

Teste Da Semana

- 1) **Montserrat Caballe é...**
a) Cantora lírica que se apresentou dias atrás no Brasil
b) Nome da mulher que localizou Paulo César Farias na Tailândia
c) Nome verdadeiro da cantora Sinead O'Connor
- 2) **João Eugênio Soares é...**
a) Nome verdadeiro do humorista Jô Soares
b) Preparador físico do Corinthians
c) Integrante da CPI que apura as denúncias de corrupção envolvendo as empreiteiras e vários políticos
- 3) **Ela é a Walquíria de "Olho no Olho":**
a) Márcia Pinheiro
b) Maria Zilda
c) Isabela Assunção
- 4) **Ator que volta à tevê no papel de um coqueiro em "Fera Feroz":**
a) Francisco Cuoco
b) Lima Duarte
c) Cláudio Marzo
- 5) **Por causa dos conflitos entre cristãos e muçulmanos, está causando polémica a anunciada ida do papa João Paulo II ao...**
a) Egito
b) Alemanha
c) Líbano
- 6) **Companheiro de Ayrton Senna na Williams:**
a) Gerhard Berger
b) Damon Hill
c) Gil de Ferran
- 7) **Seleção campeã mundial de vôlei masculino de 93:**
a) Brasil
b) Cuba
c) Itália
- 8) **Ele se casou na segunda-feira, dia 29 de novembro, e mesmo assim precisou se concentrar para o jogo do seu time contra o Remo, dois dias depois:**
a) Müller
b) Palhinha
c) Ronaldo
- 9) **O rei Hussein é o governante da...**
a) Arábia Saudita
b) Síria
c) Jordânia
- 10) **ONU é a sigla da...**
a) Organização Nacional Universitária
b) Organização das Nações Unidas
c) Organismo de Nutrição Universal

RESPOSTAS DA EDIÇÃO ANTERIOR
1) c; 2) b; 3) a; 4) b; 5) a; 6) c; 7) a; 8) b; 9) c; 10) c.

SOLUÇÃO DA EDIÇÃO ANTERIOR

1	A	N	A	L	G	E	S	I	C	O	T	U	P	I
2	S	A	O	A	V	A	R	O	F	A	R	I	A	
3	P	O	D	O	I	A	M	E	M	S	I			
4	A	G	U	A	R	D	A	A	L	P	A	C	A	
5	T	R	A	C	A	P	A	U	L	A	D	A		
6	A	R	A	R	A	N	O	S	I	R	A	P		
7	V	O	L	T	N	I	S	S	A	N	O	V	A	
8	E	I	E	R	A	S	A	N	I	L	A	I		
9	L	A	R	O	S	S	A	D	A	E	B	R	O	
10	A	I	A	N	E	C	O	M	O	R	A	L		
11	N	A	T	A	L	I	E	C	A	N	I	L		
12	N	O	D	U	L	O	H	E	A	R	I	M	P	
13	U	I	A	D	A	M	M	N	D	B	E			
14	A	T	A	D	O	I	R	A	J	A	S	A	L	
15	S	E	L	O	P	A	S	S	A	R	I	N	H	O

Palavras Cruzadas

Por Eduardo Martins, da Agência Estado.

1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														

Por Eduardo Martins, da Agência Estado.

HORIZONTAIS

1. (...Peixe) Maestro e compositor erudito brasileiro que morreu no final de novembro no Rio - Acontecimento, fato - Município paulista. 2. (Porto...) Estado norte-americano situado na América Central - Mercimento, valor - (... da Liberdade) Filme de Alan Parker. 3. Dom João VI era o de dom Pedro II - Do Paraíba, por exemplo - Integrante de uma dupla sertaneja de grande sucesso. 4. (... Borges) Músico mineiro - (... Dumont) Aeroporto do Rio - O que assiste a um jogo sem nele tomar parte. 5. Peça de roupa unissex - Artista de grande fama. 6. (... Pena) Um presidente brasileiro - Da raça das mulas - Multinacional que fabrica equipamento eletrônico. 7. (Água...) Bairro de São Paulo - Prenome do presidente da CPI do Orçamento - Interjeição de dor ou espanto. 8. (Ponta...) Cidade de Mato Grosso do Sul, na fronteira com o Paraguai - Homem segregado da sociedade - Berro de fera, rugido. 9. O Extrater-

restre - Herói da Guerra do Paraguai - Dividir ao meio, amear. 10. Sigla da Força Aérea Inglesa - Vegetal inferior - Relativo ao rosto. 11. Mulher de muita idade - Espécie de armação que se leva em precisões. 12. Dar como verdadeiro, acreditar - (A Face...) Filem dirigido e interpretado por Marlon Brando - Sigla que identifica o computador pessoal. 13. (Marilyn...) Um dos mitos do cinema americano - (Edgar... Burroughs) O criador de Tarzan - Departamento e rio da França. 14. Lubrificante - A capital dos aiatolás - Etapa, período. 15. Lista - Roupas típicas femininas - Oferecimento.

VERTICAIS

1. Ave que simboliza a pessoa que fala muito - O país do escritor Mário Vargas Llosa - Forma reduzida de maior. 2. Grito lamentoso do cão - Conjunto de navios - O que a criança pequena sempre quer. 3. (Umberto...) O autor de "O Nome da Rosa" - Filtrar, destilar - Matula. 4. Sigla do Estado cuja capital é Porto Velho - O herói bíblico cuja força estava nos cabelos - Imperador a quem se atribui o incêndio de Roma. 5. (...Brasileira) Nome

do novo disco de Zizi Possi - Sagrado. 6. Progressão - Escola que forma engenheiros, em São Paulo - Letra grega. 7. Aumento de preços - Linguagem típica de uma profissão ou categoria - Interjeição para chamar. 8. Apelido masculino e feminino - (...Bethânia) Cantora que acaba de lançar o disco "As Canções que Você Fez Pra Mim", só com composições de Roberto Carlos - Conselho Regional de Engenharia, Arquitetura e Agronomia. 9. Grito do dor - O lagarto o é e o jacaré, também - Gastar pelo uso. 10. Instrumento musical muito usado no jazz - Reino da Antiquidade - (Paulo Roberto...) Um dos grandes jogadores brasileiros de futebol de todos os tempos. 11. O molusco que produz a pérola - Ingrediente de cerveja. 12. Lavar - País cuja capital é Estocolmo - Crença religiosa. 13. Material que conserva uma bebida gelada - Descarga elétrica - A família. 14. Baralho para a leitura da sorte - Ataque sexual de várias pessoas contra uma - (The Washington...) Jornal dos Estados Unidos. 15. Aplicação - Um dos meses - (Via...) Nebulosa que domina o céu nas noites serenas.

Agricultura e Pecuária

Cozinha & Sabor

Bechara Amlin

CRIAÇÃO DE AVES

GALINHAS: A carne de aves é muito nutritiva e contém elevados teores de proteínas de baixo valor energético. Pode-se mesmo considerá-la melhor do que a carne de boi e porco. Quase todas as pessoas apreciam e consideram muito saborosa a carne de ave, quem por ser dotada de substâncias peculiares, tem cheiro e gosto muito agradáveis.

Sítio, Chácara ou Fazenda que se preze tem, ao menos algumas galinhas cascadoras e cacarejantes, acompanhadas de mimosos pintainhos, alegres e buliçosos. E o canto do galo madrugador, pronunciando e saudando o nascer de um novo dia. Isto, realmente, nos parece indispensável a qualquer propriedade rural.

Como galinha solta é estrago à vista nas plantações, é necessário que seja construído um galinheiro para contê-las. O mesmo deve localizar-se próximo à casa do caseiro, a uma distância que permita ouvir à noite qualquer distúrbio denunciando pelo cacarejar histérico das aves, principalmente quando estão sendo alvo de ataque de algum predador noturno, como o gambá, a raposa, a jaguatirica e tantos outros.

O galinheiro consiste numa área de solo seco, livre de umidade, cercada por uma tela apropriada de arame, ou uma paliçada de bambu ou de madeira nativa. É indispensável, também, a construção de um abrigo coberto e fechado, contendo poleiros elevados

do chão, feitos com madeira roliça, cujo diâmetro permita apoio aos pés das aves. Os ninhos para as poedeiras também são abrigados nessa construção, mas afastados dos poleiros. Alguma árvore de médio porte é recomendável para fazer sombra, sob a qual as galinhas possam se abrigar durante as horas caniculares.

A água deve ser mantida sempre abundante, em bebedouros colocados à sombra ou protegidos do sol por alguma cobertura. A limpeza será, obrigatoriamente, rigorosa em todas as áreas do galinheiro, por meio de varredura diária e troca semanal da palha dos ninhos. Assim, são evitadas muitas doenças que afetam as aves pela promiscuidade. As galinhas em choco de ovos devem ser mantidas em local abrigado, porém, separadas das demais poedeiras. Com isso evita-se que, enquanto a chocada abandona o ninho para alimentarse, outra galinha venha a fazer postura de ovos em seu ninho, misturando-os com os que já estão em fase de avançado desenvolvimento embrionário. Isso interrompe o período de incubação para o nascimentos de pintainhos e faz surgir os chamados "ovos gorados".

A melhor raça de galinhas para esse tipo e criação doméstica é a mestiça, mais conhecida como "galinha caipira", devido a sua rusticidade e excelente adaptação, tanto alimentar como climática.

Nhocão de Queijo

- Ingredientes:**
1/2 kg de batatas cozidas e moídas
2 Colheres de queijo ralado
6 Colheres de trigo
1 Colher de margarina
1 Colher de chá de sal
1 ovo
250g de queijo mussarela

Modo de preparar: Misture todos os ingredientes, menos o queijo. Amasse bem e abra a massa com o rolo, (não muito fina). Espalhe por cima o queijo e enrole como rocambole (em um guardanapo limpo e úmido). Amarre as pontas do guardanapo e leve ao fogo para cozinhar em bastante água fervente, até subir. Retire do fogo e corte em fatias e sirva com bastante molho.

Faça uns três nhocão, dependendo do tamanho da panela.

Leve ao fogo enrolado no guardanapo.

Dica
Para que seus bifês não fiquem semelhantes ao agente secreto 007 (frios, duros, com nervos de aço), não há muito mistério. Em primeiro lugar, escolha bem o tipo de carne para usar; em seguida, tempere-o com vinagre ou limão. Para dourar mais rápido, coloque um pouco de açúcar no óleo de fritura.

Campo Cultural

Vanderlei Viante

Hábitos saudáveis

Dores de estômago, dores de cabeça, Vira e mexe você está com prisão de ventre, barriga inchada. Seu intestino não funciona direito, e você vive em função daquela horinha matinal no banheiro.

Com muitas mulheres e homens afetados pelo stress e pela vida sedentária, você sofre de colite funcional. Consultar um médico é sempre aconselhável, porém, uma pequena mudança nos hábitos e um regime apropriado podem corrigir essas alterações.

Comece evitando tudo que irrita ou fermenta o estômago, inclusive alimentos ou temperos muito fortes.

Estabeleça horários certos para as refeições e coma bem 3 vezes ao dia, mais ou menos nas mesmas quantidades.

Coma em locais calmos. Mastigue bem os alimentos. Não tenha pressa!

Não use roupas muito justas. Evite frituras, molhos e ovos (mesmo cozidos).

Coma carnes grelhadas ou assadas. Peixes e legumes devem ser cozidos em água ou vapor, ou assados vagarosamente no forno.

Manteiga ou azeite só devem ser adicionados no instante de cozer. Gorduras cruas são mais saudáveis que gorduras cozidas.

Não coma carnes gordas, nem peixes indigestos como bacalhau, sardinhas, peixes em conserva ou defumados.

Prefira frutas frescas e cruas ou cozidas.

Pão fresco quente, biscoitos amanteigados e massas folhadas não fazem bem.

Não tome refrigerantes e reduza o consumo de álcool.

Não use açúcar. Prefira os adoçantes artificiais.

Temperos e condimentos não são aconselháveis.

Beba água em quantidade suficiente para hidratar o organismo, drenar as toxinas e facilitar o trânsito intestinal, e, enfim, escolha alimentos que favoreçam a boa forma física.

Proteínas animais sustentam e reconstituem músculos, órgãos e vísceras.

O arroz, batata e as leguminosas contêm glicídios que se degradam lentamente durante a digestão, proporcionando energia por várias horas. Além disso garantem boas doses de fibras e vitamina B (com excesso da batata).

O ferro contido na carne vermelha e espinafre é indispensável ao bom funcionamento do organismo, principalmente em fases de crescimento, gravidez e amamentação.

Todas as vitaminas colaboram na recuperação da energia física, porém, duas delas combatem especificamente o cansaço: a vitamina C, que ajuda o organismo a se defender de pressões e ainda favorece a absorção do ferro; e a vitamina B, que regula o sistema nervoso. Mulheres que tomam anticoncepcionais têm maior necessidade destes elementos.

Enfim, com uma dieta bem equilibrada, e bons hábitos alimentares, seu organismo vai funcionar melhor, e você estará muito mais saudável e bonita!

Maria Cláudia Polesello
Fisioterapeuta - Esteticista

C.C.A.A. em festa

É fim de ano e todos estão em ritmo de festa. O C.C.A.A. também, nesta sexta-feira, está promovendo um jantar de encerramento no restaurante Casa Blanca. Haverá apresentações musicais, entregas de certificados e um delicioso "Menu", com música ao vivo para todos os alunos e seus convidados, como já era de se esperar, em mais um encontro festivo do C.C.A.A., que encerra suas atividades semestrais.

É! A família C.C.A.A. se divertiu bastante! Foram aulas

de músicas, sessões de vídeos, churrascadas, jogos de "volley", a "Halloween Party" e agora a "Christmas Party". Tudo regado a alegria, diversão e muito inglês. Esperamos que no próximo semestre você também possa desfrutar de tudo isso, junto conosco e perceber como o mundo se torna seu.

(THE WORLD IS YOURS)
Colaboração C.C.A.A.
Centro de Cultura Anglo-Americana



natura
NATURA e
L'ARC ENCIEL
PRONTA ENTREGA
Entregas a
domicílio
Fone 292-1629

COMBATA OS PARASITAS NOS BOVINOS
Aplique: DUOTIN
Frascos com 50 ml. Apenas CR\$ 4.900,00. É um mimo. Os precinhos VICTÓRIA para a VITÓRIA de seu bolso.

CASA VICTÓRIA

Rua Dr. Osvaldo Cruz, 1301 - B. (ao lado da Prefeitura Municipal de Campo Largo)

BOLETIM DA

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL E INDUSTRIAL
CAMPO LARGO-PR

HORÁRIO NATAL

A Associação Comercial comunica o horário para o mês de dezembro: de 2ª a 6ª feira das 8h00 às 20h00 e aos sábados das 8h00 às 18h00 dia 24/12 até as 16h00



THE WORLD IS YOURS

Inglês com Tecnologia Moderna
- Recursos Audiovisuais
Campo Largo merecia um Centro de Cultura
C.C.A.A. Centro de Cultura Anglo Americana
* MTRICULAS ABERTAS *
Rua Centenário, 2340
Campo Largo-PR
Fone: (041) 292-1984