



Kéfera Buchmann rompe com a mãe após divergência política

Página B4

“Ninguém é tão ignorante que não tenha algo a ensinar. Ninguém é tão sábio que não tenha algo a aprender”.

■ Blaise Pascal - Matemático (1623 - 1662)



Hoje a data é especial para ela, **Élen Pereira**.



Olivia Permegiani Vilarinho também está em ritmo de festa. Felicidades!



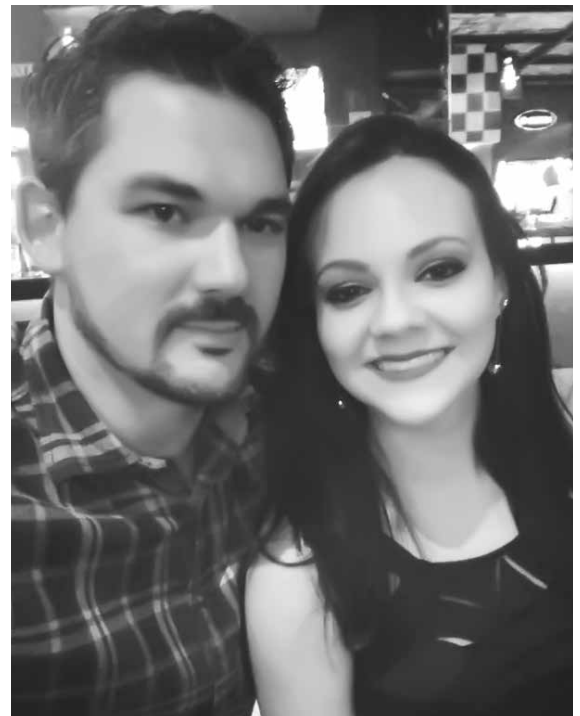
A sorridente **Camila Deccó** brinda mais um ano de vida.



Sempre ao lado da amada **Barbara, Rafael Salioni** comemora mais um niver nesta quarta-feira.



A querida **Andressa Lopes Oliveira** celebra a passagem de mais um aniversário nesta quarta-feira.



Alexandre Sabadin é muito homenageado pela data especial. Na foto, ele aparece ao lado da esposa **Jéssica**.



Sucesso e muitas realizações para o querido **Gustavo Mangili**.



O diretor da Rádio Alvorada FM, **Anderson Luan**, completa idade nova e recebe os parabéns de amigos e familiares.



Dafny Basso completou idade nova na última segunda-feira (08). Parabéns!



os melhores **BRINQUEDOS** você só encontra aqui no **GIGANTÃO!!!**



Saiba o que é a síndrome pós-poliomielite

A síndrome pós-pólio (SPP) é uma desordem neurológica que acomete pessoas por volta dos 40 anos que, pelo menos 15 anos antes, foram infectadas pelo vírus da poliomielite e desenvolveram uma forma aguda ou inaparente da doença. A principal característica da síndrome é a perda das funções musculares que tinham permanecido estabilizadas no intervalo entre a recuperação e o aparecimento dos novos sintomas.

O quadro não é provocado pela reativação do vírus da poliomielite, mas pelo desgaste proveniente da utilização excessiva dos neurônios motores próximos daqueles que foram destruídos pelo poliovírus. Isso acontece porque, para compensar essa falta, apesar de também terem sido afetados, os neurônios sobreviventes passaram a enviar ramificações para inervar os feixes musculares comprometidos pela doença.

A tendência é que os casos de síndrome pós-pólio diminuam consideravelmente nos países em que as campanhas de vacinação contra a poliomielite representaram uma estratégia importante para erradicar a doença.

Não existem estatísticas precisas sobre o número de portadores da síndrome pós-



-poliomielite no Brasil. Na verdade, só em 2010, a enfermidade foi incluída no Catálogo Internacional de Doenças (CID 2010), graças a um trabalho desenvolvido por pesquisadores brasileiros na Unifesp.

SINTOMAS

A síndrome pós-poliomielite pode manifestar-se tanto em pacientes que desenvolveram um episódio de paralisia flácida quanto naqueles em que a infecção não deixou esse tipo de seqüela.

OS PRINCIPAIS

SINTOMAS DA SPP SÃO:

- Fraqueza muscular progres-

siva nos membros atingidos ou não pela doença;

- Cansaço excessivo;
- Dores musculares e nas articulações;
- Câibras;
- Dor de cabeça;
- Dificuldade de deglutição e para controlar os esfíncteres;
- Hipersensibilidade ao frio;
- Distúrbios do sono;
- Problemas respiratórios;
- Depressão;
- Ansiedade.

TRATAMENTO

Não existe tratamento específico para a síndrome

pós-poliomielite. A abordagem é sempre multidisciplinar e inclui exercícios aeróbicos leves, de alongamento, de resistência com pouca carga, hidroterapia, orientação nutricional, assim como o uso de órteses (bengalas, muletas, andadores, coletes, por exemplo), de próteses, de equipamentos de assistência e suporte, de medicamentos para controle da dor e da ansiedade.

A fisioterapia é um recurso essencial para ajudar a manter a função muscular.

Argila preta: 6 coisas que você precisa saber sobre a máscara para o rosto

Você já conhece os poderes da argila preta? A máscara é uma das mais nobres por conter carvão mineral ativado, que é anti-oxidante e anti-stress: a substância dá um chega pra lá nos efeitos da poluição no rosto, deixando a pele mais saudável e com aquele glow natural que a gente ama!

Além disso, algumas argilas pretas também contêm Caolin, que é derivado do alumínio, e argila marroquina, responsável por iluminar e clarear a pele.

Ainda não sabia desses benefícios? Então, confira 6 coisas que você pode aproveitar da máscara de argila preta e aposte já nessa queridinha da vez!

1. A ARGILA PRETA ILUMINA E CLAREIA A PELE

Enquanto a função da argila verde é tirar a oleosidade da pele, a missão da argila preta é iluminar! Por causa da combinação de carvão ativado com a argila marroquina, a máscara preta purifica a pele e absorve as toxinas, igualando o tom do rosto e garantindo um brilho saudável de pele bem cuidada!

2. DEZ MINUTOS COM A MÁSCARA DE ARGILA PRETA PODE REDUZIR SEUS POROS

Poros dilatados é uma das maiores reclamações das mulheres, e com argila preta, esse probleminha também pode acabar! Já na primeira aplicação, que dura cerca de 10 minutinhos, a máscara

ra limpa em profundidade os buraquinhos do rosto, fazendo com que eles se fechem. Com a isso, a pele fica mais lisa e macia.

3. OS CRAVOS DO ROSTO PODEM SER EVITADOS COM A MÁSCARA PRETA

Por causa de sua função anti-inflamatória e detox, a argila preta acelera o processo de desinflamação e cicatrização dos cravinhos do rosto, prevenindo novas infecções. Além disso, a máscara também equilibra a oleosidade, que acaba criando os cravos, deixando a pele sequinha e com uma textura lisa e confortável.

4. O DETOX DA PELE É GARANTIDO COM O CARVÃO ATIVADO DA ARGILA PRETA

Sabia que a pele também pode sofrer com o estresse diário, causado pela poluição e pela rotina conturbada? O resultado é uma pele mais sensível, avermelhada e com linhas finas aparentes. Por causa da capacidade de absorção, o carvão ativado cria ligações poderosas com toxinas, resíduos e poluentes. Por isso, a máscara pre-

ta torna-se uma maneira prática e natural de desintoxicar a pele.

5. A ARGILA PRETA PREVINE LINHAS FINAS DO ROSTO

O resultado da poluição no rosto é acentuar e até criar linhas finas de expressão na testa, ao redor dos olhos e em volta da boca, como o temido “bigode chinês”. Por isso, com o uso da máscara de argila preta, esses sinais podem ser amenizados e prevenidos. Tudo por causa da combinação do carvão mineral

com o Caolin e argila marroquina.

6. A MAQUIAGEM PODE DURAR MAIS TEMPO DEPOIS DA MÁSCARA ARGILA PRETA

Outra coisa que provavelmente você não sabia sobre a argila preta é que ela ajuda a maquiagem durar mais tempo e, de quebra, a dar um glow poderoso no look final! É que, ao retirar as sujeirinhas profundas do rosto ao fazer o detox, a pele fica mais lisa e pronta para fixar melhor os produtos de maquiagem.



PARCELE SUA TATTOO NO CARTÃO DE CRÉDITO

Thonny's Tatfoo

SUA TATTOO SEU ESTILO.

(17) 3463-1609 Rua Bahia 1446 - Centro - Fernandópolis-SP

VISA Electron

receita Bolo Queijadinha

INGREDIENTES:

- 4 ovos
- 1 lata de leite condensado
- 1 vidro de leite de coco 200 ml
- 3 colheres de sopa de farinha de trigo
- 50 g de coco seco ralado
- 50 g de queijo parmesão ralado
- 1 colher de sopa de margarina
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- açúcar de confeiteiro para polvilhar



MODO DE PREPARO:

- Bater os ingredientes no liquidificador
- Colocar em forma de bolo inglês ou outra de sua preferência
- Levar para assar em forno preaquecido por 30 minutos ou até dourar
- Retirar, esperar amornar, desenformar e polvilhar o açúcar de confeiteiro

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

BIM

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 - FERNANDÓPOLIS-SP

Poly Sport

polysportnet

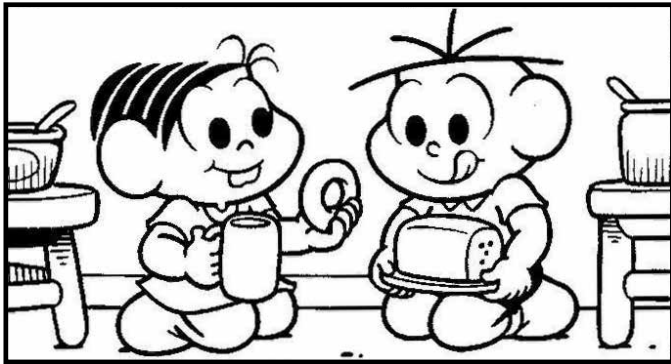
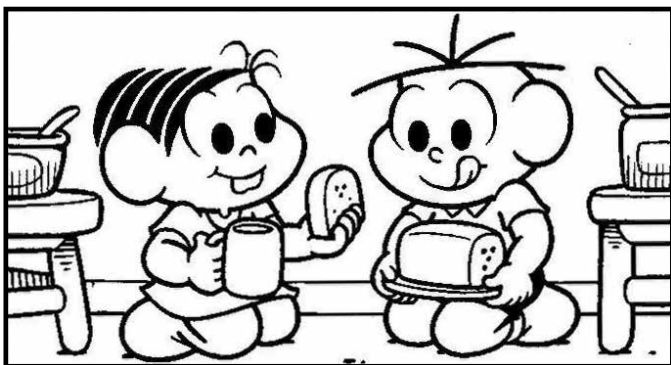
17 3463-9001 17 3442-6995

E-mail: polysportfernandopolis@hotmail.com

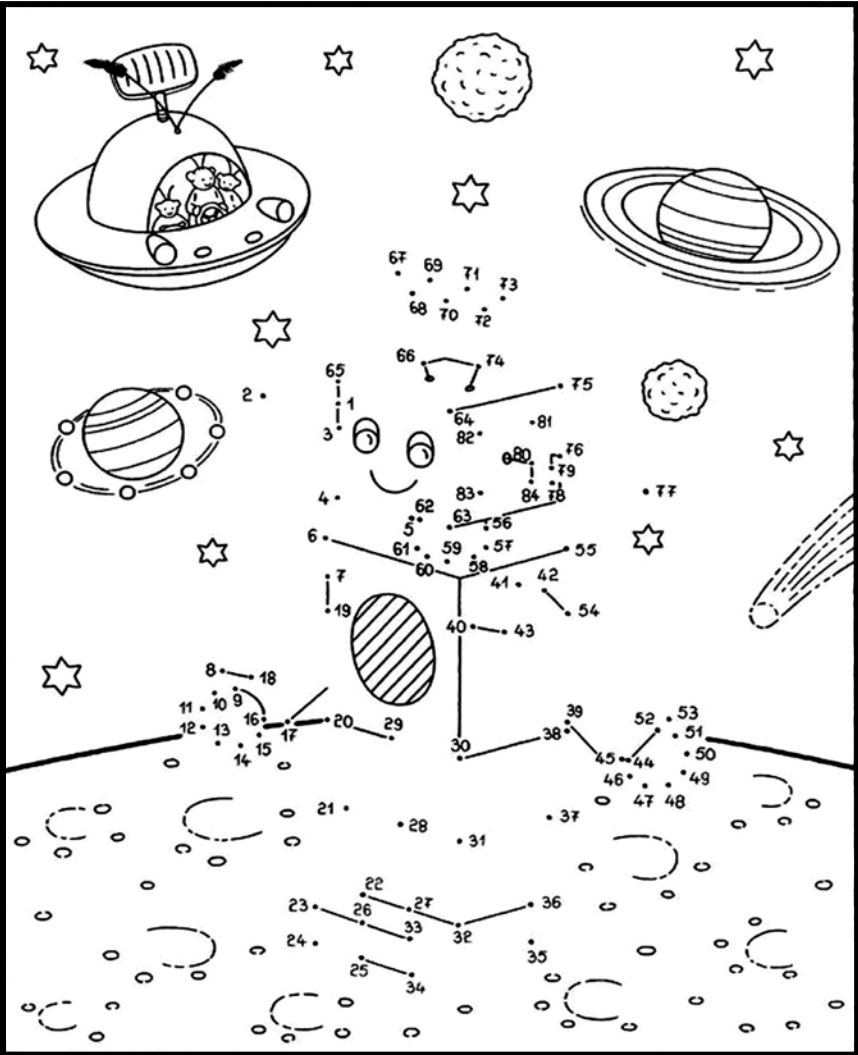
Rua Brasil, 2094 - Centro - Fernandópolis - SP

| | | | | | | |
|-------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|-------------------------|--------------------------------------|---------------------|-------------------|
| (Ingl.) A cortada, no tênis | São 24 num dia | Cardápio | Sigla do Acre | Curso hídrico | Uma raça de cães | Assi- natura |
| A camada muscular do coração | | | | | | |
| Atribuir título por mérito | | | | | | Lubri- ficante |
| Transpirar | | | Árvore de marcenaria | | | |
| Pau de bandeira | | | Enfiar | Doença (Pop.) Cri-cri | | |
| Celebração de casamento | Dar o seu palpite | Doença respiratória | | | | Fictício |
| | | Arredio | Grande saguão | | | |
| | | | Costurar | | | |
| Pagar em prestações | | | | | | Desacerto |
| Tolo | | | | | (Mús.) A nota D | |
| | | | | | Feito por ti | |
| Pronome demon- strativo feminino | | | | Sofrer de (Quim.) O cianogênio | | |
| Entusi- asmo | (Fig.) Limitar, restringir | | | | | |
| | | | Que não tem valor | | | |

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





INSTITUTO DE OLHOS

QUIRURGIA DE CATARATA (FACOLMULSIFICAÇÃO), QUIRURGIA MIOPIA, 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
Quarta-feira, 17h30

Michael tem uma ideia para fazer Jade se dar conta de sua injustiça com as pessoas. Álvaro conversa com Varena sobre seu temperamento. Jade convida os Tales de Miletto para tocarem em seu clipe, caso vença o concurso. Jade se surpreende ao ver fotos suas com Érico divulgadas em sua rede social. Jade vence o concurso e descobre que sua suposta relação com Érico foi decisiva para a votação popular. Mateus contrata Pérola e Márcio como modelos do clipe de Jade e diz a Fabiana que ela não poderá acompanhar a gravação do clipe.




ESPELHO DA VIDA
Quarta-feira, 18h00

Alain pede que Cris reconsidere sua decisão de deixar o filme. Isabel ouve quando Cris confessa a Margot que não está sabendo lidar com a história de Júlia. Bola sugere a Alain que Cris pode estar com ciúmes de Isabel. Pat descobre que Mauro César participará do filme de Alain. Cris se submete a exames médicos. Margot repreende Américo por ter permanecido em Rosa Branca. André aparece para Cris e pede que ela não deixe Rosa Branca.




O TEMPO NÃO PARA
Quarta-feira, 19h15

Vera Lúcia mente para Marciana sobre seu novo trabalho. Paulina aconselha Marocas a denunciar Zel-da à polícia. Miss Celine ouve uma conversa entre Barão e Florêncio sobre a sabotagem na motocicleta de Samuca. Barão decide prender Miss Celine. Paulina procura Vanda para ajudar Marocas. Betina instiga Cairu a ficar com raiva de Marocas.




AS AVENTURAS DE POLIANA
Quarta-feira, 20h30

Mirela sugere para Lucas e Gabi para pararem de provocar Raquel e Guilherme. Luísa se surpreende com a apresentação de Poliana. Salvador faz o mapa nasal de Débora. Guilherme acha que Raquel quer terminar o namoro. Filipa fica com raiva, vai tirar satisfação com Poliana e se assusta ao ver uma barata na roupa dela. Roger trabalha na sala do Sr. Pendleton sem avisá-lo. João declara guerra a Filipa por causa de Poliana. Sara passa informações das crianças para o Sr. Pendleton. Nadine e Roger armam para Mário ganhar o concurso da 0110. Gleyce admite não ter dinheiro para pagar Roger.



SEGUNDO SOL
Quarta-feira, 21h00

Naná decide manter em segredo a paternidade de Badu, e Gorete garante que fará Clóvis feliz. O médico anuncia que Rochelle poderá continuar seu tratamento em casa, e todos comemoram. Valentim discute com Beto e deixa a casa dos Falcão. Roberval ajuda Cacau a reerguer seu restaurante. Maura conta para Ionan que Selma pediu para reatar com ela. Beto pressiona Rosa sobre Laureta, e Ícaro se incomoda. Valentim volta para a casa de Karola. Beto afirma a Karola que não tem condições de gravar um filme sobre sua vida. Laureta aprova a contratação de Tomé. Rosa procura Laureta, e Ícaro a segue. Beto jura perdoar Karola, caso ela lhe conte a verdade sobre seu filho com Luzia. Ícaro confronta Rosa sobre sua relação com Laureta.



A TERRA PROMETIDA
Quarta-feira, 20h50

Elói conversa com Josué e diz que viu o líder beijando Aruna. Samara tenta sondar a irmã de criação. Finéias conversa com Eleazar sobre o ciúme de Samara. Zaqueu procura Salmon e diz estar desconfiando da lealdade de Acã. Melquias chega e eles disfarçam. Quemuel conversa com a mulher misteriosa e pensa que está morto. Raabe se emociona ao encontrar Nobá em meio à multidão. Tibar aparece e o menino foge sem ser notado. Diante de todos, Uzi é executado por Merodaque. No acampamento, Josué pede forças ao Senhor. Léia diz para Samara jamais confiar em Aruna. Elas decidem procurar pela moça. Léia se emociona ao se deparar com Quemuel deitado sobre uma maca em frente a sua tenda. Gibar dispensa Acsa e diz ter um compromisso.

Humor

PÍLULA DO REJUVENESCIMENTO

Dois caipiras estão proseando de-baixo de uma árvore, quando um deles comenta:

- Ôce sabia, que meu vô de 83 anos é inventô? E ele acabou de inventá uma tar de pílula do rejuvenescimento?
- Rejuvesssc... O que é isso cumpadi?
- Essa tar de pílula, ôce toma e vai ficando mais moço, e meu vô, ispremen-tô nele mesmo!
- E o que aconteceu?
- Ele tomou uma pílula e vortou a ter sessenta anos!
- Noooossa! E depois?
- Ele quis fica mais moço ainda e tomou outra pílula a vortou a ter qua-renta anos!
- Eita, sô.
- Num tava sastifeito e tomou mais uma pílula e vortou a ter vinte anos!
- Uai! Aí ele sossegou?
- Quar nada! ele falou qui quiria fi-car iguar a um nenezinho novinho, to-mou mais uma pílula e vortou a ficar com um ano e meio!

- Nossa senhora, sô, e o que acon-teceu depois?
- Aí, ele pegou sarampo e morreu!

ENTERRO DA SOGRA

Um amigo vai ao boteco tentar con-vencer o outro amigo a ir no enterro da sogra dele:

- Você tem que ir, sua mulher vai ficar chateada com você.
- Eu não vou, rapaz. Que ela descan-se em paz.
- Mas vá lá cara, nem que seja pra dar uma cuspidada no caixão dela.
- Eu não. Você acha que eu tenho pa-ciência pra ficar em fila?

ESMOLA PRO CEGUINHO

Um homem, na companhia de um ca-chorro, pede dinheiro na rua e carrega uma placa onde está escrita e seguin-te frase:

“Dê esmola ao pobre ceguinho, pelo amor de Deus.”

Um ladrão vê o mendigo e fica obser-vando-o durante um bom tempo. Quan-do percebe que a caixinha do homem

já está cheia de dinheiro, decide rou-bá-la. Sem medo de ser notado pelo ce-go, o malandro vai em direção a ele e, no momento em que vai pôr as mãos na grana, é surpreendido pelo sujeito, que começa a lhe dar uma tremenda surra.

O ladrão, então, grita indignado:

- Mas você não é cego?
- Não, cego é o cachorro!

MAL-ESTAR DA ESPOSA

Numa madrugada dessas, a mulher de Lunga teve um mal-estar, e gemen-do acordou o marido:

- Lunguinha, Lunguinha, tá me dan-do uma coisa aqui...
- Então receba.
- Mas Lunga, é uma coisa ruim...
- Então devolva!

DESENHO DO PRATO

No restaurante o cliente chama o garçon:

- Tem uma mosca no meu prato!
- É o desenho do prato, meu senhor.
- Mas está se mexendo!
- É que é um desenho animado.





CRECI 67022

IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP

e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

