

→ DA **REDAÇÃO**  
contato@oextra.net

para troca de marchas no volante, sensores de luz e de chuva. Na versão de entrada já há direção eletromecânica, faróis bixenônicos, lanternas de LED, sensor de estacionamento, dentre outros mimos. A lamentar na nacionalização a perda do consagrado cambio S-Tronic de dupla embreagem e 7 marchas, substituído pelo Triptronic com 6 marchas e da suspensão Multilink independente na traseira pelo tradicional eixo de extração.

Mas também há novidades há mais. O motor bicomcombustível rende 150 cv (no importado era 122 cv), com isso a aceleração de 0 a 100 km/hora caiu de 9,4 segundos para 8,8 segundos. Outra coisa que "pega" é que para ter o A3 Sedan com todos os opcionais o comprador vai gastar mais R\$ 51 mil (em relação à versão Ambiente). Vale a pena? Sim. E muito. Sobretudo para aqueles que querem pular um degrau em relação aos Hondas Cívics e aos Toyotas Corollas.

Apesar dos números negativos, preço de veículos sobe acima da inflação

**V**ai entender! Apesar da crise no setor, com retração de vendas 37,4% no comparativo mensal anual de outubro, preços de diversos modelos continuam subindo, inclusive muito acima da inflação. As justificativas são inúmeras, desde a alta do dólar (o interessante é que a maioria dos importados não teve reajuste de preço) até a mudança nas versões e equipamentos de série. Dentre os que majoraram seus preços, dois chamam mais a atenção: o VW Fox 1.0 BlueMotion que custava

subiu 16,2% somente nos últimos cinco meses; o Renault Clio, há seis meses custava R\$ 28.080,00



VW Fox 1.0 BlueMotion  
teve aumento de 16,2%; já  
o Renault Clio Expression  
4 portas subiu 27,9%,  
passando para R\$ 35,9 mil

torna mais interessante quando se visualiza a outra ponta da tabela. O Subaru X STI teve queda de 2% (de R\$ 253 mil para R\$ 196,9 mil); o BMW M Sport ActiveFlex caiu 6%. O Porsche Panamera GTS caiu 7.9%.

teve alta de 27,9% e pulou para R\$ 35.928,00. VW Amarok, Renault Logan e VW Up! foram outros que registraram aumentos. E o comparativo se



## BMW "DOS POBRES"

**G** 310 R, eis a primeira moto de baixa cilindrada da BMW em versão final de produção, que será a moto mais barata da montadora. Ainda sem preço final, ela tem 34 cv, e inicialmente será montada na Índia.



## GUERRA À HARLEY

já ganhou nova concorrente. A BMW, junto com a G 310 R, apresentou a eRR, que promete ser uma verdadeira esportiva elétrica. Detalhes sairão no Salão de Milão, dia 17.



**Auto Posto**  
**PÔR DO SOL**

**GASOLINA**  
comum/aditivada  
**R\$ 3,57**  
À VISTA

**ÁLCOOL**  
**R\$ 2,59**  
À VISTA

**DIESEL**  
S-10  
**R\$ 2,96**  
À VISTA

**Fone: 17-3462 5531**  
**Av. dos Arnaldos, 2318 - Por do Sol**

# VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!

## RESTAURANTE

# PEIXÃO

Desde 1972

**Reservas para Eventos: (17) 3841.1133**

Rodovia Percy Waldir Semeghini, km 606 - Água Vermelha - Ouroeste - SP

REFEIÇÕES  
SERVIDAS EM  
FOGÃO À LENHA

SUCOS E  
REFRIGERANTES

AOS DOMINGOS, NO ALMOÇO  
SHOW AO VIVO

PORÇÕES E  
SALGADOS

PEIXES ASSADOS  
E FRITOS

**Direção**  
**ZÉ MARIA E BIA**







de pai

pra filho

# Como dizer não para seus filhos?

Para muitos pais, parece tão difícil dizer ene, a, o, til.... Mas saiba que é extremamente importante para seu filho ouvir simplesmente não



“Sabe qual é a maneira mais certa de deixar seu filho infeliz? Acostumá-lo a receber tudo.” Essa frase foi escrita pelo filósofo Jean- Jacques Rousseau, em 1762. E não é que continua valendo hoje? Segundo Rousseau, se você der tudo a uma criança, seus desejos só farão crescer devido à facilidade em satisfazê-los e ela terá de lidar então com sua própria ansiedade, com sua tirania e com a decepção de o pai, em algum momento, parar de atendê-lo, já que satisfazer tudo é impossível. “São sentimentos muito mais difíceis de administrar para uma criança, e que causam mais dor do que simplesmente ter um desejo negado.

Ajudar os filhos a lidar com as frustrações e orientá-los sobre o que é razoável ou não os torna mais seguros e flexíveis. As crianças precisam aprender que suas atitudes têm consequências e que elas não podem fazer tudo o que quiserem.

Frustrar determinadas expectativas, dizer não, é ensinar. Essa é uma função paterna e materna, faz parte de educar.

## ONÃO

Ultimamente, porém, pronunciar essa palavrinha tão curta parece extremamente difícil. Muitos pais e mães trabalham muito e se sentem culpados e em falta em relação aos filhos... Ou porque lhes dão menos atenção do que gostariam ou porque os vêem por pouco tempo. Isso provoca um desejo de compensar os filhos fazendo suas vontades e não colocando limites que causariam frustração a todos. Claro, uma mãe que chega em casa cansada e tem apenas uma hora para dar banho e jantar antes de colocar seu filho na cama, a última coisa que quer é provocar uma briga ou suportar uma birra. Mas evitar um não necessário é daqueles ‘baratos que saem caro’

O não é sempre uma frustração de uma expectativa ou desejo - e não há como aliviar isso. O que acontece é que são essas frustrações que formam o caráter da criança, ensinando-a a buscar de forma criativa outras maneiras de se sentir satisfeito e percebendo que é possível suportar uma espera ou mesmo a não realização de seu desejo. Isso torna a criança mais forte para as intempéries que certamente a própria



a vida lhe trará. Dizer não faz parte, e é bom para o seu filho. Então, que tal aprender a fazer isso, sem culpas?

■ **Saiba quando dizer não:** Escolha os “nãos” que você vai dizer. Pense quais são os pontos realmente importantes, de que você e sua família não abrem mão: a hora do sono? A comida? Situações que colocam em risco a segurança da criança, os bons modos, o respeito aos mais velhos? Não dá para dizer “não” o tempo todo e as crianças experimentam e fazem pequenas besteiras. Você pode deixar passar as bobagens ou tratá-las de modo menor. Mas algumas coisas, as realmente importantes, têm de estar bem marcadas e claras.

■ **Seja firme e coerente:** A melhor forma de dizer um não para o seu filho é apenas dizê-lo quando você estiver seguro de que é um não mesmo, que não vai virar um sim depois. Ou seja, é preciso ter coerência ao dizer não, para que a criança possa ir aprendendo. Não dá para proibir uma coisa um dia e, no outro, por estar cansado ou para não armar uma briga, ceder.

■ **Os pais têm que entrar em acordo:** É importante que os pais combinem esses “nãos” juntos, ou que se falem antes

de dar uma resposta, para que a criança não fique perguntando para um e depois para o outro e manipulando a situação.

■ **Tolere a raiva:** É normal seu filho ficar com raiva de você ao receber um não. Respeite essa raiva. Tolere-a. Saiba que isso faz parte de sua educação e que aprender a ouvir não e lidar com eles fará dele uma pessoa mais feliz e flexível.

■ **Não sinta culpa:** Não se deixe levar pela culpa, achando que você tem de dar mais, fazer mais pelo seu filho. Mas esteja lá quando puder. Se você tem pouco tempo para estar com seu filho, faça desse tempo um tempo de qualidade, estando de mente e corpo presente. Muita gente faz de conta que brinca com o filho, mas na verdade está olhando mensagens no celular ou pensando em coisas de trabalho. Dê atenção à criança e, quando não puder, diga claramente que naquele momento não dá.

■ **Entenda o seu lugar de pai/mãe:** Não é porque o seu filho sabe argumentar bem, explicar razões, que o argumento dele vale mais que o seu. Ele precisa saber que não é ele quem decide determinadas coisas, por mais que as queira ou as entenda.



## Balaio de Gato

**COLUNINHA COMEÇA AVISANDO QUE HÁ MALES QUE VEM PRÁ PIOR...**

Depois da tempestade, sempre vem a enxurrada!

**E quem cedo madruga, fica com o sono o dia inteiro...**

É melhor chegar atrasado neste mundo, do que adiantado no outro!

**Pensando bem, as árvores só crescem até o tamanho que atingem...**

Malandra é a vaca, que já nasceu malhada, pra não ter que fazer academia!

**Quem tem olho gordo, usa colírio diet...**

Viva cada dia como se fosse o último.

Uma hora você acerta!

**Pobre sempre diz que não tem nada, mas quando chove, diz que perdeu tudo...**

Aliás, pobre só fica de barriga cheia quando morre afogado!

**Para quem está se afogando, jacaré é tronco...**

É melhor encontrar uma pedra no caminho do que duas nos rins!

**Nunca desista de seu sonho. Ele pode estar na próxima padaria...**

Calma, gente boa, em tempo de vacas magras, osso é filé!

**Esperto é o pato, que nasce com os dedos grudados, pra não ter que usar aliança...**

Então, enquanto você não encontra a pessoa certa, divirta-se com a errada!

**EEva era tão ciumenta, que todas as noites contava as costelas de Adão...**

Cana na roça dá pinga. Pinga na cidade, dá cana!

**Por falar nisso, fígado faz mal pra bebida...**

Se for pra morrer de batida, que seja de limão!

**Cuide bem do seu umbigo, pois você só tem um...**

Se você tivesse dois, então seria Doisbigo!

**Em terra de cego, quem tem um olho vê cada coisa...**

Quando sentir um vazio profundo...

coma, porque deve ser fome!

**Quanto maior o coqueiro, maior é o tombo do baiano...**

Em lagoa que tem sapo, mosca não faz voo rasante!

**Diga sempre a verdade, nem que tenha que mentir só um pouquinho...**

Existem duas palavras que abrem muitas portas: Puxe e Empurre!

**E lembre-se, a primeira amnésia, a gente nunca esquece...**

Se é capaz de rir, quando tudo deu errado, é porque já sabe em quem vai por a culpa!

**Afinal, a culpa é sua e você coloca em quem quiser...**

COLUNINHA AVISA QUE EM RIO QUE TEM PIRANHA, JACARÉ NADA DE COSTAS!

**V****IDRAÇARIA**  
**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

**Somar**  
CORRETORA DE SEGUROS  
*Confiança e credibilidade a mais de 20 anos*

**Ricardo Akiyoshi Hayashida**  
(17) 99671-7766 - Vivo  
Av. dos Bandeirantes, 1309-C  
CEP.: 15.685-000 - Ouroeste/SP  
ricardo@somarseguros.com.br  
www.somarseguros.com.br

**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, timidez, 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

**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. LUÍS CARLOS BARBOSA MARTINS**  
*Clinico Geral e Endodontista*  
**(17) 3442-2261**

**Atende particular e convênio**  
**Av. Amadeu Bizelli, nº 978**  
**Centro - Fernandópolis-SP**

**Kekê Doces**  
- kit para festa de aniversários  
- bolos - docinhos  
- trufas - Pão de mel  
**Tel.: 97471005 ou 92118977 - Indiaporã**







# Folha de Oliveira ajuda a emagrecer

Sabemos que o nosso corpo está em constante defesa contra agentes externos que prejudicam nossa saúde, como a poluição, bactérias e vírus. Aliados a isto, o estresse e o estilo de vida diminuem drasticamente a nossa capacidade de combater naturalmente uma enfermidade. Não podemos nos esquecer que quando precisamos tomar alguma medicação, esta costuma vir com efeitos colaterais que muitas vezes acabam nos deixando mais debilitados. Por isso, hoje os estudiosos tem investido mais o seu tempo em buscar na natureza remédios que atacam a enfermidade sem trazer outros transtornos para nosso organismo.

E os estudiosos encontraram na folha da oliveira muitos benefícios. Eis aqui alguns deles:

- Antioxidante: Há muito tempo a folha de oliveira é conhecida como um poderoso antioxidante. Foi usada durante milhares de anos na região do Mediterrâneo onde ficou conhecida pela sua habilidade de promover a saúde e o bem estar. As oliveiras são conhecidas como “árvore da vida”. De dez anos para cá, sua eficácia já tem corrido

o mundo. Como oxidante ela atua prevenindo o envelhecimento e fazendo com que o metabolismo seja mais eficaz ajudando assim na eliminação de gordura principalmente as acumuladas, como na região abdominal.

- O extrato derivado das folhas de oliveira reduz infecções, ajuda na síndrome da fadiga crônica e ajuda na redução do colesterol. Tem efeito sobre o sistema imunológico melhorando a saúde da pele. E é ótimo para desintoxicar nosso organismo.
- A folha de oliveira age diretamente no nosso metabolismo fazendo com que este funcione corretamente.
- Estudos mostram que ela age diretamente no tecido gorduroso da barriga. E devido à sua concentração alta de fibras impede a prisão de ventre que é um fator complicado para quem quer emagrecer.
- Sabemos que não existe remédio milagroso, porém a folha de oliveira é uma grande aliada nas dietas de emagrecimento. Basta tomar o chá 4 vezes ao dia entre as refeições. Ele é mais eficaz que o chá verde.

O preparo é simples: Numa panela que não seja de alumínio (a folha de oliveira possui em sua composição alto

teor de magnésio, zinco, potássio, selênio, manganês e cobre) ferva um litro de água. Quando levantar fervura jogue algumas folhas de oliveira sem desligar o fogo. Deixe ferver por 1 minuto. Coe e deixe esfriar um pouco para beber. Não use adoçante e nem açúcar. Sempre faça o chá para beber no dia. Não o reaproveite de um dia para outro. Se você quiser pode acrescentar algumas folhinhas de hortelã isso não fará com que o chá perca seus efeitos.

Contra indicações: gestantes e lactentes.

Não existe nenhuma contraindicação para pessoas com hipertensão. Muito pelo contrário, devido ao seu efeito relaxante pode diminuir a pressão arterial.



**VENHA FAZER PARTE DA ORQUESTRA DE SOPROS DE FERNANDÓPOLIS**

**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**

**CURSOS GRATUITOS!**

*Endereço: Av. Rosalvo Aderaldo, 768 – Jd. Esplanada (Estádio)*

**Baile do**  
**Hawai**  
**MIRA ESTRELA - SP**  
**28 de Novembro de 2015**

**2**  
**AMBIENTES**

**Animação:**

**Local:**  
**Área de Lazer**  
**23:00 horas**

**AS**  
**BORDAS DA**  
**PISCINA**



**Venda de Mesas:**  
**(17) 3846-1163**  
**(Selma)**

**Realização:**  
**COMISSÃO**  
**DE EVENTOS**

**Apoio:**  
**PREFEITURA E CÂMARA DO**  
**MUNICÍPIO DE MIRA ESTRELA**

**Graduação a distância**  
**Estácio/Parceiros**

- Administração
- Análise e Desenvolvimento de Sistemas
- Ciências Contábeis
- Comércio Exterior
- Gestão Ambiental
- Gestão de Recursos Humanos
- Gestão de Tecnologia da Informação
  - Letras
  - Logística
  - Marketing
- Negócios Imobiliários
- Pedagogia
- Serviço Social

Consulte a lista completa de cursos no site.  
[www.estacio.br](http://www.estacio.br)

**Graduação a distância<sup>(1)</sup> com a mesma**  
**qualidade e cursos certificados pelo MEC**



**Ra + 40a + 40 x 2a = 0**

**FLEXIBILIDADE PARA**  
**ESTUDAR COM**  
**A MESMA QUALIDADE**

**A partir de**  
**R\$ 199,20<sup>(1)</sup>**

**POLO FERNANDÓPOLIS/SP**  
Av. Primo Angelucci,  
330 - Centro  
**(17) 3442-3999**

**Estácio | UNISEB**  
A UniSEB faz parte do grupo Estácio

(2) As provas deverão ser realizadas presencialmente no polo de educação a distância da Uniseb indicado pelo aluno no ato da matrícula.

(1) Preços variáveis de acordo com o curso, polo e modalidades de ensino, sujeitos a serem descontados sem aviso prévio em caso de inadimplência. Válido para turmas com início no 2º semestre/2015.

**MATRÍCULAS ABERTAS**

**PRÉ VESTIBULAR**  
**COLÉGIO INCENTIVO**

**Sistema de Ensino**

**Tels.: (17) 3442-3999**  
**3442-3565**

**Av. Primo Angelucci, 330**  
**Centro - Fernandópolis-SP**

**Villa Lanches**  
**LANCHES, PORÇÕES E CALDO**



**LIGUE E FAÇA SEU PEDIDO**  
**9706.3479 - 8180.6290**  
**Direção: ADEMILSON**

**Acceptamos cartões de débito e crédito**

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

**G.S.M.**  
**AR CONDICIONADO**



**VENDA - INSTALAÇÕES**  
**MANUTENÇÃO**

**Direção:**  
**Gustavo**

**gustavoouro1@hotmail.com**  
**(17)3843-1323 / (17)99757-9248**  
**Rua: Antônio Correia de Amorim , 2150 - Sarinha II - Ouroeste/SP**



# social

**Chácara Engcad**  
Um Lugar Perfeito!



Chácara Engcad, tudo o que você sempre sonhou para ter uma festa sofisticada.



**TUDO PARA A FESTA DOS SEUS SONHOS**

- Mini campo
- Sala de estar
- Salão de festas
- Cozinha moderna
- Piscina aquecida com hidromassagem
- 2 Suítes climatizadas
- 2 Suítes climatizadas
- Churrasqueira interna e externa
- Garagem para carga e descarga
- Amplo estacionamento para veículos

[www.chacaraengcad.com.br](http://www.chacaraengcad.com.br)

e-mail: [contato@chacaraengcad.com.br](mailto:contato@chacaraengcad.com.br) | telefone: (17) 3442-2559  
Celulares: (17) 99739-3228 | 99739-3229 | Fernandópolis-SP



A administradora do Hospital João Veloso, **Cristina Riola**, celebra, em grande estilo, mais um aniversário amanhã, recebendo inúmeras homenagens. Na foto com Antonio Carlos Arruda.



Close da bela **Amanda Manzoli**, que se prepara para comemorar mais um niver no próximo domingo.



Momento especial de **Bruna Trevisan**, ao lado da sua princesinha Emanuelli que completou seu primeiro aninho de vida.

**REALIZANDO SONHOS!**

**Papeta**  
Festas e Épocas



(17) 3442-8010 / 99726-5210  
Rua Rio Grande do Sul, 1244  
Centro - Fernandópolis-SP



Parabéns para **Sergio e Maísa Bego** que completam 10 anos de casados neste sábado. Felicidades ao casal!



A jovem **Jamil Brandi** festeja a chegada de mais uma primavera na próxima segunda. A data certamente será repleta de comemorações.



**Jedher Machado** também está na lista dos aniversariantes da segundona. As homenagens especiais ficarão por conta da esposa Wantiele.



Músico, **Sérgio Oliveira** celebra nova idade hoje, agraciado por familiares, amigos e fãs. Na foto com Keke Bass, Gustavo Guidotti e César Silva.



A próxima terça-feira será de muita alegria para **Solange Tassi** que vai apagar velinhas ao lado do marido "Nenê" e das filhas Giovanna e Marianna. Parabéns!

**FAMA**  
MÓVEIS PARA ESCRITÓRIO

FONE: (17) 3442.5473  
FAX: (17) 3463-1083  
Email: [fama.equipamentos@hotmail.com](mailto:fama.equipamentos@hotmail.com)

**PRODUTOS DE QUALIDADE E OFERTAS IMBATÍVEIS!**

**NOVO ENDEREÇO:** Av. Presidente Castelo Branco, 452 - Coester - Fernandópolis

**BIM**

**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

Com a missão de formar consumidores conscientes e preocupados com o meio ambiente, alunos do **Ensino Fundamental I do Colégio Anglo** confeccionaram trabalhos sobre o uso consciente da energia. O tema faz parte do projeto "Luz, nosso brilho de cada dia", do Sistema Anglo de Ensino. O assunto foi abordado em sala de aula durante alguns meses. O Colégio recebeu a visita do caminhão da Elektro, que também enviou um representante para proferir palestra aos alunos. Cuidar dos recursos naturais é preciso... é necessário... é ser aluno Anglo.



**FRANQUIA FMB - CURSOS PREPARATÓRIOS**  
CURSOS PREPARATÓRIOS COM MATRÍCULAS ABERTAS:



**LIGUE: (17) 3442-3999 / 99631-1616**  
**VAGAS LIMITADAS. CURSOS COM ATÉ 30% OFF**  
**LOCAL: Colégio Incentivo - Fernandópolis**



**Kit Jolly Antiaderente**  
**R\$ 14,99** cada peça

**LOUCURA!**



**JOLLY**





“Com o amor dá-se o mesmo que com o vinho. Perdoem-me as leitoras o pouco delicado da confrontação; mas bem vêem que ambos embriagam.”

■ JULIO DINIZ



O casal **Ana e Avenor Bim**, prestigiando, ao lado da Diretoria, recente inauguração de mais um empreendimento na cidade.



Parabéns para a psicóloga **Olga Valério Marques**, aniversariante de hoje, muitíssima cumprimentada. Na foto com Maisa Ortolan e Vanessa Renesto.



O pequeno **Enzo** que completou idade nova no último dia 11 recebendo os mimos e carinho dos pais corujas Eder e Eliane. Felicidades!



Parabéns **Claudia...** “Gostaríamos de te desejar tantas coisas. Mas nada seria suficiente. Então, desejamos apenas que você tenha muitos desejos. Desejos grandes. E que eles possam te mover a cada minuto, ao rumo da sua felicidade”. É o que deseja seu esposo Ademilson Vicente de Melo – “Porquinho”, sua filha Gabriela, seu afilhado Luan e familiares.



Galera reunida para celebrar a presença de Jorge & Matheus e também o niver de **Rodrigo Mansilha**, na próxima quarta-feira. Parabéns!



O empresário **Luis Arakaki**, muitíssimo cumprimentado, completa nova idade na terça. No click, momento especial com Alessandra Bartheman.



A professora **Mary Silvia Codinhoto** vai comemorar a chegada de mais um aniversário amanhã, sempre recebendo o carinho do filho Gabriel e da mãe Ângela.



Parabéns ao casal **Osterne Machado**, conhecido carinhosamente como “Té”, que comemorou idade nova no último dia 10 e a esposa Edna de Oliveira no dia 11. Que essas datas se repitam por muitos e muitos anos. Felicidades! A matriarca da família “Bogas”, Arlete Rovati Bogas, conhecida carinhosamente por “Dona leta” comemora amanhã 80 anos de idade com sabor de juventude. “Cada um tem a idade de seu coração, experiência e fé. É preciso chegar a ela para verificar o quão jovens realmente somos”. Parabéns! E o que deseja os filhos: Eurides, José, Zenaide e Gildo e toda família!

**KÖMMERLING®**

## O que é PVC?

# DETALHE BOX

FABRICAÇÃO PRÓPRIA DE JANELAS E ESQUADRIAS EM PVC

**FONE/FAX (17) 3442-5516 / 3442-5834**  
AVENIDA BRASÍLIA, 432 - PRÓXIMO AO CORPO DE BOMBEIROS - FERNANDÓPOLIS-SP  
detalhebox@hotmail.com

**CRÉDITO FÁCIL**

**GROSCON** Consórcio Nacional **ADQUIRA JÁ**

SEM CONSULTA AO SERASA/SPC

**SEU CAMINHÃO** à partir de R\$1.506,18 MENSAL  
**SEU CARRO** à partir de R\$ 335,88 MENSAL  
**SEU IMÓVEL, REFORMA OU CONSTRUÇÃO** à partir de R\$ 653,40 MENSAL.

**GROSCON** VALDIMIR DOS SANTOS CONSULTOR DE VENDAS  
FONE (17) 99712-5403

**oextra** net SEU JORNAL DIÁRIO

## O QUE VOCÊ GOSTA DE COMER?

RESTAURANTE

# Paladar

O melhor sabor espera por você!

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

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

**DOE SANGUE  
DOE VIDA**

Apoio:

**oextra**

**TREINE SEU CÉREBRO.  
VÁ MAIS LONGE.**

PARA TODAS AS IDADES.

FAÇA AQUI UMA AULA GRÁTIS.

metodosupera.com.br  
3462.8170

**supera**

Manutenções e Segurança

# ASB

Tel. (17) 99602.7489 98202.4897

**Elétrica Residencial e Comercial**  
Hidráulica • Cerca Elétrica • CFTV  
Alarme • Interfone • Portão

**Alexandre**  
alexandre.asbmanutencao@gmail.com

**Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897**

Ouroeste - SP

Espaço Holístico e Terapêutico

# BONITA CASA DE ÍSIS

Roupas, Acessórios, Artigos para decoração, com foco esotérico

Atendimentos em Mesa Radiônica, Numerologia, Runas e Feng Shui

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

Christianne Pinto Canguero



de bem **com a vida**

# Do que os homens mais gostam nas mulheres?



Impossível decifrar a mente masculina. Mas que mulher não gostaria de saber o que eles pensam e o que esperam delas? Para tentar entender o pensamento dos homens, várias pesquisas foram realizadas e as características que eles, em diferentes idades, procuram nas mulheres, continuam se repetindo. Os homens são muito menos complexos que as mulheres, por isso a idade pode variar, mas as preferências tendem a permanecer as mesmas.

Isso acaba facilitando muito a vida das mulheres porque são características que não vão contra a sua natureza, mas a favor da sua inteligência. Veja a seguir as quatro características que os homens mais procuram numa mulher:

■ **1 - Mulheres que gostam de si mesmas e sabem seu valor.**

Pesquisas mostram que as mulheres com autoestima elevada e confiantes em si atraem mais o sexo oposto. É uma das competências mais difíceis

de alcançar, principalmente quando os resultados das últimas experiências podem não ter ajudado muito a acreditar no seu valor. Sem dúvida essa é uma das características mais importantes, tendo como base que tudo parte de você. O maior aprendizado é saber quem você realmente é.

■ **2 - Mulheres que sabem receber e, acima de tudo, sabem apreciar.**

Permita que o homem lhe ajude, desde a mais simples atitude de carregar algo para você ou até em tare-

fas e outros setores de sua vida. Ele se sentirá um vencedor. Homens adoram vencer. Um aspecto que o homem aprecia muito é a mulher que sabe dizer gentilmente como ele pode ajudá-la. Agradecer também é parte importante para que ele saiba o quanto lhe agradou e a fez feliz com suas atitudes.

■ **3 - Mulheres que não reclamam.**

Existe uma diferença enorme entre expressar o que você gosta ou precisa e reclamar. Uma das mais

poderosas atitudes para repelir um homem é reclamar.

■ **4 - Mulheres que têm sua própria vida em 1º lugar.**

Nada mais atraente do que uma mulher que não pretende ser a continuação do outro, mas sim dela própria. Tenha seus planos de vida e objetivos a serem alcançados independente do relacionamento que tenha ou venha a ter. Desta forma, atrair alguém só será consequência do aumento do seu amor próprio.

## eterniun

“

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

”

• Por **CLARIUS**

**MINUTINHO: Tudo passa**

Todas as coisas na Terra passam.

Os dias de dificuldade passarão...

Passarão, também, os dias de amargura e solidão.

As dores e as lágrimas passarão.

As frustrações que nos fazem chorar... Um dia passarão.

A saudade do ser querido que está longe, passará.

Os dias de tristeza...

Dias de felicidade...

São lições necessárias que, na Terra, passam, deixando no espírito imortal as experiências acumuladas.

Se, hoje, para nós, é um desses dias, repleto de amargura, paremos um instante.

Elevemos o pensamento ao Alto e busquemos a voz suave da Mãe

amorosa, a nos dizer carinhosamente: 'isto também passará'

E guardemos a certeza pelas próprias dificuldades já superadas que não há mal que dure para sempre, semelhante a enorme embarcação que, às vezes, parece que vai soçobrar diante das turbulências de gigantescas ondas.

Mas isso também passará porque Jesus está no leme dessa Nau e segue com o olhar sereno de quem guarda a certeza de que a agitação faz parte do roteiro evolutivo da Humanidade e que um dia também passará.

Ele sabe que a Terra chegará a porto seguro porque essa é a sua destinação.

Assim, façamos a nossa parte o melhor que pudermos, sem esmorecimento e confiemos em Deus, aproveitando cada segundo, cada minuto que, por certo,

também passará.

Tudo passa... Exceto Deus. Deus é o suficiente!

*Chico Xavier*

---

**CRÔNICA: A grandeza de um pequeno gesto**

Logo após o término da Segunda Grande Guerra, a Europa começou a juntar os cacos do que restara. Grande parte da Inglaterra estava destruída. As ruínas estavam por todo lugar. E, possivelmente, o lado mais triste da guerra tenha sido assistir as criancinhas órfãs morrendo de fome, nas ruas das cidades devastadas.

Certa manhã de muito frio, na capital londrina, um soldado americano estava retornando ao acampamento. Numa esquina, ele viu, do seu jipe, um menino com o nariz pressionado contra o vidro de uma confeitaria.

Parou o veículo, desceu e se aproximou do garoto. Lá dentro, o confeitiro sovava a massa para uma fornada de rosquinhas. Os olhos arregalados do menino, falavam da fome que lhe devorava as entranhas. Ele observava to-

**Pensamento da Semana**

*“O tempo que você levar para falar mal de alguém, use-o para falar bem de quem mereça.”*

**Manuel de Nóbrega**

*Criador da “Praça é Nossa”*

dos os movimentos do confeitiro, sem perder nenhum.

Através do vidro embaçado pela fumaça, o soldado viu as rosquinhas quentes, e de dar água na boca, sendo retiradas do forno. Logo mais, o confeitiro as colocou no balcão de vidro com todo

o cuidado.

O soldado ouviu o gemido do menino e percebeu como ele saía-vava. Em pé, ao lado dele, comoveu-se diante daquele órfão desconhecido.

- Filho, você gostaria de comer algumas rosquinhas?

O menino se assustou. Nem percebera a presença do homem a observá-lo, tão absorto estava na sua contemplação.

- Sim, respondeu. Eu gostaria.

O soldado entrou na confeitaria e comprou uma dúzia de rosquinhas. Colocou-as dentro de um saco de papel e se dirigiu ao local onde o menino se encontrava, na gelida e nevoenta manhã de Londres. Sorriu e lhe entregou as rosquinhas, dizendo de forma descontraída:

- Aqui estão as rosquinhas.

Virou-se para se afastar. Entretanto, sentiu um puxão em sua farda. Olhou para trás e ouviu o menino fazer, baixinho, a pergunta que mudaria a sua vida:

- Moço, você é Deus?

“Nunca subestime o poder de suas ações. Com um pequeno gesto você pode mudar a vida de uma pessoa. Para melhor ou para pior.”

*Biblioteca Virtual*

*Meu Sonho Não Tem Fim*

**IRMÃOS VIEIRA**

LAVA JATO & TROCA DE ÓLEO

**ENCERAMENTO E POLIMENTO**

Heliandro 17 99727-0898 Alexandre 17 99724-2414

Rua Noel Hernandez, 1659 Bela Vista - Ouroeste

**26 anos**

**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

**M.FER**

**FERRO & AÇO**

Telhas Galvanizada Ondulada  
Telhas Galvanizada Trapezoidal  
Perfil Estrutural 6 mts  
Perfil Serralheiro  
Corte e Dobra de Chapa até ½ polegada

**FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO**

**FONE: (17) 3442-1522**

**FAX: (17) 3442-1651**

Av. Litério Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

**M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO**

Fabricação Própria



um toque de **saúde e beleza**

# Lindo: **Batom escuro** para quem nunca teve coragem de usar: **dicas úteis** + inspirações



**T**odos os tons de pele possuem características e uma beleza particular e a maquiagem é uma grande aliada para ressaltar ainda mais cada um deles. Os batons escuros estão entre as principais tendências de make hoje e se você quer investir em um, mas nunca teve coragem de tentar, separamos algumas dicas bem úteis.

■ **Pele branca:** Para as mulheres de pele muito clara, o mais importante é apostar em tons que criem um contraste mais suave, para evitar que o rosto pareça pálido. Cores frias, como roxo e vinho azulado são boas opções.

■ **Pele amarelada:** Os tons mais frios também ficam mais harmônicos em quem tem a pele – morena ou branca – com

fundo mais amarelado. Batons vermelho escuro, violetas e azulados são alguns do que mais combinam com essa cor de pele.

■ **Pele morena:** Quanto mais morena a pele, mais quente a cor do batom. Invista nas variações de marrom, beterraba e vinho para um visual mais poderoso.

■ **Pele negra:** Tons quentes na maquiagem em geral ajudam a realçar a cor da pele e combinam bem com o fundo rosado que a maior parte da pele negra tem. Por isso, pode apostar sem medo nos batons vinho – a cor marsala, por exemplo, é uma das que continua em alta. Vale investir em tons terrosos também que, com acabamento matte, por exemplo, deixam o visual super elegante.



**ENCONTRO DE  
SOM AUTOMOTIVO E WHEELING**

**22  
NOVEMBRO  
13 horas**

**1º MOTOCAR**

**OUROESTE  
2015**

**ÁREA PARA  
WHEELING**

**RECINTO "SELA DE OURO"**

Informações:  
Alex Cunha 99711.1467

**BAILE DO  
HAWAII**

**21 NOVEMBRO**

**MADRE SANTO**  
BANDA SHOW

INGRESSOS ANTECIPADOS:  
**Secretaria do CCO - OUROESTE**  
(17) 3843.1677 e Promoters

RESERVA DE MESAS:  
**Daniela da Rádio** (17) 99607.2216  
**Cleclê** (17) 99748.0854

**HAVERÁ PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO**

Decoração  
*Pedro Ribeiro*

**Realização**  
**Centro Comunitário de Ouroeste**

**CCO**

APOIO:  
• PREFEITURA DE OUROESTE  
• CÂMARA DE VEREADORES  
• Secretaria de Esporte, Lazer e Turismo

**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

**Agora com amplo ESTACIONAMENTO**

**Supermercado MATICOLLI**

Serviço você com alegria desde 1966

**www.oextra.net**



# celebridades



Marília Pêra posa em sua casa

## Filho de Marília Pêra diz que atriz passa bem após notícia de que estado de saúde é preocupante

Os telefones dos familiares de Marília Pêra não param desde que foi divulgada a notícia de que seu estado de saúde é preocupante, mas eles garantem que ela passa bem. Ricardo Graça Mello, o filho da atriz, garantiu que ela não necessita de cuidados. “Ela continua se tratando do problema no fêmur, mas é só isso”, disse ele.

Sandra Pêra, a irmã de Marília, também negou que a atriz esteja usando balões de oxigênio. “Isso é mentira. Ela está em casa e estávamos juntas agora há pouco. Ela está ótima”, garantiu.

Em março do ano passado, Marília Pêra foi diagnos-

ticada com um desgaste nos ossos do quadril, na articulação coxo femural, o que a afastou das gravações de “Pé na cova”. Na época, ela precisou ficar em casa durante três meses antes de retornar ao trabalho.

Marília Pêra contou que não precisou operar, mas que havia deixado de usar salto alto e precisou de muletas para se apoiar. “Claro que me passou pela cabeça a possibilidade de não andar mais. Sabia que o que eu tinha não era simples. Agora sei que não posso me comportar como uma adolescente, tenho que ter cautela, afinal, sou uma senhora”, disse a atriz.

## Aos 38 anos, Fernanda Lima mostra barriga trincada, reclama da ‘gravidade’ e diz que corpinho vai seguir enxuto: ‘Até o fim’

Fernanda Lima aparece trincada na capa da revista “Boa Forma” deste mês. A mãe de gêmeos e mulher de Rodrigo Hilbert diz que, aos 35 anos, percebeu que a gravidade é implacável. Ela hoje tem 38. “Daqui a dois anos, faço 40. E depois 45, 50... Não dá para trocar de pele, né? É com esse corpinho que eu vou até o fim”, justifica a loira.

Para seguir em frente com o corpinho enxuto, Fernanda Lima, que volta ao ar em janeiro à frente do “Amor e sexo”, agora nas noites de sábado, aderiu a um programa de abdominais. Já quando o assunto é dieta, a apresentadora não faz grandes restrições, mas prioriza uma alimentação limpa. “O truque é você comer bem alimentos de verdade e o que

é mais gordinho em pouca quantidade, aí não precisa passar vontade”, ensina ela, que garante não recusar um prato de bife com batata frita. “Dez batatinhas não vão mudar nada na minha vida, entendeu?”

A simplicidade vai além do prato. A grande produção que envolve seu programa, com looks poderosos e aberturas que lembram musicais, fica no estúdio de gravação. “Encarno um personagem. Mas quando desligam a câmera, volto a ser um bicho do mato. Ando bem ruinzinha de roupa... Meu irmão que fala: ‘Você está sempre rasgada aqui, ó!’ (Fernanda aponta para a nuca) É que a primeira coisa que faço é cortar a etiqueta da peça. Não tenho nem a manha de pegar uma tesoura”.



Fernanda Lima sempre de boa forma

## Aline Riscado confessa a amigas que está apaixonada por Cauã Reymond

Publicamente, Aline Riscado já negou que tenha ficado com Cauã Reymond. Mas na intimidade, entre os mais próximos, o texto é outro. A ex-bailarina do “Domingão do Faustão” confessou a amigas que está apaixonada pelo galã.

Eles têm se encontrado desde que trocaram beijos pela primeira vez, no fim de outubro. Aline confessou, também, que está com medo de se decepcionar com Cauã. O ator vem curtindo adoidado sua

vida de solteiro, sem assumir compromisso, desde que se separou de Grazi Massafera, há dois anos. Entre suas conquistas, está Bárbara Evans, com quem foi flagrado namorando dentro do carro, próximo ao Projac.

Aline, musa de uma marca de cerveja, terminou recentemente o casamento com o lutador Rodrigo Riscado, baleado durante um assalto no Recreio dos Bandeirantes, na madrugada do último dia 6.



Aline Riscado e Cauã Reymond têm se encontrado depois da primeira “ficada”



Tatá Werneck e Renato Góes: fim do namoro

## Tatá Werneck e Renato Góes terminam após seis meses de namoro

Tatá Werneck está solteira. Depois de seis meses, ela e o ator Renato Góess decidiram botar um ponto final no namoro. Os dois, inclusive, pararam de se seguir no Instagram e no perfil da atriz só tem uma foto do ex, na companhia de amigos. A relação já dava sinais

de que não ia bem.

Durante alguns shows do Rock in Rio, amigos e jornalistas presenciaram várias discussões entre Tatá e Renato, que chegou a deixá-la sozinha num camarote para assistir a uma banda. Na semana seguinte ao festival,

ela já confidenciava nos bastidores de “I love Paraisópolis” que o namoro estava em rota de colisão.

Enquanto estiveram juntos, Tatá e Renato mantiveram o romance na discrição. A atriz chegou a conhecer a família dele em Recife, onde foi mui-

to bem recebida. O ator já morava, inclusive, na casa dela. Antes da crise, Tatá chegou a dizer a amigos que queria engravidar antes de um próximo trabalho.

A assessoria de imprensa da atriz não soube informar o atual estado civil de Tatá.

## horóscopo



### ÁRIES

Seus instintos devem guiar as interações pessoais, pois Lua e Marte se opõem. A impaciência pode gerar conflitos, então fique longe de disputas por poder, pois a conciliação é mais importante do que estar em posição superior!



### TOURO

Antigas mágoas são trazidas à tona pela oposição Lua-Marte, que deixa o clima tenso no trabalho. Seja neutra e imparcial diante das discussões, preservando assim as suas parcerias. Você tende a se estressar, portanto cuide da saúde!



### GÊMEOS

O clima de competição e intolerância trazido pela tensão Lua-Marte prejudica a vida social hoje. Procure maneiras viáveis de descarregar as energias que se acumularam dentro de você e evite qualquer tipo de comportamento negativo!



### CÂNCER

Ao passar por sua décima casa, a Lua lhe deixa mais generosa e prestativa, mas a tensão com Marte desperta uma atitude mais autoritária. Ainda que esteja bem intencionada, escute os outros antes de tomar decisões que os afetem!



### LEÃO

Você expande sua visão quanto a questões existenciais, neste dia em que a Lua adentra a sua nona casa. Saia da zona de segurança, mas não se exceda, pois a tensão com Marte alerta para excessos. Guarde seus pensamentos para si!



### VIRGEM

Seu apego material pode lhe levar por caminhos arriscados, pois Lua e Marte se tensionam hoje. Suas carências lhe levam a buscar prazeres fugazes, mas perceba que a felicidade não é algo que se compra. Trabalhe o lado emocional!



### LIBRA

Você se dedica mais ao outro do que a si mesma, pois Lua e Marte se tensionam, confrontando seu signo e sua área de relacionamentos hoje. Evite projetar suas expectativas nas pessoas queridas e perceba por que você tende a fazer isto!



### ESCORPIÃO

Ao entrar na sexta casa, a Lua lhe traz energia para trabalhar e cuidar do cotidiano. Direcionar esse impulso para outras áreas da vida será extremamente produtivo. Mas Marte tensionado alerta para uma obsessão por resultados!



### SAGITÁRIO

Você demonstra espontaneidade nas relações, pois a Lua adentra a sua área social. Mas a tensão com Marte lhe leva a atitudes exageradas, portanto tenha atenção e procure adaptar-se aos anseios coletivos. Cuidado com situações fisicamente arriscadas!



### CAPRICÓRNIO

Não é momento de perder-se em devaneios. A tensão Lua-Marte pede foco nos interesses viáveis e concretizáveis. Seja mais realista e pé no chão, especialmente quanto às finanças. Respeite os seus limites!



### AQUÁRIO

Conflitos nos níveis das ideias e ações se intensificam com a oposição Lua-Marte em sua área de comunicação. Os embates devem acontecer, portanto tenha cautela ao defender o que pensa. Saiba escutar os outros e seja compreensiva!

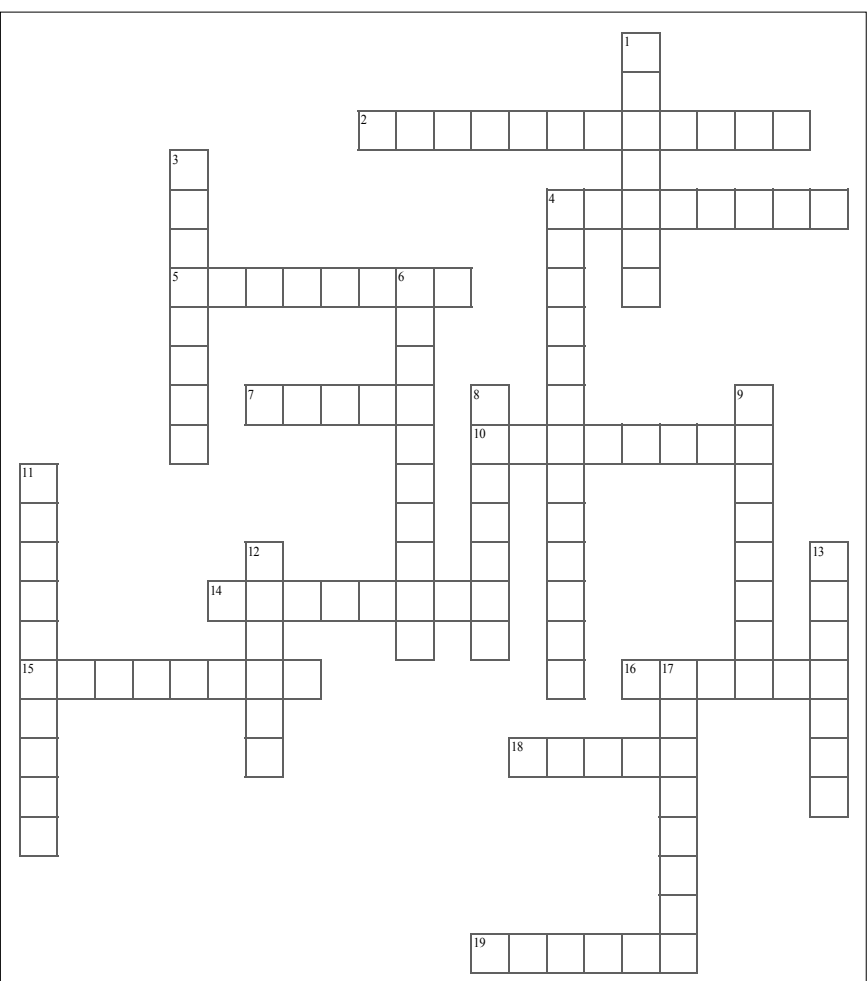


### PEIXES

Você procura se posicionar de maneira firme, pois Lua e Marte se opõem, lhe estimulando a conquistar o reconhecimento e o respeito dos outros. Mas perceba que o mais importante não é a aceitação alheia, mas a sua, em relação a si mesma!



# Palavras Cruzadas



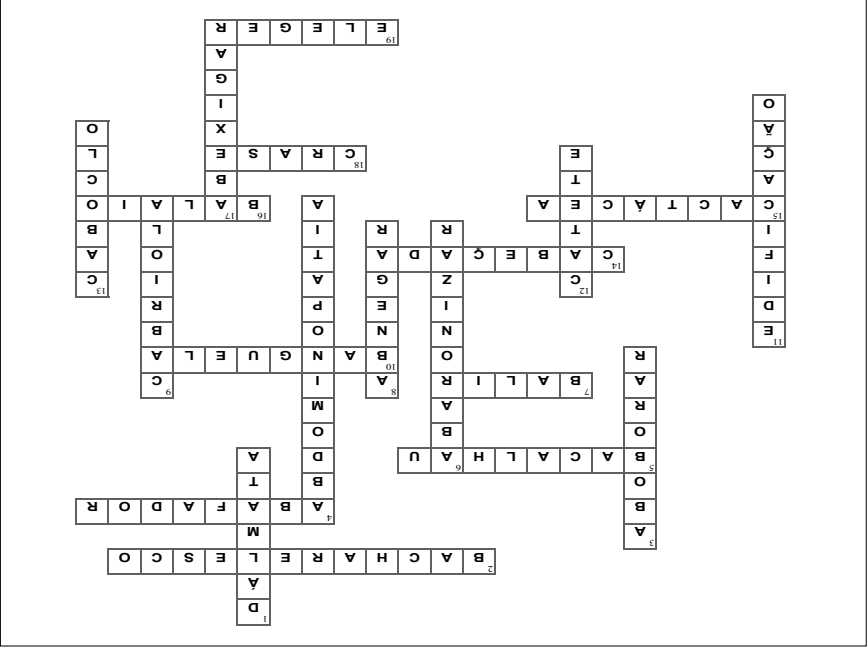
### Horizontais

- 2. Relativo a, ou próprio de bacharel.
- 4. Que abafa.
- 5. Peixe marinho da família dos Gadídeos.
- 7. Balar; Balido.
- 10. Que não tem um ou mais dentes na frente.
- 14. Pancada com a cabeça.
- 15. Espécime das Cactáceas.
- 16. Cesto de cipó, palha ou taquara.
- 18. Contração ou fusão de duas vogais iguais numa só.
- 19. Escolher, nomear por votação.

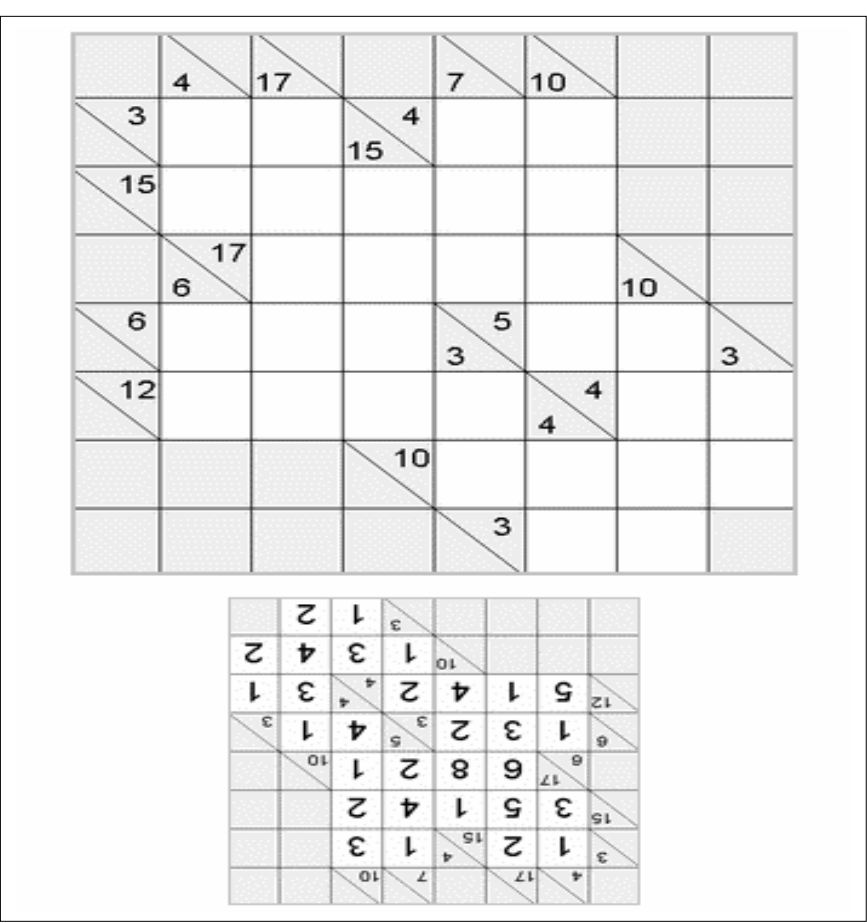
### Verticais

- 1. Relativo à Dalmácia (Iugoslávia); Natural ou habitante da Dalmácia.
- 3. Dar forma ou semelhança de abóbora; Tornar-se mole como abóbora madura.
- 4. Doença do abdome, especialmente do útero e anexos.
- 6. Abaronar.
- 8. Abjurar, abster-se, renunciar.
- 9. Salto de cabra; Cambalhota.
- 11. Construção.
- 12. Variedade de milho miúdo; cateto1, batité.
- 13. Mestiço de branco com índio.
- 17. Dar forma de bexiga.

### Respostas



# Kakuru



**Escritório Despachante**

**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

ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE E DESPACHANTE LIDER

1469

1469

1469

**HORTA**

**IRMÃOS**

Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972

Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

**SUPERMERCADO**

**IRMÃOS**

Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972

Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

# Resumo de Novelas

**ALÉM DO TEMPO**  
Sábado, 18h00

Pedro implora para que Livia não o deixe. Melissa insinua a Alex que Felipe pode se afastar de sua casa. Emilia garante a Pedro que Livia se casará com ele. Felicia conhece Chico e Alex. Persio e Bianca se falam por meio de suas falsas identidades. Pedro sonda Anita sobre Livia. Bernardo, Dorotéia e Raul chegam para o jantar na casa de Gema e o fotógrafo provoca Queiroz. Zilda estranha quando Vitória decide fazer um passeio misterioso. Emilia chega à casa de Gema e vê Bernardo.

**TOTALMENTE DEMAIS**  
Sábado, 19h15

Eliza tenta se aproximar de Arthur, que não a reconhece. Cassandra pede a Hugo que a apresente a Carolina. Jonatas ensina a Eliza como se portar diante dos clientes. Dorinha e Zé Pedro vão à festa da Totalmente Demais e Cassandra e Hugo aproveitam para entrar com eles. Carolina, Germano e Lili anunciam o concurso que revelará a garota Totalmente Demais. Eliza vende todas as suas flores para Florisval, que finge ser um empresário para Maristela. Hugo agride Arthur ao vê-lo com Cassandra. Eliza agradece Jonatas por sua ajuda, e o menino a beija.

**A REGRA DO JOGO**  
Segunda, 21h00

Romero obriga Atena a devolver os diamantes a Oscar, que declara sua decepção com o ex-herói. Romero afirma a Atena que romperá com a facção e mudará de vida. Juliano enfrenta Zé Maria e pede que Merlô descubra como Adisabeba consegue tirá-lo do morro sem que ninguém veja. Dante confessa a Romero que não tem certeza se Juliano é um bandido. Nelita questiona Orlando sobre Lara. Dante beija Lara, que afasta o policial. Tina deixa Rui. Indira expulsa Oziel de casa. Tio flagra Paturi com Faustini e convoca Zé Maria para eliminar o bandido. Juliano descobre a ação e alerta Faustini. Romero sofre um acidente e Atena se desespera. Faustini surpreende Tio e seus capangas.

**MALHAÇÃO**  
Segunda-feira, 17h30

Maria diz a Rubem que foi Rafaela quem decidiu voltar ao Brasil para conhecê-lo. Nilton provoca Bia, falando mal de Rubem. Uodson comanda as aulas de dança no hostel. Ana e Miguel se preparam para receber Ciça para o jantar. Alina sofre pelo fim do namoro com Luan. Miguel afirma que Ciça deverá provar a paternidade do filho que espera, e a cantora se preocupa. Luciana é hostilizada durante a aula de dança. Uodson puxa Ciça para dançar e a moça é rude com ele, que garante que se afastará dela. Rafaela sugere que Maria fotografe as escolas públicas brasileiras. Uodson se aproxima de Alina.

**CÚMPLICES DE UM RESGATE**  
Segunda-feira, 20h30

Rebeca diz para Helena que acha que se Pedro está com ciúme dela é porque está começando lhe ver com outros olhos. Regina fala para Manuela ser amiga de Priscila, pois a garota não recebe atenção da mãe. Felipe está no carro aonde está Geraldo e Navarro para descobrir onde está escondida Marina. O garoto faz xixi no caminho e molha as calças. Felipe entra no galpão. Priscila vai até o quarto de Isabela é estranha Manuela lhe tratando bem. Priscila diz que gosta de Joaquim e que o garoto também é apaixonado por ela. Manuela fica chateada e acredita. Felipe encontra Marina, mas não consegue lhe soltar. Geraldo aparece e ele vai para o lado de fora. As crianças buscam Felipe através do GPS do celular.

**OS DEZ MANDAMENTOS**  
Segunda-feira, 22h15

Safira alerta a irmã e diz que faltou fé. Bina se sente envergonhada. Os hebreus se fartam com o maná oferecido por Deus. Moisés continua escrevendo o Livro de Êxodos. O povo é guiado pela coluna de nuvem no céu. Os amalequitas Amir e Zuri contam ao rei Amaleque sobre a presença dos hebreus no deserto. O líder amalequita diz que atacará o povo de Moisés em breve. O libertador e Arão caminham na frente, com seus cajados, conduzindo o povo. Grávida de quatro meses, Abigail caminha ao lado de Zelofeade. A coluna de nuvem para e Moisés avisa que ali é local para acamparem. Corá e Datã questionam Moisés sobre seus destinos. Bina e Apuki reclamam da falta d'água. Deborah avisa a Bezalel que Abigail está passando mal.

# Humor

**ENCONTRO ÀS ESCURAS**

Um homem disca o número errado e uma garota atende. Depois de ouvir a voz, ele sente que ela é linda, então começa a conversar, perguntando de onde ela é, e sugere um encontro, já que ela vive perto dele.

- Onde você quer encontrar?
- Vamos nos encontrar naquela casa de sucos a poucos quarteirões daqui.
- Eu estou livre às 18h. Mas como poderei te reconhecer?
- Eu vou segurar um copo de suco de manga. E como vou reconhecê-la?
- Ah, eu vou usar um vestido vermelho e vou levar um guarda-chuva azul.

O homem corre para o local suco poucos minutos antes das 18 e pede ao atendente um copo de suco de manga.

- Oh, sinto muito senhor, estamos hoje sem suco de manga.
- O quê? Você tem algum na cor laranja? Suco de laranja? Alguma coisa?
- Não, hoje apenas limonada.

Então, o homem segura a limonada e espera até as 18 na esperança de que ele vai reconhecer a garota. É 18h a garota entra com o vestido vermelho e um guarda-chuva azul. No entanto, o homem percebe que ela é extremamente feia. Ele pensa consigo mesmo: "Graças a Deus eles

não tem a merda do suco de manga."

A menina ainda caminha até ele.

- Você não é o homem com que eu vou me encontrar?
- Desculpe-me?
- Você é o cara do telefone.
- Me desculpe, eu não tenho nenhuma ideia do que você está falando.
- Não! Você é o cara! Eu reconheço a sua voz!
- Você deve estar me confundido com outra pessoa. Eu não sou esse cara.
- Sim, você é, eu disse que iria encontrá-lo aqui com um vestido vermelho e segurando um guarda-chuva azul.
- Por favor, pare, eu não sei sobre nada que você está dizendo.
- Olha, eu sei que é você! Por que você está dizendo que não é?
- Puta que pariu! Qual é o problema com você mulher! Isto se parece com suco de manga para você?

Ocupado esta noite?

Minha vizinha maravilhosa bate na porta. Logo que abro ela me diz:

- Escuta, cheguei agora, estou com uma vontade louca de me divertir, de me embriagar, a noite toda... Você está ocupado esta noite?

Respondendo rápido:

- Não!

E a vizinha estonteante como sempre:

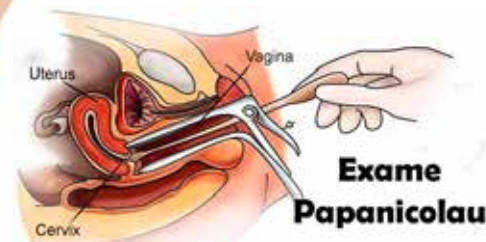
- Então pode ficar com o meu cachorro?



### COMO UM CÃO

- Diga-me, por que motivo você quer divorciar-se de seu esposo?
- Meu marido me trata como se eu fosse um cão!
- Ele te maltrata? Te bate?
- Não, quer que eu seja fiel!



sua **saúde**

# Tire nove dúvidas sobre o exame Papanicolau

O Papanicolau é um exame que deve estar no topo da lista de prioridades de todas as mulheres sexualmente ativas. Cada vez mais há estudos que comprovam a importância dele. O mais recente. O teste poderá detectar até câncer de ovário e câncer de endométrio, além de câncer de colo do útero e outras doenças.

Também chamado de Citologia ou Colpocitologia Oncótica, o exame é poderoso e ao mesmo tempo simples - consiste na coleta de material do colo do útero com uma "colher de raspagem". A taxa de sobrevivência de mulheres com câncer de colo do útero detectado pelo exame chega a 92%, enquanto aquelas que são diagnosticadas apenas pelos sintomas apresentam uma taxa de sobrevivência de 66%. Para tirar as dúvidas mais comuns sobre como o Papanicolau funciona, confira a seguir.

## 1. O Papanicolau ajuda a detectar quais doenças?

Além do câncer de colo do útero e de suas lesões, o exame ajuda a diagnosticar infecções vaginais como Gardnerella vaginalis, Tricomoníase

e candidíase. Como a coleta do exame envolve exame genital, também é possível perceber doenças sexualmente transmissíveis, como sífilis, gonorréia, condilomatose, clamídia e cancroide.

## 2. Com qual a idade a mulher precisa realizar o exame?

De acordo com as Diretrizes Brasileiras para o Rastreamento do Câncer do Colo do Útero, lançadas pelo Inca em 2011, devem-se submeter ao exame mulheres na faixa etária de 25 a 64 anos e que já tiveram atividade sexual. No entanto não há uma idade certa. Assim que inicia a sua vida sexual, a mulher já deve começar a realizar a citologia. O vírus HPV só pode ser transmitido ao colo uterino por relação sexual e é este o principal causador de câncer de colo do útero.

## 3. Qual é a melhor época para realizá-lo?

O único período que impossibilita a realização do exame é nos dias em que a mulher está menstruada. Antes de marcar o exame, portanto, é preciso checar o calendário menstrual e calcular quando será a próxima menstruação.

## 4. De quanto em quanto

## tempo ele precisa ser feito?

O ideal é fazer uma vez por ano. Em casos de alto risco, como quando a mulher tem HPV, o médico pode recomendar um exame mais frequente, de seis em seis meses por exemplo.

## 5. Há algum risco à mulher?

Não há qualquer risco. Ao contrário, o exame permite o diagnóstico precoce com grandes chances de tratamento e cura.

## 6. O Papanicolau detecta HPV?

Na verdade, esse teste não é específico para detectar HPV. No entanto, o exame pode detectar a presença de anormalidades nas células do colo ou da vagina que são causadas pelo HPV. Se isso acontecer, o médico irá indicar exames complementares, como a Colposcopia e a Captura Híbrida. O primeiro exame avalia o tecido de revestimento do colo da vagina através da ampliação da imagem e da aplicação de reagentes.

## 7. O Papanicolau pode falhar?

Pode. Estudos mostram que cerca de 50% das pessoas infectadas podem ter falha na detecção do vírus HPV por meio do teste de Papanicolau.

Por isso, é importante realizar exames complementares dependendo das condições da mulher - o ginecologista terá o cuidado de avaliar quais casos são necessários.

## 8. A mulher pode ter relações sexuais no dia anterior ao do exame?

Não. Para ter uma maior eficácia no resultado, os médicos recomendam os seguintes cuidados a serem adotados 48 horas antes do exame: Não usar creme e/ou óvulo vaginal; Não utilizar ducha na região e não fazer lavagem interna; Não realizar exame ginecológico com toque, ultra-sonografia transvaginal e/ou ressonância magnética da pelve; Não manter relações sexuais, com ou sem uso de preservativos.

## 9. Mulheres virgens também podem fazer o exame?

Sim, as mulheres virgens também podem realizar o exame de Papanicolau, mas são situações especiais indicadas pelo médico. A coleta do material, neste caso, é feita por meio da utilização de espéculo próprio para mulheres virgens, com o auxílio de uma espécie de cotonete, que também garante que não há prejuízo para a paciente, nem risco de ruptura do hímen.



**ASSINE oextra** SEU JORNAL DIÁRIO

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

**PEÇA AGORA!**

**INSTITUTO DE OLHOS**

CIRURGIA DE CATARATA (FACOLMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

**DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI**  
OFALMOLOGIA - CRM 139.658  
[j.v.ferrarezi@hotmail.com](mailto:j.v.ferrarezi@hotmail.com)

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

**Reabilita** Odontologia

**Claudio Paulo da Silva**  
CRO: 33633

**Bruno Barciela da Silva**  
CRO: 100655

**17-3442 4012**

Rua Rio Grande do Sul, 1969  
Coester | Fernandópolis-SP

[reabilitaodontologia@hotmail.com](mailto:reabilitaodontologia@hotmail.com)

**Clinica Veterinária**  
**Dra. Maísa da Silva Bego de Oliveira**  
CRMV-SP 31.556

Consultas | Consultas a Domicílio | Ultrassom  
Exames Laboratoriais | Cirurgias em Geral | Vacinas  
Medicações | Atendimento 24hs. | Hotel

Tel.: 3463-4861 (17) 99626-9145  
(17) 98168-1005 (17) 99154-4401

Rua Amapá, 1512 - Bairro Jardim Paulista  
Fernandópolis (esquina com a Etec)  
[maisa\\_bego@hotmail.com](mailto:maisa_bego@hotmail.com)

**Auge Med**  
Diagnóstico por imagem

Raio-X Digital  
Mamografia Digital  
Tomografia Computadorizada  
Ultrassonografia Geral  
Ultrassonografia 3D e 4D  
Doppler Colorido

Fone: (17) 3442-1204  
[augemed@gmail.com](mailto:augemed@gmail.com)  
[www.augemed.com.br](http://www.augemed.com.br)

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

**DRA. MARIA TERESA GOMES TRINDADE MOURA**  
Cirurgiã Plástica  
CRM 82.435

**DR. AER JOSÉ TRINDADE**  
Urologia  
CRM 13.155

Fone: 17-3442 3251  
Rua Sergipe, 702 - Centro - Fernandópolis

**Clínica de Neurologia e Neurocirurgia**

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

*Dra. Francisca Goreth Malheiro Moraes Fantini*  
CREMESP 75.442

*Dr. Paulo Roberto Fantini*  
CREMESP 67.236

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

**ANIWA** DERMATOLOGIA

**Dra Ane Beatriz M. Niwa Massaki**  
CRM 108212, 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 [clinicaaniwa@gmail.com](mailto:clinicaaniwa@gmail.com)  
Rua Espírito Santo, 447 - JD Santa Rita - Fernandópolis-SP  
Rua Minas Gerais, 3419 - PQ 8 de Agosto - Votuporanga-SP - Fone 3422-3063

**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 Cáfaro, 2630 - Tel: 17-3465 6211 - FERNANDÓPOLIS-SP  
[www.neuroclinicacortezzi.com.br](http://www.neuroclinicacortezzi.com.br) - email: [drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br](mailto:drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br)

**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

**Dra. Lucilene S. Cnibeni Betiol**  
Pediatra  
CRM 147.378

Fone: (17) 3442-2365

Rua Espírito Santo, nº 1146 - Centro  
Fernandópolis - SP