



QUARTA-FEIRA

GAZETA DO ESTADO

Edição das 18h 30min

R\$ 1,00

A notícia levada à sério

Caldas Novas, 09 de Setembro de 2009

Nº 792

Fantoches Tom e Iza mudam o comportamento das crianças



Idealizado pela professora Aldinéia Lopes Batista Afonso, os bonecos Tom e Iza estão mudando o comportamento das crianças de Caldas Novas

PÁGINA 3

Culinária
Arroz com camarão



INGREDIENTES
 . 1 kg de camarões
 . 2 colheres (sopa) de óleo

VEJA A RECEITA COMPLETA NA PÁGINA 6

Apenas 1% das universidades obtém conceito máximo do MEC

PÁGINA 7

Receita libera consulta a 4º lote de restituição do IR 2009

PÁGINA 7

Suco de beterraba pode aumentar resistência de atletas

PÁGINA 8

Auto-drenagem para o rosto



Com o passar do tempo, naturalmente os músculos da face começam perder a firmeza. Ai, o rosto fica com aquela aparência de envelhecido e as rugas a dar as caras, literalmente.

PÁGINA 7

Café & Informação
com Notícias e Anúncios



PÁGINA 2

Enquete

Participe da enquete em nosso site. A pergunta é a seguinte: Caso haja eleições extemporâneas em Caldas Novas em quem você votaria? Alguns dos possíveis nomes estão à disposição do leitor. Acesse www.gazetadoestado.com.br

TEMPO

 30° mínima
 17° máxima
Sol com aumento de nuvens ao longo do dia. À noite ocorrem pancadas de chuva.

INDICADORES

Poupança (Hoje)	0,57
Dólar (comercial)	R\$ 1,88
Dólar (paralelo)	2,08
Dólar (turismo)	R\$ 1,96
Euro	R\$ 2,70

Bovespa	-2,42
Dow Jones	-0,87
Ouro (grama/BM&F)	57,50

Arroba	R\$ 75,00
IPCA	R\$ 0,24
Salário mínimo	R\$ 465,00

LOTÉRIAS QUINTA 05/09/09
Concurso 2100

04 06 07 62 74



Policia Militar de Caldas Novas trabalha rápido e Poe atrás das grades infratores da lei durante o feriado de Sete de Setembro

No feriado de 7 de setembro alguns meliantes cometeram delitos e foram todos presos pela policia militar. Em ações independentes e sempre voltadas para o preventivo e ostensivo, os Policiais Militares pertencentes a 14ª CIPM mostrara durante o feriado por que são considerados uma das melhores tropas da PM-GO. A cidade recebeu uma população fluante e oriunda de diversos municípios Goianos, vários estados da federal incluindo o Distrito Federal, alem de turistas de outros países, uma população entorno de duzentos mil turistas estiveram passando do feriado na maior estância Hidrotermal do Mundo, ficando a responsabilidade no teor de segurança principalmente nas mãos da 14ª CIPM, desta forma e obedecendo a recomendações do comando da unidade PM, os Policiais Militares foram às ruas em patrulhamentos voltando suas atenções para os possíveis casos de furtos, roubos, desrespeitos e perturbações do sossego. Com estas ações já na sexta-feira por volta das 13h30min horas fora capturado um infrator da lei que há minutos antes havia realizado um furto a estabelecimento comercial no centro da cidade (Praça Mestre Orlando).

Ainda na sexta-feira as 14:00 hs, depois de longas buscas e diligencias foi capturado no setor São Jose (na casa de um parente) o autor de furto e estupro contra uma mulher no setor Santa Efigênia e uma menor no Setor Universitário, esta ultima foi atacada por seu agressor quando trabalhava fazendo faxina em um centro espirita, o autor chegou ao local ameaçou a menor com uma arma de fogo e subtraiu da mesma o valor de R\$ 100,00 (Cem Reais), não contente com ainda agrediu a menor e cometeu contra a mesma o crime de estupro, evadindo logo após consumir o crime, sendo capturado no dia posterior.

Já no Sábado os Agentes do Serviço de Inteligência da Policia Militar, após varias denuncias de moradores do bairro Santa Efigênia, realizaram a prisão de Geraldo Rodrigues de Souza Junior de 28 anos, acusado de tráfico de drogas, sendo que durante a prisão do mesmo foi preso Murilo Augusto Reis da Cruz, o qual estava comprando drogas de Geraldo, no

entanto durante a verificação de documentos constatou-se que Murilo era foragido da Justiça. Na residência do traficante Geraldo foram encontradas quarenta (40) pedras de crack embaladas em pequenos papéletes já prontos para venda, uma balança de precisão, três (03) porções de maconha pesando aproximadamente setenta (70) gramas, duas (02) pedra de pasta base de cocaína pesando aproximadamente sessenta (60) gramas, trezentas (300) gramas de acido bórico e um (01) revolver calibre 32, municiado com seis (06) munições. Os autores foram detidos e conduzidos para de DP, onde ficaram a disposição da Justiça.

A Policia Militar durante abordagem policial realizou a prisão de Marcos da Silva Soares, pois ao verificar no sistema constatou que o mesmo tinha um mandado de prisão em seu desfavor, este foi conduzido a Delegacia e esta a disposição da Justiça.

No Domingo Às 23 horas os Policiais foram acionados a comparecer no bairro Itanhangá I, onde segundo informações estaria ocorrendo um furto em residência, e que o autor foi flagrado pela vitima se evadindo posteriormente, e que o mesmo se escondeu em um apartamento no prédio vizinho. Os militares após a autorização do síndico do prédio fizeram o adentra mento e prenderam o autor que resistiu à prisão, sendo necessário o uso da força fisica necessária para contelo. O autor foi detido e conduzido ao DP.

Às 23:30 horas, os Policiais Militares realizavam patrulhamento pela área Central, quando foram informados por terceiros que três (03) indivíduos estavam Roubando as pessoas nas proximidades do Parque. Diante dos fatos os Policiais durante o patrulhamento avistaram os mesmos que se evadiram ao notar a presença da Viatura, sendo que um dos autores foi detido pela Guarnição e conduzido ao DP. Trata-se de D. P. M. (16 anos de idade), o mesmo estava de posse de um celular pertencente a uma das vitimas do Roubo.

Segunda-feira as 09:30 hs, Durante patrulhamento pelo setor jardim Brasil a viatura da PM depարou com o veiculo GM Chevrolet Corsa Super Placa KDH 4772 de Goiânia, abandonada em rua deserta, ao ser consultado os dados do veiculo foi constatado que o mesmo havia sido furtado na data anterior. O referido veiculo foi recolhido à delegacia de policia e entregue ao legitimo proprietário (cujo veicu-

lo havia sido tomado em furto durante a fuga de reeducando do CRS-Caldas Novas, ocorrido no domingo 06-09).

Na tarde de segunda-feira os Policiais Militares realizaram a prisão de Jeferson Aparecido Silva e Josmeide Aparecida da Silva, após os mesmos realizarem um Roubo a mão armada, os policiais surpreenderam os autores na hora em que estes saiam da residência da vitima com um dos autores foi encontrado uma (01) pistola calibre 7, 65, que ano notarem a presença da policia militar jogou a referida arma no telhado da casa vizinha. No entanto foi dado voz de prisão aos mesmos e ao adentrarem na residência os policiais localizaram a vitima que estava trancada no banheiro. Com os autores foram encontrados os objetos roubados da vitima. Dando seqüência nas diligencias os policiais militares se deslocaram na residência dos autores e lá localizaram várias ferramentas que eram utilizadas para o cometimento de furtos como Pé-de-cabra, ala bancas, alicates de pressão e os dois (02) rádios comunicadores para interceptarem a comunicação da PM. Diante dos fatos foi dado voz de prisão aos mesmos e conduzidos a Delegacia de Policia.

Os agentes do Serviço de Inteligência da Policia Militar depararam com Olair "Bin Laden", o qual foi abordado e encontrado consigo duas (02) porções de pasta base da cocaína, e quando os policiais perguntaram ao autor sobre a origem da droga o mesmo informou que teria comprado de Paulo Aguiar, diante dos fatos o serviço de inteligência juntamente com uma viatura de serviço deslocaram até a residência de Paulo Aguiar, no entanto o mesmo ao avistarem as mesmas guarnições tentou se desfazer da droga no vaso sanitário, momento que fizemos o adentra mento e efetuamos a prisão do autor, conseguimos fazer a preensão de cerca de 300 gramas de pasta base de cocaína, que estava dividida em 18 pequenas porções prontas para comercio e 02 porções grandes. Diante dos fatos os mesmos receberam prisão por tráfico de drogas, ambos foram encaminhados à delegacia de policia para as devidas providencias.



Nota Zero

Para aqueles que se acham os donos da cidade, se auto-intitulam os maiores, e vivem desprezando a capacidade e inteligência dos outros. São pessoas que trabalham nos lugares errados, pois além de não entenderem nada da função que ocupam, ainda desprezam aqueles que entendem. Em todo lugar existe sempre aquele chefe que não sabe nada, mas que finge entender tudo. Os funcionários fingem que trabalham e o chefe finge que manda. Eu já passei por isso!

Nota Dez

Para o empresário Marinho Pires (Marinho da Só bebidas) além de sempre prestigiar importantes áreas do município, como o esporte por exemplo, o empresário vem dando uma lição nos atuais políticos, que mesmo com a caneta na mão, não conseguem fazer nenhum ato social para nossa cidade. Eu costume dizer que um dia a cidade vai recompensar tudo o que o Marinho Pires vem realizando em Caldas Novas.

Polição

Meu amigo leitor, você já fez o teste? Saia a pé ou com algum veiculo, ande por meia hora nas ruas do centro, pare nos semáforos, e depois me responda: Quantos panfletos de eventos,empresas e outros, foram entregues a você?

Entra ano e sai ano..

A Alameda do Contorno, a rua que passa em frente ao Privê, a Curva do Se e outras, nunca têm o asfalto recuperado. Porquê será?

Convocação prematura

O líder do Governo na Assembleia, deputado Evandro Magal (PSDB), afirmou que o governador Alcides Rodrigues (PP) não teme as investigações da Comissão Parlamentar de Inquérito que investiga o endividamento da Companhia Energética de Goiás (Celg).

Você sabia?

Em Caldas Novas o Guarani Mineiro só perde em vendas para Coca-Cola? Superando inclusive grandes marcas aqui do estado de Goiás.

Vai mal

Piorou nas últimas horas o estado de saúde do cantor Falcão, da dupla Felipe e Falcão. O cantor esta internado em Goiânia com infecção generalizada, causada por Erisipela.

Ficou bom

O Auto Posto Canaã ficou muito bem instalado, com uma estrutura muito bem feita e com um ótimo atendimento. Parabéns ao proprietário!

Continua o lero-lero

Minha gente até que exame laboratorial comprove, por enquanto não tivemos morte por gripe suína em Caldas Novas. Casos já tivemos sim, mas todos foram tratados.

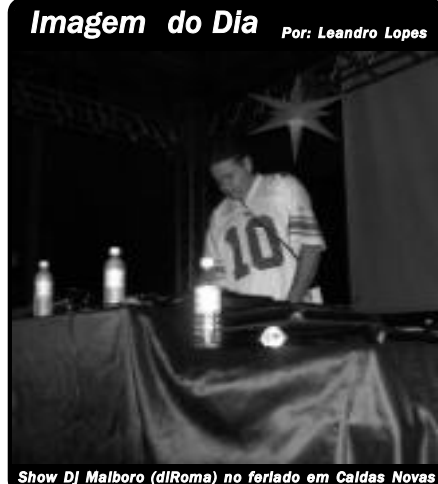


Imagem do Dia Por: Leandro Lopes
 Show DJ Malboro (diRoma) no feriado em Caldas Novas

Alimentação saudável

O curso de Tecnologia de Alimentos da UEG em Caldas Novas promoveu ontem a primeira edição da Feira de Gastronomia e Saúde. Participam 31 acadêmicos que apresentarão alternativas de refeições e pratos saudáveis para pessoas que possuem diabetes, hipertensão, obesidade, colesterol alto, anemia, doenças celiacas (intolerância ao glúten, presente no trigo) e intolerância a lactose.

Título de Campeão

Morrinhos ganha divulgação nacional, com o sucesso no futebol. O time morrinhense conquistou o título de campeão Goiano da Divisão de Acesso. A conquista rende boa divulgação para a cidade nos maiores veículos de comunicação do país. O momento é de elogios à cidade, que tem conquistado benefícios em momentos de dificuldades para os municípios brasileiros.

Distribuição descentralizada

Aconteceu ontem na sede do Conselho Municipal de Saúde (CMS), em Caldas Novas, uma reunião com os municípios de Corumbamba, Marzagão, Rio Quente, Pires do Rio, Palmelo, Santa Cruz e Caldas Novas, que estão fazendo parte da descentralização da distribuição do medicamento, a ser usado pelas pessoas que estão com sintomas da gripe H1N1, o fosfato de oseltamivir, cujo nome comercial mais conhecido é Tamiflu.

GRUPO Exata
 PRESIDENTE: Adão dos Reis Gonçalves
 VICE-PRESIDENTE: Wélcio Antônio Gonçalves

GAZETA DO ESTADO
A Notícia levada a sério.

JORNALISTA RESPONSÁVEL
 Cláudeir Fogaca
 MFB: 43787/SP
 gazeta.doestado@live.com

DIRETOR COMERCIAL:
 Leo de Oliveira

Endereço Comercial:
 Av. Antônio Sanches Qd. 27
 Lt. 18 Itaguaí II

DIAGRAMADOR / DESIGNER:
 Joao Carlos A. S e Silva
 joaocarlosturismo@hotmail.com

REDBREÇO REDAÇÃO:
 Rua Antônio Coelho de Godoy, S/N,
 Quadra 25-A Lote 13, Centro - CEP: 75.690-000
 Caldas Novas - GO - PABX: (64) 3453-8883

AGRADECIMENTOS ESPECIAIS:
 Ao Senhor Jesus Cristo e a todos que colaboraram com esta edição.

O JORNAL GAZETA DO ESTADO NÃO SE RESPONSABILIZA PELOS CONTEÚDOS EMBITIDOS NOS ARTIGOS ASSINADOS.

CALDAS NOVAS

Fantoches Tom e Iza mudam o comportamento das crianças



Idealizado pela professora Aldinéia Lopes Batista Afonso, os bonecos Tom e Iza (foto) estão mudando o comportamento das crianças de Caldas Novas. Os dois bonecos começaram a partir de um tímido projeto e hoje são os grandes ícones da luta contra a dengue e preservação ambiental nas escolas da cidade.

O fascínio que os bonecos despertam nas crianças, entretanto, não se resume a algumas exposições. Uma verdadeira revolução está em curso pelas mãos dos fantoches. A dupla atua na prevenção à dengue. Para isso, eles percorrem diariamente as escolas da cidade para incentivar comportamentos preventivos à doença. Aldinéia conta que uma técnica está sendo usada para o alcance desse objetivo – o uso dos coletes de Tom e Iza.

Na prática, o esquema funciona assim: grupos de alunos são escolhidos para ficar com a guarda do colete Ami-

gos da Natureza por uma semana, assinando, inclusive, um termo de responsabilidade (clique aqui) – pelo colete e com suas tarefas de fiscal da

sexta-feira. A orientação feita em sala de aula se transforma, então, em cobrança do comportamento dos adultos que as cercam. Os 400 coletes

O resultado disso, segundo informações do gerente do Núcleo de Controle da Dengue de Caldas Novas, José Manoel Alves Fagundes, foi uma drástica redução dos índices da dengue nos bairros onde o trabalho de Tom e Iza é desenvolvido, chegando a zerar o número de casos como no Parque das Brisas.

Os valores pagos nas contas de água e energia também despencaram (foto) na cidade. Isso também se deve ao uso dos coletes Amigos da Natureza, afirma Aldinéia. As histórias de mudança de comportamento são muitas, lembra ela. "Há, por exemplo, o caso da menina Vitória Aparecida Farias (foto), de apenas 4 anos, que, ao receber o colete, foi de casa em casa contando 'agora sou amiga da natureza e vou ficar de olho em vocês'". "Na

nossa rua", conta a mãe da garota, Delsanete da Conceição, "ninguém mais lava as calças com água corrente porque a Vitória não deixa".

Segundo a educadora, o colete de Tom e Iza fez um pai subir no telhado de sua casa, às 11 horas da noite, para tampar a caixa d'água que o filho viu aberta. Crianças com dificuldades de socialização também melhoram seu comportamento para poder usar o colete. Além disso, o fato de a criança assumir um compromisso (foto) também despertou o senso de responsabilidade dos pequeninos – ninguém deixa de devolver o colete no dia certo, afirma Aldinéia.

A experiência, segundo ela, tem despertado a atenção dos municípios vizinhos. Mais de 15 deles já procuraram a educadora, que investe pesado na divulgação das mensagens dos bonecos. Devidamente patenteados e com uso de imagem sob controle, Tom e Iza estão em adesivos, camisetas, coletes, sacolinhas. Essa febre, que vai virar CD e que já até ganhou as suas versões infantis na interpretação de Ana Francisca Ferreira, 5, e Maicon Douglas de Sousa, 4, promete mudar a relação homem e natureza.



natureza. O colete é entregue às crianças numa segunda-feira e deve ser devolvido limpo

atualmente em uso na cidade foram doados pelo Ministério Público.



NOME DO ALUNO	ASSINATURA DO ALUNO
Lucas	LUCAS
Thaís	THAÍS
Janaína	JANAÍNA
Túlio	TÚLIO
Talita	TALITA
Eduarda	EDUARDA
Jaqueline	JACQUELINE
Rafael	RAFAEL
Carlos	CARLOS
Victoria M	VICTORIA M
Pauliny	PAULINY
Paula	PAULA
Victória	VITÓRIA
Rayan	RAYAN
Muller	MULLER
Luiza	LUÍZA
Arina	ARINA
José	JOSÉ

MULHER

Perdendo a cabeça

Se você tinha alguma dúvida, agora pode ter certeza. O homem literalmente perde a cabeça na frente de uma mulher bonita. Ou, em outras palavras, fica sem a mínima capacidade de raciocínio. Isso acaba de ser comprovado cientificamente, por um estudo conduzido pela Universidade de Radboud, da Holanda.

O estudo foi feito com 40 estudantes do sexo masculino, que tinham de responder um teste de memória antes.

Não deu outra, quanto mais o pesquisado ficava impressionado com a mulher, menos sua capacidade de raciocínio funcionava. As respostas eram dadas de forma lenta e menos acurada. Os especialistas que conduziram o estudo afirmaram que o homem é programado para transmitir seu genes.

VENDE-SE TITAN KS 2001, COR VERMELHA, IPVA 2009 PAGO, INTERESSADOS TRATAR NO (64) 8418-7198

CORRETOR
CREDENCIADO
(64) 9905-9346

VEDAS

- Lote Jardim Serrano 360m² asfalto R\$ 13 mil
- Lote setor Serrinha Av. Roberto Pinheiro de Castro, asfalto R\$ 18 mil
- Lote setor Serrinha 360m² R\$ 15 mil
- Lote Jd. Esmeralda 420m² asfalto Av. Araxá R\$ 18 mil
- Chácara Pirapitinga + ou - 15.000m² R\$ 60 mil
- Chácara Primavera 5.000m² R\$ 35 mil
- Apto Golden Dolphin 1 quarto R\$ 75 mil
- Apto Ed. Costa Rica 3 quartos R\$ 150 mil
- Lotes financiados em até 100 meses nos setores Caminho do Lago, Jequitimar e Portal das Águas Quentes
- Flat Rio Quente (Semi-Mobiliado) R\$ 40 mil
- Lote Jardim Roma 376m² - infra-estrutura completa - R\$ 55.000,00 - Vide sobre galpão e maquinário de marcenaria.
- Casa Jardim Roma, (ao lado do lote acima) 238m² construído, 3 quartos (1 suite), 2 banheiros, dependência empregada, sala, cozinha, área, varanda, área de serviço, quintal, parte da casa em mobília fixa. R\$ 180.000,00.
- Jardim Interligo quadra 2 lote 16. R\$ 40 mil

MUNICÍPIO DE RIO QUENTE

Câmara de Rio Quente Informa:

Sessões de Setembro

Dias: 14, 15, 16, 17 e 18

Para quem não escuta qualquer coisa...

RADIO CIDADE 98.7 FM

A Cidade vive a Cidade!

CLASSICALDAS

GESMAR
Imóveis

Compra e Venda
Tua Melhor Oportunidade

Fone: 3453-1639

www.gesmarimoveis.com.br

VENDAS:

APTO: Res. Aguas da Serra - com piscina - R\$ 110.000,00

APTO: Res. Rio Caldas, Mobiliado, Parque Aquático - R\$ 65.000,00

APTO: Prof. Celso de Godoy - Centro R\$ 49.000,00

APTO: Thermas das Caldas, Mobiliado, Parque Aquático, R\$ 75.000,00

TERRENO: J. Serrano, Av. Ilídio Lopes, Qd. 24 405m², R\$ 22.000,00

TERRENO: Rua D-11 - Itanhanga I, R\$ 35.000,00

TERRENO: Itaguaí III - Qd. 49 - R\$ 22.000,00

TERRENO: Setor Planalto - R\$ 7.500,00

TERRENO: Av. C - Itanhanga I, Área 822,50m² - R\$ 100.000,00

CASAS de 2 e 3 quartos, Averbada, Financiada em até 100% pela CAIXA - Imóvel novo.

ALUGUEL:

Residencial Cedrus. Apto 104, setor oeste, 2/4 sendo uma suite, R\$ 350,00 + condomínio.

Residencial Girassóis, casa 109, Fazenda Invernada, 2/4 sendo uma suite, Semi-mobiliado, R\$ 500,00. Energia e água à parte.

Casa Residencial, Bandeirante, 3/4 sendo uma suite, 1/4 + 1 WC na parte externa, R\$ 650,00.

Ramon Imóveis
CRECI - 6.112

Rua Osmando G. de Menezes nº 270 - Centro Caldas Novas - GO

ramonimoveis@gmail.com

Fone: (64) 3453-1750

www.ramonimoveis.com.br

apenas R\$ 902,00.

SALA COMERCIAL no Centro situado na Rua Antônio A. Guimarães R\$ 382,00.

SALA COMERCIAL sendo uma sala com banheiro no Itaguaí II, R\$ 552,00

SALA loja 210, Shopping Tangará, Centro, R\$ 252,00.

SALA COMERCIAL c/ 02 pias e 02 banheiros, Jardim Paraíso I, R\$ 502,00

SALA COMERCIAL sobre loja no centro Av. Cel. Bento de Godoy, R\$ 482,00.

SALA no Olegário Pinto Rua Rio de Janeiro, R\$ 582,00.

SALA COMERCIAL na Av. Cel. Bento de Godoy, Setor São José, R\$ 402,00.

VENDA:

APTO RESIDENCIAL situado na rua "G" Bairro Nova Vila, no Residencial Nova Fronteira IV, R\$ 65.000,00.

CASA COMERCIAL - lote de 360m², no CENTRO c/ casa construída.

APTO no Centro com 02 quartos, sendo 01 suite, 01 banheiro social, sala, cozinha conjugada com a área de serviço e garagem, R\$ 72.000,00

LOTE de 360,00m² no Bandeirantes, R\$ 34.000,00.

TERRA CALDAS
Imóveis

Climas oportunidades... Climas oportunidades!

APARTAMENTOS:

Av. Cel Bento de Godoy Qd 15 Lt 11 Ed. Guilherme de Oliveira-Centro ¾ todos com armários, sendo uma suite c/sacada, copa, cozinha, banheiros com box e armários, cozinha e área de serviço. **R\$900,00** com condomínio

Rua Marechal Castelo Branco Qd. 25 S/N Condomínio Residencial Águas da Serra-Ed. Colibri apt° 505-A Bairro Turista I 2/4 sendo uma suite (quartos com armários), sala com sacada, cozinha c/ armário, wc social, garagem e parque aquático. **R\$700,00 Incluso condomínio**

Rua dos Gerânios Qd.17 Lt.03 -Solar das águas-Jardim dos Turistas 2/4,sala,cozinha,área de serviço,wc e garagem. **R\$340,00**

Rua do Turismo Qd.01 S/N Residencial Tropical 3/4 sendo uma suite, sala, cozinha, wc e garagem. R\$ 830,00 incluso condomínio

APARTAMENTO SEMI MOBILIADO

Rua Victor Ozeda Alia Qd.06 Apartamento 403 - Edifício Regina - Centro 2 quartos sendo uma suite, sala, cozinha, banheiro, garagem. **R\$380,00 In-**

cluso condomínio

Rua Espediciário Qd.11 S/N - Olegário Pinto Ed. Fernanda Gabriela 4/4 sendo uma suite, sala, cozinha, wc, deg de emp., área de serviço, sacada e garagem. **R\$800,00** incluso condomínio

CASAS

Condomínio Girassóis (Em frente ao Setor Aeroporto/Casa 05, 2/4, sala, cozinha, w.c, área de serviço, garagem, **R\$350,00 (Incluso condomínio)**)

Rua 11 Qd 18 Lt 01 Turista II ¾ sendo 3 suítes, sala, copa, cozinha americana, varanda, área de serviço, quintal c/ pomar e garagem. **R\$400,00**

KITINET SEMI MOBILIADA

Rua João Crisostomo, Qd.A, Lt.38, Shop Águas Calientes, Apto 38-Centro Quarto, sala, banheiro. **R\$350,00**

BARRACÃO

Rua 02 Qd. 07 Lt.06 - Itaja 2/4, sala, cozinha, banheiro social, garagem. **R\$250,00**

SALAS COMERCIAIS

Avenida Cel Bento de Godoy - Prox ao HSBC 40 M² **R\$600,00**

Avenida Cel Bento de Godoy - Prox ao HSBC 80 M² **R\$1.000,00**

Rua P Qd 07 Lt 01 - Nova vila 20M² **R\$210,00**

Rua Dr. Ciro Palmerston Qd 25 N° 277 Sl 01 Centro **R\$380,00**

Rua Dr. Ciro Palmerston Qd 25 N° 277 Sl 02 Centro **R\$280,00**

Rua Dr. Ciro Palmerston Qd 25 N° 277 Sl 03 Centro **R\$380,00**

Centro Comercial Hélio Lopes de Moraes - Centro Salas a partir de R\$180,00.

Rua Alameda Juca de Godoy Qd A Lt 01 e 02 - Centro Sala comercial com WC. **R\$370,00**

LOTES

Rua Ant° Inocêncio de Oliveira Qd 25 Lt 13 - Centro **R\$465,00**

GALPÃO

Para Igreja, Transportadora, Supermercado, etc. 360m²

CHÁCARA

2/4 sendo uma suite, sala, cozinha, área de serviço, WC e garagem. **R\$180,00**

CIDADE

A Cidade vive a Cidade!

98.7 FM

Fone: (64) 3453-1098



BANCO IMOBILIÁRIO

CERTeza DE BONS NEGÓCIOS

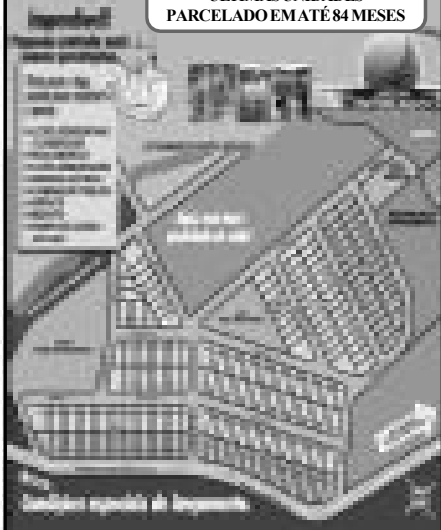
Telefax: (64) 3453-5000

COMPRA, VENDA, ALUGUEL E ADMINISTRAÇÃO DE APARTAMENTOS, LOTES, CASAS, ÁREAS COMERCIAIS, FAZENDA, ETC.

Acesso o site: www.bancoimobiliario.com.br

End: Rua do Tororó, nº 270-B, Tereza I - Caixa Nova - 66 - CEP 13.690-000

JARDIM INTERLAGO
ÚLTIMAS UNIDADES
PARCELADO EM ATÉ 84 MESES



IMÓVEIS PARA VENDA

APARTAMENTOS:

Apto. 01 quarto - Edifício Esplendor - R\$ 80.000,00

Apto 3/4 - Res. Tropical - R\$ 135.000,00

Apto. 1/4 Ensadada Náutico - R\$ 120.000,00

Flat Lagoa Quente - R\$ 70.000,00

LOTES:

Lote setor Bela Vista - R\$ 7.500,00

Lote Jardim Metodista - R\$ 14.000,00

Lote no Jardim Roma - R\$ 55.000,00

CASA:

Casa no Parque Real, 3/4, Banheiro Social, 01 sala, área de serviço, cozinha. R\$ 50.000,00

IMÓVEIS PARA VENDA

Apartamento de 03 quartos, sendo uma suíte - Residencial Águas Calientes - R\$ 90.000,00

Apartamento de 01 quarto - Thermas Place - R\$ 85.000,00

Apartamento de 02 quartos sendo uma suíte - res. Tayná - R\$ 160.000,00

Apartamento de 01 quarto - Golden Dolphin - R\$ 75.000,00

Casa de 03 quartos sendo uma suíte - Bairro Bandeirante - R\$ 170.000,00

Casa de 03 quartos sendo uma suíte - Estância Itaguaí - R\$ 130.000,00

Casa de 02 quartos - Condomínio Girassóis - R\$ 85.000,00

Barracão - 02 quartos - Portal das Águas Quentes - R\$ 40.000,00

Flat Confort (mobiado) - R\$ 55.000,00



Fone: (64) 3453-5005

Shopping CTC, Sala 1906
Centro

Fone: (64) 3453-6006

Av. Antônio Sánchez Fernandes
Qd. 12 Lt. 81 - Ragaal I

CRED - FIEB



Hotel Lages em Curitiba - 100 por 24 apartamentos, piscina, churrasqueira, lavanderia, sala de café, salão de festas, estacionamento, playground (próximos anos)

Residencial Primavera
Residencial Primavera - 2000m² - 4000m²



R\$ 50.000,00



R\$ 70.000,00

conheça fal

VENDA:

Sobrado Setor Oeste com 3 suítes, 01 banheiro social, sala, cozinha, área de serviço, garagem para 3 carros.

Apartamento de 2/4 sendo 1 suíte, sala 2 ambientes, cozinha, área de serviço, banheiro social, 2 sacadas, no Residencial Orquideas da Serra.

Apartamento de 3/4 sendo 2 suítes, sala 2 ambientes, cozinha, área de serviço, banheiro social, 3 sacadas, no Residencial Saint Paul.

Apartamento Mobiliado Residencial Prive das Thermas II com 2 quartos, sala, cozinha, banheiro social, excelente parque aquático.

Casa Setor Bandeirantes com 4/4, sendo tres suítes, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço e garagem

Casa Averbada Setor Belvedere com 2/4 sendo uma suíte, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço e garagem. R\$ 68.000,00.

Casa Averbada Setor Bandeirantes com 3/4 sendo duas suítes, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço, churrasqueira, garagem.

Sala Comercial Avenida B com 250 m2, Excelente localização.

Aluguel mensal na Matriz:

Casa Super Mobiliada com 3 quartos, 2 banheiros, sala, copa, cozinha, área de serviço com churrasqueira, ducha, jardim, garagem. Setor Itanhangá I

Casa com 3 quartos sendo uma suíte, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço e garagem, Rua 01 Setor Bandeirantes.

Apartamento Residencial Mont Sinai com 1 quarto, sala/cozinha, banheiro social.

Apartamento Mobiliado Residencial Tropical com 2 quartos sendo uma suíte, sala, cozinha, banheiro social, parque aquático.

Apartamento no Centro com dois quartos, sala/cozinha, banheiro social e sacada.



Fone: (64) 3453-5005

Shopping CTC, Sala 1906
Centro

Fone: (64) 3453-6006

Av. Antônio Sánchez Fernandes
Qd. 12 Lt. 81 - Ragaal I

CRED - FIEB

Coluna sob a responsabilidade da Empresa: Hot News Publicidade e Marketing Ltda



Medo da nova gripe pode causar distúrbios psicológicos

Para os psiquiatras é fácil explicar: trata-se de um distúrbio de comportamento. Para as pessoas que tomam cuidados excessivos para evitar a nova gripe, no entanto, o problema não é tão claro. Começa como um receio injustificado. À medida que as notícias ruins vão aumentando, a sensação dá lugar ao medo e à certeza de que algo ruim está prestes a acontecer. Aos poucos, a rotina está modificada e passa a girar em torno dos cuidados exagerados para se manterem limpas e a salvo do vírus desconhecido. Situações de estresse como a causada pela pandemia da nova gripe são apontadas pelos especialistas como desencadeadoras de depressão. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 121 milhões de pes-

soas sofrem da doença em todo o mundo e uma das manifestações de quadros depressivos é a ansiedade. De acordo com o conselheiro do Programa ABP Comunidade, da Associação Brasileira de Psiquiatria, Antônio Leandro Nascimento, a ansiedade é uma sensação comum a todos os seres humanos. Porém, em excesso traz sérios prejuízos. "Na maioria das vezes, essa sensação é benéfica, pois nos prepara para um evento novo", explica. "Quando a ansiedade é constante aumenta a produção de cortisol (hormônio associado ao estresse) e isso pode gerar sintomas de depressão." Porém, são as pessoas com tendências para o desenvolvimento de problemas como o transtorno obsessivo compulsivo (TOC), hipocondria e fobias que acabam sofrendo mais com a situação. "Até 3% da população pode apresentar transtornos com ca-

racterísticas repetitivas, como o transtorno obsessivo compulsivo e a hipocondria", afirma Nascimento. Enquanto hipocondríacos não conseguem deixar de pensar (e de ter certeza) de que estão doentes, as pessoas que sofrem com fobias (como o medo de ficar doente) temem, por exemplo, serem contaminadas, explica a psiquiatra e coordenadora do programa de distúrbios obsessivos compulsivos da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), Christina Hajaj Gonzalez. Já as pessoas com TOC desenvolvem comportamentos repetitivos, como forma de se certificarem que estão seguras. Assim, uma pessoa com temor de ser contaminada por qualquer tipo de vírus pode, por exemplo, ter o hábito de lavar as mãos continuamente até o ponto de gastar um sabonete por lavagem e ou até mesmo se machucar.

Cred Caldas dinheiro na mão sem consulta ao SPC e SERASA

Tá sem crédito? Precisa de dinheiro?



Aposentados
Pensionistas
Func. Públicos Estaduais
Exército
Aeronáutica



Atendemos Caldas Novas e Região

Se você já tem financiamento não tem problema pagamos suas dívidas e refinanciamos pra você. Você paga suas dívidas e sai com dinheiro na mão.



Informações:

Ligue: (64) 3454 4999
(64) 84192238 / 9985-3264

Shopping Fonte das Termas sala. 213 em frente a praça Mestre Orlando Centro - Caldas Novas - Goiás

NOVELAS

MALHAÇÃO 17h30

Iracema não consegue convencer Marina a desistir de viajar com João. Peralta teme que Yasmin e Filó tenham sido flagradas pelas câmaras de segurança do prédio ao mudarem a decoração do hall. A matéria do caderno de música dá mais destaque para Alex, e os demais integrantes da Quadrabanda ficam furiosos. Paloma, DJ que teve um caso com Caio, volta de Barcelona e procura o rapaz.

PARAÍSO 18h

Norberto e Maria Rosa choram por causa de Aurora. Rosinha diz a Zefa que Zeca está tocando o berrante para anunciar a anulação do casamento. Mariana fica nervosa com o som do berrante. Antero fala com Mariana sobre o fim do casamento de Zeca. Geraldo e Isidoro vão procurar Aurora e Alfredo Modesto. Maria Rosa implora para Maria Rita rezar por Aurora. Padre Bento tenta consolar Norberto.

CARAS E BOCAS 19h15

Socorro se anima com a visita de Frederico e permite que ele volte outras vezes. Gabriel conta para Ivonete que Fabiano se veste de mulher para segui-la, pois desconfia que Adenor não seja seu irmão. Jacques confirma que é avô de Dafne e Anita teme a reação da tia quando souber que ele é milionário. Denis afirma que Xico foi embora de vez e Lili suspeita que Bianca esteja envolvida com o sumiço do macaco.

CAMINHO DAS ÍNDIAS 21h00

Maya ameaça contar sobre a falsa barriga de Surya se ela revelar a verdade sobre Niraj antes de terminar o luto. A mãe de Shivani incentiva sua filha a tratar bem Niraj para não perder Bahuan. Maya diz a Camila que vai entregar Niraj para Bahuan. Ramiro conta para Melissa que Tônia ganhou uma bolsa de estudos. Chanti pergunta se Indra quer dançar no filme que ela participa.

PODER PARALELO 22h30

Bruno e Juraci fazem um pacto: o deputado simula, sem admitir, que é o Guri para Fernanda. Juraci entrega uma maleta com diamantes para Bruno. Fernanda revela a Tony que está aliviada, porque descobriu que o Guri é Juraci. Marília descobre que está grávida. César conta a Renato que um informante deles em Amsterdã avisou que alguém vai sair do Galeão levando diamantes para lá.

VENDE-SE UM VÉU DE NOIVA - 22h45

Rubens intimida Fabrício ao perguntar o que aconteceu com Maria Célia na Ilha do Profeta. Rubens diz a Fabrício que depois do acidente na ilha ele se comportou de forma estranha. Nervoso, Fabrício diz que não se lembra do acontecido. Caetano exige a Homero uma indenização de R\$ 1 milhão de reais. A cigana Esmeralda lê a mão de Daniel e diz que o passado está vindo à tona.

BELA A FEIA 20h30

Até o fechamento desta edição a emissora não havia disponibilizado o resumo deste capítulo.



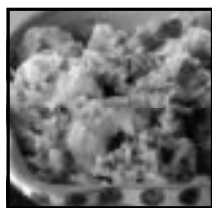
Culinária

Arroz com camarão

INGREDIENTES

- . 1 kg de camarões
- . 2 colheres (sopa) de óleo
- . 400 g de arroz
- . 1 cebola
- . 1 dente de alho
- . 2 tomates sem pele e sem sementes

- . 1 folha de louro
 - . Sal e cheiro-verde picado a gosto
- MODO DE PREPARO**
- Limpe o camarão e despreze a cabeça e o rabo. Retire a tripa e reserve o corpo do camarão. Aqueça o óleo e refogue a ce-



bola e o alho picados. Junte o tomate cortado em cubinhos e mexa por 3 minutos. Acrescente o arroz, mexa por 2 minutos e despeje água quente o

suficiente para cobrir o arroz. Ponha o cheiro-verde e o louro e corrija com cuidado o sal. Cozinhe até começar a secar, junte o camarão, mexa delicadamente e cozinhe até secar a água. Se necessário, adicione mais água quente. Cozinhe até o arroz ficar macio e desligue o fogo. Deixe repousar 5 minutos antes de servir. **Dica: Você pode usar camarão seco dessalgado para preparar esse prato.**

ASTROLOGIA

ÁGUA 11:30 a 19:00

Prepare-se, pois o trabalho tende a aumentar ainda mais esta semana. Procure não dar importância a pessoas que ainda tentam desestabilizar seu humor. Este é um importante momento para a estruturação e recuperação dos esforços empreendidos no último ano. Não se deixe levar por emoções mais baixas.

CÂNCER 21:00 a 23:00

Nesta fase você deve perceber que existem emoções mal resolvidas que estão desencadeando algumas insatisfações e raivas em você. Procure observar suas reações e palavras, que devem ser controladas. Finanças passam por ótima fase, com possibilidade de ganhos extras.

LIBRA 13:00 a 20:15

Apesar de as energias estarem bastante pesadas, Júpiter envia boas notícias para você. Procure observar que por trás dos problemas existe algo de bom acontecendo. Energia em alta colocada totalmente em sua carreira promove ótimos resultados e benefícios à sua imagem.

VIRGÍNIO 11:15 a 20:00

Hoje você estará mais criativo e o romance não vai passar despercebido. Suas emoções estão mais afloradas e você deve olhar para elas com mais seriedade. Que tal dar uma nova chance para o seu coração? Deixe o passado para trás e comece a pensar numa nova oportunidade.

LIBRA 13:00 a 20:15

Hoje você certamente vai preferir ficar na sua. Você estará mais sensível e mais aberto às questões emocionais. Algum amigo mais próximo pode ajudá-lo nas dificuldades financeiras que têm tirado seu sono nas duas últimas semanas. Novidades e muito movimento no amor e romances.

VIRGÍNIO 11:15 a 20:00

Muitas mudanças devem acontecer ainda esta semana em alguns setores de sua vida. Prepare-se, pois as escolhas que fizer agora serão decisivas para a definição de projetos que você vem se dedicando há dois anos. Relacionamentos passam por uma fase de reflexão.

TÓRMO 21:00 a 23:00

A lua entra em seu signo no dia de hoje e você fica naturalmente mais aberto e sensível. Vida profissional ainda em alta prepara você para um novo salto que se dará a partir de meados de outubro. Convidos para novos trabalhos e parcerias certamente acontecerão. Amor ainda em fase difícil.

LEÃO 13:00 a 20:00

Hoje você pode sentir certa oscilação nas decisões que deve tomar em sua carreira. Procure refletir antes de qualquer passo. Fase importantíssima de estruturação definitiva de suas finanças e vida material. Os relacionamentos continuam em alta com possibilidade de mais estabilidade a partir de outubro.

RECORNO 23:15 a 01:15

A lua passa por seu setor dos relacionamentos tornando seu dia mais voltado para as questões de amizades e relacionamentos. Você estará mais simpático, sociável e receptivo e por isso deve se utilizar dessa energia para expor projetos e programar reuniões importantes para os seus negócios.

ESCORPIÃO 11:15 a 19:00

Apesar de toda popularidade e capacidade de manejo social, hoje você vai preferir ficar recluso em um ambiente seguro. Sair de casa será quase um sacrifício. Se puder, respeite sua necessidade, pois vai ser ótimo para o equilíbrio de suas emoções. Bom momento para começar um programa de exercícios.

SAURTÁRIO 23:00 a 01:00

Hoje toda sua energia estará voltada para o trabalho e a saúde. Você deve se utilizar dessa energia para organizar questões que fugiram de seu controle nas duas últimas semanas. Você não deve deixar de lado a importância deste momento, pois muitas novidades devem acontecer nesse setor de sua vida. Dedique-se.

PEIXES 13:00 a 20:15

Algumas energias ficaram mais fortes durante esta semana, até que você tome uma decisão. Problemas nos relacionamentos, que podem ser pessoais ou comerciais tendem a aumentar, no entanto caminham em direção a uma solução. Mudanças positivas no trabalho.

O quanto a Moderna
 Dr. David Elias Pinheiro
 Dr. Roberto Soares Junior
 Dr. Estevão Elias Pinheiro
 Dr. Joana Brandão Pinheiro
 Dr. André B. Brandão
 Dr. Paulo A. Brandão Pinheiro
 Fone: 3453-3732

EDUCAÇÃO

Apenas 1% das universidades obtém conceito máximo do MEC

Apenas 21 entre as 2 mil instituições de ensino superior avaliadas em 2008 pelo Ministério da Educação (MEC) obtiveram nota máxima no Índice Geral de Cursos da Instituição (IGC). O indicador, que foi divulgado pela primeira vez no ano passado, atribui notas às faculdades e universidades, levando em consideração a qualidade dos cursos de graduação e pós-graduação. De acordo com a pontuação, as instituições são classificadas em faixas que vão de 1 a 5.



Reynaldo Fernando, ressaltou que as medidas de saneamento só são aplicadas se a visita *in loco* confirmar o IGC 1 ou 2.

"Independente dos aspectos de regulação, o IGC tem uma função fundamental que é orientar o público sobre a qualidade do ensino oferecido em cada instituição", ponderou.

Do total das instituições avaliadas, 884 (44%) obtiveram IGC 3, considerado razoável. Dezoito instituições ficaram com IGC 1 e 570 com IGC 2, considerados ruins, o que representa quase 30% do universo de entidades avaliadas.

Mais de 300 instituições ficaram sem conceito porque não houve participação mínima dos alunos de alguns cursos no Exame Nacional de Desempenho de Estudantes (Enade). A nota da prova é um dos fatores que compõem o Conceito Preliminar de Curso (CPC), utilizado para o cálculo do IGC. O CPC também leva em conta as chamadas "variáveis de insumo", que consideram corpo docente, a infraestrutura e o programa pedagógico.

Do total das instituições avaliadas, 884 (44%) obtiveram IGC 3, considerado razoável. Dezoito instituições ficaram com IGC 1 e 570 com IGC 2, considerados ruins, o que representa quase 30% do universo de entidades avaliadas.

"Dependendo da gravidade da situação, ela pode ter o número de vagas reduzidos nos cursos deficientes, a suspensão temporária ou definitiva do processo seletivo e, em último caso, o descredenciamento da instituição", explicou.

O presidente do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (Inep),

entre as universidades com a maior avaliação (IGC 5), 11 são públicas e dez privadas. A nota mais alta ficou com a Escola Brasileira de Administração Pública e de Empresas (Ebape), do Rio de Janeiro, que é particular. O Instituto Tecnológico da Aeronáutica, que é federal, ficou com o segundo lugar, seguido pela Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (Famerp), estadual. Em último lugar no ranking (com IGC 1), está a Faculdade de Ciências Jurídicas e Sociais de Maceió (FAMA), que é privada.

De acordo com o minis-

IR 2009

Receita libera consulta a 4º lote de restituição do IR 2009

A Receita Federal libera nesta terça-feira, a partir das 9h (de Brasília), consulta a um lote de restituição do Imposto de Renda que abrange contribuintes incluídos no quarto lote de 2009 e pessoas físicas que estavam na malha fina do ano passado. Ao todo, 381 mil contribuintes terão restituição. Para saber se teve a declaração liberada, o contribuinte deverá acessar a página da [Receita](#) na internet ou ligar para o número 146.

Para as declarações de 2009 (ano-base 2008), a Recei-

ta pagará R\$ 386,4 milhões a 376,5 mil contribuintes. A correção será de 4,01%, correspondente à variação da taxa básica de juros (Selic) entre maio e setembro. Deste total, 15 mil pessoas físicas têm pelo menos 65 anos e tiveram prioridade no recebimento por causa do Estatuto do Idoso.

Em relação ao lote residual de 2008, a Receita pagará R\$ 13,5 milhões a 5,3 mil contribuintes. A correção será de 16,08%, equivalente à taxa Selic de maio de 2008 a

setembro deste ano. O dinheiro será depositado na conta dos contribuintes no dia 15.

Se a restituição não for creditada, o contribuinte poderá ir a qualquer agência do Banco do Brasil ou ligar para os telefones 4004-0001 (capitais), 0800-729-0001 (demais localidades) e 0800-729-0088 (deficientes auditivos). Nesse caso, será necessário agendar o depósito em conta-corrente ou poupança de qualquer banco, desde que esteja em nome do contribuinte.

SAÚDE

Auto-drenagem para o rosto

Com o passar do tempo, naturalmente os músculos da face começam perder a firmeza. Ai, o rosto fica com aquela aparência de envelhecido e as rugos a dar as caras, literalmente.

Cremes e cuidados com o sol são premissas básicas de qualquer um que zela pela própria imagem. Mas, além desses, há outros métodos que podem garantir a saúde - e o bom aspecto da pele do rosto. A drenagem linfática, milagrosa no corpo todo, também vale para cima do pescoço. E o melhor é que você pode aprender a fazer sozinha, em casa mesmo.

"A drenagem facial elimina líquidos e toxinas, fazendo com que a pele do rosto fique com uma aparência mais firme", explica a fisioterapeuta Marília Fazio, da clínica de estética Espaço Tanggüh, em São Paulo. O objetivo dessa massagem é drenar todo o excesso de líquido que deixa a pele 'molenga', para que depois esse excesso seja redistribuído e reabsorvido pelos vasos que se encontram nessa região. Quando volta para o corpo, os excessos são eliminados, fazendo seu fluxo natural.

Para potencializar os resultados em casa, Marília diz que cremes hidratantes podem ajudar. "Pode ser o que você já está acostumada. De preferência os sem aromas, para evitar qualquer tipo de irritação, ou também aqueles específicos para firmeza da pele", indica.

A fisioterapeuta afirma que fazer os movimentos duas vezes por semana já é suficiente para que se obtenham resultados. Mas somente a auto-drenagem não faz milagres. "Ela pode melhorar quando há um inchaço ou um acúmulo excessivo de gordura na face.



Mas não substitui a massagem realizada por um fisioterapeuta ou um terapeuta corporal", adverte. "Ela auxilia sim na diminuição do inchaço. Mas funciona mais como uma massagem modeladora, de relaxamento. Feita isoladamente, o benefício é mais com relação ao alívio do estresse e das tensões do que estético", completa o médico Jorge Kalil, especialista em cirurgia vascular do Centro Especializado em Cirurgias Minimamente Invasivas (CECMI), em São Paulo.

Normalmente qualquer pessoa, de qualquer idade, pode fazer as massagens. Para as que acabaram de sair de uma cirurgia - como o lifting facial ou qualquer outra que possa agredir o tecido celular -, a drenagem é uma ótima opção. "No pós-operatório, os benefícios são muitos. Na maioria deles há um edema, um inchaço natural após a agressão cirúrgica que os tecidos sofrem. Você drena o tecido subcutâneo, drena o líquido que as células têm em excesso, auxiliando na diminuição do inchaço", esclarece Jorge.

O médico afirma que entre sete e dez sessões já é possível notar uma melhora relevante na diminuição de edemas, por exemplo, mas alerta: "antes de fazer a drenagem, o ideal é procurar um especialista em cirurgia vascular para diagnosticar ou mesmo um bom clínico geral. Às vezes, as pacientes apresentam

inchaços decorrentes de uma insuficiência cardíaca ou renal e não podem ser submetidas ao procedimento. O tratamento pode até agravar o quadro clínico", alerta Jorge, também especialista em cirurgia endovascular.

COMO FAZER A MASSAGEM EM CASA:

- coloque o dedo indicador e o do meio abaixo das orelhas e faça movimentos que leves no local, pressionando e soltando. Repita pelo menos cinco vezes

- abaixo do queixo, pressione com o dedo, fazendo o mesmo movimento das orelhas, como se bombeasse o próprio corpo.

- depois coloque os dedos na testa e faça o movimento de deslizamento, a partir da metade da testa, em direção às orelhas. Logo depois, faça o movimento de bombeamento novamente. O mesmo com o nariz, passando por debaixo dos olhos e pelas bochechas. Repita o movimento no queixo, passando pelo arco mandibular. Tudo sempre em direção às orelhas.

Fazendo os exercícios, pelo menos duas vezes por semana, de preferência no final do dia, já será possível notar uma melhora no aspecto da pele. Vale tentar!

RIO QUENTE UNIDO CONTRA A DENGUE
 Se você ajudar a Dengue vai acabar!
 Rio Quente
 COMBATER A DENGUE É UM DEVER MEU, SEU E DE TODOS!
 A dengue se combate todo dia!

CULTURA SERTANEJA CALDAS NOVAS - GO
 www.cultura106.com.br

O melhor churrasco do Brasil

CHURRASCARIA E CHOPERIA

PICANHA NA BRASA

RODÍZIO GAÚCHO

Caldas Novas - Goiás - Fone: (64) 3453-9223

ALIMENTAÇÃO

Suco de beterraba pode aumentar resistência de atletas

Se você é daqueles que se cansam só de pensar em fazer atividade física, o resultado de uma pesquisa realizada pela Universidade de Exeter e Escola de Medicina Peninsula, na Inglaterra, concluiu que um detalhe simples pode deixar a prática menos fadigante: beber suco de beterraba. O líquido aumenta a resistência e ajuda a se exercitar por até 16% mais tempo.

A equipe do estudo analisou oito participantes do sexo masculino, de 19 a 38 anos. Os voluntários ingeriram 500 ml diariamente de suco de beterraba por seis dias consecutivos

antes de completar uma série de testes envolvendo pedalar em bicicleta ergométrica. Em outra ocasião, receberam groselha negra durante o mesmo período para, então, suar a camisa com os exercícios propostos.

Depois de consumir o suco de beterraba, o grupo foi capaz de colocar o corpo em ação, em média, por 11,25 minutos e 92 segundos a mais do que com o auxílio da groselha negra. A iguaria vermelha também conferiu menor repouso da pressão arterial.

Os pesquisadores ainda

não têm certeza do exato mecanismo que faz com que o nitrato da beterraba estimule a resistência. No entanto, suspeitam que possa ser um resultado da sua transformação em óxido nítrico no corpo, reduzindo o custo de oxigênio do exercício. "Ficamos surpreendidos com os efeitos do suco de beterraba no consumo de oxigênio, porque não podem ser alcançados por qualquer outro meio conhecido, incluindo treinamento", disse o professor Andy Jones, da Universidade de Exeter, ao site *Science Daily*.

A ideia dos cientistas é



realizar novos estudos para tentar compreender de forma mais detalhada os efeitos dos alimentos ricos em nitrato na fisiologia da atividade física. Eles acreditam que os resultados poderiam ser de grande interesse para idosos ou pessoas com doenças cardiovasculares, respiratórias ou metabólicas, além de atletas de resistência e amadores.

BRASIL

Brasil pode ser a maior potência militar da região

Segundo matéria do jornal *El País*, o acordo militar entre a França e o Brasil pode consolidar o País como a primeira e "indiscutível" potência militar do subcontinente. O ambicioso acordo de cooperação foi fechado em meio à celebração da Independência brasileira com direito a milhares de convidados e desfiles militares, afirma a publicação.



Segundo o jornal, a França consegue abertura militar na região, diferente do que ocorre com os EUA que só encontram obstáculos para se estabelecer na Colômbia.

O jornal cita as declarações do presidente Luiz Inácio Lula da Silva sobre a defesa das reservas de petróleo do pré-sal na costa do País. "Sempre devemos ter presente que o petróleo tem sido a causa de muitas guerras. Nós não queremos guer-

ra nem conflito", disse Lula em trecho do discurso publicado pelo periódico.

A cooperação franco-brasileira, segundo o *El País*, mostra os esforços de Lula para modernizar as Forças Armadas, para que em 2020, o Brasil possa contar com a maior força naval da América Latina, equipada com submarinos, navios de pequeno porte, mísseis de longo alcance, torpedos, aviões, helicópteros. Tudo com tecnologia de ponta, afirma o jornal espanhol.

7 arte CINE

PLEX STADIUM CALDAS

8112-4605

3453-6869

www.artecine.com.br

www.artecine.com.br/caldas

SESSÃO ÀS 20h

G.I. JOE

SESSÃO ÀS 21h

A PROPOSTA

AÇÃO - DUBLADO - 116 min

COMEDIA ROMANTICA - LEGENDADO - 102 min

FP

FAZENDA PAIXÃO

DO CAMPO PARA A CIDADE!!!

(64) 9643 1599

Força Fitness Academia

Equipamentos Novos e Modernos

Academia localizada junto ao CREF

Ambiente Amigável e Familiar

3455 2342

Rua expedicionário Otd. 06 Lt. 01 Deglório Pinto - Caldas Novas - GO

(Próximo à Praça 4 Rodas ao lado do Panfletão)

Escola Centro Educacional Futura

O futuro começa aqui

Fone: (64) 3453-4968

Rua 25 - Qd. 14 - Lt. 04 - Itaguai I - Caldas Novas - GO

ESCOLA CENTRO EDUCACIONAL FUTURA

A escola que ensina na era da informática com a velocidade da internet!

Hits

epe

Eddy Moraes

Nobre

Aline Gouveia

17/SETEMBRO - 21:00h

GRANDIPIO

ENTRADA: Salão nobre, buffet completo, show americano, música, fogueira, cerveja, vinho, chocolate.

COMIDA:

- Pratinho à vontade
- Frango grelhado com molho de leite

BEBIDAS AMERICANAS:

- Água com limão
- Bebida preferida
- Bebida com açúcar

BEBIDAS CLÁSSICAS:

- Bebida com açúcar
- Bebida com limão
- Bebida com leite
- Bebida com chocolate
- Bebida com açúcar
- Bebida com limão

BEBIDAS:

- Vinho Nacional
- Agua Mineral

RESERVAS LIMITADAS

804 pessoas adultas

804 70,00 (gratuito)

1640 3453-6869

1640 9626-0644



DEMAE

Departamento Municipal de Água e Esgoto - Caldas Novas

EDITAL DE PREGÃO (PRESENCIAL)
Nº. 019/2009 - DEMAÉ

OBJETIVANDO A AQUISIÇÃO DE AÇO.



EDITAL DE PREGÃO (PRESENCIAL)
Nº. 007/2009 - CAMARA MUNICIPAL
DE CALDAS NOVAS



PREGÃO PRESENCIAL Nº. 058/2009

OBJETIVANDO AQUISIÇÃO DE GÊNEROS
ALIMENTÍCIOS, DESTINADOS AOS CEMEIS -
CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL
DO MUNICÍPIO DE CALDAS NOVAS - GO.



Pastor Keysson e Pastora Cecilia

Vida na Palavra



RICARDO IVO AFONSO
Pregoeiro
Portaria nº 004/2009

www.camaradecaldas.go.gov.br, ou a disposição para
estudo e copia na sede da Comissão Permanente de
Licitação, em horário comercial, a partir da data de sua
publicação.

LORENA KARLA M. DE FREITAS
Pregoeira

NEUZA MARQUES DA SILVA
Decreto Nº 086/2009

quase **TUDO**

PÁG. 2

Farofa de
Manteiga

CALDAS NOVAS

CALDAS NOVAS

Vendemos

Pálio Advento
Completa An
85 mil KM 2
Tratar com Ap
(64) 8401-5660/9

Vida no Espírito

PASTOR ROBERTO OLIVEIRA
MINISTÉRIO OUVIR E CRER DE SÃO LUIS DE MONTES BELOS.

CULTOS: SEXTA 19H30, SÁBADO: 19H30,
DOMINGO às 10 DA MANHÃ E 19H30.

IGREJA VIDA NA PALAVRA

EX. DAS. MAQ. (EX. DA FEIRA LIVRE)
QD 05 IT. 30 - AO LADO DA R. CALDAS

Endereço: Pólo Briton, FM - 104, 9 - lote 9
Espel de Caldas Novas, programa
Vida Na Palavra de Seg. à Ter. das 11h às 12h.

(64) 9247-1917

Azul anuncia voo
para Caldas Novas

PÁG. 7

CIDADES

MUNDO

PÁG. 7

conheça nosso web site

QUINTA-FEIRA

www.g

PUBLICIDADE

PÁG. 8

GAZETA DO ESTADO

Edição das 18h 30min

R\$ 1,00

A notícia levada à sério

Caldas Novas, 09 de Abril de 2009

Nº 670

PÁG. 3

quase **TUDO**

PÁG. 2

CALDAS NOVAS

Ponto 15
Mídia Exterior

Fone:
(64) 8401-6829

Ponto 15
Mídia Exterior

Fone:
(64) 8401-6829

ODILMAR VARGAS

Jurado Zootécnico da ABCZ e Ambientalista
Organiza, Julga Exposições Agropecuárias e agil panfleteiro

Julgarei 21º Expo Cristalina e 37º Expo Ceres 04/09
odilmurjaimelore@gmail.com / odilmurvargas@yahoo.com.br

Faço Cartões de visita e entrego panfletos
(64) 9214-5424 / 9206-6519 / 9281-8376

BR Transporte
TURISMO

Br Turismo conforto
e segurança em
suas viagens

3453-4158
8404-0282

Excursões com Veículos Executivos, van de 15 lugares,
microônibus de 28 lugares e ônibus com até 50 lugares
Preço promocional para lotes

quase **TUDO**

CALDAS NOVAS

GAZETA DO ESTADO

PUBLICIDADE

Edição das 18h 30min

R\$ 1,00

A notícia levada à sério

Caldas Novas, 17 de Agosto de 2009

PÁG. 8

Nº 772

