

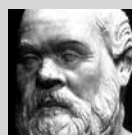


Atriz Débora Nascimento perdeu vergonha de amamentar em público: “Uso pano por cima”

Página B4

“Deve-se temer mais o amor de uma mulher do que o ódio de um homem.”

■ Sócrates - Filósofo (470 a.C. - 399 a.C.)



A bela **Louise Prato Penna** celebra a passagem de mais um aniversário.



A querida e sorridente **Mirela Rosseto** também está na lista dos homenageados do dia.

Maira Laira festeja a data ao lado de amigos e familiares.



A querida **Geisa Marques** é muitíssimo homenageada pelo seu niver.

O sorridente **Matheus Tomas Esgoti** também tem motivos para comemorar.



Miguelzinho, 4 anos de muita alegria! Recebe hoje os parabéns do papai **Reginaldo**, da mamãe **Damares** e do irmãozinho, o pequenino **Benjamin**.



Hoje é o dia dela, que recebe os parabéns do esposo Aderbal, dos filhos Odenir e Elvis e dos netos Isadora, Orlando e Levi. Parabéns **Alzira!**



O professor de Administração da Etec, **Fáblio Roque Amado**, recebe inúmeras mensagens especiais pelo seu aniversário.



Fáblio Rodrigo dos Santos, Diretor de Serviços Administrativos da Etec, completa mais um ano de vida. Parabéns!

Temporada de **FLORES** PERMANENTES

Só aqui no **GIGANTÃO !!!**

Chegou da CHINA a NOSSA MAIS LINDA sessão de FLORES PERMANENTES

Ressonância magnética: o que é, para que serve

A ressonância magnética, também conhecida como ressonância magnética nuclear é um exame de imagem que, a partir de um equipamento, produz imagens para fins de diagnósticos médicos. A máquina utiliza um campo magnético e ondas de rádio para criar imagens detalhadas dos órgãos e tecidos do corpo. Dessa forma, as máquinas de ressonância magnética digitalizam imagens de um grupo de células em virtude do comportamento de seus núcleos atômicos capazes de absorver e emitir energia de frequência de rádio, quando colocados em um campo magnético externo.

INDICAÇÕES

Este exame é uma forma não invasiva do médico examinar órgãos, tecidos e o sistema esquelético. A ressonância magnética produz imagens de alta resolução do interior do corpo que ajudam a diagnosticar uma variedade de problemas como câncer, fraturas, esclerose múltipla, infarto e infecções.

CONTRAINDICAÇÕES

As contraindicações da ressonância magnética são para pessoas com implantes auditivos (cocleares), alguns implantes oculares e em outras regiões do corpo. É importan-

te que isso seja informado no momento do agendamento do exame de imagem.

“Marcapassos cardíacos em princípio são contraindicados, mas alguns tipos específicos, sob supervisão do cardiologista, podem ser admitidos mediante suporte técnico e autorização”, explica o radiologista.

PREPARO PARA O EXAME

Para a realização da ressonância magnética, o especialista pede que o paciente tire os seguintes objetos que podem afetar as imagens do exame:

- Jóias
- Grampos de cabelo
- Relógios
- Óculos
- Sutiã com aros
- Perucas
- Aparelhos auditivos.
- Dependendo da área que a ressonância magnética for feita, o especialista entregará um vestido para ser usado durante o exame.

COMO É FEITA A RESSONÂNCIA MAGNÉTICA?

- A máquina de ressonância magnética tem a forma de um tubo longo e estreito que tem ambas as extremidades abertas. Durante o teste, o paciente se deita em uma mesa móvel que

desliza no tubo através da abertura. Um técnico supervisiona o exame de outra sala. É possível falar com esse profissional pelo microfone.



- Caso o paciente tenha claustrofobia, ou seja, medo de permanecer em espaços fechados, é possível que o especialista o medique antes do exame para ajudá-lo a sentir-se sonolento e menos ansioso.
- A máquina de ressonância magnética cria um forte campo magnético ao redor do corpo e emite ondas de rádio. Mas pode ficar tranquilo, pois o procedimento é indolor: a pessoa não sente o campo magnético ou as ondas de rádio, e não há partes móveis ao redor.
- Durante o exame, a parte interna do imã produz repetidos batimentos, batidas

e outros sons. Eles podem fornecer proteção

tor de ouvido ou fone com música para ajudar a bloquear o ruído.

De acordo com o Mayo Clinic, organização sem fins lucrativos da área de serviços médicos e pesquisas médico-hospitalares, em alguns casos é preciso injetar um material de contraste, geralmente gadolínio, em uma veia da mão ou do braço. O material de contraste aprimora a aparência de certos detalhes. Além disso, esse tipo, quando usado em exames de ressonância magnética, têm menos chances de causar uma reação alérgica em comparação ao material de contraste usado em tomografias computadorizadas.

Quais os benefícios da argila verde?

Se você é fã de tratamentos naturais, certamente já ouviu falar sobre os benefícios das argilas para cuidar do rosto, cabelos e corpo. Entre os diversos tipos disponíveis no mercado, a argila verde é uma das preferidas principalmente por controlar o excesso de oleosidade da pele, característica que incomoda a maioria das brasileiras - além de ser uma alternativa barata e eficaz para cuidar da beleza sem sair de casa.

O QUE É ARGILA VERDE?

A argila verde é proveniente da degradação e decomposição de rochas magmáticas de origem vulcânica. “Dentre todos os tipos, é a que possui a maior diversidade de elementos, como magnésio, cálcio, potássio, manganês, fósforo, zinco, entre outros”, lista Camila Saab, médica pós-graduada em dermatologia da Clínica Mais Excelência Médica (SP). Sua coloração é esverdeada graças ao óxido de ferro, outra substância em que a argila verde é enriquecida.

PARA QUE SERVE A ARGILA VERDE?

A argila verde pode ser usada no dia a dia de diversas formas - mas é nas máscaras para o rosto que aparecem com mais frequência, ajudando a controlar a oleosidade da pele ao mesmo tempo em que a desintoxica. Além disso, o mineral pode ser aplicado em máscaras para o couro cabeludo com o mesmo objetivo; nas olheiras e na celulite, a fim de atenuá-las, e até mesmo nas unhas e cutículas - a função da argila verde, neste

caso, é protegê-las e acalmar a pele da região.

BENEFÍCIOS DA ARGILA VERDE

Descubra as maravilhas que a argila verde pode fazer por sua beleza:

- **Controla a oleosidade da pele:** a argila verde é indicada para peles oleosas e acneicas por suas propriedades adstringentes, esfoliantes e antibactericidas, que ajudam a combater espinhas e cravos, além de regular a produção de sebo da cutis e fechar os poros do rosto.



- **Desintoxica o couro cabeludo:** além de adstringente, a argila verde também é desintoxicante e anti-inflamatória, um prato cheio para combater a oleosidade do couro cabeludo, a dermatite seborreica (caspa), psoríase e a calvície, pois além de absorver o excesso de óleo produzido, também promove uma descamação local que contribui para a limpeza e o crescimento saudável dos fios.
- **Ameniza bolsas e olheiras:** “As propriedades absor-

vas e desintoxicantes da argila verde atenuam as olheiras e bolsas por melhorarem a vascularização da pele e drenagem local, descongestionando a região”, explica. Por sua ação revitalizante, também promove um leve efeito lifting.

- **Ajuda a tratar a celulite:** a ação descongestionante, tensora e anti-inflamatória da argila verde são uma mão na roda para amenizar o aspecto de casca de laranja, além de auxiliar na eliminação de líquidos retidos.



receita

Hambúrguer Vegetariano

INGREDIENTES:

- 500g de grão de bico cozido
- 1 xícara de cenoura ralada
- 1/2 xícara de cebola picada
- 1 ovo inteiro
- 1/2 xícara de farinha de rosca
- 1/2 salsinha picada
- 1 colher de chá de sal
- 1 pão de hambúrguer



MODO DE PREPARO:

- Misture o grão de bico triturado com o sal, salsinha, meia cebola picada, cenoura ralada e ovo.
- Com as mãos, você deve mexer os ingredientes até formar uma pasta. Para dar liga, acrescente a farinha de rosca.
- Após modelar, é só levar até uma grelha ou frigideira e montar o hambúrguer a sua escolha.



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-OBRA | INTERFONE
VENTILADORES E LUSTRES
LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA | TERRENOS
MONTA DESMONTA MÓVEIS | REPINTURA

RICARDO JESUS
17 99745 2459 | 99742 2459

TRABALHAMOS COM MUDANÇA

1 ↓

A →

2 ↓

B →

3 ↓

C →

4 ↓


D →

5 ↓

E →

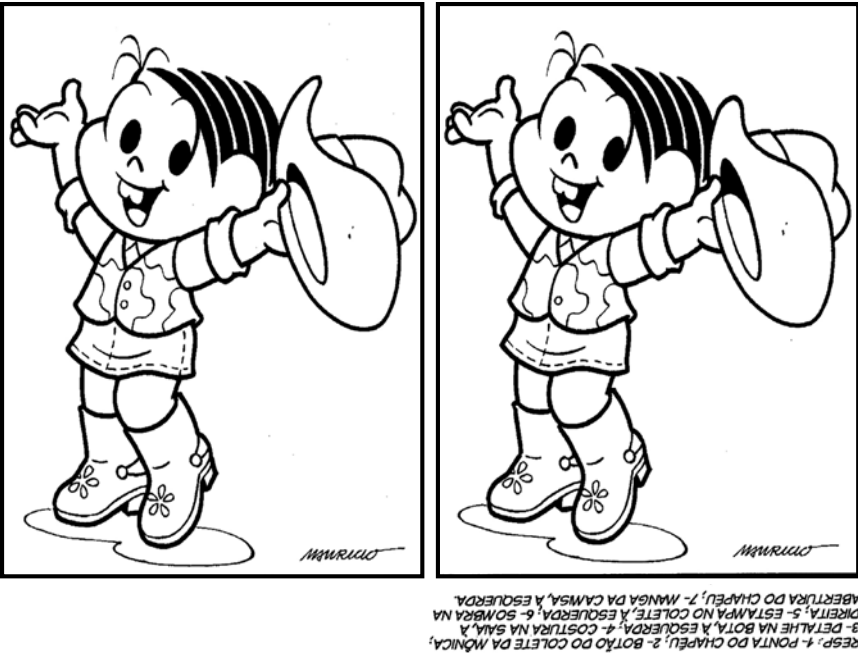
6 ↓

F →



- Verticais
- 1- Ato de desfilar.
2- Aparelho eletrodoméstico usado para aspirar o pó.
3- Numeral que representa duas unidades.
4- Amigo do Cebolinha que não gosta de tomar banho.
5- Professor.
6- Cara; face.
- Horizontais
- A- Pessoa que estuda; aluno.
B- Filho do neto.
C- Pequena espada.
D- Fazer rabiscos.
E- Caixa para guardar lápis.
F- Lugar onde o gado pasta.

Jogo dos 7 Erros



Ligue os Pontos



Lanches e Sucos

RODOVIÁRIA

LANCHES, SALGADOS

TORTAS E SUCOS


Tel: (17) 99723-1809

AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90

BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP




Resumo de Novelas



MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30


Leandro, Michael, Amanda e Kava-co tentam se explicar para Heitor, que se desespera com o estado da casa. Pérola e Márcio trocam juras de amor. Heitor repreende Garoto e Tito. Olívia aconselha Sofia, que sofre por Garoto. Flora e Tito têm sua primeira vez. Rafael pune Márcio por ter bebido. Talíssia estimula Dandara a se unir à turma. Rafael prepara o café da manhã para Gabriela e os filhos. Pérola comenta com Alex sobre o comportamento de Maria Alice. Penha anuncia a Rosália que Armando, seu marido, faleceu. Verena e Bárbara provocam Talíssia por causa de Vinícius. Maria Alice afirma a Rosália que não irá ao velório de Armando.



AS AVENTURAS DE POLIANA

Quinta-feira, 20h30


Verônica diz para Arlete que o projeto delas para entrar no Comitê Laço Azul será ajudar os cachorros carentes da Comunidade Bem-Te-Vi. Vini vai tomar café da manhã com Mirela e Dona Branca. Acontece uma nova reunião na O110. Joana continua incomodada com o apoio excessivo de Nadini. Ruth chama a atenção de Lindomar por fazer os instaladores irem embora por acreditarem na bobagem dele de fantasmas. Poliana avisa aos amigos que voltará na casa do Sr. Pendleton para pegar o telescópio de volta e que já está combinado com o homem.



ORGULHO E PAIXÃO

Quinta-feira, 18h00


Tibúrcio propõe aliança a Lady Margareth, mas exige que a vilã se afaste de Josephine. Julieta conversa com Tenório sobre o Barão. Januário comenta sobre seu desejo de se casar com Ludmila. Lady Margareth e Tibúrcio procuram Uirapuru para armar contra Josephine. Edmundo perdoa Josephine, mas Fani hesita em se reaproximar da moça. Ludmila aprova a coleção desenhada por Ema. Elisabeta decide entrevistar Lídia para seu livro. Darcy explica a Charlotte que suspeita de que Lady Margareth esteja coagindo Williamson, e confidencia que enviou Vicente a Londres. Susana e Petúlia fogem da delegacia com as provas contra Kléber e Elisabeta em mãos. Cecília e Rômulo consultam Jonatas sobre a demora da moça em engravidar.



O TEMPO NÃO PARA

Quinta-feira, 19h15


Miss Celine desperta. Lalá decide sair de casa e Dom Sabino sente-se culpado. Samuca descobre que a fazenda de Dom Sabino ficava onde é a Samvita. Marino e Monalisa se hospedam na pensão de Coronela. Marocas convence Agustina a deixar a casa de Eliseu. Helen passeia com Miss Celine, mas as duas acabam se perdendo. Miss Celine reencontra a família. Carmen se oferece para emprestar dinheiro a Dom Sabino, que se incomoda. Miss Celine é atacada por dois homens, e Elmo tenta protegê-la. Eliseu vê Teófilo trabalhando para o Barão. Petra se surpreende com o novo dono da Criotec.



SEGUNDO SOL

Quinta-feira, 21h00

Beto afirma a Luzia que está pronto para revelar a verdade. Beto confronta Karola sobre suas chantagens a Luzia. Valentim anuncia a Beto que espera um filho com Rosa. Rosa se embriaga e procura Ícaro, que rejeita a moça. Doralice perdoa Ionan, mas o policial confronta a esposa por causa de Maura. Rosa revela a Nice que está grávida de Valentim. Maura e Rosa conversam sobre Ionan. Agenor pede perdão a Nice e promete ser um homem melhor. Cacau aceita dar uma nova chance a Agenor, a pedido de Nice. Roberval procura Cacau. Edgar tenta pedir demissão, mas Roberval o impede. Beto apresenta Luzia à sua família, e Ionan se incomoda. Laureta denuncia Luzia para Viana.



A TERRA PROMETIDA

Quinta-feira, 20h50

Desesperado, Acã chora preocupado com Melquias. Acsa finge gostar do convite feito por Otniel. Envergonhada, Tirda janta com a família de Haniel. Eleazar diz que o líder da tribo Manassés deve conquistar sua futura noiva. Calebe e Noemi pedem para Acsa não magoar Otniel. Ioná diz que ajudará Aruna a se vestir para o casamento. Kadmo prende Grok na masmorra. O carcereiro se apavora ao ver Zuma no interior da cela. Rababe se emociona ao reencontrar Nobá. Ela leva o irmão para se esconder na estalagem. Salmon e Melquias trocam de roupas com dois mendigos. Liora vai para o quarto com um cliente e estranha o barulho vindo de um baú.

Humor

BEBÊ FEIO

Uma mulher entra no ônibus com seu filho e o motorista se espanta:
- Nossa, é o bebê mais feio que já vi!
A mulher ouve calada e senta na parte de trás do ônibus. Bufando, desabafa para outro passageiro:
- O motorista me insultou!
E o passageiro recomenda:
- Vá lá reclamar com ele! Deixa que eu seguro esse seu bichinho para você.

POTE DE DINHEIRO NA IGREJA

Um bêbado entra na igreja, e ao final da missa o padre diz:
- Quem tem dinheiro, coloque dentro do pote. Quem não tem dinheiro, retire de dentro do pote.
Todos colocam dinheiro no pote, exceto o bêbado, que retira um maço de dinheiro. Após a multidão se dispersar, o padre vai se aproximando do bêbado e imediatamente ele já vai se explicando:
- Seu Padre, é que eu não tinha nenhum dinheiro e o senhor disse que...
O padre interrompe o bêbado e diz:
- Compreendo. Mas agora o senhor tem, pode ir colocando de novo no pote.

MISSÃO DO ESPÍÃO

O português espião estava em São Paulo em missão entrou no táxi, o taxista perguntou:
- Para onde vai?
O português respondeu:
- Isso jamais saberás.

DUBLÊ PORTUGUÊS

Um dublê português estava fazendo o papel de Jason Voorhees. Os criadores do filme Sexta-Feira 13 mandaram o dublê colocar lentamente a faca no pescoço de uma atriz para depois gravar a cena e fazer efeito

PROVA DE ZOOLOGIA

Dia de prova de zoologia. O professor coloca um pezinho de passarinho sobre a carteira do aluno e ordena:
— Examine isto e me fale qual é a espécie, a qual família pertence e faça um resumo de seus hábitos migratórios!
— Mas como vou saber tudo isso só de olhar pra esse pé?
— Vai levar um zero! Qual é seu nome e a que turma você pertence?
O aluno tira o sapato, mostrando o pé e diz:
— Olha e adivinhe!



INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR Santicchio Ferrarezi

OPHTHALMOLOGIA - 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

Carlinhos Maia se emociona ao entregar casa que comprou para os pais: “Honrar pai e mãe”

Carlinhos Maia celebrou uma nova conquista de sua família nas redes sociais. Dono do segunto Instagram Stories mais visto do

mundo, ele conseguiu dar um jeito de realizar o sonho de sua mãe. O humorista revelou que Maria Maia é apaixonada por praia e sempre quis ter a sua própria casa mais perto do

mar. Ele ainda contou que escolheu abrir mão de algo que ele queria para ele, em troca de poder conceder esse momento para os pais que o adotaram com tanto amor.

O imóvel tem piscina, local para festas e churrascos, um quintal enorme e muitos quartos, perfeitos para receber seus amigos da vila tão querida por todo o Brasil. De quebra, ele ainda anunciou que no final do ano, todos os presidentes de seus fã-clubes ficarão hospedados na casa.

O espaço fica localizado em Barra de São Miguel, em Alagoas. Ao mostrar mais detalhes de sua nova aquisição, Carlinhos contou que ao entrar em um dos quartos e dar de cara com uma pequena máquina de costura, aquilo o emocionou e fez ter a certeza de que tinha encontrado o local ideal, já que toda a sua criação foi fruto do trabalho da mãe como costureira.

“Honrar pai e mãe. O resto é só deixar na conta de Deus”, escreveu ele ao dividir uma foto ao lado de Maria, toda sorridente, e Virgílio, com os olhos brilhantes e cheios de emoção.



Carlinhos ao lado da família

Ex-BBB Jéssica Mueller viaja com novo namorado para a Argentina



Eles estão curtindo uns dias românticos em Buenos Aires

Não foi com Lucas, nem Kaysar. O namoro da ex-BBB Jéssica Mueller vingou mesmo com o DJ Flávio Ribeiro. Os dois, que ficaram juntos em uma micareta em Fortaleza, agora estão curtindo uns dias românticos em Buenos Aires, na Argentina. No Instagram, a personal trainer disse que a viagem foi uma experiência para conhecer a gastronomia, aprender a cozinhar, e tem tido tempo para irem para a balada.

“Está gostando? Está realizado?”, perguntou Jéssica ao novo namorado, que concordava com todas as perguntas. “Muito especial esse momento”, disse a ex-BBB, enquanto desfilava de mãos dadas com o amor. Flávio tem 32 anos e além de DJ é empresário. Recentemente, Jéssica disse ao programa “Superpop” que ela e Kaysar tentaram um romance, mas não foi para frente porque o sírio está focado na história de sua família.

Débora Nascimento perdeu vergonha de amamentar em público: “Uso pano por cima”

Mamãe de primeira viagem, Débora Nascimento assumiu que tinha vergonha de amamentar em público a pequena Bella, de quatro meses. “Sou um pouco tímida. Me sentia um pouco desconfortável quando ia para um teatro ou ao médico, e, nessa situação, amamentá-la fora de casa me deixava um pouco tensa. Amamentar, para mim, sempre foi muito íntimo, pessoal e eu ficava pensando: ‘Ai, meu Deus, como que eu vou fazer isso fora de casa?’. Fui descobrindo, em um jeitinho e outro para isso não virar uma questão, porque eu vou sim amamentar onde eu quiser, a hora que eu quiser. Eu não, né, a minha filha”, disse a atriz, em publicação feita em seu perfil do Instagram.



“Eu sempre carrego na mala dela um pano, um panão de algodão”, disse a atriz

ACESSE:
www.oextra.net

Informação com credibilidade

horóscopo

ÁRIES
Desafios envolvendo os relacionamentos, a carreira, contratos e parcerias, ariano. Esteja disposto a entrar em acordo, percebendo o que é melhor a todos os envolvidos. A reconstrução da carreira e dos seus propósitos é fundamental. Disciplina auxilia.

TOURO
Você é capaz de colocar em prática os seus ideais e conhecimentos, taurino? Eis o desafio. Chegar a um acordo em questões profissionais é um tema importante. Perceba as suas crenças e conceitos arraigados, que podem estar dificultando sua evolução.

GÊMEOS
Questões afetivas e vinculadas à sexualidade e intimidade se mostram desafiadoras. A cooperação pode ser fundamental para superar dificuldades, geminiano. Teste de maturidade e de resiliência em questões financeiras e emocionais.

CÂNCER
Os cancerianos estão modificando profundamente a forma como se relacionam e vinculam. Desafio de vencer a resistência, o medo e os bloqueios emocionais. Amor próprio e auto estima são fundamentais para relações maduras.

LEÃO
Atenção com a tendência a posturas autoritárias e centralizadoras, que tentam esconder seus medos. Seja gentil e aprecie pontos de vista distintos dos seus, leonino. O corpo pode dar sinais do que você está negligenciando emocionalmente.

VIRGEM
Atenção redobrada com questões financeiras e emocionais, virgínio. Perceba suas atitudes controladoras. Temas tabus podem estar presentes nas situações afetivas e provocar mudanças. Há muitos recursos internos para lidar com situações desafiadoras.

LIBRA
Hoje pode haver dificuldade em expressar seus sentimentos e ser compreendido, libriano. Perceba a defensividade emocional e os receios que impedem relacionamentos plenos. Questões familiares e domésticas podem estar interferindo em suas relações.

ESCORPIÃO
Uma fase importante para compreender as questões que se repetem em sua vida e o seu significado. Temas delicados podem estar presentes nos relacionamentos. É preciso agir com maturidade. Hoje pode haver dificuldade de se expressar com naturalidade.

SAGITÁRIO
A resolução de questões materiais é importante. Tenha uma postura conciliadora e madura. Hoje pode haver dificuldades com amigos, sobretudo se envolve situações financeiras. Uma crise pode levar à necessidade de reestruturar a forma como expressa talentos.

CAPRICÓRNIO
Dia delicado no trabalho e nos relacionamentos. Procure ser diplomático e evite atitudes rígidas. Percepção de que para as coisas acontecerem é preciso conciliar e harmonizar. Intensidade emocional que pode matizar as suas atitudes e relacionamentos.

AQUÁRIO
Agir com ética e verdade é fundamental, aquariano. Cuidado com atitudes controladoras. Perceba o que precisa ser desapegado e eliminado. O contato com pessoas distantes está evidenciado. Viagens, estudos e justiça podem ter um efeito transformador sobre você.

PEIXES
Dificuldade de chegar a acordos emocionais e financeiros. Cuidado com atitudes drásticas. Uma velha forma de se relacionar não tem mais sentido em sua vida. Menos radicalismo e mais maturidade. Um bom conselho aos piscianos hoje.