

SOCIAL

"Depois de tudo, somos um, xé e eu, juntos sofremos, juntos ótimos, e para sempre recriamos um ao outro."

NA MINHA AGENDA

A comemoração dos 15 anos a gatinha Ana Paula Norberto o dia 19. Ana Paula é filha de...

FLASHES DE VERÃO

Procure não usar ténis sem meia, pois facilitam a cultura bacteriana em função do meio úmido e quente.

Relação sexual: O vírus da Aids está na esperma e nas secreções vaginais.

Sangue: A Aids é transmitida pelo sangue, ou por agulhas e seringas compartilhadas.

Gravidez: É outra forma de contágio. A gestante infectada transmite a doença ao bebê.

Beijo na boca: Não é recomendável beijar a boca de pessoas contaminadas.

Animais: Domésticos, picada de insetos, não existe qualquer registro de contágio.

Piscinas, saunas, banheiros sanitários: Também não há casos de transmissão registrados.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

Curta a praia, o sol, o mar, faça ginástica, corra, faça caminhadas.

HISTÓRIA DA MODA

>> Até a década de 30, os shorts eram vistos apenas na praia, onde provocavam rubor nas senhoras brasileiras mais puritanas...

CLUBES/PROMOÇÕES

Concurso Garota Verão e Garota Sol 1991

Esta festa de grande charme, elegância e muitas mulheres bonitas terá lugar no Clube União Campolarguense no próximo dia 02 de fevereiro às 22 horas...

As inscrições para o concurso serão feitas diretamente na secretaria do clube.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Se os seus pés estiverem doloridos, lave-os com uma solução vegetal, massageando bem.

Quando usar sapatos fechados, aplique antes um desodorante para os pés.

Candidatas ao Concurso Garota Verão e Garota Sol 1991



Adriana Diniz, Márcia Barausse, Simone Andrade, Andréia Bora, Aletéia da Silva, Marina P. Sanches, Lizângela Antunes, Marisa Dvoracoski.



Rosemary Coleta Santos, Ana Paula Gonçalves, Leila Sprinzoski, Dilemara Scarpim, Andréa Massoqueto, Luciana Ribeiro, Alessandra Antunes, Nadir Massimo, Lillian Antunes e, Mari

CENTRO DE NATAÇÃO ACQUARIUM. FIQUE DE BEM COM A ÁGUA, matricule-se agora no Acquarium e participe de todas as suas promoções e na ótima qualidade profissional que ele se proporciona!

Germano Oliveira

FolhaMulher

Parabéns, você foi demitida!



Ser despedida só parece o fim do mundo. Claro, o choque, a raiva, a vergonha são inevitáveis — e não são brincadeira. Mas podem se transformar no ponto de partida para uma grande arrancada profissional e pessoal.

Ser despedida é sempre uma experiência dolorosa. Talvez por isso usamos alguns eufemismos para nos referirmos ao fato. Dizer que você recebeu o "bilhete azul" parece menos comprometedor do que dizer que foi mandada embora.

O problema do desemprego tem atingido uma multidão de trabalhadores dos mais variados ramos de atividade. Estatísticas demonstram que 90% dos executivos atuando hoje no mercado serão demitidos pelo menos uma vez.

OS ESTÁGIOS EMOCIONAIS. Quando você é demitida, entra numa espécie de vagão emocional que, no devido tempo, a levará a seu destino final: uma nova carreira ou posição.

RESERVAR algum tempo para ficar sozinha e pensar. Manter-se ocupada é importante, mas não exagere. Você precisa de algum tempo livre para examinar a situação e decidir o que quer da sua carreira.

VERGONHA — Quando você se demite como uma perda pessoal, como um fracasso, você sente vergonha e fica embaraçada. E como se estivesse desapontando seu marido, seus pais ou seus amigos.

CHOQUE — Você vai trabalhar normalmente. Sua agenda está lotada. Entra no escritório pensando na reunião que terá à tarde com seu staff. De repente, é chamada à sala dele. A porta se fecha e o resto você já sabe.

RAIVA — Você pode direcionar a raiva a vários alvos: seu chefe, a empresa ou alguém que acha que "puxou seu tapete".

DEPRESSÃO — Num primeiro momento é normal uma sensação de incapacidade e desânimo. Mas não se deprime apenas por achar que deve ficar deprimida.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

Quando é o que você faz. Quando é demitida, fica desprovida de ocupação e é isso que faz sentir-se mal. Mas a vergonha é um sentimento improdutivo, que só pode existir se der aos outros o direito de julgá-la.

DEPRESSÃO — Num primeiro momento é normal uma sensação de incapacidade e desânimo. Mas não se deprime apenas por achar que deve ficar deprimida.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.

COMO CONTROLAR O STRESS. Alguns estudos mostraram uma relação significativa entre a perda do emprego e problemas que podem ir de insônia e resfriados ao suicídio.