeje a massa (não preencha a forminha toda pois o bolinho cresce um pouco, deixe um dedo ou 1 cm, aproximadamente)
7. Asse em forno preaquecido a 200°C por 8 minutos; esse tempo é variável, alguns fornos demoram mais, outros menos
8. Observe se em cima do bolo está assado e aperte com o dedo o meio (você vai perceber que por dentro ainda está "cru", então estará perfeito)
9. Para desenformar, passe a faca cuidadosamente pelas bordas
10. Sirva quente com sorvete de creme ou de sua preferência e pronto
11. O rendimento depende do tamanho das forminhas, a minha deu 9 porções

# Dieta do metabolismo rápido: como fazer, cardápio e benefícios

A dieta já emagreceu celebridades, atletas e pessoas com doenças crônicas

A Dieta do Metabolismo Rápido, também conhecida por dieta metabólica, foi elaborada pelas nutricionistas das celebridades Haylie Pomroy e Eve Adamson.

Na dieta não se conta calorias ou gordura. Sua teoria baseia-se variar o que a pessoa come ao longo de cada semana, de acordo com um plano alimentar projetado para induzir mudanças fisiológicas que promete levantar o metabolismo. A pessoa poderá comer em boa quantidade e ainda perder peso.

### COMO FUNCIONA

Na dieta do metabolismo rápido, a pessoa deve variar o que come ao longo de cada semana de acordo com um planejamento alimentar de 4 semanas, sendo que cada semana é dividida em três fases:

- Fase 1 (segunda e terça-feira): Alimentação exclusiva de carboidratos e frutas
- Fase 2 (quarta e quinta-feira): Alimentação exclusiva de proteínas e vegetais
- Fase 3 (sexta, sábado e domingo): Alimentação exclusiva de carboidratos, proteínas, vegetais, gorduras e óleos saudáveis.

### ROTINA DE EXERCÍCIOS:

- Fase 1: Faça pelo menos um dia de cardio vigoroso
- Exercícios aeróbicos
- Fase 2: Faça pelo menos um dia de treinamento de força com pesos
- Fase 3: Faça pelo menos um dia de atividade que reduz o



estresse, como ioga, respiração profunda ou massagem.

**REGRAS:**

- Comer 5 vezes ao dia. 3 refeições e 2 lanches por dia
- Comer a cada 4 horas
- Comer ao acordar (dentro de 30 minutos), todos os dias
- Ficar no plano dos 28 dias completos
- Manter as fases religiosamente
- Comer somente os alimentos da lista de alimentos para sua fase
- Seguir as fases em ordem
- Beber muita água todos os dias
- Comer orgânicos sempre que possível
- Escolher carnes sem nitrito
- Se exercitar 3 vezes por semana, de acordo com sua fase.

**ALIMENTOS PROIBIDOS:**

- Trigo (exceto na forma germinada)
- Milho
- Produtos lácteos
- Soja
- Açúcar refinado
- Caféína
- Álcool

- Frutos secos ou sucos de frutas
- Corantes artificiais
- Gordura.

### BENEFÍCIOS

Segundo os autores, os benefícios são que cada fase se concentra em diferentes alimentos inteiros e saudáveis.

Este processo ajuda no emagrecimento; Acalma as glândulas adrenais; Alimenta a tireoide para que ela possa produzir os hormônios T3 e T4, envolvidos no metabolismo rápido; Ajuda a regular o cortisol. Ao manter o metabolismo tentando adivinhar o que será consumido, a pessoa irá fazê-lo funcionar mais rápido.

Este programa apresenta resultados bem-sucedidos por Haylie Pomroy. A nutricionista trabalhou com celebridades, atletas e pessoas

com doenças crônicas que precisavam perder peso.

### O QUE VOCÊ DEVE SABER ANTES DE FAZER A DIETA

Ao iniciar uma nova dieta, o ideal é contar com a avaliação de nutricionistas ou nutrólogos, para que haja equilíbrio nutricional e emagrecimento sem prejuízos à saúde.

Embora seja dito que a pessoa comerá em maiores quantidades, o cardápio é pouco calórico. Por isso, varie o máximo possível nos alimentos consumidos e pare imediatamente se estiver se sentindo fraco.

Além disso, esta dieta não é aconselhável para pessoas com patologias como diabetes, doença renal e problema no fígado.

**Médica Veterinária**  
**Carla Cristina G. Sanitá Campos**  
CRMV/SP 17.881  
Especialista em Pequenos Animais: Cães e Gatos

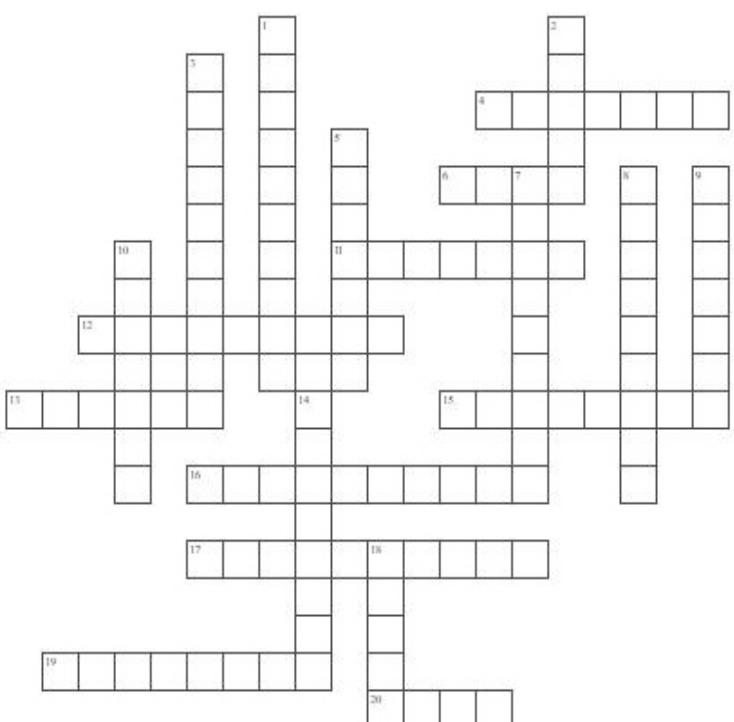
## ATENDIMENTO DOMICILIAR

HOTEL NA RESIDÊNCIA DO ANIMAL



Atendimento Clínico (17) 99164-7581  
Vacinas e Exames (17) 99641-6419

## Caça Palavras

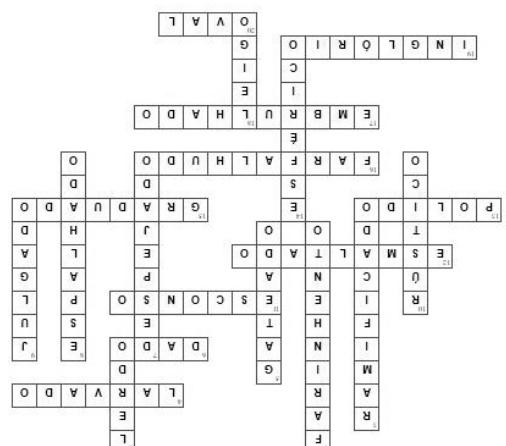


### Horizontais

- 4. Disfarçado, oculto
- 6. Concedido, facultado, lícito, permitido
- 11. Escondido, oculto
- 12. Coberto de esmalte
- 13. Brilhante, lúzido
- 15. Dividido em graus
- 16. Empreado
- 17. Empacotado
- 19. Em que não há glória
- 20. Em forma de ovo

### Verticais

- 1. Coberto de farinha
- 2. De ação lenta: memória, pessoa etc
- 3. Dividido em ramos
- 5. Diz-se do cavalo de pêlo amarelo-avermelhado
- 7. Desocupado, vazio
- 8. Disperso, difundido
- 9. Condenado ou absolvido por sentença
- 10. Campestre
- 14. Com forma de esfera
- 18. Diz-se daquele que não tem ordens sacras

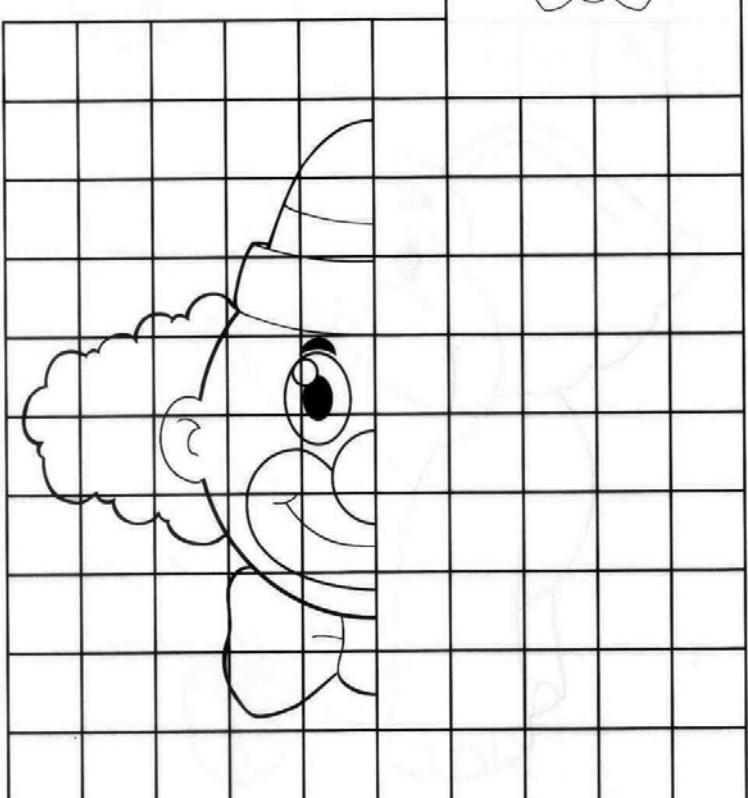


## Complete e Pinte



OBSERVE O MODELO, DEPOIS, COMPLETE O DESENHO.

## PALHAÇO



CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA 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

## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Keyla, Tina, Benê e Ellen apoiam Lica. Malu sugere que Edgar tente seduzir Marta. Marta conversa com a advogada e comunica a Lica as opções que tem contra seu pai. Edgar chega à casa de Marta e ela decide ir à delegacia. Deco manda uma mensagem para Keyla. Bóris e Dóris conversam sobre o problema criado por Edgar e Lica. Julinho atrapalha o namoro de Josefina e Roney. Bóris pede para Edgar convocar uma reunião de pais. Lica fica intimidada ao chegar à escola e Tina a apoia. Clara provoca Lica com a ajuda de alguns alunos e reage com despeito ao ver Felipe consolar a rival. Benê não se conforma com a demora para consertar o seu quarto. K1 implica com Benê, que a enfrenta.

### NOVO MUNDO

Sexta-feira, 18h00

Peter repreende Anna por ter desistido de ir para Portugal. Greta faz insinuações sobre Diara que deixam Wolfgang incomodado. Licurgo pensa em seguir Hugo. Amália vai com Peter ao convento e pede a Madre Assunção para abrigar Olinto, Anna e as crianças. Licurgo e Germana trancam Diara e Ferdinando na taberna. Anna fica encantada com os cuidados de Amália. Domitila insiste na ideia de engravidar de Dom Pedro para se casar com ele. Joaquim é levado para a cela. Germana e Licurgo descobrem que Elvira está viva. Greta e Schultz conversam sobre o plano contra Diara. Diara alerta Ferdinando para tomar cuidado com Greta. Madre Assunção pede que Amália escreva uma carta para Portugal explicando sua situação.

### PEGA PEGA

Sexta-feira, 19h15

Sabine ameaça demitir Cristóvão. Agnaldo pergunta a Wanderley por que quer ficar distante dele. Cíntia revela a Nelito que Júlio não está interessado nela. Luiza pede a Rúbia que continue se encontrando com Pedrinho. Madalena reza para reencontrar seu filho desaparecido. Borges descobre que Márcio estava mentindo para a família quando disse que Flor não estava com Bebeth. Dom não entende a frieza de Cristóvão quando o chama para pescar. Sabine pede a Tânia para ficar de olho em Cristóvão. Marieta diz a Sandra Helena que gosta muito dela. Luiza fica com ciúmes de Ulla.

### O RICO E LÁZARO

Sexta-feira, 22h15

Nicolau e Absalom saem para pôr o plano em prática. Elga pede para conversar com Talita. Aspenaz avisa que Joaquim será julgado no dia seguinte. Na casa da Lua, Zac diz não ter coragem de fazer mal a Asher. Zelfa marca um encontro com Shag-Shag. Larsa ameaça Hurzabum. Zelfa desconfia ao ver a dançarina misteriosa. Elga diz que Talita deverá ajudá-la a encontrar Fassur. Lior aconselha Asher a procurar Joana. Dana é surpreendida ao ouvir Absalom cantando em sua porta e tem uma crise de risos. Ele se sente humilhado e fica furioso. Samira acaba trombando com Zelfa durante a dança. A criada reconhece a voz da moça, que foge do estabelecimento, desesperada.

### CARINHA DE ANJO

Sexta-feira, 20h30

Dulce sonha com a mãe, Tereza, e conversa sobre Cecília ter ido embora do internato. Tereza explica para a filha que Cecília apenas deixou de ser freira para buscar sua própria felicidade. Madre Superiora chama a atenção da irmã Luzia, de Bárbara e de Frida por terem estragado na semana anterior a festa surpresa de aniversário de Dulce Maria. A religiosa diz que se as pequenas não mudarem o comportamento não vão mais poder continuar no internato. Fátima diz para Cecília que agora que ela está em sua nova casa pode tirar o hábito para ser apenas a Cecília. A ex-novicia diz que ainda é cedo para isso e que precisa apenas descansar.

### A FORÇA DO QUERER

Sexta-feira, 21h00

Joyce vê os recados de Eugênio para Irene. Ritinha avisa a Zu que vai para Niterói. Eugênio chega para o almoço com Joyce. Marilda conta para Ritinha que a mãe de Zeca está viva. Joyce se enfurece ao ver Eugênio e o expulsa de sua casa. Irene gosta de ver o estado em que Joyce deixou seu apartamento. Silvana se esconde de Eurico. Heleninha recebe uma carta misteriosa de Otávio. Ritinha leva o filho para ver Jeiza e Zeca fica irritado. Bibi entrega a Aurora o dinheiro que recebeu do traficante. Heleninha fala com Caio sobre Otávio e Mira se apavora. Joyce conversa com Ivana. Ruy descobre quem é a amante de Eugênio e promete a Joyce que se vingará dela.

## Humor

### OS PECADOS CAPITAIS DO PAULISTANO E DO CAIPIRA

Um paulistano, trabalhando duro, suado, de terno e gravata, vê um caipira deitado numa rede, na maior folga.

O paulistano não resiste e diz:

— Você sabia, que a preguiça é um dos sete pecados capitais?

E, o caipira, sem nem se mexer, responde:

— A inveja também!

### BÊBADO ATRASADO

O bêbado entra num bar e grita:

- Feliz Natal! Feliz Natal!

- Você está maluco? — intervém o dono do bar.

- Nós estamos em fevereiro!

E o bêbado:

- Fevereiro?! Mas já? É hoje que eu apanho quando chegar em casa!

### BRASILEIRO E O ARGENTINO NO DESERTO

Um brasileiro e um argentino foram os únicos sobreviventes de um desastre aéreo no Saara, depois de uma semana de uma longa caminhada o brasileiro achou uma lâmpada mágica, o argentino com toda arrogância tomou a frente e foi logo esfregando, surge então um Gênio:

— Vocês tem dois pedidos;

O argentino já foi dizendo:

— Quero que faça um muro de 1000 metros de altura em volta da minha linda argentina para nos isolarmos destes vizinhos brasileiros!

Então o Gênio disse que o pedido tinha sido aceito. Colocou o muro em volta da argentina e se voltou ao brasileiro e disse:

— Qual é seu pedido?

E o brasileiro responde:

— Enche tudo de água!

### DIVÓRCIO

Dois companheiros de juventude se reencontram após muitos anos:

— Grande Robinson! Há quanto tempo! Como você tem passado, cara? O que tem feito da vida durante todos esse anos?

— Bom, meu caro Carlos, eu vou tocando a vida. Já casei, tenho três filhos, me separei, o divórcio saiu esta semana, com divisão de bens e tudo mais.

— E seus filhos?

— A decisão do meritíssimo juiz foi para que ficassem com aquele que recebeu a maior parte dos bens na divisão.

— Isto quer dizer que eles estão morando com sua ex-esposa?

— Não é bem isto, na verdade eles ficaram com nosso advogado.

QUE BURACO É ESSE?



EU SOU AQUELE QUE TAMBÉM TUDO PODE, TUDO VÊ E TUDO SABE...



LUCIFER!!!  
AAAAAH!  
VEM LOGO QUE O ALMOÇO TÁ PRONTO!

SOU O SOFRIMENTO, A COBICA, A DOR, A INVEJA, O PECADO! EU SOU O ANJO CAÍDO, O GATO PRETO, O CÃO! EU SOU....



MÃEEE!!  
JÁ FALEI PRA NÃO ME CHAMAR ASSIM!

INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA 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

APAE  
Fernandópolis/SP

Quando a APAE ligar  
diga SIM!

Nossa Central de Doações  
terá prazer em te mostrar  
novo 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

# celebridades

## Maurício Destri comenta bissexualidade em supersérie: 'Amor não tem diferença de sexo'



Mauricio Destri é o Leon de "Os dias eram assim"

**M**aurício Destri torceu o nariz para a maioria das perguntas desse de uma recente entrevista a um jornal carioca. Intérprete de Leon em "Os dias eram assim", um artista performático e bissexual, o ator de 25 anos preferiu não responder às seguintes questões: é verdade que dispensou o tapa-sexo nas cenas picantes?; identifica-se com o personagem em algum ponto?; acha que o mundo está careta?; já viveu experiências de descobertas do corpo, como na ficção?; como foi gravar as sequências ousadas? O catarinense considerou tais interrogações "inapropriadas".

"Aprendi com esse atual trabalho a respeitar as diferenças. Estou vivendo, na ficção, o preconceito de ser bissexual. Fica na pele a energia desse movimento. Passei a olhar, de verdade, para as pessoas que são diferentes de mim, sem julgamentos,

sem preconceitos. Posso dizer que me sinto mais leve, mais conectado, mais firme" conta.

Em recente entrevista, ele falou também sobre levar a bandeira contra preconceitos: "Os personagens não levantam bandeira, eles existem em sua forma natural. Amor não tem diferença de sexo. Amor é amor. Ainda assim, o Brasil é o país que mais mata travestis e transexuais. Em 2016, foram 127 casos, cerca de um a cada três dias. Algo tem que ser feito! É urgente! Acho importante ressaltar que as pessoas, heteros, gays, lésbicas, bissexuais, transexuais, têm os mesmos sentimentos que qualquer outro ser humano. Sentem fome, dor, gostam de rir, chorar, têm prazer, dançam, cantam, dormem e acordam novamente. Quando entendermos que somos todos iguais em suas diferenças, daremos um passo para uma evolução espiritual".



Carolina Dieckmann e Maria Ribeiro se conheceram em 1996, época em que atuaram em 'Confissões de adolescente'

### Dieckmann fala de projeto com Maria Ribeiro e diz que amiga ajudou a superar separação

São 21 anos de amizade que unem Carolina Dieckmann e Maria Ribeiro. As atrizes se conheceram em 1996, época em que atuaram juntas na peça "Confissões de adolescente", e mantiveram a amizade. Ao longo da vida, colecionaram histórias e já passaram por poucas e boas. Foi para Maria, por exemplo, que Carol ligou primeiro, aos prantos, quando tomou conhecimento que fotos íntimas suas vazaram em 2012. Onze anos antes, chorou no colo da amiga o fim do casamento com Marcos Frota, com quem teve o filho Davi, de 18 anos.

Mas nem tudo é tristeza. Festeiras, Carolina e Maria costumam agitar as pistas e já trocaram até selinho em ato contra a homofobia. Atualmente, elas repetem a parceria nos palcos no espetáculo "Tryo eletryco", um misto de conversa de bar, teatro e roda de samba, que conta

ainda com a participação de Pretinho da Serrinha, no Teatro Fashion Mall.

Carolina contou como conheceu a amiga: "Viajamos para vários lugares do Brasil e sempre dividíamos o quarto".

A loira também relembrou do dia do seu casamento: No meu casamento com o Tiago (Worckman), convidamos os padrinhos e madrinhas para falarem algumas coisas e na hora da Maria ela disse: "Desculpa, não consigo falar nada, só chorar". Ela foi a única que não falou nada, e realmente ela chorou do início ao fim.

"Acho que na minha primeira separação precisei muito do apoio dela. Foi muito difícil pra mim aceitar que meu casamento tinha acabado. Eu não entendia. E a Maria sempre foi muito analisada, me ajudou e me fez aceitar e entender a separação" conta.

### Ana Paula Arósio completa 42 anos, e sete longe da TV

Ana Paula Arósio está completando 42 anos neste domingo. Há sete anos afastada da TV, desde que deixou o elenco da novela "Insensato coração", no início das gravações da novela, em 2010, a atriz fez raras aparições desde que decidiu abandonar a carreira e se refugiando num sítio em Santa Rita do Passa Quatro, no interior de São Paulo. Nesse período, Arósio também viveu na Inglaterra, na Europa, com o marido, o cavaleiro Henrique Plombon.

A artista só voltou a aparecer em público em março de 2014, após quatro anos reclusa, durante uma ida a um salão de beleza em São Paulo. A foto fez a alegria dos fãs. Após esse registro, ela retornou à cena em outubro de 2010 para lançar o filme "A floresta que se move", rodado em 2014, deu algumas entrevistas para divulgar o

projeto e desapareceu novamente do mapa. A última aparição de Ana Paula Arósio na mídia foi em julho 2015 nos Jogos Pan-Americanos em Toronto, quando ela assistiu a uma partida de hipismo com o marido.



Ana Paula Arósio no filme "A floresta que se move", seu retorno à carreira de atriz

Zeca Pagodinho publica vídeo após acidente de quadriciclo

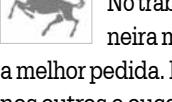
### Zeca Pagodinho publica vídeo com a neta após acidente: 'Já está tudo bem'

O cantor e compositor Zeca Pagodinho usou as redes sociais, neste domingo, para tranquilizar os fãs após sofrer um acidente de quadriciclo na noite de sexta-feira, em Xerém, na Baixada Fluminense. Zeca, que está se recuperando, aparece em um vídeo com a neta Catarina agradecendo a preocupação, e afir-

ma que já está tudo bem.

De acordo com a assessoria do artista, o sambista está comemorando o aniversário do filho Eduardo e também o dia do Avô com os netos Noah e Catarina. "Então rapaziada, está tudo bem. Obrigado por tudo. Está tudo tranquilo em Xerém", tranquiliza Zeca Pagodinho.

## horóscopo



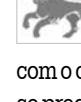
### ÁRIES

No trabalho, agir de maneira mais isolada será a melhor pedida. Não confie tanto nos outros e ouça a sua intuição. Bom momento para se livrar de tudo o que não usa mais e até se arriscar em um novo emprego, se anima sonhando com isso. Cor: preto.



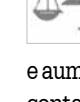
### GÊMEOS

Hoje, você não vai poupar esforços no trabalho. Com mais energia e disposição, será fácil focar toda a atenção no que precisa fazer. Aproveite para colocar as tarefas em dia e adiantar as coisas. Mas não deixe a saude de lado. Cor: lilás.



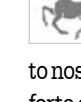
### LEÃO

No trabalho, mantenha os pés no chão. Conte com o conselho ou apoio da família, se precisar. Serviço ou produto voltado para o lar também vai render mais, agora. Reserve um tempo para ficar com o pessoal de casa, que anda sentindo sua falta. Cor: cinza.



### LÍBRA

Neste dia, vai ser mais fácil lidar com dinheiro e aumentar seus lucros. Coloque as contas em ordem, aproveite qualquer chance de fechar um novo negócio e explore sua inspiração, que está em alta. Mas é melhor controlar o apego material. Cor: bege.



### SAGITÁRIO

Hoje, procure agir com cautela e não confie tanto nos outros. Sua intuição fica mais forte e, se confiar nela, pode se sair bem. Mantenha seus planos em segredo. Um projeto nos bastidores pode se tornar atraente. Mas pese os prós e os contras. Cor: preto.



### AQUÁRIO

Sua atenção vai se concentrar na carreira: é hora de mostrar seu lado ambicioso e pensar alto. Bom astral para melhorar sua imagem e impressionar os superiores com suas ideias. Especial popular e sua companhia será disputada! Cor: preto.



### TOURO

É hora de agir em equipe e traçar planos em comum com os colegas. Se pensa em fazer uma sociedade, vá em frente! Preste atenção às suas ideias, pois pode ter uma grande sacada de repente. Não deixe passar uma boa oportunidade. Cor: marrom.



### CÂNCER

A Lua brilha em seu paraíso astral e envia ótimas energias! O trabalho vai parecer mais leve, ainda mais se prestar atenção à sua intuição. Conte com a sorte e faça uma fezinha! Você vai se destacar sem fazer o menor esforço. Cor: branco.



### VIRGEM

Hoje, você mostrará seu lado mais extrovertido e terá facilidade para lidar com o público. Aproveite para mostrar suas ideias, marcar reuniões e lidar com a papelada. Também vai se entender melhor com os colegas. Façam um passeio. Cor: vinho.



### ESCORPIÃO

Seu signo estará mais confiante e seguro das suas habilidades. Com tanta energia, fica mais fácil dar conta do serviço. Explore seus pontos fortes e cuide das tarefas que tem facilidade para realizar. Mantenha o alto-astral! Cor: rosa.



### CAPRICÓRNIO

Você vai alimentar sonhos mais altos, hoje. Com a ajuda dos amigos, o céu é o limite! No trabalho, o companheirismo fala mais alto e, se oferecer ajuda a um colega, receberá o mesmo em troca. Passeio com os amigos pode ser animado. Cor: vinho.



### PEIXES

No trabalho, seu espírito aventureiro fala mais alto. Bom momento para fazer novos contatos e se aproximar dos clientes. Não perca a chance de aprender coisas novas: faça um curso! Aproveite para matar a saudade de alguém que está longe. Cor: bege.