



Amanda Tarlão é muito homenageada pela passagem de seu aniversário.



Selfie da querida **Fernanda Campos**. Ela comemora o niver neste sabadão.



Marielen Fernandes recebe os parabéns do namorado Cleber e de toda sua família.



Dauto Cardoso também apaga as velinhas nesta sexta. Na foto, ele recebe o carinho especial de sua amada Raíssa.



A belíssima **Aline Paiva Medri** celebra mais um ano de vida neste domingo. Na foto, ela aparece ao lado do pai **Vagner Medri**.



O querido **Thiago Ussêro** dá boas vindas à idade nova. Ele recebe o carinho especial da mãe Cleide Carvalho.



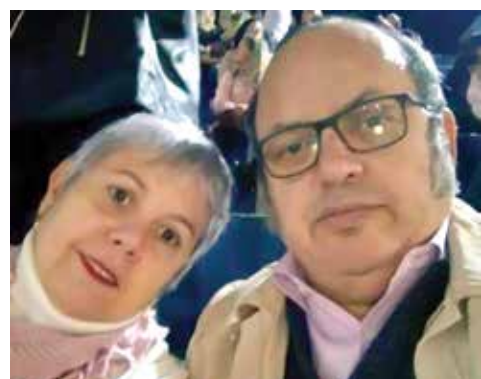
Hoje a festa fica por conta dele, **Gustavo Medri**. Parabéns!



Marco Antonio Colmati Lalo recebe muitas mensagens de carinho nesta data especial.



Cidinha Marquini festeja mais um niver nesta segundona. Parabéns!



Felicidades para **Angela Campos**, que neste dia 8 comemora idade nova. Ela recebe o carinho especial de seu esposo **Adilson Campos**.

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

Anne Eve
Chefe de cozinha

17 3462 7749
17 98156 5826
anneeve@me.com
/vilaeve

Vila Eve
Alimentação Saudável

Rua Rio de Janeiro, 2.153 - Centro - Fernandópolis-SP

RESTAURANTE

Paladar

PRAZER EM COMER

- Restaurante
- Serviço de Buffet
- Atendimento à Empresas

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

Temporada de

FLORES

PERMANENTES

Só aqui no GIGANTÃO !!!

Chegou da CHINA a NOSSA MAIS LINDA sessão de FLORES PERMANENTES

CLÍNICA DE OLHOS

CIRURGIAS E EXAMES COMPLEMENTARES

Dr. Gustavo de Oliveira Nogueira
CRM SP 116361

EXAME OFTALMOLÓGICO
REFRAÇÃO OCULAR
MAPEAMENTO DA RETINA
OFTALMOCOSPIA
RETINOSCOPIA
PRESSÃO OCULAR
LENTE DE CONTATO

Convênios:
Funerárias, Asforama, Unimed,
Funcionários Públicos e Aposentados

AVENIDA DOS BANDEIRANTES, 1716 - CENTRO - OUROESTE - SP

Ótica Santa Luzia

José David Pereira Filho

"Se o seu problema é à vista, a Ótica Santa Luzia vende a prazo"

Fone: (17) 3843.1292

Av. dos Bandeirantes, 1720 - Centro - Ouroeste/SP

REI DA PIZZA

Delivery e Salão

ABERTO TODOS OS DIAS A PARTIR DAS 19 HORAS

RUA JOÃO JOSÉ MARCHI, 1548 - JARDIM BELA VISTA - OUROESTE - SP

Faça seu pedido pelos telefones
99701-5964 | 99624-5964

ACEITAMOS CARTÕES DE CRÉDITO E DÉBITO

maestro VISA Electron BANRI COMPIAS mastercard VISA Diners Club International elo Hipercard

Viajando com a Sogra



Dia desses, prá variar, encontrei com o Compadre Geraldo de Mello, fazendeirão famoso e podre de rico, lá de Aparecida do Taboado. E aí, conversa vai conversa vem, perguntei da Dona Filó, da peonada, e por último, claro, perguntei da senhora mãe da Dona Filó, a “simpática” Dona Jandira...

Compadre Geraldo parece que não gostou muito, não. Meio que aborrecido, tirou o chapéu, coçou a careca e soltou as co-bras: “Compadre Chico, nossa conversa tava indo tão bem e você tinha que me lembrar da véia jararaca?” E eu querendo botar panos quentes, dizendo que não era bem assim, que na verdade as sogrinhas são a nossa segunda mãe, percebi que quanto mais eu falava, mais o compadre balançava a cabeça dizendo não.

- Compadre Chico, quer ver como eu tenho razão? Até hoje só levei minha sogra uma única vez numa viagem, logo quando era casado de novo e te garanto que fiquei satisfeito pelo resto da vida. Daquele dia em diante, jurei que no meu carro ela não entra nunca mais. Se passar mal, vai ter que ir de ambulância ou de taxi pro hospital...

- Mas compadre Geraldo, o que foi que aconteceu homem de Deus?

- Eu e a Filózinha tínhamos ido em São Paulo comprar umas coisinhas e levamos a véia encrenqueira junto. Sabe aquela média besta de genro novato, querendo agradar a onça?. Então, aí na viagem de volta, chegando perto de Matão, o guarda da Polícia Rodoviária mandou a gente parar o carro e foi logo falando:

- Seus documentos, por favor. O senhor estava a mais de 100, e a velocidade máxima desta rodovia é 80 km por hora...

- Não seu guarda, eu tenho certeza que só estava a 80 por hora. Aí a minha sogra, que estava no banco de trás, meteu a colher de pau no meio da conversa e garantiu pro guarda que eu estava andando a 120 ou mais! E o guarda então falou que a lanterna direita do carro não estava funcionando...

- A minha lanterna? Nem sabia disso. Olha seu guarda, ela deve ter pifado aqui na estrada...

E a Dona Jandira, entrou de novo na conversa:

- Ara Geraldo, que mentira mais deslavada! Você vem falando faz duas semanas que precisava trocar essa lanterna quebrada...

Aí eu fiz um sinal prá ela fechar o bico, mas isso só piorou as coisas. O guarda falou que eu estava sem o cinto de segurança, e eu expliquei que estava com ele e só tinha tirado o cinto, para poder pegar os documentos no porta-luvas.

- Ah, Geraldo, deixa disso... você nunca usa o cinto...

Aí compadre Chico, minha cabeça ferveu e a desgraça foi eu perder a paciência e gritar com a véia, mandando ela calar a boca, fechar a matraca. Nessa hora eu vi a viola em caco. A Filó começou chorar, a véia caninana também. O guarda foi lá, se inclinou na janela e perguntou prá caninana se eu sempre gritava daquele jeito com ela. E a maligna, fazendo cara de santa e beicinho:

- Não, seu guarda... ele só fica assim quando ele enche a cara de cachaça!

No final da década de sessenta, o famoso “Morro do Piolho”, onde hoje é o bairro Corinto, era talvez, o canto mais temido da cidade. Tudo por conta da fama de alguns de seus personagens lendários, tidos e havidos como valentões, que moravam e reinavam absolutos naquela região de Fernandópolis. A presença do Cemitério da Saudade nas vizinhanças, ajudava aumentar essa fama e receio. O povo daquela época era supersticioso demais.

O “Morro” não era nada daquilo do que diziam ou ainda dizem. Era apenas um dos bairros mais pobres da cidade, onde a maioria absoluta dos moradores era formada por gente de bem, onde até os meninos pequenos, davam um duro danado defendendo uns trocos para ajudar no orçamento doméstico. No ano de 1958, quando minha família deixou a zona rural e veio para a cidade. Fomos morar ali, mais propriamente numa das casas da chácara do “Compadre Cecílio”, que ficava na rua Lavínia. Além da Dona Santa, eram também nossos vizinhos as famílias de João Amicucci e dos Bonfá. Na mesma rua, também morou a família Pinhel.

Naqueles tempos duros, a energia elétrica ainda não havia chegado por aquelas bandas da cidade. As casas do bairro, a maioria delas de taipas (de barro), eram prá lá de modestas. Mesmo as poucas casas de alvenaria, eram bem simples, sem forro e com o piso de terra batida. Lembro que minha mãe jogava água no chão e depois varria a casa com vassoura de piaçava ou guachumbá.

Fogão a gás e geladeira, nem pensar. Eram luxos de gente abastada. Aliás, lá no “Morro” ninguém nem sabia o que era isso. Os alimentos eram preparados nos famosos fogões à lenha e nos grandes fornos de quintais. Lembro bem que a maioria das casas tinha seu “borralho” à lenha para assar pães e até peixes, sempre enrolados em folhas de bananeiras. Os meninos que estudavam e ainda trabalhavam fazendo um “bico”, durante uma parte do dia, faziam as lições de casa à luz de lamparinas. Lampião à gás era coisa meio que rara no bairro.

Mesada era coisa de filhinho de papai. Então, os meninos do “Morro do Pio-



lho” se quisessem ter uns trocados, se viravam como podiam. A maioria tinha sua caixa de engraxar sapatos, outros juntavam alumínio, fios de cobre, ferro e papelão para vender nos ferros velhos do Guripa ou do “seo’ Guilherme Bim. A gente já fazia coleta seletiva, sem saber o que era meio ambiente.

Hoje em dia o pessoal da periferia vai para zona rural para trabalhar no corte cana ou na colheita de laranjas. No nosso tempo, a gente ia “birolar”, apanhar algodão. Os adultos madrugavam, levavam suas marmitas e se empoleiravam nos caminhões dos “gatos”, que os levavam para grandes lavouras da região. A molecadinha, nas horas de folga da escola, ia para a chácara da Família Corinto, também trabalhar na colheita de algodão, que era plantado na área onde hoje é o Cemitério da Consolação.

Eram dias felizes. Lembro até que havia uma saudável disputa entre os meninos, para ver quem apanhava mais arrobas de algodão durante um dia. Sábado era dia de pagamento, então, com a “bofunfa” no bolso, a gente se sentia os donos do pedaço. Podia frequentar as matinês de domingo à tarde no Cine Fernandópolis, e até fazer algumas extravagâncias, comprando gibis e depois tomando vaca preta, igual gente grande, lá na antiga e saudosa Sorveteria Nosso Bar. A vida era dura, mas tinha lá também as suas recompensas.

Ao contrário do que se possa imaginar, nascer e viver no “Morro do Piolho” não foi uma desgraça, muito menos uma desventura.

É verdade que a nossa infância não foi fácil, mas vivendo naquele ambiente de grandes dificuldades, mais tarde, essa experiência valeu a pena. Tudo que vivenciamos, para nós valeu como se tivéssemos passado por um rigoroso mestrado, um MBA na arte da sobrevivência. Aprendemos trabalhar com afinco, nos defender e negociar desde muito cedo, até porque, não havia outro jeito de melhorar de vida.

Para aqueles que tinham um objetivo na vida, o “Morro do Piolho” foi uma ótima escola. Claro que nem todos que ali nasceram ou ali viveram sua infância, tiveram a mesma tenacidade, a mesma sorte. Não vou citar nomes, até porque acho isso uma invasão de privacidade, mas conheço e convivi com um monte de gente, que com esforço próprio, na raça, conseguiu ascender socialmente e hoje são pessoas bem sucedidas, respeitadas na cidade. A maioria deles, não nega sua origem, ao contrário, até diz com certa ponta de orgulho, que um dia foi da turma dos meninos do morro.

Assim como rendeu boas histórias de superação e sucesso, o Morro também teve seus dramas e suas tragédias. Era bem pequeno, mas me lembro do dia que uma cobra “Urutu Cruzeiro” picou o Pedro. Foi um alvoroço no bairro, porque todo mundo achava que ele não fosse sobreviver. Os meninos da nossa turma apostavam que o Pedro ia morrer. Naqueles tempos, havia a crença que uma picada dessa cobra era mortal. Pedro sobreviveu, mas com o tempo foi desenvolvendo uma série de se-

qüelas, a pior delas, uma paralisia quase que generalizada. Foi perdendo os movimentos e a fala. Ficou mais tarde conhecido como “Pedrão Aleijado ou Pedrão da Enxada”, que acabou immortalizado num quadro da talentosa artista plástica Ivani Saunders.

Mais ou menos na mesma época, o Nelson, um dos irmãos do Wamberto, que morava na Rua Lavínia, também foi picado por uma cobra Cascavel, nas proximidades da nascente do Ribeirão Santa Rita, nos fundos da Santa Casa. Igual o Pedrão, o rapaz também sobreviveu, ficando com uma seqüela que deixou uma perna atrofiada, menor que a outra, e por conta disso, ganhou o apelido de “Cascavel”. Se não me falha a memória, “Cascavel” acabou se elegendo vereador nos anos setenta.

Os irmãos Jorjão e Olavão, junto com o Zé Crispim, eram os brabos do pedaço. Sempre se metiam ou arranjavam confusão e grandes brigas. Eram temidos, porque além de bons de briga, usavam armas perigosas como o “soco inglês” e cabos de aço, com uma bola de metal numa das pontas. Enfrentar ou questionar o comportamento de qualquer um deles, não era conveniente. Era mais ou menos como procurar chifre na cabeça de cavalo. Então, a gente deixava prá lá e todo mundo convivia em paz. Até porque, as confusões em que eles se metiam eram sempre com “gente de fora”, os forasteiros. Há muitas histórias, algumas hilárias, outras dramáticas. Um dia ainda volto ao assunto. Semana que vem tem mais. Até lá.

FERREIRA

GÁS, ÁGUA E CARVÃO

Minha família trabalhando para servir a sua!

PEDRINHO

99706-3380

FAZEMOS RECARGA DE CELULAR

Av. João Veloso, 1346 - (saída para Populina) - Ouroeste - SP

variedades.com

você satisfeito

Disk-Entregas - (17) 99742-5858

Rua Pascoal Paes de Araujo, com Bras Cubas

(Atraz da Escola Sansara)

Aproveite AS PROMOÇÕES

Descartáveis

Tudo por R\$ 1,00

Itens para Festas

Como é feito o tratamento do Peeling Facial?

O Peeling se caracteriza por ser um tratamento de pele feito a base de esfoliações e da aplicação de substâncias químicas, que possuem a capacidade de trazer diversos benefícios para a pele das pessoas, como: faz a correção de manchas na pele, elimina rugas e retira marcas. Com isso, o Peeling consegue rejuvenescer a pele das pessoas.

O tratamento feito através de Peeling faz uso de ácidos em grande quantidade sobre a pele, por isso apenas os dermatologistas são autorizados a aplicá-los.

A profundidade do tratamento será alcançada conforme o tipo de ácido utilizado e qual a concentração aplicada.

Para realizar a escolha do ácido a ser utilizado no tratamento, é necessário que seja feita uma avaliação médica pelo dermatologista responsável pelo Peeling, e ele irá adequar o tratamento aos interesses e objetivos do paciente para fazer o mesmo (redução da acne, diminuição de cicatrizes, redução de rugas, clareamento da pele e etc.).

O Peeling possui a função de incentivar a criação de um novo colágeno (espécie de proteína que é a base constitutiva dos tecidos responsáveis pela sustentação do corpo humano – exemplo: pele, ossos, tendões, cartilagens). Através do surgimento do novo colágeno, a pele irá ganhar um novo e melhor aspecto, com o clareamento

das manchas existentes e a diminuição das rugas.

Conforme os especialistas, para a conquista de um bom resultado através do tratamento de Peeling, é preciso que a pele passe por uma preparação por um período que varia de 15 a 30 dias antes de se realizado o tratamento de Peeling. Além disso, o acompanhamento após a realização do Tratamento de Peeling deve ser feito com muito cuidado e com muito critério.

De uma maneira geral, quanto maior for a profundidade do Peeling, maior será a descamação da pele.

Por isso, é de grande importância que o tratamento de Peeling seja realizado por um dermatologista, pois somente um profissional capacitado e especializado terá a



capacidade e responsabilidade profissional de escolher o produto químico correto e adequado, para que o Peeling não gere nenhum efeito

colateral na pele da pessoa que fez o tratamento.

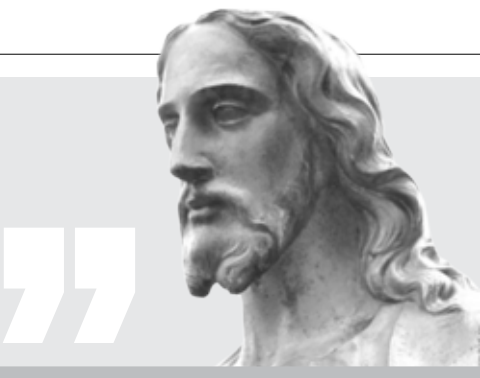
A época ideal para fazer o tratamento de Peeling é o inverno, pois nessa época temos

temperaturas mais frias e amenas, o que é ideal para quem faz o Peeling, pois após o tratamento deve ser evitado o contato direto com o sol mais forte.

eterniun

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

• Por **CLARIUS**



MINUTINHO: Teresa, de Calcutá; Chico, do Brasil

Com este título, lemos excelente artigo que nos remeteu a recordações do grande papel desempenhado, no mundo, por Madre Teresa de Calcutá e o médium mineiro Francisco Cândido Xavier.

Ambos nasceram no ano de 1910. Ela, Teresa, na Albânia. Ele, Chico, em Pedro Leopoldo, Minas Gerais.

Ela, católica. Ele, espírita. No entanto, portavam-se um e outro como verdadeiros integrantes da família universal. Tinham muito mais em comum do que apenas o ano de nascimento.

Seu mestre era o mesmo, Jesus. Tinham o mesmo sobrenome, Amor. Nasceram com o mesmo objetivo, Servir.

Ela foi laureada com o Prêmio Nobel da Paz. Ele viveu pacificamente toda a vida.

Teresa de Calcutá viveu para os menos favorecidos. Queria ser pobre. Nunca conseguiu. Seu coração transbordava riquezas: a nobreza da generosidade, as pérolas da fraternidade, os diamantes da solidariedade.

Ela dizia, em toda a sua simplicida-

de, que a felicidade humana é impossível de ser mensurada.

Como controlar em planilhas estatísticas a felicidade de um faminto que encontra o alimento?

Ela tinha razão. Impossível mensurar a felicidade humana. Por isso, trabalhava sem estatísticas, mas em prol da felicidade e dignidade de seus irmãos de caminhada. Chico Xavier, do Brasil, o mineiro do século, também queria ser pobre, sem sucesso.

Douo os direitos autorais de seus mais de quatrocentos livros psicografados, que venderam e continuam a vender milhares de exemplares em todo o mundo.

Poderia ter tido polpuda conta bancária. Preferiu a simplicidade. Mas, nunca foi pobre. Sua vida foi repleta de amigos dos dois planos da vida.

Chico era e será, onde estiver, um milionário, um magnata das letras,

um ícone da humildade, um pobre das moedas, mas rico de amor...

Narram que quem se aproximava de Madre Teresa de Calcutá não conseguia conter a emoção, devido à irradiação de sua serenidade e sua intensa energia espiritual.



Aqueles que conviveram com Chico afirmam que sua presença iluminava, acalmava, tranquilizava.

Chico e Teresa. Teresa e Chico. Parece que falamos de amigos: Olá, Teresa! Bom dia, Chico!

Mesmo os que não os conhecemos pessoalmente os sentimos como amigos.

Falar de suas conquistas, realizações e aventuras é como falar a respeito de amigos, porque entre amigos



Pensamento da Semana

“ Quem olha para fora sonha; quem olha para dentro desperta ”.

CARL YOUNG



não há barreiras, inquietações, constrangimentos.

Teresa e Chico eram amigos do mundo, dos ricos, dos pobres, dos brasileiros, indianos, nigerianos, amigos de todos...

Teresa, de Calcutá e Chico, do Brasil deixaram marcas inesquecíveis e indelévels. Ambos praticavam o amor.

O convite que nos deixaram é de, dentro de nossas possibilidades, vivermos como eles, servindo e amando para a construção de um mundo mais justo e fraterno.

Redação do Momento Espírita

CRÔNICA Prova de amor

Um senhor de idade chegou a um consultório médico, pra fazer um curativo em sua mão, na qual havia um profundo corte. Muito apressado pediu

urgência no atendimento, pois tinha um compromisso.

O médico que o atendia, curioso, perguntou o que tinha de tão urgente pra fazer.

O simpático velhinho lhe disse que todas as manhãs ia visitar sua esposa que estava em um abrigo para idosos, com mal de Alzheimer muito avançado.

O médico muito preocupado com o atraso do atendimento disse:

- Então hoje ela ficará muito preocupada com sua demora?

No que o senhor respondeu:

- Não, ela já não sabe quem eu sou.

Há quase cinco anos que não me reconhece mais.

O médico então questionou:

- Mas então para quê tanta pressa e necessidade em estar com ela todas as manhãs, se ela já não o reconhece mais?

O velhinho então deu um sorriso e batendo de leve no ombro do médico e respondeu:

- Ela não sabe quem eu sou... Mas eu sei muito bem quem ela é!

Autoria desconhecida

CRÍSTAL CAR
LAVA JATO

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

° Higienização de Ar-Condicionado

(17) 99784-2211

Av.Bandeirantes, 1256

Diversões & Cia
Aluguel para festas
★ **Mini Tobogã**
★ **Cama Elástica**
★ **Piscina de Bolinha**
★ **Pula Pula Crocodilo**

99634.9809 VIVO
99117.3735 CLARO
99738.4407 VIVO

Pipoca
Algodão doce
Doce p/ festas

Ouroeste - SP

ARAPONGA
corretora de seguros

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

Aniversariantes da Paróquia São João Batista de Ouroeste

- Creuza Francisca Machado
- Araripes Fernandes
- Nair Batista Sartori
- Vivian Oliveiran Guimarães
- Venilson Roberto Candido
- Delson Raimundo da Silva
- Roberto Carlos Romão da Silva
- Paulo Alves Pereira
- Alzira de Jesus Marchi
- Amilton Teodoro Santos
- Maraisa Neres de Souza
- Candido Joaquim Domingos
- Ana Maria de Freitas Jafeti
- Maria Conceição S. dos Santos
- Solange Cristina Pavanelli

- Sergio Gomes de Oliveira
- Saint Clair Hatayama
- Maria Aparecida M. Bastida
- Luiza da Costa Brito
- Inacia Maria da Silva
- Gilmar de Marchi Lopes
- Paulo de Jesus Gonçalves
- Nice Ap. dos Santos
- Madalena Vieira Barbosa
- Geni Gomes de Oliveira
- Isamara Dill Barbosa
- Efigenia Rodrigues de Freitas
- Aparecida De Oliveira Angelo
- Graciano Vieira Barbosa

Aos Dizimistas aniversariantes do dia 03 a 09 de Setembro, o nosso agradecimento pela generosidade para com a Paróquia São João Batista de Ouroeste.

Ser Dizimista é uma questão de fé

ACESSE:
www.oextra.net

Informação *com* credibilidade

sua saúde

Tendinite: sintomas, tratamentos e causas

O que é Tendinite?
A tendinite é a inflamação do tendão, uma estrutura fibrosa, como uma corda, que une o músculo ao osso. A inflamação se caracteriza pela presença de dor e inchaço do tendão e pode acontecer em qualquer parte do corpo, mas é mais comum no ombro, cotovelo, punho, joelho e tornozelo.

CAUSAS

O tendão não é tão forte quanto o osso e nem tão elástico quanto o músculo, portanto, no caso de sobrecarga, é a estrutura que, geralmente, mais sofre.

SINTOMAS

A tendinite pode ser aguda (história de dor recente – até 45 dias) ou, se não

cuidarmos, tornar-se um problema crônico.

OS SINTOMAS MAIS COMUNS SÃO:

Presença de dor no local, que pode irradiar para toda musculatura ao redor, que acaba entrando em espasmo de proteção e fadiga com sensação de peso. Dor que piora com o movimento e pode acarretar diminuição da força e, em casos de longa duração, causar atrofia da musculatura. Em muitos casos notamos inchaço local e presença de calor e/ou vermelhidão.

TRATAMENTO

O tratamento é dividido em:

MEDIDAS PARA ALIVIAR A DOR:

- Repouso do tendão afetado (tipoia para o ombro,

tala para o punho, etc). O tempo de repouso deve ser determinado pelo médico – períodos de repouso prolongados podem acarretar aderências e atrofia muscular e são prejudiciais.

- Aplicação cuidadosa de gelo para diminuir a inflamação
- Eventuais medicamentos anti-inflamatórios prescritos pelo seu médico
- Acupuntura
- Fisioterapia para analgesia (ultrassom, laser, massagem miofacial, entre outras).

MEDIDAS PARA EVITAR QUE A DOR VOLTE

- Correções da postura e

melhoria da ergonomia no trabalho

- Alongamento dos músculos envolvidos
- Fortalecimento muscular
- Respeitar o aviso da dor
- Mudanças de hábitos - adotar pausas durante o trabalho.

Em alguns casos selecionados, quando o tratamento conservador falhar, pode ser necessário realizar um procedimento cirúrgico; seja para descomprimir um tendão apertado, liberar aderências e limpar inflamações ao redor do tendão, como ressecar fibrose ou calcificações dentro do tendão ou ter que costurá-lo para corrigir uma lesão.



Jovens obesos e hipertensos: alerta para a necessidade de mudanças dietéticas e comportamentais



Dr. Antonio Carlos Pancotti
CRM 141.743 - Cardiologia

Cada vez mais jovens estão obesos e hipertensos, segundo pesquisa divulgada em 2017 pelo Ministério da Saúde, no Brasil há uma alta prevalência de obesidade em jovens que estão na faixa etária de 25 a 44 anos. O mesmo estudo indica que o consumo de alimentos processados e o sedentarismo são fatores que contribuem para o aumento da hipertensão, sendo que 25% da população adulta é diagnosticada com pressão alta. Esses dados trazem um alerta sobre a importância de a população desde cedo iniciar os cuidados com a saúde, o que inclui uma dieta equilibrada e prática de atividades físicas. O avanço tecnológico trouxe para a sociedade muitos confortos, bem como uma grande oferta de alimentos “práticos”. Além das mudanças nos hábitos alimentares, o sedentarismo também se tornou uma característica. Há muitos indivíduos que se alimentam mal e não praticam nenhuma atividade física. Em minha prática médica diária tenho recebido em meu consultório muitos pacientes jovens, entre 28 e 35 anos que já apresentam obesidade e hipertensão. É possível notar que muitos pacientes ganharam de 10 a 15 quilos nos últimos dois anos.

A hipertensão e a obesidade são fatores de risco que podem levar ao desenvolvimento de doenças coronarianas, e outras doenças crônicas como as dislipidemias e diabetes melito. Além disso, o aumento da circunferência abdominal, comum em casos de obesidade está ligado a distúrbios metabólicos e é um fator de risco a mais para as cardiopatias. Alguns estudos apontam que indivíduos obesos e hipertensos têm duas vezes mais chances de sofrerem infartos. A obesidade pode causar obstrução das artérias o que dificulta a circulação do sangue, já a hipertensão, quando não controlada causa lesões na aorta.

De acordo com o Ministério da Saúde, a cada ano, 300 mil brasileiros sofrem infartos, em 30% dos casos o ataque cardíaco é fatal. É necessário chamar a atenção que muitas mortes podem ser evitadas com mudanças nos hábitos alimentares e comportamentais. A orientação é para que seja adotada uma dieta equilibrada, rica em frutas, hortaliças, legumes e carnes magras. Evitar o consumo de alimentos processados, fast foods, alimentos ricos em sódio (condimentos, conservas, embutidos) e refrigerantes. Juntamente com as mudanças dietéticas, todo exercício físico regular é bem-vindo, a caminhada e o ciclismo são atividades que podem ser realizadas por todas as pessoas, de qualquer faixa etária e que apresentam vários benefícios para a saúde (ajudam na perda de peso, controlam a pressão e aliviam o estresse), e 30 minutos diários já são suficientes. Lembrando que antes de iniciar qualquer atividade física, é necessário passar por uma avaliação cardiológica. Descascar mais, desembulhar menos; movimentar-se mais. São pequenas mudanças diárias que apresentam um grande bem para a saúde.



A PANCOR conta com estrutura completa para o diagnóstico completo e detalhado de doenças cardíacas. Oferece: Mapa 24h, Holter 24h, Eletrocardiograma, Ecocardiograma, Teste Ergométrico.

(17) 3462-7050
@drpancotti @cardiologiadrpancotti
R. Paraíba, 1641 - Centro - Fernandópolis - SP

seu direito advogados

SARTÓRI & VIANA
Advogados Associados

DR. RICARDO CESAR SARTÓRI
ADVOGADO - OAB/SP 161.124
CEL. (17) 99719-5358

DR. RICARDO PERUSSINI VIANA
ADVOGADO - OAB/SP 365.638
CEL. (17) 99776-3464

17 3462-6805
Rua Bahia, 1161 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

CAUSAS PREVIDENCIÁRIAS

VANDIR ANICETO
OAB/SP 220.713

QUÉRIA DUARTE
OAB/SP 338.169

CÁSSIO ANICETO
OAB/SP 400.412

ALINE DUTRA
OAB/SP 361.992

ANICETO
Advocacia

RUA RIO DE JANEIRO, 1071 - VILA NOVA FERNANDÓPOLIS-SP (17) 3462-8267

Dr. Ronaldo Malacarne de Oliveira
OAB/SP 79141

Dra. Elith Darc de Oliveira
OAB/SP 79134

Dra. Laís Malacarne de Oliveira
OAB/SP 326251

ronolady@terra.com.br - alivtrabalhista_malacarne@hotmail.com
laismalacarne@hotmail.com

Fone: (17) 3442-4760 / 3442-5131
Rua Sergipe, 1323 - Coester - Fernandópolis - SP

Fabrizio 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

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) 3442-8298 3462-8842

RUA PORTO ALEGRE, 518 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS-SP

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

ACESSE: www.oextra.net

Informação com credibilidade

Autos & Bikes

C3 Urban Trail tem visual aventureiro por R\$ 63 mil

Citroën vem com motor 1.6 de 118 cavalos e câmbio automático de seis velocidades e vem com airbumps nas laterais

→ DA **REDAÇÃO**

contato@oextra.net

Uma versão aventureira urbana do hatch C3, com pitacos tecnológicos, visual arrojado e preço acessível. Eis o Urvan Trail.

novida-
de apre-
sentada
pela Ci-
troën, já
à venda
que sai
por R\$ 63 mil. Um dos diferen-
ciais - os airbumps -, proteção
emborreada nas portas que
será um dos diferenciais do fu-
turo crossover compacto na-
cional da marca, o C4 Cactus.
O motor 1.6 de 118 cv e o pro-
pulsor nessa calibração atua-
lizada só vem equipada com
transmissão automática EAT6
de seis velocidades, que traz
três modos de condução, ofe-
cidos na economia, esportivi-

dade e o dia a dia. Os bancos têm o nome da versão bordado, enquanto a central multimídia tem tela sensível ao toque de 7 po-

ma Urban Trail nas laterais da carroceria e nos bancos dianteiros. No Branco Ban-
quise (sem custo), Prata Alumí-
nium.



legadas. O modelo ainda conta com vidros elétricos nas quatro portas, proteções plásticas nas caixas de rodas, farol de neblina e rodas de alumínio de 16 polegadas com visual exclusivo. Está disponível nas cores Prata Aluminium, Cinza Graffito, Branco Banquise e Vermelho Rubi, combinando com o teto em preto, molduras nos para-lamas, rodas exclusivas e o monogra-

Cinza Grafito e Vermelho Rubi (metálicas), estas três últimas custam R\$ 1.390. Já os Airbumps são instalados em novas molduras laterais e apresentam um dos relevos baixos em cor branca. Com essa versão, agora são um total de sete para o C3. A de entrada é a 1.2 manual Start que sai por R\$ 43.990. A mais cara é a 1.6 automático Exclusive que custa R\$ 65.490.

Mercedes-Benz **lança** o **EQC 400**: seu primeiro elétrico

Um crossover com mais de 400 cavalos, autonomia na casa dos 450 quilômetros, que acelera de 0 a 100 km/hora em 5,1 segundos e atinge 180 km/hora (limitada eletronicamente). Eis o Mercedes-Benz EQC 400, apresentado nesta semana e que é o primeiro elétrico da marca alemã. Ele chega para disputar com Audi e BMW, que também preparando seus rivais Audi e-tron e BMW iX3, dentre outros. A fabricante promete 80% de recarga da bateria em apenas 40 minutos. Aos dados. Ele tem colunas D bem destacadas e ampla área envidraçada, tendo ainda lanternas traseira em LED integradas num único conjunto, cuja parte central é composta por

um feixe de LED. Frisos cromados nos para-choques realçam a proposta premium, além de vistosas rodas de liga leve de aro 21 polegadas, raiadas na versão esportiva. O interior mantém o luxo conhecido da marca, tendo detalhes em alumínio, LEDs decorativos azuis, painel revestido em couro, console em preto brilhante



KAWA NINJA 400

JÁ À VENDA

A Kawasaki está comercializando a Ninja 400, que aposentou a versão 300 cc. Inspirada na linha H2, vem com preço de entrada de R\$ 23 mil e com opções de “decoração de pista” sai por R\$ 24 mil. Motor dois cilindros de 48 cv.



UBER TERÁ

SCOOTER ELÉTRICA



na
recer o alu- quel

**máquinas & karangos**

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 15600-000 - Fernandópolis - SP



BOI

AUTO CENTER

**SUSPENSÃO, FREIOS, LIMPEZA DE BICOS
E MECÂNICA EM GERAL**



3442-4646 3442-5458
99719-7143

Av. dos Arnaldos, 1708 - Fernandópolis - SP

EVANDRO DIEGUES DE LIMA
Engenheiro Civil
CREA: 5069935304

☎ (17) 99638-5009
✉ evandrodiegues@gmail.com

📍 Av. Líbero de Almeida Silveiras, 2915 - Sala 3
CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP



RETÍFICA RAMOS

RETÍFICA 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



Breve em Ouroeste
PROTEGE
 Vistoria Automotiva

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

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



Jeferson

 17 99628-6060

 17 99168-5170

 17 3442-7088

(17) 98822-5374

(17) 99639-8247

Delícia esfihas

DELIVERY

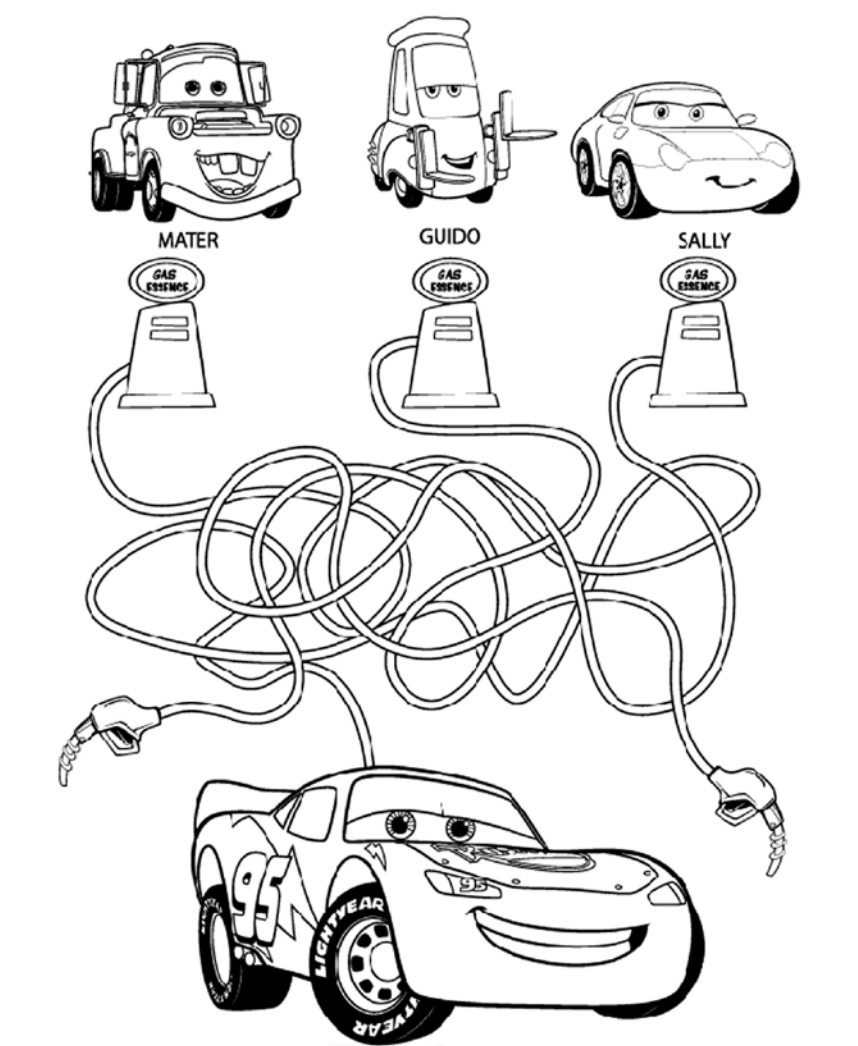
De Esfihas Árabs

Criptograma

Dica para a palavra chave oculta: **Pedra preciosa**

Civilização antiga.						
Fazem hidroginástica.						
Orgão do corpo humano.						
Mentira (gíria).						
Usados nos bancos.						
Peixe de carne muito apreciada.						
Maior de 18 anos.						
Tipo de vegetação.						
Proibido.						

Encontre o Caminho



Ligue os Pontos



Resumo de Novelas



ORGULHO E PAIXÃO
Sábado, 18h00

Susana conta a Darcy e Elisabeta que tem provas contra Lady Margareth. Felisberto revela a Mariana que sabia sobre a real identidade de Mário. Ernesto e Luccino conversam sobre Ema e Otávio. Darcy leva as provas contra Lady Margareth para Baltazar. Mariana mostra às irmãs que está com os cabelos curtos. Mariana convida Mariko para ser sua madrinha de casamento. Randolfo e Otávio discursam para os soldados, tentando convencê-los a ir ao casamento de Brandão. Josephine tenta impedir Brandão de se casar com Mariana. Mariana tira a peruca no altar da igreja, revelando seus cabelos curtos para todos os convidados da cerimônia.



O TEMPO NÃO PARA
Sábado, 19h15

Marocas se enfurece ao saber que Betina está com as irmãs. Carmen e Agustina discutem. Lalá mente para Barão pagar as contas de Eliseu. Betina nomeia Emílio como seu representante na Samvita, e Samuca se irrita. Marino tenta vender a joia de Cesária para Mariacarla. Nico e Kiki pedem ajuda a Elmo para resgatar as outras pessoas congeladas. Emílio vai à sala de Marocas. Miss Celine distrai Petra, enquanto Nico e Kiki acordam Pirata. Cecílio e Damásia despertam confusos. Mariacarla fala com Dom Sabino sobre seus bens. Elmo ameaça Petra, e Miss Celine fica admirada. Samuca discute com Emílio.



SEGUNDO SOL
Sábado, 21h00

Zefa incentiva Edgar a reatar com Karen. Laureta negocia com Remy e pede uma porcentagem para convencer Karola a lhe pagar. Luzia consegue juntar o montante pedido por Remy, que não aparece no local combinado. Remy vai ao encontro de Karola e Laureta, e revela que contou a Luzia que o filho que ela teve com Beto está vivo. Beto vai para o Rio de Janeiro participar de um programa de televisão. Luzia se desespera com o desaparecimento de Remy e vai atrás de Karola. Rosa conta para Valentim histórias do seu passado. Valentim flagra Luzia apontando uma arma para Karola. Laureta e Karola subornam Remy. O irmão de Beto garante a Luzia que seu bebê era uma menina.



MALHAÇÃO
Segunda-feira, 17h30

Marcelo afirma a Gabriela que a proibição faz parte do regulamento do colégio. Alex e Flora parabenizam Paulo e Marli pelo relacionamento. Dandara afirma que os alunos deveriam protestar contra a proibição ao sapato de salto. Gabriela revela a Rafael as boas atitudes de Márcio com os amigos durante a viagem. Rosália conversa com Maria Alice sobre Armando. Dandara, Hugo, Santiago e Michael discutem. Dandara é assediada na rua e Hugo a socorre. Michael decide vestir uma saia para ir ao colégio e Marcelo fica desorientado.



AS AVENTURAS DE POLIANA
Segunda-feira, 20h30

Jeferson tem uma surpresa quando o homem tira a máscara de Rato na comunidade. Dona Branca recebe uma entrega em casa de um produto que comprou pela internet para aumentar o seu pique para exercícios físicos. Sophie revela para Luri que diz ter um noivo apenas para afastar qualquer pessoa que se aproxime dela e de sua banda. Luri declara para a professora estar apaixonado por ela.



A TERRA PROMETIDA
Segunda-feira, 20h50

Mesmo sabendo da inocência de Elói, Mara o critica. Josué repreende Acã pela atitude impensada. Melquias e Salmon contam os detalhes sobre a cidade de Jericó para que Setur atualize os mapas de guerra. Josué ora a Deus e recebe uma resposta do Senhor. Acã encontra com Tibar no celeiro e diz que o próximo objetivo dos hebreus é atravessar o rio Jordão. O vilão pede ouro em troca da informação, mas o comandante lhe acerta um tapa na cara. Em Jericó, Marek afirma que o Deus dos hebreus não passa de uma lenda. Diante dos líderes tribais, Josué fala sobre a conversa que teve com Deus. Ele avisa que todos deverão acampar às margens do rio Jordão, pois a travessia está próxima.

Humor

ENGUIA ELÉTRICA INOFENSIVA

Outro dia fui pescar e por sorte capturei uma enguia elétrica. Coloquei ela no barco, encostei levemente nela... e nada de dar choque.

Encostei o dedo na boca dela e nada de dar choque.

Chegando em casa, quando preparava a enguia para ser cozida, abri a barriga dela e encontrei 2 contas de energia atrasadas.

DURANTE O JANTAR DOS PATOS

Pai:

- Quáá!

Mãe:

- Quáá!

Filha:

- Quáá!

Filho:

- Quáá Quáá!

O pai dá uma bofetada no filho e diz:

- É pra aprender a não mudar de assunto!

EU TINHA TUDO

Dois amigos se encontram em um bar. Após algumas cervejas, um deles começa a chorar desesperadamente. Preocupado, o outro pergunta:

— O que aconteceu? Está tudo bem?

O sujeito tenta se acalmar e responde:

— Eu tinha tudo, sabe? Estava com dinheiro, uma casa bonita, um carro extraordinário, o amor de uma linda mulher... Era tão feliz! De um dia para o outro, tudo se acabou. Não tenho mais nada!

— Mas o que aconteceu? — pergunta o amigo.

— Minha mulher descobriu tudo e pediu o divórcio.

PROVA DE ZOOLOGIA

Dia de prova de zoologia. O professor coloca um pezinho de passarinho sobre a carteira do aluno e ordena:

— Examine isto e me fale qual é a

espécie, a qual família pertence e faça um resumo de seus hábitos migratórios!

— Mas como vou saber tudo isso só de olhar pra esse pé?

— Vai levar um zero! Qual é seu nome e a que turma você pertence?

O aluno tira o sapato, mostrando o pé e diz:

— Olha e adivinhe!

O FILHO PERFEITO DO BÊBADO

O pai bêbado orgulhoso diz para o amigo:

— Eu tenho o filho que todo pai quer ter.

O amigo desconfiado pergunta:

— Hum, vamos testar... Ele fuma?

— Não.

— Ele bebe?

— Não.

— Ele chega tarde em casa?

— Não.

— Poxa, agora eu acredito. Quantos anos ele tem?

— Vai completar 6 meses.



Lanches e Sucos
RODOVIÁRIA
LANCHES, SALGADOS
TORTAS E SUCOS
Tel: (17) 99723-1809
AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90
BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP

ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE
Líder
3843.1651
Fones (17) 3843.1310
99603.0968
escritorioliderouroeste@hotmail.com
Rua Fernão Dias Paes Leme, 1589 - Centro - Ouroeste/SP

Cíntia Sanches
Designer de Sobrancelhas | Micropigmentadora
Extensionistas de Cílios | Depilação Marroquina
Depilação Egípcia | Camuflagem de Estrias
17 99649.3399

capas da semana

O que foi destaque nas edições diárias desta semana

o Extra



SEU JORNAL DIÁRIO

SEU JORNAL DIÁRIO

SEU JORNAL DIÁRIO



colaboradora

Kelly Key diz que Laticin concordou com mudança na cartilha do filhã: 'Acordo é amigável'

Hoje, ela menciona o acordo de Laticin com a filha e a mãe. Ela também diz que o acordo de Laticin com a filha e a mãe é amigável. Ela também diz que o acordo de Laticin com a filha e a mãe é amigável.



colaboradora

Quanto às dores torácicas, preocupam

Quanto às dores torácicas, preocupam

• 'Provas produzidas' não caracterizam compra de votos e prefeito é absolvido

A justiça foi feita. Ficou comprovada a afirmação da oposição? saíam gente

Muito tempo depois de ter sido acusado de comprar votos, o prefeito de São Paulo, João Doria, foi absolvido por um juiz federal. O juiz considerou que as provas produzidas pela oposição não caracterizam a compra de votos. O prefeito foi absolvido por um juiz federal.

Área Aul: nova decisão do Pleno do TCE-SP seputa licitação. Agora tempo JGE-SP

Pleno: Carlos de Faria...
Pleno: Carlos de Faria...
Pleno: Carlos de Faria...

'Boneca Momo': a nova ameaça virtual para crianças e adolescentes

Uma nova ameaça virtual para crianças e adolescentes. A boneca Momo é uma boneca virtual que se comunica com as crianças e adolescentes através de mensagens de texto e áudio.

EMEF Cabral participa do projeto arqueológico do Complexo Solar

EMEF Cabral participa do projeto arqueológico do Complexo Solar. O projeto visa a preservação e o estudo do patrimônio histórico e cultural do Complexo Solar.

Seja Digital promova treinamento ad servidores

Seja Digital promova treinamento ad servidores. O treinamento visa a capacitação dos servidores públicos para o uso de ferramentas digitais.

'Poda' de árvores e limpeza de encostas supervisionada pelo Vereador

'Poda' de árvores e limpeza de encostas supervisionada pelo Vereador. O vereador supervisiona a poda de árvores e a limpeza de encostas na cidade.

Secretaria de Saúde intensifica ações de combate à leishmaniose

Secretaria de Saúde intensifica ações de combate à leishmaniose. A secretaria intensifica as ações de combate à leishmaniose na cidade.

SEU JORNAL DIÁRIO

o extra

SENA 7

Grávida, Sabrina Sato detalha mudanças em seu corpo: "14 kg e pés inchados"

Aedes: 33,3% dos recipientes encontrados com larvas são bebedouros de animais

Dupla é presa ao buscar crack e cocaína em Votuporanga

Caravana TV Digital visita cidade no próximo domingo

Governo Federal prevê salário mínimo de R\$ 1.006 para 2019

Caravana TV Digital visita cidade no próximo domingo

Grávida, Sabrina Sato detalha mudanças em seu corpo: "14 kg e pés inchados"

Aedes: 33,3% dos recipientes encontrados com larvas são bebedouros de animais

Dupla é presa ao buscar crack e cocaína em Votuporanga

Caravana TV Digital visita cidade no próximo domingo

Governo Federal prevê salário mínimo de R\$ 1.006 para 2019

oextra

Revista de Jornalismo e Opinião

SEU JORNAL

Seu JORNAL

Seu JORNAL chegou com novidades e melhorias para facilitar a sua leitura. Confira as principais mudanças:

- **Seu JORNAL** agora é uma publicação digital, disponível em formato de PDF.
- **Seu JORNAL** agora é uma publicação digital, disponível em formato de PDF.
- **Seu JORNAL** agora é uma publicação digital, disponível em formato de PDF.

colaborador

Audió tribuído a cantora Altona divulga valor de clipe: **exposta resposta a Pablo Vittar**

A cantora está sendo alvo de muita especulação sobre o valor de seu clipe. O clipe de Altona, lançado em 2017, foi o primeiro a ser lançado em formato de clipe. O clipe de Altona, lançado em 2017, foi o primeiro a ser lançado em formato de clipe.

A cantora está sendo alvo de muita especulação sobre o valor de seu clipe. O clipe de Altona, lançado em 2017, foi o primeiro a ser lançado em formato de clipe. O clipe de Altona, lançado em 2017, foi o primeiro a ser lançado em formato de clipe.

tempo do tempo

11°

16°

11°

16°

Fernandopolenses já pagaram mais de R\$ 29 mi em impostos

Números foram divulgados pelo ImporTribunário e correspondem ao ano primeiro mês desde a inauguração do município

A Associação para municípios (APM) divulgou os dados de arrecadação de impostos em Fernandópolis. O município arrecadou mais de R\$ 29 milhões em impostos no primeiro mês de funcionamento.

A Associação para municípios (APM) divulgou os dados de arrecadação de impostos em Fernandópolis. O município arrecadou mais de R\$ 29 milhões em impostos no primeiro mês de funcionamento.

Competição de Drones é nesta quinta-feira

O evento será realizado no município de Fernandópolis, no estado de São Paulo. O evento será realizado no município de Fernandópolis, no estado de São Paulo.

O ImporTribunário da Associação Comercial de São Paulo (ACSP) registra, nesta terça-feira, 16, que a população de Fernandópolis pagou um total de R\$ 29.612.185,65 em impostos no primeiro mês de funcionamento.

Começa obra que vai garantir 100% de asfaltamento no Alto das Palmeiras

Incêndio em escola destrói carteiras e computadores

O incêndio ocorreu na escola de ensino fundamental de Fernandópolis, no estado de São Paulo. O incêndio ocorreu na escola de ensino fundamental de Fernandópolis, no estado de São Paulo.

O projeto será realizado no município de Fernandópolis, no estado de São Paulo. O projeto será realizado no município de Fernandópolis, no estado de São Paulo.

O incêndio ocorreu na escola de ensino fundamental de Fernandópolis, no estado de São Paulo. O incêndio ocorreu na escola de ensino fundamental de Fernandópolis, no estado de São Paulo.

Ginásio esportivo é inaugurado no E.E. Prof. Cícero Uberti

Jornada Odontológica reúne 700 participantes

População comemora 7º de Setembro com desfile cívico

Projeto Ver Arte apresenta exposição Artistas da Nossa Terra

extra

SEU JORNAL DIÁRIO

Publicação de 16 páginas, 60 mil exemplares, 100 mil tiragem, 1987 páginas, 100 mil tiragem

• FERNANDA POLÍCIA REGADO

Operação 'Ouro de Tolo' resulta na prisão de mais de 20 pessoas

Uma operação policial com o objetivo de desmontar uma rede de tráfico de drogas resultou na prisão de mais de 20 pessoas, entre as quais o chefe da rede, o delegado de polícia da Polícia Civil, o delegado de polícia da Polícia Militar, o delegado de polícia da Polícia de Defesa do Estado e o delegado de polícia da Polícia de Defesa do Estado. A operação foi realizada em conjunto com a Polícia Federal e a Polícia de Defesa do Estado. A operação resultou na prisão de mais de 20 pessoas, entre as quais o chefe da rede, o delegado de polícia da Polícia Civil, o delegado de polícia da Polícia Militar, o delegado de polícia da Polícia de Defesa do Estado e o delegado de polícia da Polícia de Defesa do Estado.

Ana Furtado faz última sessão de quimio: 'Mais uma etapa, mas ainda resta vencer'

Constituintes de classe em debate, Ana Furtado enfrenta a última sessão de quimioterapia. A deputada federal, 44 anos, está em tratamento contra o câncer de mama. A sessão foi realizada no Hospital de Câncer de São Paulo. Ana Furtado afirmou que a quimioterapia é uma etapa importante no tratamento, mas que ainda resta vencer. Ela também mencionou a importância da luta política e social para a melhoria da qualidade de vida da população.

Por **Fernanda Polízia Regado**

PREVISÃO DO TEMPO

social

A Comissão de Constituição e Justiça do Senado aprovou o projeto de lei que altera o artigo 170 do Código de Processo Penal. A alteração visa a simplificar o processo de julgamento de recursos. O projeto foi aprovado por 14 votos a favor e 5 contra. A Comissão também aprovou o projeto de lei que altera o artigo 171 do Código de Processo Penal, visando a simplificar o processo de julgamento de recursos. O projeto foi aprovado por 14 votos a favor e 5 contra.

COMUNIDADE

Idoso é preso
Zóio 'Pólio' (COC)
notas finais
dentro do carro
em São Paulo

Um idoso de 70 anos, conhecido como 'Zóio Pólio', foi preso em São Paulo. Ele estava dentro de um carro quando foi abordado pela polícia. O idoso foi preso por suspeita de envolvimento em atividades criminosas.

PM PRENDE

PM prende
Zóio de Gato e
irmãos com 29 pinos de cocaína
em São Paulo

Dois irmãos, Zóio de Gato e seus irmãos, foram presos em São Paulo. Eles estavam com 29 pinos de cocaína quando foram abordados pela polícia. Os irmãos foram presos por suspeita de tráfico de drogas.

DEBATE

Os debates sobre a reforma da Previdência Social estão em andamento. Os debates envolvem a questão da sustentabilidade do sistema previdenciário. Os debates também envolvem a questão da distribuição de renda e a questão da melhoria da qualidade de vida da população.

COMUNIDADE

Um grupo de moradores de uma comunidade em São Paulo está se reunindo para discutir a melhoria da infraestrutura local. O grupo está preocupado com a falta de saneamento básico e com a falta de iluminação pública. Eles estão buscando apoio da prefeitura para resolver esses problemas.

DEBATE

Os debates sobre a reforma da Previdência Social estão em andamento. Os debates envolvem a questão da sustentabilidade do sistema previdenciário. Os debates também envolvem a questão da distribuição de renda e a questão da melhoria da qualidade de vida da população.

Ampliação da Marginal Luiz Brambatti facilita acesso à área central da cidade

Depois de mais de um ano de obras, a Marginal Luiz Brambatti, no bairro de São Paulo, está sendo ampliada. A ampliação visa a melhorar o acesso à área central da cidade. A obra foi realizada pela Prefeitura de São Paulo. A ampliação resultará na melhoria da infraestrutura viária e na redução do tempo de deslocamento para os moradores da região.

DEBATE

Os debates sobre a reforma da Previdência Social estão em andamento. Os debates envolvem a questão da sustentabilidade do sistema previdenciário. Os debates também envolvem a questão da distribuição de renda e a questão da melhoria da qualidade de vida da população.

Projeto de Salvador
Murilo amplia
tempo de duração
Frete do Trabalho
em São Paulo

DEBATE

Os debates sobre a reforma da Previdência Social estão em andamento. Os debates envolvem a questão da sustentabilidade do sistema previdenciário. Os debates também envolvem a questão da distribuição de renda e a questão da melhoria da qualidade de vida da população.

Vereadores criam emenda impositiva para 2019

Sábado, 01 de Agosto de 2018
Edição 3.366

Terça-feira, 04 de Agosto de 2018
Edição 3.367

Quarta-feira, 05 de Agosto de 2018
Edição 3.368

Quinta-feira, 06 de Agosto de 2018
Edição 3.369

www.oextra.net

Casa & Rancho



**MARCAS AUTORIZADAS
CREDENCIADAS:**

- Elgin
- Fontainne
- Gree
- Komeco
- LG
- Springer/Midea
- Carrier
- Tivah
- Agratto
- Vogga
- Demi
- York



Soluções em Climatizações de Ambientes

AV. LÍBERO DE ALMEIDA SILVARES, 2915 - COESTER - FONE (17) 3442-2011 - FERNANDÓPOLIS- SP

A large, stylized yellow ribbon is shown on the left side of the banner, looping and crossing itself. The background is a solid yellow color.

SETEMBRO
amarelo
MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

DEAÇO

Projeto: Mariana de Almeida



**Proteja
seu maior
patrimônio**

Instale um sistema de
segurança monitorado 24 horas



A certeza
de estar em
boas mãos




Segurança em boas mãos!

Fone (17) 3442-4455

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





**VIDRAÇARIA
REFLEXOS
VIDROS
E ESQUADRIAS**

**17 3442-2779
99715-0790**

 [vidracariareflexosvidros](#)
 vreflexosvidros@gmail.com

REFLETINDO QUALIDADE EM SUA OBRA

VIDROS TEMPERADOS / ESPELHO BISOTÊ / BOX DE VIDRO / ACRÍLICO
 TAMPOS 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

Nova Lusitana
FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

(11) 3442-3667



AV. AMADEU BIZZELLI, 1426 - CENTRO - CEP 15600-000 - 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

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

REFEIÇÕES
SERVIDAS EM
FOGÃO À LENHA

SUCOS E
REFRIGERANTES

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

PEIXES
ASSADOS E FRITOS

PORÇÕES
E SALGADOS

**Direção
ZÉ MARIA E BIA**