

BODYBUILDING

Músculos de aço: investir na sua forma física é investir na vida

→ Breno GUARNIERI

contato@oextra.net

Quando nascemos, nossa genética vai determinar todas as nossas características físicas. Já temos uma programação para altura, cor de pele e tudo mais, no entanto, algumas coisas poderão ser modificadas, independente do que determina nosso DNA. Uma forma de modificarmos nosso corpo é através do bodybuilding. Obviamente, há limites, mas grandes transformações são possíveis, desde que acompanhadas de esforço e determinação. Em Fernandópolis, cresce o número de pessoas que recorrem às academias para definir o corpo. A afirmação é do educador físico Eduardo “Duzão” Saraiva, 29 anos, líder da equipe fernandopolense Team Duzão Saraiva, que participa de várias competições de bodybuilding. Em entrevista à reportagem de “O Extra.net”, o profissional destaca os principais desafios do esporte, tanto mentalmente quanto fisicamente, e os sentimentos que são despertados em seus alunos como a cidadania e o respeito ao próximo.

**O EXTRA: O que é bodybuilding exatamente? Em sua visão, atualmente, quais são os maiores desafios do esporte?**

**DUZÃO:** Bodybuilding é a “construção” de um novo corpo, uma nova forma física, através de muito exercí-

cio e dieta apropriada. Toda mudança externa depende de uma mudança interna, de um comprometimento, que só acontece quando há vontade real. O bodybuilder precisa de muito esforço físico para moldar o corpo. Para isso, os atletas necessitam de uma alimentação equilibrada, rica em nutrientes e repouso para desenvolver o trabalho na academia. Com relação aos desafios, como em qualquer outro esporte, ainda pouco difundido no Brasil, a falta de apoio financeiro é grande.

**O EXTRA: Quais são os pontos positivos?**

**DUZÃO:** Muitos atletas caracterizam o bodybuilding como um “esporte de 24h”, devido à dedicação necessária não só nos treinos, mas também na sua alimentação extremamente regrada e na preocupação com toda a rotina da sua vida em geral. Todos esses fatores acabam trazendo muita disciplina e responsabilidade para os praticantes, o que são ferramentas importantes para alcançarmos qualquer objetivo na vida. Além disso, acredito também que a pessoa que começa a praticar o esporte num nível competitivo adota um estilo de vida oposto ao dos jovens modernos, onde o excesso de consumo de álcool e outras drogas estão presentes.

**O EXTRA: Qual a sua opinião sobre o uso indiscriminado de suplementos alimentares?**

**DUZÃO:** O bodybuilding é

um esporte como outro, tem que ter acompanhamento profissional, tanto de um educador físico como de um nutricionista. Caso contrário, a pessoa que realiza essa atividade corre sérios riscos de saúde. A suplementação alimentar acho válida desde que seja usada de uma forma demasiada. A iniciativa tem de ser feita para o objetivo do aluno, favorecendo uma melhora no desempenho, proporcionando uma rápida recuperação muscular. É muito válido para aqueles que têm deficiência na dieta por falta de tempo de seguir uma alimentação regrada. Porém, volto a salientar o uso demasiado. O indiscriminado não apoio.

**O EXTRA: Há crenças no bodybuilding, aquelas que as evidências científicas apontam para uma direção oposta do que se pensa e pratica?**

**DUZÃO:** Sim. Alegam que para competir você deve tomar muitas substâncias ergogênicas. Utilização demasiada, mas pelo contrário, a pessoa vai extrair o máximo de si na dieta regrada e no treino. O praticante do esporte tem de estar preparado para ser diferente de muitos. O bodybuilder é assim, sem essas de ergogênicos, que para competir tem que tomar, você tem que se comprometer a tudo, dieta e treino se não fizer você pode até tomar, porém, seu resultado será insatisfatório.

**O EXTRA: Como funciona a configuração de um trei-**

**namento para competição?**

**DUZÃO:** Como treinador, eu acredito que no bodybuilding vemos inúmeras variações de treinos, de atleta para atleta, e é por isso que eu digo, nem tudo pode ser definido como mais ou menos eficaz. A divisão de treinos vai ter muita variação para cada indivíduo, seguindo sempre os princípios do treinamento e a prioridade do atleta, ou seja, se há um foco maior no desenvolvimento do peitoral, ele vai ter um maior volume diário e semanal de exercícios para o peitoral. Para se trabalhar com bodybuilding é necessária muita sensibilidade por parte do treinador. Na minha visão são necessários dois treinamentos diários. De manhã você realizará um treinamento aeróbico, incluindo esteira, bicicleta e elíptico. À tarde, no segundo treinamento, você realizará o anaeróbico, trabalhar a musculação, procurando corrigir pontos e dar uma maior simetria corporal.

**O EXTRA: Você tem algum conselho para quem está começando no bodybuilding?**

**DUZÃO:** Os adeptos do esporte precisam de muito esforço físico para moldar os corpos. O conselho que tenho para dar é que faça acreditando em você, por mais que tenha adversidades e muitas pessoas pessimistas ao seu lado. Seja você, faça extraindo o máximo de si, porque a sua vitória vem através do seu esforço e comprometimento.



Eduardo é educador físico e líder da Team Duzão Saraiva



Eduardo juntamente com os seus alunos Matheus Foreman e Bruce Coliman, que recentemente conquistou o 4º lugar na categoria Máster no 6º Campeonato Estreantes Paulista 2016 de bodybuilding

X

RESIDENCIAL  
CONQUISTA

OBRAS EM ANDAMENTO

Sem comprovação de renda  
ou consulta aos órgãos públicos  
de proteção ao crédito

Entrada super facilitada

Mensais a partir de

R\$ 281,25\*

Plantão no local

REGISTRADO NO C.R.I. DE FERNANDÓPOLIS/SP - Matr. nº 57.027  
Gratuito nº 286/2014. Imagens ilustrativas. \* Reajuste anual.

LIGUE AGORA E APROVEITE: 17 3475 1117 | 99728 3656 | 99788 0058

Realização e construção:

ACESSE:  
www.oextra.net

Informação com credibilidade

POSTO  
BOA VISTA

FONES: 3462-8330 3463-3090

Avenida Angelo Del Grossi, 57 - Boa Vista - Fernandópolis-SP



# Alta no preço do feijão encarece prato predileto do brasileiro



Doação de alimentos feita pela APAS

Lentilha, ervilha, soja e grão de bico são boas opções para substituir o feijão até que o preço volte a patamares estáveis

Novamente os fatores climáticos estão influenciando o aumento nos pre-

ços do feijão, item indispensável na mesa do brasileiro, que não tem a cultura em substituir a opção por outro grão e, com isso, contribui ainda mais com esse aumento de preços, quando a oferta do produto é menor no mercado. De acordo com o IPS - Índice de Preços dos Supermercados - de janeiro a maio de 2016 o feijão subiu 25,41%. Se considerados os últimos 12 meses (maio/2015 a

maio/2016) a alta nos preços foi de 35,98%.

Conforme explicou o gerente de Economia e Pesquisa da APAS, Rodrigo Mariano, alguns consumidores e até restaurantes estão comprando o feijão preto, que apresentou um percentual de aumento menos agressivo que o tradicional feijão carioca, mais comum em São Paulo.

Para ajudar o consumidor, a



APAS instrui os associados a mostrar alternativas para seus clientes como, por exemplo, evidenciar nas lojas os grãos substitutivos em valor nutricional, como lentilha, grão de bico, ervilha e soja. “Mais uma vez a palavra de ordem é substituir. O consumidor muitas vezes resiste às substituições de determinados produtos e isso contribui para o aumento dos preços, por isso a importân-


cia do papel dos supermercados em mostrar esses produtos nas gôndolas”, afirma Mariano.

Sobre a previsão quanto à queda nas vendas, o executivo enfatizou que a alta do preço está relacionada a fatores climáticos que prejudicaram a produção desse grão. Em algumas regiões por excesso de chuva e em outras pela estiagem. “O reflexo desse

panorama deve perdurar por algum tempo ainda e, para o preço baixar, a oferta do produto precisa ser normalizada.

**Sobre a APAS –** A Associação Paulista de Supermercados representa o setor supermercadista no Estado de São Paulo e busca integrar toda a cadeia de abastecimento. A entidade tem 1.340 associados, que somam mais de 3.036 lojas.

publicações



**MUNICÍPIO DE VALENTIM GENTIL**  
ESTADO DE SÃO PAULO

RELATORIO FINAL DO PREGÃO PRESENCIAL N.º 19/2016

Atendendo à solicitação da Secretaria de Saúde, e após autorização da Exm<sup>a</sup> Sr. Prefeita Municipal, foi iniciado procedimento licitatório sob a modalidade Pregão Presencial n.º 19/2016, para contratação de empresa especializada em serviços de equoterapia e hidroterapia, para atender os pacientes da Secretaria Municipal de Saúde, decorrentes de ação judicial, de acordo com as condições e especificações contidas no Termo de Referência.

O edital de convocação foi submetido à apreciação da Assessoria Jurídica, publicado no Diário Oficial do Município de 05 de Julho de 2.016, Jornal o extra de 05 de Julho de 2.016, disponibilizado na página eletrônica da Prefeitura do Município de Valentim Gentil.

A sessão de abertura das propostas de preços iniciou na data marcada previamente no edital de convocação do certame, tendo participado as seguintes empresas:

- Clínica de Fisioterapia Por do Sol Ltda - ME
- Noveli & Vicentini Academia Ltda - ME
- Visoná & Oliveira Academia de Atividade Física Ltda - ME

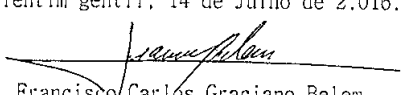
Após a rodada de lances foi considerado o menor preço para o lote 01 o valor ofertado pela empresa Clínica de Fisioterapia Por do Sol Ltda - ME, e para o lote 02 o valor ofertado pela empresa Noveli & Vicentini Academia Ltda - ME.

Efetuada o encerramento da sessão este pregoeiro melhor analisando a documentação apresentada pelas empresas classificadas, constatou que a empresa Noveli & Vicentini Academia Ltda - ME, está infringindo o art. 9º, inciso III, da Lei nº 8666 de 21 de Junho de 1993, onde sua redação é a seguinte: “Não poderá participar, direta ou indiretamente, da licitação ou da execução de obra ou serviço e do fornecimento de bens a eles necessários; III - Servidor ou dirigente de órgão ou entidade contratante ou responsável pela licitação” ;, pois consta em seu contrato social que Cleuzeli Cristina Vicentini é sócia da citada empresa, e a mesma é servidora pública municipal, exercendo a função de Professora de Educação Física, portando estando proibida de contratação com esta Municipalidade.

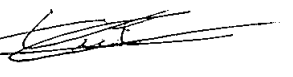
Assim, em respeito as disposições da Lei nº 8666/93, fica desclassificada a empresa Noveli & Vicentini Academia Ltda - ME, e consequentemente convoca-se a segunda classificada, a empresa Visoná & Oliveira Academia de atividade Física Ltda - ME.

Publique-se e comunique-se os interessados.

Valentim gentil, 14 de Julho de 2.016.



Francisco Carlos Graciano Belem  
Pregoeiro

CIENTE: 

Noveli & Vicentini Academia Ltda - ME  
Cleuzeli Cristina Vicentini

Praça Jacilândia nº 4-33, Bairro Centro  
Fone: (17) 3485-9400  
Valentim Gentil/SP - CEP 15520-000

www.valentimgentil.sp.gov.br - pmv@valentimgentil.sp.gov.br

MUNICÍPIO DE VALENTIM GENTIL  
PODER EXECUTIVO  
CNPJ: 46.599.833/0001-11

Uma publicação: sábado, dia 16 de Julho de 2016.  
O EXTRA.NET - Edição Nº 2.842.

ACESSE:  
www.oextra.net





Informação com  
credibilidade

A primeira escola ninguém esquece...

EDUCAÇÃO INFANTIL



artigo

# Doutrina Social da igreja para principiantes

• Por DOM REGINALDO **ANDRIETTA**  
Bispo Diocesano de Jales



Membros da Igreja Católica e pessoas que a observam de perto ou à distância já se acostumaram com suas temáticas sociais. Muitos, no entanto, desconhecem o que é sua Doutrina Social. Esboço algumas ideias para principiantes. A Doutrina Social da Igreja é o conjunto de escritos e mensagens, cartas, encíclicas, exortações, pronunciamentos e declarações que compõem o pensamento do magistério católico a respeito da chamada “questão social”. A Igreja, desde suas origens, sempre esteve confrontada a essa questão. No entanto, sua doutrina se convencionou como social somente a partir da Encíclica Rerum Novarum (Coisas Novas), do Papa Leão XIII, em 1891. Isto não quer dizer que os problemas sociais estivessem ausentes de seus posicionamentos anteriores. Aliás, a Doutrina Social da Igreja tem como fonte as Sagradas Escrituras. Referências à situação dos pobres, sob a ótica da libertação e da justiça social no Antigo e Novo Testamentos, bem como nos primeiros séculos do cristianismo e em toda a tradição católica, são abundantes.

Com essa Encíclica, pela primeira vez um documento do magistério católico dedicou-se integralmente à chamada “questão social”, com uma particularidade importante: no decorrer do texto, o Papa aborda a “condição dos operários”. Por que a Igreja passou a se preocupar com a questão social, sob a ótica da condição dos trabalhadores? No final do século XIX, o capitalismo avançou rapidamente. As Revoluções Industriais representaram não apenas uma mudança tecnológica, mas uma nova forma do capital e do trabalho se relacionarem, numa época caracterizada pela ascensão da burguesia ao poder, sobretudo na Europa e nos Estados Unidos. Paralelamente ao desenvolvimento industrial, formou-se a classe operária e houve crescimento caótico das cidades. As condições de trabalho e de vida das massas urbanas se tornaram marcadas por grande exploração e miséria. Foi nesse contexto que a Igreja Católica manifestou, por meio da Encíclica de Leão XIII, suas “preocupações sociais”. O Papa propôs, por um lado que os pobres fossem tratados com mais dignida-

de e que os ricos fossem mais justos; por outro lado, defendeu o direito à propriedade privada, acenando para sua função social. Desde então, duas questões de fundo, entrelaçadas, começaram a se manifestar: a relação entre capital e trabalho, e a relação entre bem particular e bem comum. Essas e inúmeras outras questões sociais passaram a ser permanentemente tratadas pela Igreja, culminando em admiráveis posicionamentos de Papas e de Conferências Episcopais, sobre problemas sociais específicos de cada país e continente. A Igreja no Brasil, em particular, tem uma história muito densa de análise e atuação em questões sociais. Embora essa Doutrina Social seja entendida como um conjunto de princípios, está intimamente ligada à práxis evangelizadora da Igreja, especialmente em contextos de pobreza, desde onde inúmeras comunidades e pastorais têm cumprido um importante papel sócio transformador. Busquemos conhecê-la e reconheçamos o seu valor!

Jales, 12 de julho de 2016.

publicações



**PREFEITURA MUNICIPAL DE MACEDONIA**  
ESTADO DE SÃO PAULO  
CNPJ 45.115.912/0001-47  
Praça José Princi, 449 – Cep. 15.620-000 – Fone/Fax (17) 3849-1162 – MACEDÔNIA-SP  
e-mail: pmmacedonia@macedonia.sp.gov.br

AVISO DE ADITAMENTO

Tomada de Preços 007/2014 (Proc. nº 051/2014). OBJ: CONSTRUÇÃO DA PRAÇA JOÃO COLTRO DESTA MUNICIPALIDADE - CF. CONVÊNIO COM A SECRETARIA DE HABITAÇÃO DO ESTADO E ESPECIFICAÇÕES NO ANEXO I. Foi autorizado aditivo de prazo, nas mesmas condições por mais 60 (sessenta) dias, com a empresa GRF CONSTRUÇÕES LTDA - EPP, CNPJ (MF) Nº 09.640.018/0001-22, referente ao contrato 055/2014 para Construção da Praça João Coltro nesta Municipalidade. NADA MAIS. Macedônia, 30/06/2016. Lucilene Cabreira Garcia Marsola - Prefeita Municipal.

**Uma publicação: sábado, dia 16 de Julho de 2016.**  
**O EXTRA.NET - Edição Nº 2.842.**

VENDE-SE FAZER 2011

VENDE-SE Yamaha Fazer 250cc, 2011, Preta, Documentação OK. Tratar pelo fone: (17) 99715-4897.

ALUGA-SE

APARTAMENTO no Guarujá, na praia da Enseada a 120 metros da praia, com 3 quartos, sala, cozinha, garagem para dois carros. Interessados entrar em contato pelos telefones (17) 99758-2188 / 99794-0509.

TRABALHE EM CASA

Seja um empreendedor. Negócio próprio com rendimentos de R\$ 800,00 a R\$ 1.500,00. Informações (17) 99159-5991 (Zap).

DISTRIBUIDORA BESTETI  
NOVO ENDEREÇO

A Distribuidora Besteti comunica aos clientes e amigos que está atendendo em novo endereço: Rua Sergipe, nº 559 - Centro - Fernandópolis - SP. Entre as Av. Francisco Costa (3) e a Av. dos Arnaldos (4). Fone: 17 - 3463-4696.

**Av. Afonso Cáfar, 2059 - Fernandópolis - SP - (17) 3442-6956**

**Relação de imóveis**

**Casa localizada no bairro Antônio Brandini, 3 quartos, sala, cozinha, 2 banheiro, sendo 1 suíte, Garagem para 3 carros cobertos – Laje - 153m2 – Terreno 11x23 metros - R\$ 150.000,00**

**COD. 144 - Casa localizada no bairro Santo Afonso, 3 quartos, sala, cozinha planejada, 3 banheiros, sendo 1 suíte - 200m2 - R\$ 330.000,00**

Codigo	Bairro	Valor	Quartos	Suíte	Banh.	V. Garag.	Area total	Area Constr
139	Liana	R\$ 170.000,00	3	2	2	2	156	120m <sup>2</sup>
172	Universitario	R\$ 120.000,00	2	0	1	2	250	70
181	Canaã	R\$ 320.000,00	2	1	3	2	12x25	201m <sup>2</sup>
197	Ubirajara	R\$ 220.000,00	3	1	1	3	161,4	116,57m <sup>2</sup>
224	Santa Filomena	R\$ 430.000,00	3	2	4	2	253	230m <sup>2</sup>
231	Centro	R\$ 315.000,00	3	2	4	5	571	269m <sup>2</sup>
129	Santa Filomena	R\$ 260.000,00	2	1	2	3	253	140m <sup>2</sup>
173	Universitario	R\$ 200.000,00	2	2	3	3	5,5x35	80m <sup>2</sup>
200	Progresso	R\$ 120.000,00	2	0	1	1	308	80
252	Corinto	R\$ 140.000,00	2	0	1	2	160	70
269	Cohab	R\$ 110.000,00	2	0	1	2	163,15	114,4
129	Santa Filomena	R\$ 260.000,00	2	1	2	3	253	140m <sup>2</sup>

**Rua Sergipe, nº 672 – Centro – Fernandópolis/SP tel: (17) 3463 – 3002 – 99628-3132**

**Relação de imóveis**

**IMÓVEIS PARA VENDA**

1 - Casa com sala, 2 quartos sendo 1 suíte, copa, cozinha, lavanderia, 2 banheiros, piscina com banheira de hidromassagem. Residencial Mario Benez – valor R\$ 480.000,00 Aceita troca com apartamento com 2 quartos

2 – Sobrado: Piso inferior: sala, cozinha, copa, 2 suítes, lavanderia, área de serviço, despensa, área gourmet, lavabo e garagem para 2 carros. Piso superior: 2 quartos, banheiro social, terraço e sacada. Residencial Mario Benez R\$ 650.000,00

3 – Residência com sala, copa, 3 quartos (1 suíte), banheiro social, cozinha, área de serviço e garagem para 2 carros. Jardim Jacarandás Valor R\$ 300.000,00

4 – Casa com sala, copa, 3 quartos (1 suíte), banheiro social, cozinha, despensa, área de serviço, área gourmet e garagem para 2 carros. Núcleo da Cesp – valor R\$ 360.000,00

5 – Residência com sala, 2 quartos, banheiro social, cozinha, despensa e área de serviço. Vila Veneto Valor R\$ 280.000,00

6 – Casa com sala, 2 quartos, banheiro social, cozinha e área de serviço. Brasília – Valor R\$ 100.000,00

7 - Residência com sala, 2 quartos, escritório, banheiro social, copa, cozinha, área de serviço e garagem para 1 carro. Jardim Eldorado – Valor R\$ 160.000,00

8 – Casa com 2 salas, copa, 4 quartos sendo 1 suíte, banheiro social, cozinha, despensa, área de serviço, área de lazer com piscina e garagem. Bairro Boa Vista – Valor R\$ 600.000,00

9 – Casa com sala, banheiro social, 2 quartos e cozinha. Jardim Paraíso – valor R\$ 125.000,00

10 – Residência com sala, 3 quartos sendo 1 suíte, banheiro social, cozinha, área de serviço com churrasqueira, lavabo e garagem para 2 carros. Bairro Coester – Valor R\$ 380.000,00 Aceita troca com apartamento com 2 quartos

**IMÓVEIS PARA LOCAÇÃO**

1 – Salão comercial de 220 metros quadrados Marginal Litério-Grecco – Valor R\$ 1.800,00

2 – Salão Comercial ótima localização Centro – Valor R\$ 750,00

3 – Residência com sala, 2 quartos, banheiro social, cozinha, área de serviço e garagem. Parque Universitário – valor R\$ 750,00 + IPTU

4 – Casa com Sala, 2 quartos, banheiro social e cozinha. Parque Universitário – valor R\$ 600,00

5 – Apartamento com sala, 2 quartos, copa, banheiro social, cozinha, área de serviço e garagem. Bairro Água Vermelha – valor R\$ 450,00 + taxa de condomínio + IPTU

6 – Casa com 2 salas, copa, 4 quartos sendo 1 suíte, banheiro social, cozinha, 2 despensa, lavanderia, área de serviço com churrasqueira e garagem para 2 carros. Centro – Valor R\$ 1.700,00

7 – Residência com sala, 2 quartos, banheiro social, cozinha, área de serviço e garagem. Residencial Hilda Helena – Valor R\$ 700,00 + IPTU

8 – Casa com sala, copa, 3 quartos sendo 1 suíte, banheiro social, cozinha, despensa, área de serviço e garagem. Bairro do Estádio – Valor R\$ 1.000,00

9 – Salão Comercial com residência, ótima localização. Jardim Por do Sol - valor R\$ 3.000,00

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

**PEÇA AGORA!**

**MARMORARIA**

**ESPAÇO NOBRE**

**Pias . Lavatórios**  
**Balcões . Soleiras . Peitoril . Túmulos**  
**ORÇAMENTOS SEM COMPROMISSO**

**Aideli**  
**Tel. (17) 99701-8134 / 99747-6725 e 99793-6725**

**Diego**  
**Rua Paraguai, 1598 - Residencial Esmeralda - Ao lado do Distrito Industrial 1 - Ouroeste/SP**

 **PREFEITURA MUNICIPAL DE FERNANDÓPOLIS**

**PREFEITURA MUNICIPAL DE FERNANDÓPOLIS**  
**EXTRATO DE CONTRATO Nº 332/2016**

CONTRATANTE: Prefeitura Municipal de Fernandópolis.  
CONTRATADA: Imprensa Oficial do Estado S/A - IMESP  
VALOR: R\$ 51.073,26 ASSINATURA: 08/07/2016

OBJETO: Prestação de serviços de publicidade legal de todos os atos de interesse da CONTRATANTE, pelo sistema “on-line”, nos respectivos cadernos do “Diário Oficial do Estado de São Paulo”..

Fernandópolis, 15 de julho de 2016.

**HUGO JOSÉ ANTUNES**  
**Diretor de Suprimentos**

*Uma publicação: sábado, dia 16 de Julho de 2016.*  
**O EXTRA.NET - Edição Nº 2.842.**

**AUTÓGRAFO DE APROVAÇÃO Nº 047/2016 AO PROJETO DE LEI Nº 044/2016 DO EXECUTIVO APROVADO POR UNANIMIDADE EM SESSÃO LEGISLATIVA EXTRAORDINÁRIA DO DIA 14 DE JULHO DE 2016.**

*“Dispõe sobre autorização para abertura de crédito adicional suplementar e dá outras providências”.*

<b>02. PREFEITURA MUNICIPAL</b>		
<b>02.02. Secretaria Municipal de Administração e Planejamento</b>		
04.122.0045.2005.0000 Manutenção do Departamento de Administração		
Ficha 036: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	57.000,00
09.271.0112.2005.0000 Manutenção do Departamento de Administração		
Ficha 048: 3.1.90.03.00 Pensões do RPPS e do Militar	R\$	14.000,00
<b>02.04. Secretaria Municipal de Agricultura, Pecuária e Meio Ambiente</b>		
20.601.0210.2011.0000 Manutenção do Departamento de Agricultura e Pecuária		
Ficha 072: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	10.000,00
<b>02.08. Secretaria Municipal de Saúde</b>		
10.301.0120.2022.0000 Manutenção da Atenção Básica de Saúde		
Ficha 127: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	20.000,00
Ficha 130: 3.1.90.13.00 Obrigações Patronais	R\$	29.000,00
<b>02.09. Secretaria Municipal de Promoção Social</b>		
08.244.0106.2028.0000 Manutenção do Fundo Municipal de Assistência Social		
Ficha 191: 3.3.90.39.00 Outros Serviços de Terceiros – Pessoa Jurídica	R\$	15.000,00
<b>02.10. Secretaria Municipal de Educação</b>		
12.361.0161.2033.0000 FUNDEB 60 % - Ensino Fundamental – Ciclo I – 1ª a 4ª série		
Ficha 203: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	98.000,00
12.365.0162.2035.0000 FUNDEB 40 % - Manutenção da Pré-Escola Municipal – 4 a 6 anos		
Ficha 223: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	4.000,00
12.361.0150.2037.0000 Manutenção da Secretaria Municipal da Educação		
Ficha 252: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	47.000,00
<b>02.12. Secretaria Municipal de Esporte, Recreação e Lazer</b>		
27.813.0285.2045.0000 Manutenção do Departamento de Esporte, Recreação e Lazer		
Ficha 314: 3.1.90.11.00 Vencimentos e Vantagens Fixas – Pessoal Civil	R\$	63.000,00



# Diversões & Cia

Aluguel para festas

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

99634.9809 VIVO  
99117.3735 CLARO  
99738.4407 VIVO

Pipoca  
Algodão doce  
Doce de leite






**Art. 2º** Ficam ajustadas as alterações necessárias, alterando as Leis de nº 606/2013 (PPA 2014/2017) e nº 766/2015 (LDO/2016) em conformidade com o presente crédito.

**Art. 3º** Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Plenário José Batista Maldonado, 14 de julho de 2016.

**ADRIANO PEREIRA DA SILVA**  
Presidente

**CLODONILSON S. DE MENDONÇA**      **CELSO RODRIGUES DE ALMEIDA**  
1º Secretário                                      2º Secretário

**Uma publicação: sábado, dia 16 de Julho de 2016.**  
**O EXTRA.NET - Edição Nº 2.842.**

Vende-se um Salão Comercial, localizado na Av. dos Bandeirantes, nº 2045 em Ouroeste, de frente a Secretaria de Educação e Cultura em terreno de 264,5 metros quadrados e área construída de 127,5 metros quadrados e dispõe de dois banheiros e uma copa. Os interessados tratar pelo Cel: (17) 99606-8846 –/ Paulo.





# 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](mailto:ricardo@somarseguros.com.br)  
[www.somarseguros.com.br](http://www.somarseguros.com.br)



# OURO DO LIXO E VOCÊ!

## Reciclando Qualidade de Vida

Faça sua seleção de materiais orgânicos e recicláveis, separando PAPÉIS, PAPELÕES, METAIS, VIDROS E PLÁSTICOS e deixe na sua calçada, pois a equipe do caminhão do OURO DO LIXO passará recolhendo. A coleta seletiva é de extrema importância para nossa sociedade.

Junte todo o material reciclável e assim você estará colaborando com o meio ambiente. A equipe do caminhão do OURO DO LIXO e a nossa comunidade agradecem a sua colaboração.

Equipe Ouro do Lixo de Ouroeste

**DISQUE-COLETA: 99646.8694**





### Coleta Seletiva

Transforme seu lixo  
em qualidade de vida..



**Secretaria  
Municipal de Saúde**

**CMMA**

Coordenadoria do  
Meio Ambiente



**Gráfica  
Ouroeste**  
(17) 3843.1511

# CANAL 10

**A 1ª TV de Fernandópolis**

*De segunda a sexta-feira você tem o Jornal Informativo - das 12 às 13 horas com matérias jornalísticas e quadros especiais como: Seus Direitos, Empreendedor, Cozinha do Paladar, Palavra de Fé com reprise das 18 às 19 horas.*

*Aos sábados, das 12 às 13 horas, você tem Lívio Vono e Beto Ilegami recebendo seus convidados no Mesa Redonda, o programa de maior audiência na cidade e região.*

*Você fica por dentro de tudo que acontece na cidade, região, em São Paulo, no Brasil e no mundo em todos os esportes.*

*Mesa Redonda do Canal Dez e Jornal Semanário, e muito mais com futebol, Festa da TV, FEF na TV, Violada Sertaneja, Vídeo Mania, Relembrando o Passado, quadros e entrevistas, sempre com muitas novidades pra você, todos os sábados a partir das 7 horas da manhã. Imperdível!*

**Assista também na internet:**

**[www.canaldez.com.br](http://www.canaldez.com.br)**

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

**oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

**celebridades**  
**Fãs acusam Lucas Lima de barrar entrada de homens no caminho de Sandy: 'Vigia tudo'**

**social**  
**Ex-mulher de Roberto Carlos pede indenização de R\$ 1 milhão por danos morais**

**esportes**  
**Brasil se prepara para receber a Copa Libertadores**

**política**  
**Coronel Elena ministra palestra na sexta-feira com exposição do helicóptero Aguiá**

**curiosidades**  
**Quemimada ilegais atingiram área equivalente a 74 campos de futebol**

**polícia**  
**Polícia Civil realiza reconstituição de assassinato do delegado Guerino**

**esportes**  
**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**política**  
**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**esportes**  
**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**política**  
**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

**celebridades**  
**Musa de Villa Babel, Lena, faz planos: 'Você intensificar a malhação porque Sabrina Sato é deusa'**

**social**  
**Ex-mulher de Roberto Carlos pede indenização de R\$ 1 milhão por danos morais**

**esportes**  
**Brasil se prepara para receber a Copa Libertadores**

**política**  
**Coronel Elena ministra palestra na sexta-feira com exposição do helicóptero Aguiá**

**curiosidades**  
**Quemimada ilegais atingiram área equivalente a 74 campos de futebol**

**polícia**  
**Polícia Civil realiza reconstituição de assassinato do delegado Guerino**

**esportes**  
**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**política**  
**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**esportes**  
**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**política**  
**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

**celebridades**  
**Musa de Villa Babel, Lena, faz planos: 'Você intensificar a malhação porque Sabrina Sato é deusa'**

**social**  
**Ex-mulher de Roberto Carlos pede indenização de R\$ 1 milhão por danos morais**

**esportes**  
**Brasil se prepara para receber a Copa Libertadores**

**política**  
**Coronel Elena ministra palestra na sexta-feira com exposição do helicóptero Aguiá**

**curiosidades**  
**Quemimada ilegais atingiram área equivalente a 74 campos de futebol**

**polícia**  
**Polícia Civil realiza reconstituição de assassinato do delegado Guerino**

**esportes**  
**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**política**  
**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**esportes**  
**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**política**  
**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

**celebridades**  
**Musa de Villa Babel, Lena, faz planos: 'Você intensificar a malhação porque Sabrina Sato é deusa'**

**social**  
**Ex-mulher de Roberto Carlos pede indenização de R\$ 1 milhão por danos morais**

**esportes**  
**Brasil se prepara para receber a Copa Libertadores**

**política**  
**Coronel Elena ministra palestra na sexta-feira com exposição do helicóptero Aguiá**

**curiosidades**  
**Quemimada ilegais atingiram área equivalente a 74 campos de futebol**

**polícia**  
**Polícia Civil realiza reconstituição de assassinato do delegado Guerino**

**esportes**  
**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**política**  
**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**esportes**  
**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**política**  
**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**Motorista que atropelou policial permanece na UTI sob escolta da PM**

**Motoristas fernandopolenses reclamam da falta de preços em postos de combustíveis**

**Família de desaparecido em ilha caribenha volta ao Brasil após exames**

**Quadrilha especializada em furto de gado é presa**

**Tradição, animação e grande público marcam a 16ª Festa Juliana**

**Atos em favor de indígenas, quilombolas e da reforma agrária são legais, defende MPF**

**Programa Direção Segura autua mais 18 motoristas neste final de semana**

**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**Motorista que atropelou policial permanece na UTI sob escolta da PM**

**Motoristas fernandopolenses reclamam da falta de preços em postos de combustíveis**

**Família de desaparecido em ilha caribenha volta ao Brasil após exames**

**Quadrilha especializada em furto de gado é presa**

**Tradição, animação e grande público marcam a 16ª Festa Juliana**

**Atos em favor de indígenas, quilombolas e da reforma agrária são legais, defende MPF**

**Programa Direção Segura autua mais 18 motoristas neste final de semana**

**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**Motorista que atropelou policial permanece na UTI sob escolta da PM**

**Motoristas fernandopolenses reclamam da falta de preços em postos de combustíveis**

**Família de desaparecido em ilha caribenha volta ao Brasil após exames**

**Quadrilha especializada em furto de gado é presa**

**Tradição, animação e grande público marcam a 16ª Festa Juliana**

**Atos em favor de indígenas, quilombolas e da reforma agrária são legais, defende MPF**

**Programa Direção Segura autua mais 18 motoristas neste final de semana**

**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**Obesidade: O Brasil não tem mais**

**Motorista que atropelou policial permanece na UTI sob escolta da PM**

**Motoristas fernandopolenses reclamam da falta de preços em postos de combustíveis**

**Família de desaparecido em ilha caribenha volta ao Brasil após exames**

**Quadrilha especializada em furto de gado é presa**

**Tradição, animação e grande público marcam a 16ª Festa Juliana**

**Atos em favor de indígenas, quilombolas e da reforma agrária são legais, defende MPF**

**Programa Direção Segura autua mais 18 motoristas neste final de semana**

**Carreira 'Fora Dilma - o Final', será dia 31 de julho**

**PM esclarece que Coronel Elena não virá a Fernandópolis**

**Carreira policial: 15.978 vagas previstas em todo o país**

**Obesidade: O Brasil não tem mais**

Terça-feira, 12 de Julho de 2016 Edição 2838

Quarta-feira, 13 de Julho de 2016 Edição 2839

Quinta-feira, 14 de Julho de 2016 Edição 2840

Sexta-feira, 15 de Julho de 2016 Edição 2841

www.oextra.net

Faça sua assinatura 3442-2445

casa & rancho

**SEG Alarm**  
Sistema de Segurança

Sua segurança, nosso compromisso

Alarmes - CFTV (Digital) MONITORAMENTO 24 HS

(17) 3442-1700

Rua Bahia, nº 775 - Centro Fernandópolis - SP

**Toldos Canaã**

(17) 3442-3385 | 99777-7634

e-mail: contato@toldoscanaa.com.br / site: www.toldoscanaa.com.br

Av. Libero de Almeida Silveiras, 3452 - Coester Fernandópolis-SP

**Água Limpa**  
ÁREA LAZER

LOTES À VENDA COM 10% DE ENTRADA + 150 PARCELAS A PARTIR DE R\$ 562,00 OU À VISTA COM 30% DE DESCONTO

PLANTÃO DE VENDAS NO LOCAL AOS SÁBADOS E DOMINGOS

ESTRADA MUNICIPAL DE POPULINA (AO LADO DO PORTO AMARAL - À BEIRA DO RIO GRANDE)

VENDAS TAMBÉM NA...

(17) 3463-2198 / (17) 99714-5830

www.srtimoveis.com.br

**ASSINE oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

PEÇA AGORA!

Ligue (17) 3462-1727 ou 3442-2445

ou envie e-mail para assinatura@oextra.net

**Proteja seu maior patrimônio**

Instale um sistema de segurança monitorado 24 horas

Segurança em boas mãos!

Fone (17) 3442-4455

Av. Afonso Cáfar, 2147 - Higienópolis - Fernandópolis - SP

**ELETRÔNICA GLOBO**

A certeza de estar em boas mãos

4x SEM JUROS NO CARTÃO

Disk Tudo Delivery Serviços

seu direito advogados

**FERNANDIAS SERV-FESTAS**

Fones (17) 3462-4644 3442-4825

Cel. (17) 99629-7435

- Cervejas
- Refrigerantes
- Vinhos
- Bebidas Destiladas
- Carvão
- Gelo
- Mesas
- Cadeiras
- Freezers
- Caixas Térmicas
- Descartáveis em Geral
- Água
- Gás

Tudo para a sua festa!

Avenida Libero de Almeida Silveiras, 3368 Coester - CEP 15600-000 - Fernandópolis-SP

**Gil Gás**  
Agradecemos sua preferência.

**DISK-GÁS**

Fone: 17 3442-1313

Rua Leonildo Alvizi, nº 702 Bairro Água Vermelha - Fernandópolis - SP

**Fabrizio José Cussiol**  
OAB/SP 213.673 Cel: 99131 6016

e-mail: fabriziocussiol7@hotmail.com

Estrela D'Oeste: Rua Brasil, 643 - Sala 1 - Centro - Fone: 17-3833 1789

Fernandópolis: Av. Exp. Brasileiros - Centro - Fone: 17- 3463 2078

**Maurílio Saves**  
ADVOGADO - OAB/SP 73.691

**Patricia Eunice dos Santos**  
ADVOGADA - AOB/SP 324.971

Fone: 17-3442 3403 - 99784 1208

Av. Manoel Marques Rosa, 1075 - Centro - 4 andar - sala 43 email: mauriliosaves@yahoo.com.br

**Supermercado MATICOLLI**

AQUÍ VOCÊ ECONOMIZA E CONCORRE A VALIOSOS PRÊMIOS

Promoção Show de Prêmios. A cada R\$ 20,00 em compras o cliente tem direito a um cupom.

Quanto mais você comprar mais chance de ganhar...

Avenida dos Bandeirantes, 1544 - Fone: (17) 3843.1376 - Fax 3843.1259 - Ouroeste - SP

**[DOE SANGUE] [DOE VIDA]**

Apoio: **oextra**

**ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA**

Dr. Antonio José Pancotti  
Dra. Patricia Broim Pancotti Mauri  
Dra. Márcia Broim Pancotti Vilas Boas

Fone/Fax: (17) 3442 6103 (17) 3463 1628 (17) 3462 2155

e-mail: advpncotti@terra.com.br

Rua Rio de Janeiro, 1837 - Centro - Fernandópolis-SP

**AGORA O CLIENTE AMIGO TEM MAIS UM BENEFÍCIO NO SUPERMERCADO MATICOLLI: O CARTÃO SUPER COMPRAS**

**ESTACIONAMENTO amplo e coberto**