

Nova **Mitsubishi L200**: conforto de um sedã

Picape vem pronta para o trabalho (com força e capacidade de carga), mas tem espaço interno e comodidades de um sedã



L200 Triton Sport: preços partem de R\$ 132 mil

→ DA REDAÇÃO
contato@oextra.net

Concorrente de respeitáveis modelos no mercado nacional, a L200 Triton Sport nova chega às concessionárias ainda neste mês oferecendo um belo pacote que alia os requisitos necessários para o trabalho e o conforto urbano. Fabricada em Catalão-GO, a caçamba da L200 subiu de 780 litros para 1.046 e

vem todas com motor turbodiesel de 2,4 litros, potência de 190 cv e tração temporária nas quatro rodas. A versão de entrada Sport GLS com transmissão manual tem preço de R\$ 132 mil; a intermediária Sport HPE com caixa automática por R\$ 165 mil e a Sport HPE Top, por sua vez, sai a R\$ 175 mil. Comparada à antiga, a nova picape é bem mais longa (5,28 ante 5,115 me-



tros), pouco mais larga (1,815 ante 1,80 m) e alta (1,795 ante 1,78 m). A caçamba ganhou comprimento (1,52 ante 1,32 m) e altura (475 ante 405 mm), mantendo a largura (1,47 m). Internamente oferece os "mimos" de um sedã, inclusive sistema de áudio e navegação com tela tátil.

Land Rover **Discovery** regula bancos através do celular



Modelo foi apresentado nesta semana no Salão de Paris e chega ao Brasil no início de 2017

A Land Rover abusou no lançamento do Discovery que, com a aposentadoria do Defender, passa a ser a opção mais off-road da fábrica. Mas apesar dessa vocação, ele vem com vasta gama de tecnologia embarcada. Rebratar ou levan-

tar bancos agora é feito através do smartphone; câmera 350 graus e controle de velocidade de cruzeiro adaptivo. Externamente a Rover abandonou o visual "quadrado" e as linhas ganharam contornos arredondados. O novo modelo começará a ser comercia-

lizado no próximo ano, inclusive no Brasil. O atual custa inicialmente R\$ 328 mil, com motor 3.0 diesel de 6 cilindros e 256 cavalos de potência. Na Europa e EUA serão oferecidos quatro opções de motorização, inclusive com uma 4 cilindros à diesel.



HONDA CBR 1000:

MAIS POTENTE

A Honda mostrou a nova CBR 1000 Fireblade, com visual repaginado, mais potente (10 cv a mais) e mais leve (15 kg a menos). Ela vem com ABS, modos de pilotagem, controle de tração, quickshifter e downshift assistido. A potência é de 190 cavalos, 12 a menos que a GSX ao lado, sua concorrente.



NOVA GSX-R 1000:

10 MODOS!

A Suzuki causou alvoroço na abertura do Salão de Colônia com a apresentação do novo modelo que traz, como principal novidade, 10 modos de condução. Com motor de 4 cilindros de 998,8 cc e 202 cavalos de potência, a fera tem tecnologia da Moto GP e também terá o modelo naked.

MAGNUM

AUTO POSTO E CONVENIÊNCIA

Bom atendimento, qualidade e preço justo tem nome:

#AutoPostoMagnum

Abasteça seu veículo com combustíveis de qualidade e aproveite para tomar aquele cafezinho em nossa padaria!

PANIFICADORA
PÃO QUENTINHO
ÀS 6H20, 15H20 E 18H20
DOCES E SALGADOS

BEER CAVE
CERVEJAS ESPECIAIS
PARA DEGUSTAR
SUPER GELADAS!

ABASTECIMENTO
GASOLINA DT CLEAN
LIMPA OS MOTORES
PREÇO ESPECIAL

AV. PAULO SARAVALLI, 1116 (ATRÁS DA IGREJA MATRIZ) - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

(17) 3463-1649

Sua empresa saudável, inclusive no sorriso

Conheça nossos planos de saúde e odontológico, exclusivos para sua empresa.

AGENDE UMA VISITA COM UM DE NOSSOS REPRESENTANTES

HB SAÚDE
Sempre ao seu lado.

Avenida Afonso Cafaro, 2161
Higienópolis
Fone 17 3463.1000
www.hbsaude.com.br

ANS - nº 35024-S

INTEGRApropaganda

Problema sério



De tanto a Dona Filó pegar no seu pé, um belo dia o Compadre Geraldo de Melo resolveu marcar uma consulta num médico psiquiatra, lá de Aparecida do Taboado; por sinal, um velho conhecido da família. Se fosse um doutor desconhecido, aí não tinha conversa e ele não ia mesmo, nem com reza braba!

- Seu Dotô - diz ele - tou com um baita pepino: toda vez que tou na cama, acho que tem alguém embaixo. Aí eu vou embaixo da cama e acho que tem alguém em cima. Pra baixo, pra cima, pra cima e prá baixo... ô trem atrapaído, só! A Filó acha que isso é cisma de véio besta. Eutou achando memo, que é eu tou ficando meio doido dos miolo!

- Calma compadre Geraldo, prá tudo tem um jeito nesse mundo. Deixe-me cuidar de você durante dois anos. Venha aqui três vezes por semana, e eu curo este problema... o compadre vai ficar tinindo de bão, vai ficar novinho em folha!

- Pode inté sê, mais me diga aí, quanto é que o dotô vai cobrar do serviço?

- Ah, isso é baratinho, prá um homem como o senhor, padre de rico, isso é menos que uma gota d'água no oceano... como a gente é amigo de longa data, vou cobrar só R\$ 100,00 por atendimento.

- Bom, eu vou matutá no caso e depois a gente combina tudo direitinho...

Daquele dia em diante, Compadre Geraldo tomou chá de sumiço da cidade. Passados uns seis meses, um belo dia ele encontra o doutor, numa vendinha da cidade.

- Compadre Geraldo, quanto tempo, homem de Deus... por causa de que o Compadre não me procurou mais? Por acaso o meu amigo Geraldo sarou daquele probleminha da cama?

- Óiadotô, o senhor me conhece bem e sabe que eu num gosto de embromação. Acontece que eu andei fazendo as contas, e 100 paus cada consulta, três vezes por semana, durante dois anos, ia ficar caro demais da conta... aí eu encontrei Tião Carpinteiro, tomamos umas bagaceiras, contei o caso prá ele, e não é que o danado acabou me curando em troca de uma caixa de cerveja?..

- Ah é, mesmo? E me diga, como é que ele conseguiu uma façanha dessas? Perguntou o doutor.

- Vichê, o Tiãozinho resolveu o problema em meia hora... Foi tudo muito simples dotô, paguei uma caixa de cerveja e ele foi lá em casa, pegou o serrote e cortou os pé da cama...

Fone (17) 3843-2053

• Banho e Tosa • Medicamentos • Vacinas • Rações em Geral

Av. dos Bandeirantes, 1179 - Centro - Ouroeste - SP

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

G.S.M.

AR CONDICIONADO

VENDA - INSTALAÇÕES

MANUTENÇÃO

Direção:

Gustavo

gustavouoro1@hotmail.com

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

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

Histórias do

tempo do Botinão

Claudinei Cabreira



Cientistas de fundo de quintal

Na quarta-feira, dia 12, comemoramos o Dia da Criança, e portanto, lá vamos nós de novo em nossa máquina do tempo, aterrissando no meio das doces manhãs de nossa infância. Como recordar é viver de novo, mergulhar nas melhores lembranças do nosso passado faz um bem danado, não só para exercitar a memória, mas também para nossa alma. Vivemos os anos dourados de cabo a rabo, e isso, convenhamos, foi um privilégio, não é mesmo?

Será que você ainda se lembra das peraltices e das brincadeiras daqueles tempos? Lá pela metade dos anos cinqüenta, por exemplo, não existiam muitos brinquedos como hoje em dia. E o que havia, custava o olho da cara, pelo menos para meus pais e os pais da maioria dos meus amigos. Então, para nos divertir, a gente tinha que colocar a cuca para funcionar, usando a imaginação, a criatividade. Nós inventávamos nossos próprios brinquedos, partindo de coisas muito simples. Com um pedaço de madeira e dois carretéis de linha Corrente, logo fabricávamos um caminhãozinho e lá íamos nós buzinando, nas curvas das estradas da nossa imaginação.

Naqueles tempos, as brincadeiras mais famosas entre a criançada eram o jogo de bolinhas de gude, passa anel, roda pião, cantigas de roda, empinar pipa, brincar de caminhãozinho, rico-trico, gringalha, salva-pega, bola de meia, bola queimada, faroeste, pular corda, esconde-esconde, corrida de saco, corrida equilibrando um ovo na colher, mãe da rua, campeonato de cuspe à distância, empurrar pneu ou um aro qualquer, caçar borboletas e vagalumes, bater bétias, brincar de luta livre, de circo, de índio e mocinho, enfim, passávamos horas e horas, dias e dias, jogando ou brincando na rua, sem um pingão de preocupação e com aquela liberdade única e gostosa de estar com o grupo de amigos, envolvidos em alguma atividade prazerosa.

Na sombra de uma grande árvore qualquer, no quintal da nossa casa ou da mora-



dia de um amigo, sempre que a turminha se reunia, de repente, do nada, logo nascia uma cidade, com suas ruas e avenidas, pontes e túneis. Lembro que prá construir os túneis, a gente pegava uma garrafa vazia, cobria com um monte de terra bem úmida e socava bem. Depois girava a garrafa com cuidado e a retirava com jeito, para não desbarrancar. Pronto, estava feita a ponte, o túnel!

No dia seguinte, no lugar da cidade, surgiam as fazendinhas. Cada menino ou menina tinha a sua. Mas, bom mesmo, era quando a gente encontrava uma cerca de arame farpado cheia de ramas de buchas verdes e bem novas. Ali estava a matéria prima para nossas invenções. As buchas verdes, sempre as menores, com alguns palitos ou gravetos espetados, num passe de mágica viravam vaquinhas, boizinhos e bezerinhos, que eram colocados nos currais construídos com cacos de telhas, tijolos e toquinhos. E quem tinha a maior boiada no curral ou na pastagem da propriedade, era o fazendeiro mais rico da região! Esse era o banco imobiliário da minha infância.

A pobreza material daqueles tempos não era um problema. Ao contrário, servia para estimular e aguçar nossa imaginação, estimular a criatividade nos levando ao improvável, na produção dos nossos próprios brinquedos e brin-

cadeiras. Cada um de nós tinha dentro de si um pouco de "Professor Pardal!" Era gratificante quando a gente terminava de criar algo novo. A criançada se juntava em festa para ver de perto, tinha até comício de inauguração. E então, quando a coisa funcionava aí sim era uma festa de verdade!

No quintal da casa dos meus pais, por exemplo, junto com meus irmãos e alguns amigos, construímos uma base de lançamento de foguetes. Tinha até guindastes de acoplagem e lançamento, Para construir o foguete a gente arranjava um cano de conduíte bem resistente, de uns vinte centímetros e mandava a peça na oficina de torno e solda para fazer o bico da nossa astronave espacial, onde era encaixada a cápsula, deixando um espaço para acomodar o pequeno paraquedas, feito com um lenço bem fino e velho, cuidadosamente dobrado e preso à capsula por fios de barbante cordonê. Naqueles dias nossos pais viviam de cabelos em pé!

Isso faz tanto tempo que não nem me lembro mais da fórmula do combustível, mas a gente colocava pólvora misturada com enxofre em pó, socava bem a parte de baixo do cano do foguete, que funcionava como um tanque. A ignição era feita com dois fios elétricos, que acionados por um interruptor, provocava um pequeno curto circuito e as faís-

cas atingiam o combustível, provocando o lançamento por propulsão. Havia inclusive, a famosa contagem regressiva para o lançamento. Claro que no dia do lançamento a gente convidava a rua inteira. Era um acontecimento!

O foguete às vezes não subia, falhava e dava chabú. Quantas explosões por falhas de logística ou de erros na fórmula do combustível. Mas quando subia, deixando atrás de si aquele rastro de fumaça branca, todo mundo corria para debaixo do telhado da varanda, porque desde pequeno a gente já sabia que tudo que subia, obviamente caía. Bom mesmo era quando tudo dava certo, e quando começava a curva da queda da nossa nave espacial, a cápsula, propositadamente mais leve, sempre ficava para traz do corpo do foguete que descia de uma vez, e aí o paraquedas se abria e ela descia planando suavemente como uma pluma no ar. Foi a partir dessas experiências de cientistas de fundo de quintal, que um dia nossa turminha da Escola "Afonso Cáfaró" conseguiu um honroso terceiro lugar no disputadíssimo campeonato de lançamento de foguetes, na Feira de Ciências do antigo e famoso Instituto de Educação. Impressionante!

Ainda vou contar aqui como a gente fabricava nossos telefones, jangadas e os incríveis carrinhos de rolimãs! Sema-na que vem tem mais. Até lá.

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP

e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

Aluguel para festas

★ Mini Tobogã

★ Cama Elástica

★ Piscina de Bolinha

★ Pula Pula Crocodilo

Pipoca Algodão doce Doces p/ festas

99634.9809 VIVO

99117.3735 CLARO

99738.4407 VIVO

Ouroeste - SP

DISQUE REMÉDIOS

3843.2022

A farmácia do Zagaló

PLANTÃO 9719.7151 Zagaló 9726.7116 Matheus

Avenida dos Bandeirantes nº 1212 - Centro - Ouroeste - SP

Como os pais podem manter a alimentação saudável dos filhos? Aprenda!

Outubro é o mês da criançada e para ver essa turma esbanjando energia e crescendo saudável é preciso abastecer a galerinha da forma correta. Mas algumas dúvidas podem surgir, principalmente quando se trata de pais e mães de primeira viagem.

Para uma alimentação saudável é importante que os pais tornem prazeroso aos filhos o hábito alimentar balanceado. Por isso, devem incluir na dieta o consumo de verduras, legumes, frutas, folhas, cereais, grãos, carboidratos, proteínas, fibras, gorduras e, especialmente, a ingestão de água.

Uma alimentação equilibrada, além de prevenir doenças crônicas futuras, auxilia no bom desenvolvimento da criança. Com uma alimentação saudável desde a infância, a criança cresce e ganha peso de forma saudável. O seu desenvolvimento intelectual também vai ganhar diante de uma alimentação saudável.

BENEFÍCIOS DE UMA ALIMENTAÇÃO INFANTIL SAUDÁVEL

É na primeira infância que o hábito se forma. Sabores, preferências, atitudes alimentares são aprendidos e guardados. Se, logo na primeira infância, a criança for exposta a uma alimentação



diversificada, terá como base as boas escolhas. No entanto, que isso não é garantia de que ao chegar à vida adulta essa pessoa continue fazendo boas escolhas. O hábito alimentar sofre consequências das mudanças do estilo de vida.

PERDA DO HÁBITO SAUDÁVEL

É muito comum que as crianças percam o hábito de uma alimentação saudável em algum momento da vida. Às vezes gostam de determinados alimentos na fase pré-escolar e após chegarem à adolescência não gostam mais ou não possuem o hábito de consumir o alimento. Isso ocorre devido às mudanças hormonais, forma de pre-

paro do alimento ou novo estilo de vida.

ALIMENTAÇÃO NO PERÍODO ESCOLAR

A melhor forma de conciliar a alimentação com o período escolar é mantendo a famosa lancheira. Assim, os pais diminuem o consumo de compras na cantina da escola.

Trocar verdura, legumes ou a comida que está no prato por brinquedos ou mais tempo de TV não é certo. Se não comeu tudo no prato, geralmente é porque já está saciada. Forçar a barra só vai fazer a criança associar o ato de comer a uma imensa sensação de desconforto.

Para ensinar uma criança a comer algo que ela diz não gostar é preciso

ter paciência, ir oferecendo sempre, mudar a forma de preparo, cortes e combinações. Colocar sempre no prato, deixá-la experimentar e explicar o motivo de porque é importante comer aqueles alimentos são exemplos. Levá-la para cozinha para preparar comidas rápidas e fáceis é outro.

Tudo que se ensina ou exige dos filhos em relação à alimentação, deve ser praticado pelos pais. São estes os principais caminhos para que os filhos alcancem um hábito alimentar saudável, juntamente com um estilo de vida saudável, prática de atividades físicas e horas de sono regular.

CRÍSTAL CAR

LAVA JATO

° Troca de Óleo - Carro, Moto, Caminhão, etc...

° Higienização de Ar-Condicionado

(17) 99784-2211

Av.Bandeirantes, 1256

Tudo o que VOCÊ precisa para sua construção.

Av Carlos Barozzi, 982 - Brasilândia

(17) 3465-9399

SOMOS FILIADOS A

INTER PRIME

UMA CONSTRUÇÃO

M.FER

FERRO & AÇO

Telhas Galvanizada Ondulada

Telhas Galvanizada Trapezoidal

Perfil Estrutural 6 mts

Perfil Serralheiro

Corte e Dobra de Chapa até ½ 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

Balaio de Gato

COLUNINHA VIU DE PERTO O SEGUINTE

ENTREVISTA DE EMPREGO:

Pode me dizer qual é o seu nome?

Robercreysson da Silva, o popular Robinho da Dona Dita!

Sr. Robercride, desculpe, Robinho, qual sua escolaridade?

Mano, eu estudei em uma escola do meu bairro!

Ah, tá. Vamos começar com perguntas simples...

Vamos falar sobre conhecimentos gerais, História, Geografia, Ciências:

Senhor Robinho, pode me dizer quem foi Stalin?

Ôpa, esse era um cara que cantava estalando os dedos!

E por acaso o senhor sabe quem foi Lênin?

Aff... Ai arrasou! Esse mulekeera fera... tocava nos Bitous!

Será que o senhor não quis dizer Lennon?

Não, senhor. Esse aí quecê falou fazia dupla com a Lilian!

Vamos mudar de assunto. O que é uma equação?

Aí é filosofia, mano. É a arte de montar no lombo de uma égua!

E por acaso, o senhor sabe o que é equitação?

Claro! É quando a gente paga todas as nossas dívidas!

Tem alguma ideia sobre o que é um quelônio?

Joinha, meubrother. Isso é um tipo de mineral radioativo!

Por acaso, o senhor não quis dizer plutônio?

Não, não... Isso aí é o nome completo do cachorro do Mickey!

Tá bom. Vamos lá. Me diga o que é fotossíntese?

Isso aí é a denominação técnica para um retratinho 3 x 4!

Está bem. E o senhor sabe o que é um símio?

Lógico que sei. Esse é um cara que nasceu na Símia!

Na Símia... tá certo. E qual é a capital da Símia?

Fera, ai você ferrou... nessa tu me pegou, mermão... Não lembro não...

E será que você sabe quem foi Pancho Villa?

Aí carinha, é barbada. Ele era cumpanhero do Dom Caixote!.

Mudando de assunto, para que servem as fibras óticas?

Diz a mãe que isso serve pra a gente movimentar os olhos!

Onde fica o Triângulo das Bermudas?

Arameu, essa qualquer costureira sabe...

Fica entre o cós e o gavião!

Sabe quem foi que descobriu a Lei da Gravidade?

O povo fala que foi o Nirtão, mas ele é muito sonso. Certeza que não foi ele!

Meu Deus! E por acaso sabe quem foi Sócrates?

O Sócrates? O Dotô? Jogou na seleção! Tá vendo, mano? Eu conheço futebol, história, química, física, bichologia, cultura e o escambau.

Impressionante... Realmente o senhor o senhor me deixou abismado.....

TAÍ... NÃO É POR SER CORINTIANO QUE EU VOU SER INGUINORANTE!

Festividades marcaram a Semana do Idoso

Osfer foi uma das atrações no Parque São Vicente de Paulo



Músicos da Osfer se apresentando para os idosos



→ JOSANIE BRANCO
contato@oextra.net

Em comemoração à Semana do Idoso, o Parque Residencial São Vicente de Paulo preparou uma agenda especial de atividades e festejos oferecidos aos vovôs e vovós que residem no ar. As atrações tiveram início no dia 25 de setembro,

com a apresentação da Orquestra de Viola do município, que apresentou um seleto repertório de músicas caipiras. No dia 26, os idosos participaram do Dia da Beleza e Autoestima, em seguida acompanharam as apresentações da Unati. Já na terça foi vez do Lr receber a garotada do projeto “Os Sonhadores”, que tam-

bém abrilhantaram a semana de comemorações. Na quarta-feira foi dia de passeio, através de um intercâmbio, os idosos de Fernandópolis visitaram o Parque Residencial de Jales e lá puderam acompanhar um desfile com muitos vovôs e vovós na passarela. Já na quinta, o Lar de Fernandópolis recebeu a visi-

ta da equipe do CRAS “Bem Viver”, que realizou diversas atividades recreativas. A data também festejou com homenagens, bolo e parabéns, todos os aniversariantes do mês. O dia ainda contou com a participação dos jovens do grêmio escolar da escola Carlos barozzi. No sábado, 1º de outo-

bro, foi a vez dos músicos da Osfer comandarem a festa no Lar São Vicente, com belíssimas apresentações. Neste mesmo dia a entidade também recebeu a visita dos idosos do Parque de Jales, e das crianças da Associação Assistencial Nosso Lar, e juntos, crianças e idosos fizeram uma dança de rodas, agra-

dando a todos com muita diversão. No dia 02, encerramento das atividades, os idosos saborearam o lanche da tarde na presença dos jovens do Cursilho, da Igreja Católica, sem seguida todos acompanharam a Santa Missa realizada na Capela do Lar e ministrada pelo Padre Rodolfo.

eterniun

“

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

”

• Por CLARIUS

MINUTINHO:

Virá um dia

(...) Virá um dia em que a criatura humana esquecer-se-á de si mesma e, naturalmente quando chegar esse dia, que não está longe e não está perto, as criaturas humanas se abraçarão carinhosamente. Virá um dia em que o lobo feroz beberá no mesmo regato do cordeiro.

Um dia virá em que as criaturas estreitarão os corações numa doce afetividade. Virá um dia em que o Santuário dos Espíritos agasalhará a misericórdia de Deus deixando de ser um clube para ser um altar da natureza.

Virá um dia em que nos amaremos uns aos outros com ternura e ciciaremos aos ouvidos palavras doces de encantamento.

Virá um dia em que o amor conseguirá superar o ódio e a amargura.

Filhas e filhos do coração, o Senhor convocou-nos para a im-



plantação do Seu Reino nas paisagens lúgubres da Terra, nos lugares escusos em que a dor se homizia e a vergonha marca com sinete de fogo os corações derrotados.

Haja o que houver, amai! A honra do amor é daquele que ama. Estendei as mãos da caridade, deixai que o amor penetre pelo cérebro, desça através da voz e caminhe pela ternura das mãos, brilhando no coração como o do crucificado que cheio de sangue nos convidou à redenção.

Não amanhã, hoje. Não mais tarde, agora é o momento santo de ajudar.

Exultai vós que chorais. Aqui estamos aqueles que vos amamos para vos dizer, suavemente - vinde, nós vos esperamos. Vinde para fluirmos da mercê e ternura do Amor não amado: “Vinde, e eu vos consolarei!”

Filhas e filhos da alma, voltai aos vossos lares e amai ao próximo mais próximo de vós - a fa-

mília. Honrai-a com os vossos beijos de carinho e amai enriquecendo de vida os que estão sedentos de amor e esfaimados de compreensão.

Jesus espera por nós.

Eia, o instante azado da nossa integração no Espírito do Cristo! Muita paz.

Exoramos a Deus que a todos vos abençoe e vos abraçamos em nome dos Espíritos-espíritas que aqui estamos.

Bezerra de Menezes

CRÔNICA:
As várias formas de amar

Os gregos antigos eram muito sofisticados ao falar sobre o amor.

Segundo eles, era impossível utilizar uma única palavra para definir tudo aquilo que a nossa cultura chama, unicamente, amor.

Para eles, havia seis formas de amor, cada qual com suas características.

O primeiro tipo, o amor Eros, era nomeado assim por conta do deus grego da fertilidade, representando a ideia de paixão.

Eros era o amor capaz de dominar e eximir o ser de sua racionalidade.

Pensamento da Semana

“Não persevere em erro, seja qual for a justificação.”

Joanna de Ângelis

Envolveria uma falta de controle, que assustava os gregos.

A segunda variedade, o Philia, era relativo à amizade, à fidelidade entre companheiros unidos por laços fraternos.

Essa forma de amor era muito mais valorizada do que a primeira.

O Ludus, terceira forma, guardava relação com a diversão, com a afeição, com as boas companhias e com o prazer de se estar ao lado de quem se quer bem.

O amor Ágape, quarto tipo, era a mais radical das formas. Foi traduzido mais tarde para o latim como Caritas, do qual se originou o termo caridade.

Ágape representava o amor abnegado, desinteressado. Aquele que se estende ao próximo, a fim de transformá-lo em um irmão.

Essa é a forma de amor ensinada na maioria das tradições religiosas.

No Cristianismo, representa o amor divino que deve ser cultivado e estendido aos nossos seme-

lhantes, seguindo o ensinamento de Jesus: Amai a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a vós mesmos.

Ainda, o amor Pragma, o amor maduro, resultado de profundo entendimento, consideração, respeito e admiração, que se desenvolve entre casais de longo matrimônio e entre pessoas que convivem muitos anos.

Passadas as ilusões, deixam se levar pela alegria da convivência. É o júbilo de saber que o outro ali está, em todos os momentos e circunstâncias, por mais difíceis e dolorosas que elas sejam.

Finalmente, a última forma, o amor Philautia ou autoamor. Não se trata de narcisismo, mas sim de uma maneira muito mais elevada de amor.

Os gregos entendiam que, quanto mais a criatura se ama, mais amor tem a oferecer.

Redação do Momento Espiritual

Auto Mecânica
OUROCAR
Serviço de Suspensão - Freio - Escapamento
Troca de Óleo - Injeção Eletrônica
Direção: Francis (17) 99706-5516 / 99731-5516

Villa Lanches
LANCHES, PORÇÕES E CALDO

Aceitamos cartões de débito e crédito

LIGUE E FAÇA SEU PEDIDO
9706.3479 - 8180.6290
Direção: ADEMILSON
O mais novo quiosque da cidade na Praça de Eventos em Ouroeste

social



MINI CHURROS
RS 0,79

PUDIM
RS 3,99

BATATA COM CHEDDAR E BACON
RS 9,90

ENTREGAS: 3465 0100
AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS - CENTRO | 1380
FACEBOOK.COM/DOMINUSFERNANDOPOLIS

Dominus EXPRESS



metodosupera.com.br

Outubro ROSA

O SUPERA APOIA ESTA CAUSA!

Supera
Ginástica para o Cérebro

Supera Fernandópolis 17 3462-8170 17 99779-1156



ASSINE oextra
SEU JORNAL DIÁRIO

PEÇA AGORA!

Ligue (17) 3462-1727 ou 3442-2445
Ou envie e-mail para assinatura@oextra.net

Amanhã o dia será de festa e homenagens para **Michael Wilhans**. Parabéns!



A última quinta-feira foi de muitas comemorações para **Lenon Iquegami**, muitíssimo felicitado por todos, recebendo o carinho especial desta equipe de "O Extra.net". No click com a namorada **Vanessa Laveso**.



Festa hoje para **Bruna Zaccari**, comemorando idade nova. Na foto ao lado do filho.



Daiane de Oliveira Tozzo, ao lado das amigas **Lú, Patrícia e Liliane**, se prepara para dar boas vindas à idade nova, na próxima segunda.



Felicidades para a jornalista **Andresa Lopes Oliveira**, que amanhã celebrará a chegada da idade nova.



Margarida Rodrigues apagará as velinhas no próximo dia 10, já em clima de comemorações, recebendo o carinho especial do noivo **Adriano**, da filha **Eduarda** e toda família.



Feliz aniversário hoje para **Miriam Santana**, que hoje. Na foto, o carinho da filha **Natalia**.



A simpaticíssima **Fátima Cabral** também é homenageada hoje, data em que apaga velinhas.



Felicidades para **Wagner Medri**, celebrando neste sábado seu aniversário e recebendo o carinho da família, e de toda a equipe deste "O Extra.net". Parabéns!



Manutenções e Segurança ASB

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

Alexandre
alexandre.asbmanutencao@gmail.com

Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897

Ouroeste - SP



Matrículas Abertas

SEMI DE agosto
IDEAL PARA A SUA PREPARAÇÃO

- Carga horária compatível com a aplicação do material didático.
- Material didático completo e atualizado.
- Professores experientes, que dominam os conteúdos.
- Metodologia de ensino consagrada.
- Simulados periódicos que oferecem orientação de estudo.
- A mais completa seleção de assuntos relativos aos vestibulares.

PARA VOCÊ ENTRAR NAS MELHORES UNIVERSIDADES.

Tel.: (17) 3465-0868
Rua Minas Gerais, 650 - Fernandópolis
www.anglofernandopolis.com.br

anglo FERNANDÓPOLIS



ClimaCold
Ar Condicionado
Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

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

Jeferson
17 99628-6060
17 99168-5170
17 3442-7088

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



A próxima segunda será de muitas comemorações para **Cistielen Fernandes**, que vai festejar seu aniversário ao lado dos filhos **Victor** e **Victoria**.



Os irmãos “Deaço”, **Renan** e **José C. Guarnieri Jr.**, nas dependências da empresa, ao lado de **Cleber Rocha**.



A sorridente **Camila Deccó** também está em festa hoje, sendo parabenizada por toda família e amigos.



Felicidades para o jornalista **Claudinho Ricardo Ferreira**, também assoprando velinhas hoje.



Muitos anos de vida e realizações para o estudante de odontologia, **Otavio Queiroz**, que hoje celebra seu niver.



Rafael Saloioni, formando em Direito, vai apagar as velinhas na segundona. No click com os amigos **Eduardo Facci**, **Gustavo**, e **Lucas**.

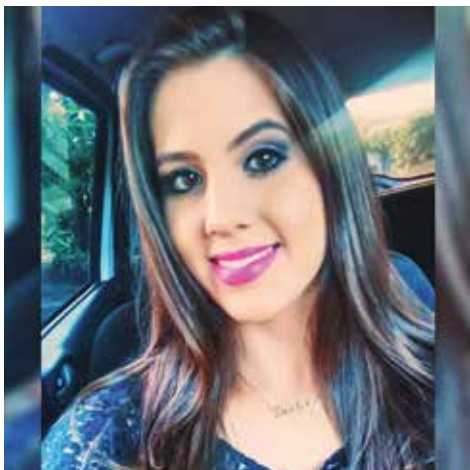
Damião Gomes celebrou seu aniversário no último dia 02, recebendo o carinho especial da esposa **Marilene** e dos filhos **Leonardo**, **Fernanda** e **Jaqueline**.



O personal trainer **Alexandre Sabadin** também vai festejar seu niver na segunda, já em clima de comemorações.



Sandra Paula, coordenadora pedagógica de Macedônia, recebe os cumprimentos de familiares e amigos, especialmente de seu namorado **José Vicente**. Parabéns!



A bela estudante de Direito, **Beatriz Tondato**, também está na lista dos homenageados de hoje.



Destaque para o pequeno **Enzo Santiago**, que ao lado da família festeja hoje mais um aninho de vida.

05 A 08 OUTUBRO

APRESENTA

PRACA DE ALIMENTAÇÃO

RODEIO EM TOUROS

BOATE SHOWS

OUROESTE

Rodeio Festival 2016

DACIO LHM MORAIS

05/10 - Quarta

MARIANA FAGUNDES

06/10 - Quinta

BRUNO BARRETTO

07/10 - Sexta

RIONEGRO BOLIMÕES

08/10 - Sábado

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** e fazer parte deste espaço reservado a momentos especiais aqui em nosso caderno “Extra Mais”!

oextra

REVISTA ANUAL ONLINE

B

B

I

M

M

FERRO VELHO S. PAULO

Comércio de Sucatas em Geral

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

TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050

AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124

DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDOPOLIS-SP

Cursos Preparatórios para CONCURSOS PÚBLICOS

SUS

Sistema Único de Saúde

POLÍCIA CIVIL

SAO PAULO

TRE/SP

Correios

FMB

CURSOS PARA CONCURSOS

PREPARATÓRIOS PARA OAB, CAIXA ECONÔMICA FEDERAL, BANCO DO BRASIL, DENTRE OUTROS.

Devido a alta taxa de aprovação dos alunos FMB Fernandópolis nos últimos concursos, estamos com

VALORES PROMOCIONAIS

LOCAL: Colégio Incentivo

Av. Primo Angelucci, 330 - Centro

(17) 3442-3999

9 9631-1616

9 9154-3661

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

GIGANTINHO

DENTRO DO GIGANTÃO

Tudo por

R\$ 1,00 APENAS

celebridades

Na Globo, **Thiago Martins** diz que é obrigado a ver **Record**

No ar em “A Lei do Amor”, trama das 21h da TV Globo, Thiago Martins revelou que é obrigado a assistir “A Terra Prometida”, da Record. Tudo porque sua namorada, Paloma Bernardi, integra o elenco da trama bíblica da emissora rival. “Quando não acompanho, ela me obriga a assistir”, confessou.

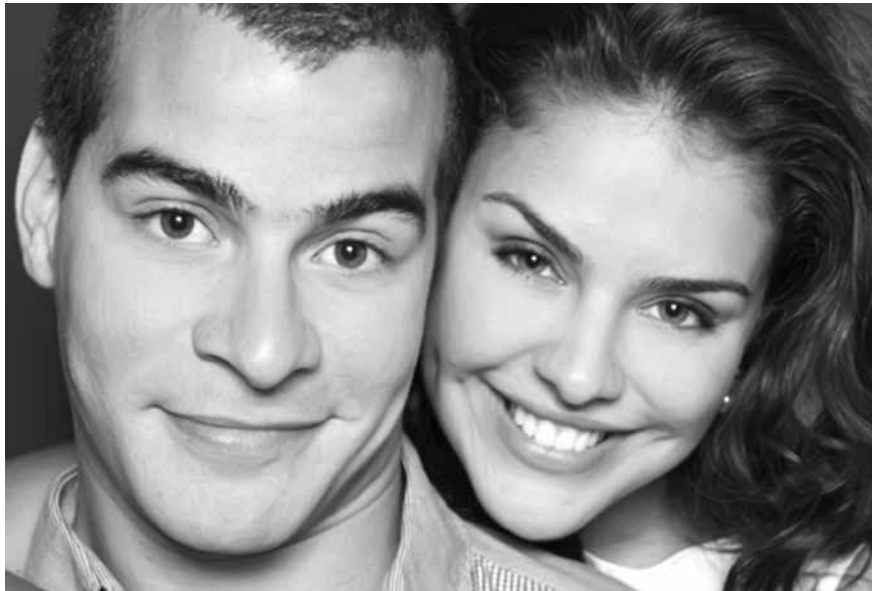
O galã ainda foi só elogios à companhia e garantiu que o relacionamento não é afetado por trabalha-

rem para empresas concorrentes. “Paloma está arrebatando. Ela é uma atriz muito dedicada. Tudo o que ela faz, ela entra de cabeça. Chega a ser caxias. Trabalhou para esse papel com o preparador Sergio Penna e deu muito certo. Nunca a vi tão bem”, se derreteu.

Depois do folhetim de Maria Adelaide Amaral e Vincent Villari, Martins começará a se preparar para as gravações de “Pega Ladrão”, nove-

la das 19h com estreia prevista para abril.

“Depois de 12 anos trabalhando como ator, vai ser meu primeiro protagonista. A atriz que faria par romântico comigo seria Andreia Horta, mas ela saiu da escalação porque vai fazer a série da Elis Regina. Não sei ainda quem entrará no seu lugar. O nome do meu mocinho é Júlio, ele é garçom de um hotel de luxo”, adiantou.



Casal de atores são destaques em emissoras concorrentes



Thaiz Schmitt posa de biquíni

Thaiz Schmitt **posa sensual** em **meio à natureza** e revela **truques da dieta**

Foi num ambiente natural que Thaiz Schmitt posou para este ensaio de biquíni para falar sobre os seus cuidados com o corpo. Ela, que é ex-coelhinha da “Playboy”, contou que tem uma vida social bastante ativa e, por isso, sua dieta permite algumas fugidinhas, sem que isso prejudique a sua rotina.

“Quando saio à noite opto por fazer pedidos em restaurantes para não fugir da dieta, como frutos do mar, camarão, lula, salmão, tudo grelhado com bastante li-

mão. Também posso escolher uma comida japonesa sem arroz, que eu adoro”, contou ela, acrescentando que o médico liberou ainda duas taças de vinho por semana.

Segundo a gata, ela inclui na alimentação ainda bastante água de coco, e revela outro segredo: “Quando estou em casa final de semana e me dá aquela vontade de comer besteira tenho uma receita de salgado maromba sensacional! Uso sempre quando quero beliscar. Engana muito bem”.

Larissa Manoela e João Guilherme Ávila **curtem viagem à Disney** com a família da atriz

Parece que o namoro de Larissa Manoela com João Guilherme Ávila está aprovadíssimo pelos sogros do ator, Silvana e Gilberto. Tanto que eles levaram o genro para a viagem de férias da família, na Disney. O grupo embarcou na última terça-feira para o que, segundo a adolescente, é um “merecido descanso”.

Larissa Manoela e João Guilherme Ávila assumiram o namoro em dezembro do ano passado, quando o ator publicou, no dia do aniversário dela, uma declaração de amor no Instagram.

“Vida, meu amor, amor da minha vida, pequena, linda, tumtum, enfim... São muitos apelidos carinhosos, mas todos se referem a você! Larissa, eu te amo mui-

to e sempre vou te amar! Você hoje faz 15 anos. Há 15 anos, papai do céu te trouxe de presente para o mundo! Parabéns. Você me faz feliz



Larissa Manoela e João Guilherme com os familiares da atriz



Solange Gomes com o novo namorado

Solange Gomes está **namorando rapaz de 27 anos: ‘Gosto de ensinar’**

Após três anos sem assumir um relacionamento sério, Solange Gomes, de 42 anos, fez finalmente a fila andar e está namorando o carioca Sandro Labre. Formado em Direito, o rapaz tem 27 e foi apresentado à ex-modelo por amigos em comum, há um mês. “Estamos juntos, mas ainda naquela fase de se conhecer...”, admite Solange, que não vê o menor problema em se relacionar com um homem bem mais jovem.

“Eu me acostumei com isso. As pessoas que se aproximam de mim são mais jovens, nessa faixa etária mesmo e

so, 8 planetas, 204 países, 809 ilhas, 7 mares, 7 bilhões de pessoas no mundo e só preciso de você para ser feliz”, escreveu.

até mais jovem ainda, abafal (risos). É muito bacana você se relacionar com uma pessoa mais nova porque existe uma maturidade da minha parte, e eu sei até onde eu posso ir. A gente tem mais experiência e acaba ensinando. Gosto de ensinar (risos)”.

O novo casal fez a primeira aparição pública no Revolution Pub, em Jacarepagua, na Zona Oeste do Rio, onde trocaram beijos e ficaram um grude só.

Solange contou ainda que a filha Stephanie, de 16 anos, ainda não conhece o seu atual namorado.

horóscopo

ÁRIES
Um clima de harmonia toma conta de suas amizades, pois Lua e Mercúrio se harmonizam, dinamizando a comunicação. Bom momento para iniciativas culturais, que lhe ajudarão inclusive a dar início a conversas agradáveis. Seja gentil!

TOURO
As questões relacionadas ao trabalho são beneficiadas pela harmonia do trígono Lua-Mercúrio, entre suas segunda e décima casas. Dedique-se aos estudos e à elaboração de projetos. Coloque as tarefas em dia e exponha suas ideias!

GÊMEOS
Abra-se para as novidades e expanda os horizontes de seus conhecimentos, pois Lua e Mercúrio em trígono harmonizam seu signo e sua área espiritual. Permita-se ser conduzida pelas emoções escondidas em seu íntimo. Seja espontânea!

CÂNCER
Aspectos mais complicados da sua vida lhe exigem reflexões mais profundas, neste momento em que Lua e Mercúrio harmonizam sua área de crise. Prefira ficar mais recolhida, em todos os níveis. Cuide de si e nutra a paz interior!

LEÃO
Boas conversas evidenciam as sinergias em suas amizades, neste momento em que Lua e Mercúrio se harmonizam. Saiba selecionar suas companhias. Escolha pessoas confiáveis, sobretudo ao se tratar de assuntos mais íntimos!

VIRGEM
O trígono Lua-Mercúrio favorece os acordos no trabalho, portanto promova atividades que estimulem trabalhos em conjunto. Boas parcerias podem nascer desses debates. Seja mais ativa, mas evite questões controversas!

LIBRA
A vida social é dinamizada pelo trígono Lua-Mercúrio, entre suas nona e quinta casas. Expanda seus conhecimentos e parcerias e manifeste sua harmonia interior!

ESCORPIÃO
A harmonia Lua-Mercúrio no setor familiar beneficia suas relações. Este momento lhe deixa mais segura de si, disposta a solidificar os laços de confiança com os mais próximos. Nutra os laços afetivos e cuide de seu meio doméstico!

SAGITÁRIO
Você tende a se destacar pelo seu jeito carismático e sagaz, evidenciado pelo trígono da Lua com Mercúrio entre suas áreas de relacionamentos e de comunicação. Os diálogos e acordos são favorecidos, assim como as atividades em grupo!

CAPRICÓRNIO
Você se mostra mais consciente de suas demandas e vontades, pois o trígono Lua-Mercúrio entre suas áreas de saúde e material incentiva os gastos com bem-estar. Integre mente, corpo e espírito por meio de ações simples!

AQUÁRIO
Que tal reestabelecer prazeres, sobretudo intelectuais, neste momento? A Lua passa por sua quinta casa e se aspeeta em trígono com Mercúrio, fazendo com que você se abra a novas vivências e demonstre maior sensibilidade!

PEIXES
Você percebe com mais clareza o que precisa mudar em sua vida, pois Lua e Mercúrio formam trígono, harmonizando as áreas familiar e de crise. Perceba como você lida com os conflitos e renove-se. As mudanças não devem ser apenas físicas!

Jogo do Enigma

Resolva o enigma e descubra o que está escrito no anúncio.

o chegou na ci + - o + e!

- la + nham mi + - u - deter, + ra

a - la + ia às - de + vi .

- ca + mos a + - e + ar o ,

as ,2 + - a + es,

os + + baristas e muito no pi + + a o.

- m + n - na + cam!

Caça Palavras

Nomes de Animais - As palavras ocultas podem ser encontradas nos sentidos: Horizontal, Vertical ou Diagonal

L	G	A	S	D	Q	W	C	F	I	G	A	L	I	N	H	A	Y	W	K
Q	W	Q	J	O	E	T	L	N	M	M	Z	E	E	T	W	O	R	F	T
N	E	K	P	L	P	N	E	S	R	M	I	H	L	J	B	I	S	I	R
T	D	P	I	C	C	O	C	D	V	P	E	I	X	E	R	A	W	U	O
X	O	G	Q	P	U	R	G	V	J	V	U	V	H	Q	F	G	E	T	V
X	B	H	H	A	D	I	B	Z	O	Y	F	G	R	Z	A	A	A	U	I
U	R	I	B	Q	R	R	J	W	Z	O	M	O	D	M	O	P	N	Z	H
L	A	C	M	A	H	K	M	J	L	H	H	E	X	G	O	A	K	T	R
Q	Z	W	F	I	H	M	N	I	B	G	Z	T	A	B	L	P	F	J	E
H	B	A	O	V	M	N	R	H	B	O	L	T	C	S	P	E	N	I	A
T	P	M	J	C	C	G	A	D	S	R	O	P	L	V	L	L	B	F	A
L	U	C	L	D	V	K	M	R	J	Y	T	B	O	H	L	E	O	C	K
Z	R	F	A	E	L	N	O	N	A	C	U	T	Z	X	Y	L	S	M	K
S	O	P	U	Z	F	A	U	E	F	V	J	E	U	L	H	V	M	G	I
H	M	R	R	A	T	O	X	D	W	H	W	G	C	E	V	J	A	E	P
J	S	R	C	A	C	H	O	R	R	O	D	K	T	J	L	R	W	L	E
O	T	A	G	Y	P	E	P	L	H	I	E	C	J	I	M	B	S	V	H
Z	Z	I	F	W	D	C	P	X	B	K	R	N	U	K	G	D	T	M	W
A	H	L	E	V	O	W	V	F	G	A	L	O	N	V	G	R	Q	R	G
R	O	N	I	Z	C	R	P	A	P	U	O	D	G	S	U	Z	E	P	B

ARANHA
BODE
CACHORRO
COELHO
ELEFANTE
GALINHA
GALO
GATO
GIRAFA
GRILO
OVELHA
PAPAGAIO
PATO
PEIXE
RATO
TIGRE
TUCANO
URSO

Sete Erros

O PENADINHO É MUITO EDUCADO. NÃO É MESMO? SÓ QUE ASSIM ELE ACABA ASSUSTANDO TODO MUNDO! MAS OS SETE ERROS TAMBÉM ESTÃO DE ARREPIAR! VAMOS PROCURÁ-LOS?

SOLUÇÃO: 1.TUMULTO, 2.RELÓGIO, 3.PORTA, 4.MORCEGO, 5.GALINHA, 6.NUVEM, 7.CRUZ.

Lider Escritório Despachante

ASSESSORIA CONTÁBIL E ADMINISTRATIVA LTDA-ME

Contabilidade Escrita Fiscal
Abertura e Encerramento de Empresa
Declarações e Requerimentos

Fone (17) 3843-1651

Rua Antonio Raposo, 1469 - Centro - Ouroeste SP

HORTA 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

SOL NASCENTE
Segunda, 18h00

Lenita, Ralf, Kika e Pescoço comemoram a formação do casal Mario e Carolina. Akira conversa com Hirô sobre seu desejo de se casar com ela. Cesar diz a Alice que pode resolver a situação da empresa de Tanaka. Hirô revela a Alice que Mario está namorando Carolina. Sinhá e Cesar comemoram o sucesso de seu plano. Patrick desconfia das intenções de Carolina com Mario. Tanaka considera a sugestão de Cesar para a empresa. Dora percebe a tristeza de Júlia com a felicidade de Nuno e Vanda. Lenita convida Sirlene para a exposição de Yumi. Alice estranha quando Cesar recebe uma ligação de Carolina.

MALHAÇÃO
Segunda-feira, 17h30

Bárbara ameaça demitir Joana, que enfrenta a moça. Tânia pede ajuda a Jéssica e Nanda para tentar salvar o emprego de Joana. Ricardo aceita que Juliana passe a estudar à noite. Manuela adoce e Fábio sente falta da menina. Lucas agradece a carta de Luiza, mas afirma que gosta de outra pessoa. Gabriel contrata Andrea para cuidar de sua avó Cleo, mas Bárbara acredita que o ex-noivo tenha um romance com a fisioterapeuta. Bárbara exige que Caio demita Andrea. Nanda se incomoda com o afastamento de Rômulo. Joana encontra uma foto de Carmem abraçada a Ricardo. Ricardo beija Tânia.

HAJA CORAÇÃO
Sábado, 19h15

Beto afirma a Tancinha que irá esperar por ela. Francesca foge após o pedido de casamento de Rodrigo. Tamara se surpreende com a revelação de Beto sobre o que ele fez para separar Tancinha de Apolo. Fedora desfaz o feitiço que Safira colocou em Leozinho. Lucrécia segue Agilson, que percebe e disfarça, entrando em uma igreja. Apolo diz a Adônís que tem certeza de ter sido dopado na noite de seu casamento com Tancinha. Apolo se assusta com a proposta de Tamara de se casar com o piloto para adotar Carol e seus irmãos. Lucrécia fica surpresa com a gentileza de Camila e nota que a filha está mudando. Camila comprova que Leozinho é um bandido. Francesca fica chocada ao saber por Beto que Rodrigo se internou em uma clínica psiquiátrica.

SOL CÚMPLICES DE UM RESGATE
Segunda-feira, 20h30

Mauricio tenta convencer Rebeca a pelo menos ouvir o que ele tem a dizer sobre seu sumiço nos últimos anos. Rebeca diz que não quer saber de nada, mas acaba escutando o que o pai de suas filhas tem a dizer. Mauricio pede desculpa por tudo antes mesmo de contar o motivo que o levou a sumir. Mauricio diz que estava desempregado e pegou vários empréstimos para tentar dar conforto para Rebeca, que estava grávida, mas que as coisas saíram de seu controle e então ele precisou fugir. Mauricio conta que não voltou antes por medo da reação de Rebeca, que não sabia de nada disso. O homem diz que voltou agora por ter conseguido finalmente quitar todas suas dívidas e que quer recuperar sua família.

A LEI DO AMOR
Segunda, 21h00

Helô e Pedro discutem. Camila é indiferente à chegada de Letícia, enquanto Ana Luiza é carinhosa com ela. Fausto repreende Ciro por ter cancelado uma viagem de trabalho sem sua autorização. Mág implica com Suzana ao vê-la na cidade. Venturini espalha boatos na cidade sobre o prefeito Augusto. Elio encontra Pedro e o leva para conhecer a nova São Dimas. Helô questiona Tião sobre sua viagem. Pedro reencontra Zuzi. Fausto implora que o filho mais velho vá a seu encontro. Vitória descobre que está grávida. Pedro chega à casa do pai. Ana Luiza fala para o tio que Tiago se casará com Letícia. Helô conta para Yara como foi seu encontro com Pedro. Fausto revela a Pedro que armou um complô para separá-lo de Helô.

A TERRA PROMETIDA
Segunda-feira, 22h15

Kalesi aconselha Marek a pedir ajuda militar ao rei Durgal. Ioná consola Aruna dizendo que mais cedo ou mais tarde ela encontrará sua mãe verdadeira. Léia e Samara comemoram o sucesso do plano. Gibar encontra Acsa e tenta roubar um beijo a força. Otniel presencia o assédio e defende a moça. Ela agradece a atitude do rapaz. O guerreiro atrapalhado brinca com Lila e Gael. Raabe fica satisfeita ao encontrar Nobá. Ela pede para o menino ficar escondido em sua casa. Tibar combina com Kadmo uma maneira de salvar Raabe e Sandor. Em conversa com Ioná, Aruna diz que Josué não confia mais nela. Calebe aconselha Josué a esquecer a moça. Otniel conversa com Eleazar e alerta para o temor que as crianças estão sentindo pela proximidade da guerra.

Humor



QUAL É CASADA?

Joãozinho pergunta pra sua professora: - Três mulheres estavam chupando sorvete, qual delas era casada? Ela responde: - Não sei, qual é? - A que estava usando aliança, diz Joãozinho.



ARCA DE NOÉ

Três homens estavam discutindo qual era a profissão mais antiga do mundo: O marceneiro disse: - Quem vocês acham que fez a Arca de Noé? O jardineiro rebateu: - E quem vocês acham que regou o Jardim do Éden? Finalmente, o eletricista fa-

lou: - Quando Deus disse "Faça-se a luz!", quem vocês acham que passou a fiação?

GAGUINHO

Um rapaz estava passando pela rua quando um gago lhe perguntou: - Po-poderia me informar o-onde en-en-en-encontrar a e-escola para ga-ga-gos? O rapaz respondeu: - Nossa! Pra que você quer entrar numa escola pra gagos se você já gagueja tão bem?



DIA DAS CRIANÇAS

COMO É QUE VOCÊS BRINCAVAM NA SUA ÉPOCA... SEM CELULARES, TABLETS OU VIDEOGAMES?

NÓS UTILIZÁVAMOS UM DOS MAIS PODEROSOS SOFTWARES DA HUMANIDADE... SE CHAMAVA IMAGINAÇÃO!

WWW.FACEBOOK.COM/LUIZFERNANDO.CAZO

Educar a criança a cuidar da pele minimiza problemas futuros

Rolar na grama, brincar na areia da pracinha, andar de bicicleta e jogar futebol. A infância é a fase da vida em que se passa mais tempo ao ar livre. É também a idade da prevenção de possíveis problemas de pele no futuro, como manchas, rugas, lesões pré-cancerosas e câncer de pele. Por isso, proteger a pele deve ser uma questão de hábito desde criança. A infância é a fase da vida em que as pessoas passam mais tempo ao ar livre, expostas aos raios solares, está na mão dos pais educar os filhos sobre a importância de cuidar da pele, assim como ensinar a escovar os dentes para não ter cárie. Segundo especialistas, a chance de câncer de pele no futuro diminui em 80% se feita a proteção adequada nos primeiros 20 anos de vida. Se mães e pais forem conscientes desde cedo, os pequenos envelhecerão melhor. O efeito do sol é lento e cumulativo. O bronzeado é a forma que o corpo se defende. Além disso, a pele das crianças é mais fina do que a dos adultos, e por isso é queimada mais facilmente. Quanto mais claro é o tom de pele, há mais chances de queimadura, mas nenhum biotipo está livre do câncer.

O primeiro passo para proteger os pequenos dos danos diários do sol é aplicar filtro solar se a criança for ficar exposta ao sol por mais tempo, como em passeios da escola, na pracinha ou na praia. Nenhum filtro solar é à prova d'água, por isso é importante repassar o produto de duas em duas horas se a criança entrar na água. Também deve-se evitar a exposição entre as 10h e as 16h e vestir uma saída de banho que cubra os ombros e o colo, áreas do corpo mais expostas aos raios solares. Chapéu ou boné são boas opções para proteger a cabeça, a nuca e as orelhas. Roupas com tecidos que contêm proteção solar, mais comuns no exterior, são aprovadas pela especialista. No Brasil, bermudas, camisetas, bonés e roupas de praia para crianças e com fator de proteção são vendidos em farmácias e lojas especializadas. Peças comuns protegem mais se forem com manga e de tecidos de cor escura e trama fechada.

COMO CUIDAR DA DERMATITE ATÓPICA
Pele seca, sensível e toda empipocada - se o seu filho vive se coçando e ainda tem histórico de rinite, bronquite ou asma na família, não é improvável que ele sofra de um

distúrbio comum no mundo inteiro, mas pouco diagnosticado: a dermatite atópica. Na verdade, as palavras atopia e alergia são sinônimas. Mas os médicos consideram o problema atópico quando ele é genético e de difícil controle. A doença em questão costuma aparecer cedo, aos 3 meses de idade, e, embora possa persistir a vida inteira, desaparece em 60% dos casos até os 12 anos. A coceira é marca registrada: nos bebês, afeta mais o rosto, o pescoço e as dobrinhas da perna e dos braços. Já nos adolescentes se manifesta em algumas regiões do tronco e das pernas. E o pior é que o prurido gera vermelhidão e até machucados. Pensando em todos esses aspectos, a Associação de Familiares e Pacientes de Dermatite Atópica da Espanha se uniu a especialistas na doença para criar o um roteiro de como lidar com o problema. Vale a pena conferi-lo a seguir.

Nada de se coçar!
A dermatite atópica é um problema marcado por crises recorrentes. Há um período em que a criança sente muita coceira e as áreas afetadas soltam uma espécie de líquido e outra fase caracterizada pelo espessamento da pele. O esfrega esfrega, no entanto, só piora as coisas. Além disso, infecções oportunistas podem aparecer em decorrência das lesões, o que, é claro, agrava a situação. Ensinar disciplina e autocontrole à garotada é fundamental. Para os bebês, aposte em luvinhas e banhos frescos com amido de milho ou aveia, que acalmam a irritação. E é imprescindível manter as unhas dos pequenos sempre aparadas.

Atenção às estações do ano
O frio ou o calor podem

piorar ou desencadear os ataques da dermatite. É recomendável, portanto, fazer o possível para manter a temperatura amena em casa. A hidratação continua indispensável, especialmente quando o menino ou a menina brincam no mar ou na piscina. Banhos de sol são bem-vindos, mas sem exageros e com protetor solar.

Moda Antidermatite
Como o problema é fruto de uma sensibilidade exagerada diante de tudo o que entra em contato com a pele, é importante ficar de olho nas roupas das crianças. Dê preferência aos tecidos 100% de algodão e evite lãs e fibras sintéticas. Outra orientação é recortar a etiqueta das blusas, que costuma arranhar a pele. E, por favor, trate de aposentar as peças muito apertadas ou de tecido áspero.

Escola sem crise
A irritação crônica na pele também causa feridas psicológicas. É fundamental que os pais conversem com os professores e diretores no colégio, explicando a situação do filho. Isso ajudará os mestres a minimizar o estresse da doença.

O tratamento à risca
Só com a ajuda de um médico - e da terapia prescrita - dá para controlar a dermatite. E uma palavra terá de guiar a criança e sua família: comprometimento. É necessário estabelecer um pacto com o especialista e seguir recomendações como abolir bichos de pelúcia - redutos de pó e ácaro -, conservar o quarto do pequeno arejado e, claro, aderir a pomadas, comprimidos e companhia. Além de hidratantes, o tratamento conta com antialérgicos orais para acelerar o fim da crise.



Hidratar, hidratar, hidratar...

Não tem jeito: esse mantra terá que ser repetido hoje e sempre por quem tem dermatite. Afinal, o distúrbio anda lado a lado com a pele seca. Você já deve ter reparado que há centenas de hidratantes no mercado - existem até opções só para a garotada. Fique atento e escolha as loções sem fragrância.

Cardápio seguro
Assim como algumas crianças têm alergia à proteína do leite, outros alimentos podem desencadear a aparição de lesões na pele. Enlatados, ovos, cítricos, chocolates, alguns corantes, conservantes e hormônios lideram a lista de desencadeadores. Se houver suspeita, podemos solicitar exames de sangue e testes de contato para descobrir se a criança é alérgica a determinados alimentos.

Diário de bordo
O lápis e o caderno podem ser aliados da criança com dermatite. Como a doença é fruto de uma interação entre os genes e o meio ambiente, os médicos espanhóis acreditam que anotar em que momentos a crise apareceu é um meio eficiente de identificar os fatores desencadeantes. Se a criança é pequena, os pais devem preencher o diário; se ela já sabe ler e

escrever, pode assumir sozinho essa tarefa.

A hora do banho
Esse cuidado se aplica sobretudo quando a temperatura baixa e a criança quer tomar banho com água pelando... Banhos quentes e prolongados estão proibidos para quem tem dermatite. Prefira água fria ou morna e não ultrapasse os 20 minutos debaixo do chuveiro. Os sabonetes devem ser de origem vegetal, sem corantes e

conservantes, e usados somente nos genitais, nas mãos e nos pés.

Consciente do problema
Á medida que a criança cresce, é essencial que ela assuma os cuidados diante da doença. Os pais devem explicar, sempre que possível, o que é a dermatite e ensinar, desde cedo, as medidas que ajudam a evitar os surtos. Os pequenos não devem jamais se sentir culpados pela situação.



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



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
www.augemed.com.br

Rua Espírito Santo, 1366 - Centro - CEP 15600-000 - 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
Rua Espírito Santo, 447 - JD Santa Rita - Fernandópolis-SP
Rua Minas Gerais, 3419 - PQ 8 de Agosto - Votuporanga-SP – Fone 3422-3063



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



INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMLUSIFICAÇÃO), CIRURGIA MÍDIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXÍMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VÍCTOR Santicchio Ferrarezi
OFTALMOLOGIA - CRM 139.658
j.v.ferrarezi@hotmail.com

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



Cortezzi
Neuroclínica

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 - email: drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br



Dr. Hugo Yamagata Yasuda
CRM 109.308

Oftalmologia Clínica e Cirúrgica
Especialista em Glaucoma

ATENDE CONVÊNIO E PARTICULAR
Apas | Economus | Bensaúde | Saúde Caixa
Cabesp | Funcesp | Portal Saúde | São Francisco

Convênios em negociação: HB - Bradesco Saúde - Cassi e Sabesp

Av. Amadeu Bizelli, 978 - Centro - Fernandópolis
17 3462-1742