



Namorada de Luan Santana, Jade Magalhães, sonha em ter 2 filhos

Página B4

"A razão manda em nós muito mais imperiosamente do que um senhor; é que, desobedecendo a um, é-se infeliz, desobedecendo a outro, é-se tolo".

■ Blaise Pascal - Matemático (1623 - 1662)



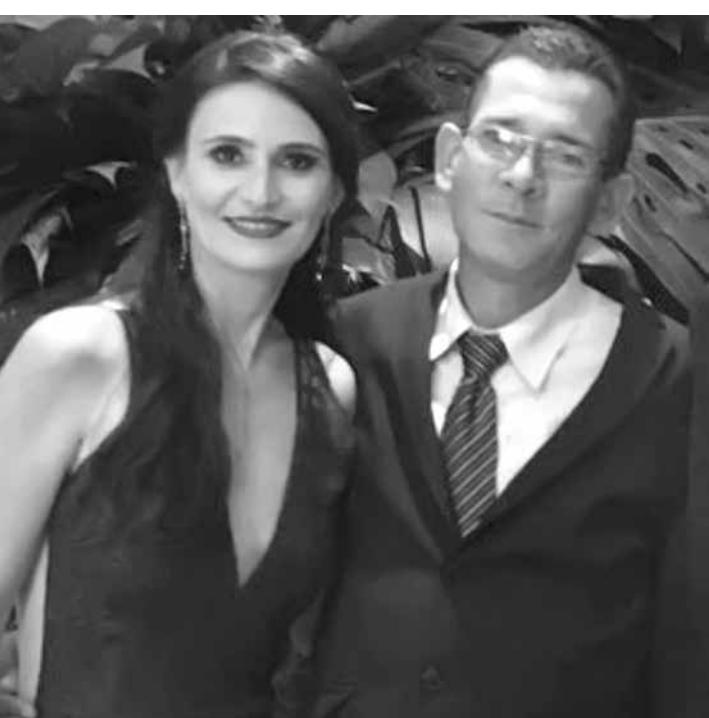
A querida Ketlin Lara Tosta Vanzo é mais uma das homenageadas.



Sempre de bem com a vida, Erica Ulle apaga as velinhas hoje.



Marcos Antonio Rafael celebra o aniversário ao lado da esposa Elizangela S. Guimarães Rafael.



Clécio Vilas Boas é muito homenageado por amigos e familiares. Na foto, ele aparece ao lado da esposa Claudia.



Sucesso e realizações para ele, Junior Biazi!!!



Destaque para Raphael Gomes, aniversariante desta terça.



Lucas Fernandes recebe os parabéns da galera.



A Professora de Jurídico da Etec, Márcia Kazume Pereira Sato, recebe inúmeras felicitações pela data especial.



Click especial de Roberson Silva.



TUDO PARA A MELHOR COPA DO MUNDO E FESTA JUNINA VOCÊ SÓ ENCONTRA AQUI NO GIGANTÃO!!!

#BaratoPraCaramba

GIGANTÃO
REDE
GIGANTÃO
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

mais BARATO SEMPRE!



O que causa tremor no olho?

Otremor da pálpebra do olho é uma condição muito comum que normalmente acontece devido ao cansaço dos músculos da pálpebra, sendo, por isso, muito semelhante ao que acontece em uma câimbra em outro músculo do corpo, por exemplo. Geralmente, o tremor afeta apenas uma das pálpebras de um dos olhos, especialmente a pálpebra inferior, no entanto, este tipo de tremor também pode afetar ambas as pálpebras e, até, os dois olhos, embora seja uma situação mais rara.

Na maioria dos casos, o tremor dura um ou dois dias, mas existem casos em que a tremedeira se mantém por algumas semanas ou meses, tornando-se em um grande incômodo. Nestes casos, deve-se consultar um oftalmologista ou um clínico geral, pois também pode ser sinal de problemas de visão ou infecção, por exemplo.

7 PRINCIPAIS

CAUSAS DE TREMOR NA PÁLPEBRA

Embora o tremor seja causado pelo cansaço dos músculos do olho, existem várias causas que podem contribuir para essa situação, e que incluem:

1. Excesso de estresse

O estresse provoca várias alterações no organismo, especialmente no funcionamento dos músculos, devido à ação dos hormônios que são liberados.



Desta forma, os músculos mais pequenos, como os das pálpebras, podem ser os mais afetados, movimentando-se involuntariamente.

2. Poucas horas de sono

Quando se dorme menos de 7 ou 8 horas por noite, os músculos dos olhos podem ficar bastante cansados, pois precisam ficar funcionando durante várias horas seguidas sem descanso. Quando isso acontece, as pálpebras ficam mais fracas, começando a tremer sem razão aparente.

3. Falta de vitaminas

A falta de algumas vitaminas essenciais, como a vitamina B12, ou minerais, como o potássio ou o magnésio, podem provocar espasmos involuntários dos músculos, incluindo as pálpebras. Além disso, a pouca ingestão de água também pode levar a desidratação, que enfraquece os músculos e pode causar os tremores.

Também vale lembrar que pessoas com mais de 65 anos ou que seguem uma dieta vegetariana têm maiores chances de ter falta de alguma vitamina essencial.

4. Problemas de visão

Os problemas de visão parecem bastante inofensivos, mas podem causar vários problemas no corpo como dores de cabeça, cansaço excessivo e tremores no olho. Isto acontece porque, os olhos trabalham em excesso para tentar focar o que se está olhando, ficando mais cansados que o habitual. Veja como avaliar sua visão em casa.

5. Olho seco

Após os 50 anos de idade, o olho seco é um problema muito comum que pode levar ao surgimento de tremores involuntários que acontecem numa tentativa de ajudar a hidratar o olho. No entanto, também existem outros fatores que podem contribuir para este problema como ficar muitas horas em frente ao computador, utilizar lentes de contato ou uso de anti-histamínicos, por exemplo.

tores que podem contribuir para este problema como ficar muitas horas em frente ao computador, utilizar lentes de contato ou uso de anti-histamínicos, por exemplo.

6. Consumo de café ou álcool

Beber mais de 6 xícaras de café por dia, ou mais de 2 copos de vinho, por exemplo, pode aumentar as chances de ter tremores nas pálpebras, pois o organismo fica mais alerta e desidratado.

7. Alergias

Pessoas que sofrem com alergias podem ter vários sintomas relacionados com os olhos, como vermelhidão, coceira ou produção excessiva de lágrimas, por exemplo. Porém, ao coçar os olhos, uma substância, conhecida como histamina, que é produzida em situações de alergia, pode chegar nas pálpebras, provocando a tremedeira.

receita Bolo de Banana Low Carb

INGREDIENTES:

- 4 bananas maduras
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 5 ovos
- 2 xícaras de farinha de coco
- 2 colheres (chá) de fermento
- 2 colheres (sopa) de adoçante culinário
- canela em pó a gosto



MODO DE PREPARO:

- Bata no liquidificador a banana, ovos e manteiga até virar uma mistura homogênea
- Coloque a mistura em uma vasilha, acrescente a farinha e adoçante, a canela e o fermento
- Coloque essa massa em uma forma untada com manteiga e farinha de coco
- Leve ao forno de 180° C, por 35 minutos

SENHOR FAZ TUDO
CNPJ: 28.784.053/0001-60

MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO DA CASA

ELÉTRICA | HIDRÁULICA | ESGOTO
REPARO DE TORNEIRAS E VÁLVULAS HIDRA
VARAL DE PAREDE E TETO | CORTINAS
PAINEL E SUPORTE PARA TV'S
LIMPEZA PÓS-OBRAS | INTERFONE
VENTILADORES E LUSTRES
LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA | TERRENOS
MONTA DESMONTA MÓVEIS | REPINTURA

RICARDO JESUS
17 99745 2459 | 99742 2459

TRABALHAMOS COM MUDANÇA

Cuidados antes e depois da escova progressiva

A escova progressiva é uma técnica utilizada para alisar os cabelos. Ela também ajuda a tratar e diminuir o volume dos fios. Ela é chamada 'progressiva' pelo efeito gradual que causa nos cabelos a cada aplicação: eles vão ficando progressivamente mais finos e menos cheios.

Com a presença da queratina, durante o alisamento, os fios vão sendo hidratados. A chapinha usada no procedimento ajuda a fixar a queratina nos fios, deixando-os bem mais bonitos e macios.

O principal componente da escova é o formol, que garante que o cabelo ficará liso. Além disso, são usados cremes emolientes e queratina. Com o tempo, os produtos saem do cabelo, por isso é necessário refazer o procedimento a cada 2 meses aproximadamente.

O formol está proibido pela ANVISA. O formol é um componente altamente tóxico para o organismo. Quem faz está agindo contra a lei.

fique se os produtos utilizados são aceitos pela ANVISA e se são fabricados em laboratórios confiáveis.

- Na primeira vez que fizer a escova, é aconselhável fazer um teste de sensibilidade com a química para diagnosticar qualquer eventual alergia.
- Quem pinta os cabelos deve esperar pelo menos 5 dias antes de fazer a escova.
- A lavagem anterior à escova progressiva deve ser feita de forma profunda, com um shampoo anti-resíduos.
- Na aplicação do produto.

CUIDADOS APÓS A ESCOVA PROGRESSIVA

• É importante não utilizar condicionadores ou cremes após o shampoo.

- Após a lavagem, retire o excesso de água com uma toalha e penteie. Depois, pode iniciar
- Sempre proteger os fios antes do uso do secador. Isso evita que as escamas dos fios se abram e que o produto da escova progressiva seja retirado.
- Evite shampoo anti-resíduo. Seu uso acelera a retirada da química dos fios, fazendo que a escova dure menos que o previsto.
- Pode lavar os cabelos diariamente sem comprometer o resultado. A queratina vai sendo expelida pelos fios com o passar do tempo, mas isso não tem nada a ver com a lavagem. Com o passar das semanas, o cabelo volta naturalmente ao normal.
- Procure utilizar produtos específicos para cabelos quimicamente tratados.
- Uma semana depois de fazer a escova progressiva faça uma cauterização ou hidratação com queratina. Isso ajuda a manter a escova por mais tempo, pois fecha as escamas dos cabelos.

Jhony Fallo
SUA TATTOO SEU ESTILO.

PARCELE SUA TATTOO NO CARTÃO DE CRÉDITO

(17) 3463-1609 Rua Bahia 1446 - Centro - Fernandópolis-SP VISA Electron MasterCard Maestro

PERSONAL TRAINER

ALEXANDRE SABADIN
Pós Graduado em Fisiologia do Exercício e Nutrição Esportiva
Exercício Funcional e Emagrecimento
Atividade Física para Idosos
#suametaemeuobjetivo

17 99751-0989
17 98128-9766
@alexandresabadin

Caça Palavras

COPA DO MUNDO 2018

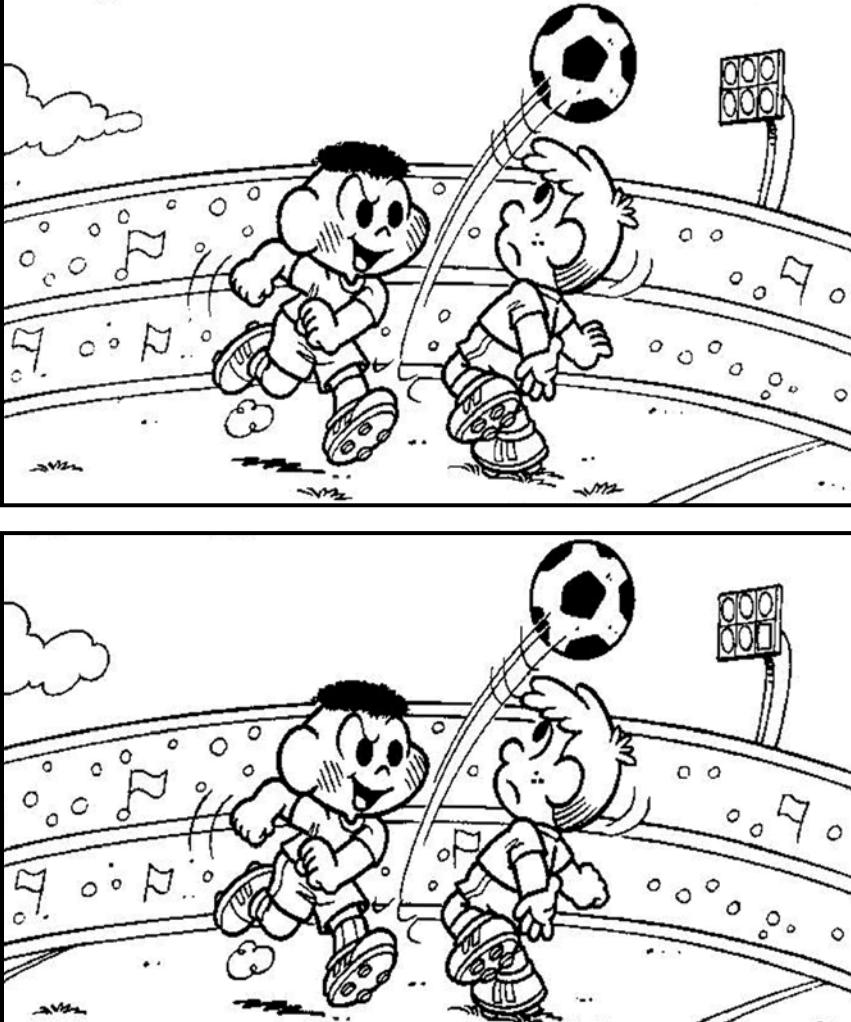
M Q E T U B G R Ú S S I A J W U U Z R R
 é H P P O R T U G A L I N C R O á C I A
 X J U P X M S C I Z G O R V K N C F E B
 I L L R D I N A M A R C A à U J S F N H
 C I C R U C O R E I A D O S U L F J R E
 O A N O U G P E S P A N H A A Y C X J I
 A M R G S B U A Y J C G I S L â N D I A
 J L B G L T R A U S V J W X M K M N S E
 P A E é E A A A I S E E W E H C A C é S
 O O P M L N T R S W T N G E N X R P R U
 U E L à A G T E I I X R E I D U R A V í
 C U V ô O N I I R C L G á G T M O N I ç
 R O X X N G H C N R A Z A L A O C A A A
 L H L Z T I U A A A A Y S N I L O M K R
 K P A ô S H A U M H S K C A H A S á P E
 F E O J M U T A R á B I A S A U D I T A
 U R U K J B é S D C M T R V O K N S G Z
 G U U I A M I C A V J D V X Z Z E Q J G
 T U N í S I A A I Q Y H N I G é R I A E
 S F R A N ç A V K A X Y T Y R O Q G R G

Arábia Saudita	Coreia do Sul
Colômbia	Costa Rica
Dinamarca	Portugal
Croácia	Polônia
Suíça	Suécia
Uruguai	Espanha
Brasil	Bélgica
Sérvia	Panamá
Austrália	Inglaterra
Argentina	Islândia
Marrocos	Nigéria
Alemanha	Tunísia
Rússia	Senegal
França	Japão
Egito	Iraque
México	Peru

Sudoku

5	3		7					
6		1	9	5				
	9	8			6			
8			6			3		
4		8	3			1		
7		2			6			
	6			2	8			
		4	1	9		5		
		8			7	9		

Jogo dos 7 Erros



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

Gabriela fala com Eliane sobre Pérola e é solidária à mãe de Ana. Tássia se incomoda com o pedido de Jeremias e Vinícius apoia a namorada. Bia desiste do jejum e Pérola afirma que seguirá o plano para homenagear Ana. Hugo insiste em sair com Alex sem que Maria Alice saiba. Todos se impressionam com a apresentação musical de Garoto no Le Kebek. Marcelo pede desculpas a Brigitte. Depois de falar com Maria Alice, Rosália decide conversar com Isadora sobre Pérola. Pérola decide se isolar no depósito da academia para completar seu jejum.

ORGULHO E PAIXÃO

Terça-feira, 18h00

Cecília e Rômulo se surpreendem com a acusação de Fani. Vestida como Mário, Mariana fica nervosa diante de Agatha. Luccino pede que Rômulo e Cecília saiam de sua casa. Julieta oferece trabalho a Aurélio. Cecília se surpreende com a notícia sobre o casamento de Ema e Edmundo. Elisabeta conversa com Jane sobre Darcy. Edmundo abandona seu jantar de noivado. Mariana/Mário fica presa com Brandão na oficina de veículos. Felisberto se preocupa com o telhado de sua casa. Ernesto pensa em Ema. Edmundo procura Fani. Elisabeta pede Darcy em casamento.

DEUS SALVE O REI

Terça-feira, 19h15

Afonso avisa que Catarina só será coroada após esclarecimento sobre o desaparecimento do rei Augusto. Tiago ajuda Selena a descobrir que Ísis é a responsável pelos cartazes. Lucrécia abriga Rodolfo e seus conselheiros em Alcaluz, em troca do trabalho dos três. Virgílio avisa a Augusto que Héber aceitou participar do plano para retirá-lo de Las-trilha. O Conselho de Cália entende que, pelo tempo de desaparecimento de Augusto, todos podem considerá-lo como morto. Catarina diz a Luciola que destruirá a mina de Montemor.

APOCALIPSE

Terça-feira, 20h30

André chama Dudu e Guido para a missão no hospital. Natália e Zoe não são vistas por Estela e seguem. Henrique accusa Uri de ter sabotado a sonda espacial. Benjamin pede mais um tempo à Melina para entrar no sistema de Lia. Henrique dá voz de prisão a Uri. Benjamin tenta infectar o sistema das andróides com vírus para ganhar tempo. Henrique proíbe Estela de cuidar de Dylan. Ângela pede para Laodiceia receber a marca. Zoe e Natália tentam se disfarçar. Dudu, Guido e André chegam ao hospital. Zoe e Natália se disfarçam de médicas. Saulo e Noah entram no local carregando César em uma maca. Henrique reconhece o policial e é nocauteado. Zoe e Natália avisam Laodiceia recebendo a marca. Ainda desacordado, Henrique é amarrado.

AS AVENTURAS DE POLIANA

Terça-feira, 20h30

Guilherme chega em casa e Roger diz que não irá dar um novo castigo ao filho, pois já passaram dessa fase. Yasmin some e Claudia fica preocupada. Vinícius acompanha Mirela até em casa para tentar saber mais alguma informação sobre Raquel. Yasmin está na casa de Filipa. Claudia vai até lá buscar a filha. Roger contrata um segurança, Celso (Miguel Nader), para acompanhar Guilherme aonde quer que ele vá. O rapaz fica irritado. Poliana acorda toda picada e Luísa decide que a pequena não pode continuar a dormir no mesmo quarto. Feijão é roubado por um dos meninos da comunidade e deixa João preocupado. Derval presenteia a filha com o sonhado microscópio.

SEGUNDO SOL

Terça-feira, 21h00

Ícaro rejeita Laureta, que volta enfurecida para casa. Luzia e Beto/Miguel se amam. Manuela confessa a Acácio que não quer que Ícaro fique com Rosa. Rosa apoia que Nice trabalhe fora e aconselha Maura a se entender com Selma. Valentim discute com a mãe e não aceita quando Acácio concorda com Karola. Roberval pede que Selma se esforce para convencer as pessoas de seu sofrimento com a perda de Lourival. Remy faz intriga sobre Ionan para Doralice. Rochelle ofende Karen, e Edgar castiga a filha. Remy tenta convencer Ionan a sair com ele. Luzia fala de Manuela e Ícaro para Beto/Miguel. Ícaro se enfurece com Roberval por ciúmes de Rosa. Laureta tenta disfarçar seu interesse em Ícaro para Karola, que sugere que ela use o rapaz para encontrar Luzia.

Humor

ADEUS PARA O AVIÃO

Todo dia quando passava um avião sobre a casa do Manoel ele dizia:

- Tchau Araújo, adeus.
- A Maria intrigada perguntou:
- Manoel, como sabes que é o Araújo que está lá?
- Ora Maria, quem viaja pelo mar não é marujo? Então, quem viaja pelo céu é Araújo.

VOVÔ MECÂNICO

O menino chega para a mãe e pergunta:

- Mãe o vovô é mecânico?

- Não filho!

PERGUNTA DE COBRA
Uma cobra pergunta à outra:

- Será que sou muito venenosa?
- Achou que sim. Por quê?
- Mordi a língua.

DINÂMICA DOS RELACIONAMENTOS

Em uma palestra sobre relacionamentos o palestrante diz:

- Dê um passo a frente quem aqui é mandado pela sua mulher!

De todos os presentes só um não deu um passo para frente. Então o palestrante perguntou:

- E você? Por que não deu um passo a frente?
- E ele respondeu:
- Não fui pra frente porque minha mulher mandou eu ficar parado.

CHINESES PARECIDOS

O aluno chinês confuso pergunta ao seu mestre:

- Mestre Shi porque todos os chineses são tão parecidos?
- E o mestre respondeu:
- Eu não sou o mestre Shi.



Lanches e Sucos RODOVIÁRIA
 LANCHES, SALGADOS, TORTAS E SUCOS
 Tel: (17) 99723-1809
 AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90
 BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP

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

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

Anitta usa clipes para gerar debate: ‘Por isso ponho celulite, Amazônia, favela’

Anitta trouxe debate sobre corpo, favela e até mesmo a Amazônia em seus clipes recentes. Em entrevista, a cantora disse que usa os vídeos para trazer discussões acerca de assuntos importantes para os fãs: “Eu tenho um públ-

co jovem, adolescente, criança... Esse público ‘aborrescente’, a grande massa não curte perder tempo com coisas chatas. Eu tento falar indiretamente com eles, sem que percebam que estou falando de coisas sérias. Por isso ponho celulites no clipe, Amazônia no clipe,

favela no clipe, uma drag queen, a Pabllo Vittar... Tudo é para gerar debate, induzir uma discussão saudável. Gero debate, mas usando o entretenimento. Tem que ser de um modo leve, para cinema, sem as pessoas notarem que estão sendo impactadas”.



A atriz está sempre se exercitando

Giovanna Lancellotti concilia treinos e gravação de novela

Giovanna Lancellotti está no ar como a mimada Rochelle na novela “Segundo Sol” e, mesmo com o ritmo intenso das gravações da trama de João Emanuel Carneiro - na qual sua personagem vai protagonizar cenas fortes com o pai, Egídio (Caco Ciocler), nos próximos capítulos - a atriz mantém os exercícios em dia. “Quando

estou gravando, sempre mudo um pouco a rotina da atividade física. Como o ritmo é muito frenético, fico com menos tempo, mas isso não significa que deixo de me exercitar. Normalmente, pego um pouco mais leve. Por isso até, antes de começar a gravar “Segundo Sol”, intensifiquei os exercícios”, conta ela.

Namorada de Luan Santana, Jade Magalhães sonha em ter 2 filhos

Luan Santana já declarou que planeja ser pai de três filhos com a namorada, Jade Magalhães, por gostar de conviver com crianças. Mas, em entrevista, a estudante de moda afirma sonhar com apenas dois herdeiros no relacionamento com o cantor sertanejo. “Eu gosto de casa cheia, gosto de receber amigos em casa. Mas eu acho que, sobre filhos, eu gostaria de ter um casal, uma menininha e um menininho”, fala Jade, com quem Luan, assim como no aniversário de sua irmã, trocou beijos durante o lançamento do clipe estrelado com Tatá Werneck, “MC lençol e DJ travesseiro”, nessa sexta-feira (8). “E tenho vontade de ter gêmeos também, mas se não for da vontade de Deus, pode ser uma menina e um menino e está tudo certo. Se eu conseguir,

está maravilhoso”, torce a jovem paranaense de 24 anos.

Mesmo já falando em filhos, o casal ainda não tem planos concretos sobre oficializar a união. O padrinho de casamento de Camila Queiroz e Klebber Toledo afirmou que a cerimônia não acontecerá em 2018 e que não se importa com as pressões para que os dois se unam logo. “A pressão para o casamento não me incomoda, eu não deixo! Quem sabe da nossa vida somos nós dois. Sim, nós conversamos sobre isso, mas, por enquanto, a gente está tranquilo do jeito que está. Mas casar é uma coisa que todo homem nasce pra casar, acho que daqui a uns tempos a gente vai começar a pensar mais sério sobre isso, mas não me casarei em 2018”, garantiu o cantor de sertanejo.



Luan Santana ao lado da namorada Jade Magalhães



“Eu tento falar indiretamente com eles”, disse a cantora

B
I
M
M

FERRO VELHO S. PAULO
Comércio de Sucatas em Geral



VENDE-SE PORTEIRAS PARA BRETE,
MATA-BURROS, CORDOALHAS PARA CURRAL,
ANDAIMES, TUBOS E METALON
TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDOPOLIS-SP

horóscopo



ÁRIES

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de maior envolvimento com sua casa e vida doméstica.



GÊMEOS

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa seu signo e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de movimento positivo em suas finanças.



LEÃO

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de interiorização e necessidade de distanciar-se da vida social.



LIBRA

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de maior envolvimento com seus projetos profissionais e carreira.



SAGITÁRIO

Mercúrio deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de interiorização e maior capacidade estratégica para os negócios que envolvem dinheiro.



AQUÁRIO

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de rotina movimentada e boa comunicação, especialmente com colegas de trabalho.



TOURO

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de boa comunicação e possibilidade de novas amizades.



CÂNCER

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de seu signo, marcando o início de um período de melhora na comunicação e vida social agitada.



VIRGEM

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de movimento intenso na vida social, com aproximação de amigos.



ESCORPIÃO

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de movimento intenso e agradável na vida social e aproximação de amigos.



CAPRICÓRNIO

Mercúrio, o Deus das trocas e da comunicação, deixa Gêmeos e começo sua caminhada através de Câncer, marcando o início de um período de movimento agradável na vida social e aproximação de pessoas interessantes.