

Novo Focus parte dos R\$ 69 mil e chega a R\$ 95 mil

Veículo traz novidades tecnológicas embarcadas desde o modelo de entrada, com destaque para o controle de estabilidade preventivo



Novo Focus chega em agosto, atualizado com lançamento ocorrido na Europa no final do ano passado

→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

A Ford anunciou os preços para todas as versões do modelo 2016 do Focus, que recebe atualizações implantadas no seu "irmão" europeu. O mais barato passa a ser o SE 1.6, com rodas de liga leve de 17 polegadas, controle preventivo de estabilidade, assistente de partida em rampas, aviso de pressão dos pneus, freio a disco nas

quatro rodas, faróis de neblina, sensor de chuva e de faróis, retrovisor interno eletrônico, sistema SYNC de conectividade com duas entradas USB, bluetooth, Applink (comando de aplicativos por voz) e assistente de emergência. O destaque fica por conta do controle de estabilidade preventivo (faz uma leitura da velocidade e dos comandos do volante, interferindo na ação dos pneus antes de o veículo per-

der a estabilidade), assistente de frenagem autônoma. O modelo de entrada, o SE 1.6, custa R\$ 69,9 mil; o mais caro R\$ 95,9 mil. Entre eles há mais três versões. Atualmente o Focus é o hatch médio mais vendido no país, liderando as comercializações no mês de maio. Dentre os mais tracionais, ele concorre diretamente com o VW Golf e o Chevrolet Sport6. O novo modelo estará nas lojas em agosto.

1.0 Turbo Flex: o futuro da VW no Brasil estreia no up!



Compacto estreará a nova motorização da VW, com promessa de maior potência e economia

Primo a reagir, agora aceitos e, no futuro, a motorização que estará em praticamente todos os veículos. Referimo-nos à volta, com força, dos motores turbo, agora acoplados a três cilindros, geraldo, por incrível que pare-

ça, enorme economia de combustível e potência. E quem está entrando de cabeça é a Volkswagen, aproveitando tecnologia já embarcada na sua subsidiária, a Audi. O primeiro modelo a receber a novidade será uma versão apimentada do up!, prometida para chegar ao mercado no próximo mês. Outros modelos também terão motores semelhantes (com quatro cilindros) e outros iguais. Ele se chama up! 1.0 TSI (referente aos esportivos) e demandou investimentos de R\$ 460 milhões na fábrica de São Carlos-SP.



STREET BOB:

MUUUITO BARULHO!

A Harley Davidson está chamando todos os proprietários da Street modelo 2015 de volta às concessionárias. E o motivo do recall é interessantíssimo: - o excesso de barulho! Conhecido pelo alto ronco de seus modelos, a montadora desta vez exagerou e ultrapassou, e muito, os 80 decibéis permitidos.



FORÇA BRUTA!

O NOVO SUBARU

A Subaru provavelmente é a marca mais identificada com carros extra-séries em esportividade, com nome eternamente

vivo
0 jeito mais rápido de
você aproveitar a vida
na velocidade 4G.

4G

Vivo. Líder absoluta em 4G no Brasil.

Aparelho iPhone 6 16GB

12x SEM JUROS

de R\$ 205,00/mês

No SmartVivo 6GB

- GPS Integrado e Bluetooth;
- Display Retina HD Multitouch 4.7" polegadas;
- Câmera 8.0 megapixel.



Aparelho
Samsung Galaxy S6 Edge

12x SEM JUROS

de R\$ 188,00/mês

No SmartVivo 8GB

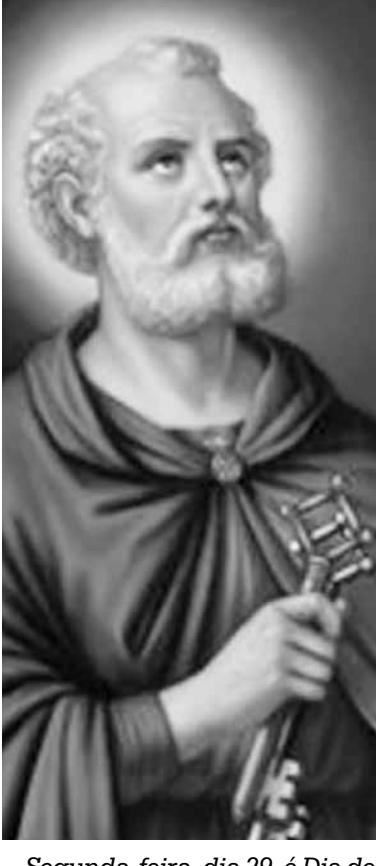
- Tela 5.1 polegadas curvada - Quad HD Super Amoled
- Câmera de 16MP
- Processador Octa Core (Quad 2.1 + Quad 1.5)

■ RETORNO FESTIVO

na curva do rio

CHICO PIRANHA

São Pedro,
nossa padroeira!



Segunda-feira, dia 29, é Dia de São Pedro, também conhecido como o Santo Padroeiro dos pescadores. Vai ver que é porque o Pedrão um dia foi pescador, e andou contando umas mentirinhas antes do "Galo Cantar", e ai junta com a fama inglória de alguns dos nossos confrades que sempre exageram "um tiquinho", e pronto: daí todo pescador acaba sendo rotulado injustamente como mentiroso, coisa que não é verdade.

Essa fama acontece por causa daquele baita peixão que estoura a linha ou que abre o anzol e sempre escapa, além é claro de outras tantas e inacreditáveis peripécias que vivenciam em suas andanças pelos brejos da vida. Ora, o pescador não é mentiroso, as coisas é que acontecem... E acontecem mesmo!

O peso da fama é tão brabo, mas tão brabo, que pode notar; toda vez que um companheiro vai contar um causo de pesca, logo trata de citar o nome de todos os parceiros que estavam presentes na pescaria, o dia e até a hora exata do "tal acontecimento". Cada um conta a história do seu jeito, mas os mais espertos, lógico, logo tratam de arranjar um monte de testemunhas.

E quando a façanha é "meio feroz" e o pessoal que ta assuntando o causo, começa trucar, sempre aparece um companheiro no papel de "Anjo da Guarda" pra salvar a pele do coitado do narrador. E jurando de pés-juntos e afirmando com todas as letras, sapeca: "É verdade, sim senhor! E eu só acredito porque estava lá e vi tudinho com esses olhos, que um dia a terra ousa as piranhas hão de comer!" E depois, pigarreia: "Bão, pra ser sincero, se eu não tivesse visto a façanha do comadre, e ele me contasse esse causo, eu também não acreditava, não!"

VENHA FAZER SUAS PREVISÕES PARA 2015
ASTRÓLOGA VIDENTE
SENSITIVA
SINARA

CONVIDO-LHE A FAZER UMA CONSULTA COM PODEROSA FORÇA ESPIRITUAL.

Estou capacitada a solucionar difíceis ou impossíveis problemas tais como: amorosos, comerciais, familiares, sentimentais, saúde, emprego, viagem, insônia, depressão, impotência sexual (em ambos os sexos) e vícios em geral, ou seja,

qualquer que seja o seu problema estou pronta para lhe ajudar. Faço limpeza de corpo, abertura de caminho com rezas,

simpatias, banho de descarrego, afasto do seu caminho quem lhe perturba e coloco na sua vida quem você quer.

Se você quer ser amado, ter êxito e fama, procure hoje mesmo VIDENTE SINARA!

SÓ TRABALHA PARA O BEM E RESIDE HÁ MAIS DE 7 ANOS EM VOTUPORANGA

CONSULTAS COM BÚZIOS, CARTAS E TAROT

(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

Rua do Banco do Brasil, no Pozzobon - Votuporanga-SP

clube da memória

Claudinei Cobreira

Histórias do Tempo do Botinão



Se você é uma daquelas pessoas que acham que os meninos dos anos sessenta eram verdadeiros "moleques de rua", um "bando de capetinhas", e que as meninas eram umas "bobinhas", acrelide, você está redondamente enganado. Nem todos eram isso, nem todas eram aquilo. Os pré-adolescentes dos chamados anos dourados, eram sim bastante ativos e muito criativos.

De repente, do "nada", a gente inventava uma brincadeira ou uma ocupação e juntava a moçadinha. Aliás, todo mundo tinha uma turminha da sua rua ou do seu bairro. E cada grupo tinha o seu líder, um gênio do bem, um gênio do mal, um encrenqueiro, um engracadinho e vai por aí. Meninos e meninas tinham seus clubinhos fechados, mais ou menos como o "Clube do Bolinha", dos gibis, onde menina não entrava, ou o "Clube da Luluzinha", onde eles também eram barrados. E coitado do menino que se aproximasse de um grupo das meninas. Logo, era taxado de "mariquinha".

Eram territórios sagrados e os grupos só se misturavam mesmo, durante os jogos de "bola queimada" ou nas brincadeiras do "passa anel". Eram tempos práticos de inocentes. Namorar? Só depois dos quinze ou dezenas de anos. Elas sonhavam com o "príncipe encantado", que desceria das nuvens, galopando um lindo e veloz cavalo alado. Já os meninos, sonhavam com lindas princesas de cabelos longos, de fios dourados, de tranças também. Se você puxar pela memória, vai se lembrar que até havia uma música que falava da "menina de tranças"...

Até a paquera naquele tempo tinha outro nome, era o flerte. Era uma coisa sutil, um jogo onde havia regras e códigos. E esse rito de aproximação do futuro parzinho, sempre era conduzido com muito cuidado pelos amigos e amigas que faziam a ponte entre os jovenzinhos enamorados, bancando o "cupido", dando dicas e pistas, por vezes bancando o carteiro, levando bilhetinhos com

versinhos e "cartinhas secretas", de um para o outro.

Quando chegavam essas cartinhas era um acontecimento; o coração dispara, o rosto corava, principalmente se junto com a cartinha, viesse um papel de bala "Chita ou Pipper", cuidadosamente dobrado, sinalizando que o outro estava mandando um beijo. Esses papeizinhos tinham um significado tão grande, que eram guardados como troféus no meio de livros, cadernos ou na carteira.

A escola ou a vizinhança era o espaço onde acontecia todo esse ritual de preparação do terreno para o dia do "grande encontro". Contavam-se nos dedos e nos calendários os dias que faltavam para a grande data. Ensaiava-se frases românticas e até versinhos, iguais aos dos correios elegantes das famosas quermesses da Praça da Matriz.

O dia do grande encontro sempre acontecia aos domingos, quando meninas e meninos do meu tempo iam assistir a sessão das seis, no Cine Fernandópolis. Depois seguiam com seus grupinhos para a Praça da Matriz, onde acontecia o famoso "footing". As ruas que contornavam a Praça Joaquim Antônio Pereira eram

bloqueadas ao trânsito, se transformando num autêntico passeio público. Bons tempos aqueles.

Meninas, mocinhas e moças, sempre em grupos ou no mínimo em duplas, seguiam pela rua São Paulo, desciam pela antiga Avenida Seis, passavam defronte a Igreja, rumavam pela Rua Brasil, completando a volta da praça subindo pela antiga Avenida Sete. Os meninos, mocinhos e rapazes, também em grupos ou em duplas, quando não iam em sentido contrário, ficavam parados na calçada, flertando, jogando sinais que eram códigos que todas elas entendiam o significado.

Rapaz parado, de braços cruzados, com o dedo indicador da mão esquerda no rosto, significava "solteiro, livre e desimpedido". A mesma posição com dois dedos no rosto, "tenho namorada, sou comprometido". Indicador da mão direita sinalizando repetidamente junto aos lábios, seguido de um círculo no ar, dizia claramente, "quero falar com você, na próxima volta". E as vezes a conversa nunca acontecia, porque a pretendida sinalizava que não, mostrando um anel ou aliança no dedo, ou que não queria conversa e pron-

to, ou ainda, simplesmente tomava chá de sumiço.

Quando o encontro acontecia, era um "Deus nos acuda". As frases ensaiadas sumiam, as mãos tremiam, as pernas bambeavam e o coração parecia que ia sair pela boca, tamanha a timidez que havia, tanto delas quanto delas. Olhar nos olhos, nem pensar. Falava-se de tudo, menos do principal. O primeiro pedido do rapaz sempre era o mesmo "posso te levar em casa?". Se a resposta fosse positiva, seguiam juntos pela calçada, apressados, sempre acompanhados de perto pelo grupo de amigas da mocinha. Era preciso entregar a nova namorada, antes das nove da noite, em ponto, sempre voltando um quarteirão antes. Os namorados eram super secretos.

Pegar nas mãos da menina, só depois de alguns meses de namoro. Beijar no rosto ou na testa da namorada (era sinal de respeito), só depois da permissão de pegar na mão dela. Até chegar ao beijo na boca era uma eternidade. Tinha que ser escondido, só no escurinho do cinema, ainda assim, no começo, só beijo roubado. Bons tempos aqueles. Semana que vem tem mais. Até lá.

ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445

E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!



EDER SILVA
ESPAÇO MASCULINO
CORTES E BARBA

Cel.: 17 99715-6005

CORTE DE CABELO R\$ 10,00

BARBA R\$ 12,00

Rua Martins de Sá, nº 1.229
Centro - Ouroeste/SP

Direção: EDER

DR. LUIS CARLOS BARBOSA MARTINS

Clinico Geral e Endodontista

(17) 3442-2261

Atende
particular 
e convênio

Av. Amadeu Bizzelli, nº 978

Centro - Fernandópolis-SP

Keké Doces

- kit para festa de aniversários
- bolos - docinhos
- trufas - Pão de mel

Tel.: 97471005 ou

92118977 - Indiaporã

de pai pra filho

Como ajudar seu filho a parar com as mentiras

Os psicólogos dizem que é normal que algumas crianças pequenas misturem a fantasia com a realidade e, por isso, acabam inventando histórias. Segundo eles, somente após os sete anos elas conseguirão diferenciar com mais clareza o certo do errado e terão o senso ético mais bem definido. A partir dessa idade, qualquer mentira será, na maioria das vezes, consciente.

Estas crianças podem mentir por vários motivos:

Porque veem seus pais mentindo. O exemplo dos pais vale mais do que qualquer coisa que digam. Mais do que ensinar verbalmente, eles precisam dar o exemplo. Cada mentira que os pais contam e, muitas vezes, induzem seus filhos a contar, fica incutida em suas mentes como algo admissível.

Para obterem certas vantagens, como mentir que estão com dor de barriga para poderem faltar na escola. Para fugirem de punições por seus erros e esquivarem-se das suas responsabilidades.

Para autoafirmarem-se. Com o intuito de serem o centro das atenções, mentem que, por exemplo, têm centenas de amigos nas redes sociais, fizeram uma viagem incrível, são amigos de pessoas famosas, etc.

Porque não conseguem lidar com suas limitações, medos e culpa.

Algumas crianças mentem para fugir da realidade que é muito dura para elas. Elas podem viver em meio a conflitos familiares, podem não estar atendendo as expectativas dos pais, professores ou amigos e precisam da mentira para sentirem-se aceitas.

Infelizmente, a sociedade, de maneira geral, vê a mentira como algo aceitável e até mesmo necessário em várias circunstâncias. Ao observarem como os próprios adultos mentem nas mais diversas situações, as crianças sentem-se encorajadas a mentir para

atender suas próprias necessidades.

Esse é um mal que deve ser combatido. Veja o que fazer para ajudar seu filho a manter-se longe desse embuste:

- 1. Dê um bom exemplo e jamais peça a ele que minta: Faça você mesmo o que espera da criança. Alguns pais chegam ao ponto de pedirem aos filhos para atenderem a porta ou o telefone e mentirem que não estão em casa. Ou pedem que eles mintam sobre um fato que presenciaram. O que esperar dessas crianças ao serem compelidas a agirem dessa forma?

- 2. Corrija os enganos des de o início: Você não precisa esperar que seu filho tenha idade suficiente para discernir uma mentira de fantasia. Vá fazendo as correções necessárias de forma delicada, ressaltando o valor da honestidade e da confiança que as pessoas depositam em nós. Se ele contar uma história mesclando verdade e mentira, você poderá ajudá-lo a recontar a história extraíndo a parte inventada.

- 3. Aplique uma punição adequada: A fim de estimular seu filho a dizer a verdade, seja brando quando ele confessar um erro que cometeu. Sempre que possível, ajude-o a consertar o erro (por exemplo, devolver algo que pegou de alguém, contar a verdade sobre algo de valor que foi perdido, etc.). Se ele mentir sobre algo errado que fez, puna-o com mais rigor. No entanto, atente para o fato de que uma punição sem uma demonstração de amor e cuidado é uma ferramenta inútil, e geralmente conduz o pai ou a mãe a excessos e abusos.

- 4. Aceite-o como ele é: O mundo já é cruel o suficiente ao fazer mil exigências para que uma pessoa tenha o "privilegio" de pertencer a grupos específicos. Muitas crianças e jovens carecem dessa aceitação e inventam qualidades ou escondem suas incapacida-

"Um bom exemplo é o melhor sermão."

Benjamin Franklin



des para se enquadrarem nas exigências impostas. Da mesma forma, para satisfazerem pais exigentes e por temerem decepcioná-los, alguns filhos acabam fingindo ser o que não são. Se você é um pai ou uma mãe exigente, que só demonstra seu contentamento e apreço pelo filho quando ele ganha uma medalha ou tira notas boas, você precisa rever suas atitudes. Saiba que está contribuindo para que ele minta e/ou sinta-se inferiorizado. Tais atitudes podem levá-lo a mentir patologicamente, além de contribuir para o desencadeamento de outros problemas psicológicos.

- 5. Encoraje seu filho a arrepender-se: Ajude-o a entender que falar a verdade é sempre mais fácil e libertador do que mentir. Então, em vez de criminalizá-lo ou colocá-lo contra a parede em situações em que estiver mentindo, ofereça-se para ajudá-lo a achar soluções para o problema. Valorize as ocasiões em que ele está sendo honesto. Elogiá-lo por atitudes corretas é mais produtivo do que criticar por atitudes erradas.

- 6. Procure ajuda de um profissional em casos mais graves: Algumas crianças, sabendo da diferença entre a verdade e a mentira, elaboram histórias que parecem verdadeiras. Estas crianças e adolescentes relatam histórias com grande entusiasmo, já que são ouvidos com muita atenção embora falando mentira. Outras crianças e adolescentes, que geralmente agem de forma responsável, podem cair no vício de começar a mentir repetidamente. Eles acreditam que dizer mentiras é a melhor maneira de satisfazer as perguntas de seus pais, professores e amigos. Tais pessoas usualmente não estão procurando ser maldosos, porém, por mentirem repetidamente se converte em vício. Quando a criança ou o adolescente desenvolve um comportamento usual de mentir, então necessita de ajuda profissional. Uma avaliação psicológica pode ajudar a criança e seus pais a entender o comportamento da criança com referência à mentira e pode também lhes dar orientações para o futuro.

Nós, filhos, e nossos pais!

Em especial a todos os pais e filhos que acompanham "O Extra.net", segue a seguinte mensagem, enviada pelo leitor Silvio Gregório, em homenagem ao aniversário de seu pai, Edinél José Gregório, devidamente registrado em nossa coluna Social na edição de hoje. Acompanhe e reflita: "Gratidão com os pais. São muitas as dificuldades encontradas para a aproximação entre pais e filhos, os pensamentos não batem, as cobranças são constantes en-

tre ambos e a falta do diálogo sincero e verdadeiro faz com que essa relação tome um distanciamento ainda maior. Mas esse distanciamento pode ser revertido a qualquer momento, basta que sejamos mais compreensivos e mais tolerantes, colocando sempre o respeito por nossos pais em primeiro lugar. Não podemos esquecer que, se estamos aqui, é porque nossos pais nos deram essa oportunidade, e devemos ser gratos a eles por estarmos no

aprendizado da vida. Procure sempre avaliar seus pais pelo que eles representam em sua vida e não pelo que eles podem lhe proporcionar, essa convivência fará de você uma pessoa melhor, porque é com seus pais que você pode desenvolver seus melhores sentimentos de amor e gratidão. Não deixe que o egoísmo e o orgulho afastem você de seus pais, não se envergonhe de dar um abraço e dizer que os ama, agradeça sempre



Balaio de Gato

COLUNINHA COMEÇA COM A PULGA ATRÁS DA ORELHA

E assustada, também, com essa onda de não pode isso, não pode aquilo... com um nó no cérebro, porque também pode isso e aquilo outro!

Cada dia que passa o pessoal inventa uma nova mania.

Tá podendo um montão de coisas, mas também tem outro montão que não pode!

Entendeu? Sacou? Não? Calma, coluninha também tá assim...

Com essa coisa do politicamente correto...

Pise no tomate prá ver...

Pessoal dos Direitos Humanos precisa inventar o Código de Defesa do Cidadão!

Gataiada do Balaio recebeu um email de um amigo em pânico:

Outro dia estava no mercado quando vi no final do corredor um amigo da época da escola, que não encontrava há séculos...

Feliz com o reencontro já fui falando alto:

-- Oswaldo, sua bichona! Quanto tempo!!!

E fui com a mão estendida para cumprimentá-lo. Ele me reconheceu, mas antes que pudesse chegar perto dele, só vi o meu braço sendo algemado...

-- Você vai pra delegacia!

-- Disse o policial que tava lá no mercado.

Eu sem entender nada perguntei:

-- Mas o que foi que eu fiz?

-- Homofobia! Bichona é pejorativo, o correto seria chamá-lo de grande homossexual!

Nessa hora o Oswaldo interferiu tentando argumentar:

- Que isso doutor, o quatro-olhos aí é meu amigo, a gente se chama assim na mesma!

-- Ah, então você estudou vários anos com ele e sempre se trataram assim?

- Isso doutor, é coisa dos nossos tempos de criança!

E nessa hora o policial já emendou a outra ponta da algema no Oswaldo: - Então você tá detido também!

Aí foi minha vez de intervir:

- Mas meu Deus, o que foi que ele fez?

-- Bullying! Te chamando de quatro

- olhos por vários anos na escola!

Oswaldo então se desesperou: - Que isso seu policial! A gente é amigo de infância! Vim aqui comprar carne prum churrasco com outro camarada que pode confirmar tudo!

E nessa hora eu vi o Jairzinho Pé-de-Pato chegando com 2 quilos de alcatra na mão. Eu já vendo o círco armado, nem mencionei o Pé-de-Pato pra não piorar as coisas...

Mas ele sem entender nada, ao ver o Oswaldo

algemado já chegou falando:

-- Que zorra é essa negão, que foi que tu aprontou aí?

E aí não teve jeito, fomos os três parar na delegacia e hoje estamos respondendo processo por homofobia, bullying e racismo....

COLUNINHA AVISA: NOS DIAS DE HOJE ENCONTRAR VELHOS AMIGOS É UM PERIGO!

VENHA FAZER PARTE DA ORQUESTRA DE SOPROS DE FERNANDÓPOLIS



MATRÍCULAS ABERTAS EM

- ◆ **INICIAÇÃO MUSICAL** (MUSICALIZAÇÃO INFANTIL ATRAVÉS DA FLAUTA DOCE)
- ◆ **SOPROS** (FLAUTA TRANSVERSAL, CLARINETE, SAXOFONE, TROMPA, TROMPETE, TROMBONE, BOMBARDINO E TUBA)
- ◆ **PERCUSSÃO** (BATERIA, PANDEIRO, XILOFONE, TÍMPANO E OUTROS)
- ◆ **VIOLÃO**

TELEFONE DE CONTATO: (17) 3463-3373

Endereço: Av. Rosalvo Aderaldo, 768 - Jd. Esplanada (Estúdio)

CURSOS GRATUITOS!

**B
I
M
M**

Ferro Velho S. Paulo
COMPRAS SUCATA EM GERAL

VENDE-SE CORDOALHAS PARA CURRAL, PORTEIRAS PARA BRETE, ANDAIMES, TUBOS E METALON

www.ferrovelhosaopaulo.com.br

FONE (17) 3442-5050

RODOVIA EUCLIDES DA CUNHA, KM 555 - FERNANDÓPOLIS-SP

MARCENARIA MARQUES
MÓVEIS PLANEJADOS

MESAS - CADEIRAS
MÓVEIS PLANEJADOS
(17)99637-0052 / (17)99637-9986
(17) 99664-0613

Cum toque de saúde e beleza

Culinária

Ossobuco com polenta de queijo e espinafre

INGREDIENTES:

Ossobuco: • 1 peça de ossobuco (300g) • 1/3 de cenoura picada • 1/4 de um talo de alho poró picado • 1/2 cebola picada em quadrados médios • Páprica doce a gosto • Sal a gosto • Óleo para selar • 2 colheres (sopa) de manteiga • 200ml de água • Farinha de trigo para empanar • 100ml de passata de tomate • 20gr de chocolate amargo

Marinada: • 200ml de vinho • 1 dente de alho • Alecrim para temperar

Espinafre com alho: • Folhas de um maço de espinafre • 5 dentes de alho picados • Óleo a gosto • Sal a gosto • Pimenta a gosto

Polenta com queijo: • 2 colheres (sopa) de azeite ou óleo • 1 litro de caldo de frango • 1 xícara (chá) de fubá • 3 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado • 60gr de queijo brie sem casca



MODO DE PREPARO:

• Para a marinada misture o vinho, o alho e o alecrim. Coloque o pedaço de ossobuco dentro da marinada e deixe coberto na geladeira por ao menos 10h. Remova do vinho, tempere com sal e páprica e empane na farinha de trigo. • Coloque o óleo numa panela de pressão e sele o ossobuco dos dois lados. Volte o ossobuco para o vinho e deixe descansar quatro horas. • Na mesma panela, refogue a cebola, o alho e depois a cenoura. Adicione a manteiga e junte a passata de tomate. Deixe cozinhar com os legumes por 5 minutos. Por fim, coloque o vinho e espere ferver. • Coloque o ossobuco e feche a panela, cozinhe entre 40 e 60 minutos. Remova a pressão, tire o ossobuco e deixe o molho reduzir para engrossar. Depois de espesso acrescente o chocolate. • Desfie o ossobuco com dois garfos e junta ao molho engrossado.

Para o espinafre: • Refogue o espinafre com alho e óleo, mas não cozinhe demais e reserve.

Para a Polenta: • Ferva o caldo de frango e sempre mexendo bem com a colher de pau, adicione o fubá para polenta e cozinhe até ficar cremoso. Adicione os queijos e misture bem.

Montagem: Coloque no fundo do prato uma colher generosa de polenta. Por cima, faça uma cama de espinafre refogado e finalize com o ossobuco. Decore o prato com um pouco do caldo, azeite ervas frescas.

■ MODERNIDADE

Life Academia agora com novas atividades e horários



A Life Academia de Ouroeste abriu vagas para novas atividades como: yogaterapia, treinamento funcional, e mix dance

A Life Academia de Ouroeste abriu vagas para novas atividades como: Yogaterapia, treinamento funcional, mix dance, além de novos horários para as atividades de zumba e jump. Os novos horários serão: Para aulas de jump: segundas, quartas e sextas-feiras às 8h da manhã e às 16h. Início dia 06/07. Para aulas de Zumba as terça e quintas-feiras às 8h da manhã. Início dia 07/07. A academia está instalada na Avenida do Bandeirantes, nº 2045, em frente a Secretaria de Educação. A direção

é da educadora física Daniela Ribeiro.

Yogaterapia: Para você que busca o equilíbrio entre a mente, corpo e alma. A Yogaterapia ainda tonifica, modela e alonga o corpo. Alivia o estresse do dia a dia, conquistando a harmonia e o bem estar. (Horário: as terças e quintas-feiras às 7h da manhã. Início dia 09/07)

Treinamento Funcional: Se baseia nos movimentos naturais do ser humano, como pular, correr, puxar, agachar, girar, e empurrar. O pratican-

te ganha força, equilíbrio, flexibilidade, condicionamento, resistência e agilidade. O Treinamento Funcional é um método de trabalho bem mais dinâmico que os treinos tradicionais. (Horário: as segundas, terças e quintas-feiras às 20h. Início dia 06/07)

Mix Dance: É uma aula divertida e descontraída que consiste na mistura de vários estilos e não requer experiência anterior com dança. Em uma aula de Mix dance o condicionamento, respiração e capacidade cardíaca são de-

senvolvidas, além de ser uma excelente atividade física que ajuda a melhorar a forma física e a perder peso. Com músicas atuais, o aluno experimenta passos de dança simples e intensos que permitem que se encontre o prazer em dançar. (Horário: as segundas e quartas-feiras às 15h. Início dia 13/07).

Além dessas atividades, a Life Academia disponibiliza aulas de Muay Thai, Pilates e acompanhamento semanal com uma nutricionista. Faça uma aula experimental!

FESTA DO PADROEIRO São João Batista

6 de Junho a 5 de Julho de 2015
OUROESTE-SP

Frango e Leitoa Assados, Porões, Pastéis e Artesanatos

OUROESTE 2015

Divisão da comunidade para o apoio nas quermesses

PROGRAMAÇÃO FESTIVA

6 de Junho
20:00 hs - Quermesse com o apoio dos moradores da área 1 do mapa
- Show com RHUAN GARCIA

20 de Junho
20:00 hs - Quermesse com o apoio dos moradores da área 2 do mapa
- Show c/ VANESSA e ADRIANO

23 de Junho
21:00 hs - FESTA JUNINA na Praça de Eventos
22:00 hs - Show c/ BANDA JAFFERSON

27 de Junho
20:00 hs - Quermesse com o apoio dos moradores da área 3 do mapa
- Show c/ TONY e EDSON

5 de Julho
LEILÃO DE GADO e Almoço no Recinto de Festas à partir das 11:00 hs

PROGRAMAÇÃO RELIGIOSA

4 de Junho
18:00 hs - Missa de Corpus Christi

7 de Junho
9:00 hs - Santa Missa
19:30 hs - Missa com bênção para os Casais que celebram 25 Anos de Matrimônio

14 de Junho
9:00 hs - Missa com bênção para as Crianças
19:30 hs - Missa para os Namorados

21 de Junho
9:00 hs - Missa com Batizado
19:30 hs - Missa da Saúde

24 de Junho
19:00 hs - Missa do Padroeiro com bênção das imagens dos santos padroeiros dos bairros
- Queima de fogos e hasteamento do mastro do padroeiro São João Batista

REALIZAÇÃO: Paróquia São João Batista
APOIO: Prefeitura e Câmara Municipal



Mix Dance

Acima de 8 anos
Segunda e Quarta às 15:00hrs.



Yogaterapia

Terça e Quinta às 07:00hrs (Manhã)



Pilates

Faça uma aula experimental.



Zumba

Segunda/Terça e Quinta às 18:00hrs.
Terça e Quinta às 08:00hrs (Manhã).



Muay Thai

Quarta/Sexta às 06:30hrs.
às 19:00hrs (FEM)
E às 20:15hrs (Masculino)



Acompanhamento com a Nutricionista semanalmente na Life Academia. (Alunas da Life preço especial)

Direção: Daniela Ribeiro
(17)99607-2216

Av. dos Bandeirantes, 2045. - Centro - Ouroeste/SP
EM FRENTE A SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

■ ANIVERSARIANTES DO MÊS



O Lions Clube de Ouroeste, através do Casal Presidente: CL. Ademilson Vicente de Melo e DM. Claudia Vieira dos Santos Melo parabeniza os aniversariantes do mês de Junho



CL Ademilson Vicente de Melo
"Porquinho" – 16/06



CL Amarildo Angelo
Marquini – 18/06



CL Donizete Francisco De
Brito "Bigode" – 11/06



Matheus Sant'anna Flávio
– 03/06 - Filho do Cl Carlos
Antonio Flávio "Zagalo"



Camila Gianini Gonzalez
– 28/06 - Filha da Cl Iraceme
Gianini Gonzalez.



Dm Maria Aparecida Carnielo
Brito "Cidinha" – Esposa do
Cl Donizete Francisco De Brito
"Bigode" - 03/06



Dm Elizangela Martins Da Silva
– 01/06 - Esposa do Cl Marcos
Antonio Leite "Marcão".



Cl Luiz Shiguemi Morissugui
– 15/06 e Marye Morissugui –
13/06 - Filha do Cl Luiz Shiguemi
Morissugui



João Da Silva Santos – 27/06 -
Marido da Cl Maria Aparecida
Machado.



Nashiley Thawani Da Silva Leite
– 20/06 - Filha do Cl Marcos
Antonio Leite "Marcão".



Foto 12 - Cl. Nair
Maticolli – 18/06



Erica Machado Dos Santos
– 18/06 – Filha da Cl Maria
Aparecida Machado.

■ EMEF CABRAL

Professores desenvolvem projeto Horta Reciclável e Jardim Sensorial

Motivados pelo desejo de despertar os alunos do 1º ao 5º ano sobre a importância de uma horta, conscientizando-os a respeito de uma alimentação saudável, os professores das Oficinas de Educação Ambiental, Giovana e Michel, da EMEF José de Souza Cabral, de Arabá, pesquisaram alguns exemplos de projetos educacionais de preservação

do meio ambiente e desenvolveram atividades voltadas para a elaboração do espaço e sua aplicação durante as aulas.

Por meio dessa iniciativa, os alunos têm a oportunidade de observar todo o processo de germinação, cultivo e os cuidados necessários para que as hortaliças se desenvolvam. Com isso, podem perce-

ber e identificar as diferenças de cor, forma e tamanho em vários tipos de sementes, como, também, reconhecer as vastas características e peculiaridades aromáticas de cada planta. Trata-se de exercício de suma importância para os órgãos dos sentidos: olfato e paladar. O projeto desenvolvido pelos professores envolvem outros funcionários da

equipe escolar no cuidado e tratamento da Horta Ambiental. Segundo a direção da instituição de ensino, é função da escola assegurar ao estudante o acesso e a apropriação do conhecimento sistematizado, mediante a instauração de um ambiente propício às aprendizagens significativas e às práticas de convivência democrática.



Professores das Oficinas de Educação Ambiental, Giovana e Michel, são responsáveis pela iniciativa do projeto



Os alunos têm a oportunidade de observar todo o processo de germinação, cultivo e os cuidados necessários para que as hortaliças se desenvolvam



Baile de Férias
Dia 11-07 na CCO Ouroeste
A partir das 23:00 horas
Reservas de Mesas: Secretaria da CCO
(17) 3843-1677
Pontos de vendas:
Serv-Festas Zero Guau (Ouroeste)
Junicler Cabeleireiro (Indiaporã)
Fabiana Calçados (Populina)



social

O QUE VOCÊ GOSTA DE COMER?

RESTAURANTE

Paladar

O melhor sabor espera por você!

Av. Expedicionários Brasileiros, 1058 - Centro - Fernandópolis-SP

PROSOL

ROUPAS E ACESSÓRIOS COM PROTEÇÃO SOLAR

A LOJA AMIGA DA SUA PELE

Onde?
Av. Expedicionários, 1058 - Centro - Fernandópolis-SP

INVERNO - 2015

Tel: 3462-5713

TOCA DO BICHO

PET SHOP

A partir de Pacote 4 Banhos R\$ 60,00

Veterinário 24 horas

Av. dos Arnaldos, 1854 - Estoril

17 99667-0202

17 99260-6209

[TocaDoBichoFernandopolis](#)

Zetti

Jóias, relógios e presentes

Consertos em Geral

Próximo a Central de Saúde

(17) 3442-3798

Av. Milton Terra Verdi, 995 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

FORS CURSOS

CURSOS:
Graduação
Pós-Graduação
Técnico
Extensão Universitária
Profissionalizante / Livre
Supletivo (EJA)
Preparatório

PRESENCIAL, SEMI-PRESENCIAL E À DISTÂNCIA

LEVE UM DE NOSSOS CURSOS PARA A SUA EMPRESA

FONE: (17) 3463-3796
99660-6514 - Vivo / 99177-6146 - Claro / 98216-2270 - Tim
Acesse: www.forscursos.com.br
E-mail: [contato@forscursos.com.br](mailto: contato@forscursos.com.br)

Av. Paulo Saravalli, nº 758 - Centro - Fernandópolis-SP



Lívia Maria da Cruz, filha de Tião do Bar ao lado do seu coleguinha Gustavo, na Festa Junina, realizada na Escola Elza Rodrigues de Lima, em Santa Izabel do Marinheiro, no último dia 25.



Selfie da aniversariante de amanhã, Fernanda Boldin. Felicidades!



Regiane Moura também está na lista dos aniversariantes de hoje, recebendo inúmeras homenagens pela data especial.



Quem celebrou idade nova na quinta-feira foi Renata Tarlau, recebendo, em especial, os parabéns do seu noivo André Vazarin.



Festa hoje para o estiloso e simpático Bruno Victor, que comemora mais um aniversário.



Carlos Spolaor e Lucas do Valle do SBT, em recente visita à região.



Ontem foi dia de muita festa para a princesa Jaciara. A data foi comemorada por toda família, em especial pela irmãzinha Mariana.



Elegância de Mirella Marshall, em coquetel de lançamento da "Cara da Moda".



Da Escola Musical Santa Cecília, eis a bela Daimara Boni, completando nova primavera e recebendo inúmeras congratulações.



Camila Mazão se prepara para apagar velinhas na próxima segunda, já em clima de festa.



A festa amanhã será dela, Vitória Semeghini, que celebra idade nova. Parabéns!

GIGANTÃO

o shopping do preço baixo!

Venha fazer a sua festa com a gente!

Preços imbatíveis
A partir de
R\$ 1,99

Fernandópolis - Votuporanga - Catanduva

REDE
GIGANTÃO
o shopping do preço baixo!



"Sonhe, pois o sonho nos traz o que a realidade nos nega."

■ Sabedoria Popular



O ex-Caixa Federal e candidato a deputado estadual **João Pedro da Silva** Siqueira recebe cumprimentos na segundona. Na foto com Roni Barbais e Sueli Carnielo.



Nova York, Estados Unidos, foi o local escolhido por **Marina Bortoluzo** para curtir suas merecidas férias.



O prefeito de Votuporanga, **Junior Marão**, recebeu amigos fernandopolenses, lideranças políticas e empresariais, em um café da manhã.



Posando para a foto, o locutor **Junior Falkoni**, ao lado do prefeito de Meridiano **Aristeu Baldin**.



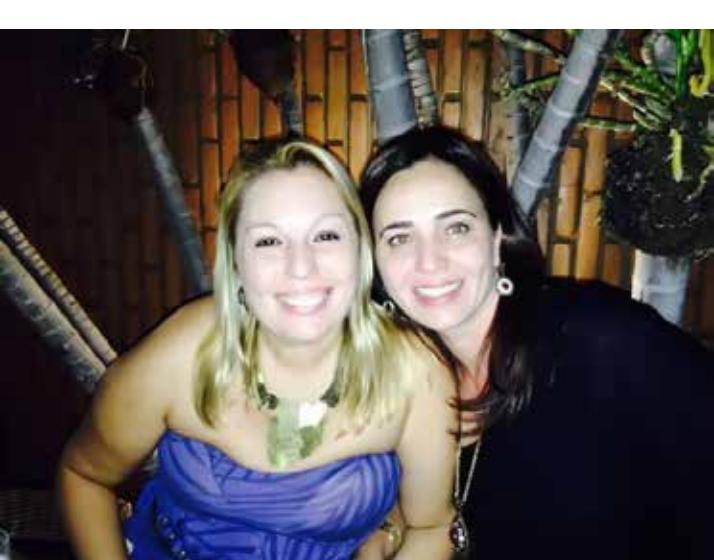
Curtindo as férias, **Gutto Rimoldi** esteve em visita a Disney. E como não poderia faltar, o momento foi registrado ao lado da Minnie.



CHEGOU O GRANDE DIA!

"Dia especial do nascimento de uma das pessoas mais importantes em nossas vidas. Nossa querido pai Edinel José Gregório, conhecido por todos por Gregório do Móveis Dourado, ou do ex-time de futebol amador com o nome de Dourado Futebol Clube. Acreditamos que muitos o conhecem, mas poucos sabem o tamanho de seu coração, da honra e da luta deste homem iluminado. Algumas vezes rígido, duro em suas palavras e gestos, que não expressam exatamente o que sente por dentro e em seu espírito milenar. Pai amigo, companheiro, líder familiar, mestre de sabedoria em sua simplicidade como um todo, estes são os adjetivos que expressam realmente quem seja em seu íntimo. Amamos sua força, seus exemplos, sua dedicação e que possamos, um dia, ensinar aos que estão em nossa volta o legado que nos deixou. Parabéns Pai, que Deus te abençoe e te conforte com muito amor, luz e saúde". São os votos sinceros de seus filhos Silvio, Silvana, Sérgio, de sua esposa Lourdes e de toda sua família, netos e netas. Na foto, Edinel José Gregório está ao lado da esposa, Lourdes Borsetti Gregório.

Parabéns "seu" Gregório. Felicidades!



Denise Garcia, sempre em altíssimo astral, celebra mais uma primavera hoje, ladeada de amigas e familiares. Na foto com a advogada Larissa Guimarães.

aniversariantes da semana

DIA 27/06

- Celso Spósito Reinaldo
- Alexandre Zagato
- Thais Andrade Bozute
- Jurandy Pessuto
- Maricéia Pressotto
- DIA 29/09
- Caroline Ribeiro

DIA 30/06

- Ideko Uehara
- Sidney Carlos Alvizi
- Fernando Henrique Braida
- Sueli Igaras Nogueira
- Ademir Hatimongi
- Vic Renesto
- DIA 01/07
- Flávio Pizzolitto

DIA 02/07

- Alberto Ferrari
- Elyane Cristina Ruvieri
- Waldemir Brasil Vieira
- Alessandro Bianchi
- DIA 03/07
- Fabiana Porto Coleta
- Daiane R. Bortolozzo
- Francisco Arouca Poço

PROJETO, MATERIAIS E MÃO DE OBRA

IDEAL
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

3463-2833

Liberô de Almeida Silvares nº 3371 - Coester - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP (ao lado do Zaporoli Andaimes)

Construindo pra você!



Espaço Holístico e Terapêutico

BONITA
CASA DE ÍSIS

Roupas, Acessórios, Artigos para decoração, com foco esotérico

Contato: 17 | 99732.9554 | Av. José Camargo Arruda - Centro | Fernandópolis/SP

Christiane Pinto Cangueiro

SHAYNE

Atendimentos em Mesa Radiônica, Numerologia, Runas e Feng Shui

■ MANTENDO A TRADIÇÃO

Arraial de Ouro movimenta Praça de Eventos



Membros do Grupo da Terceira Idade de Ouroeste que abrilhantaram a festa com a dança de quadrilha



Centenas de pessoas participaram da programação do 7º Arraial de Ouro, na praça de Eventos em Ouroeste



O grupo da terceira idade arrancou aplausos pela belíssima apresentação



O Rotary Clube de Ouroeste mais um ano manteve a parceria na festa



A escola Sansara também foi parceira do Arraial e ficou com a distribuição do biscoito



A EMEF Cabral e EMEI Olga de Arabá organizaram a barraca e distribuíram o leite achocolatado aos participantes



A Paróquia São João Batista gentilmente participou do arraial com a organização da barraca e distribuição de bolo



Barraca da pipoca, decorada e organizada pela EMEF de Ouroeste



O Lions Clube de Ouroeste e a EMEI Paraíso Infantil também trabalharam para o sucesso do Arraial de Ouro e distribuíram o amendoim



O Arraial de Ouro se consolidou como uma das melhores festas Junina da região pela organização, público e atrações

PAPO DO JACA

EL REY DE L BESTIAROL

O REI DO BESTEIROL

Bom dia velharada! Boa tarde mule(a)cada! Boa noite putaiada! O mundão tá meio estranho mesmo! Sem gra-

na do BNDS, tem empresário à beira do precipício. Neste caso, lembre-se: - Só há uma maneira de andar pra frente. É dando um

Não dizem por ai que uma imagem vale mais que mil palavras? Então! Quando valem então três imagens? E as fotos são legais (uma delas não). São cinco amiguinhas separadas por cinquenta aninhos. Já pensou que você, certamente se enquadra numa dessas fases?

passo para trás! E quer um conselho útil pra toda vida? Nunca derrube um lápis no chão. Ele pode ficar desapontado! Kkkkk!

IMAGEM DA SEMANA



DÁ PARA ACREDITAR?

FRASES PROFUNDAS (PRA VOCÊ POR NAS...)

- Que a baleia azul troca 80% do ar dos pulmões a cada respiração enquanto que o ser humano apenas 15%? Somente sua língua pesa o equivalente a um elefante inteiro.

- Que uma biografia de Mick Jagger recém lançada afirma que a apresentadora Luciana Gimenez engravidou dele durante uma festa dentro de um canil?

- Que o Rafinha Bastos vai ter que pagar R\$ 150 mil para a Vanessa Camargo?

- Que preguiça é o hábito de descansar antes de estar cansado?



"Eu sempre digo aos minhas pacientes. Essa área é muito parecida com um jogo de cartaz. Se você não tem um bom parceiro, é bom ter uma boa mão."

De uma condecorada sexóloga de Rio Preto, muito recomendada entre as socialites da região. Há! Há! Há!

"O professor garantiu que nosso futuro depende de nossos sonhos. Então vamos dormir galera."

De um líder de classe duma escola particular daqui. Pooode?

"Ela me mandou ver se estava na esquina. E tava!"

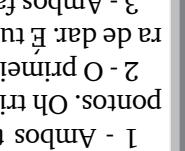
De um espantado professor, surpreso por ter encontrado a "transexual" lá na esquina do Banco do Brasil.

DESAFIOS JACAL

- 1 - No ritmo do Brasileirão, o Jaca quer saber: - o que há em comum entre o Cúrtians e a Tele Sena? Quero ver acertar!
- 2 - E o que há em comum entre um cego parado em frente a um relógio e uma virgem?
- 3 - E qual a semelhança entre a sua barriga e uma árvore de cemitério?



- 4 - Ambos fazem sombra pro motor! Kkkkk!
- 5 - O primeiro não vê a hora de dar e a segunda não vê a hora de dar. E tudo ao contrário! Kkkkkkk!
- 6 - Ambos tem tudo a ver. Ganhha quem marcar menos pontos. Oh tristeza!
- 7 - Ambos fazem sombra pro motor! Kkkkk!
- 8 - O primeiro não vê a hora de dar e a segunda não vê a hora de dar. E tudo ao contrário! Kkkkkkk!
- 9 - Ambos tem tudo a ver. Ganhha quem marcar menos pontos. Oh tristeza!



DUAS PONTES

Município comemora aniversário com festa!

Muitas atrações estão sendo realizadas para comemorar a semana de aniversário de SÃO JOÃO DAS DUAS PONTES. O município festejou idade nova na última quarta-feira (24), data em que foi realizado um grandioso show sertanejo. Para a noite de hoje, a atração musical fica por conta da banda "W Brasil", na Praça da Matriz. Todos estão convidados.



eternium

Creiam no Deus **que fez o homem** e não no Deus que os **homens fizeram**.

• Por CLARIUS



Pensamento da Semana



Edmund Burke

“Ninguém comete erro maior do que não fazer nada porque só pode fazer pouco.”

MINUTINHO: Um momento

Antes de negar-se aos apelos da caridade, medite um momento nas aflições dos outros.

Imagine você no lugar de quem sofre.

Observe os irmãos relegados aos padecimentos da rua e suponha-se constrangido a semelhante situação.

Repare o doente desamparado e considere que amanhã provavelmente seremos nós candidatos ao socorro na via pública.

Examine o ancião fatigado e reflita que, se a desencarnação não chegar em breve, não escapará você da velhice.

Contemple as crianças necessitadas, lembrando os próprios filhos.

Quando a ambulância deslize rente ao seu passo, conduzindo o enfermo anônimo, pondere que, talvez um parente nosso, extremamente querido, se encontre a germer dentro dela.

Escute pacientemente os companheiros entregues à sombra do grande infortúnio e recorde que em futuro próximo, é possível esteja-

mos na travessia das mesmas dificuldades.

Fite a multidão dos ignorantes e fracos, cansados e infelizes, julgando-se entre eles e mentalize a gratidão que você sentiria perante a migalha de amor que alguém lhe ofertasse.

Pense um momento em tudo isso e você reconhecerá que a caridade para nós todos é simples obrigação.

*Maria Dolores - Psicografia de Chico Xavier
Livro "Mãos Marcadas".*

CRÔNICA: Vida de verdade

“Por muito tempo eu pensei que a minha vida fosse se tornar uma vida de verdade. Mas sempre havia um obstáculo no caminho, algo a ser ultrapassado antes de começar

a viver. Um trabalho não terminado; uma conta a ser paga. Aí sim, a vida de verdade começaria. Por fim, cheguei à conclusão de que esses obstáculos eram a minha vida de verdade. Essa perspectiva tem me ajudado a ver que não existe um caminho para a felicidade. A felicidade é o caminho!

los; até que você tenha tido filhos; até que seus filhos tenham saído de casa; até que você se case; até que você se divorcie; até sexta à noite; até segunda de manhã; até que você tenha comprado um carro ou uma casa nova; até que seu carro ou sua casa tenham sido pagos;



Assim, aproveite todos os momentos que você tem. E aproveite-os mais se você tem alguém especial para compartilhar, especial o suficiente para passar seu tempo; e lembre-se que o tempo não espera ninguém. Portanto, pare de esperar até que você termine a faculdade; até que você volte para a faculdade; até que você perca 5 quilos; até que você ganhe 5 qui-

los; até o próximo verão, outono, inverno; até que você esteja aposentado; até que a sua música toque; até que você tenha terminado seu drink; até que você esteja sóbrio de novo; até que você morra; e decida que não há hora melhor para ser feliz do que agora mesmo!

Lembre-se: felicidade é uma viagem, não um destino”.

Autoria desconhecida

Diversões & Cia

Aluguel para festas

- ★ Mini Tobogã
- ★ Cama Elástica
- ★ Piscina de Bolinha
- ★ Pula Pula Crocodilo

99634.9809 VIVO
99117.3735 CLARO
99738.4407 VIVO

Pipoca
Algodão doce
Doces p/ festas

Ouroeste - SP

A primeira escola ninguém esquece...

EDUCAÇÃO INFANTIL

Av. Eurípedes José Ferreira, 779 3442-2945/3442-5060

TRENZINHO

Caldo de Cana em Ouroeste

Experimente essa delícia da fruta.

Caldos de Cana com

- Abacaxi
- Limão
- Gengibre

Cel:(17) 99652-5065

Direção : Maria Rosa

Rua:Bartolomeu Bueno (Em frente a Imobiliária Ouroeste)

KI DELÍCIA
RESTAURANTE

Fone: (17) 3843-2209

Av. Dos Bandeirantes, nº 1596-B - Centro - Ouroeste/SP

DROGARIA SAÚDE
A farmácia do Zagalo

DISQUE REMÉDIOS
3843.2022

PLANTÃO 9719.7151 Zagalo 9726.7116 Matheus

Avenida dos Bandeirantes nº 1212 - Centro - Ouroeste - SP

celebridades

Tais Araújo, Leandra Leal, Claudia Abreu e Ricardo Tozzi se reúnem para levar empreguetes ao cinema



Gil Coelho e Fabíula Nascimento não estão mais juntos

Fabíula Nascimento e Gil Coelho terminam namoro de dez meses

Chegou ao fim o namoro de Fabíula Nascimento, de 36 anos, com o ator Gil Coelho, de 27. O casal estava junto havia dez meses e acaba de colocar um ponto final na relação. Atualmente, eles trabalham juntos na novela "I love Paraisópolis". A informação foi confirmada pela assessoria de imprensa do ator, que disse ainda que a relação terminou de forma amigável e que o casal não vai se pronunciar sobre o assunto.

Fabíula e Gil assumiram namoro em agosto do ano passado. Nesta semana, a atriz deu entrevista e declarou achar ca-

fona o preconceito sobre a diferença de nove anos de idade entre eles.

"Acho extremamente caofana a pessoa que tem esse preconceito. Nós nunca nos apaixonamos sempre por alguém da mesma idade ou sempre moreno. Nós nos apaixonamos por pessoas. Se ela tem a idade que tem e bate com a sua energia, isso é maravilhoso. Por que você vai deixar de viver isso?", disse ela.

Fabíula foi casada com o ator Alexandre Nero e também namorou George Sauma. Já Gil foi namorado de Monique Alfradique.



Claudia Abreu, tais Araújo, Leandra Leal e Ricardo Tozzi: empreguetes de volta

Os fãs das empreguetes não se aguentaram ao ver reunidas as atrizes Claudia Abreu, Tais Araújo, Leandra Leal e Ricardo Tozzi, que estiveram juntos em "Cheias de charme".

O quarteto postou uma foto no Instagram para mostrar que o projeto de levar a história das empregadas cantoras para os cinemas agora está ainda mais delineado. Os atores participaram de uma reunião para falar do filme. A ausência sentida foi a de Isabelle Drummond. Mas a atriz está gravando as cenas da reta final de "Sete vidas".

Além dos quatro, Humberto Carrão, que viveu Elano na novela das 19h, foi confirmado por Leandra Leal através do Twitter. Denise Sarraceni iria dirigir o longa, mas foi substituída por José Henrique Fonseca, marido de Claudia Abreu.

Após ser condenado a pagar R\$150 mil a Wanessa Camargo, Rafinha Bastos faz piada no facebook

Após o Superior Tribunal de Justiça (STJ) ter negado o recurso da defesa de Rafinha Bastos para tentar reduzir o valor da indenização de R\$150 mil que terá que pagar à cantora Wanessa Camargo

e sua família, o humorista ironizou da decisão em sua página no Facebook - publicou uma foto de um cheque, com o valor da indenização, endereçado a Sandy Leah, e não a Wanessa.

"Ok. Perdi. Hora de pagar o processo. 150 mil reais. Faço questão de destacar o talento e o sucesso desta artista acima de tudo. Espero que possamos esquecer tudo isso um dia", diz a legen-

da da foto, que já foi curtida por mais de 40 mil internautas e compartilhada mais de 640 vezes.

Durante o programa CQC, humorista disse que "comecia Wanessa e seu bebê" A

piada considerada ofensiva foi feita em 2011, durante transmissão ao vivo na TV Bandeirantes. Rafinha foi condenado na segunda instância pelo Tribunal de Justiça de São Paulo (TJSP), em

2011, a pagar R\$ 50 mil para cada membro da família - a cantora, seu marido, Marcus Buaiz, e seu filho, José Marcus, que hoje tem três anos. Após o caso, ele pediu demissão da emissora.

3ª Feijoada Fundo Social de Solidariedade

Data: 26/07/2015
Horário: 11:30h as 15:30h
Local: Salão Paroquial do Centro Pastoral da Igreja da Aparecida

SOM AO VIVO
Valor R\$ 25,00

Fundo Social de Solidariedade do Município de Fernandópolis

Imperdível... Imperdível... Imperdível...

Vem ai... 3º Arraiá da APADAF

DIA: 25/07/2015
LOCAL: TAMBURI

FESTA JULINA

horóscopo



ÁRIES

Um momento de introspecção é trazido pelo trânsito da Lua por sua área familiar. Os trâgicos com Marte e Saturno aprofundam essa tendência e indicam fortalecimento interior, assim como boa produtividade em atividades solitárias!



GÊMEOS

Invista em conforto e estabilidade, pois isso lhe trará maior segurança emocional, neste momento em que a Lua passa por sua área material. Os trâgicos com Marte e Saturno lhe pedem melhorias cotidianas por meio de ações pontuais.



LEÃO

Você encontrará o conforto e a segurança de que necessita no meio doméstico, pois a Lua passa por sua área de crise e Marte e Saturno se associam em sua área familiar. Renove-se através da organização mental e também emocional!



LIBRA

A harmonia entre Lua, Marte e Saturno, em sua área profissional, traz energia e capacidade crítica. Impulsiona suas iniciativas e saiba exercer um bom planejamento com esse estímulo. Metas seguras, de longo prazo, devem ser definidas!



SAGITÁRIO

Você se sente emocionalmente fortalecida com harmonia entre Lua, Marte e Saturno em sua área de crise. O momento é marcado por superações, em que as dificuldades são vencidas de maneira objetiva e corajosa. Mas não se precipite!



AQUÁRIO

Melhore o clima no ambiente profissional com seu maior poder de articulação. A Lua forma trâgicos com Marte e Saturno, favorecendo as iniciativas em conjunto, além de trazer maior dinamismo. Promova a organização!



TOURO

As relações próximas são afetadas hoje, por conta da carga emocional que a passagem da Lua confere ao modo como você se comunica. Os trâgicos com Marte e Saturno pedem um fortalecimento dos laços de fraternidade, mas evite os dramas!



CÂNCER

A presença dos amigos lhe deixa mais segura de si, neste dia em que Lua, Marte e Saturno se harmonizam entre seu signo e sua área social. Relaxe da tensão cotidiana em atividades que aliam esforços físico e intelectual!



VIRGEM

Os laços de confiança mútua são exaltados pela harmonia entre Lua, Marte e Saturno, que favorece as amizades. A autoestima é estimulada pelo apoio dos outros, o que também tende a enriquecer suas perspectivas de modo complementar!



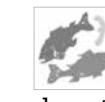
ESCORPIÃO

As oportunidades de evolução individual ficam mais claras, neste momento em que Lua, Marte e Saturno se aspectam, fortalecendo seus ideais. Permita-se vivenciar algo novo, pois isso tende a lhe deixar mais motivada!



CAPRICÓRNIO

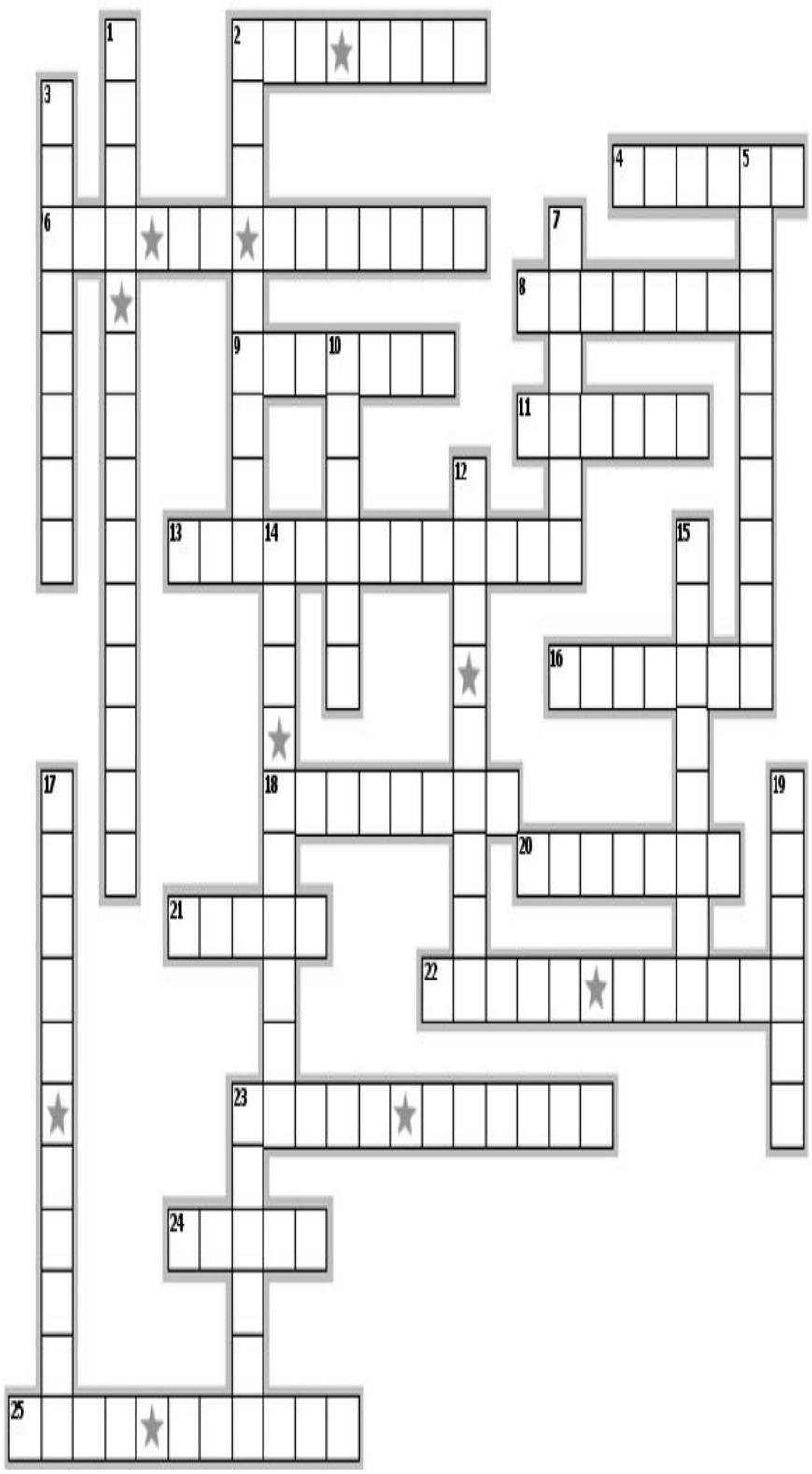
As relações devem lhe trazer grande fortalecimento interno, pois os aspectos de Lua, Marte e Saturno harmonizam suas áreas de relacionamentos e de amizades. Os projetos em grupo tendem a se beneficiar das parcerias, portanto nutra-as!



PEIXES

Dedique-se a atividades culturais e de autoconhecimento, pois os trâgicos da Lua com Marte e Saturno, entre suas áreas de prazeres e intelectual, aguçam a criatividade. Novas perspectivas podem brotar de sua maior espiritualidade!

Palavras Cruzadas



horizontal

2. Maranhão
4. Pernambuco
6. Rio de Janeiro
8. Bahia
9. Sergipe
11. Amapá
13. Santa Catarina
16. Espírito Santo
18. Distrito Federal
20. Goiás
21. Rio Grande do Norte
22. Mato Grosso do Sul

vertical

23. Rio Grande do Sul
24. Pará
25. Paraíba
1. Minas Gerais
2. São Paulo
3. Paraná
5. Ceará
7. Amazonas
10. Mato Grosso
12. Roraima
14. Acre
15. Piauí
17. Rondônia
19. Alagoas
23. Tocantins

Caça Palavras

I V B B Z U A H N O G E C K A	ABELHA	MOSCA
W X O G H R X R A Y I L O A V	BORBOLETA	OVELHA
L E R U L X N N K X Y O R P A	BURRO	POLVO
Y R B C A G I M R O F H R Q C	CABRA	RATO
D G O C P W I M Q N S N U A A	CAVALO	TIGRE
G I L O P O I A E B Q I B R K	CEGONHA	VACA
F T E O T R N C T C R F W B T	COBRA	
Y J T H Y A P A N O A L O A B	COELHO	
O J A L M Q G C A B T O G C T	ELEFANTE	
V O K E V O S O F R O G I A Q	FORMIGA	
E V J O H M R M E A K Q R H Q	GATO	
L L S C Z O J C L C A V A L O	GIRAF	
H O T K H S M D E V A A F E B	GOLFINHO	
A P H Z A C N Q Z G T K A B A	MACACO	
Z P A G R A H S F V O H F A N	MORCEGO	

6º FORRÓ DO ESPORTE
Dia 04 de Julho de 2015
às 20:00h no Recinto Sela de Ouro
EM OUROESTE
Animação: **Banda Força do Sol**

Lider
Assessoria Contábil e Administrativa LTDA-ME
Contabilidade Escrita Fiscal
Abertura e Encerramento de Empresa
Declarações e Requerimentos
Fone (17) 3843-1651
Rua Antonio Raposo, 1469 - Centro - Ouroeste SP

HORTA SIRMÃOS
Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972
Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

SUPERMERCADO SIRMÃOS
Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972
Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

Resumo de Novelas

SETE VIDAS

Sábado, 18h00

Pedro e Júlia combinam de ir à procura de Bernardo. Durval consola Marlene. Lígia e Vicente conversam. Pedro liga para Marlene. Elisa conversa com Laila sobre Bernardo. Pedro e Júlia encontram Bernardo, e os três conversam. Marlene desabafa com Guida sobre o sumiço de Bernardo. Pedro conta a Marlene que fez uma proposta a Bernardo e aguarda uma resposta. Júlia é surpreendida com a presença de Miguel ao chegar em casa.

I LOVE PARAÍSÓPOLIS

Sábado, 19h15

Urbana conta a Izabelita que tentaram matar Grego. Eva insinua que Paulucha tem um caso com Tomás. Ximena avisa a Expedito que ele tem uma semana para pagar sua dívida. Ximena aconselha Benjamin a se afastar de Paraisópolis por causa de Javai. Clarice consegue libertar Máximo da cadeia, a pedido de Benjamin. Tomás e Paulucha se beijam. Soraya manda Melodia fazer as malas de Gabo e avisa ao marido que ele só volta para casa quando recontratar Mari. Junior manda Mari se apresentar para o emprego. Benjamin procura Javai.

BABILONIA

Sábado, 21h00

Regina e Vinícius conversam. Wolnei recebe outra ligação para prejudicar Regina, desta vez no antiquário. Nortberto descobre que Clóvis foi o responsável por armar o arrastão no luau e eles brigam. Beatriz e Pedro explicam a Aderbal a ideia de usar a boate para lavar dinheiro. Regina sugere a Estela transformar parte do antiquário em restaurante. Regina é rendida por um assaltante no antiquário, Carlos Alberto chega e consegue pegar o ladrão, que é levado pela polícia. Luis Fernando e Clóvis abordam Claudia Raia na entrada do Projac. Carlos Alberto beija Regina. Alice conta a Regina o que Wilma revelou sobre Beatriz. Regina tenta convencer Wilma a depor.

MALHAÇÃO

Segunda-feira, 17h30

Os médicos conseguem ajudar Cobra. Heideguer é preso e humilha Henrique. Gael confirma a Jade que é pai de Cobra. Cobra deserta e Gael revela ao lutador que é seu pai. Duca pensa em Nat, que continua sob cuidados no hospital. Robinson se reconcilia com o irmão. Sol é convidada para abrir um show importante. Cobra tem alta do hospital e Lucrecia propõe que o rapaz fique em sua casa. Henrique decide voltar para São Paulo e se despede de Edgard e Bianca. Gael, Karina e Bianca visitam Cobra. Luiz e Lobão voltam à Khan.

CHIQUITITAS

Segunda-feira, 20h30

Começa a festa de casamento de Junior e Carol. Todos animados divididos em mesas no salão. Duda procura Pata e se declara para ela. Armando aparece no apartamento de Cintia e surpreende-a ela e Matilde. Armando diz que está com as duas telas necessárias para o tesouro, porém ele exige a maior parte do tesouro. As duas concordam e vão para o orfanato, que está vazio. Os três não conseguem abrir a segunda porta do tesouro apenas com duas das quatro telas e percebem que precisam de Carmen. Carol joga o buquê de flores e Ernestina é quem pega. Vivi sonha que está se casando com Samuca. A pequena acorda, mas não revela para as amigas que o noivo dos sonhos é Samuca.

Humor

O ADVOGADO

Perguntam a uma dona de casa, a um contador e a um advogado:

- Quanto é dois mais dois?
O contador diz:
– Acho que é três ou quatro.
Preciso executar o macro da minha folha de cálculo mais uma vez
O advogado se prepara respira fundo e com um tom suave, pergunta:
– Quanto vocês querem que seja?

SUSTO NO VOO COMERCIAL

Num voo comercial, o piloto liga o microfone e começa a falar aos passageiros:

– Bom dia, senhores passageiros, neste exato momento estamos a 9 mil metros de altura e estamos sobrevoando a cidade de... Oh, meu Deus!

E os passageiros escutam um grito pavoroso, seguido de um barulho infernal:

– Náoooo!

Segundos depois, ele pega o microfone e, sem graça, explica:

– Desculpem-me, esbarrei na bandeja e minha xícara de café caiu em cima de mim. Precisam ver como ficou a parte da frente da minha calça!

E um dos passageiros gritou:

– Ô, filho da p.! Você precisa ver como ficou a parte de trás da minha!

REPARTIÇÃO PÚBLICA

Um mutilado de guerra, arruma um emprego em uma repartição pública do Rio de Janeiro.

No primeiro dia de trabalho, as 4 horas o chefe da repartição chega para o novo funcionário e diz que ele está dispensado.

O funcionário todo indignado retruca:

– Não quero privilégios em relação aos outros, se todos ficam até as 5 horas

ras eu também fico!!

Ai o chefe explica:

– É que aqui das 4 as 5 horas, todos só cosam o saco!!!

REMÉDIO PRA PICADA DE COBRA

Dois baianos estavam deitados em suas redes. Um deles perguntava para o outro:

– Oxente, lá em casa tem remédio pra picada de cobra?

– Tem sim, por quê?

– Porque eu tô vendo uma lá dentro!

ATROPELANDO O BÊBADO

Uma mulher dirige tranquila por sua pista e, de repente, atropela um bêbado que se jogou na rua para ver se vinha um carro.

De quem é a culpa?

Da mulher, porque deveria estar cozinhando.



sua saúde

Cuidados com a saúde dos ossos em diferentes etapas da vida



Os ossos são o principal equipamento natural de sustentação do corpo humano. É a partir dele que conseguimos realizar nossas atividades diárias. Por essa razão, merecem atenção e cuidados desde a juventude, para assim evitar maiores complicações no futuro.

Verduras, derivados do leite e carne branca são exemplos desses alimentos que auxiliam na absorção durante a digestão.

Entretanto, essas práticas devem ser mantidas em todas as faixas etárias da vida, pois são as medidas principais de prevenção de problemas ósseos.

Entre os 30 anos, na fase de captação e armazenamento do estoque ósseo, é importante a exposição moderada ao sol, para estimular a produção de vitamina D, em horários adequados – ou pela manhã ou ao final da tarde.

Já o sedentarismo e o fumo, se tornam cada vez maiores inimigos da saúde no passar dos anos. O cigarro, por exemplo, diminui a função da célula responsável pela produção da matriz óssea, criando uma maior dificuldade para fumantes na consolidação de fraturas.

Entre os 40 anos, na fase de manutenção do estoque ósseo, a atenção à qualidade do sono deve ser redobrada, pois é durante esse período que o organismo libera hormônios que auxiliam na captação do cálcio ao osso.

E monitorar o uso de algumas medicações também é importante, o uso de glicocorticoides e anticonvulsivantes específicos, por exemplo, contribui para a perda da qualidade dos ossos. Só devem ser usados sobre prescrição médica.

Já para as mulheres, manter um acompanhamento médico na menopausa é essencial.

Principalmente para avaliar a necessidade de se passar por uma reposição hormonal, ou não.

Entre os 50 anos, na fase de diminuição do estoque ósseo, fazer complementações de cálcio e vitamina D é recomendado. Com a vitamina D o cuidado deve ser ainda maior, pois idosos estão sujeitos a deficiência desse componente devido à redução de produção cutânea e estocagem ao longo dos anos.

E é claro, visitas ao médico regularmente para prevenção e rastreamento é essencial. Além de uma checagem anual de exames, entre eles o de densitometria óssea, para a detecção da osteoporose.



Dra. Simone T. Casare

CRM 74810

CLÍNICA MÉDICA
ENDOCRINÓLOGISTA E METABOLOGISTA

(17) 3442-2602 / 99733-6698
AV. MANOEL MARQUES ROSA, 1429 - CENTRO
FERNANDÓPOLIS - SP

INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HÍPERMETROPIA 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



Clínica de Neurologia e Neurocirurgia

Doenças do Sistema Nervoso Central e Periférico
Neurocirurgia - Neurologia - Neurologia Infantil - Eletroencefalograma

Dra. Francisca Goreth Malheiros Moraes Fantini
CRMESP 75.442

Dr. Paulo Roberto Fantini
CRMESP 67.236

Av. Primo Angelucci, 234 - Centro - Fone: 3442 4592 - Fernandópolis-SP

Neuroclinica Cortezzi

Dr. Valdir Cortezzi Jr.

Neurocirurgião - Neurologista
CRM/SP - 113745

Consultório: Av. Expedicionários Brasileiros, 1158 - Tel: 17-3462 2870 / 3442 3339
Hospital: Av. Afonso Cézar, 2630 - Tel: 17-3465 6211 - FERNANDÓPOLIS-SP
www.neuroclinicacortezzi.com.br - email: drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br

Auge Med

Diagnóstico por imagem

Rayo-X Digital
Mamografia Digital
Tomografia Computadorizada
Ultrasoundografia Geral
Ultrasoundografia 3D e 4D
Doppler Colorido

Fone: (17) 3442-1204

augemed@gmail.com
www.augemed.com.br

Rua Espírito Santo, 1366 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP



DRA. MARIA THERESA GOMES TRINDADE MOURA

Cirurgia Plástica
CRM 82.435

DR. AER JOSÉ TRINDADE

Urologia
CRM 13.155

Fone: 17-3442 3251

Rua Sergipe, 702 - Centro - Fernandópolis



Dra. Luciene Stabeli Oniboni

Pediatria
CRM 147.378

Fone: (17) 3442-2365

Rua Espírito Santo, nº 1146 - Centro
Fernandópolis - SP

ANIWA

DERMATOLOGIA

Dra Ane Beatriz M. Niwa Massaki

CRM 108212, RQE 32159,
Membro Titular da Sociedade
Brasileira de Dermatologia

CRM 18320, RQE 3544,
Membro Titular da Sociedade
Brasileira de Dermatologia

Fones: 17-3442 2610 | 3442 3088 | clínicaaniwa@gmail.com

Rua Espírito Santo, 447 - JD Santa Rita - Fernandópolis-SP

Rua Minas Gerais, 3419 - PQ 8 de Agosto - Votuporanga-SP - Fone 3422-3063



SERVIÇO DE COLO-PROCTOLOGIA
DOENÇAS DO INTESTINO RETO E ÂNUS

Dra. Silvia Mara Borges

CRM 76.664

Tel. (17) 3462-1197 / Fax (17) 3462-7187 / Cel. (17) 99701-4477

ClimaCold
Ar Condicionado
Climatizando com estilo

Ligue e faça
um orçamento
sem compromisso

Manutenção e Instalação com desconto de 20 %
Ar Condicionado em até 10 vezes sem juros

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com



Jeferson
17 9628 6060 (vivo)
17 9133 9432 (tim)
17 9168 5170 (claro)
17 3442 7088 (fixo)

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

VOCÊ É NOSSO CONVIDADO MAIS DO QUE ESPECIAL.

Aguardamos sua visita em nossa nova loja, agora com completo show-room das melhores marcas em moveis para escritório.

VENHA CONHECER OS NOVOS LANÇAMENTOS.

Parcelamos através do Cartão BNDES e todos os Cartões de Crédito.



ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO.
FAÇA-NOS UMA CONSULTA.
CONHEÇA NOSSOS PLANOS E CONTE
COM O BOM ATENDIMENTO DE SEMPRE.

FAMA

FONE: 17 3442.5473

FAX: 17 3463-1083

Email: fama.equipamentos@hotmail.com

NOVO ENDEREÇO:

Av. Presidente Castelo Branco, 452 - Coester - Fernandópolis