

social



Amanhã a data será especial para **Juliana Félix**. Felicidades!



Ana Paula Bordin já está em ritmo de festa para o seu aniversário amanhã.



Alex Oliveira comemorou nesta sexta a chegada da idade nova. Parabéns!



Sempre ao lado da amada **Jéssica, Daniel Araujo** celebra a passagem de mais um ano de vida.



Felicidades e muitos anos de vida para **Elissandra Nii Nkt!**



Domingo será um dia especial para a senhora **Valentina Rosa Bestetti**, que completa 95 anos. Ela recebe inúmeras homenagens pela data, que será comemorada ao lado dos filhos e familiares.



Mariane completa 11 anos neste dia 30. Ela recebe votos de realizações e sucesso dos papais Silvério e Alessandra.



Monise Marques também está na lista dos homenageados do final de semana. Parabéns!



Gabrielle Leite recebe os parabéns da galera pelo seu aniversário nesta segunda.



Rafael Medri, foram 5 anos nos bancos da faculdade, muitas noites, com certeza, mal dormidas, muito stress, dificuldades, que apesar de tudo, foram superadas. Valeu todo seu esforço e você bem sabe que todos nós sempre acreditamos que sua hora chegaria. Pois bem, CHEGOU. Temos que acreditar na vontade de nosso Deus supremo que jamais nos desampara e com toda certeza tem a hora e o momento certo de trazer as bem-aventuranças para nossas vidas. Força, fé e coragem em sua nova empreitada, sabemos que as vezes a insegurança fará de tudo para tentar colocar obstáculos em sua caminhada, porém com coragem, inteligência e sabedoria você será sempre capaz de superar. Jamais se esqueça que estaremos por aqui, todos nós, torcendo para seu sucesso em mais esta jornada. Deus te abençoe, te acompanhe e principalmente te ilumine hoje e sempre. Leve dentro do seu coração o mais forte abraço e muitos beijos de toda família que sempre torceu e continuará torcendo por você".

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

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 COMPRA mastercard VISA Diners Club International elo Hipercard AMERICAN EXPRESS

na curva do rio

CHICO PIRANHA

"Dá uma Mãozinha?"



Vira e mexe e a gente tem que falar do Compadre Geraldo de Mello, lá das bandas de Taboado. E não é que a gente não tem história pra contar, não. É que o Compadre tem muitas e uma melhor que a outra. E como sempre digo aqui no nosso cantinho, certas coisas nessa vida, acredite se puder, só acontecem com ele.

Dia desses apareceu lá na fazendinha dele de uns seis mil e tantos alqueirões, um antigo vizinho, o Dito Preto, um baiano sacudido, que tem um sítio e um caminhãozinho Ford pra puxar leite pra beira da estrada e também puxar cana no seu sítio.

E aí, o compadre Geraldo, que tem uma memória de elefante, lembrou o dia que o Dito Preto colocou as varas de pesca no caminhãozinho e foi lá prás beiradas para o rio Apore, que fica ali bem pertinho. No meio da estrada, apareceu um guarda da Polícia Rodoviária Federal. O policial fez sinal para ele parar. E o coitado do Dito Preto foi indo, foi indo, foi indo e parou o carro bem lá na frente.

... Deixa eu ver a sua carta de motorista, pediu o policial.

... Seu dotô, não vou enganar o senhor, não. Não vou dizer que tenho carta, porque não tenho. Comprei este caminhãozinho pra puxar cana lá no sítio e ainda não deu pra eu tirar carta.

... Então deixa eu ver o documento do caminhão.

... Olha seu guarda, não vou enganar o senhor, não. Não vou dizer que tenho documento, porque não tenho. Ainda não fiz a transferência, não senhor.

... Muito bem, o senhor não tem carteira de habilitação e nem documento do veículo...

... Mas "seu guarda" todo mundo me conhece por estas bandas. É só perguntar pro Compadre Geraldo de Mello, que me conhece desde quando eu era mocinho, quando cheguei lá da Bahia. Todo povo aqui da redondeza sabe que o caminhãozinho é meu.

... Então acenda os faróis.

... Chi...isso num vai dar certo. O senhor vai desculpar, mas o direito não tem... E o esquerdo queimou a "luizinha" na semana passada.

... E a buzina?

... Buzina tamém num tem.... É que eu comprei o caminhãozinho à prestação... Ainda não deu pra colocar buzina.

... E o breque? Pelo menos o breque, o caminhãozinho do senhor tem?

... Se tivesse breque não tinha parado aqui, não. Tinha parado lá atrás, quando o senhor apitou e mandou...

... Meu senhor, se eu for multá-lo, a multa vai sair tão cara que nem vendendo o seu caminhãozinho o senhor vai poder pagar. Então faz o seguinte, vá pescar de uma vez!

... Obrigado seu guarda, Agora acontece que o bicho "afogou". E a bateria tá arriondo... será que o senhor pode dar uma mãozinha e ajudar empurrar pro bichão pegar no tranco?



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

variedades.com
você satisfeito

Disk-Entregas - (17) 99742-5858

Rua Pascoal Paes de Araujo, com Bras Cubas
(Atraz da Escola Sansara)

CLUBE DA MEMÓRIA

Histórias do Tempo do Botinão

Por CLAUDINEI CABREIRA

Lembra dos embalos de sábado à noite?

Dia desses procurando um antigo documento, revirando uma dessas caixas de trechos que a gente guarda pelo resto da vida, acabei encontrando algumas fotos em preto e branco dos bons tempos da minha juventude e confesso que me diverti muito. Ali estava a prova viva de que a gente andava na moda ou melhor, "nos trinks" como dizia a moçada lá pelo final dos anos sessenta, começo dos anos setenta. Mas, cá prá nós, o povo era corajoso demais. Que moda era aquela?

Para se ter uma ideia, por aqui, a moda que era comportadíssima no início da década de sessenta, mas acabou sofrendo a influência de tudo o que acontecia no mundo. E o surgimento da Jovem Guarda, em 1967, teve grande importância nesse processo. Sem perceber, acabamos adotando várias tendências dos movimentos jovens, uma nova linguagem, nova forma de se comportar e de se vestir que logo virou febre entre os jovens. Usar expressões como, "barra limpa", "papo firme", "máquina quente", "broto" e centenas de outras gírias, roupas prá lá de coloridas, acessórios exagerados e os cabelos longos era o passaporte para embarcar nas ondas do iê-iê-iê...

E lá ia todo mundo para a praça estreando camisão de cores lisas, berrantes e extravagantes, de gola alta com entrela engomada, combinando com calças listradas, xadrezes abusados ou lisas. Dois meses depois, pronto, tudo mudava de novo. O que era chique virava brega. Aí era a vez das camisas ultra coloridas com cores vivas, xadrezes, listradas ou até imitando pele-de-onça, com calças lisas. Era a tal moda psicodélica! E a linguagem era "paz e amor, bicho!"

E o corte das calças dos rapazes, então? Apertadas no quadril e nas pernas, abrindo da metade da canela para baixo. Vai me dizer que vo-



cê nunca viu ou nunca usou uma calça boca-de-sino? Parece piada, mas muita gente séria por aí usou aquelas aberrações um dia e "botou banca" de playboy. Por sorte, mais tarde elas saíram de moda e aí aconteceu o contrário. A nova moda era o oposto, calça folgada na cintura e nas pernas, na metade da canela ia afunilando, até ficar bem justas lá embaixo. Talvez por isso, ganhamos dos nossos pais que eram "quadrados", o jocoso apelido de calças de "pular brejo!". Prá piorar as coisas, a gente completava o conjunto com sapatos de salto "carrapeta" ou botinhas sem meias. Nossa, e pensar que nós usamos aquilo! Claro que era prá lá de ridículo, mas a moçada era "prafrentex", "uma brasa, mora!". E pensar que a gente se achava o máximo!

A moda para os rapazes era cabelos lisos e compridos, com uma franja caindo de um lado da testa, quase tapando o olho. Era o come-

ço da "beatlemania". A gente também imitava o corte de cabelo do "rei" Roberto Carlos e do "príncipe" Ronnie Von. Daí, devido nossa "juiba", éramos chamados de rebeldes, playboys e cabelludos. Quem tinha cabelo ondulado, cacheado ou caprichado, levava uma grande desvantagem na paquera. Foi aí que o pessoal descobriu um truque bem caseiro; dormir com improvisadas toucas de meias de seda. O problema é que no dia seguinte ficava uma marca, um risco bem fundo no meio da testa. Mas a tática funcionava que era uma beleza.

Nos sábados à tarde, a moçada começava a produzir para cair na "balada", os famosos bailinhos dos anos sessenta. Era preciso fazer a barba bem feita, prá ficar com o rosto bem lisinho. E isso sim, era prá lá de complicado. Era preciso caprichar, afinal, a gente dançava de rosto bem coladinho com as meninas.

Todo cuidado era pouco

Diversões &cia

Aluguel para festas

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

Pipoca Algodão doce Doces p/ festas

Ouroeste - SP

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

Aproveite
AS
PROMOÇÕES

Descartáveis

Tudo por R\$ 1,00

Itens para Festas

■ EVENTO CULTURAL

Mostra Estudantil de Teatro começa na próxima segunda

→ SECOM

Prefeitura de Fernandópolis

Fernandópolis se prepara para um dos maiores eventos culturais da região, a 24ª edição da Mostra Estudantil de Teatro que começa na próxima segunda-feira, dia 01, promovida pela Prefeitura, por meio da Secretaria Municipal de Cultura. A Mostra é um dos eventos culturais mais aguardados anualmente no município. Neste ano, vin-

te espetáculos subirão ao palco do Teatro Municipal "Merciol Viscardi". A programação teatral acontecerá durante todo mês, dividida em períodos, entre os dias 1 a 4, 8 a 11 e 16 a 27. As apresentações foram definidas através de sorteio entre todos os participantes das escolas.

O evento tem a finalidade de desenvolver ações educativas nas escolas de Fernandópolis, promovendo o desenvolvimento humano de crianças

e adolescentes, disseminando a cultura por meio da arte teatral e todas suas vertentes e incentivando a formação de grupos de teatro no município.

Os espetáculos terão duas apresentações, uma às 15h e a outra às 20h. Os convites poderão ser adquiridos antecipadamente nas escolas participantes ou com os alunos/atores.

FINAL

Como encerramento da Mostra, no dia 27, o público



20 grupos subirão ao palco para apresentação de espetáculos que ocorrerá durante todo mês de outubro

vai assistir o espetáculo 'Alice No País Das Maravilhas', uma livre adaptação de Isaac Ruy da obra homônima de Lewis Carroll. Subirão ao palco ex-participantes da Mostra, consagrados atores que se apresentaram em edições

anteriores, ao longo dos 24 anos de tradição do evento no município.

A MOSTRA

Há 24 anos no calendário cultural da cidade, a Mostra tem a finalidade de desenvolver ações educativas nas es-

colas de Fernandópolis, promovendo o desenvolvimento humano de crianças e adolescentes, disseminando a cultura por meio da arte teatral e todas suas vertentes e incentivando a formação de grupos de teatro em Fernandópolis.

AGENDA DA XXIV MOSTRA ESTUDANTIL DE TEATRO – 01 A 04/10, DE 08 A 11/10 E DE 16 A 28/10

SEGUNDA-FEIRA, 01

Escola: EMEF João Garcia Andreo
Categoria: Infantil
Espetáculo: As Quatro Chaves
Grupo: Astros do Andreo
Direção: Fábio Sanches
Autor do Texto: Ilo Krugle
Duração: 45 min.
Classificação: Livre

TERÇA-FEIRA, 02

Escola: EMEF Dr. Alberto Senra
Categoria: Infantil
Espetáculo: Quem Roubou o Branco do Mundo?
Grupo: Os Sobrevidentes
Direção: Aparecida Donizeti Teixeira
Autor do Texto: Luciano Luppi
Duração: 45 min.
Classificação: Livre

QUARTA-FEIRA, 03

Escola: EMEFA Melvin Jones
Categoria: Adulto
Espetáculo: Rosa de Cabriúna
Grupo: Agricolarte
Direção: Fábio Sanches
Autor do Texto: José Antonio da Silva-Adapt. Luis Alberto de Abreu
Duração: 55 min.
Classificação: Livre

QUINTA-FEIRA, 04

Escola: EMEF Pedro Malavazzi
Categoria: Infantil
Espetáculo: Quem Casa Quer Casar - Ou Não

Grupo: Arteiros do Malavazzi
Direção: Fábio Sanches
Autor do Texto: Tatiana Belinky
Duração: 45 min.
Classificação: Livre

SEGUNDA-FEIRA, 08
Escola: E.E. Fernando Barboza Lima
Categoria: Infantil
Espetáculo: Quem Roubou o Branco do Mundo?
Grupo: Os Sobrevidentes
Direção: Aparecida Donizeti Teixeira
Autor do Texto: Luciano Luppi
Duração: 45 min.
Classificação: Livre

TERÇA-FEIRA, 09
Escola: E.E. Líbero de Almeida Silvares
Categoria: Infantil
Espetáculo: Festa de Natal
Grupo: Teatrando
Direção: Dailon Marques
Autor do Texto: Maria Vera Siqueira-Adapt. Dailon Marques
Duração: 60 min.
Classificação: Livre

QUARTA-FEIRA, 10
Escola: E.E. Afonso Cáfarro
Categoria: Infantil
Espetáculo: Quem Matou o Leão?
Grupo: Teatrando
Direção: Aline Barros
Autor do Texto: Maria Clara Machado

Duração: 60 min.
Classificação: Livre

QUINTA-FEIRA, 11

Escola: E.E. José Belício
Categoria: Infantil
Espetáculo: Maria Minhoca
Grupo: Minha Nossa
Direção: Vitor H. Polato e Bianca Santos
Autor do Texto: Maria Clara Machado
Duração: 70 min.
Classificação: Livre

TERÇA-FEIRA, 16
Escola: E.E. Joaquim Antônio Pereira
Categoria: Infantil
Espetáculo: O Viajante e a Menina que não Sorria.
Grupo: Os Cínicos
Direção: Adriel Monteiro
Autor do Texto: Adriel Monteiro e Beatriz Pussoli
Duração: 50 min.
Classificação: Livre

QUARTA-FEIRA, 17
Escola: Colégio Anglo Fernandópolis
Categoria: Infantil
Espetáculo: Muitas Luas
Grupo: Giratriz Di Teatro
Direção: Rafael Di Lima
Autor do Texto: Adapt. Do conto de James Thurber-ADAPT. - Rafael Di Lima

Duração: 50 min.
Classificação: Livre

QUINTA-FEIRA, 18

Escola: EMEF Ivonete Amaral da Silva Rosa
Categoria: Infantil
Espetáculo: A Gata Borracheira
Grupo: Quintal do Ivonete
Direção: Maria Olivia Garcia dos Santos Faria
Autor do Texto: Maria Clara Machado
Duração: 50 min.
Classificação: Livre

SEXTA-FEIRA, 19
Escola: Colégio Incentivo COC
Categoria: Infantil
Espetáculo: No Mundo de Prequeté
Grupo: Tearte
Direção: Adriel Monteiro
Autor do Texto: Ana Maria Machado-Adapt. Adriel Monteiro
Duração: 45 min.
Classificação: Livre

SÁBADO, 20
Escola: E.E. Líbero de Almeida Silvares
Categoria: Adulto
Espetáculo: O Beijo no Asfalto
Grupo: ESALÉ
Direção: Eduardo Antonio Botazzo e Larissa Ozorio
Autor do Texto: Nelson Rodrigues-Adapt. Larissa Ozorio

Duração: 50 min.
Classificação: 14 anos

DOMINGO, 21

Escola: Colégio Incentivo COC
Categoria: Adulto
Espetáculo: Um Corpo para Voar
Grupo: Tria de Teatro
Direção: Leandro Vieira
Autor do Texto: Leandro Vieira
Duração: 60 min.
Classificação: 12 anos

SEGUNDA-FEIRA, 22

Escola: E.E. Armelindo Ferrari
Categoria: Adulto
Espetáculo: Casa, Não Casa
Grupo: Faces

Direção: Antônio Rubens de Gênova
Autor do Texto: Jomar Magalhães
Duração: 40 min.
Classificação: Livre

TERÇA-FEIRA, 23

Escola: E.E. Saturnino Leon Arroyo
Categoria: Adulto
Espetáculo: Delírios de um Poeta sem Inspiração
Grupo: À TravessArte

Direção: Welerson Junio
Autor do Texto: Ana Luisa Ricardo-adapt. Welerson Junio
Duração: 50 min.
Classificação: Livre

QUARTA-FEIRA, 24

Escola: Colégio Anglo Fernandópolis

Categoria: Adulto
Espetáculo: Perfume Doce
Grupo: Giratriz Di Teatro
Direção: Rafael Di Lima
Autor do Texto: Rafael Di Lima
Duração: 55 min.
Classificação: 12 anos

QUINTA-FEIRA, 25
Escola: Colégio Objetivo
Categoria: Adulto
Espetáculo: A Quadrilha
Grupo: Circulando
Direção: Flávio Gracia
Autor do Texto: Jomar Magalhães
Duração: 60 min.
Classificação: 10 anos

SEXTA-FEIRA, 26
Escola: UNATI
Categoria: Adulto
Espetáculo: Dando o ar da graça
Grupo: Alegria como Terapia

Direção: Leandro Vieira
Autor do Texto: Leandro Vieira
Duração: 70 min.
Classificação: 10 anos

SÁBADO, 27
Escola: Alice No País Das Maravilhas
Categoria: Adulto
Espetáculo: Grupo Aro
Direção: Isaac Ruy
Autor do Texto: livre adaptação de Isaac Ruy da obra homônima de Lewis Carroll
Duração: 50 MIN.
Classificação: Livre

Pensamento da Semana



“O que nós somos é o presente de Deus a nós. O que nós nos tornamos é nosso presente a Deus”.

ELEANOR POWELL

- Vamos, passe o dinheiro depressa. De posse do dinheiro, entregou-o ao Chico e disse:

- Tome, compre leite para as suas crianças.

E, chamando o outro ladrão, foram embora.

Chico, aliviado, escorou-se num poste e disse:

- Muito obrigado, meus irmãos. Que Jesus os abençoe e acompanhe.

O ladrão que havia lhe dado o dinheiro lhe respondeu:

- Você acha que Jesus vai nos abençoar e acompanhar? Nós somos ladrões!

- Como não, meu irmão, disse-lhe o Chico, Ele escolheu dois para sair da Terra com Ele.

Adelino da Silveira

MINUTINHO: Uso e abuso

O uso é o bom senso da vida e o metro da caridade. Vida sem abuso, consciência tranquila.

Uso é moderação em tudo. Abuso é desequilíbrio

O uso exprime alegria. Do abuso nasce a dor.

Existem abusos de tempo, conhecimento e emoção. Por isso, muitas vezes, o uso chama-se "abstenção".

O uso cria a reminiscência confortadora. O abuso forja a lembrança infeliz.

Saber fazer significa saber usar.

Todos os objetos ou aparelhos, atitudes ou circunstâncias exigem uso adequado, sem o que surge o erro.

Doença – abuso da saúde.

Vício – abuso do hábito.

Supérfluo – abuso do necessário. Egoísmo – abuso do direito.

Todos os aspectos menos bons da existência constituem abusos.

O uso é a lei que constrói.

O abuso é a exorbitância que desgasta.

Eis por que progridir é usar bem os empréstimos de Deus.

Emmanuel/André Luiz

CRÔNICA

O dia em que Chico Xavier quase foi assaltado

O fato ocorreu em Pedro Leopoldo. Chico costumava acompanhar até às pensões ou hotéis as visitas que ficavam no Centro até o término das reuniões, que se dava por volta de duas horas da manhã. Certo dia, já de volta ao lar, foi abordado por dois desconhecidos, que ele sabia

não serem da cidade, e um deles foi logo dizendo:

- Passe para cá todo o dinheiro que tiver em seu bolso.

Chico remexeu seus bolsos e, só encontrando cinco cruzeiros, disse aos ladrões:

- Olhem, eu só tenho cinco cruzeiros, mas, por favor, não me façam mal. Tenho muitas crianças para cuidar.

Um dos assaltantes da dupla, que parecia ainda ter alguma bondade nos olhos, perguntou:

- Você é casado?

- Não, respondeu o Chico.

- Então, que história é essa de crianças?

“Se nos julgamos melhores que os outros, por que esperamos deles melhores atitudes que as nossas? Chico Xavier”

Nisso o outro assaltante intervém, dizendo:

- Não falei que não valia a pena assaltá-lo? Veja as roupas remendadas. O sapato, então, parece a boca aberta de um jacaré. Vamos embora que esse é pior que nós.

O assaltante então pergunta:

- Você ainda tem aqueles duzentos cruzeiros com você?

- Você não vai fazer o que eu estou pensando, vai?

Polo
Refrigeração



(17) 99742-2111
GARANTIA EM TODOS OS SERVIÇOS PRESTADOS!

(17) 99727-8363

Assistência Especializada

- Máquina de Lavar
- Geladeira
- Freezer
- Fogão

ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES:



RUA MARTINS DE SÁ, 855 - OUROESTE - SP
PRÓXIMO AO POSTO DE SAÚDE DO RESIDENCIAL RODRIGUES

sua saúde

Coração: você sabe o que é uma Isquemia Silenciosa?

Existem diversos tipos de condições que afetam o nosso coração e geralmente são muito graves, devendo ser tratadas para que não cheguem a ser fatais. No caso da isquemia cardíaca falamos de uma condição silenciosa, que geralmente não apresenta sintomas. Para detectá-la é preciso conhecer os fatores de risco e consultar um médico para exames de rotina.

Quando o fluxo normal de sangue carregado de oxigênio não pode chegar a um determinado momento em uma parte do corpo, ocorre uma isquemia. Se o sangue é dirigido para o coração e o fluxo é interrompido momentaneamente, o evento se conhece como isquemia cardíaca. Às vezes, isso causa dor (angina). Em outras ocasiões não apresenta sintomas e, em seguida, se denomina isquemia silenciosa ou em silêncio. Não é por ser silenciosa que é menos perigosa. Descubra se você está em risco de sofrê-la e como é tratada.

Um sintoma é uma chamada de alerta. O aperto no peito, dor, ou náusea, por exemplo, indicam que existe algum problema com o coração. No entanto, existem condições que se apresentam sem aviso prévio. Este é o caso da isquemia silenciosa, que recebe justamente o nome por ocorrer sem levantar suspeitas.

O ideal é que o sangue possa viajar livremente através das artérias para levar oxigênio para todas as áreas do corpo. Quando, por diferentes razões (uma dieta rica em gordura, níveis elevados de colesterol, sedentarismo, tabagismo e/



ou herança, entre outros), as artérias ficam obstruídas ou tampadas e vão se tornando cada vez mais estreita, o fluxo de sangue pode ser interrompido, deixando temporariamente o músculo cardíaco privado de oxigênio. Este evento pode causar dor (o que chamamos de angina, o sintoma mais comum da doença arterial coronária ou CAD por sua sigla em Inglês), ou, por razões até o momento não conhecidas exatamente, não produz nenhum sintoma em algumas pessoas que sofrem episódios de isquemia. É possível que, apesar de que as artérias estejam bloqueadas, o coração possa continuar recebendo sangue suficiente, enquanto a pessoa se encontra em repouso, mas tem o risco de sofrer a isquemia quando realiza uma atividade física intensa ou está sob muito estresse.

O que não apresenta sintomas não significa que seja inofensivo. Se a isquemia é intensa e prolongada pode provocar um acidente vascular cerebral ou um ataque cardíaco, que equivale à morte do tecido do coração. Além disso, a isquemia silenciosa pode ter outras consequências, como alterar a frequência cardíaca (taquicardia ou fibrilação ventricular),

reduzir a capacidade de bombeamento do coração, causando desmaio ou parada súbita do coração (ataque cardíaco).

Descubra se você corre o risco de sofrer uma Isquemia Silenciosa:

As pessoas idosas, aquelas que sofreram um ataque cardíaco, aquelas que sofrem com diabetes e as mulheres, têm maiores probabilidades de sofrê-las.

Os seguintes são os fatores de risco mais importantes:

- Ter sofrido um ataque cardíaco anteriormente; Sofrer de doença arterial coronariana.
 - Ter diabetes; Ter pressão arterial elevada (hipertensão); Obesidade; Consumo excessivo de álcool e drogas; Tabagismo; Problemas nas artérias coronárias; Genética (outras pessoas na família que sofrem ou sofreram); Falta de atividade física/sedentarismo.
- A isquemia silenciosa não apresenta sintomas. As pessoas descobrem que a tem quase sempre no consultório do médico, quando passam por testes de rotina, como um eletrocardiograma.

ma ou um teste de esforço (conhecido

como stress test em Inglês) que detectam que o coração não recebe sangue suficiente. Sabe-se que as pessoas que experimentam episódios de angina ou dor no peito, geralmente também sofrem de isquemia silenciosa.

COMO TRATAR:

O tratamento para a isquemia tem como objetivo melhorar o fluxo de sangue para o coração e que este receba oxigênio suficiente. O cardiologista, provavelmente te prescreverá aspirina ou outro medicamento que "afina" o sangue; vasodilatadores, como nitroglicerina que melhoram o fluxo sanguíneo para o coração; betabloqueadores para diminuir a frequência do batimento cardíaco e reduzir a pressão arterial, de forma que o coração trabalhe menos. Ou poderia recomendar bloqueadores dos canais de cálcio, que também ajudam o coração a trabalhar menos baixando o pulso e aumentando o fluxo sanguíneo para o coração, agindo sobre as células musculares das artérias. Ou poderia escorregar-lhe dar um dos inibidores da enzima conversora de angiotensina ou a ranolazina que utilizam outros mecanismos para ajudar o coração a trabalhar menos. E também poderia recomendar que você tome medicamentos para reduzir o colesterol no sangue.

Dia Mundial do Coração: data de conscientizar sobre sinais e prevenção das doenças cardíacas



Dr. Antonio Carlos Pancotti

CRM 141.743 - Cardiologia

O Dia Mundial do Coração comemorado em 29 de setembro é uma data criada com o objetivo de conscientizar a população sobre as doenças cardíacas, a importância de preveni-las e de adotar novos hábitos de vida. Segundo dados do Ministério da Saúde, a cada ano, cerca de 300 mil brasileiros são vítimas de Infarto Agudo do Miocárdio, com alta prevalência de casos fatais. Além do infarto, a hipertensão arterial e as arritmias são as cardiopatias mais comuns.

Muitas doenças do coração não apresentam sintomas, outras, podem apresentá-los subitamente. Por isso, a prevenção dessas doenças é fundamental e o indivíduo, além de manter os exames de rotina em dia, deve ficar atento aos sinais para saber qual o momento de procurar a ajuda de um médico. De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 80% das mortes que têm como causa doenças cardiovasculares poderiam ser evitadas com a prevenção e mudanças no estilo de vida.

As doenças cardíacas têm como causas inúmeros fatores: a hipertensão arterial, o diabetes, as dislipidemias (níveis elevados de gordura no sangue), a obesidade, tabagismo, sedentarismo, uso de drogas e em alguns casos, a herança genética. Esses fatores são alertas para que a prevenção e tratamento iniciem-se precocemente.

Falta de ar, cansaço que não era percebido principalmente após a realização de algum esforço, dores como "aperto" na região do tórax associada a formigamento no braço esquerdo, dor na mandíbula ou nas costas são sinais de que algo pode estar errado e é hora de realizar uma avaliação mais completa.

Recomenda-se que todos os indivíduos, a partir dos 35 anos, inclua na rotina de cuidados com a saúde o check-up cardiológico. Jovens que têm na família histórico de doenças cardiovasculares e encontram-se com um ou mais fatores de risco (obesidade, diabetes, hipertensão e tabagismo) devem iniciar esse acompanhamento antes. Além disso, toda pessoa que vai começar a praticar algum tipo de atividade física também deve passar por uma avaliação cardiológica. Reitero que muitas doenças cardíacas são assintomáticas e o indivíduo pode ser portador de uma arritmia, por exemplo, e não saber. Isso representa um risco à saúde, uma vez que em alguns casos, o esforço exagerado ou uma situação muito estressante pode ser o gatilho de um evento cardiovascular.

Além de manter os cuidados com a saúde em dia com as visitas regulares ao médico e a realização de exames de rotina, a mudança do estilo de vida é fundamental para a saúde cardiovascular. Na alimentação evite ingerir alimentos gordurosos e ricos em sódio, dê preferência às frutas, grãos integrais, legumes e verduras que são ricos em fibras. Movimente-se, faça atividades aeróbicas regulares, pelo menos 30 minutos, de três a quatro vezes por semana. Não fume e controle a hipertensão e o diabetes.

Saúde do coração em dia, possibilidade de uma vida longa e saudável.



PANCOR

CENTRO DE CARDIOLOGIA AVANÇADA

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 @cardiologiadrapancotti

R. Paraíba, 1641 - Centro - FERNANDÓPOLIS - SP

INSTITUTO DE OLHOS
 CIRURGIA DE CATARATA (ACADEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MÍDIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI
 OFTALMOLOGIA - CRM 139.658
 j.v.ferrarezzi@hotmail.com

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

Dr. Hugo Yamagata Yasuda
 CRM 109.308
 Oftalmologia Clínica e Cirúrgica
 Especialista em Glaucoma

ATENDE PARTICULAR E CONVÉNIOS
 APAS | BENSAÚDE | FUNDAÇÃO CESP | HB SAÚDE
 POSTAL SAÚDE | SÃO FRANCISCO | SAÚDE CAIXA
 BRADESCO SAÚDE | CABESP | CASSI | ECONOMUS

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

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

CAUSAS:
 • PREVIDENCIÁRIAS
 • CÍVEIS
 • SECURITÁRIAS (SEGUROS)
 • TRABALHISTAS

17 3462-6805

Rua Bahia, 1161 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

VANDIR ANICETO QUÉRIA DUARTE CÁSSIO ANICETO ALINE DUTRA
 3452-8267

ANICETO
 Advocacia

CAUSAS PREVIDENCIÁRIAS

VANDIR ANICETO
 OAB/SP 228715

QUÉRIA DUARTE
 OAB/SP 335.169

CÁSSIO ANICETO
 OAB/SP 400.012

ALINE DUTRA
 OAB/SP 361.992

FERNANDÓPOLIS-SP (17) 3462-8267

Dr. Ronaldo Malacarne de Oliveira
 OAB/SP 79141

Dra. Elith Darc de Oliveira
 OAB/SP 79134

Dra. Lais Malacarne de Oliveira
 OAB/SP 326251

ronaldomv@terra.com.br - advtrabalhista_malacarne@hotmail.com
 laismalacarne@hotmail.com

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

Rua São Paulo, 1323 - Coester - Fernandópolis - SP

Fábricio José Cussiol
 OAB/SP 213.673

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

e-mail: fabriocussiol7@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

AC ADVOCACIA CASSADANTE

DR. JOSÉ CASSADANTE JUNIOR
 OAB/SP 102475

DRA. MELINA M. R. BORIN
 OAB/SP 348405

(17) 3442-6298 3462-6842

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

Maurílio Saves
 ADVOGADO - OAB/SP 73.691

Patricia Eunice dos Santos
 ADVOGADA - OAB/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

e-mail: advpancotti@terra.com.br

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

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



ACESSE:
www.oextra.net



Informação com credibilidade

Autos & Bikes

Eclipse agora é 'SUV' e deve custar R\$ 149 mil

Mitsubishi resgata nome de icônico esportivo da década de 90 e transforma em versão da moda; modelo já está à venda

→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

Ele era o modelo esportivo preferido de nove dentre 10 apaixonados por esportivos na década de 90, sendo o sonho de consumo de muitos adolescentes. Sua produção iniciou-se em 1990 e em 2012 foi extinta sem deixar sucessores.

Agora a Mitsubishi retorna o nome lendário "Eclipse", porém em outro formato. É uma SUV - o modelo da moda - e o preço do HPE-S é R\$ 149.990 e do HPE-S AWD é R\$ 155.900. O hotsite da fabricante já iniciou a pré-venda do SUV Eclipse

Cross, que foi apresentado oficialmente no dia 27 de setembro e com chegada prevista ao mercado brasileiro em novembro. Na página, os interessados podem fazer o cadastro e a

alerta de ponto cego, assistente de mudança de faixa, alerta de trânsito cruzado traseira, sistema de câmeras multi-view, faróis de LED, central multimídia de sete polegadas, Android Auto e Apple CarPlay,

farol alto automático, retrovisor eletrocrômico, teto solar panorâmico duplo, sistema de som premium com nove alto-falantes, controle de cruzeiro adaptativo, volante e bancos dianteiros e traseiros aquecidos, rodas de 18 polegadas e ar-condicionado automático. O motor é o 1.5 litro turbo de quatro cilindros, dotado de injeção direta com 155 cavalos de potência e 25,4 kgfm de torque. Ele está associado a um câmbio automático do tipo CVT.

reserva do utilitário da marca. São duas versões disponíveis, a de entrada com tração dianteira (HPE-S) e a topo de linha com tração integral (HPE-S S-AWC). A lista de equipamento será divulgada brevemente, mas no exterior vem com



GM Equinox e Chery Tiggo 2 têm desconto de até R\$ 20 mil

OMobility Show, evento sobre mobilidade para pessoas com deficiência e que foi realizado entre 21 e 23 de setembro em São Paulo,

apresentou algumas boas novidades para o setor. Duas das principais vieram das Chevrolet e da Chery. A primeira apresentou o Equinox 2019 que pas-



sa a contar com uma versão - a LT - destinada a vendas para Pessoas com Deficiência-PCD. Com preço fixado em R\$ 142,9 mil, terá desconto de R\$ 20,9 mil para esses consumidores. Já a Chery, que fabrica seus modelos em Jacareí-SP, oferece o Tiggo 2 por R\$ 43 mil, bem abaixo dos R\$ 59,9 mil cobrados. Ela também aproveitou o salão e apresentou o Chery QQ que também está em promoção para PCD. O preço sugerido de R\$ 23.411,01 para clientes PCD, um valor bem abaixo dos R\$ 28.740 da versão Smile. Os descontos são relativos ao ICMS.

KAVA IRÁ LANÇAR

A NINJINHA 125

Afabricante japonesa promete lançar no Salão de Colônia no próximo dia 2, a nova versão de entrada da linha esportiva. A Ninja 125 terá inspiração na 400 cc

a Z125 -. Elas terão 15 cavalos de potência e o desenho

(foto) e vem com a versão naked -

promete ser os pneus, todos de "envergadura" desproporcional às atuais 125 do mercado nacional.

DUCATI TRAZ A

SUPERSPORTS

Amarca italiana confirmou que está comercializando o modelo touring no Brasil. Ela custa R\$ 63,9 mil e vem com motor 2 cilindros com 113 cv, três modos de pilotagem, cambio de 6 marchas com quick shift e com apoio de ser a esportiva pronta para as grandes viagens.

máquinas & karangos

AUTO ELÉTRICO CISFER
CONsertos de Partidas, Alternadores
e Instalação em Geral
Alton FONES: (17) 3442-5506 99784-3190 * 99784-3102
Av. LÍTERIO GRECO, N° 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.desmontferrovelhobrasil.com.br
E-mail: ferrovelhobrasilfer@gmail.com
Av. Líterio Greco, 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

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

RETÍFICA RAMOS
RETÍFICA E RECUPERADORA DE PEÇAS: Blocos, Virabrequim, Cabecotes, 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

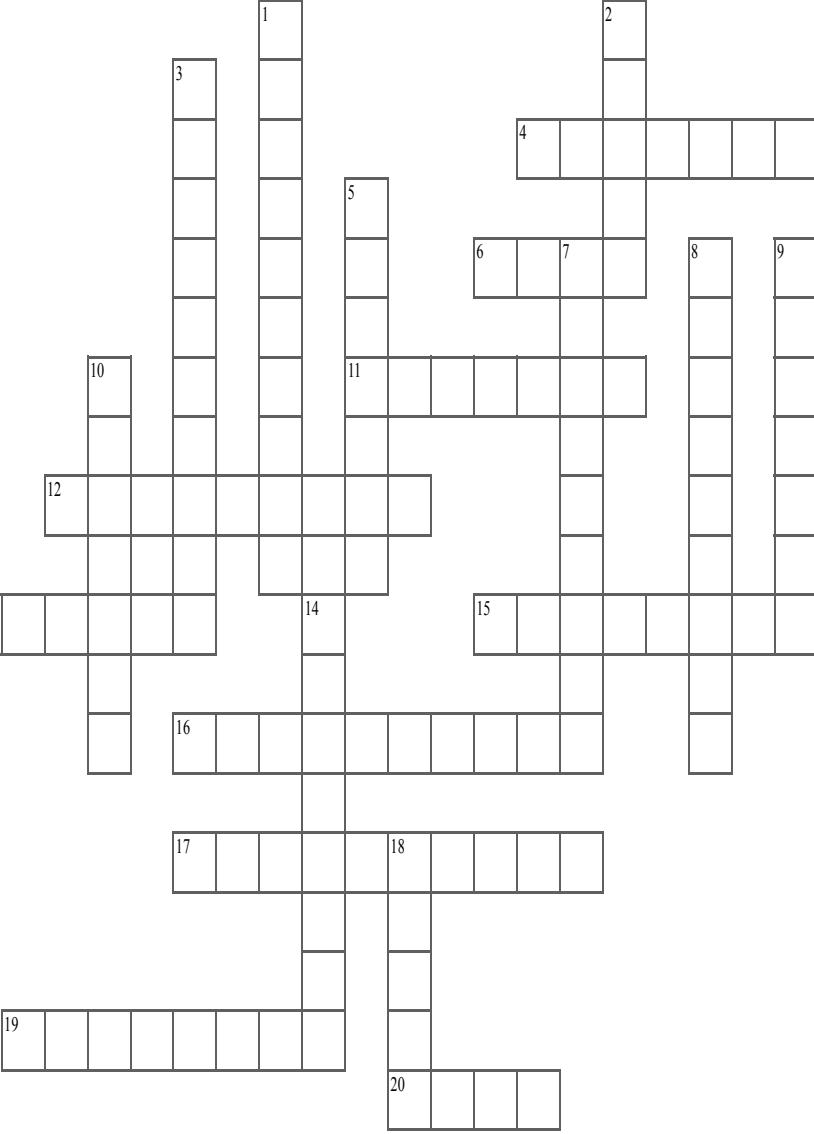
Breve em Ouroeste PROTEGE
Vistoria Automotiva
Carros, Motos, Reboques
Semi-Reboques, Caminhões
Micro ônibus e Caminhonetes

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

(17) 98822-5374
(17) 99639-8247
Delícia esfihas
DELIVERY
De Esfihas Árabes

ASB
Manutenções e Segurança
Elétrica Residencial e Comercial
Hidráulica • Cerca Elétrica • CFTV
Alarme • Interfone • Portão
Alexandre alexandre.asbmanutencao@gmail.com
Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897
Ouroeste - SP

Palavras Cruzadas

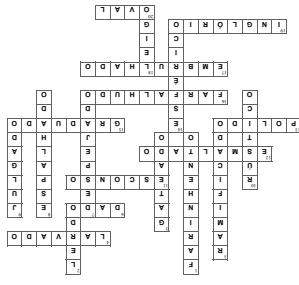


Horizontais

4. Disfarçado, oculto
6. Concedido, facultado, lícito, permitido
11. Escondido, oculto
12. Coberto de esmalte
13. Brilhante, luzidio
15. Dividido em graus
16. Empreado
17. Empacotado
19. Em que não há glória
20. Em forma de ovo

Verticais

1. Coberto de farinha
2. De ação lenta: memória, pessoa etc
3. Dividido em ramos
5. Diz-se do cavalo de pêlo amarelo-avermelhado
7. Desocupado, vazio
8. Disperso, difundido
9. Condenado ou absolvido por sentença
10. Campestre
14. Com forma de esfera
18. Diz-se daquele que não tem ordens sacras



Caça Palavras

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

CAROLINA
LUCIANA
DANIELA
PAULA
FERNANDA
BRUNA
GABRIELA
VANESSA
MARINA
CAMILA
FLÁVIA
RENATA
MARIA
LARISSA
AMANDA

Resumo de Novelas

ESPELHO DA VIDA

Sábado, 18h00

Américo descobre o telefone de Cris. Hugo sente ciúmes do interesse de Pat por Mauro César. Ana se preocupa com Cris por conta de Américo. Cris visita novamente a casa de Júlia. Marcelo realiza a leitura do testamento de Vicente. Cris se espanta com sua semelhança física com Júlia. Alain descobre que Vicente condicionou sua herança à gravação do filme sobre a história de Júlia em Rosa Branca. Cris percebe que esqueceu seu celular na casa de Júlia. Ana sofre por não conseguir falar com Cris. Américo afirma que tem direitos sobre a filha. Isabel sonha Margot sobre Alain. Dalva afirma a Gerson que não tolera Isabel. Alain decide aceitar a condição de Vicente e filmar a história de Júlia Castelo em Rosa Branca.

O TEMPO NÃO PARA

Sábado, 19h15

Marocas aceita a proposta de Samuca. Cesária fica surpresa quando se dá conta de que Marino está vivo. Amadeu pergunta a Monalisa se ela aceita ter um filho com ele por meio de inseminação artificial. Carmen comunica a Samuca que Emílio foi eleito presidente da SamVita. Emílio mantém o afastamento de Betina da empresa. Agustina diz a Dom Sabino que não confia em Amadeu e Mariacarla. Betina tenta convencer Samuca e Marocas a se aliamrem a ela. Samuca diz a Betina que a decisão será de Marocas. Waleska avisa a Coronela que o julgamento foi marcado. Emílio se sente pressionado quando Samuca, Marocas, Carmen e Betina exigem a marca da Miudeza e as patentes criadas pela filha de Dom Sabino.

SEGUNDO SOL

Sábado, 21h00

Laureta explica suas desconfianças sobre Galdino e Luzia para Karola, que volta a ficar ao lado dela. Ícaro insiste em largar tudo para viver com Rosa, mas a menina deixa sozinha a casa de Laureta. O médico confirma o diagnóstico de Rochelle, e a família se une para apoiar a menina. Nice comemora seu sucesso com Maura. Beto pede ajuda a Ionan para investigar o paradeiro de seu bebê com Luzia. Laureta e Karola armam para desmascarar Galdino e Luzia. Karola implora o perdão de Valentim. Agenor agride Nice e Cacau, e é escorraçado do restaurante. Laureta contrata Jennifer para fingir que é Emily, a suposta filha de Luzia e Beto. Galdino alerta Luzia sobre a existência de Emily, e Groa desconfia. Laureta avisa a Viana sobre o paradeiro de Luzia.

AS AVENTURAS DE POLIANA

Segunda-feira, 20h30

Naninho (Guilherme Fontes) vende suas minhocas em leilão pela internet. Roleta rouba beijo de Vivian. André (Rômulo Neto) chuta bola durante jogo e acaba acertando Marcela, que derruba o suco na roupa. O rapaz dá a blusa dele para a patricinha e ela guarda. Mateus aconselha que Jaguar não traia mais Marcela. Siri (Marcos Pitombo) escuta Dona Vilma (Bia Montez) planejando viagem e estranha. Roleta finge que é rico para Vivian. Alaíde (Soraya Ravenle) se preocupa com o atraso de Marcela para a festa. Naninho mata as minhocas sem querer. Vivian descobre que a dona da agência fugiu com dinheiro e ela se desespera. Marcela vê Jaguar beijando outra menina.

A TERRA PROMETIDA

Segunda-feira, 20h50

Lívia se emociona ao se deparar com Quemuel deitado sobre uma maca em frente a sua tenda. Gibar dispensa Acasa e diz ter um compromisso. Na massmorra de Jericó, Zuma tenta confortar Tobias. Marek e Kalesi comemoram o sacrifício. O rei ordena que Sandor traiga Tobias para uma luta comemorativa. Tibar diz para o filho continuar obedecendo o soberano. Raabe pede para Milah preparar mais comida. Nobá desabafa com Kalu e reclama da vida que está levando. Quemuel conta sobre o corrido no deserto. Samara estranha a aproximação entre Josué e Aruna. Runé ameaça Maquir e manda ele deixar Livana em paz. Haneil estranha a conversa do filho com Rune. Marek diz para Tobias lutar em troca da própria vida.

Humor

PALAVRA MAIS BONITA

A turma de alfabetização da escola vai receber a visita do secretário de educação e a professora está preocupadíssima com o Joáozinho que é sempre o desbocado.

— Joáozinho, atenção, não vai me envergonhar na presença do secretário, hein? É melhor ficar de boca fechada.

— Tá bem, professora!

O secretário chega e conversa com os alunos, pergunta se já sabem ler, se gostam da professora etc e tal. Dirigindo-se a Joáozinho, fala:

— E você, já lê bem?

— Leio sim senhor.

— E qual a palavra mais bonita que você aprendeu?

A professora gela, e Joáozinho responde:

— Cubanos.

Ela respira aliviada.

— E por quê? — insiste o secretário.

— Porque começa com cu, acaba com anus, e ninguém me tira da cabeça que esse B do meio não seja de bunda.

EM CASO DE INCÊNDIO

Em Lisboa, após um incêndio no pequeno prédio, os bombeiros, verificando os destroços, encontram apenas um morto.

— É justamente o avô do Manoel, que estava de cabeça para baixo, com o dedo indicador apontando para um dos cantos do ambiente.

Ao seu lado, um extintor de incêndio, com a seguinte inscrição:

“Em caso de incêndio, vire de cabeça para baixo e aponte para a chama”.

BARBIE DE PRESENTE

Dois crianças de oito anos conversam no jardim e o menino pergunta à menina:

— O que você vai pedir no Dia da Criança?

— Eu vou pedir uma Barbie. E você?

— Eu vou pedir um Tampax ou um o.b.! — responde o menino.

A menina, muito surpresa:

— Tampax! O.b? — O que é isso?

— Não sei... mas a televisão diz que o Tampax ou o.b. a gente pode ir à praia todos os dias, andar de bicicleta, andar a cavalo, dançar, ir ao clube, correr, fazer um montão de coisas, e o melhor... SEM QUE NINGUÉM PERCEBA!

PORUGUÊS E O AQUÁRIO

Estava o português em um daqueles imensos aquários, quando se depara com um japonês brincando com um peixinho. não é que o japonês colocava o dedo num lugar do vidro do aquário e lá ia o peixinho, colocava em outro, e o peixinho como que hipnotizado seguia. O português muito impressionado foi lá perguntar ao japonês como e que ele conseguia aquilo. Ao que o japonês respondeu:

— Simples, mente superior dominante infeliz, né

Entra o intervalo comercial, e meia hora depois se retoma à cena. La está o português em frente ao peixinho abrindo e fechando a boca.



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
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 Estrías

17 99649.3399



celebridades



Matheus Mazzafera entrevista Luciana Gimenez

Luciana Gimenez joga a real sobre vida de solteira: “Não é tão fácil”

Matheus Mazzafera mostrou em seu canal no YouTube um passeio com Luciana Gimenez em Paris, na França. Os dois tiveram um papo sincero sobre a vida de solteira da apresentadora, que terminou seu casamento em março deste ano com Marcelo de Carvalho, após

12 anos de união. "Fiquei casada por muito tempo. Agora que estou começando a entender. Sou mais reservada, mas não é tão fácil", confessou ela.

Mesmo assim, Gimenez falou para Matheus que estava no celular falando com alguns "bofes". "É segredo", disse ela, sem revelar nomes.

A apresentadora assumiu

ser ciumenta e acredita que não conseguiria ter um relacionamento aberto. "Acho que meu lado moderno diria 'sim', mas quando você gosta é difícil. Saber que a pessoa janta, beija e troca confidências com outra", opinião. Gimenez falou também como é estar longe do filho mais velho, Lucas, de 19 anos, de seu relaciona-

mento com Mick Jagger -- a apresentadora ainda é mãe de Lorenzo, de 7, de seu casamento com Marcelo --, que está estudando em Nova York, nos Estados Unidos. "Tô péssima. A gente tem um relacionamento de muita amizade", declarou ela, que contou que o jovem mora no mesmo prédio de Sasha Meneghel.

Otimista, Ana Furtado conta da nova etapa de seu tratamento contra o câncer



Apresentadora Ana Furtado

De forma muito otimista, a apresentadora Ana Furtado compartilhou com os fãs a nova etapa que está iniciando em seu tratamento contra um câncer de mama que descobriu recentemente. Em um post feito no Instagram nesta quinta-feira (27), ela falou que pelos próximos anos terá que tomar um remédio em busca da cura definitiva. "Começo hoje mais um passo importante para a minha cura definitiva. A partir de hoje e por 5 anos, tomarei Tamoxifeno, que

bloqueia o estrogênio nas células mamárias, e que por isso pode ser útil na redução do risco de câncer de mama. É usado principalmente para tratar câncer de mama positivo para receptor hormonal (câncer de mama com receptores de estrogênio e/ou progesterona). O que me 'visitou' era assim. Então tá... vou encarar. Com a coragem de sempre", disse ela, que recentemente parou com a quimioterapia.

Por conta desse novo momento, ela deve antecipar a

entrada na menopausa, algo que ela não encara como problema. "Ele antecipa a menopausa, mas e daí? Não entra nela mesmo em breve? A menopausa não é algo terrível, e terei que tratar os sintomas sem fazer reposição hormonal. Já li muito a respeito e descobri que é possível. (Vou compartilhar as minhas descobertas por aqui) Então... seja sempre muito bem-vinda, Cura. Que você caminhe ao meu lado por todos esses anos", concluiu.

Gracyanne Barbosa quadruplica cachê e entra na lista das musas fitness mais caras do Instagram

Que o mundo fitness é um dos que mais geram rendimentos nas redes sociais, ninguém duvida. O que pouca gente sabe é quem são as musas mais caras do Instagram. Num estudo do site Hopper HQ, especializado em métricas nas redes sociais, aparece uma lista de beldades que movimentam seus perfis em torno de publicações atreladas aos corpos esculturais que exibem o tempo todo, de preferência com pouquíssima roupa.

Gracyanne Barbosa é uma destas beldades que chegam a cobrar até R\$ 120 mil por um único anunciozinho. Caso de Sommer Ray, dona do bumbum mais famoso do Instagram, com mais de 19 milhões de seguidores, e primeiríssimo lugar nesse ranking de corpos endinheirados. A mulher de Belo aparece na oitava posição entre as oito musas que mais faturaram na internet, cobrando cerca de R\$ 40 mil por post. Há dois anos, Gracy cobrava R\$ 10 mil.



horóscopo

ÁRIES

Sintonize sua mente às suas ações, pois a oposição Sol-Lua intensifica as contradições internas. Essa atitude pode deixar as pessoas confusas, portanto procure manter a serenidade ao lidar com as indefinições e pendências!

TOURO

Mantenha-se centrada, mesmo diante do ambiente instável que lhe instiga a gastar mais do que pode. Sol e Lua, opostos, lhe aconselham a ser forte diante das tentações que os estímulos externos exercem sobre você. Contenha-se!

GÊMEOS

A instabilidade de humores dos outros torna seus relacionamentos um grande desafio, neste dia em que Sol e Lua se opõem. Seja diplomática ao defender seus interesses, pois a renúncia delas poderá lhe ser demandada!

CÂNCER

Seja mais racional ao lidar com aspectos que pedem uma abordagem prática e direta. Sol e Lua, em oposição, lhe trazem um momento de instabilidade emocional e introspecção. Aproveite o dia para fazer reflexões sobre sua vida!

LEÃO

Os conflitos de interesses no meio social podem lhe deixar estressada, neste dia em que Sol e Lua se opõem. Os acordos serão dificultados, mas trabalhe as conciliações, que serão essenciais, sobretudo em meios mais formais!

VIRGEM

Você fica desgastada, tanto no nível físico quanto emocional, com a sobrecarga no meio familiar e no trabalho. Sol e Lua, tensionados, alertam que sua tendência a centralizar tarefas só lhe prejudica. Delegue atividades!

LIBRA

As informações que você transmite podem transparecer as contradições trazidas pela oposição Sol-Lua, em sua área de comunicação. Evite envolver-se em intrigas e tenha cuidado com assuntos controversos. Preserve-se!

ESCORPIÃO

Reveja suas prioridades e as adapte às novas circunstâncias. A oposição Sol-Lua em sua área material lhe tira da zona de conforto e lhe pede maior centralização diante dos problemas, especialmente em relação às finanças!

SAGITÁRIO

Sua convivência com as pessoas passa por momentos de adaptação, pois a Lua passa por seu signo e o Sol passa por sua área de relacionamentos. Priorize o bem-estar coletivo e tenha serenidade para lidar com conflitos de interesses!

CAPRICÓRNIO

Sol e Lua se antagonizam hoje, trazendo à tona divergências de interesses no ambiente de trabalho. Pense bem em seus pontos de argumentação antes de defendê-los, pois você tende a se colocar de maneira reativa e emocional!

AQUÁRIO

Não exponha demais sua imagem nos momentos de lazer, pois a oposição Sol-Lua alerta para problemas no âmbito social. Selecione os ambientes que frequenta e as companhias com que anda, pois você tende a absorver negatividades!

PEIXES

As demandas domésticas e de trabalho devem ser atendidas de maneira mais serena e tolerante, neste dia em que Sol e Lua se opõem e trazem uma falta de sinergia de prioridades. Saiba defender seus interesses de forma flexível!

AGRO SHOP JH
O shopping do seu animal
ASSISTÊNCIA MÉDICA VETERINÁRIA

Fone (17) 3843-2053

Banho e Tosa • Medicamentos • Vacinas • Rações em Geral
Av. dos Bandeirantes, 1179 - Centro - Ouroeste - SP

PARCELE SUA TATTOO NO CARTÃO DE CRÉDITO

Jhony Tattoo

SUA TATTOO SEU ESTILO.

(17) 3463-1609 Rua Bahia 1446 - Centro - Fernandópolis-SP

VISA Electron MasterCard

ACESSE: www.oextra.net

oextra

Mandado de Segurança e Informações para analisar Comissões Processante

Informação com credibilidade

capas da semana

O que foi destaque nas edições diárias desta semana

Acusado de assassinar engenheiro, advogado encara novo julgamento

Até o fechamento desta edição, 23h, o julgamento ainda estava em andamento. Conselho de Sentença não havia se pronunciado em relação à absolvição ou condenação do réu.

DER inicia hoje reparos emergenciais na rodovia Percy Waldir Semeghini

Obras foram autorizadas em abril, mas até agora, sequer a licitação foi iniciada.

Prefeitura divulga processo seletivo para contratação de docentes

Inscrições serão realizadas na Secretaria de Educação, de 17 a 23 de outubro.

TJ concede liminar e liberta advogado; defesa promete novos recursos

Elíberto Pratini estava recolhido na Cadeia Pública de Santa Fé do Sul desde a madrugada de terça.

www.oextra.net

Casa & Rancho

NÚMEROS QUE IMPRESSIONAM

 DEAÇO	 90% dos casos de suicídio podem ser prevenidos
A cada dia, 32 brasileiros se suicidam SETEMBRO AMARELO <small>MES DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO</small>	
Precisa de ajuda? Disque 188 Ou acesse www.cvv.org.br	

VIDRACARIA REFLEXOS
VIDROS E ESQUADRIAS
REFLETINDO QUALIDADE EM SUA OBRA

VIDROS TEMPERADOS / ESPELHO BISOTÉ / BOX DE VIDRO / ACRÍLICO
 TAMPOS DE MESA / TELA MOSQUITEIRO / DIVISÓRIA EM EUCADEX
 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

Proteja seu maior patrimônio
 Instale um sistema de segurança monitorado 24 horas
 Segurança em boas mãos!
Fone (17) 3442-4455
 Av. Afonso Cáfar, 2147 - Higienópolis - Fernandópolis - SP

CLIMACEL
 AR CONDICIONADO
 Soluções em Climatizações de Ambientes

MARCAS AUTORIZADAS CREDENCIADAS:

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

EVANDRO DIEGUES DE LIMA
 Engenheiro Civil
 CREA: 5069935304

(17) 99638-5009
 evandrodieguez@gmail.com

Av. Libero de Almeida Silvares, 2915 - Sala 3
 CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

NOVA LUSITANA
 FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

3442-3667

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

TINTAS NOVA ONDA

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

RUA ESPÍRITO SANTO, 593 - JARDIM SANTA RITA - 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

ACESSO:
www.oextra.net

Informação com credibilidade

EVANDRO DIEGUES DE LIMA
 Engenheiro Civil
 CREA: 5069935304

(17) 99638-5009
 evandrodieguez@gmail.com

Av. Libero de Almeida Silvares, 2915 - Sala 3
 CEP 15600-000 - Fernandópolis - 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

PIRÔNCHE

PEIXÃO

RESERVAS PARA EVENTOS: (17) 3841.1133

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

VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!

RESTAURANTE PEIXÃO
 Desde 1972

REFEIÇÕES SERVIDAS EM FOGÃO À LENHA

SUCOS E REFRIGERANTES

PEIXES ASSADOS E FRITOS

PIRÔNCHE

PEIXÃO

RESERVAS PARA EVENTOS: (17) 3841.1133

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