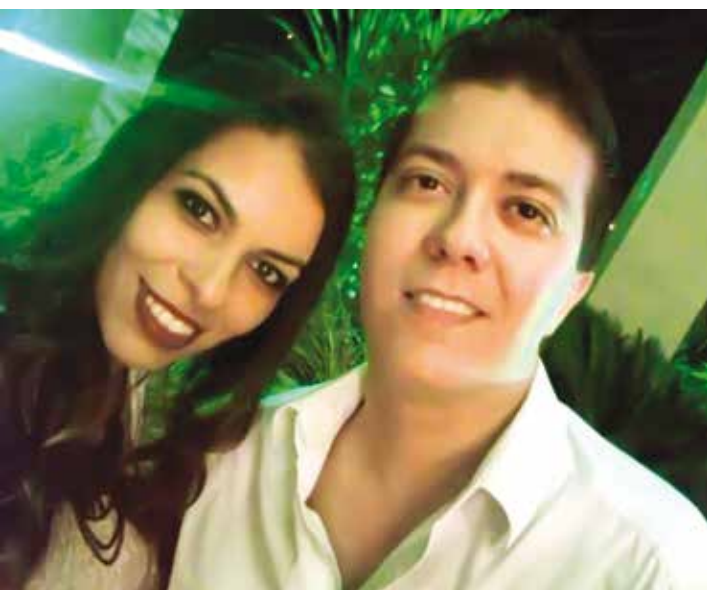


*"Esquecer é uma necessidade. A vida é uma lousa, em que o destino, para escrever um novo caso, precisa apagar o caso escrito."*

■ Machado de Assis - Escritor (1839 - 1908)



O jornalista **Breno Guarnieri** é felicitado por toda a equipe deste “O Extra.net”. Na foto, o carinho especial da amada **Regiane Oliveira**.



Sucesso e realizações para **Isadora Rodrigues**, que já se prepara para apagar velinhas amanhã.



**Gabriela Aydar Arantes** celebra a passagem de mais um ano de vida. Na foto ela aparece ao lado do namorado Rodrigo Faria.



**Bruna Fiori**  
Uzan recebe  
homenagens  
pelo seu  
aniversário  
hoje.



A servidora pública  
**Jandira Dias Fortunato**  
celebrou idade nova no  
último dia 15 e recebeu os  
cumprimentos de amigos e  
familiares. Parabéns!



**João Vitor Fuzatti**  
também tem motivos  
para comemorar neste  
final de semana.



Sorridente e de bem com a vida, **Afonso Mendonça** brinda a idade nova com muita festa neste domingo.



Selfie de  
**Gabriela  
Adriano,**  
que dá  
boas  
vindas  
à idade  
nova.



**SECOL UMA DAS MELHORES  
LOJAS DE REVESTIMENTOS  
CERÂMICOS E LOUÇAS SANITÁRIAS  
DO INTERIOR E LITORAL PAULISTA**

**SECOL**  
HOME CENTER

## RESTAURANTE

Paladar

- *Restaurante*
- *Serviço de Buffet*
- *Atendimento à Empresas*

**Av. Expedicionários Brasileiros, 1058 - Centro**  
**Fone (17) 3442-5353 - Fernandópolis - SP**  
**E-mail: paladarbuffet@uol.com.br**

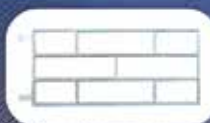
ACCESSE:  
**www.oextra.net**



**Informação** com  
**crédibilidade**



**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**

# PROCURA-SE

# GATO DA RAÇA SIAMÊS.

**ELE DESAPARECEU NA RUA JORGE AMADO 121 - BAIRRO ANTÔNIA FRANCO, PRÓXIMO AO MERCADO PEJÔ E CONDOMÍNIO BRASITÁLIA.**

## PAGAMOS RECOMPENSA

**R\$ 2.000,00**

**CONTATO: JOÃO VICTOR - TELEFONES: 99721-5483 OU 99664-4487**



# Pesca primitiva



Conta o meu amigo Mário Bortoluzzo, que sempre pescava com o Juliano Voltarelli (in memorian) e o Valter de Castro, o Valtinho da Caixa Federal, que certa vez foram pescar na famosa lagoa de Indaiatuba. Como não conheciam bem o local, pediram orientação para o capataz da fazenda, que não se fez de rogado; além de indicar os melhores pontos de pesca da represa, ainda deu algumas dicas e recomendou também alguns cuidados. Na lagoa havia muitos jacarés do papo-amarelo e cobras de tudo que era tipo.

A pescaria começou muito bem. Era só arremessar e logo fugar belas tilápias e acarás. Como se dizia antigamente, “era por e tirar”. Uma beleza de pescaria. Em um determinado momento, o Juliano avistou uma baita duma jaracuçu preta, com o pescoção de fora, cortando água e vindo em direção ao grupo. Mais do que depressa, avisou o Valtinho e juntos pegaram um pedaço de pau que dava prá matar um elefante. Esperta, a cobra mudou de rumo e sumiu no meio da lagoa. Até o meio dia, viram pelo menos umas cinco cobras menores. Nem é preciso dizer que estava todo mundo de antena ligada.

E o Valtinho, precavido como sempre, não saía de perto do pedaço de pau. Certa hora, ele viu uma cabeça preta saindo de dentro d’água. Desesperado, não teve duvida e nem pensou duas vezes; mandou o porrete com fé e vontade na cabeça do bicho, que afundou e desapareceu naquela imensidão de água.

Minutos depois, viram uma enorme traíra boiando, completamente grogue. Era a tal cabeça preta que o Valtinho tinha acertado. Segundo o Mário, aquela foi a pescaria mais primitiva que se viu até hoje: pegar peixe na paulada!



APAIXONADOS  
POR PESCARIA

 17. 99669.3030

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

 /pescanipon  /pescanipon

Av. Angelo Del Grossi | 342 | Bairro Boa Vista | Fernandópolis-SP

Letra Obrigatória  
FUVEST/UNICAMP 2019



**O CORTIÇO**  
Raulíze Azevedo

Quinta-Feira  
21/03 às 20h

Teatro Municipal

Info. 3442.3797

Ponto de vendas

 R. Espírito Santo 1556, Centro

Ingressos antecipados com desconto: [www.bilheteriaspress.com.br](http://www.bilheteriaspress.com.br)

Apoio Cultural:



Apresentam

**À Fabulosa História do Patinho Feio**



**Patinho Feio**

Quinta-Feira  
22/03 às 20h

Teatro Municipal

Info. 3442.3797

Ponto de vendas

 R. Espírito Santo 1556, Centro

Ingressos antecipados com desconto: [www.bilheteriaspress.com.br](http://www.bilheteriaspress.com.br)

Apoio Cultural:



Escritório Despatchante

**Lider**

ASSESSORIA CONTÁBIL E ADMINISTRATIVA LTDA-ME

Contabilidade Escrita Fiscal  
Abertura e Encerramento de Empresa  
Declarações e Requerimentos

Escritório de Contabilidade  
E DESPACHANTE LIDER



Fone (17) 3843-1651

Rua Antonio Raposo, 1469 - Centro - Ouroeste SP

CLUBE DA MEMÓRIA

Histórias do Tempo do Botinão

■ Por CLAUDINEI CABREIRA



# Lembra do famoso “Trio Parada Dura”?

Aqueles que viveram o auge de sua juventude, aqui em Fernandópolis, por volta dos anos 60 e 70, vão se lembrar direitinho de como eram as coisas no nosso tempo. Apesar das nossas escassas alternativas de lazer, a gente esperava todo final de semana, contando nos dedos os dias e as horas que faltavam, para poder reunir a “patota” e pegar um cinema, depois um passeio pelo footing da praça da Matriz, uma esticada numa quermesse, fazer uma seresta, ou ainda, matar o tempo, dando um nó no canudinho de coca-cola, com meia dúzia de amigos, “empatando” uma mesa do Minuano, o ponto de encontro da moçada, esperando dar a hora de rumar para o salão do FEC e curtir mais uma brincadeira dançante, ou aquele baile de gala tão aguardado.

Mas, para aqueles que ainda não tinham atingido a maioridade, ou seja, completado os dezoito anos de idade, a vida naqueles dias, era mais do que complicada. Primeiro porque nossos pais eram prá lá de rigorosos, duros na queda, sempre impondo horário pra gente chegar em casa. As mocinhas, coitadas, eram levadas no “cabresto curto”, ou seja, tinham de estar em casa até no máximo dez horas da noite. Com os rapazes, até que havia certa tolerância quando infringiam o horário combinado. Mas o “sabão” era caprichado e sempre certo.

Havia uma amiga da nossa turma, que sempre chegava em casa, rigorosamente antes das dez da noite. Conversava com os pais, dava boa noite e ia para o seu quarto. Uma hora depois, quando todos da casa já estavam dormindo, ela jogava alguns travesseiros sobre a cama e um cobertor sobre eles. Abria a janela cuidadosamente, saindo pé ante pé, para voltar ao encontro da turma. Um dia, coitada, seu plano foi descoberto. Um escândalo, uma vergonha, naquela família tão recatada e tradicional. Resultado: além do “Sermão da Montanha”, ficou de castigo um mês inteiro, sem poder sair nos fins de semana com os amigos. O nome da moçoila? Não revelo nem sob tortura!

Mas havia algo pior que isso. E os menores daquela época, sabiam muito bem do risco que corriam, tanto que a gente sempre ficava de olhos bem abertos, igual o lema dos escoteiros, víamos em estado de alerta o tempo inteiro. Esse algo pior, era a temida perua Kombi branca, do Juizado de Menores, pilotada pelo Oficial de Justiça e também Comissário de Menores, Antonio dos Santos, o famoso Tonicão, que fazia a ronda noturna pelas ruas da cidade, vasculhando bares, salões de snooker, quermesses e outros lugares proibidos e impróprios para os menores.

Tonicão era um homem alto e forte, sempre elegante com o seu chapéu de feltro preto, trajando uma impecável camisa branca de linho e calça azul marinho de legítimo Tropical Inglês, pelo seu tamanho e postura, sempre botava ordem e respeito no pedaço. Ele sempre chegava de surpresa e em suas abordagens, e olhando para o menor, mostrava com o dedo indicador, o marcador do horário do relógio indicando que já era mais de dez horas, portanto, era hora de menor de idade ir pra casa. A conversa era bem curtinha. Aliás, Tonicão não era de muita conversa. E nessa hora ninguém discutia, porque não seria um bom negócio desatar uma autoridade em público, e sair do local sendo levado prá casa, no banco do carona da famosa Kombi do Juizado. Se isso acontecesse, seria o pior dos mundos,

porque mais tarde, com os nossos pais, a encrenca seria bem maior.

Como não havia outra saída, a gente sempre concordava com sua “recomendação”, e dizia que já estava indo. E ia mesmo. Dado o recado, ele seguia adiante, sem se preocupar, porque sabia que sua ordem sempre era cumprida ao pé da letra. Pelo menos comigo e com meu grupo de amigos sempre foi assim. Quantas e quantas vezes não fiquei com uma baita raiva dele, por ter que deixar uma animada mesa, cheia de amigos maiores de idade, numa quermesse, num barzinho ou sair de uma mesa de bilhar no melhor momento do jogo...

Se com a gente ele era rigoroso, com seus filhos era mais rigoroso ainda. Numa noite de sábado, por volta de 22 horas e uns poucos minutos, numa de suas costurmeiras varreduras, passando pelo antigo Copacabana Bar, que ficava na esquina da rua Brasil, com a antiga avenida Cinco, hoje Av. Paulo Saravalli, viu seu filho mais novo, o Nelsinho, ainda menor de idade, belo e folgado sentado numa mesa do bar, feliz da vida tomando coca-cola, acompanhado da namorada. O rapaz tinha 17 anos e a moça 21 anos.

Tonicão chegou na mesa e apontou o dedo para o mostrador do relógio, perguntando se ele preferia ir prá casa sozinho ou de carona na perua do Juizado. Claro que o mocinho não abriu o bico, e

quando já estava se levantando da mesa pra pagar a conta, a namoradinha saiu em defesa do rapaz:

- Sr. Antonio, não tem problema nenhum, ele pode ficar comigo. Fico como responsável por ele, eu sou maior de idade, já tenho 21 anos completos...

Antes que a mocinha continuasse a heróica defesa de seu amado, Tonicão resumiu toda a questão numa simples frase:

- Moça, acho bom a senhora fechar o bico, porque senão preendo você, por aliciamento de menor!

E pensar que até pouco tempo atrás alguns pais e jovens reclamavam, achavam um absurdo o Toque de Acolher, implantado na cidade pelo então juiz da Infância e Juventude, Evandro Pellarim... Eles precisavam ter conhecido de perto o rigor do comissário Tonicão, e sua famosa Kombi do Juizado de Menores; a dureza do delegado Divino Domiciano da Silva e o seu fiel escudeiro Sargento Campos, com aquele veloz jipe capota de aço, apelidado por uns de Corinthiano, porque era preto e branco, e também de “Donna Justa”, por outros. Esse sim era o famoso Trio Parada Dura. Com eles não tinha moleza e a conversa era bem curtinha mesmo. Depois, pra endurecer ainda mais o jogo, veio o serviço de Rádio Patrulha, com aqueles fuscas vermelhos e pretos, logo apelidados de “Joaninhas”. Bons tempos aqueles. Semana que vem tem mais. Até lá.



CRÍSTAL CAR  
LAVA JATO



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

° Higienização de Ar-Condicionado

(17) 99784-2211

Av. Bandeirantes, 1256

# ‘Projeto Cultural Piloto’ é lançado pela Secretaria Municipal de Educação

Oficinas são desenvolvidas nas escolas da rede pública municipal

→ **SECOM**  
Prefeitura de Fernandópolis

As oficinas culturais despertam sensibilidade para a área artística, uma vez que o desenvolvimento global do ser humano contempla esse campo do conhecimento. Crianças e adolescentes que passam pela experiência artística certamente terão mais facilidade para lidar com as pessoas, para trabalhar em equipe, para se expressar, tanto na fala, quanto na escrita, além de possivelmente poder incorporar para suas vidas o compro-

misso e a disciplina que o trabalho os ensinará. Através de uma parceria entre as secretarias municipais de Educação e de Cultura, foi criado em Fernandópolis mais um importante trabalho desenvolvido com alunos. O ‘Projeto Cultural Piloto’, com foco no desenvolvimento dos estudantes da rede municipal, teve início há poucos dias e já vem apresentando importantes resultados. Para o início dos trabalhos, que é desenvolvido por meio de atividades culturais, foram selecionadas quatro escolas que atendem em

tempo integral, sendo elas: ‘Alberto Senra’, ‘João Garcia Andreo’, ‘Pedro Malavazzi’ e ‘Melvin Jones’ (Agrícola). A atividade artística escolhida para o pontapé inicial do projeto foi o Teatro. A Secretaria de Cultura entrou na parceria cedendo o profissional Fábio Sanches para ministrar as aulas e coordenar todo o processo de desenvolvimento do referido projeto, através da formação de grupos teatrais dentro das escolas. Esses grupos, ao final do ano, poderão apresentar os resultados atingidos na Mostra Estudantil de Teatro (em

outubro) e, possivelmente, em outros eventos da mesma natureza realizados em todo o Estado de São Paulo. O projeto tem um caráter piloto e está em fase de adaptação. A perspectiva é expandir as atividades para toda a rede de ensino municipal e agregar ao conteúdo outras atividades do segmento cultural, como a Dança Música, Artes Plásticas e Literatura. O objetivo, de acordo com os organizadores, é criar um Centro Educativo Artístico/Cultural. “Num primeiro momento já é possível notar uma diferença comportamental das crianças



Alunos de quatro escolas do município já contam com as aulas teatrais do projeto

envolvidas no projeto. Essa diferença começa no ambiente escolar e, com o passar dos dias, atinge toda a comunidade ao seu redor. Além disso, possíveis apresentações de espetáculos, resultado das atividades ao longo do ano, terão relação direta com a sociedade que os assistirão. Esse público terá a oportunidade

de estar em contato com um tipo de arte que não é comum no dia-a-dia. Tal experiência trará uma visão diferente sobre os temas abordados nos espetáculos. A Arte, por si só, é transformadora, podendo quebrar preconceitos e despertar novas ideias e possibilidades”, explanou o professor Fábio.

eterniun

“

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

”

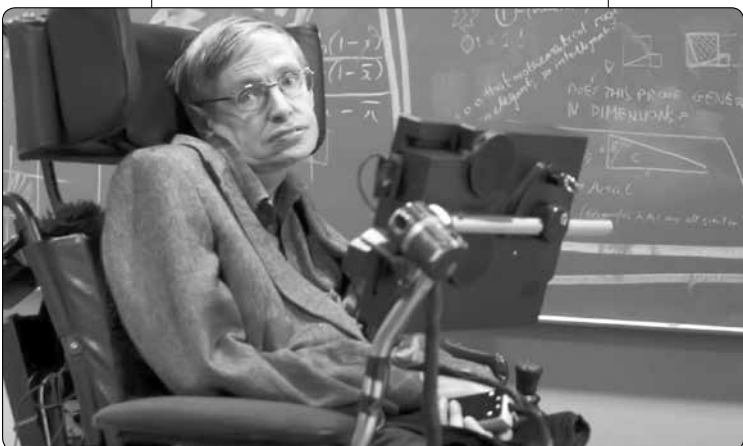
• Por **CLARIUS**

**MINUTINHO: O Físico Stephen Hawking**

Sua história é a prova de que, apesar de todas as dificuldades, jamais devemos deixar de lutar. Palamos do físico Stephen Hawking, falecido na última quarta-feira, 14, um exemplo de determinação por resistir por muitos anos à esclerose lateral amiotrófica. Um dos cientistas mais importantes do mundo, senão o maior deles, ocupava o cargo de professor lucasiano emérito na Universidade de Cambridge, vaga que também já foi de Isaac Newton. Só por esse fato já podemos entender a grandiosidade desse homem. Mas para chegar a esse lugar, foram necessários muitos esforços e sacrifícios. A história desse cientista merece ser contada não somente porque reflete a construção de uma das maiores mentes do mundo, mas também por toda a superação que ela representa. Hawking nasceu em 8 de janeiro de 1942 em Oxford, na Inglaterra. Quando fez 8 anos de idade, se mudou para St. Albans, cidade localizada a cerca de 30 km de Londres, capital do país. Quando chegou o momento de Hawking escolher qual seria sua graduação, optou por matemática, ao contrário da medicina, que seu pai tanto queria. Mas acabou se formando em física, em Cambridge. Foi durante os seus primeiros anos em Cambridge que Hawking foi diag-

nosticado com Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA). Essa é uma grave doença degenerativa, o que significa que lentamente ele foi perdendo a função dos músculos. Primeiro foram as pernas, depois os braços e após o pescoço. Por isso, sua mobilidade foi bastante limitada. Depois de contrair pneumonia, ele passou por uma traqueostomia e desde então passou a se comunicar por um sintetizador de voz. Porém sua capacidade intelectual sempre permaneceu intacta. O que torna Stephen Hawking um homem excepcional é o fato de que o diagnóstico não o impediu de continuar trabalhando e desenvolvendo suas teorias. Sua contribuição para a comunidade científica foi tamanha, que a Intel desenvolveu métodos para que ele pudesse se comunicar com menos dificuldade. Infelizmente, esse sistema era controlado pela musculatura da bochecha e essa habilidade foi perdida diariamente. Mas para impedir que o físico pas-se a sofrer de síndrome do aprisionamento, diversas empresas de tecnologia se uniram para desenvolver uma solução especialmente para ele. Esse é um avanço que beneficia a comunidade científica, mas principalmente

todos os outros pacientes de ELA no mundo. Stephen Hawking foi um físico especializado em cosmologia teórica e gravidade quântica. Ao longo de sua vida, escreveu inúmeros livros que definitivamente contribuíram para o avanço das discussões sobre singularidades no espaço-tempo. Essa é uma evolução do raciocínio de Einstein sobre a relatividade.



Ele não apenas contribuiu com teorias que avançam o conhecimento humano sobre o espaço, mas também tornou a ciência possível e entendível para pessoas fora do seu espectro. Diagnosticado com ELA, ele chamou atenção para essa condição. Graças a ele, diversas empresas se uniram para propor soluções que melhorem a qualidade de vida de diversos outros pacientes no mundo. Hawking nasceu em 8 de janeiro

**Pensamento da Semana**

“ *Não exijas dos outros qualidades que ainda não possuem* ”.

**FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER**

de 1942, exatamente 300 anos após a morte de Galileu, e morreu na mesma data do nascimento de Albert Einstein (14 de março de 1879).

**Clarius - Compilações.**

## CRÔNICA A Justiça (mudou?)

Conta uma antiga lenda que, na Idade Média, um homem muito bom e religioso foi injustamente acusado de ter assassinado uma mulher. Na verdade, o autor era pessoa influente do reino e, por isso, desde o primeiro momento procurou-se um “bode expiatório” para acobertar o verdadeiro assassino. E todos sabiam. O homem foi levado a julgamento e o resultado foi a condenação à forca. Ele tinha consciência que tudo seria feito para condená-lo e que teria poucas chances de sair vivo desta história. O juiz, que também estava combinado para levar o pobre homem à morte, simulou um julgamento justo, fazendo, ao final, uma proposta ao acusado que provasse sua inocência. Disse o magistrado: - Sou de uma profunda religiosidade e por isso vou deixar sua sorte nas

mãos do Senhor. Escreverei em um pedaço de papel a palavra inocente e noutro pedaço a palavra culpado. Você sorteará um dos papeis e aquele que sair será o veredicto. O Senhor decidiu seu destino, determinou o julgador. Sem que o acusado percebesse, o juiz separou os dois papeis, mas em ambos escreveu “culpado”, de maneira que, naquele instante, não existia nenhuma chance do acusado se livrar da forca. Não havia saída. Não havia alternativa para o pobre homem. O juiz colocou os dois papeis em uma mesa e mandou o acusado escolher um. O homem pensou alguns segundos e pressentindo a vibração, aproximou-se confiante da mesa, pegou um dos papeis e rapidamente colocou-o na boca e o engoliu. Os presentes ao julgamento reagiram surpresos e indignados com a atitude do homem. - Mas o que você fez? E agora? Como vamos saber qual o seu real veredicto? - É muito fácil, respondeu o homem. Basta olhar o outro pedaço que sobrou e saberemos que acabei engolindo o seu contrário. Mais que imediatamente o homem foi libertado.

**Biblioteca Virtual do Meu Sonho Não Tem Fim**

**ISSO TUDO SÓ AQUI**

**INFOTECH**  
INFORMÁTICA

**William Cobacho**  
(17) 99707 5459  
Visita Técnica sem custo

**Assistência Técnica especializada em:**  
Computadores, Notebooks, Impressoras, Tablets e Redes

**Serviços**  
Formatação, Limpezas internas e externas, configuração de redes, impressoras e sistemas, Troca de Telas  
Vendas de periféricos de informática

**AGORA COM PARCERIA MORIA CARTUCHOS**

**A cada 5 recarga a 6 é GRÁTIS**

Recarga de Toner Preto.....R\$ 45,00  
Recarga de Cartucho Tinta Preta.....R\$ 10,00  
Recarga de Cartucho Tinta Colorida.....R\$ 15,00

Xerox - Impressão - Scanner - Plastificação - Encadernação  
impressão de segunda via de Boletos - Gravação de CD/DVD

**NET RUBI** **INTERNET**  
3 Mb R\$ 64,90  
5 Mb R\$ 84,90  
Avenida Bartolomeu Bueno nº 1331A  
Centro - Ouroeste/Sp

Ligue Já Contrate seu Plano

**NET RUBI**  
Infotech Ouroeste

**Limp Oeste**  
Limpeza e Produtos para Higiene

Piso Lavanderia Cozinha Piscinas Descartáveis

**Piso - Lavanderia - Cozinha - Higiene Geral Tratamento de Piscinas - Descartáveis**

Fone: (17) **3843-1264** / Cel. (17) **99609-1052**  
E-mail: limpoeste.ouroeste@hotmail.com  
R. Augusto Bastos, 650 - PQ. Industrial 1  
Ouroeste - Cep 15685-000 - SP

**Aniversariantes da Paróquia São João Batista de Ouroeste**

**Aos Dizimistas aniversariantes desta semana, o nosso agradecimento pela generosidade para com a Paróquia São João Batista de Ouroeste.**

**Ser Dizimista é uma questão de fé**

**São João Batista**

- Milton César Turco
- Ademar Pereira de Souza
- Eldon Balsanúfo de Oliveira
- Wilques Ribeiro Fernandes
- Adriana Flávia Macedo
- Erminda Machado de Oliveira
- Maria Elena Moreira
- Sirley de Paula e Silva
- Orozina Feliciano de Oliveira
- Manoel Americo Tomas Terezo
- Mathilde Ferreira Sestari
- Vicente Pereira
- Pascoalina Estevão da Costa

- Paulo Pedroso de Freitas
- Regiléia Nunes Custódio Nakano
- Maria Antonia Bonifácio Teixeira
- Odair Rodrigues dos Santos
- Sonia Maria de Aquino Correia
- Joaquim Alves da Silva
- Doraci Maria Caberlim
- Arlete Azevedo do Espírito Santo
- Edvando Candido Mantai
- Luiz Carlos da Silva
- Nair Prestes Pinhel

# sua saúde

## Café: uma paixão com muitos benefícios à saúde!

Você ainda acha que tomar café faz mal? Pois saiba que o consumo do café de boa qualidade pode trazer muitos benefícios à saúde, conforme uma quantidade enorme de pesquisas mais modernas.

**PROPRIEDADES DO CAFÉ**  
O café é rico em antioxidantes. Essa ação irá inibir inflamações e reduzir o risco de doenças cardiovasculares e outras doenças inflamatórias prolongadas.

A substância mais abundante no café é a cafeína. Essa substância é da família da Metilxantina e é importante porque tem um efeito estimulante sobre o sistema nervoso central e está associada à melhora no estado de alerta, na capacidade de aprendizado e resistência ao esforço físico. Saiba mais sobre a cafeína.

Possui ação antibacteriana, antiviral e anti-hipertensiva. Contém algumas vitamina do com-

plexo B, que estão associadas ao bom funcionamento do sistema nervoso.

Contém potássio, zinco, ferro, magnésio, diversos minerais em pequenas quantidades e a famosa cafeína. Ainda possui aminoácidos, proteínas, lipídeos, além de açúcares e polissacarídeos. Segundo o site da ABIC, o principal segredo é que o café possui uma enorme quantidade de polifenóis antioxidantes, chamados ácidos clorogênicos (que também ajuda na perda de peso).

**O CAFÉ AJUDA NO DESEMPENHO MENTAL?**

Após estudos, pesquisadores chegaram à conclusão de que o café pode potencializar a qualidade no trabalho, tanto em termos de produtividade quanto em termos de resultados. Uma simples xícara é capaz de mudar o expediente de um profissional, fazendo com que ele trabalhe mais e melhor. A bebida melhora a ca-



pacidade de realizar atividades complexas, que demandam tomada de decisão e planejamento. Também melhora a memória, a concentração e ainda aumenta a eficiência das atividades.

Ao acordar e tomar a tradicional xícara de café, você está tomando uma dose de energia diária. O café aumenta o ânimo e a disposição para cumprir as atribuições profissionais, evitando o surgimento de sonolência e dis-

tração, além de aumentar o estado de alerta, melhorar o humor e a motivação.

O café é uma bebida que aumenta a vigilância visual e auditiva, melhora a velocidade de reação, otimiza a precisão em tarefas complexas, melhora a aprendizagem e auxilia no desempenho da memória de curto prazo. Como se não bastasse, a cafeína causa efeitos sensoriais responsáveis pelos mecanismos de prazer

e motivação, tão fundamentais no ambiente de trabalho. O café é, sem dúvida nenhuma, um alimento funcional capaz de melhorar a qualidade de vida das pessoas em vários aspectos, incluindo o físico, mental, social e profissional.

**SUPERCOMBINAÇÃO: CAFÉ + SONECA**

Todo mundo sabe que o café deixa a gente mais produtivo e alerta. Mas qual a relação do café com o sono?

Existe uma forma de potencializar ainda mais o efeito de uma boa xícara de café graças à relação entre a bebida, o sono e um neuromodulador chamado adenosina.

Ao tirar uma sonequinha de 20 minutos, acordamos bem e dispostos. Ao dormir mais tempo que isso, é provável que você acorde mais sonolento, indisposto e cansado.

O sono é dividido em duas fa-

ses, uma mais leve e outra profunda. Nós não entramos em sono profundo automaticamente. Primeiro, adormecemos naquele sono leve (quando ocorrem os sonhos) e só depois substâncias do corpo são liberadas para nos "dopar" de forma a cair no sono profundo.

Uma soneca curta — de 20 minutos — é incapaz de nos jogar no sono profundo. É por isso que o rápido cochilo nos deixam mais bem-dispostos e um período mais extenso de sono pode nos deixar para baixo, caso seja interrompido.

Se você estiver sonolento, deve tirar uma soneca ou tomar um café? Resposta: ambos! Tome um café e imediatamente vá tirar uma soneca de até 20 minutos. No momento que vc acordar, a cafeína vai estar começando a fazer o seu maior efeito. O resultado na clareza mental e nível de produtividade é incrível, experimental!

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

**DR. JOÃO VICTOR Santicchio Ferrarezi**  
OPTALMOLOGIA - CRM 139.658  
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

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

**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 Cáfaros, 2630 - Tel: 17-3465 6211 - FERNANDÓPOLIS-SP  
www.neuroclinicacortezzi.com.br - email: drvaldir@neuroclinicacortezzi.com.br

**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

## Casa & Rancho

**NL NOVA LUSITANA**  
FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

**3442-3667**

AV. AMADEU BIZELLI, 1426 - CENTRO - CEP 15600-000 - FERNANDÓPOLIS - SP

**ALEMÃO**  
**ELETRICISTA E ENCANADOR**  
SERVIÇOS EM CONSTRUÇÃO CIVIL E RURAL  
Limpeza de Caixas d'Água, Desentupimento de Esgoto, Reparos em Bombas

**NILSON** **JOSÉ APARECIDO**  
CEL: 99715-6282 CEL: 99709-7041  
AV. PAULO SARAVALLI, 798 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

**PINOTTI**  
**LOCAÇÃO**

**FONES: 17 3442-3013 3463-4875**

**99764-7370**  
**99144-1355**  
**98158-9181**

E-MAIL: pinottilocacao@yahoo.com.br

Av. dos Arnaldos, 2211 - Jd. Residencial Por do Sol - 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

**Proteja seu maior patrimônio**  
Instale um sistema de segurança monitorado 24 horas

**Segurança em boas mãos!**  
**Fone (17) 3442-4455**  
Av. Afonso Cáfaros, 2147 - Higienópolis - Fernandópolis - SP

A certeza de estar em boas mãos

**ELETRÔNICA GLOBO**

**Economia & Praticidade**

**(17) 3465-1500 • www.deaco.com.br**  
Av. Libero de Almeida Silveiras, 3452 - Coester Fernandópolis-SP

**DEAÇO**

**VIDRAÇARIA REFLEXOS**  
**VIDROS E ESQUADRIAS**

**17 3442-2779 99715-0790**  
f vidracariareflexosvidros  
vreflexosvidros@gmail.com

**REFLETINDO QUALIDADE EM SUA OBRA**

VIDROS TEMPERADOS / ESPELHO BISOTÊ / BOX DE VIDRO / ACRÍLICO  
TAMPÓS DE MESA / TELA MOSQUITOIRO / DIVISÓRIA EM EUCATEX  
**ESQUADRIAS DE ALUMÍNIO / MOLDURAS DE MADEIRA E ALUMÍNIO**  
FECHAMENTO DE ALUMÍNIO E VIDROS / FORRO PVC / PORTA SANFONADA

**Rua Rio de Janeiro, 1655 - Centro - Fernandópolis - SP** **Evandro Martins**

**Virtus Solis**  
energia solar  
**WWW.VIRTUSSOLIS.COM.BR**

**Até 90% de economia em sua conta**

**Banho de Hotel em sua casa**

**ENERGIA SOLAR** **AQUECEDOR SOLAR**

**AV. MILTON TERRA VERDI, 1543, CENTRO, FERNANDÓPOLIS (17) 3442-1443 | 3442-1383 | 98114-5533**

**copersol**

*Produzimos a sua Energia.*

**Energia Solar Fotovoltaica**

**Residências • Comércio • Indústrias**  
Rua Sebastião Braga Sobrinho, 33 • Por do Sol • Fernandópolis - SP  
CEP 15600 000 • 17 3462 5012 • 17 99746 8611  
**contato@copersol.com.br • www.copersol.com.br**

**TINTAS NOVA ONDA**

**(17) 3463-3486 (17) 99738-0810**

**RUA ESPÍRITO SANTO, 593 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS - SP**

**ASSINE oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

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

**PEÇA AGORA!**

# Autos & Bikes

## Honda traz o novo Civic Si cupê por R\$ 160 mil

O motor é 1.5 litro i-VTEC turbo de quatro cilindros a gasolina, que consegue entregar potência máxima de 208 cavalos

→ DA REDAÇÃO  
contato@oextra.net

Deu ruim, mas finalmente a Honda trouxe de volta ao Brasil a versão esportiva do Civic. As vendas devem começar no próximo mês, mas as primeiras unidades já foram entregues. O preço pode ser até considerado “salgado” para os padrões nacionais - sai por R\$ 159,9 mil, ou exatos R\$ 27,8 mil a mais que a última geração comercializada por aqui -, mas certamente empolgará amantes da marca nipônica. A versão mais esportiva do Civic usa o mesmo motor 1.5

turbo da versão Touring, mas recalibrado para render 208 cv e 26,5 kgfm de torque, sempre com câmbio manual de seis mar-

oferecido nas cores White Orchid Pearl (branco); Brilliant Sporty Blue Metallic (azul); Rallye Red (vermelho) e Crystal Black Pearl (preto). Dentre os dis-



chas, como manda a cartilha de esportivos. Além do motor mais potente, a versão cupê tem como destaques o botão Sport, que muda o comportamento do motor, direção e suspensão, faróis full-LED, assistente de faixa, rodas de 18”, bancos esportivos, partida por botão e escapamento central. Ele será

positivos tecnológicos embarcados estão a chave keyless, partida por botão, sistema LaneWatch e sistema multimídia com tela sensível ao toque de sete polegadas, conectividade com smartphones e navegador GPS. Junto com Si, a Honda traz também o CR-V Touring 2019, com preço de R\$ 179 mil, com motor de 179 cavalos e transmissão automática tipo CVC.

## C4 Lounge 2019 sai por R\$ 93 mil ou R\$ 69 mil para PcD

A Citroën apresentou nesta semana o “novo” C4 Lounge 2019. Não se trata de uma nova geração, mas de uma reestilização, sobretudo na dianteira, com faróis, grade e para-choque redesenhados e novas rodas e lanternas traseiras com interno refeito e luzes de LEDs. Produzido em Buenos Aires, o Citroën C4 Lounge 2019 chega ao mercado brasileiro com preços a partir de R\$ 69.990 (para Pessoas com Deficiência), sendo oferecido nas versões Live, Feel e Shine. Atualizado visualmen-

te e em termos de conteúdo, o sedã médio da marca parisiense se renova em um momento que a PSA deixou de oferecer para os clientes comuns o Peugeot 408, que agora só está disponível em nível para vendas diretas e frotistas. Agora, são apenas duas versões voltadas para o público geral. A primeira é a Feel, que vem equipada com quatro airbags (frontais e la-

terais), controles eletrônicos de tração e estabilidade, assistente de partida em rampa, interior revestido em couro, ar-condicionado com duas zonas de temperatura e rodas de liga leve de 17 polegadas, pelo preço de R\$ 93.920. Internamente o C4 vem com nova central multimídia com tela touch de 7 polegadas, que incorpora os comandos do ar-condicionado. Compatível com as tecnologias Apple CarPlay e Android Auto, o equipamento permite espelhar celulares. O quadro de instrumentos passou a ser digital, mas sem a tecnologia TFT.



**SUZUKI LANÇA A V-STROM 1000 XT**

lançada em junho de 2017, finalmente a versão aventureira da V-Strom chegou ao Brasil. Ela custa R\$ 52 mil e vem com motor de 100 cv, embreagem assistida, rodas raíadas aro 19 e parabrisas com três modos de regulagem. ABS e controle de tração completam o pacote da big trail.

**KAWASAKI ER-6N: A NAKED DE ENTRADA**

la já está há tempos no mercado mas tem visual arrojado, motor bicilíndrico que ultrapassa os 200 km/hora e ao contrário das “maiores”, é bem fácil de pilotar em baixa velocidade. Com 71 cv e no Brasil desde 2009, é considerada uma boa compra àqueles que terem adentrar no mundo da “alta cilindrada”.

## máquinas & karangos

**LAVA RÁPIDO Karango's**  
3442-4435 / 99789-7090 / 99151-7090  
SISTEMA LEVA E TRÁZ  
POLIMENTO - CRISTALIZAÇÃO  
LAVAGEM DE TAPETARIA  
HIGIENIZAÇÃO DE AR CONDICIONADO  
LAVAGEM DE TAPETES RESIDENCIAL  
LAVAGEM COMPLETA C/ ELEVADOR  
PRÓXIMO À RODOVIÁRIA  
RUA PORTO ALEGRE, 467 - FERNANDÓPOLIS - SP

**AUTO ELÉTRICO CISFER**  
CONsertos DE PARTIDAS, ALTERNADORES E INSTALAÇÃO EM GERAL  
Fones: (17) 3442-5506 99784-3190 99784-3102  
AV. LITÉRIO GRECCO, N.º 2415 - FERNANDÓPOLIS-SP

**FERRO VELHO DESMONTADORA BRASIL DE VEÍCULOS**  
VENDAS DE PEÇAS DE REUSO SEMI-NOVOS  
COMPRA-SE CARROS BATIDOS  
Fones: (17) 3442-3655 / 99674-9317 - vivo  
www.desmonteferrovelhobrasil.com.br  
E-mail: ferrovelhobrasilfer@gmail.com  
Av. Litério Grecco, n.º 1575 - Jd. Araguaia - CEP 15000-000 - Fernandópolis - SP

**SANTA LUCIA AUTO PEÇAS**  
FONES (17) 3442-1400  
Av. Expedicionários Brasileiros, 1570 - Centro - Fernandópolis - SP  
TUDO O QUE SEU CARRO PRECISA ESTÁ AQUI!

**BOI AUTO CENTER**  
SUSPENSÃO, FREIOS, LIMPEZA DE BICOS E MECÂNICA EM GERAL  
3442-4646 3442-5458 99719-7143  
Av. dos Arnaldos, 1708 - Fernandópolis - SP

**Marcelo Funilaria e Pintura**  
17 99614-2083  
Rua Porto Alegre, 730 - Jd. Santa Rita - Fernandópolis - SP

**TROCA DE ÓLEO**  
A MELHOR TROCA PARA SEU CARRO  
EDUARDO (17) 99715-8529  
AV. ANGELO D. GROSSI N.º 390 - JD. STA RITA - FERNANDÓPOLIS - SP - CEP 15600-000

**VDO REDE AUTORIZADA**  
PEÇAS E ACESSÓRIOS  
TACÓGRAFOS - RODOAR INSTRUMENTOS  
TUDO PARA CAMINHÕES  
TAPEÇARIA PARA AUTOMÓVEIS  
Fone: (17) 3463-9000  
Avenida Luiz Brambatti, 1946 - São Sebastião - Fernandópolis - SP  
www.draccessorios.com.br - dr.pecas.accessorios@bol.com.br

**FENATRAN VISTORIA VEICULAR**  
FONE 3442-4772  
EMPRESA CREDENCIADA DE VISTORIA  
E-mail: fenatranfernandopolis@outlook.com  
AV. LIBÉRIO ALMEIDA SILVARES, 2644 - COESTER - FERNANDÓPOLIS

**RETIFICA RAMOS**  
RETIFICA E RECUPERADORA DE PEÇAS: Blocos, Virabrequim, Cabeçotes, Comando, Bielas, Motores Diesel, Álcool e Gasolina.  
Vendas de peças novas para Motores  
FONE (17) 3442-4480  
Cel. (17) 99715-5957  
Av. Luiz Brambatti, 2036 - Vila Machado - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

**ACESSE: www.oextra.net**  
Informação com credibilidade

**Supermercado MATICOLLI**  
AGORA O CLIENTE AMIGO TEM MAIS UM BENEFÍCIO: O CARTÃO SUPER COMPRAS  
ESTACIONAMENTO AMPLO E COBERTO  
Avenida dos Bandeirantes, 1544 - Fone: (17) 3843.1376 - Fax 3843.1259 - Ouroeste - SP

## Criptograma

Dica para a palavra-chave oculta:  
Reconhecido mundialmente como um dos símbolos do capitalismo.

Índios norte-americanos.	🐦		🐦	🕒	✂️	🔧
Não tem cabelos.	🕒		👤	🔧	🕒	🐦
Fazem barulho quando assoprados.	🐦		🔍	🎵	🔊	🔧
Réptil.	✈️		🕒	🐦	👤	🔧
Em segredo.	🔑		🍏	🔍	🌿	🔊
Utilizado para carregar água em regiões inóspitas.	🕒	🐦		🎵	🔍	🌿
Somente um olho.	🕒	🐦		🌿	✂️	🔊
Adjetivo pátrio.	🐦	🔧		🍏	🐦	🔑
Item essencial nos aviões antigos.	✂️	🔧		🔍	🕒	🔧

## Caça Palavras

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

ABELHA

CARRO

BANDEIRA

AMBULANCIA

AVIAO

BEBE

ARANHA

BALOES

BICICLETA

ARVORE

## Jogo dos 7 Erros



Marcos A. Lopes Rodrigues

Fone: 17 3843-1772

Cel. (Vivo): Whatsapp  
17 99733-2145

marcos@arapongaseguros.com.br

Av. Bandeirantes, nº 1.842  
Centro - Ouroeste/SP

Lavanderia  
Ouroeste

Direção:  
Cleusa Peroni

Fornecemos Nota Fiscal

Buscamos e entregamos em Domicílio

Lavamos e passamos  
qualquer tipo de roupa

vivo 17 99646-9916

Claro 17 99222-8789

Av. dos Bandeirantes nº 1.119 - OUROESTE

## Resumo de Novelas

**TEMPO DE AMAR**  
Sábado, 18h00

Os capítulos finais não foram divulgados pela emissora.

**DEUS SALVE O REI**  
Sábado, 19h15

Amália e Afonso vão atrás de Emídio. Latrine diz a Brumela que Lucrécia está sendo acusada de forma leviana. Naná e Betânia acreditam que Rodolfo esteja interessado em outra mulher. Levi consegue fugir da carroça e Emídio sai em busca do sobrinho com dois comparsas. Orlando explica a Lucrécia o plano de Rodolfo, e a rainha conclui que o marido foi manipulado por Catarina. Lucrécia confronta Catarina. Romero se oferece para treinar luta com Saulo. Todos se surpreendem quando Rodolfo anuncia Orlando como o novo Patriarca da Fé. Afonso luta com Emídio e ambos ficam em perigo.

**O OUTRO LADO DO PARAÍSO**  
Sábado, 21h00

Juvenal, Mariano e Gael elaboram um plano para resgatar os garimpeiros. Gael assume o comando da mina e exige que Sophia arque com todas as despesas da situação de emergência. Mariano descobre que ficou cego. A cirurgia de Adriana termina, e Aguiar alerta Henrique sobre os riscos que a jovem ainda corre. João expulsa Elizabeth do quarto de Adriana e afirma a Henrique que aproximará a enteada de Patrick. Renato beija Fabiana. Lívia pergunta por Mariano para Sophia. Leandra e Cleo decidem ir até a mina. Mariano permite que Cleo fale com Xodó. Cleo se declara para Xodó e pede que ele agente firme. Isabel e Raul se desesperam com o sumiço de Melissa. Patrick desconfia do médico de Adriana e Elizabeth teme o pior.

**MALHAÇÃO**  
Segunda-feira, 17h30

Gabriela e Rafael orientam Melissa, que promete se aproximar mais de Kavaco. Getúlio cobra que Érico consiga uma forma de levantar dinheiro. Marcelo comenta com Gabriela que desconfia do comportamento de Kavaco. Melissa e Jairo insistem em descobrir a origem do dinheiro de Kavaco. Pérola e Maria Alice conversam. Gabriela interroga Kavaco. Érico furta o celular de Hugo. Tito prepara uma surpresa para Flora e Heitor ajuda o neto. Paulo se incomoda por não conseguir falar com Gabriela. Gabriela flagra Kavaco com André.

**CARINHA DE ANJO**  
Segunda-feira, 20h30

O mágico faz a irmã Didi desaparecer em um truque de mágica. Todas ficam preocupadas que a irmã sumiu. A religiosa, porém, se escondeu para ninguém lhe encontrar. Zé Felipe e Miguel tentam encontrar pistas sobre a religiosa. Madre Superiora pede auxílio para o delegado Peixoto, pois desconfiam do mágico. Zé Felipe e Miguel encontram Didi no banheiro e a religiosa confessa que estava passando mal, com "piriri". Começa o aguardado evento do relançamento de um produto da Rey Café. A modelo e o fotógrafo contratados por Flávio planejam tudo para que as fotos transmitam intimidade entre Gustavo e ela. Didi reaparece e todos comemoram. Gustavo não percebe as maldosas fotos que são feitas de si.

**APOCALIPSE**  
Segunda-feira, 20h30

Gideon implora para Dylan não dizer nada à Tamar. Gláucia consegue se aproximar de Henrique. Benjamin diz não concordar com o projeto do exército dos robôs. Ricardo se sente contrariado. Gláucia finge interesse em Henrique para fazê-lo confessar os crimes. Gideon pede um tempo para contar a verdade para a família. Adriano tenta distrair Stefano. Glória se despede de Vittorio. André defende Ricardo e acaba discutindo com Benjamin. Talita desperta e se emociona ao saber de todo o ocorrido na seita. Zoe lê alguns jornais e descobre que Ricardo tentou matá-la. Luca procura Ricardo e fala de seu caso com Débora. César se entende com Guto.

# Humor

**BRIGA DE TRÂNSITO**  
Duas bichinhas passeando num carrão pela cidade, quando de repente, um caminhão freia bruscamente à frente delas. Pega de surpresa, a que estava ao volante, acaba batendo na traseira do caminhão.  
A batida não foi tão forte, mas o carrão ficou muito avariado. Foram logo tirar satisfações com o motorista do caminhão, um cara forte pra caramba, querendo que ele pagasse os prejuízos.  
Vendo que se tratava de viados, o cara muito puto começou a xingá-las. Uma disse:  
- Vou aqui perto telefonar pro pessoal vir fazer a perícia.  
E saiu andando às pressas!  
A outra bicha, ainda discutindo com o caminhoneiro, quando este vira e diz:  
- Eu vou é dar um "cacête" em vocês!!!  
Aí, ela grita:  
- Volta, Odete, volta! A gente já tá entrando num acordo!

**DUAS LOIRAS E UM FUSCA**  
Duas loiras estavam viajando numa estrada cada uma no seu Fusca. De repente o carro da frente quebra e as duas param na beira da estrada. A loira abre o capô dianteiro do Fusca e assustada fala para a amiga:  
- Amiga, você não vai acreditar, mas roubaram o meu motor....  
A outra corre para o seu Fusca, abre a tampa traseira e responde aliviada:  
- Não esquentar, eu tenho um motor reserva no meu porta-malas.

**CAIPIRA DANDO INFORMAÇÃO**  
O caipira está andando de bicicleta pela estrada, quando de repente pára um carrão importado ao lado dele, o motorista abre o vidro e pergunta:  
- Por favor, amigo... Esta estrada vai para São Paulo?  
- Sei não, Dotô... Mais si ela fô vai fazê uma falta danada pra nós!

**CONSELHO**  
O dentista estava muito mal-humorado atendendo um cliente:  
- O senhor procurou outro dentista antes de vir aqui?  
- Não, senhor. Eu fui à farmácia.  
- Para o senhor ver como as pessoas são irresponsáveis... E que conselho idiota o farmacêutico lhe deu?  
- Ele disse para eu procurar o senhor!



Nova Era Papelaria  
e Presentes

-Material Escolar

-Material para Escritório

-Brinquedos

-Embalagens para Presentes

-Encadernação e Plastificação

-Nova Era Papelaria e Presentes

(17) 3843-1673 | 99771-1360

# celebridades

## Mayra Cardi revela: “Fui abusada e sequestrada por um namorado”

Dono do seu nariz e defensora da igualdade entre os sexos, Mayra Cardi conversou com a revista Glamour sobre as dificuldades e tristezas pelas quais passou, dentre elas um abuso que sofreu do namorado. “Eu fui abusada e sequestrada por um namorado, e posso te garantir que talvez esse seja o abuso mais recorrente e um dos piores. Na época, fui na delegacia abrir denúncia e nosso país, até então, dizia que brigas entre namorados eles não se envolviam. De lá para cá, as coisas mudaram. Um dos piores abusos é o psicológico”, afirmou a esposa de Arthur Aguiar.

Apesar de defender o que ela chama de igualdade, Mayra diz não gostar de rótulos e diz que posicionamentos não podem machucar outras pessoas. “Não levanto bandeira de nada. Não sou isso e nem aquilo.



“Na época, fui na delegacia abrir denúncia e nosso país, até então, dizia que brigas entre namorados eles não se envolviam”, realou a life coach

Eu não gosto de títulos. Sou a favor da igualdade e tudo que é demais machuca. Sou a favor da mulher pegar quem ela quiser, ir para cama com quem ela quiser, sem ter fama de puta. O homem sai com todas e tem fama de ganhão e eu não acho isso nada legal. Sou a favor de

sermos iguais de verdade. A vida é nossa e fazemos dela o que queremos. Sou a favor da mulher trabalhar. Sou a favor da mulher dividir as contas igualmente, no restaurante e em casa. Sou a favor de gente que gosta de gente. Não sou a favor de gente que se diz femi-

nista e fala mal da amiga que está postando foto da bunda dela no Instagram. Sou a favor de gente que tem uma vida e deixa o outro viver a vida dele sem julgar. Sou a favor de pessoas que falam de coisas e odeio pessoas que falam de pessoas”, analisa a life coach.



Lucio Mauro filho com o pai e o filho, Bento

## Lucio Mauro Filho comemora o aniversário de 91 anos do pai: “Guerreiro”

Lucio Mauro Filho emocionou os seguidores ao compartilhar nesta quinta-feira uma foto com o filho, Bento, e o pai, Lucio Mauro, em comemoração aos 91 anos do ator.

“91 anos! Lucio Mauro nunca é demais! Sua garra de viver é coisa de guerreiro. Sua sabedoria e generosidade são um norte pra mim. Me deu tanta coisa nessa vida, que eu me vejo na obrigação

de vivê-la em sua plenitude. Me deu todas as ferramentas pra isso. Obrigado, pai. Feliz Aniversário!”, festejou o filho no Instagram.

Lucio Mauro esteve internado em outubro do ano passado no Rio com uma gastroenterite (inflamação que afeta parte do intestino e estômago). No ano 2016, ele sofreu um AVC (Acidente Vascular Cerebral).



## Grávida e desempregada, seguidora pede R\$ 1 mil e Preta Gil doa

Uma seguidora de Preta Gil decidiu tentar a sorte e fazer um pedido à cantora. Grávida e desempregada, ela pediu R\$ 1 mil. As informações são da revista Quem.

“Preta, me arruma mil reais por favor. Estou precisando muito. Estou desempre-

“Posso te ajudar sim. Você pode mandar o seu contato por e-mail? Vamos conversar”, respondeu a cantora

gada, divorciada, grávida e com uma bebê pequena”, escreveu a seguidora.

Preta, que está de férias na Europa com o marido, leu a mensagem e decidiu atender ao pedido. “Posso te ajudar sim. Você pode mandar o seu contato por e-mail? Vamos conversar”, respondeu a cantora.

Nos comentários de suas fotos nas redes sociais, a ar-

tista também tem incentivado as seguidoras a se amarem mais. “Você ainda tem tempo para se libertar. Seja feliz”, disse diante do lamento de uma fã.

Para outra admiradora, a intérprete de “Vá Se Benzer” - música que ficou 12 horas fora do após ser lançada - também aconselhou: “Querida, só temos uma vida, então viva. Suas estrias não te

fazem menor ou menos bonita que ninguém. Por favor, se liberte”. Outra usuária disse qu passou a cogitar usar a peça depois de ver as fotos de Preta. “Você me encorajando a usar biquíni. Eu também tenho estrias na barriga e confesso que me incomoda muito. Muito obrigada por esfregar na minha cara que somos linda de qualquer jeito”, escreveu.

## horóscopo

**ÁRIES**  
Você retoma seus valores pessoais e fortalece a autoestima com o trígono Lua-Vênus. Mas Lua e Mercúrio opostos lhe aconselham a ficar mais reservada, pois há risco de confrontos ideológicos. Explore sua individualidade!

**TOURO**  
Você demonstra positividade e determinação diante da vida, com a harmonia Lua-Vênus em sua área de crise. A tensão com Mercúrio lhe aconselha a manter-se sob controle diante das situações inesperadas, o que lhe trará superações!

**GÊMEOS**  
O clima no meio profissional fica tenso, neste dia em que a Lua se aspecta com Vênus e Mercúrio. Antigas questões mal resolvidas vêm à tona e lhe demandam uma imparcialidade diante dos problemas. Prefira atividades solitárias!

**CÂNCER**  
O clima no meio profissional fica tenso, neste dia em que a Lua se aspecta com Vênus e Mercúrio. Antigas questões mal resolvidas vêm à tona e lhe demandam uma imparcialidade diante dos problemas. Prefira atividades solitárias!

**LEÃO**  
Boas oportunidades sociais devem surgir, pois a Lua passa por sua área de prazeres, formando trígono com Vênus. Divirta-se, mas deixe que as companhias surjam em vez de procurá-las. Mercúrio tensionado alerta para a falta de união!

**VIRGEM**  
Seu afeto é aflorado pelo trígono Lua-Vênus, que favorece a vida íntima. Curta bons momentos a dois, mas saiba lidar com as resistências trazidas pela tensão com Mercúrio. Exercite sua doação sem esperar nada do outro!

**LIBRA**  
Será preciso zelar pela qualidade das informações, pois a Lua passa por sua área de comunicação e forma oposição com Mercúrio, distorcendo sua visão dos fatos. A presença venusiana lhe deixa mais amorosa, aproveite!

**ESCORPIÃO**  
Fortaleça a autoestima buscando atividades que promovam seu bem-estar. O trígono Lua-Vênus harmoniza suas segundas e sextas casas e estimula a harmonia emocional, portanto aproveite. No entanto, Mercúrio tensionado alerta para gastos excessivos. Cuidado!

**SAGITÁRIO**  
Você chama as atenções por onde passa, pois a harmonia Lua-Vênus intensifica seu magnetismo pessoal. Interaja socialmente, mas cuidado com as críticas, que também se intensificam. A tensão com Mercúrio lhe pede discrição!

**CAPRICÓRNIO**  
Será preciso ficar recolhida neste momento, para harmonizar a mente e as emoções. A Lua passa por sua área de crise e se articula com Mercúrio e Vênus, lhe aconselhando a evitar ambientes competitivos ou com egos exaltados!

**AQUÁRIO**  
Ainda que se sinta impulsionada a se expor publicamente, por conta do trígono Lua-Vênus, a tensão com Mercúrio lhe pede uma visão mais estratégica ao lidar com os outros. Evite a exposição de aspectos mais íntimos, preserve-se!

**PEIXES**  
Sua abordagem criativa lhe coloca em evidência no trabalho, neste dia em que Lua e Vênus formam trígono. Mas a tensão com Mercúrio alerta que nem todos concordam com você. Será preciso ter sabedoria para contornar as diferenças!



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**



99634.9809 VIVO  
99117.3735 CLARO  
99738.4407 VIVO

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

**Pipoca Algodão doce Doces p/ festas**

**Ouroeste - SP**

capas da semana

# O que foi destaque nas edições diárias desta semana

**capas da semana**

**PM esclarece que não solicita patrocínio por telefone a empresários**

**Beneficiários do 'Bolsa Família' devem procurar UR's**

**Correios: sindicatos anunciam greve; parte das agências está aberta**

**Oficina 'Mulher em Cena' reúne mais de 200 participantes**

**Nascidos em maio e junho recebem abono a partir de quinta-feira**

**Blitz autua 15 motoristas em rodovia**

**Egressos do curso de Psicologia do PSF se destacam no mercado**

**Doriva exalta Novorizontino e Palmeiras**

**capas da semana**

**Secretaria interina assume rede municipal de Educação**

**Polícia investiga morte de jovem de 15 anos encontrada enforcada**

**PM. de São Paulo abre 2,7 mil vagas**

**Emef Zantedeschi faz primeira doação de produtos arrecadados na 'COPA-ZANTE'**

**capas da semana**

**Mulher é presa ao tentar pagar dívida do amásio com traficante**

**Adolescente é apreendido após descer de ônibus e tentar entregar maconha ao primo**

**Agenda Cultural traz espetáculos gratuitos**

**capas da semana**

**Mais de 50 kg de maconha são apreendidos pela PM**

**Ladrão bate carro furtado e acaba preso**

**Indústrias da região geram mais empregos em fevereiro**

**Solidariedade de matrícula dos atiradores será nesta sexta**

Terça-feira, 13 de Março de 2018 Edição 3.249

Quarta-feira, 14 de Março de 2018 Edição 3.250

Quinta-feira, 15 de Março de 2018 Edição 3.251

Sexta-feira, 16 de Março de 2018 Edição 3.252

# www.oextra.net

## Faça sua assinatura: 3442-2445

# Disk Tudo

**CLUBE TERERÉ**

ERVA DE TERERÉ

- Tradicional
- Tradicional Grossa
- Folhas Especiais
- Menta com Boldo
- Iced
- Bombas e Cuias

17 99673-4752 / 99722-1999

Rua Rio Grande do Sul, 1356 Centro - Fernandópolis - SP

**Gil Gás**

Agradecemos sua preferência.

**DISK GÁS E ÁGUA**

FERNANDÓPOLIS/SP

3442-1313 99722-7734

Aberto todos os dias das 7h00 as 22h00

**DOCES JUNINHO**

Doces e artigos para festas

Telefone: (17) 3462-7234

AVENIDA PRIMO ANGELUCCI, 56 - CENTRO FERNANDÓPOLIS - SP

**Hortifruti FAVERI**

100% selecionados

(17) 3462-1760 / (17) 99758-8579

Av. dos Arnaldos, 1783 - Centro - Fernandópolis-SP

# seu direito advogados

**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

**ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA**

Dr. Antonio José Pancotti

Dra. Patrícia Broim Pancotti Mauri

Dra. Márcia Broim Pancotti Vilas Boas

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

e-mail: advpancotti@terra.com.br

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

**Advocacia**

**Pedro Rodrigues Neto**

OAB/SP 128.068

**Juliana Passerini Rodrigues**

OAB/SP 312.859

Av. Manoel Marques Rosa, 1075 7º Andar - Sala 73 - Edifício Atlântis Fernandópolis-SP

CONTATO: 9442-5898 / 3921-4349

**Dr. Ronaldo Malacarne de Oliveira**

OAB/SP 79141

**Dra. Elith Darc de Oliveira**

OAB/SP 79134

**Dra. Lais Malacarne de Oliveira**

OAB/SP 326251

Fone: (17) 3442-4760 / 3442-5131

Rua Sergipe, 1323 - Coester - Fernandópolis - SP

**TIAGO MALERBA**

ADVOGADO

OAB/SP - 393-945

Trabalhista • Previdenciário • Cível

17-98182-4221 / 17-99765-7605 / 17-3442-7441

Rua Espírito Santo, 706 Centro - Fernandópolis-SP

CEP - 15600-000

**ADVOCACIA DR. MOACIR PONTES**

MOACYR PONTES

MAURO LEANDRO PONTES

MÁRCIA C. PONTES C. DE OLIVEIRA

FONE/FAX (17) 3442-4611

AV. MANOEL MARQUES ROSA, 1075 - 3º ANDAR SALAS 31 E 34 - FERNANDÓPOLIS-SP

**ADVOCACIA CASSADANTE**

DR. JOSÉ CASSADANTE JUNIOR

OAB/SP 102475

DRA. MELINA M. R. BORIN

OAB/SP 348405

(17) 3442-6296 / 3462-6642

RUA PORTO ALEGRE, 516 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS-SP

**ADVOCACIA**

MARCELO SUGAHARA FERREIRA - OAB/SP 259.868

ALINE SAIKI VANZO FERREIRA - OAB/SP 260.574

ARISSON SAIKI VANZO - OAB/SP 294.894

Av. Manoel Marques Rosa, nº 1536 - Centro - CEP 15600-000 Fernandópolis/SP - (17) 3462-2733

e-mail: marcelosferreira@adv.oabsp.org.br, alinesaiki22@gmail.com

**Fabício José Cussiol**

OAB/SP 213.673

Cel. Claro: 99131 6016 - Cel. Vivo: 99647 9979

e-mail: fabriciocussiol7@hotmail.com

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

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

**ACESSE: www.oextra.net**

Informação com credibilidade

# VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!

**RESTAURANTE PEIXÃO**

Desde 1972

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

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

**AOS DOMINGOS**

Almoço com Churrasco, Comida Japonesa e SHOW AO VIVO

REFEIÇÕES SERVIDAS EM FOGÃO À LENHA

SUCOS E REFRIGERANTES

PEIXES ASSADOS E FRITOS

PORÇÕES E SALGADOS

**Direção ZÉ MARIA E BIA**