

Chegou a Fiat Toro. A irmãzinha do Renegade

Modelos são fabricados em Goiania-PE e compartilham a plataforma, suspensão dianteira, motores e câmbios. Até os preços são parecidos



→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

Em tempos de economia e produção global, nada mais normal que o compartilhamento de peças e projetos. E a recém-lançada Fiat Toro leva o conceito à risca. Derivada do Jeep Renegade (lembrem-se que a Jeep pertence ao Grupo Fiat) ela chegou às revendedoras tendo os mesmos câmbios, plataforma, sus-

pensão dianteira e motores do jipinho. A versão de entrada, a Freedrom, tem motor 1.8 flexível e cambio automático de seis marchas ao custo de R\$ 76,5 mil (dizem que é "beberrona"); a top é a Volcano que sai por R\$ 116 mil mas traz motorização a diesel, tração integral e câmbio automático de nove marchas. Tem também ar-condicionado automático com regulagem dupla, câmera de ré, central mul-

timídia com GPS e tela de 5 polegadas e faróis de neblina. De série, todas versões tem traz controles de tração e estabilidade, direção elétrica, ar-condicionado manual, controlador de velocidade, computador de bordo e auxiliar de saída em rampa, entre outros. A Fiat espera vender 50 mil unidades ano e a Toro vem para concorrer com a Renault Oroch que tem mostrado bom potencial de vendas.



E Concept, com motor elétrico e capaz de acelerar de zero a sessenta em 6,5 segundos com autonomia de 65 quilômetros e sistema de localização em caso de roubo.

CONTRA POLUIÇÃO,

A SCOOTER ELÉTRICA

A India é um dos países que mais sofre com a poluição urbana e uma das soluções está sendo produzida pela Hero. Ela apresentou a scooter Duet

O futuro! Fabricante promete carro a hidrogênio. Não para vender

Veículo já percorre até 480 quilômetros com uma carga de hidrogênio

Ofuturo já chegou! Não cansamos de afirmar e a novidade da semana vem do País de Gales, através da Riversimple, empresa contratada pelo governo para desenvolver uma nova opção de transporte. Um pro-



Protótipo Riversimple Rasa: feito por engenheiros da F1 e da área aeroespacial

RECORDE!

385 KM/HORA!



Tamanha a sua potência, a Kawasaki Ninja H2R, apesar de produzida em série, não é homologada para rodar na rua. E é dela o recorde de velocidade máxima extraoficial: 385 km/h atingiu o modelo preparado pela Trick Star. A normal atinge 350 km/h. o recorde é da MV Agusta F4 R 312 com 310 km/h.

vivo

Plano que
#pega
Giga
bem
todo mundo quer, só a Vivo tem.

NOVOS PLANOS
SmartVivo 4G>>

Os únicos planos com até 30 Giga

Vivo BIS

A internet que sobra você

usa no próximo mês

Passe na Loja Autorizada Vivo, 1813, Centro, Fernandópolis e aproveite esta oferta.

Telefônica

Aparelho
Samsung Galaxy J5

12X SEM
JUROS
R\$ 50,00

No SmartVivo 5GB

- Câmera 13MP + Frontal 5MP com Flash Frontal;
- Tela 5,0" Super AMOLED;
- Memória Interna 16GB;



Aparelho
Sony Xperia M5

12X SEM
JUROS
R\$ 150,00

No SmartVivo 5GB

- Bateria com até dois dias de duração;
- Câmera principal de 21,5 MP e câmera Frontal de 13MP;
- À prova d'água e poeira;

vivo conectados vivemos melhor.

Os valores informados referem-se aos aparelhos Samsung Galaxy J5 no valor de R\$ 599,00 se tributado no plano SmartVivo 5GB com desembolso inicial de R\$ 103,99/mês e o aparelho Sony Xperia M5 no valor a vista de R\$ 2.799,00 se tributado no plano SmartVivo 5GB com desembolso inicial de R\$ 189,99/mês. Vivo BIS com R\$ 15,00/mês sem juros e desconto. Valores promocionais válidos até 03/02/2016. Valores com tributos e impostos a alturas segundo a legislação vigente. Picos, impostos, alterações conforme a tabela de operadora. Oferta válida para clientes de outras operadoras móveis e clientes Vivo não habilitados que contratem novos planos. Vivo BIS para usuários com a velocidade de conexão disponível no C4 e de até 12Mbps para download na rede 4G.

■ RETORNO FESTIVO

na curva do rio

CHICO PIRANHA

Vela congelada



Numa bela manhã de sábado do inverno passado, o boteco do Pedrinho, lá em Aparecida do Taboado, estava cheio de gente batendo o queixo de tanto frio e tomando conhaque e cachaça pra esquentar as orelhas. Só o Juca Lustroso, o famoso capataz da fazendinha do compadre Geraldo de Mello, fingia que era um friozinho à toa, desses bem bestas.

- Vocês não conhecem frio. Na roça que meu pai tocava, ali do lado do rio Aporé, é que faz frio mesmo. O pai tinha umas terras naqueles cafundós, um dia eu fui tomar conta da peonada que estava capinando a roça, peguei uma cabaça cheia d'água e pendurei no galho de uma figueira... Fiquei olhando os camaradas capinando e, mais tarde, quando me deu sede, fui tomar um gole d'água. Quando cheguei lá, a água tinha congelado e os cupins tinham comido a cabaça. Ficou só uma bola de gelo pendurada no galho da figueira!

Nisso, o compadre Geraldo de Mello que só estava assuntando a prosa do povo, entrou na conversa:

- Aquela região ali do Aporé é fria mesmo, mas lá na minha fazenda é mais frio ainda... acho até que é mais frio que o Pólo Norte!

- Ara Doutor Geraldo, mais frio do que ali na beirada do Aporé?!

- Vichi, muito mais, dá de uns dez a zero! E antigamente era mais frio ainda. Lembro que em 1949 deu uma bruta frente fria que foi uma tragédia. Só faltou cair neve! Prá dormir, a Filó arrumou minha cama com umas seis cobertas! Eu dormia até de botas prá não congelar os pés!

- Então a coisa tava braba memo!

- Nem fala, seu menino. Daí eu falei pra Filó me arrumar uma lamparina que eu não durmo sem ler o Almanaque do Penseamento. Ela não achou a lamparina, trouxe uma vela, e eu fiquei lendo até o sono chegar. Aí, dei o almanaque de lado e soprei a vela pra dormir. Continuei soprando e ela não apagava de jeito nenhum. Foi aí que eu levei a mão pra apagar a vela com os dedos e descobri que a chama da vela tava era congelada!".



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



PLANTÃO 9719.7151 Zagalo 9726.7116 Matheus

Avenida dos Bandeirantes nº 1212 - Centro - Ouroeste - SP



LAVA JATO AMIZADE

LAVAGEM - POLIMENTO - ENCERAMENTO - CRISTALIZAÇÃO

Rua Bartolomeu Bueno nº 1589 - Ouroeste-SP

club da memória

Claudinei Cobreira

Histórias do Tempo do Botinão



Dia desses, o filho de um velho amigo do Tempo do Botinão, me disse que havia achado muito interessante o artigo onde contei das brincadeiras dançantes, que fazíamos nas nossas residências nos anos sessenta. O rapaz bastante curioso, que deve ter aí uns vinte anos, me encheu de perguntas. Queria saber como eram e como funcionavam os toca-discos, a tal da Sonata, enfim, depois de algum tempo, meio que intrigado, quis também saber o que a gente fazia mais tarde, depois das brincadeiras dançantes.

Para ele, ir dormir dez ou onze horas da noite era um absurdo. E é claro, naquela época, eu também achava a mesma coisa. Então, eu lhe contei algumas coisas. Outras coisas, tenho certeza que vou levar para o túmulo. Eram tempos inocentes, mas a gente também não era tão inocente assim e nem era lá flor que se cheirasse.

Quando as brincadeiras dançantes terminavam, sempre aí por volta de dez ou no máximo onze horas da noite, a grande maioria das meninas iam dormir. Os pais eram muito severos e controladores com as filhas. Já com os rapazes havia um pouco mais de tolerância. Eu e meus amigos tínhamos o hábito de fazer serenatas para nossas namoradas, amigas ou flertes. Entre a rapaziada sempre tinha um ou dois que "arranhavam bem" um violão, e com uns goles de conhaque goela abaiixo, muitos se achavam um Nelson Gonçalves da vida, cantando As Pastorinhas, A Noite do Meu Bem, Chão de Estrelas ou Carinhoso. Isso, fora as vezes que um ou outro da turma, meio animado por uns goles a mais, ou ainda muito inspirado pela musa encantadora, que se escondia

do outro lado da janela, tinha um ataque de romantismo agudo, e se metia a cantar alguma música italiana. Nem sempre dava certo, na maioria das vezes era um desastre, mas fazer o que?

Durante as brincadeiras, a gente combinava com as meninas, e aí algumas chamavam até amigas para dormir nas suas casas, por causa das tais serestas. E é claro, haviam os códigos secretos. Um deles era piscar a luz do quarto algumas vezes, avisando que estavam ouvindo a música. Mas, a maioria delas se limitava a ficar o tempo todo bem caladinhos, de bico bem fechado, porque muitos pais viviam bichos se ouvissem suas filhas falando na janela com estranhos, tarde da noite. Por causa dos nossos cabelos compridos e das nossas extravagantes roupas da moda, éramos vistos por eles como playboys, vagabundos ou boêmios. E olhe que naquele tempo todo mundo trabalhava, dando um duro danado o dia inteiro, e ainda por cima, estudava à noite.

Lembro que algumas meninas mais avançadinhas, moderninhas, quebravam o silêncio e pediam uma ou outra música que estava sendo esquecida, enquanto seus pais se faziam de surdos ou fingiam estar dormindo. Mas, fora os pais sistemáticos, havia também os cachorros, e quantos sustos e carreirões não levamos por causa desses bichos... fora algum irmão mais velho metido à valentão. Era complicado, pra não dizer, arriscado.

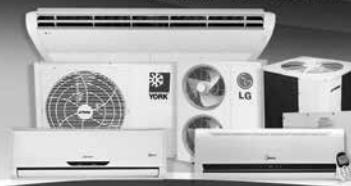
Na verdade, nossas serenatas eram autênticas declarações de amor, caprichadas, com um repertório escolhido cuidadosamente, sempre músicas românticas e suaves. Mas mesmo assim, das dezenas e dezenas de serestas que participei, acho

que conto nos dedos das mãos, e sobram dedos, as vezes que fomos convidados para entrar na casa das meninas. E quando isso acontecia, a mãe delas sempre estava junto, claro. A marcação era cerrada, não tinha moleza. E acho que aí é que estava a graça da coisa.

Mas não eram só as serestas. Muitas vezes a gente seguia noite adentro, rumando para o bar Alvorada, de Tião Murari, onde se comia o melhor bauru de carne do mundo. Outras vezes ia para o Restaurante Táo, que tinha nos fundos um grande reservado com mesas de snooker, onde o pessoal passava horas conversando, berbicanando e jogando. Outros preferiam o Snooker Bandeirantes, que ficava na antiga Avenida Oito, hoje Manoel Marques Rosa, entre o Fernandópolis Hotel e a Ótica Moderna, do Zé da Ótica.

Agora, nas noites de sábado, quando havia baile ou brincadeira dançante no FEC, no Clube Tókio ou na Associação Operária, não tinha conversa, nem snooker ou barzinho que segurasse a moçada; a gente rumava para os salões dos clubes, onde emendava a noite sacudindo o esqueleto até de madrugada, ao som das bandas locais The Black Falcons, The Hells ou com banda Jovem Capri, que sempre se apresentava por aqui. Agora, nos grandes bailes de gala, que aconteciam sempre no salão do FEC, com orquestras famosas como Leopoldo de Tupã, Laércio de Franca e Fascinação, entre outras, a gente sempre dava um jeito de arranjar um terno e gravata emprestados, combinando com uma camisa branca por causa da luz negra. Era um charme. Semana que vem tem mais. Até lá.

G.S.M. AR CONDICIONADO



VENDA - INSTALAÇÕES
MANUTENÇÃO

Direção:
Gustavo

(17)3843-1323 / (17)99757-9248

Rua: Antônio Correia de Amorim, 2150 - Sarinha II - Ouroeste/SP

Fones: (17)
99656.0537

Direção: **Paulo e Solange**

de pai pra filho

Escola deve combater o **bullying**, determina **nova lei brasileira**

No início deste mês entrou em vigor a lei que institui em todo o Brasil o Programa de Combate à Intimidação Sistêmica, conhecida também como bullying. Segundo a nova legislação, as escolas têm o dever de prevenir e combater o bullying, obrigação que é reforçada pelo Estatuto da Criança e do Adolescente.

De acordo com a lei nº 13.185/2015, além de as instituições precisarem adotar práticas de prevenção a esse tipo de agressão, como a conscientização dos alunos e dos pais, elas devem também oferecer suportes psicológico e jurídico, que se tornam necessários nos casos em que a vítima de bullying sofre dano físico ou moral.

Os atos de intimidação sistemática costumam ser praticados por indivíduo ou grupo, contra uma ou mais pessoas, e tem o objetivo de intimidar, agredir ou constranger a vítima, causando dor e angústia, em uma relação de desequilíbrio de poder entre os envolvidos.

COMO SABER SE MEU FILHO SOFRE BULLYING?

Quando a criança sofre intimidação sistemática no ambiente escolar, ela comece a dar alguns sinais que os pais devem estar atentos. A criança que é vítima comece a demonstrar sinais de mudança no comportamento, passa a dizer que não está bem para ir à escola, fala que está com dor de cabeça, pede para mudar de escola e pode até começar a ficar introspectiva.

É comum também que a criança deixe de querer frequentar uma atividade que gosta muito, como futebol, na-

tação, entre outras atividades em grupo. Em casos extremos, a criança pode até parar de comer.

Caso você identifique o seu filho como uma vítima de bullying, é necessário acionar a escola. Poucos pais sabem, mas a escola sempre deve ser comunicada e se envolver, mesmo que a agressão ocorra entre os alunos nas redes sociais. Este é um dever da escola, de acordo com a legislação, já que é o lugar onde se dá a socialização, o primeiro espaço onde a criança se sente exposta e que ela vai querer parar de frequentar.

CONHEÇA 4 TIPOS DE BULLYING E SAIBA COMO LIDAR EM CADA CASO

Bullying verbal, ou intimidação com palavras crueis faladas, envolve xingamentos, ameaças, e comentários desrespeitosos sobre os atributos de alguém (aparência, religião, etnia, deficiência, orientação sexual, etc.).

Como detectar os sinais: As crianças podem se afastar, tornam-se temperamentais ou apresentam uma mudança no apetite. Elas podem dizer algo doloroso que alguém lhes e perguntar se você acha que é verdade.

BULLYING FÍSICO

O que é: agressão física e/ou intimidação física que envolve o ato repetido de bater, chutar, fazer tropeçar, bloquear a passagem, empurrar, e tocar de maneiras indesejáveis, inadequadas e agressivas.

Como detectar os sinais: Muitas crianças não contam para os seus pais quando isso acontece. Então, fique atento a possíveis sinais como cortes inexplicáveis, arranhões ou hematomas, roupas faltando



ou danificadas, ou ainda queixas frequentes de dores de cabeça e de estômago.

BULLYING RELACIONAL

O que é: o bullying relacional, ou intimidação com táticas de exclusão deliberadas, é utilizado para prevenir que alguém faça parte de um grupo, seja na mesa do almoço, jogo, esporte ou atividade social.

Como detectar os sinais: Preste atenção em alterações de humor e se seu filho está mais sozinho do que o habitual. As meninas estão mais propensas a experimentar a exclusão social não verbalizada ou a intimidação emocional. A dor desse tipo de exclusão pode ser mais forte do que o assédio físico ou moral e durar ainda mais.

CYBERBULLYING

O que é: Cyberbullying, ou intimidação no ciberespaço, ocorre quando alguém espalha mentiras e falsos rumores através de e-mails, mensagens de texto e mensagens em redes sociais. Há também o compartilhamento de mensagens sexistas, racistas e homofóbicas que criam uma atmosfera hostil, mesmo quando não estão diretamente orientadas para o seu filho.

tadas para o seu filho.

Como detectar os sinais: Preste atenção se o seu filho passa bastante tempo on-line nas redes sociais, mas parece triste e ansioso depois. Mesmo que ele esteja lendo coisas dolorosas em seu computador, tablet ou telefone, esta é a sua única relação social. Veja se ele tem problemas para dormir, implora para ficar em casa ao invés de ir para a escola, ou se pede para sair das atividades que sempre gostou.

Se o seu filho contar que está sendo intimidado ou que ele tem conhecimento de alguém que esteja, você deve ser solidário, elogiar sua coragem de estar te contando e reunir informações. Tente ao máximo reprimir seus sentimentos ruins em relação a isso. Enfatize a diferença entre ser uma fofoca que está apenas tentando colocar alguém em apuros e explique como você pode ajudar ele naquelas situações. Sempre que casos de bullying estiverem acontecendo, principalmente se ele é grave ou persistente, entre em contato com o professor ou o orientador do seu filho, para que ele possa monitorar a situação.



Balaio de Gato

COLUNINHA VAI ENSINAR COMO CUIDAR

DO SEU GATINHO DE ESTIMAÇÃO!

Pegue o gato e coloque-o em seu braço esquerdo igual segurar um bebê...

Posicione o dedo indicador e o polegar da mão esquerda em cada canto da boca do gato.

Pressione levemente para que ele abra a boca. Vá com jeito!

Aí, coloque o comprimido em sua boca.

Feche para que engula a pílula...

Calma... pegue a pílula do chão e o gato atrás do sofá!

Mude de tática. Encaixe-o no seu braço esquerdo e repita o processo...

Apanhe o gato no quarto, esqueça aquele comprimido que voou!

Faça tudo de novo e agora segure as patas

traseiras com a mão esquerda....

Abra a boca do bicho e empurre o comprimido até a garganta com o indicador....

Feche a boca do gatinho e conte até dez, antes de soltá-lo!

Apanhe o comprimido de dentro do aquário e o gato de cima do guarda-roupa!

Se estiver com dificuldade, peça ajuda a um amigo...

Ajoelhe-se no chão com o gato preso entre os joelhos, segurando as quatro patas...

Peca ao amigo que segure a cabeça dele enquanto você abre a boca do bichano....

Coloque uma espátula de madeira o mais fundo que puder!

Deixe o comprimido escorregar pela espátula

e pressione a garganta...

Apanhe o gato que está grudado no trilho da cortina e pegue outro comprimido!

Mande o Junior na Mais Que Pet comprar outra cartela de comprimidos...

Enrole o gato numa toalha de forma que só cabeça fique de fora....

Peça para sua filhinha ficar imóvel, totalmente imóvel!

Dissolva o comprimido em água, abra a boca do gato com um lápis e jogue tudo lá dentro!

Veja na bula do remédio se ele é nocivo para seres humanos...

Nada de pânico! Beba um pouco de água para se acalmar!

Faça curativo no braço do seu amigo e limpe o sangue do tapete com água morna e sabão.

Busque o gato no vizinho. Abra a terceira cartela e pegue outro comprimido...

Bote o gato dentro do armário da cozinha e feche a porta, com a cabeça dele para fora!

Abra a boca do cão, ôps, do gato, com uma colher de sobremesa...

Jogue o comprimido para dentro da boca

com o auxílio de um estilingue!

Faça uma compressa nos arranhões do seu rosto e cheque se suas vacinas estão em dia...

Chame o Corpo de Bombeiros para apanhar o gato do alto da árvore do outro lado da rua.

Pegue o último comprimido da última cartela...

Fé amigo.... agora vai!

Amarre as patas dianteiras nas traseiras com uma corda de varal...

Prenda o gato no pé da mesa de jantar.

Coloque luvas de jardim...

Abra a boca do gato com uma pequena chave inglesa.

Coloque o comprimido seguido de um pedaço de filé mignon.

Segure a cabeça na vertical e derrame meio copo d'água pra ele engolir o comprimido...

Peça agora pra sua mulher ligar pra emergência do SAMU!!

Pare de tremer enquanto o médico sutura seus dedos e braços e tira partes do comprimido do seu olho direito!

Quer saber de uma coisa? Não tente mais

nada... solte o bicho e esqueça tudo...

QUANDO TIVER ALTA, VÁ LÁ NA MAIS

QUE PET E CONTRATE O PESSOAL!

PROCEDE
Vistorias CONHECIMENTO DE 15 ANOS EM ANÁLISE VEICULAR

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

A 1ª ECV DE FERNANDÓPOLIS, 100% APROVADA!!!

Nossos diferenciais: • Agilidade • Competência • Comprometimento

SISTEMA DE GESTÃO CERTIFICADO
Fundação Vassourilé NBR ISO 9001:2008

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

Rua Édio Alves de Oliveira, 918 - Centro

M. FER
FERRO & AÇO

Telhas Galvanizada Ondulada
Telhas Galvanizada Trapezoidal
Perfil Estrutural 6 mts
Perfil Serralheiro
Corte e Dobra de Chapa até 1/2 polegada

Fabricação Própria

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

SIGOTTI
MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

Tudo o que você precisa para sua construção.

Av Carlos Barozzi, 982 - Brasilândia
(17) 3465-9399

SIGOTTI

SOMOS FILIADOS A
INTER PRIME

www.sigotti.com.br

eternium

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

• Por CLARIUS

**MINUTINHO:****Caridade-atitude**

Caridade que se expresse tão somente na cessão do supérfluo pode facilmente induzir-nos à vaidade.

Não é difícil dar o que retemos, no entanto, a virtude genuína pede a doação de nós mesmos, através do que temos e do que somos.

Em razão disso, é preciso não esquecer que a caridade é também e acima de qualquer circunstância, o sentimento que nos rege a atitude.

No templo doméstico, é compreensão e gentileza.

Em família, é cooperação desinteressada e fraterna.

Na profissão, é a honestidade.

No trabalho, é o dever bem cumprido.

Na dor, é fortaleza.

Na alegria, é temperança.

Na saúde, é a presença útil.

Na enfermidade, é a paciência.

Na abastança, é o serviço a todos.

Na pobreza, é diligência.

Na direção, é a respeitabilidade.

Na obediência, é humildade digna.

Entre amigos, é a confiança.

Entre adversários, é perdão das ofensas.

Entre os fortes, é o socorro aos mais fracos.

Entre os bons, é o auxílio aos me-

nos bons.

Na cultura, é o amparo à ignorância.

No poder, é a autoridade sem abuso.

Em sociedade, é o apoio fraterno que devemos uns aos outros.

Na vida privada, é a conduta reta ante o próprio julgamento.

Não vale espalhar um tesouro amoedoado com as vítimas de penúria, alimentando o ódio e a incom-

beiros ideais que nos enriquecem a vida, em forma de serviço aos semelhantes, a caridade será, em nossos corações, a luz constante clareando, desde as sombras da Terra, os mais remotos horizontes de nosso luminoso porvir." (Emmanuel, psicografia de Chico Xavier. Livro: Linha duzentos.)

Emmanuel / Chico Xavier

CRÔNICA:**A menina dos olhos azuis**

O homem pôr detrás do balcão olhava a rua de forma distraída. Uma garotinha se aproximou da loja e amassou o narizinho contra o vidro da vitrine.

Os olhos, da cor do céu, brilhavam quando viu um determinado

objeto. Entrou na loja e pediu para ver o colar de turquesa azul.

- É para minha irmã. Pode fazer um pacote bem bonito?, diz ela.

O dono da loja olhou desconfiado para a garotinha e lhe perguntou:

- Quanto de dinheiro você tem?

Sem hesitar, ela tirou do bolso da saia um lenço todo amarradinho e foi desfazer os nós.

Colocou-o sobre o balcão da loja e feliz, disse:

- Isso dá?

Eram apenas algumas moedas que ela exibia orgulhosa.

- Sabe, quero dar este presente para minha irmã mais velha. Desde que morreu nossa mãe ela cuida da gente e não tem tempo para ela.

É aniversário dela e tenho certeza que ficara feliz com o colar, que

Ainda não acabara o dia quando uma linda jovem, de cabelos loiros e olhos azuis, adentrou a loja. Colocou sobre o balcão o já conhecido embrulho desfeito e indagou:

- Este colar foi comprado aqui?

- Sim senhora.

- E quanto custou?

- Ah! Falou o dono da loja. O preço de qualquer produto da minha loja é sempre um assunto confidencial entre o vendedor e o cliente.

A moça continuou:

- Mas minha irmã tinha somente algumas moedas! O colar é veradeiro, não é? Ela não teria dinheiro para pagá-lo!

O homem tomou o estojo, refez o embrulho com extremo carinho, colocou a fita e o devolveu a jovem.

- Ela pagou o preço mais alto que qualquer pessoa pode pagar. Ela deu tudo o que tinha.

Autoria desconhecida.

Pensamento da Semana

Carl Young

“Quem olha para fora, sonha; Quem olha para dentro, deserta.”

Camarote OPEN BAR
Vodka c/ Suco
Cerveja e Refri

SÁBADO 27 FEVEREIRO

Local: CCO
Ouroeste-SP

FESTA DO BORDO
OUROESTE SP

Artistas:
Lucas Garcia, HUGO & MATEUS, Julio Cesar live, THREE LIVES, SKELETER

Inf: (17) 99735-9524

ENCONTRO DE SOM AUTOMOTIVO E WHEELING

25 E 26 MARÇO

1º MOTOCAR
OUROESTE 2016

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

25/03 - 23h30
BOATE AUTOMOTIVA MULHERES FREE

26/03 - 13h00
MOTO FEST COM ÁREA PARA WHEELING

RECINTO "SELA DE OURO"

Lavanderia Ouroeste

Fornecemos Nota Fiscal

Ótimos preços mensais para famílias.

Lavamos sua roupa individual.

Buscamos e Entregamos a Domicílio

Lavamos e passamos qualquer tipo de roupa

Rua Antonio Raposo, 1229 Centro - Ouroeste - SP (a 70 m do Superm. Sakashita)

Para te ajudar no dia a dia de sua casa, sua empresa e também para viajantes.

Fone: Vivo 99646-9916

A mais de dois anos em atividades e com ótimas referências.

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

KI DELÍCIA
RESTAURANTE

Fone: (17) 3843-2209

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

social



Aqui é rock! O baixista e estudante **Augustus Gasques** faz a festa para a galera hoje, comemorando nova idade com som nas alturas.



Claudemar Junio Ribeiro também comemorou data especialíssima na sexta-feira, sendo homenageado por familiares e amigos, em especial por Andrisa Ribeiro.



Muito trabalho e projetos, no click de **Gleice Castrequinha** e **Jeder Cássio**.



Brindando nova idade hoje, eis **Patrícia Gonçalves Mendes**, junto a Paula Oliveira e Maria Clara Aguiar, recebendo homenagens de amigas e familiares.



Em grande estilo, **Fátima Regina Silva** comemora mais uma primavera, recebendo homenagens. Na foto com Amanda Santos e Odair Santos.



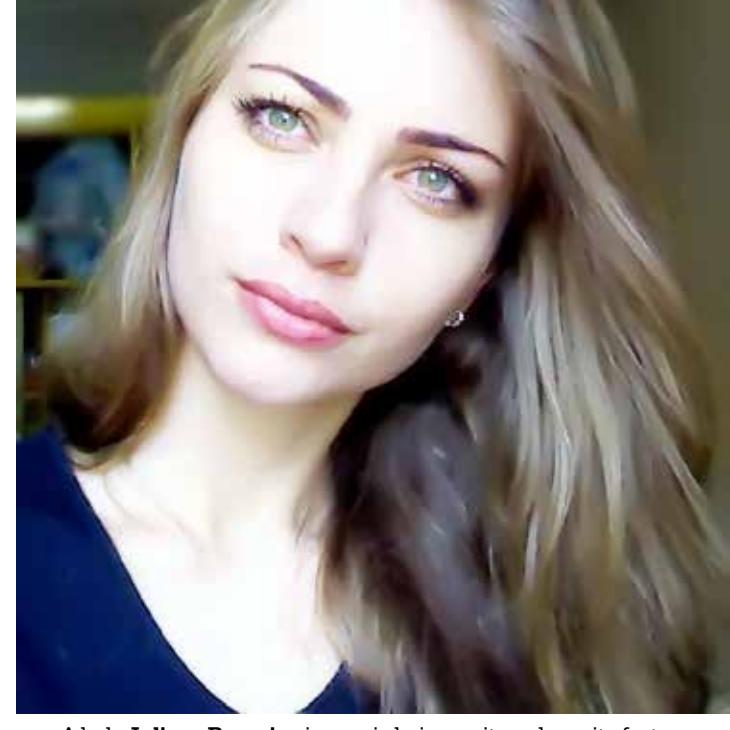
Aos nossos pais **Edinél José Gregório** e **Lourdes Borsetti Gregório**, que completaram 54 anos de casados no último dia 18, compartilhamos aqui a alegria e a honra de sermos vossos filhos, de poder receber essa luz que vem de vocês e este exemplo de união que poucos casais tiveram a oportunidade e força para conquistar. Amamos vocês! Seus filhos: Silvio, Silvana, Sérgio e família.



A equipe do "Cibidi Futebol Clube" de Ouroeste estreou na última quinta-feira, dia 18, em mais um amistoso, o novo uniforme patrocinado pela empresa Aromasil. A equipe mantém uma invencibilidade de 58 jogos em amistosos e campeonatos de Minicampo. O time é comandado pelo técnico "Cibidi".



Encontro de belas para homenagear **Andrea Pessuto** que assopra as velinhas na terça-feira, regada de carinhos e cumprimentos. Na foto com Eduarda e Beatriz Pessuto.



A bela **Juliana Roveri** aniversaria hoje em ritmo de muita festa e recebendo inúmeras homenagens da família e amigos.



Completando seu primeiro aninho de vida no dia 7, **João Francisco**, neto do jornalista João Leonel, deste "O Extra.net", comemorou seu aniversário ao lado dos pais Vinícius e Kimberly, familiares e amigos no último final de semana. Muitas felicidades, muitos anos de vida! Parabéns João!



Edivania Garcia comemorou idade nova ontem. O carinho especial ficou por conta de toda a equipe do Cisar, desejando-lhe muitos anos de vida: Carla Batista; Valéria Freitas; Jackeline; Gisele; Daiane; Dirce e Alice

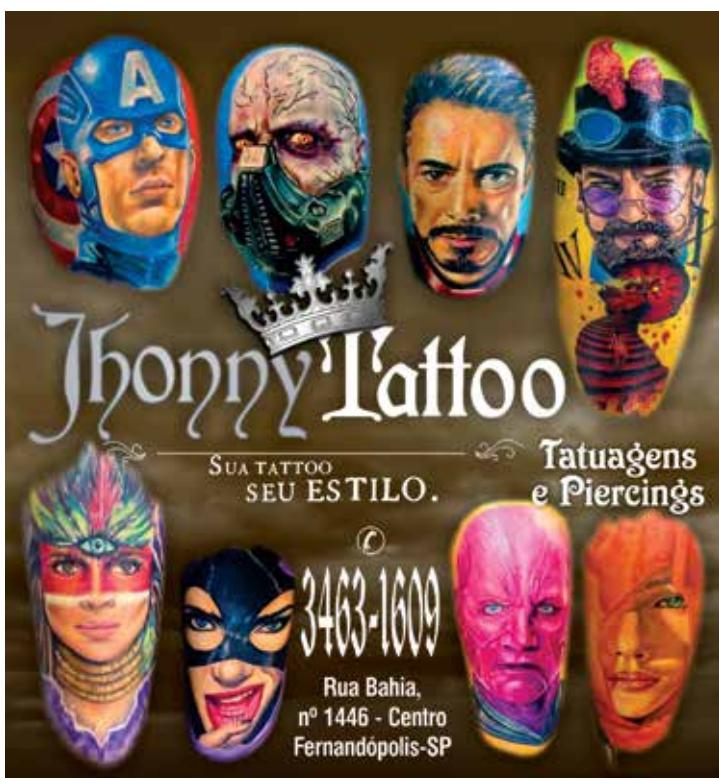




Luis Gustavo Pierobon apaga as velinhas na próxima segunda. O ritmo de festa já começou ao lado da amiga Larissa



Parabéns para o conceituado contador Lázaro Corrêa que aniversariou na quarta-feira. Na foto com Cleidemar Oliveira.



KÖMMERLING



O empresário de Ouroeste Fernando Maticolli (Supermercado Maticolli) também está entre os homenageados da semana pela passagem de seu aniversário. Parabéns!



O que é PVC?

Janelas para toda vida!

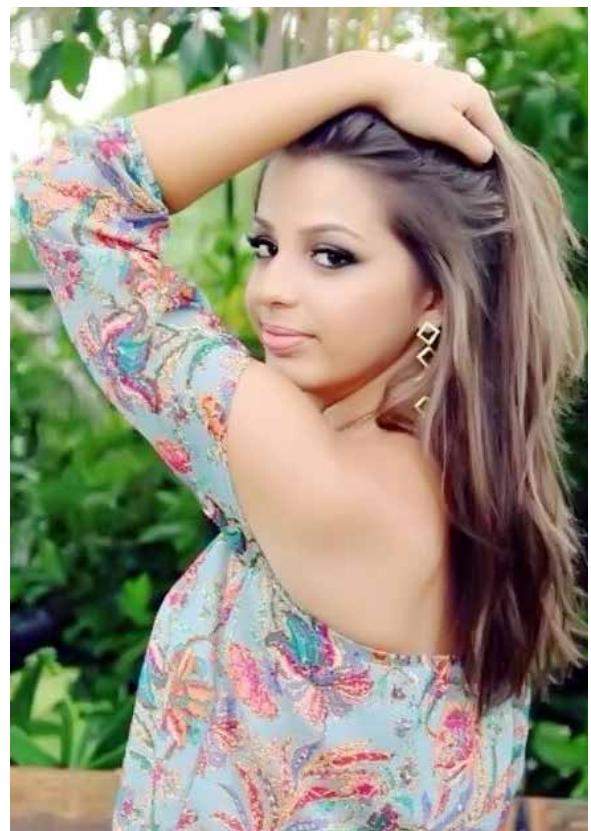
DETALHE BOX

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



Festa e muitos anos de vida para Gabriella Montilha que completa seus 17 anos em ritmo de muita alegria e homenagens.



"Minha princesa Sabrina Carmielo, há 12 anos estávamos nos conhecendo pela primeira vez, não posso dizer que foi amor à primeira vista, pois já te amava desde o dia que descobri que um pequeno anjinho crescia dentro do meu ventre. Quando me lembro daquele 18/02/2004 às 10:44, quando ouvi o seu primeiro chorinho e as lágrimas rolaram em meu rosto, ainda toma conta do meu peito a felicidade quando fecho os olhos e vejo aquele rostinho lindo. Sei que você foi escolhida por Deus pra mudar nossas vidas. Você é o nosso maior tesouro! Te amamos infinitamente. Felicidades! É o que deseja os pais Lana e Ronaldo

Nossa Coluna Social destaca sempre os melhores cliques de eventos e comemorações de Fernandópolis, região e também das redes sociais. E vocês, assinantes de "O Extra.net", podem participar enviando fotos para registrar seu aniversário e também de aniversariantes da família para nosso email [contato@oextra.net](mailto: contato@oextra.net) e fazer parte deste espaço reservado a momentos especiais aqui em nosso caderno "Extra Mais"!

o extra SEU JORNAL DIÁRIO



VAMOS COMEÇAR 2016
COM O CÉREBRO AFIADO!
Tel (17) 3462-8170
Cel (17) 99711-1003



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

Alexandre
[alexandre.asbmanutencao@gmail.com](mailto: alexandre.asbmanutencao@gmail.com)

Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897
Ouroeste - SP



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

celebridades

Seguidor critica foto de **Lucas Lucco** sem camisa e cantor responde: 'O clima tá favorável e as meninas gostam'



Lucas Lucco durante prática de exercício, sem camisa

Com as altíssimas temperaturas do Rio de Janeiro, Lucas Lucco tem aproveitado que está em ótima forma para andar sem camisa por aí. Mas nem todo mundo está gostando. Um seguidor do cantor publicou um comentário reclamando do alto número de fotos mostrando o tanquinho.

"Das últimas 33 postagens, 30 foram sem camisa e três com camisa. Que necessidade é essa de mostrar o corpo desse jeito? Cara, juro que não é crítica, mas sim uma dica. Você é legal mesmo com camisa, você é muito mais que um

corpo bonito, pode acreditar. Só acho", escreveu o rapaz.

E engana-se quem pensa que Lucas Lucco ficou chateado. Muito pelo contrário! O cantor usou o bom humor para responder, e ainda brincou com a letra da música "Tá tranquilo, tá favorável", de MC Bin Laden.

"Bro, no Rio tá calor. O clima tá favorável pra ficar sem camiseta. As meninas gostam. Fica favorável. Daí eu posto. Fica tranquilo e favorável. Já dizia aquela bela poesia: 'Tira a camisa, tira a camisa, tira a camisa... levanta pro alto e começa a rodar'". Adoramos!

"Quando eu ouvia que existiam pessoas capazes de fazer alguém mudar, eu não acre-



Apaixonado, Zezé fala do amor por Graciele

Zezé Di Camargo inaugura novo Instagram com declaração para Graciele: 'Pode cair o mundo que vou sempre te amar'

Depois de muita polêmica e bate boca com seguidores, Zezé Di Camargo voltou a usar uma conta pessoal no Instagram. O sertanejo estava administrando o perfil da dupla que mantém com o irmão, mas resolveu voltar com uma conta só sua e usá-la para compartilhar suas intimidades. E advinha para quem foi o primeiro post? Para a namorada, Graciele Lacerda, é claro.

Apaixonado, Zezé compartilhou uma foto da capixaba e fez para ela uma linda declaração de amor. No texto, ele narra o momento exato em que eles se conheceram e como ele se transformou com o relacionamento.

"Quando eu ouvia que existiam pessoas capazes de fazer

alguém mudar, eu não acre-

ditava. Hoje eu sei: existem, sim!! Eu vivia num mundo de hipocrisia, falsidade e mentiras. Foi quando conheci você. Te fiz algumas perguntas. 'Você trabalha?' Eu, 'claro!' 'Você mora num bairro legal uma casa boa?' E você: 'Não! Numa casa simples que às vezes até tenho vergonha de dizer'. Perguntei: 'Você tem carro?' Você disse: 'não! Ando de ônibus'. Aí comecei a pensar: 'como uma menina linda dessa não usa sua beleza para mudar de vida?'".

O sertanejo contou que

Graciele o ajudou a reviver sua simplicidade e fez referências às críticas que ela vem

recebendo desde que ele re-

solviu assumir o namoro, em

2014, dois anos após se sepa-

rar de Zilu.

Sucessor de Safadão, Pedrinho Pegação movimenta R\$ 1 milhão em shows e se diz vaidoso como o ídolo: 'Sempre cheiroso'



Pedrinho Pegação e Wesley Safadão: ele abre ou fecha o show do ídolo

Já existe um sucessor para Wesley Safadão. E ele atende pelo nome de Pedrinho Pegação.

O cantor de 25 anos, natural de Jucurutu, no Rio Grande do Norte, já está na estrada há seis anos e foi abrindo os shows de Safadão que também se tornou conhecido no circuito de forró nordestino. Hoje, Pedro Estevam da Fonseca Neto é sócio de seu mentor e trilha os mesmos caminhos que fizeram Wesley estourar no país inteiro. "Ele é uma inspiração, um parceiro e amigo que me dá muitos conselhos e dicas", elogia ele, que já acumula na agenda cerca de 20 shows por mês.

Em média, o garotão cobra R\$ 50 mil por show. "Quando é bilheteria, isso pode dobrar ou mais", conta, orgulhoso. Faça as contas: no barato, Pedrinho Pegação e sua banda movimentam R\$ 1 milhão

por mês: "Não posso reclamar. A vida está boa, mas eu queremos mais".

O moço quer tocar no Planeta Atlântida, festival que acontece no Sul do país, e cantar ao lado de Roberto Carlos, um ídolo da infância. "Cresci ouvindo forró e sertanejo, mas também tinha minha pegada romântica com o Rei e Fábio Jr", enumera ele, que antes de se tornar cantor trabalhava na loja de materiais de construção de um tio.

Romântico, Pedrinho jura que a pegação (que nasceu na banda Forró da Pegação, da qual foi vocalista) é só uma boa alcunha artística. O moço namora há três anos a bailarina Laryssa Soares e, assim como Safadão, é vaidoso. Inclusive com os cabelos: "Gosto de estar sempre arrumado, com os cabelos penteados e principalmente cheiroso".

horóscopo



ÁRIES

De forma objetiva e sensível ao mesmo tempo, você encara os desafios, neste momento em que Mercúrio entra em sua área familiar e Vênus em sua área material. Bom momento para tomar decisões e investir no bem-estar!



GÊMEOS

Você fica mais recolhida e volta às atenções para questões complexas da vida, pois Mercúrio e Vênus adentram suas áreas material e de crise, respectivamente. Seja positiva e objetiva ao lidar com a instabilidade emocional!



LEÃO

você mostra garra no ambiente de trabalho, pois seu poder empreendedor é aguçado pela entrada de Mercúrio em sua área de crise e de Vênus, na área profissional. Você oscila entre prejuízos e lucros, dependendo do que souber valorizar mais!



LIBRA

A harmonia interior que Mercúrio e Vênus lhe trazem ao entrarem respectivamente em suas décima e oitava casas beneficia seus projetos de trabalho. Transborde sua segurança para os outros, laços de confiança devem ser criados!



SAGITÁRIO

Você fica mais comprometida com o gerenciamento da vida prática e material, diante da entrada de Mercúrio e de Vênus em suas oitava e sexta casas. Tome iniciativas que lhe trarão bons resultados. Trabalhe com afinco!



AQUÁRIO

Um clima de sinergia toma conta das relações próximas, com a entrada de Mercúrio em sua sexta casa e de Vênus em sua quarta casa. Articule interesses em comum e invista no bem estar familiar. Harmonize a convivência profissional!



TOURO

Sua beleza se ressalta, tanto interna quanto externamente, pois Mercúrio entra em sua área de comunicação e Vênus, em seu signo. Com requinte e sensibilidade você busca qualidade de vida, beneficiando-se em todas as áreas!



CÂNCER

Mercúrio adentra seu signo enquanto Vênus entra em sua área de amizades, e ambos estimulam você a juntar-se às pessoas queridas. Valorize as relações e os grupos, mostrando seu carinho às pessoas que gostam de você!



VIRGEM

As amizades pautadas na sinergia ideológica têm seu potencial exaltado, neste momento em que Mercúrio e Vênus entram em suas áreas de amizades e espiritual. Busque melhorias de qualidade de vida através de ações conjuntas!



ESCORPIÃO

Mercúrio entra em sua nona casa e Vênus, em sua sétima casa, aprofundando as relações pessoais. As boas trocas, sejam afetivas ou intelectuais, estão garantidas, e a redescoberta pessoal e dos outros estimula o bom convívio!



CAPRICÓRNIO

Os prazeres se intensificam, assim como sua resiliência para diferentes pessoas e situações, neste dia em que Mercúrio e Vênus entram em suas sétima e quinta casas, respectivamente. Seu carisma lhe coloca em destaque!



PEIXES

Sua comunicação é impulsionada pela entrada de Mercúrio e Vênus em suas quinta e terceira casas. Sua maior sintonia com o trabalho e os estudos lhe estimulam. As trocas de ideias e a criação de parcerias são também favorecidas!

OUROCAR

Auto Mecânica

Serviço de Suspensão - Freio - Escapamento
Troca de Óleo - Injeção Eletrônica

Direção: Francis (17) 99706-5516 / 99731-5516

Villa Lanches

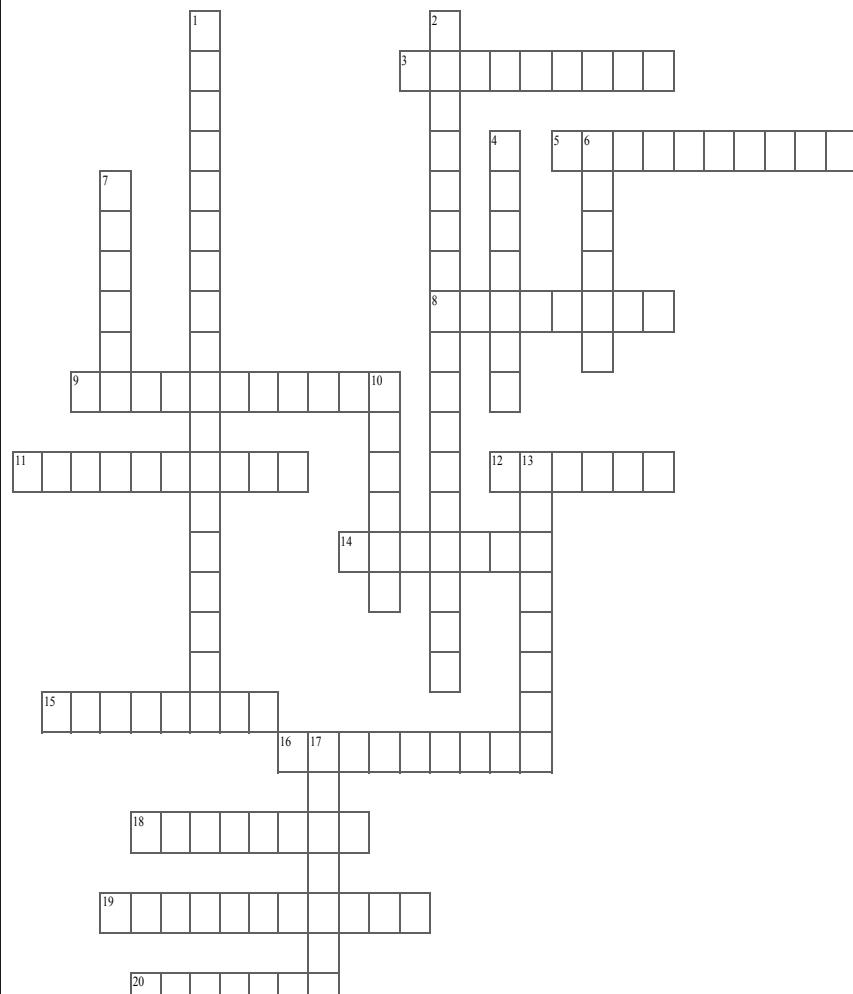
LANCHES, PORÇÕES E CALDO

LIGUE E FAÇA SEU PEDIDO
9706.3479 - 8180.6290

Direção: ADEMILSON

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

Palavras Cruzadas



Horizontais

- Luta armada realizada por grupos minoritários e de forma clandestina.
- Aparelho destinado a jogos de azar, e que funciona introduzindo-se-lhe uma moeda, podendo ou não proporcionar um prêmio a quem a introduziu.
- Sentado em banco.
- Homem que, no Brasil Colonial, fazia parte de uma bandeira.
- Que é contrário ao progresso.
- Varanda saliente com balaustrada, em comunicação com o interior do prédio.
- Movimento alemão que teve como líder Adolf Hitler.
- Raiz filamentosa ou radícula das plantas.
- Que, ou aquele que badala.
- Fugir desordenadamente.
- Sistema de governo em que o gover-

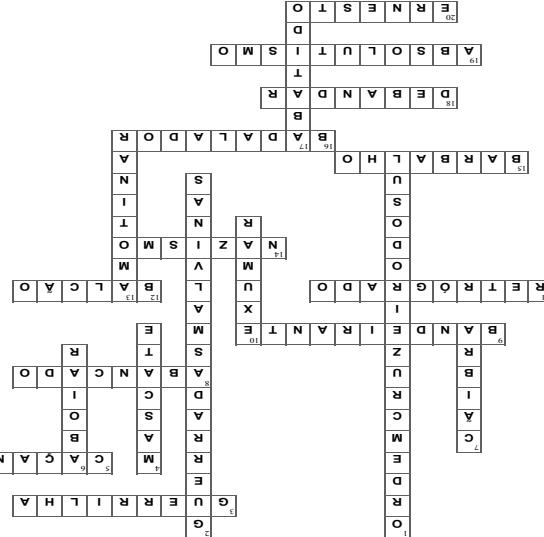
nante se investe de poderes absolutos chegando à tirania.

- Primeiro nome de Che Guevara, um dos líderes da revolução cubana.

Horizontais

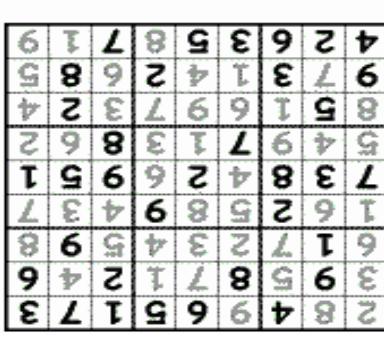
- Maior condecoração concedida pelo governo brasileiro a qualquer cidadão.
- Guerra entre a Argentina e o Reino Unido entre abril e junho de 1982.
- Vendedor ambulante de objetos.
- Chamar o gado com sons a que esteja afeito, para facilitar-lhe a marcha.
- Contração involuntária e dolorosa de um músculo ou grupo de músculos.
- Tirar da sepultura.
- Levantar em motim, revoltar.
- Que se abateu; cansado, fatigado.

Respostas



Sudoku

	4		6	5	1	7	3
9	8			2		6	
1					9		
	2			9			
7	3	8		2	9	5	1
			7		8		
5					2		2
9	3			2		8	
4	2	6	3	5	7		



HORTA
SIRMÃOS

Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972

Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

SUPERMERCADO
SIRMÃOS

Fones (17) 9748-7209 / 9754-8972

Rua Francisco Chaves, 1260 - Centro - Ouroeste - SP

Resumo de Novelas

ÊTA MUNDO BOM

Sábado, 18h00

Candinho garante a Filomena que pagará sua dívida com o advogado. Zé dos Porcos sugere que Eponina impeça o casamento de Mafalda e Romeu. Eponina rasga o vestido de Mafalda e afirma que está protegendo a sobrinha. Romeu parte para São Paulo sem Mafalda. Com o dinheiro de Candinho, Filomena consegue libertar Ernesto da prisão. Candinho resgata Policarpo da pensão de Camélia. Jack revela a Anastácia que encontrou o medalhão de seu filho.

TOTALMENTE DEMAIS

Sábado, 19h15

Germano elogia a apresentação de Fabinho e diz que está orgulhoso do filho. Cassandra tenta chantagear Rafael para tirar proveito do concurso, mas ele não se abala com suas ameaças. Eliza ouve Leila contar a Jamaica que beijou Jonatas. Cassandra revela a Germano que Lili e Rafael estão tendo um caso. Rafael confessa a Germano que está apaixonado por Lili.

A REGRA DO JOGO

Segunda, 21h00

Zé Maria combina sua operação com Carlão e Kiki se desespera por causa de Aninha. Nelita pede abrigo a Nono e Conceição. Atena se irrita com a insistência de Romero em se aproximar de Tóia. Romero se hospeda no mesmo hotel que Tóia e Juliano. Vavá e Úrsula procuram Duda, mas a moça afirma que deseja criar seus filhos sozinha. César questiona Domingas sobre seus sentimentos por ele. Mel provoca Merlô e Nenenzinho flagra os dois muito próximos um do outro. Nelita pede que Cesário e Luana mantenham segredo sobre seu paradeiro. Gibson arma uma emboscada para Zé Maria. Romero surpreende Tóia.

JOSÉ, DO EGITO

Segunda-feira, 22h15

Após três dias, Thot e Nekau são levados até a presença do Faraó. O padeiro se desespera. Quando sai da cadeia, a dupla passa por José. O hebreu pede a Nekau para não esquecer quando falar com o soberano do Egito. Simeon se aproxima do poço em que José foi jogado. Abalado, ele encontra o colar de seu irmão, que havia caído na ocasião. Levi chega e estranha, mas Simeon não dá o braço a torcer. Em trapos, Azenate chega ao aniversário do Faraó. Apoiada nas leis de sua sociedade, ela pede um julgamento para ter a chance de se defender. O soberano do Egito decide dar a Azenate a oportunidade de se defender. O marido de Diná afirma que ficará no acampamento de Jacó caso ela não queira retornar para sua terra.

MALHAÇÃO

Segunda-feira, 17h30

Uodson confessa a Jéssica que ama Alina. Lívia provoca Miguel e Beto ameaça o embate. Tito revela a Ilza que se mudará para o hostel a fim de descobrir mais sobre os integrantes da banda de Pedro. Lívia descobre que o Dom Fernão será derrubado para dar lugar a uma obra conduzida pela empresa de Miguel. Cleiton avisa a Glauco e Krica que não disputará mais a atenção da menina. Samuel comunica a Sueli que o Dom Fernão será fechado. Bia e Luciana tentam conversar com Márcia e Luís, pais de Camila, sobre o namoro dela e Henrique. Luciana e Rodrigo se desentendem por conta da participação de Miguel no fechamento do colégio Dom Fernão.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Segunda-feira, 20h30

Na empresa On-enterprise, Otávio e Rebeca chegam para a comemoração. Otávio discursa para os funcionários. Safira diz para Tomas que quer se divertir e nem ele irá lhe impedir. No corredor, "Manuela e Seus Amigos" ensaiam sem Helena. Isabela fica tensa por não saber cantar e por se quer saber a letra da música. Joaquim pede emprego numa frutaria e o dono autoriza. O garoto fica feliz, pois assim conseguirá fazer uma entrega na mansão de Isabela para falar com a menina. No vilarejo, Isabela, que finge ser Manuela, diz que não está preparada para voltar a cantar na banda e pede um tempo. Frederico incentiva Rebeca a ser a primeira a cantar no karaokê.

Humor

SEGREDO DE VIVER MUITO...

O mineirin foi ao médico e, depois de uma série de exames, ouve o diagnóstico:

-Sr. Chico, o senhor está em ótima forma para um homem de 50 anos – diz o doutor.

-Uai! Quem falô pro sinhô que eu tenho 50?

-Está aqui na ficha, está errado? Quantos anos você tem?

-Na semana passada eu fiz 65...

-Nossa! Impressionante! E com quantos anos tinha seu pai faleceu?

-Meu pai tá vivo, só!

-Puxa! Me desculpe! Quantos anos ele tem?

-Oitenta e seis, quase oitenta e sete... e "namora" todo dia!

-86? Faz sexo todo dia!? Realmente impressionante! E seu avô, mor-

reu com que idade?

-Quem foi que disse que o vô morreu? Tão querendo matar minha família inteira, só!?

-Não morreu!? Quantos anos ele tem?

-Ele tá com cento e quatro anos, mas num tá muito bem, só "namora" umas treis vez por semana...

-Que maravilha, parece que sua família descobriu o segredo da longevidade... Mas, e seu bisavô? Morreu de que?

-Uai, tô falando, só, tão querendo matar minha família! Ele tá vivim! Tem 122 e vai casá dinovo semana que vim!

-O senhor deve estar brincando comigo! – fala o médico desconfiado. Para que um velho de 122 vai casar?

-Sabe, dotô, ele não queira casar

não, mas o pai da moça exigiu,... depois que ele engravidou ela.

CONSELHO ERRADO

O dentista estava muito mal-humorado atendendo um cliente:

-O senhor procurou outro dentista antes de vir aqui?

-Não, senhor. Eu fui à farmácia.

-Para o senhor ver como as pessoas são irresponsáveis... E que conselho idiota o farmacêutico lhe deu?

-Ele disse para eu procurar o senhor!

CANAL 10

A 1ª TV de Fernandópolis
www.canaldez.com.br

Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

Antes do casamento



Depois do casamento



Dores afetam 30% das pessoas em todo mundo

Leve, aguda ou crônica, a dor atinge pessoas de qualquer idade ou grupo social. A Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED) estima que cerca de 30% dos brasileiros – ou 60 milhões de pessoas – sofrem com algum tipo de dor crônica. Tratando esse dado para a realidade de Fernandópolis, é possível apontar que 21 mil fernandopolenses têm queixas de dor. O certo é que três em cada quatro pessoas reclamam de alguma dor.

Dor de cabeça, nas costas, nas articulações, dor por todo o corpo. Ela está presente e afeta a rotina das pessoas.

Em 80% dos casos, a dor de cabeça é a principal queixa. Tanta dor acaba atrapalhando a rotina dos brasileiros. Os dados constam de um estudo recentemente divulgado e que aponta ainda que apenas 20% das pessoas que reclamam de cefaleia buscam o tratamento adequado para a forma crônica desse problema. A maioria, 66%, combate o incômodo com analgésicos.

Três em cada dez faltas no

trabalho no país são causadas pela dor crônica, segundo a pesquisa. Além disso, 60% dos entrevistados disseram já ter deixado de participar de alguma atividade social ou profissional por causa do incômodo.

Segundo o estudo, esse público sofre principalmente com dores musculares, nas costas ou de cabeça — e grande parte disso se deve ao uso exagerado de tecnologias. A má posição ou altura dos computadores e notebooks prejudicam a postura ou originam uma pressão em músculos e articulações, principalmente nos ombros, braços, pulsos e dedos, estressando essas regiões.

Em São Paulo a Lemeterapia, técnica desenvolvida há 12 anos, já permitiu a recuperação de mais de sete mil pessoas no Brasil e nos Estados Unidos. Através de um aparelho chamado "dolorímetro", são medidos os níveis de tolerância à dor em 18 pontos de referência no corpo.

Se o paciente sente dores em 11 ou mais pontos, provavelmente sofre com fibromialgia. A partir do diagnóstico, a



Lemeterapia trata da dor em dois estágios: o primeiro consiste na aplicação de aparelhos que diminuem a sensibilidade nos locais que precisam ser manipulados. Em seguida, a manipulação corporal vai, aos poucos, devolvendo a qualidade de vida aos pacientes.

O método consegue êxito em 95% dos casos e possibilita a volta do paciente às atividades normais em até cinco

meses, dispensando gradualmente o uso de medicamentos antiinflamatórios e antidepressivos normalmente utilizados.

A Lemeterapia é também indicada para o tratamento de dores ciáticas, tendinites, bursites e dores comuns das costas ou coluna, mesmo quando estes casos são muito crônicos e se estendem por várias décadas.

DOR NAS COSTAS AFETA

10% DA POPULAÇÃO

Dores na região lombar são as principais causas de invalidez no mundo — e culpadas por um terço de todos os casos de incapacidade ligada ao trabalho. Essas conclusões fazem parte de dois novos estudos australianos que avaliou causas e prevalências de doenças e mortes em 187 países ao longo de vinte anos.

De acordo com um dos trabalhos, feito na Faculdade de Saúde Pública da Universidade Monash, quase uma em cada dez pessoas (9,4%) no mundo sofre de dores na região lombar. Isso significa que, em 2010, 83 milhões de indivíduos tinham o problema — em 1990, eram 58,2 milhões.

Causas — Essa pesquisa analisou as principais causas de invalidez e levou em consideração fatores como prevalência, duração e risco de morte associados a cada uma. Ao todo, foram analisadas 291 condições, como tabagismo, hipertensão, poluição, derrame cerebral e diabetes. Os autores concluíram que

as dores nas costas são as mais associadas à invalidez.

Segundo os pesquisadores, o impacto negativo do problema sobre a qualidade de vida das pessoas aumenta com o avanço da idade, o que é preocupante, uma vez que a população mundial está envelhecendo.

O segundo estudo descobriu que um em cada três casos de invalidez no trabalho (o equivalente a 22 milhões) é provocado pela dor na região lombar, e que os profissionais mais prejudicados são aqueles que trabalham no setor agrícola.

A pesquisa, feita na Universidade de Sydney, também concluiu que profissões que envolvem levantamento de peso e posições incômodas elevam o risco de lombalgia, e, consequentemente, de invalidez.

O trabalho ainda revelou que a incapacidade de trabalhar provocada por dores nas costas afeta mais homens do que mulheres (13,5 milhões de homens ante 8,5 milhões de mulheres em 2010) e ocorrem principalmente em pessoas de 35 a 65 anos.



Dra. Lucilene S. Onibeni Betiol
PEDIATRA | CRM 147.378

17 3462 6858
lucilenebetiol.com.br
pediatria@lucilenebetiol.com.br

Rua Cerqueira César, 321 - Jardim Santa Helena - Fernandópolis/SP



Dra Ane Beatriz M. Niwa Massaki
CRM 108212, RQE 32159,
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



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

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



**FAÇA UMA ESCOLHA
QUE COMBINE COM VOCÊ**
**GRADUAÇÃO
A DISTÂNCIA**

• Conteúdo e diploma iguais aos dos cursos presenciais.
• Cursos reconhecidos pelo MEC.

VESTIBULAR 2016
WWW.ESTACIO.BR
0800 880 6767

POLO FERNANDÓPOLIS
RUA PRIMO ANGELUCCI, 330

Estácio | UNISEB
A Unisel faz parte do grupo Estácio

[1]Cursos a distância ministrados e certificados pela Universidade Estácio de Sá ou pelo Centro Universitário Unisel, de acordo com o polo escolhido.

**BO POSTO
BOA VISTA**

FONES: 3462-8330 3463-3090
Avenida Angelo Del Grossi, 57 - Boa Vista - Fernandópolis-SP



**CURSO PARA HABILITAÇÃO
DE CORRETORES DE SEGUROS.**

INÍCIO DAS AULAS: 29 de FEVEREIRO de 2016
FERNANDÓPOLIS

A Escola Nacional de Seguros é a única instituição no Brasil que oferece o Curso para Habilitação de Corretores de Seguros. Ao final do programa, o aluno aprovado recebe certificado que permite obter o registro profissional.

Venha para um mercado em plena expansão, torne-se corretor e aproveite as inúmeras possibilidades do Seguro!

ESCOLA NACIONAL de SEGUROS

Mais informações: Unidade Regional São Paulo
Telefone: (11) 5212-2100 - Ramais: 2160 / 2161 / 2162
E-mails: atendimentos@funenseg.org.br
secretarias@funenseg.org.br

www.funenseg.org.br/corretor