

## Oroch: você vai ouvir muito esse nome, diz Renault

Nova picape média, inédita no mercado nacional, tem tamanho intermediário entre a Strada e a Hilux e chega às concessionárias em outubro



Renault Oroch chega prometendo revolucionar o mercado de picapes com modelo de porte médio, inédito no país, usando motorização do Duster e, infelizmente, cambio automático de 4 marchas

→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

**O**ue tal um veículo com o conforto de um carro de passeio, a versatilidade de um utilitário, com amplo espaço interno mas sem ser enorme como a GM S10 ou a Toyota Hilux? A resposta deve ser positiva e, ao menos na promessa, é o que a Renault

pretende entregar aos consumidores com a nova Oroch. Equipada, ela chega em outubro nas concessionárias mas ainda sem preço definido (estima-se modelo de entrada na faixa dos R\$ 70 mil). Ela compartilha plataforma do Duster, motorização também (2.0 e 1.6 flex), tem gabinete dupla e um extensor de caçamba que aumenta o cum-

primento para cargas para até dois metros (o suficiente para carregar uma moto). O cambio manual é de seis marchas e o automático (aqui a má notícia) é de apenas quatro. Mas a Renault não vai ficar sozinha por muito tempo nesse novo segmento. A Fiat promete para dezembro ou janeiro a Toro (nome provável), sua primeira picape de porte médio.



## Novo Elantra 2016: Hyundai promete "bombar" com o modelo

**S**e tudo der certo, o modelo 2016 do Elantra, na Coréia do Sul chamado de Avante, deve melhorar ainda mais o já alto moral da montadora. Pelas imagens liberadas, o sedã médio chega completamente renovado

e com estilo mais sofisticado, apesar de ainda manter boa agressividade nas linhas. A grade hexagonal, os faróis puxados e o para-choque com grandes aberturas laterais em formato de "C" invertido, criam um aspecto mais esportivo no Novo Elantra 2016. Destaque também

para as portas traseiras maiores. Com motor 1.6 T-GDI de 175 cv e transmissão de dupla embreagem com sete marchas, espera-se que o Novo Elantra 2016 tenha média de consumo de 18,5 km/litro na estrada. Aqui, o modelo deve manter o motor 2.0 Flex de até 178 cv e tal-

vez até o mesmo câmbio, já que as chances de ser feito pela CAOA em Anápolis/GO são boas. Ainda não há definição de preços, mas certamente o modelo 2016 vai ficar acima do custo do atual. A Hyundai tem obtidos bons resultados, sobre tudo com o HB20.



### HONDA PCX DLX:

#### A VERSÃO DE "LUXO"

**S**ucesso de vendas, a PCX 150 cc tem uma versão de luxo por apenas R\$ 400 a mais. A DLX traz pintura preto fosco, rodas aro 14 douradas, sistema CBS

de distribuição de frenagem, sistema Star-Stop que desliga o motor em paradas e religa na aceleração e o mais importante: - média de 36 km/litro no ciclo urbano.



### YAMAHA R3:

#### PARA INICIANTES

**A**Yamaha lançou sua "trezentinha", recheada de tecnologia, com bom visual, painel iluminado por LED's e que graças à carenagem e farol, aparenta ser de cilindrada maior. A moto, ideal para iniciantes em condução esportiva, sai por R\$ 21,9 mil (com ABS - recomendado).

## DESCONTOS

# DE ATÉ R\$ 300,00

NA COMPRA DE 4 PNEUS DE MÁXIMA SEGURANÇA

\*FAÇA REVISÃO EM SEU VÉHICULO REGULARMENTE

De 10/08/2015 a 11/09/2015. O desconto é válido para a compra de 4 pneus Michelin Energy XM2 - 175/70 R14 88T. Preço de referência: R\$ 311,90. Pode haver desconto adicional. Para outras informações, consulte www.michelin.com.br



## FEIRÃO DE FÁBRICA MICHELIN

ENERGY XM2 - 175/70 R14 88T

DE: R\$ 311,90 POR: R\$ 289,90

FOX, GOL, VOYAGE, HB20, ONIX, SIENA E PALIO.

**Almeida**  
PNEUS

End: Av. Expedicionários Brasileiros nº 464 - Jd. Santa Helena  
Telefones: (17) 3442-8234 / 3461-5154 / celular: 99670-8132 (Vivo)



**Supermercado**  
**MATICOLLI**

Visite e conheça o novo ambiente para sua melhor comodidade

Fone (17) 3843.1376 Fax 3843.1259

Avenida dos Bandeirantes, 1544 - Ouroeste - SP



# Art's em Juncos

Fabricação de Móveis em Juncos Sintético Sob Medida  
Venda e Reforma em Geral

O que era bom ficou melhor!

Atendemos em Ouroeste e região

Cel. 17 99604.1020  
99763.3079





Avenida João Veloso nº 1486 - Centro - Ouroeste/SP

■ RETORNO FESTIVO

# na curva do rio

CHICO PIRANHA

# Galo esperto



Conta a Dona Filó, que certa vez o Compadre Geraldo resolreu trocar o velho galo índio por outro que pudesse dar conta das inúmeras galinhas que alegravam o quintal da casa da sede da fazenda.

Ao chegar o novo galo e, percebendo que perderia suas funções, o velho galo índio foi lá ter um "perepepe" com o seu futuro substituto:

- Olha, sei que já estou velho e é por isso que meu dono o trouxe aqui, mas será que você poderia deixar pelo menos duas galinhas para mim?

- Que é isso, velhote?! Vou ficar com todas.

- Mas só duas... - ainda insistiu o galo.

- Não. Já disse São todas minhas!

- Então vamos fazer o seguinte: - propôe o galo velho - apostamos uma corrida em volta do galinheiro. Se eu ganhar, fico com pelo menos duas galinhas. Se eu perder, são todas suas.

O galo jovem mede o velho galo índio de alto abaiixo e pensa que certamente ele não será capaz de vencê-lo na corrida:

- Tudo bem, velhote, eu topo a aposta!

- Já que realmente minhas chances são poucas, deixe-me ficar vinte passos a frente. - pediu o velho galo.

O mais jovem pensou por uns instantes e aceitou as condições do galo índio. Iniciada a corrida, o galo jovem dispara para alcançar o outro. O galo velho com a língua de fora, faz um esforço danado para manter a vantagem, mas rapidamente está sendo alcançado pelo mais jovem.

No momento em que o mais velho ia ser alcançado pelo mais novo, o Compadre Geraldo vendo aquilo, pegou sua espingarda e atirou sem piedade no galo novo.

Guardando a arma ainda fumegante, comentou com a Dona Filó:

- Filó eu num tô entendendo mais nada, uai! Esse já é o quinto galo "afrescado" que a gente compra esta semana! Será que num tem mais galo macho nesse mundão de Deus?

# club da memória

Claudinei Cobreira

# Histórias do Tempo do Botinão

**R**eparou que de uns tempos para cá os jornais, TVs, rádios e até a Internet, tem aberto espaços generosos sobre os anos sessenta, os chamados "anos dourados"? Parece que existe no ar, um certo saudosismo na maioria das pessoas. Até os mais jovens curtem os anos 60. Parece que há uma vontade de resgatar valores de um tempo que não volta, que não existe mais, mas está muito bem vivo na lembrança de muitos de nós. Quem viveu aqueles anos, com certeza deve se lembrar de muitas coisas boas.

Mergulhando no túnel do tempo, aqui no Brasil, por exemplo, vimos o início das carreiras de Chico Buarque, Gilberto Gil, Caetano Veloso, Gal e Bethânia, Rita Lee (com Os Mutantes), Ivan Lins, Jair Rodrigues, Roberto Carlos e a Jovem Guarda e a Pimentinha Elis Regina. Claro, tinha também o Tom Jobim, Dick Farney, Vinícius, Toquinho e Maria Creuza. Tinha a linda e ousada Leila Diniz, desfilando seu lindo barrigão na praia de Ipanema e jogando conversa fora com Helô Pinheiro. Lembra do Ibrahim Sued, Carlos Imperial, as novelas da TV Paulista Canal 5, da TV Excelsior, da TV Tupi, os pares românticos: Carlos Alberto e Yoná Magalhães, Tarcísio Meira e Glória Menezes, John Herbert e Eva Wilma? Lembra também do Repórter Esso, com aquele vozeirão do Eron Domingues?

Será que você ainda se recorda do Demétrius? E da bixinha Nara Leão, da Maysa, Silvio Caldas, a Leny Everson? Tinha o Agnaldo Rayol, que cantava como um rouxinol, o Agnaldo Timóteo, Os Cantores de Ébano, Cyro Monteiro, o Trio Ternura, os Golden Boys, Os Vips, Renato e seus Blue Caps, Os Incríveis, os Festivais da Excelsior, da Record e o Festival da Canção. Claro que você sabe quem foi Sergio Mendes. E também se recorda do Festival de San Remo, da Cançone Per Te e de Ciao, Amore Ciao, do Luigi Tenco. O auge da Bossa Nova e o João Gilberto. A buzina do Chacrinha, o animador Flávio Caçula e seu "Por favor, um instante Maestro? E do cabelo Black-power do Tony Tornado e a sua BR-3. Ângela Maria, Elza Soares, Cauby Peixoto e a sua eterna Conceição; A Patota d'O Pasquim, com o Jaguar, Millôr, Ziraldo, Tarsó de Castro, Paulo Francis, Henfil & Cia. Por acaso chegou pegar o



tempo do FeBePa, do Sérgio Porto, vulgo Stanislaw Ponte Preta? E as tiradas do O Amigo da Onça...

Nas telas do cinema, em cinescopio, os filmes Brasileiros do Mazzaropi, do Grande Otelo e do Oscarito. E os filmes de terror do Zé do Caixão? Com uma câmera na mão e uma idéia na cabeça, Glauher Rocha inventou o Cinema Novo: O Pagador de Promessas, Todas as Mulheres do Mundo, Terra em Transe. E por acaso, você viu Odete Lara, em Toda Nudez Será Castigada?

Desde esse tempo eu torço pelo Palmeiras, de Valdir Joaquim de Moraes, Djalma Santos, Minuca, Djalma Dias, Ferrari, Dudu e Ademir da Guia, Servilho, Tupazinho, Adhemar Pantera e Rinaldo. Tenho saudades daqueles tempos quando o futebol era uma dança, um samba com a bola no pé, como dançaram os campeões de 58, 62 e de 70. Depois foi ficando chato. Muito Zé começou achar que era Pelé.

Dando um giro pelo mundo, foi nessa época que surgiram The Beatles, Elvis, Rolling Stones, Bob Dylan, Ray Charles, Charles Aznavour, Gilbert Bécaud, Sergio Endrigo, Simon & Garfunkel, Jimmy Hendrix, Giogliola Cinquetti, John Denver, Stevie Wonder, Rita Pavone, Domenico Modugno, Mauricio Chevalier, Francoise Hardy. A mocinha Janis Joplin, a gata da voz rouca, virou símbolo da contracultura na música. Salve Woodstock!

Me apaixonei por Jane Fonda em Barbarella, torci muito por Lawrence da Arábia e senti um nó no coração vendo Doutor Jivago. O futuro que parecia longe, chegava voando com 2001, Uma Odisséia no Espaço. Sean Connery, o eterno James Bond, colocava Magaiwver no chinelo. Nunca

entendi Teorema e fiquei intrigado com O Bebê de Rosemary. Não vi todos os filmes do François Truffaut e do Jean-Luc Godard, mas gostei muito de Marcelino, Pão e Vinho, Essa Rua é Nossa e a Guerra dos Botões. Eu amava os Filmes da Disney. Era Uma Vez No Oeste e os outros filmes do Sergio Leone, com o Clint Eastwood e o Lee Van Cleef, A Bela da Tarde, com a exuberante e emblemática Catherine Deneuve. E me encantei tanto com Horizonte Perdido, com a trilha sonora do Burt Bacharach, que vi umas três vezes e depois queria me mudar de mala e cuia pra Shangri-lá e virar amigo do Grande Lhama..

A Noviça Rebelde, West Side Story e My Fair Lady. Marilyn Monroe em O Pecado Mora Ao Lado. Já não se fazem mais filmes como antigamente e olhe que nem falei de épicos como Quo Vadis, Bem Hur e os Dez Mandamentos.

E as séries de TV? Aposto que você deve se lembrar de O Agente 86, O Agente da U.N.C.L.E., Perdidos no Espaço, O Tunel do Tempo, Viagem ao Fundo do Mar, a imortal Jornada nas Estrelas (Star Trek). Bonanza, O Homem de Virgínia, Rin-Tin-Tin, Lassie, A Feiticeira, Jeanie é um Gênio, acho que não dá pra esquecer. Nunca, não é mesmo?

Dando um giro pelo mundo, foi nessa época que surgiram The Beatles, Elvis, Rolling Stones, Bob Dylan, Ray Charles, Charles Aznavour, Gilbert Bécaud, Sergio Endrigo, Simon & Garfunkel, Jimmy Hendrix, Giogliola Cinquetti, John Denver, Stevie Wonder, Rita Pavone, Domenico Modugno, Mauricio Chevalier, Francoise Hardy. A mocinha Janis Joplin, a gata da voz rouca, virou símbolo da contracultura na música. Salve Woodstock!

Me apaixonei por Jane Fonda em Barbarella, torci muito por Lawrence da Arábia e senti um nó no coração vendo Doutor Jivago. O futuro que parecia longe, chegava voando com 2001, Uma Odisséia no Espaço. Sean Connery, o eterno James Bond, colocava Magaiwver no chinelo. Nunca

ni-saia, começou o auge do biquini, da "helanca", das camisas Volta-ao-mundo, dos cobertores Parahyba ("já é hora de dormir..."), dos Lencois Santista, das blusas de Banlon e dos óculos Ray-Ban, em molduras folheadas à ouro da Bauch & Lomb, com garantia de 20 anos. Foi a era do tênis Conga, do Keds e do sapato Vulcabrás 752. Vai dizer que você nunca teve um? Lembra da famosa calça Lee, americana importada, daquelas trazidas por baixo do pano por 40 dólares?

Para o nosso cabelo, Brilcream, Glostora ou Gumex. Para a beleza das meninas, Max Factor e Avon, DeMillus e Valisére.

Para nós, Lancaster, Rastro e Sândalo. Nos dias de calorão, para refrescar, tinha Crush, Grapette e Cerejinha, além do Guaraná Caçula, Sodinha, Ferrari e Tubaina, tinha ainda a Coca e a Pepsi. E prá acabar com o amarelão e ganhar "muque", tome Biotônico Fontoura, Emulsão de Scott, Calcigenol, Run Creosotado, Pílula de Vida do Dr. Ross, pílulas de Óleo de Rícino e a pomada Miancôra, que era ótima contra espinhas e cravos. Prá tirar calo, nada como a milagrosa pomada Curitibina.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podíamos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podíamos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podíamos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã. Nas férias a gente se esbaldava jogando bola de gude, pião, brincando de salva-pegas, gringalha, rictro, andando de bicicleta, jogando futebol, tomando banho de rio, e todo mundo ia pra cama depois das nove. Podímos andar pela calçada sem olhar pra trás. Nossa! Que viado, heim? A gente era feliz e sabia sim. Semana que vem tem mais. Até lá.

No escurinho do cinema, balas Pipper, Chita ou Drops Dulcora. Na rua, morro abaiixo, apostando corrida com os amigos pilotando um carrinho de rolemã.

(de pai pra filho

# Como ajudar seu filho a superar a timidez

É normal que algumas crianças se sintam desconfortáveis em situações novas ou que as coloquem como centro das atenções. A timidez não é uma doença e, em muitos casos, é apenas mais uma característica da personalidade de uma pessoa. Ou seja, ela só é um problema quando é excessiva e prejudica o desenvolvimento ou a capacidade de estabelecer relações sociais.

Se seu filho tem muita dificuldade em fazer amigos ou medo de tirar dúvidas em sala de aula, isso pode impedir que ele consiga brincar ou falar com outras crianças, interferir na capacidade de aprendizado e até causar sofrimento. Mas você pode ajudá-lo.

Às vezes o comportamento dos pais em relação aos filhos faz com que eles desenvolvam ainda mais a insegurança, reforçando a timidez.

Pais muito rígidos e exigentes podem contribuir para o desenvolvimento da timidez.



Isso acontece porque o exagero na hora de repreender a criança quando ela faz algo inapropriado pode fazer com que ela se retrai. Isso não significa que você não deve dar bronca no seu filho quando necessário, mas que deve tentar estabelecer um equilíbrio na maneira como faz isso.

A superproteção também pode ser um erro, pois a criança tem mais dificuldade de resolver os próprios problemas. Crianças que são superprotegidas também têm dificuldades, já que perdem a capacidade de encarar a frustração

e tendem a se isolar socialmente para não sofrerem decepções.

#### O QUE FAZER

Você pode contribuir positivamente de várias maneiras. Mas, se você perceber que mesmo assim seu filho está encontrando dificuldades, não hesite em procurar ajuda de

um profissional como psicólogo ou pediatra. Veja algumas dicas sobre o que pode ser feito por você:

Encoraje o convívio com outras crianças em parques, clubes, festas infantis e todos os lugares com pessoas da mes-

ma idade para interagir.

Agüe a curiosidade da criança: antes de ir a algum local, fale quem vai estar lá e o que vai ter de interessante, para segura e curiosa para explorar o lugar e a situação.

Elogie sempre que seu filho conseguir ir a algum lugar novo e interagir com outras crianças. Não critique se ele ficar com medo.

Incentive a ajudar os outros: Quando você envolve a criança na realização de pequenas tarefas para alguém que esteja precisando, ela se sentirá útil, valorizada e menos inibida.



## Balaio de Gato

**COM DIZ O VELHO E SÁBIO FILOSOFO DO BREJO, CHICO PIRANHA...**

Aqui no Brasil, manda quem Porche...

**E Obedrechtem quem tem juízo!**

E a gloriosa mandioca da Dona Dilma fez o maior sucesso na Paulista!

**A mandioca é nossa e ninguém tasca!**

No domingo, paulistas levaram mandioca e os cariocas também...

**Só o povo de Ferpa não levou mandioca, prá passeata, claro!**

E continuam os famosos jantares lá pelas bandas de Brasília...

**Agora foi a vez dos vice-líderes da Câmara... quer dizer, a coisa pioreceu!**

Na abertura dos jantares, sempre o mesmo discurso...

**Queridos ministros, deputados, deputadas, senadores e senadoras sapiens...**

Se não nos unirmos, vai sobrar mandioca prá todo mundo!

**Agora o Renan não é situação, nem oposição, muito pelo contrário...**

Reparou que quando a chapa esquenta, tem gente que toma chá de sumiço?

**Empreiteiros vão processar o doleiro... apoiados na lei do "jus speriandis"**

Em Sampa do prefeito Fernandinho Haddad, a vida tá uma beleza....

**Limites de velocidade; carros a 40, 50 por hora!**

E bicicletas nas ciclovias liberadas pra voar a 80, 90...

**Prefeito vai ter que colocar radar nas ciclovias!**

Segundo Sanakan tem gente aí que tá tão bambo das pernas...

**Que se a criatura levantar a mão, Deus puxa!**

Como diz o outro, cada nós com os seus problemas...

**Se hoje foi um dia ruim prá você... com esse calorão senegalês...**

Imagina prá quem descarregou um caminhão de tijolos no endereço errado!

**Dizem os bambis que se você tirar foto prá carteira de habilitação com a camisa do Parmera, ela não vence nunca!**

Em noite de má jornada do trio de apito amigo, o Curingão perdeu de 2 a 0 pro Santos....

**O juiz roubou pro Santos... vai ver confundiu os uniformes!**

Bomba.... Novidade da política, vem aí o PNC....

**É sério. Vem aí o Partido Nacional Curintihiano!**

Antenado, o Lazinho Nunes já tá organizando o PNP....

**O Partido Nacional dos Parmeristas!**

Andando na beira do brejo, Chico Piranha levou um tropicão...

**Na hora, o juiz marcou pênalti pro Curinthia!**

Diz a lenda que em caso de queda da Presidenta Dilma...

**A Constituição prevê pênalti pro Curinthia!**

E o Mario da Caiçara disse que Tite teme a greve dos árbitros....

**"Sem eles, não conseguiremos..." desabafou o técnico da Gembazada!**

E o maior Curinthiano de Ferpa, o João Leonel, se pergunta::

**POR QUE SERÁ QUE CAIM MATOU ABEL?**

**Marquinho Santana**

Representante Comercial

Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090

Fernandópolis

Avenida Lírio Greco, 30

Bairro Brasilândia

Fernandópolis/SP

(Próximo a Rodobens Caminhões)



**Fones: (17)**

**99656.0537**

**Direção: Paulo e Solange**

**LAVA JATO AMIZADE**

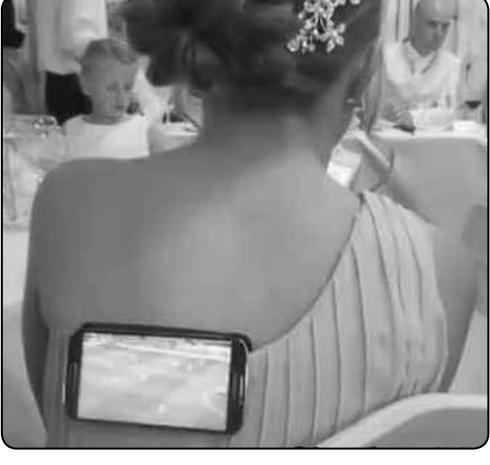
**LAVAGEM - POLIMENTO - ENCERAMENTO - CRISTALIZAÇÃO**

Rua Bartolomeu Bueno nº 1589 - Ouroeste-SP



## VAI GOSTAR DO PALMEIRA ASSIM...

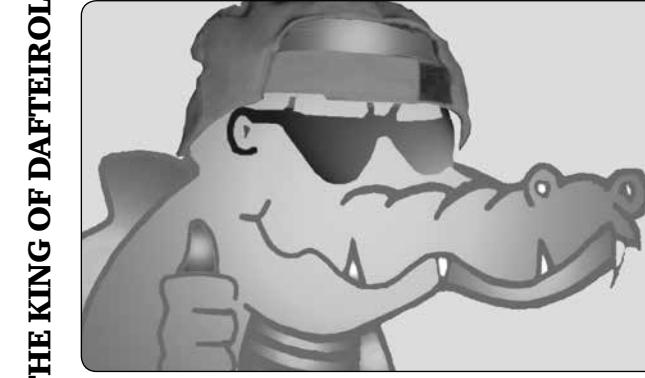
Domingão de manhã, o que fazer? Lazer, protesto, passeio? Que nada! Veja o que fez um palmeirense doente daqui. Foi no almoço mas a mulher pagou o pato. E não é que juntou um montão de gente. Sucesso!



Bom dia velharada! Boa tarde mule(a)cada! Boa noite putaiada! Pois é! O Tiririca tava errado. Quando ele

disse que "pior não fica", com certeza ele não conhecia o potencial da Dilmona. Essa foi d+! E tem um cara da região,

## PAPO DO JACA



## O REI DO BESTIROL

THE KING OF DAFTSIROL

A Imagem da Semana vem do Protesto de domingo contra a Dilmona em Ferpa. Gente! Vejam só o estado do fundo das calças desse cara. Hilário. E ninguém avisou-o da "cagadinh". Coitado.

## IMAGEM DA SEMANA



## DÁ PARA ACREDITAR?

- Que o Cúrintians tá morrendo de medo de uma greve dos árbitros acabar com a liderança?
- Que a vida real é aquilo que acontece enquanto você está planejando o seu futuro?
- Que o Lula já recebeu R\$ 27 milhões desde que deixou a presidência? Pra que? Para fazer palestras!
- Que antes das eleições o trabalhador demorava, em média, 20 dias para receber o seguro desemprego? Agora são três meses!
- Que, novamente, foram protestar contra a corrupção no Brasil usando camisas da CBF?



## FRASES PROFUNDAS (PRA VOCÊ POR NAS...)

**"Minha posição predileta na cama? Perto da parede, onde o carregador do celular alcança."**

De uma gatinha, respondendo a uma cantada de um universitário, num conhecido barzinho no sambão à noite.

**"Herói é o covarde que não teve tempo de fugir."**

De um vereador, indagado lá na Bastilha, sobre ter voltado atrás no aumento dos salários.

**"Nunca dê café amargo a uma pessoa embriagada. Você terá de aturar um bêbado acordadíssimo.**

Conselho de um conhecíssimo médico, lá na reunião do Rotary, para uma dama que deve tê-lo utilizado.

## DESAFIOS JACAL

- 1- Essa é boaaa! Você tem idéia de como se chama aquela mulher que tem tudo o que você sempre quis? Tudo o que sonhou na vida?
- 2- E você sabe como se diz "esmola" em japonês? Dúvido!
- 3- E qual o animal que consegue atravessar um rio com um boi na boca?
- 4- Em uma casa moram duas mães e duas filhas e cada uma delas está acompanhada de duas pessoas. Quantas pessoas há na casa?



- 4- Tres. A mãe, a avó e a neto.
- 3- O carapato, simples assim.
- 2- Taká nikkéi naka neka.
- 1- Ex-mulher! Hái Hái! Hái!

Respostas:

**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

**VIDRAÇARIA São José**

Vidros Comuns, Temperados  
Espelhos e Box de Vidros  
Temperados e Acrílico

Fone/Fax (17) 3463-4767

Rua Ceará, 594 - Brasilândia - Fernandópolis/SP

**Celsat Antenas**

Instalação e Manutenção de Antenas Parabólicas, Sky e Convencional

Direção: (17) 99655.2305  
Celsinho (17) 99648.6921

Atende Ouroeste e Região

**Expo Ouroeste**

Dias 19 e 20 Setembro 2015

Informações: 17.99735 9524

**MULHER Free**

DIA 20 Domingo à partir das 13H00

- Encontro de SOM Automotivo  
- Encontro de REBAIXADOS  
- Encontro de CARROS Antigos e TUNNING

**DIA 19 Sábado à partir das 23H00**

**Boate AUTOMOTIVA**

LOCAL: Recinto de Exposições

**Life academia**

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

**Ballet**  
Terça e Quinta às 16:00hrs e às 17:10hrs

**Jump**  
Treino Intervalado e funcional: Segunda/Terça/ Quinta às 19:00hrs  
Segunda/Quarta/ Sexta às 08:00hrs (Manhã) e às 16:00hrs.

**Treinamento Funcional**  
Segunda às 20:00hrs  
Terça e Quinta às 20:30hrs (Turma Mista)

**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

## ■ ESPORTE E ENTRETENIMENTO

# Grupo Belly Dunas, do CCI, participa do 19º Jori 2015

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

**A**edição 2015 dos Jogos Regionais dos Idosos (JORI) foi realizada de 13 a 16 de agosto no município de Jales, com a participação de 2.630 atletas, com no mínimo 60 anos de idade, de 42 municípios da 13ª Região Administrativa do Estado de São Paulo. Dentre os 22 municípios que apresentaram coreografias, Ouroeste foi representada com a Dança do Vento. A competição foi realizada em parceria entre a SELJ – Secretaria Estadual de Esporte, Lazer e Juventude, e FUSSESP – Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo, com a Prefeitura Municipal de Jales SP.

Entre as autoridades municipais foi destacada a presença marcante de Lu Alckmin e do Deputado Itamar Borges.

Ouroeste registrou presença com uma única modalidade, levando a coreografia de Dança do Vento, com o grupo Belly Dunas do CCI. A delegação foi formada pela orientadora de dança do ventre, Wera Lúcia Muniz, pelas professoras

de Educação Física, Maria do Carmo Lopes e Meire Marques, pela estagiária Gabi, enfermeira Sirley, pelo motorista Jailson e pela colaboradora de equipe Rosilene Silva.

Vários idosos se fizeram presentes na equipe de animada torcida. Na oportunidade, o grupo agradeceu o apoio recebido da Prefeitura Municipal de Ouroeste, da Secretaria do Esporte e Turismo, da Secretaria Municipal de Saúde, e do Studio F.

Ouroeste foi representada com a Dança do Vento



Abertura oficial do Jori 2015 contou com a participação da presidente do Fussesp, Lu Alckmin e do deputado Itamar Borges, entre outras autoridades



As dançarinas de Ouroeste junto ao profissional responsável pela produção Fábio Furtado do Studio F



As participantes do grupo Belly Dunas do CCI receberam medalhas de participação

## ■ FAMÍLIA ROTÁRIA EM AÇÃO

# Rotary Clube participa da Campanha de Vacinação

**O** Rotary Clube de Ouroeste participou, juntamente com a Secretaria de Saúde do município, da Campanha de Vacinação contra a Poliomielite realizada no último sábado. A ação faz parte das atividades do Rotary Clube Internacional, que participa da ação contra a poliomielite desde 1985 em todo mundo. A Família Rotária de Ouroeste ofereceu guloseimas como: pipoca e refrigerante e ainda proporcionou diversão às crianças com pinturas e brincadeiras.



# social

**REALIZANDO SONHOS!**

**Papeta**  
Festas e Épocas

17 3442-8010 / 99726-5210

Rua Rio Grande do Sul, 1244  
Centro - Fernandópolis-SP

**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

(17) 3462-5713  
Rua Espírito Santo, 805 - Centro - Fernandópolis  
Próximo ao Mercadão Municipal

ATENDIMENTO COM HORA MARCADA

**Podoclínica**  
Podologia - Estética

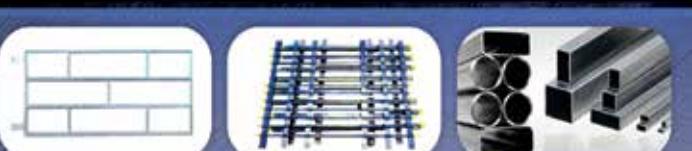
CORREÇÃO DE UNHA - UNHA ENCRAVADA - CALOSIDADE - OLHO DE PEIXE

3462-4336

Av. Ângelo Del Grossi, 266 - Boa Vista - Fernandópolis - SP

**B  
BIM  
M**

**FERRO VELHO S. PAULO**  
Comércio de Sucatas em Geral



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

TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050  
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124  
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDÓPOLIS-SP

**CAMPEÃO DE VENDAS! plásticos RISCHIOTO com qualidade e menor preço!**







A festa hoje é de **Beatriz Bonassi**, que comemora seu aniversário com a família e amigos.



Em destaque, **Gisele Pelais**, também na lista dos homenageados deste sábado.



Destaque para **Cléo Fante**, participando da "Conferência Global Bullying e Cultura de Paz", no SBT.



Close de **Maira Laira**, que se prepara para comemorar mais um aniversário amanhã, ao lado dos amigos.



Felicidades a **Marcos Nascimento**, aniversariante de amanhã. Na foto recebendo os carinhos da filha **Natália Caliian**.



Amanhã o dia será especial para **Rafaela Oliveira**, que vai comemorar mais um aniversário em grande estilo.



Sempre acompanhado pela esposa **Natália**, **Jeferson Lopes** celebra hoje mais um ano de vida, recebendo inúmeras felicitações.



O advogado **Marcel Bombonato**, em grande estilo, aniversaria neste sábado, cumprimentado por colegas de profissão, amigos e, especial, por **Jihan Said**. Parabéns!



A bela **Rafaela Carvalho** comemorou a passagem de mais um ano de vida, ontem e recebeu muitas felicitações pelas redes sociais. Parabéns!



**Alzira Pereira**, completando mais um ano de vida neste domingo, recebe o carinho da família e amigos. Na foto com o filho **Elvis**.



Muitos anos de vida para **Camila Pivaro**, também aniversariante de hoje. O carinho especial dos pais **Nilson**, **Célia** e familiares.



O pagodeiro **Willis Oliveira** está em festa! Hoje ele recebe um seleto grupo de amigos para comemorar seu "niver" que aconteceu no dia 20. Parabéns!

**CAMPEÃO DE VENDAS! plásticos RISCHIOTO com qualidade e menor preço!**



"A insegurança é um sentimento inevitável. Considere que as experiências de ser e viver são misteriosas demais."

■ EMERSON NATAL



Oswaldo Colombano e Renato Colombano  
na foto com Reizinho, comemoram idade nova, recebendo  
congratulações de amigos e familiares.



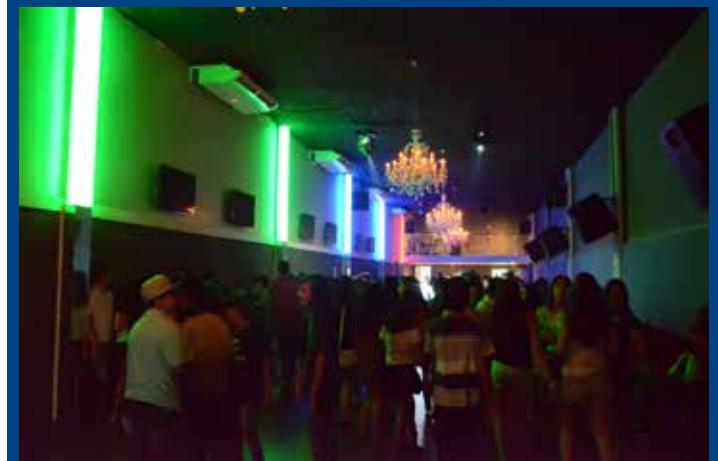
Encontro de amigos: Sérgio Teixeira, Jeder Risatto, Sérgio  
Pinho de São Paulo e Leonardo Lespa, do Rio de Janeiro.



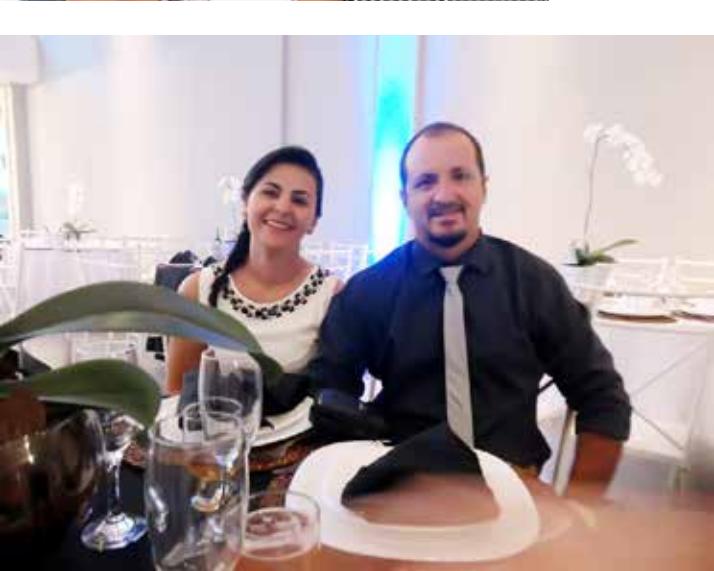
O empresário e atual presidente do "Fêfa",  
**Jerri Messias Falcão**, recebe  
de amigos e familiares os  
cumprimentos pela data  
especial na  
próxima terça.



Alunos do Colégio Anglo de Fernandópolis classificados para a 2ª fase da Olimpíada Brasileira de Matemática. Na foto, com as professoras Adriana Perdigão e Denise Galbatti.



Esportividade, Alegria e Curtição! Assim pode ser resumido o Dia do Estudante do Colégio Anglo. Para comemorar essa data e homenagear os alunos o Colégio Anglo promoveu uma "balada", no Plaza Club (Plazinha), para os alunos do Ensino Fundamental II. O Ensino Fundamental I comemorou a data com o "Interclasse".



Festa para a família Punhagui, pela data especialíssima  
de **Cristina**, na próxima segunda-feira. Na foto, momento  
especial com o maridão Beto Punhagui.



Sempre bem acompanhado por amigos e amigas, o engenheiro  
**Gustavo Saloni** completa idade nova neste sábado.

## PROJETO, MATERIAIS E MÃO DE OBRA

Faça o seu  
Orçamento!  
**IDEAI**  
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO  
3463-2833

Liberdade Almeida Silvares nº 3371 - Coester - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP (ao lado do Zaporol Andaires)

Construindo  
pra você!

O QUE VOCÊ QUER CONQUISTAR?

**Supera**  
Ginástica para o Cérebro

(17) 3462-8170

COM O SUPERA VOCÊ CONQUISTA!

Mente saudável  
Memória ágil  
Independência  
Qualidade de vida

Crescimento profissional  
Redução do estresse  
Aprovação em concursos

Concentração  
Raciocínio  
Autoestima  
Maior capacidade de aprendizado

Atitude descolada  
Sucesso no vestibular  
Diferenciais competitivos

**ASSINE o extra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445  
E-mail: [assinatura@oextra.net](mailto:assinatura@oextra.net)



PEÇA  
AGORA!

Espaço Holístico e Terapêutico

**BONITA CASA DE ÍSIS**  
Roupas, Acessórios, Artigos para  
decoração, com foco esotérico

Christianne Pinto Cangueiro  
SHAWRI

Atendimentos em Mesa Radiônica,  
Numerologia, Runas e Feng Shui

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

(de bem com a vida

# Como manter o equilíbrio emocional face às adversidades da vida?

**C**omo superar a desilusão? Como manter o equilíbrio emocional perante a adversidade da vida? Todos, sem exceção, debatemo-nos em algum momento das nossas vidas com a adversidade. Vimos a nossa zona de conforto ser abalada, os objetivos a caírem por terra, os nossos pensamentos ficam confusos, instalam-se pensamentos negativos e emerge algum tipo de sofrimento.

Na sequência do sofrimento, seja por perda, por desilusão, por fracasso, por abalo, por trauma, é muito comum sofrer-se de algum tipo de ansiedade, ou noutras casas instalar-se um estado deprimido. Estas são reações normais e comuns na presença da adversidade, e podem ser funcionais e adaptativas, mas apenas o tempo necessário para perspectivar um caminho para a solução. Claro que cada pessoa reage de formas diferentes. Mas certamente muitos de nós, podemos ficar presos em comportamentos, sentimentos e pensamentos que em nada contribuem para o reequilíbrio emocional. Perante as dificuldades da vida, al-

gumas das nossas formas de lidar com a adversidade são muito mais destrutivas e prejudiciais do que assertivas e funcionais.

## CONTROLE EMOCIONAL

### Dê tempo a si mesmo para processar os acontecimentos

Quando você se depara com a adversidade, é importante ocupar algum do seu tempo para processar o que está acontecendo. Algumas pessoas vão dizer-lhe para esquecer e seguir em frente. Para levantar a cabeça, mas se você tentar seguir em frente imediatamente, sem reflexão, sem analisar os seus sentimentos e pensamentos, o que eles lhe transmitem, e qual o impacto que isso pode ter em si, na sua vida e na forma como vai passar a olhar o mundo ou situações futuras, certamente não será benéfico. Pode demorar um dia. Pode levar uma semana. Pode levar um mês. Mas o importante é ter o seu tempo de reflexão, análise e leitura do sucedido. A chave é certificar-se de que se retém nessa análise apenas o tempo suficiente para perspectivar um caminho. Ficar recorrentemente num ciclo de avaliações, ou

emaranhado nos acontecimentos à espera que melhores dias apareçam, pode fazer com que você fique mentalmente paralizado e incapaz de seguir em frente.

### Evite reações descabidas

Quando você atinge um grande revés é inevitável que tenha algum tipo de reação. Usualmente podemos ter reações a quente, que nos protejam e nos retirem sofrimento. Ou por outro lado, podemos passar ao ataque, culpabilizando outros, ou descartando responsabilidades. Cada caso é um caso. Cada situação demandará certamente um tipo de resposta de acordo com a nossa forma de ser, ou de olhar a situação no momento.

### Deixe de resistir às circunstâncias

Você provavelmente já ouviu as palavras "o que você resiste, persiste." O que aconteceu, aconteceu. Aquilo em que nos focamos expande-se. Se você ficar detido nas circunstâncias adversas que lhe aconteceram, você é colhido pelo passado, e aí pode ficar retido, condicionando o seu presente e assombrando o seu futuro. É necessário encarar as decepções, e superar

algum sentimento de culpa para que não entre numa espiral negativa e enraíze uma mentalidade de vítima acerca do seu revés. Ficar paralizado pelo passado corta o seu fluxo de vida e faz revivê-lo uma e outra vez, impossibilitando uma mudança benéfica.

### Considere as possibilidades

Ao fazer a si mesmo algumas perguntas simples, um mundo de opções se abrirão para você: "O que é possível?" ou "O que posso fazer?" Ao perguntar o que é possível, você abre-se à possibilidade, coloca-se num cenário positivo, construtivo e capacitador. Você permite-se perspectivar um caminho virado para a solução. Coloca-o numa posição de monitorizar as possibilidades que se vislumbrem, ou melhor, você próprio coloca-se num estado de recursos que promove a criação de uma possibilidade. Pode emergir então um cenário em que você decide criar a solução mais adequada.

### Olhe para os seus retrocessos

Às vezes as condições são fantásticas. Às vezes, eles são uma porcaria. Um dia batem-se recordes, noutro dia fracas-



sa-se. No entanto, esta fluidez de avanços e recuos permite que possamos aprender com os erros e falhas. Permitem-nos também que possamos aceitar as perdas, que possamos aceitar que somos fáli- veis. Que tudo muda. Que nada é constante. Quando você está tentando restabelecer o seu equilíbrio, quando se desafia a si mesmo, quando pretende mudar a sua vida para melhor, por vezes, os recuos, dificuldades e adversidades fazem parte do processo que permite construir o percurso do seu sucesso.

### Avance, mesmo perante a dificuldade e persista

Muitos são os exemplos que podemos retirar quando analisamos as pessoas bem sucedidas. Estas pessoas demonstram uma característica que as define como persistentes. Perante a adversidade mantêm o foco nos objetivos traçados, quando a grande maioria das pessoas desistiria. Eles avançam mesmo sentido os grandes obstáculos que encontram pelo caminho. Mantêm os olhos na recompensa desejada. Têm uma perspectiva de longo prazo.

eternium

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

• Por CLARIUS



### Pensamento da Semana

*"Auxilia o seu ofensor com bons pensamentos. Ele nos ensina o quanto agressivo e desagradável somos ao ferir alguém."*



André Luiz

### MINUTINHO: Será inútil...

Será inútil dizer: PAI NOSSO...

Se os meus valores são representados pelos bens da terra, se em minha vida não ajo como filho de Deus, fechando meu coração ao Amor e se, no fundo, não ouço nem pratico as palavras do "Pai".

Será inútil dizer: QUE ESTAIOS NO CÉU...

Se penso apenas em ser cristão por

medo, superstição e comodismo, valorando somente os bens terrenos, esquecendo as benções dos céus e as recomendações do Senhor.

Será inútil dizer: SANTIFICADO SEJA O VOSSO NOME...

Se acho tão sedutora a vida aqui, cheia de supérfluos e futilidades; se valorizo excessivamente falsos ídolos da minha geração, tão carregados de vícios.

Será inútil dizer: VENHA A NÓS O VOSSO REINO...

Se no fundo o que eu quero mesmo é que todos os meus desejos se realizem, criando o meu próprio reino aqui na Terra e não o contrário, comigo me submetendo ao reino do Senhor.

Será inútil dizer: SEJA FEITA A TUA VONTADE...

Se prefiro acumular riquezas, desprezando meus irmãos que passam fome e outras necessidades, quando a Sua Vontade é que eu o ajude a promover a caridade e o bem estar comum.

Será inútil dizer: O PÃO NOSSO DE CADA DIA NOS DAI HOJE...

Se não me importo em injustiçar, oprimir e magoar aqueles que atra- vessesem o meu caminho; se não me

preocupo em colocar um pão nobre (ainda que pouco) na mesa dos meus familiares, e não aquele fruto do espólio do dinheiro alheio, com origens espúrias.

Será inútil dizer: PERDOAI AS NOSSAS OFENSAS, ASSIM COMO NÓS PERDOAMOS A QUEM NOS TEM OFENDIDO...

Se escolho sempre o caminho mais fácil, que nem sempre é o caminho de Cristo. Se na maioria das vezes queremos sermos perdoados por nossas falhas, mas não temos a mesma atitude com os lapso alheios.

Será inútil dizer: E NÃO NOS DEIXEIS CAIR EM TENTAÇÃO...

Se por minha vontade procuro só os prazeres materiais; se tudo o que é proibido me seduz e a cada novo "teste", continuo incidindo nos ve- lhos erros.

Será inútil dizer: LIVRAI-NOS DO MAL...

Se sabendo que sou assim, continuo omitindo a mim próprio e pouco ou nada faço para modificar; se sou eu mesmo que busco, consciente e de forma reiterada, o caminho do erro.

Será inútil dizer: AMÉM.

Se, por fim, o "Pai Nossa" não passa de mera manifestação de egoísmo, em busca de proteção para encobrir meus erros diários.

Clarius - Adaptação de obra com autoria desconhecida.

### CRÔNICA: O garoto das meias vermelhas

Ele era um garoto triste. Procurava

chorar. Disse que todo mundo iria de mim, por causa das meias vermelhas.

Mas ela disse que tinha um motivo muito forte para me colocar as meias vermelhas. Disse que se eu me perdesse, bastaria ela olhar para o chão e quando visse um menino de meias vermelhas, saberia que o filho era dela.

Ora, disseram os garotos, mas você não está num circo. Por que não



estudar muito. Na hora do recreio ficava afastado dos colegas, como se estivesse procurando alguma coisa. Todos os outros meninos zombavam dele, por causa das suas meias vermelhas.

Um dia, o cercaram e lhe perguntaram por que ele só usava meias vermelhas. Ele falou, com simplicidade: No ano passado, quando fiz aniversário, minha mãe me levou ao circo.

Colocou em mim essas meias vermelhas. Eu reclamei. Comecei a

tira essas meias vermelhas e as joga fora?

O menino das meias vermelhas olhou para os próprios pés, talvez para disfarçar o olhar lacrimoso e explicou: É que a minha mãe abandonou a nossa casa e foi embora. Por isso, eu continuo usando essas meias vermelhas. Quando ela passar por mim, em qualquer lugar em que eu esteja, ela vai me encontrar e me levará com ela.

Redação do  
Momento Espírita.



Carlos Augusto da Silveira Nunes

Advogado OAB/SP: 185136-A  
OAB/GO: 24135

Tel.: 17 3843 4482 / Cel.: 17 9737 0822

carlosnunesadvogado@terra.com.br

Rua Bartolomeu Bueno nº 1216 - Centro - Ouroeste - SP

**Villa Lanches**  
LANCHES, PORÇÕES E CALDO

LIGUE E FAÇA SEU PEDIDO  
9706.3479 - 8180.6290

Direção: ADEMILSON

O mais novo quiosque da cidade  
na Praça de Eventos em Ouroeste

# Campanha do Interact arrecada 550 kg de alimentos para Santa Casa

O último sábado, os jovens do Interact Club de Fernandópolis deram um exemplo de solidariedade, promovendo mais uma campanha em prol ao Hospi-

tal de Ensino Santa Casa de Fernandópolis. Com pontos de arrecadação em sete supermercados da cidade, os interactianos recolheram 550 kg de doações.

Entre as 9h e as 12h30, fo-

ram arrecadados, junto à população, itens como arroz, leite, macarrão, açúcar e farinha de trigo, que são utilizados diariamente para o preparo das refeições que são servidas aos pacientes da Santa Casa.

Por mês são gastos mais de 7,5 toneladas de alimentos.

Para a provedora, Dra. Sandra Regina de Godoy, a campanha foi muito além da simples arrecadação de alimentos. "Esse movimento do

Interact vai além da doação, demonstra também a preocupação dos jovens com uma instituição que é de extrema importância para toda nossa sociedade, o que nos deixa ainda mais felizes pelo carinho e dedicação", destacou.

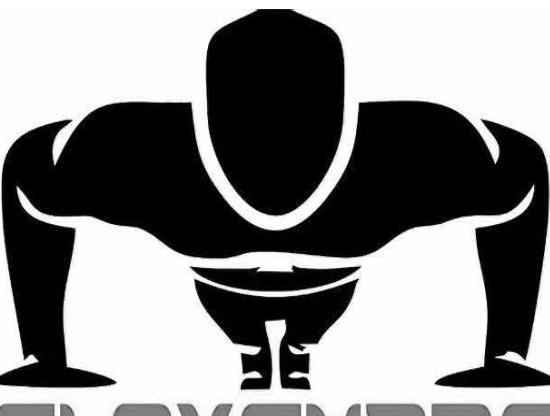
Após a coleta, os membros do Interact foram até a Santa Casa para auxiliar na separação e contagem dos produtos. "Nós do Interact ficamos muito felizes em promover essa campanha e, principalmente, em saber que toda a população nos apoiou para arreca-

dar uma quantia expressiva de alimentos, o que ajudará a Santa Casa", explicou o líder do grupo, Felipe Martins Rossi, em tom de dever cumprido.

"Em nome da nossa Santa Casa, agradecemos a todos que colaboraram para o sucesso dessa campanha: aos supermercados Pessotto Flex, Souza, Pessotto Cohab, Cidade Canção, Pessotto Max, Pessotto Extra e Pejô; aos membros do Interact e Rotary; e a todas as pessoas que abriram seu coração e doaram à Santa Casa", agradeceu a provedora.



Alimentos arrecadados pelos jovens do Interact



**ALEXANDRE SABADIN**

Pós Graduado em Fisiologia do Exercício e Nutrição Esportiva  
Exercício Funcional e Emagrecimento  
"Sua meta é meu Objetivo"

PERSONAL TRAINER

(17) 99751-0989  
@alexandresabadin



**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



**Funerária Carvalho**

Av. dos Bandeirantes, Nº1013  
Fone: (17) 99754-5208 e (17) 99656-0775

**Castilho Veículos**

Fone: (17) 3463-3431  
Rogério Castilho  
9101-9393

VEÍCULOS	ANO	COMB.	COR	OPCIONAIS	VALOR
GOL	2004	GASOL	BRANCA	AR + DIREÇÃO	R\$ 14.500,00
GOLF	2008	FLEX	PRETA	AR + DIREÇÃO	R\$ 30.500,00
GOLF	2008	FLEX	PRETA	COMPLETO SPORTLINE	R\$ 30.500,00
SAVEIRO	2006	FLEX	AMARELA	COMPLETA	R\$ 25.500,00
KOMBI	2004	ALCOOL	BRANCA	9 PASSAGEIROS	R\$ 17.500,00
PALIO	2015	FLEX	BRANCO	FIRE ECONOMY BÁSICO OKM	R\$ 27.500,00
STRADA	2014	FLEX	PRATA	COMPLETO TREK	R\$ 36.900,00
UNO	2002	GASOL	PRATA	ALARME + TRAVA	R\$ 11.800,00
FIESTA	2012	FLEX	PRETO	COMPLETO 1.0 4P	R\$ 25.800,00
KA	2003	GASOL	PRETO	ALARME + TRAVA	R\$ 12.500,00
F250	2011	DIESEL	PRATA	COMPLETA 4X4 CAB DUPLA SUPER DUTY	R\$ 112.000,00
TUCSON	2007	GASOL	PRETA	COMPLETA AUTOMÁTICO	R\$ 35.000,00
PAJERO	2007	GASOL	PRATA	TR4 COMPLETA AUTOMÁTICO	R\$ 31.000,00
ELANTRA	2013	GASOL	PRATA	COMPLETA AUTOMÁTICO	R\$ 64.000,00
VERACRUZ	2007	GASOL	PRETA	COMPLETA	R\$ 56.000,00
LANCER	2013	GASOL	BRANCA	COMPLETO AUTOMÁTICO	R\$ 61.500,00
HILUX	2006	DIESEL	PRATA	COMPLETA 4X4 SRV	R\$ 77.000,00
HILUX	2008	DIESEL	PRATA	COMPLETA 4X4 SRV	R\$ 87.000,00
AUDI A5	2014	GASOL	CINZA	COMPLETO AUTOMÁTICO TETO	R\$ 159.900,00
MOTO BMW GS	2010	GASOL	VERMELHA	650CC	R\$ 20.500,00
MIRAGE 150	2010	GASOL	PRETA	125 KS	R\$ 3.000,00
BIZ	2009	GASOL	PRETA	125 KS	R\$ 4.200,00
FAZER	2013	GASOL	ROXA	COMPLETA	R\$ 11.200,00
CB300	2012	GASOL	PRETA	COMPLETA	R\$ 9.000,00

Av. Getúlio Vargas, 515 - Jd. Paulista - CEP 15600-000 - Fernandópolis-SP



CONHECIMENTO DE 15 ANOS EM ANÁLISE VEICULAR

VISTORIA PARA CIRETRAN.... É COM A GENTE!!!

 A 7<sup>ª</sup> ECV DE FERNANDÓPOLIS, 100% APROVADA!!!

Nossos diferenciais: • Agilidade • Competência • Comprometimento

SISTEMA DE GESTÃO CERTIFICADO  
Fundação Vassourin NBR ISO 9001:2008

Consulte já a PROCEDE VISTORIAS, não perca tempo e dinheiro!!!!

Rua Édio Alves de Oliveira, 918 - Centro

*A primeira escola ninguém esquece...*

**EDUCAÇÃO INFANTIL**

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

**TRENZINHO DA ESTAÇÃO**

# celebridades

## Diretor capixaba processa programa 'É de Casa' por plágio: 'Muitas semelhanças'



A modelo teve a perna amputada ao ser atropelada por uma motorista bêbada em dezembro do ano passado

### Modelo Paola que perdeu a perna desfila pela primeira vez após acidente

A modelo mineira Paola Antonini, de 21 anos, desfilou pela primeira vez com sua prótese na perna esquerda para o Proação Fashion Day, em Belo Horizonte, após quase nove meses do acidente que perdeu a perna.

Em sua conta no Instagram, a bela registrou momentos antes e durante o desfile. Extremamente feliz e realizada, Paola admitiu que a "a felicidade não coube em mim". Na rede social ela escreveu: "E ontem a felicidade não coube em mim. A noite foi maravilhosa, a expectativa foi a maior do mundo e, no final, foi muito melhor do que eu poderia sonhar. Tem dia que fico pensando em uma maneira de agradecer tantas alegrias e bênçãos na minha vida, agradecer a todas essas pessoas que sempre me dão

força, energias positivas, carinho. Familiares, amigos, namorado, conhecidos, profissionais, e todos vocês que me acompanham aqui, vocês fazem a minha vida muito melhor, muito mais feliz.

Quando recebi o convite do @alexmoreiraltacostura de desfilar pra ele no evento, fiquei muito honrada, mas vi principalmente como um novo desafio... Desfilar pela primeira vez, com minha prótese e ainda usando um saltinho (pequenininho, mas difícil!). Peguei firme nisso, fisioterapia, treinos... E no final a gente vê que todo o esforço vale a pena, e que nossa vida é maravilhosa justamente por dias como esse, por noites como essa, por essa energia incrível e pelo tanto de pessoa maravilhosa que existe no Mundo. Muito obrigada a todos! Sempre! @robertobenatti".

O programa semanal "É de Casa", da TV Globo, parece ter começado com o pé esquerdo. Após uma estreia comentada e criticada pelos internautas, que acharam o programa bagunçado, a atração está sendo processada por plágio. A ação está sendo movida por Fabrício Fabre, um diretor e apresentador de Vitória, no Espírito Santo. Ele contou que criou uma atração em 2012, o "Casa Mais Família", idêntico ao programa exibido pela Globo desde 08 de agosto.

O projeto também se passava em uma casa, com vários cômodos, apresentadores e especialistas dando dicas de moda, gastronomia e relações familiares. "O programa ia ao ar ao vivo pela internet, em uma casa de vidro que ficava em um shopping em Vitória", contou Fabrício. "Eu tenho tudo registrado, o formato, o nome, tudo. São muitas as semelhanças", afirmou.

De acordo com Sandro Ri-



Fabrício Fabre acusa a atração da TV Globo de copiar seu projeto. Emissora afirma que não tomou conhecimento da ação judicial

zzato, advogado do diretor, a ação será dividida em duas partes. A primeira delas solicita que "É de Casa" seja retirado do ar. A segunda, mais adiante, vai pleitear indenização pelos programas já exibidos. "A emissora deve ser citada no processo nes-

ta semana", diz o advogado que reitera: "Reunimos muitos pontos que demonstram as semelhanças entre os programas."

Indo para sua terceira semana, o programa continua a todo vapor mostrando a vida dentro de casa como tema

central unindo o jornalismo e entretenimento. O público também pode assistir Ana Furtado, André Marques, Cissa Guimarães, Patrícia Poeta, Tiago Leifert e Zeca Camargo abordando assuntos diferentes do quais estão acostumados.

### "Mais madura e mais velha", brinca Juliana Knust sobre retorno a "Malhação"

Os cabelos compridos continuam os mesmos, mas o restante, quanta diferença! Dezoito anos depois de encarnar a tímida Laura em "Malhação", Juliana Knust volta à novela que a lançou na pele da atrapalhada Bia, orientadora educacional do colégio Légal Brazil. A principal mudança é que agora a atriz de 34 anos faz parte do elenco "veterano".

"É tão bacana! Muitos dos atores mais jovens dessa temporada não eram nem nascidos quando comecei a trabalhar. Meu Deus, os anos se passaram muito rápido! Outro dia um dos meninos veio me dizer: 'Quando era pequenininho eu era apaixonado por você'. Bateu de frente com a minha idade, né? Mas eles são ótimos, cheios de energia, todos muito queridos", conta.

A passagem da carteira de estudante para a cadeira de professora na ficção é só um dos sinais de amadurecimento de Juliana, que tem uma se-



Dezoito anos depois de interpretar Laura, Juliana Knust volta a "Malhação" como Bia

melhança com o papel atual: é mãe de dois filhos na trama de Emanuel Jacobina e também na vida real. "É uma delícia, meus filhos são uma bênção. O mais velho, Matheus, está com cinco anos e é um molecão, um superparceiro. O Arthur, de cinco meses, está um bebezinho louco pra engatinhar. Viver isso tudo de novo está sendo muito emocionante", afirma ela, casada com o empresário Gusta-

vo Machado.

Na trama, a relação de Bia com os filhos será um pouco mais conflituosa. "Quando ela reencontra o Binho (Muriel Rosa), um amigo de infância, é amor à primeira vista. O filho, Max (Vitor Figueiredo), vai amar esse casal. Mas a Marina (Kíria Malheiros) não aceita muito bem esse namoro da mãe. Isso vai dar muito pano pra manga", adianta.

Depois de uma participação

em "Lado a Lado", em 2013, sua última aparição em novelas, Juliana conta que está feliz de retornar ao lugar onde tudo começou. "Estou tendo um flashback da minha vida, da minha trajetória, de todas as coisas que aconteceram nesse tempo todo... É como se passasse um filme na minha cabeça. Vai ser a oportunidade de as pessoas me enxergarem de outra forma. Mais madura... E mais velha!", brinca.

# horóscopo



### ÁRIES

Seu emocional é abalado pela tensão Vênus-Marte, que traz um momento de carência e imediatismo. Trabalhe em seu íntimo as causas de seus conflitos. Seus relacionamentos podem ser prejudicados por atitudes exageradas, então controle-se!



### GÊMEOS

Ao se associarem, Lua e Saturno lhe trazem disciplina para lidar com o trabalho e as responsabilidades. Apesar do fortalecimento das parcerias, a rigidez das atitudes pode prejudicar as relações. Seja firme, mas também delicada!



### LEÃO

Você prefere ficar mais recolhida, longe do agito social, neste momento em que Lua e Saturno se associam. Que tal ficar em casa para curtir momentos reflexivos? Porém, não deixe de lado os amigos mais próximos. Não se isole!



### LIBRA

As finanças são gerenciadas com mais rigor, com a conjunção Lua-Saturno na segunda casa, que lhe incentiva a desenvolver a administração material. Diminua o ritmo da vida social, mas não deixe de aproveitar certas oportunidades!



### SAGITÁRIO

Mergulhar em seu universo íntimo lhe ajudará a alcançar as respostas que você busca. Lua e Saturno conjuntos no setor de crise indicam que isso lhe deixará mais segura diante das dificuldades, ainda que antigas frustrações lhe endureçam.



### AQUÁRIO

Ao se aspectarem no setor profissional, Lua e Saturno lhe trazem garra e senso crítico. Sua atitude centralizadora pode lhe levar a uma sobrecarga de tarefas, então tenha cuidado. Saiba compartilhar as obrigações!



### TOURO

Você se mostra emocionalmente distante nas interações pessoais. Os aspectos Lua-Saturno na sétima casa lhe levam a uma postura discreta, o que tende a ser positivo nas relações hierárquicas profissionais, mas negativo na vida afetiva.



### CÂNCER

Você tende a conter seus instintos e emoções, procurando se resguardar socialmente. A Lua passa pelo setor de prazeres, associada a Saturno, e aí que isto lhe traga respeito, é preciso ter cuidado com a rigidez!



### VIRGEM

Você se mostra mais exigente e discreta nas interações pessoais, pois Lua e Saturno se associam no setor de comunicação. As pessoas podem estranhar sua introspecção, mas aproveite para se dedicar a projetos que demandem foco!



### ESCORPIÃO

Sua aguçada capacidade de raciocínio impulsiona a produtividade, pois Lua e Saturno conjuntos estimulam seu senso crítico. Seja exigente e disciplinada, mas tenha cuidado para não radicalizar. Permita-se receber ajuda dos mais experientes!



### CAPRICÓRNIO

Fortaleça os laços de confiança, pois Lua e Saturno se associam hoje no setor de amizades. Saiba diferenciar as verdadeiras amizades das apenas casuais. Não crie expectativas demais, afinal, somos todos humanos, sujeitos a fraquezas!



### PEIXES

Profundas reflexões marcam este dia em que Lua e Saturno se associam no setor espiritual. Diminua o ritmo e prefira atividades que exijam introspecção e análise. Amadureça suas ideias neste momento!



# Coma um pouco de tudo e de tudo um pouco

Nós somos o que comemos, por essa razão devemos nos preocupar com nossa alimentação, que deve ser equilibrada, balanceada, em qualquer época de nossas vidas. O melhor remédio para se manter uma boa saúde é a alimentação, aliada a bons hábitos como por exemplo, a prática regular de uma atividade física.

## Mas o que significa uma alimentação balanceada?

Significa compor nossa dieta com alimentos certos, nas quantidades adequadas. Isso é mais simples do que parece; quanto mais variada for a nossa dieta diária, mais supridos estaremos de todos nutrientes que nosso organismo necessita para manter nossa saúde e bem-estar. Uma dieta balanceada deve ser fonte dos macro e micronutrientes que o organismo necessita.

Os nutrientes essenciais ao organismo são classificados em cinco grupos: proteínas, carboidratos, lipídeos, vitaminas e sais minerais. Outros componentes da alimentação que não são digeridos ou totalmente metabolizados são as fibras, pectinas e gomas.

As proteínas, presentes nas carnes, nas leguminosas (feijão, amendoim, ervilha, lentilha e soja), no leite e seus derivados e nas sementes (castanhas, nozes etc.), são os alimentos construtores. São necessárias para a construção e manutenção dos tecidos orgânicos, formação de enzimas, hormônios e vários líquidos e secreções corpóreas e preservação do sistema de defesa.

Os carboidratos e os lipídeos são os alimentos energéticos. Os carboidratos, sob a forma de glicose, frutose, sacarose, maltose, lactose, amido, entre outras, são a maior fonte de energia para o organismo. A glicose é indispensável para manter a integridade funcional do tecido nervoso e,



sob circunstâncias normais, é a única fonte de energia para o cérebro. A presença de carboidratos é necessária ao metabolismo normal das gorduras. Estão presentes no arroz, massas, leite, frutas etc.

Os lipídeos (óleos e gorduras) constituem fonte de energia mais concentrada que a dos carboidratos e das proteínas. Além disso, uma vez transformados em tecidos adiposo, são uma forma de armazenamento de energia. Os lipídeos são veículos de vitaminas lipossolúveis (A, D, E, K) e podem ser encontrados no creme de leite, manteiga, toucinho, óleos etc.

As frutas e verduras são os

guir dicas muito importantes:

Faça no mínimo 3 refeições diárias em horários fixos; se necessário, nos intervalos, coma uma fruta ou tome um suco ou iogurte;

Coma devagar e mastigue bens os alimentos; isso favorece a digestão;

Só a proteína animal é capaz de fornecer ao corpo todos os aminoácidos que o organismo não consegue produzir; as carnes são as melhores fontes de vitamina B12 e Ferro. Prefira as carnes magras (frango e peixe) são boas opções;

Prefira as verduras que possam ser consumidas crusas.

Coma diariamente vegetais de folhas escuras, esses são fontes importantes de Vitamina A entre outros micronutrientes.

Coma frutas com a casca (aqueles que sejam possíveis);

Consuma ao menos uma fruta cítrica por dia (laranja, abacaxi, tangerina, caju etc.). Elas são fontes de Vitamina C, que além de ajudar o organismo a se tornar mais resistente a infecções, aumenta a absorção do Ferro vindo da proteína animal da dieta (carne), ajudando na prevenção de Anemia Ferropriva.

Consuma fibras, pois além de facilitar o trânsito dos ali-

mentos no intestino, trazem entre outros benefícios a diminuição da absorção do colesterol;

Massas e pães são fontes energéticas importantes, mas não abuse nas quantidades; lembre-se: comer um pouco de tudo e de tudo um pouco.

Evite o consumo de frituras e durante as preparações alimentares, prefira os óleos ricos em gordura poliinsaturada (ex.: óleo de canola, girassol e milho). Usar azeite de oliva na salada é recomendável, pois é rico em gordura monoinsaturada; esses óleos ajudam na prevenção de doenças cardiovasculares.

Beba muita água durante o dia, no mínimo 8 copos. Pode abusar dos chás de ervas; esses podem ser consumidos sem açúcar ou com adoçantes (edulcorantes) hipocalóricos.

Prepare todos os alimentos com bastante higiene. Frutas e verduras devem ser bem lavadas.

Por fim, prepare todos os alimentos com muito carinho, dando sempre um toque especial no visual, o que torna os pratos mais apetitosos. Um prato gostoso e agradável de se apreciar aumenta a produção de sucos digestivos que facilitam a digestão.

## 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, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI  
OFTALMOLOGIA - CRM 139.658  
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

FONE: 17-3462 2835  
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

## 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



Clínica de Neurologia e Neurocirurgia

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

Dra. Francisca Goreth Malheiros Moraes Fantini  
CRMESP 15.442

Dr. Paulo Roberto Fantini  
CRMESP 67.236

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



Neuroclínica  
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

Raio-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. Lucilene S. Onilene Beticol

Pediatria  
CRM 147.378

Fone: (17) 3442-2365

Rua Espírito Santo, nº 1146 - Centro  
Fernandópolis - SP

## ANIA

DERMATOLOGIA

Dra Ane Beatriz M. Niwa Massaki

CRM 10812, RQE 32159,  
Membro Titular da Sociedade  
Brasileira de Dermatologia

Dra Aracy Mautari Niwa

CRM 18320, RQE 5344,  
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

## 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.

## FAMA

MÓVEIS PARA ESCRITÓRIO  
8 3442.5473

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