

Versão LTZ custa R\$ 101,1 mil fora os opcionais que acrescentam mais R\$ 9,8 mil. Site da GM já aceita reservas

Novos

e dois twe-  
eters;  
sen-



sores traseiros de estacionamento; câmera de ré; ganchos Isofix para cadeirinhas infantis na fileira traseira. Já o LTZ acresce, por R\$ 101,1 mil, airbags de cortina, LED diurno, My Link de 8 polegadas, dentre outros mimos. Mas para você ter a versão completa, tem que desembolsar mais R\$ 9,8 mil com opcionais que incluem alerta de colisão frontal e ponto cego; assistente de permanência em faixa; indicador de distância do veículo à frente; farol alto adaptativo; carregador de celular sem fio no console central (por indução); e banco do motorista com regulação elétrica.



## FINALMENTE!

será três modelos - Classic, ços ainda não foram divulga-



## PORTA DE ENTRADA!



ra o mercado premium. O motor de tração e freios ABS e vem com

**A** nova aventureira da marca alemã, agora montado em Manaus, já está à venda por R\$ R\$ 39,9 mil e é considerada a porta de entrada para o bicilíndrico de 75 cv e tem controle computador de bordo. Ótima opção.



# 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



**Proteja  
seu maior  
patrimônio**

Instale um sistema de  
segurança monitorado 24 horas

**Segurança em boas mãos!**

**Fone (17) 3442-4455**

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

A certeza  
de estar em  
boas mãos






**ELETRÔNICA  
GLOBO**

LOTEAMENTO

# 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**



**41 LOTES**  
a partir de 562

**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](http://www.srtimoveis.com.br)



**VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!**

**RESTAURANTE PEIXÃO**  
Desde 1972

**REFEIÇÕES SERVIDAS EM FOGÃO À LENHA**

**SUCOS E REFRIGERANTES**

**PEIXES ASSADOS E FRITOS**

**PORÇÕES E SALGADOS**

**AOS DOMINGOS**  
Almoço com Churrasco,  
Comida Japonesa e  
SHOW AO VIVO

**Direção ZÉ MARIA E BIA**

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

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



RETORNO **FESTIVO**

na curva  
**do rio**

CHICO PIRANHA

O novo **ajudante!**



Quando o capataz Juca Lustroso avisou o compadre Geraldo de Mello que ia se casar com a Ritinha, logo ele tratou de providenciar a construção de uma casa para o Juca, bem ao lado da casa da sede da sua famosa “fazendinha”, lá em Aparecida do Taboado. Foi lá na vila comprou todo material de construção, contratou um pedreiro, um carpinteiro e três ajudantes. Lá pela metade do primeiro dia de trabalho um dos ajudantes de pedreiro parecia muito cansado. Preocupado com o rapazote, o compadre foi conversar com o caboclo:

- Olha Zequinha, eu até entendo que você não está acostumado com o serviço pesado. Só que a gente precisa que você seja mais rápido no serviço, o pedreiro não pode ficar parado. Os outros dois serventes levam dez tijolos de cada vez!

- Pois é, dotor Gerardo, ieu tô avexado igualzinhoo patrão...

- Mas Zequinha, então por que você leva só quatro tijolos de cada vez?

Calmamente, o sujeito da uma baforada no palheiro, pigarreia e responde:

- Ara, o senhor sabe como tem gente forgada nesse mundo! Vai ver eles têm preguiça de fazer duas viagens igual ieu, patrão. Mas ieu não me incomodo, não, viu?

AQUI TEM  
FARMÁCIA  
POPULAR

DROGARIA  
**TOTAL**

**REMÉDIOS GRÁTIS**  
PARA ASMA, HIPERTENSÃO E DIABETES  
outros remédios com até 90% de descontos

**Disk Entregas**  
(17) **3843-1707 / 99608-7225**  
Av. Bandeirantes, 1751 - Centro - Ouroeste-SP

**ARAPONGA**  
corretora de seguros

**Marcos A. Lopes Rodrigues**  
  
**Fone: 17 3843-1772**  
**Cel. (Vivo): Watsapp**  
**17 99733-2145**  
marcos@arapongaseguros.com.br  
Av. Bandeirantes, nº 1.842  
Centro - Ouroeste/SP

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

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

**DISTRIBUIDORA BESTETI**  
**SUA ENCOMENDA**

Contamos com transporte diário para ITURAMA,  
UNIÃO DE MINAS, ALEXANDRITA, HONORÓPOLIS  
E LIMEIRA D'OESTE-MG CONSULTE-NOS  
(17) 3462.4696 - 99766.7732/99617.0514  
RUA SERGIPE, 559 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

Auto Mecânica  
**OUROCAR**

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

Histórias do **tempo do Botinão**

Claudinei Cabreira



# A melhor guerra do mundo!

Quando chegamos nesta época do ano, o bombardeio da mídia se torna mais intenso. O fogo pesado de algumas campanhas, chega a ser insuportável. Você liga a TV, o rádio, abre o computador e seu smartprone, o jornal e a revista, a caixinha do correio e tome oferta goela abaixo. O natal dos seus sonhos está recheado de cores, sabores, ofertas tentadoras e preços e prazos irresistíveis. Sempre foi assim.

Nos anos sessenta, por exemplo, a mídia já pegava pesado na caça ao consumidor. As donas de casa daquela época que o digam. Mas os tempos eram outros. Consumidores e marketeiros, ainda tinham certa inocência. Eram tempos do bom mocismo, de ética e de um certo respeito. O marketing não era tão massivo e agressivo como hoje em dia.

Puxando pela memória, acho que foi no comecinho dos anos sessenta, que começou a famosa “guerra do sabão em pó”, que segue sem tréguas até hoje. Naqueles tempos havia várias marcas no mercado, mas duas delas se sobressaíam e se rivalizavam feio, na preferência das queridas consumidoras. Eram campanhas tão envolventes que a própria clientela se mobilizava, em defesa desta ou daquela marca. O território era disputado e dividido, palmo a palmo entre a Rinso e a Omo.

“Veja esta camisa...Tem brancura Rinso! Rinso lava mais branco!”. E o troco vinha na lata: “A alvura que só Omo dá, torna o sabão antiquado! É a miraculosa potência de limpeza de Omo!” Era

uma guerra aberta e a Rinso chegou ao cúmulo de publicar um anúncio de página inteira, nas revistas femininas daqueles tempos dizendo: “Alegria no tanque!” e logo abaixo explicava; “chegou revolucionário sabão granulado feito especialmente para lavar com a metade do trabalho, deixar a roupa mais branca, conservar mais a roupa!” e fechava no rodapé da página com um bordão bem típico da época: Rinso lava melhor devido ao seu “môlho” super-espumoso”. A Omo devolvia na bucha: “Roupa limpa dá orgulho! Omo lhe dá a roupa mais limpa de sua vida!”. Impressionante!

Acredite se puder, mas as duas marcas tinham suas caravanas e percorriam o país, mostrando ao vivo para as donas de casa, as vantagens e os milagres de seus produtos. Eu ainda era menino de calças-curtas, no dia que o ônibus da Caravana Rinso chegou em Fernandópolis. As donas de casa e as “mocinhas casadoiras” daqueles tempos ficaram em polvorosa e lotaram o antigo Cine Fernandópolis, para “ver o filme da Rinso”, ganhar folhetos explicativos e concorrer ao sorteio de caixas de sabão em pó! É mole?

Havia ainda a “guerra dos sabonetes” ou melhor a “guerra das estrelas” de Hollywood. “Para ele você é tão linda quanto uma estrela de cinema”, dizia um dos anúncios com a exuberante Ava Gardner, fechando no rodapé com o não menos famoso bordão: “Sabonete Lever – usado por 9 entre 10 estrelas de Hollywood!” E a marca Lux, que ainda não era da Unilever, dava o troco trazendo



do páginas com Marlene Dietrich, Marilyn Monroe, Rachel Welch, Úrsula Andrews, Amália Rodrigues e a belíssima Jane Fonda: “Lux é o meu tratamento de beleza!”, dizia a famosa atriz que brilhou no famoso filme Barbarella.

E as colônias e os perfumes femininos daquela época? “Avon chama!”. Essa frase que ficou famosa era o famoso código secreto das revendedoras Avon que batiam de porta em porta trazendo as novidades e os últimos lançamentos da indústria cosmética. O carro-chefe da Avon era o Pretty Peach, presença certa em

9 entre 10 penteadeiras dos anos dourados. Depois veio o Acqua Fresh, que deve estar no mercado até hoje. Mas, a sofisticação ficava por conta do “Marqueza de Ségur”, da Atkinsons, que tinha como slogan a frase esnobe: “On-de há nobreza e aristocracia, também está presente Atkinsons”. Agora, sucesso mesmo fizeram as populares marcas Tabu e Cachemir Bouquet (ambas com colônia e talco). Ah, cheirinho bom. Mas cá nós, a melhor guerra do mundo sempre foi e sempre será a Guerra do Sabão. Semana que vem tem mais. Até lá!

**ACADEMIA  
DELTA  
FITNESS**

**MUSCULAÇÃO MASCULINO / FEMININO, TREINAMENTO FUNCIONAL**  
**TREINAMENTO PERSONALIZADO, ZUMBA, JUMP, G.A.P E WORK MIX**  
**ACOMPANHAMENTO COM NUTRICIONISTA ESPECIALIZADO**

**R. Brás Cubas 1567, Centro- Ouroeste-SP**

*A primeira escola ninguém esquece...*  
**EDUCAÇÃO INFANTIL**

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

Auto Mecânica  
**OUROCAR**

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

**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







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

• Por **CLARIUS**

## MINUTINHO: Mais um pouco

Quando estiveres à beira da explosão, na cólera, aguarda mais um pouco e o silêncio nos poupará enormes desgostos.

Quando fores tentado a examinar as consciências alheias, guarda os princípios do respeito e da fraternidade mais um pouco e a benevolência nos livrará de muitas complicações.

Quando o desânimo impuser a paralisação de tuas forças na tarefa a que foste chamado, prossegue agindo no dever que te cabe, exercitando a resistência mais um pouco e a obra realizada será a nossa bênção de luz.

Quando a revolta tocar o teu coração, usa a humildade e o entendimento mais um pouco e não sofreremos o

remorso de haver ferido corações que devemos proteger e considerar.

Quando a lição oferecer dificuldades à tua mente, compelindo-te à desistência do progresso individual, aplica-te ao problema ou ao ensinamento mais um pouco e a solução será clara resposta à nossa expectativa.

Quando a ideia de repouso sugerir o adiamento da obra que te cabe fazer, persiste com a disciplina mais um pouco e o dever bem cumprido será nossa alegria perene.

Quando o trabalho te parecer monótono e inexpressivo, guarda fidelidade aos compromissos assumidos mais um pouco e o estímulo voltará ao nosso campo de ação.

Quando a enfermidade do corpo trazer pensamentos de inatividade, procura

rando imobilizar-te os braços e o coração, persevera com Jesus mais um pouco e prossegue auxiliando aos outros, agindo e servindo como pudes, porque o Divino Médico jamais nos recebe as rogativas em vão.

Em qualquer dificuldade ou impedimento, não te esqueças de usar um pouco mais de paciência, amor, renúncia e boa vontade, em favor de teu próprio bem estar.

O segredo da vitória, em todos os setores da vida, permanece na arte de aprender, imaginar, esperar e fazer mais um pouco.

**André Luiz / Chico Xavier.**

Do livro “Apostilas da Vida”

## CRÔNICA:



### Algo por eles, neste Natal

Natal! É sempre é tempo de pensar nos outros um pouco mais.

## Pensamento da Semana

*“Ótimo que tua mão ajude o vôo, mas que ela jamais se atreva a tomar o lugar das asas.”*

DOM HÉLDER CÂMARA



vontade renovadas.

Nada de reclamações, nada de pessimismo, nada de palavras que mais nos afundam do que nos salvam.

Seriedade, sim. Compromisso com o bem, sempre. Porém, não deixemos que esses ares tão cheios de alegria se percam ao longo dos próximos meses.

Não nos esqueçamos de manter esse laço sempre apertado, o laço entre nós e o Criador, através da prece.

Conversemos sobre nós, façamos nosso balanço, agradeçamos, reflitamos. Pegamos algo, se achar que devemos, mas peçamos com sabedoria.

Não deixemos de orar pelo mundo e por aqueles que sofrem, pelos menos esclarecidos, pelos que caem, pelos que ainda não despertaram.

Jesus estará nascendo para eles também.

**Redação do Momento Espírita.**

# 12º Leilão Direito de Viver

em prol

HOSPITAL DE CÂNCER DE BARRETOS  
Fundação Pio XII  
O HOSPITAL DO AMOR

## construa sua VIDA salvando VIDAS

**11 de Dezembro/2016 (Domingo)**  
**Almoço das 11 horas às 13 horas**  
(Adquirir seu ingresso)

**Recinto de Festa de Peão “Kioskão”**  
**Mira Estrela - SP**

**Informações / Coordenadores:**  
**Macarrão / Zezé Magalhães**  
**“Você é nosso convidado especial, venha e traga seus amigos para um ato de solidariedade em favor da vida”**

**APOIO: PREFEITURA, CÂMARA DO MUNICÍPIO E O POVO DE MIRA ESTRELA**

ROTARY A SERVIÇO DA HUMANIDADE

**O ROTARY CLUB DE OUROESTE**, através de seu Presidente José Carlos dos Santos ( o “**Carlão Preto**”).....agradece:

- ao apoio recebido em todos os eventos realizados pela **FAMÍLIA ROTÁRIA DE OUROESTE**, durante este ano.
- todas as doações recebidas em campanhas de solidariedade,
- a todos os colaboradores voluntários e patrocinadores,
- a participação da comunidade, em todas as campanhas realizadas em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde.

E,

**DESEJA FELIZ NATAL** a todos, **que o ANO NOVO** seja de realizações plenas, para juntos estarmos sempre dispostos a servir o próximo, pois o amor é o melhor sentimento que existe e é nele que encontramos toda força, coragem e motivação!

**Rotary**  
Club de Ouroeste  
ANO ROTÁRIO 2016 / 2017

# FARMAVIDA

DROGARIA E PERFUMARIA

**Dr. Roney Ribeiro**  
Farmacêutico Responsável  
CRF 38906  
Cel. (17) 99603-9898

Entregas e Aplicações em Domicílio  
(17) **3843-1252**  
(17) **99616-7443**

**Avenida dos Bandeirantes nº 1689 - Centro - Ouroeste/SP**

# MAGNUS

SUPLEMENTOS

Cel. (17)  
**99723-5108**  
f **Magnus Suplementos**  
@magnussuplementos  
Av. dos Bandeirantes nº 1.807 - Ouroeste-SP

# Ki Delícia

RESTAURANTE CASA DOS SABORES

(17) **3843-2309** (17) **99661-0479**

**RUA ANTONIO RAPOSO, 1455 - CENTRO - OUROESTE/SP**

# Villa Lanches

LANCHES, PORÇÕES E CALDO

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

*Aceitamos cartões de débito e crédito*

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







# social



Muitos anos de vida para **Juliana Fuzatti**, também homenageada neste sábado pelo seu aniversário.



O empresário **Marcos Fernando** também aniversaria neste final de semana. No **click** ao lado da esposa **Alessandra** e das filhas **Vitória** e **Valentina**.



O Lions Clube de Ouroeste, por meio do Casal Presidente CL. Donizete Francisco de Brito e DM. "Cidinha", parabeniza a jovem **Naira Quirino**, filha da Companheira Sonia Quirino, que comemorou idade nova ontem.

**Cursos Preparatórios para CONCURSOS PÚBLICOS**

**SUS** Sistema Único de Saúde

**Correios**

**TRE/SP**

**VENHAM CONFERIR**

**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



A última quinta-feira foi de muitas homenagens para **Soninha Santos**, que celebrou seu aniversário ao lado do esposo **Sérgio Teixeira**, familiares e amigos.



Felicidades para o aniversariante **Etivaldo Gomes**. O carinho dos amigos, familiares e do seu pai **Vadão Gomes**.



Amanhã o dia será especial para **Washington Luis**, que juntamente com a namorada **Suélen Naiara** e amigos vai comemorar mais um aniversário.



Festa amanhã para **Vinicius Franco**, também dando boas vindas à nova idade.

**CORTAMOS PELA METADE DA METADE, PARA VOCÊ TER O DOBRO DO DOBRO DE BENEFÍCIOS.**

**25 ANOS**

COLÉGIO COOPERE

No nosso aniversário de 25 anos, quem vai comemorar é você: várias vantagens nas novas matrículas e também para alunos que indicarem amigos. Venha conferir pessoalmente as surpresas adicionais que preparamos de presente para você. Mas é por tempo limitado - vem, que sai negócio! Coopere. 25 anos atuante na comunidade, 100% de aprovação.

LIGUE AGORA: 17. 3462-6555 | FANPAGE: [www.facebook.com/Colegio-Coopere-25-Anos-Jubileu-de-Prata](http://www.facebook.com/Colegio-Coopere-25-Anos-Jubileu-de-Prata)



**Laila Cezarini** festejará mais um ano de vida na segundona, já em clima de festa ao lado do marido **Leandro Junio**.

**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](mailto:climacold.arcond@gmail.com)

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

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

Manutenções e Segurança

**ASB**

Tel. (17) 99602.7489  
98202.4897

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

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

**Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897**

Ouroeste - SP

**SUPER GÁS LIGEIRINHO**

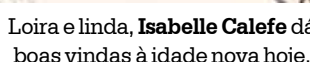
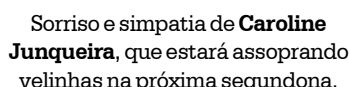
Gás & Água Compre pelo Disk 24 Hrs

**99742-5858**  
**3843-1283**

PROMOÇÃO DE INAUGURAÇÃO  
GÁS R\$47,00  
ÁGUA R\$6,50

Rua Fernão Dias Paes Leme, 831 - JD. das Flores - Ouroeste - SP







**MINI CHURROS**

RS **0,79**



**PUDIM**

RS **3,99**



**BATATA COM CHEDDAR E BACON**

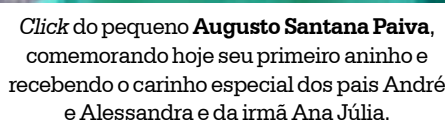
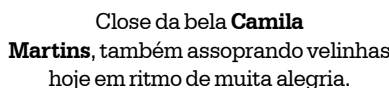
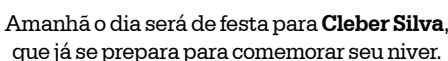
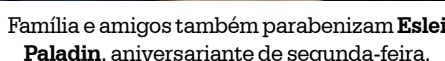
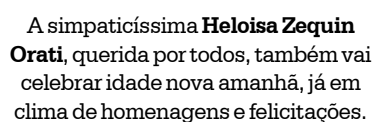
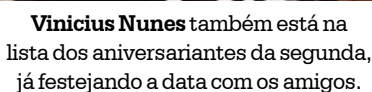
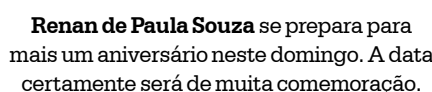
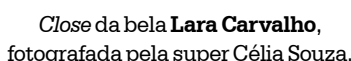
RS **9,90**

**ENTREGAS:**  
**3465 0100**

AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS - CENTRO | 1309  
 FACEBOOK.COM/DOMMUSFERNANDOPOLIS



**Dominus**  
EXPRESS



ATENDIMENTO COM HORA MARCADA

**Podoclínica**  
*Podologia - Estética*

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

**3462-4336**

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

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

Apoio:  
***o extra***   
o extra é uma marca da

[illegible]



# celebridades

## Final “Cúmplices de Um Resgate”: SBT exibirá show da C1R e filme “Carrossel” na despedida da trama

Atenção galera, é melhor ir se preparando para a programação especial que o SBT está planejando fazer para o público. Na próxima terça-feira (13), a emissora vai ter seus horários recheados de títulos que todo mundo ama. Além das emoções do último capítulo de “Cúmplices de Um Resgate”, vem muita coisa por aí!

Se você já está com o coraçãozinho apertado com a despedida da galera da novela protagonizada por Larissa Manoela, uma surpresa vai deixar todo mundo bem animado para acompanhar o desfecho da história! Você vai saber como será o final da trama e, em sequência, o canal do Silvio Santos exibirá o supershow da banda C1R, gravado em São Paulo. Após is-



SBT exhibe programação especial para a galinha teen

so, a sessão de filmes “Cine Espetacular” exibirá “Carrossel - O Filme”, que conta também com Maisa Silva e Jean Paulo no elenco.

Pra quem está por fora, durante a gravação do show, o elenco de “Carinha de Anjo” também deu as caras e soltou a voz! Definitivamente, a noite

vai ser bastante especial para os fãs das produções teen. Na próxima terça-feira (13), a partir das 20h30, a programação vai ser incrível no SBT.

## Record bate o martelo e não renova contrato de Britto Jr.



Britto está fora da Record em 2017

A Record decidiu não renovar o contrato de Britto Jr. e o apresentador ficará na emissora apenas até o dia 31. O jornalista já foi informado que a emissora não tem mais interesse em seu trabalho. Inclusive, em julho o canal já havia dito que não pensava em estender o vínculo e chegou a ofe-

recer a possibilidade de antecipar a rescisão. O repórter disse ‘não’ e preferiu ficar na casa até o término de seu contrato. Vale lembrar que Britto Jr. está na ‘geladeira’ desde 2015. Há alguns meses, o jornalista substituiu César Filho no “Hoje em Dia”, porém, só no período de férias do apresentador.



Bruno Gagliasso fala da filha e do lado empresário

## Bruno Gagliasso comenta sucesso da filha Titi nas redes sociais: ‘Fico assustado’

Paizão de primeira viagem, Bruno Gagliasso está feliz da vida com a chegada da filha, Titi. Por outro lado, ele também ainda se surpreende com o sucesso da menina, que já tem até fã-clube nas redes sociais. “Eu fico assustado, mas, desde que não invada nossa privacidade, tudo bem”.

O ator, que adotou a menina junto com sua mulher, Giovan-

na Ewbank, contou ainda que já tinha esse desejo. “Sempre tive essa vontade, mas não foi nada planejado, simplesmente aconteceu. Não existe momento certo nem lugar certo. Era para ser ela”, comentou Bruno, em entrevista.

Dono de empreendimentos em diversas áreas, Bruno Gagliasso falou ainda sobre o seu lado empresário.



## Em última semana na Globo, Jô pede ‘perdão’ ao juiz Sergio Moro

O apresentador começou a atração com um esclarecimento aos telespectadores. “Eu quero esclarecer uma coisa. Ontem viralizou uma notícia de que eu ia entrevistar o juiz Sergio Moro aqui no programa. O boato foi tão grande nas redes sociais que até eu acreditei. Foi só um boato. Eu convidei o juiz Sergio Moro uma vez, duas vezes, aí a pedido de todas as jornalistas da minha equipe, eu tentei. Mas ele falou: ‘eu não posso dar uma entrevista, que aí eu tenho que dar entrevista pra todo mundo’. Eu quero dar parabéns ao juiz Sergio Moro por ter resistido a esse assédio. Até peço perdão por essa minha insistência que foi muito mais do jornalista, do que do artista”.

Em outro momento, o apresentador anunciou a última semana de seu talk show. “Na próxima semana, que é também a última semana do ‘Programa do Jô’, na Globo, o dia das ‘Meninas [do Jô]’ vai ao ar na quinta-feira, porque sexta-feira vai o último programa”, disse. Normalmente o quadro “Meninas do Jô” é exibido nas quartas-feiras.



Jô fala sobre tentativa de entrevista e despedida

## horóscopo

**ÁRIES**  
Sua busca pelos prazeres pessoais lhe leva a gastar com supérfluos, neste momento em que Lua e Vênus formam quadratura sobre os setores material e social. Procure controlar seus impulsos, pois você pode acabar colocando as finanças em risco. Que tal curtir a paz e a simplicidade?

**TOURO**  
Lua e Vênus tensionados prejudicam a harmonia dos relacionamentos íntimos, especialmente ao que se refere aos embates territoriais, pois leva você a confrontar emoções de maneira mais dramática. Procure ter cuidado com a forma como você argumenta, pois ela tende ficar prejudicada.

**GÊMEOS**  
Situações antigas que ficaram mal resolvidas podem gerar conflitos afetivos, neste momento em que a Lua adentra o setor de crise, formando quadratura com Vênus. Não fique remoendo as mágoas. Foque suas atenções nas vitórias e situações positivas que podem ser elaboradas futuramente.

**CÂNCER**  
Você se mostra mais aberto para os problemas das pessoas a sua volta, neste momento em que a Lua ingressa no setor de amizades e forma quadratura com Vênus. Não se envolva demais com as situações alheias, pois você tende a absorver as necessidades dos outros. Ajude quem precisa, mas sempre impondo limites.

**LEÃO**  
Desafios na vida prática interferem em seu emocional, neste momento em que a Lua adentra o setor profissional, formando ângulo tenso com Vênus. Não deixe que os obstáculos lhe desanimem tão facilmente. Fortaleça sua confiança em si mesmo para que assim possa enfrentar os desafios.

**VIRGEM**  
Seus valores pessoais são questionados, neste momento em que Lua e Vênus estabelecem quadratura. Não deixe que as dificuldades apaguem a positividade, mantenha o otimismo em suas ações. Foque-se nas soluções e não nos problemas, pois eles podem piorar de acordo com a sua atitude.

**LIBRA**  
Os relacionamentos pessoais ficam afetados pela intensidade emocional que a passagem da Lua na oitava casa lhe traz. Cuidado para não exagerar em suas atitudes, tenha cuidado ao lidar com as pessoas. Que tal buscar atividades mais descontraídas para ocupar-se no dia de hoje?

**ESCORPIÃO**  
Você tende a agir de maneira carente nos relacionamentos pessoais, neste momento em que a Lua transita pela sétima casa, estabelecendo quadratura com Vênus. Avalie se existem aspectos emocionais mal trabalhados e cuide deles com atenção visando à superação. Seja mais racional.

**SAGITÁRIO**  
Sua produtividade diminui, neste momento em que Lua e Vênus formam quadratura, entre as sexta e terceira casas. Mesmo que precise superar certos desafios, procure conduzir as ações de forma prática, afinal, não adianta desperdiçar seu tempo ficando em cima das dificuldades.

**CAPRICÓRNIO**  
Sua habitual confiança na vida social fica hoje fragilizada com a entrada da Lua na quinta casa e sua quadratura com Vênus. Fique mais recolhido e procure descansar, curtindo momentos mais serenos ao lado das pessoas que você gosta. Procure ter atenção redobrada quanto aos gastos.

**AQUÁRIO**  
Problemas de convivência entre pessoas mais próximas se tornam um desafio, neste momento em que Lua e Vênus estabelecem quadratura entre o setor familiar e seu signo. Não se envolva nesses conflitos. Ao defender seus interesses, saiba expor de maneira imparcial seus argumentos.

**PEIXES**  
Lua e Vênus estabelecem quadratura, tensionando os setores de comunicação e de crise, o que exacerba as emoções e acaba prejudicando sua imagem pública. Procure superar as inseguranças, buscando ficar de bem com você mesmo. Acima de tudo, mantenha o otimismo e a positividade.



ASSISTÊNCIA MÉDICA VETERINÁRIA

**Fone (17) 3843-2053**

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

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



CRECI 67022

**IMOBILIÁRIA OUROESTE**

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

99634.9809 VIVO

99117.3735 CLARO

99738.4407 VIVO

Pipoca Algodão doce Doces p/ festas

Ouroeste - SP







# Benefícios da **Vitamina D3** para a saúde

As vitaminas são substâncias necessárias para o nosso crescimento saudável, normalmente conseguimos as quantidades necessárias através da nossa alimentação, mas algumas vezes a dieta não é suficiente e é preciso que o seu médico prescreva um suplemento da vitamina carente. A vitamina D é especialmente necessária para a saúde dos nossos olhos, dentes e ossos, é uma vitamina solúvel em gordura que é armazenada nos tecidos gordos do organismo. A principal função desta vitamina é ajudar o corpo a absorver cálcio e fósforo. Em ocasiões, pode resultar complicado obter o suficiente através dos alimentos. É por isso que existem algumas pessoas que tomam suplementos, os quais são ricos em duas formas distintas: D2 (ergocalciferol) e D3 (colecalciferol).

A vitamina D3 contribui na regulação dos níveis de cálcio e fósforo no sangue. Além disso, tem um papel importante no desenvolvimento dos ossos e dos músculos. É por isso que doenças ósseas, como a osteoporose são dadas por uma deficiência da presença de vitamina D3.

Todas as células do ser humano tem necessidade do apoio da vitamina D3. Por isso, torna-se de grande importância revisar os nossos níveis para determinar se contamos com a quantidade suficiente. Os dados são claros: mais de 80% da população adulta não conta com a quantidade adequada. E, para surpresa de todos, não apenas as pessoas que residem na latitude norte que vivem em regiões onde as chuvas são abundantes. Afeta muitos mais.

**EFEITOS BENÉFICOS DA VITAMINA D3:** ■ Colabora com a saúde do sistema cardiovascular. ■ Melhora o ren-

dimento do organismo antes de competições esportivas. ■ Retarda o envelhecimento. ■ Protege e contribui para o revestimento cutâneo. ■ Luta contra o declínio das capacidades auditivas. ■ Fortalece a saúde dos ossos e músculos. ■ Possui uma ação moduladora de tecido adiposo, o que envolve um efeito positivo sobre as pessoas que sofrem de obesidade. ■ Evita a perda de melanina, pigmento que favorece a saúde da pele. ■ Existem aqueles que asseguram que regula o sono, no entanto, é um benefício que ainda não foi cientificamente provado por completo, por isso essa propriedade não é clara.

## ALIMENTOS COM VITAMINA D

Algumas pessoas optam por ingerir a Vitamina D em forma de suplementos, para alcançar a recomendação diária, que é de 600 International Units (IUs) para adultos.

Os indivíduos com maior propensão a desenvolver doenças relacionadas à falta de Vitamina D no organismo são os bebês prematuros, crianças e os idosos, quando não há uma boa alimentação e não pegam sol com frequência. É por isso que é importante incluir alimentos ricos em Vitamina D em uma dieta diária.

■ **1. Óleo de Fígado de Bacalhau:** O Óleo de fígado de bacalhau tem sido um suplemento popular por muitos anos, pois tem altos níveis de Vitamina D. O óleo de fígado de bacalhau tem uma concentração

variada de Vitamina D e você deve verificar a fórmula antes de comprar.

■ **2. Ovo:** A gema do ovo é uma excelente fonte de Vitamina D. Pois, ela possui cerca de 37 IUs de Vitamina D por ovo.

■ **3. Ostras:** As Ostras são uma excelente fonte de diversas vitaminas, tais como Vitamina B12, Zinco, Ferro, Manganês, Selênio, Cobre e a Vitamina D. Cada 100g do seu consumo, contém cerca de 81 IUs de Vitamina D.

■ **4. Suco de Laranja:** O Suco de laranja é um ótimo exemplo de Alimentos Rico em Vitamina D. Além disso, ele fornece uma quantidade importantes de cálcio e da Vitamina C. Lembre-se que cada copo de 200 ml de suco tem cerca de 88 e 150 IUs de Vitamina D.

■ **5. Atum enlatado:** O Atum é um ótimo alimento é ainda fornece uma quantidade significativa de Vitamina D. Cada 100g de atum enlatado e conservado em água fornece 154 IUs. Além disso, o atum conservado em óleo contém ainda mais Vitamina D, sendo mais gorduroso.

■ **6. Cogumelos:** A maioria dos cogumelos comprada em lojas possui muito pouca Vitamina D, mas verifique o rótulo nutricional: Alguns produtores comerciais expor seus

cogumelos à luz ultravioleta, que dispara o teor de Vitamina D, chegam a ter cerca de 100 a 275 IUs por 3 porções. E algumas variedades, como a prima (178 IUs), morel (173 IUs), e o maitake (243 IUs), naturalmente proporcionar uma dose significativa em cada 3 porções.

■ **7. Sardinha:** A Sardinha enlatada é uma ótima opção de alimentos ricos em Vitamina D. A lata de sardinha contém cerca de 46 IUs, que repre-



sentam cerca de 13% do valor recomendado diariamente.

■ **8. Salmão:** Os peixes são uma excelente fonte de alimentos ricos em Vitamina D. O Salmão é um belo exemplo, pois ele oferece aproximadamente 100g do alimento enlatado oferecem 650 IUs, mais do que você precisa para um dia.

■ **9. Bife de fígado:** O Bife de fígado é uma ótima opção de alimento rico em Vitamina D, pois 100g de seu consumo oferece 42 IUs de Vitamina D, além de ser uma ótima fonte de ferro.

■ **10. Leite:** Para muitas pessoas, quando se pensa em benefícios do leite, a primeira palavra que aparecer à mente é o cálcio. O leite também fornece quantidades substanciais de Vitamina D. Se você não tolera consumir lactose, escolha leite de soja, amêndoa ou arroz, pois contém quantidades semelhantes aos alimentos ricos em Vitamina D. Além disso, a cada 100ml de leite são encontradas 100 UI de vitamina D.

**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACOLITIZADAÇÃO), CIRURGIA DE MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

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

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

**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

**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

**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

**ACESSE:**  
**www.oextra.net**

**Informação com credibilidade**

**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

**Neuroclínica Cortezzi**  
*Dr. Valdir Cortezzi Jr.*  
Neurocirurgião - Neurologista  
CRM/SP - 113745

Consultório: Av. Expedicionários Brasileiros, 1158 - Tel: 17-3462 2870 / 3442 3339  
Hospital: Av. Afonso Cáfaro, 2630 - Tel: 17-3465 6211 - FERNANDÓPOLIS-SP  
www.neuroclinicacortezzi.com.br - email: drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br

*Entre de cabeça no mercado!*  
*Torne-se Corretor de Seguros e conheça as modalidades que vão mudar a sua vida profissional!*

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

**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: atendimento@funenseg.org.br  
secretariasp@funenseg.org.br

**www.funenseg.org.br/corretor**

**SÓ O ANGLO É ANGLO**

1º lugar entre as escolas particulares no **ENEM** 2015.

**1.610**  
**2.188**  
**3.614**

**anglo FERNANDÓPOLIS**  
**enem**

Rua Minas Gerais | 650 | Fernandópolis | 17. 3465.0868