



**na curva  
do rio**

CHICO PIRANHA

## Lampião aceso



**D**ia desses o Compadre Geraldo de Mello parou pra tomar um engasga-gato numa vendinha lá de Aparecida do Taboado, quando por acaso, acabou encontrando o velho Belarmino, seu antigo vizinho de propriedade e companheiro de famosas pescarias. Como fazia um bom tempo que não se viam, resolveram tomar uma cervejinha bem gelada e colocar a prosa em dia. Fala disso, fala daquilo, até que de repente, o Compadre Belarmino se saiu com essa:

- Geraldo, eu ando com uma sorte desgramada de boa. Carcula o Compadre que dia desses lá no Corguinho da divisa das nossas terras, eu acertei a mão na pescaria. Peguei um monte de bagres e lobós e quando já tava de saída, fiquei um lambarizão de dois quilos e meio?

- Que que é isso comadre Belarmino? Onde é que já se viu um lambari de dois quilos e meio... tenha a santa paciência homem de Deus!

- Ara, por acauso o comadre Geraldo tá duvidando de mim?

- Não, de jeito nenhum! Esse corguinho onde nós pesca é um assombro mesmo! Carcula o comadre que ôtro dia eu também tava pescando e a linha começo corrê e puxá. Logo vi que era coisa grande! Dei um cadiño de linha, fisguei firme e forte e aí fui puxando, puxando de levinho... quando tirei o danado da água, sabe o que que era?

- Imagino. Era um lambarizão grandão de uns treis ou quatro quilos....

- Não comadre Belarmino, maior que o seu lambari não existe. O que eu peguei era um lampião! Um lampião Compadre Belarmino! E o mais impressionante é que o danado tava aceso!

- Ah, não! Aí o Compadre desagerou demais da conta! Lampião aceso debaixo d'água?! Onde é que já se viu pescá um trem desse, só?!

- Tá bão, tá bão, Belarmino! Então vamo fazê assim: o comadre diminui o peso do seu lambari e eu apago o meu lampião...

**FERREIRA GÁS, ÁGUA E CARVÃO**

Minha família trabalhando para servir a sua!

PEDRINHO

99706-3380

vivo

FAZEMOS RECARGA DE CELULAR

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

**ESPETARIA X CHOPERIA  
PIZZARIA X LANCHONETE**

**AconXego**

**Sob  
Nova Direção** (17) 99732.8153  
(17) 99751.6551

**PIZZAS**  
ASSADAS EM  
**Forno a Lenha**

**PIZZAS • ESPETOS • PORÇÕES**

Refrigerantes • Sucos • Cervejas

**ABERTO DE TERÇA À DOMINGO**  
**DAS 18h00 ÀS 00h00**

Rua Bartolomeu Bueno, 1579  
Ouroeste - SP

[Em frente à Academia Forma Física]

**ENTREGA EM DOMICÍLIO** (17) 99732.8153

**CLUBE DA MEMÓRIA**

**Histórias do Tempo do Botinão**

Por CLAUDINEI CABREIRA

## Levanta a mão aí quem nunca subiu num pé de mangas

**D**ezembro está logo aí e com ele está chegando a época mais doce do ano, a temporada das mangas. Quem é do tempo do Botinão da Casa Douglas e nunca escalou uma mangueira? Lembra que nas férias escolares de fim de ano, além do futebol nas ruas de terra batida ou nos campinhos da periferia, a meninada se organizava em turmas e se embrenhava pelas quebradas do munda-réu em busca de aventuras e frutos da época. Cada qual com seu estilingue e um embornal com bolinhas de sábro e outro para armazenar mangas, goiabas, jatobás e o que mais a gente encontrasse pela frente.

Os grandes perigos daqueles tempos indômitos, eram os famosos carreiros de vacas bravas, sustos com cobras ou ataques de marimbondos. Quem tem mais de cinqüenta janeiros no lombo, sabe muito bem do que estou falando. E uma coisa que até hoje ainda não entendi é o porquê da preferência das abelhas em construir suas colméias nos pés de mangas. Mangueiras carregadas de mangas maduras eram perigosas. Então, quando a gente encontrava uma mangueira carregada de mangas maduras, a primeira coisa que a gente fazia era uma varredura, procurando localizar onde estava a caixa de marimbondos. Era batata!

O problema era quando a gente não conseguia localizar a colméia. O perigo era trombar com as bem camufladas caixas do temido "marimbondo cavalo". Essas abelhas sempre faziam pequenas colméias protegidas entre a folhagem e eram comuns nos pés de manga espada ou bourbon. Na primeira picada, de tão dolorida, o sujeito saltava da altura que estivesse ou até caía da árvore. Cada ferroada, o premiado ganhava um belo e dolorido "calombo". Era complicado.

Havia também o "marimbondo tatu", que fazia suas caixas no tronco de árvores, especialmente nas mangueiras,

e a gente só percebia a formaçāo da caixa abaulada acompanhando o tronco, porque os grandes guardiāes da colméia passeavam sobre ela. Nunca alguém da nossa turma foi ferido por um bicho desses, mas o tamanho avantajado e a cor azul marinho brilhante deles, metia medo em qualquer cristão. Agora, perigoso mesmo é o "Caçununga", que costuma fazer suas colméias do tamanho de uma bola de futebol, bem rentes ao chão, em pequenos arbustos de "guaxumaba". E como menino é um bicho que não tem juízo, quando a gente encontrava uma caixa de "Caçununga", nossa diversão era assobiá-la bem forte, bem de longe, é claro, só prá ver o enxame zunindo, fazendo um barulhão danado, fervilhando em pé-de-guerra, pronto para o ataque em massa. E vai dizer que quando você era menino, só prá ver a confusão, nunca jogou pedra em caixa de marimbondo?

Falando de marimbondos, isso me fez lembrar da minha infância, quando por volta de 1958, meus pais foram morar com meus avós na Fazenda Jagóra, de Orlando Biroli, no final da antiga avenida Sete, logo depois da linha de ferro da antiga EFA, a Estrada de Ferro Araraquarense. Era bem pequeno, mas me lembro que havia a casa da sede, cercada de grandes flamboyants, depois logo abaixo, um açude for-

mado pela nascente do córrego Jagóra e do lado esquerdo da estrada, uma grande mata nativa preservada até hoje, e do outro lado, começava a grande colônia dos "meeiros" a partir da venda do "seo Mário Italiano", onde meu pai gostava de tomar seus goles de "chibóca", um tipo de caiapirinha, bem caipira mesmo.

Meus avós moravam no final da colônia, na última casa, ao lado de uma gigantesca paineira velha, que deve estar lá até hoje, quase centenária, mas essas histórias eu conto outro dia, porque hoje o nosso assunto são as abelhas. E foi justamente ali na fazenda Jagóra, que eu me lembro de um dos meus primeiros contatos com esses bichos. Um belo dia, meu saudoso pai e meu tio Thermes, descobriram uma enorme colméia de abelhas Europa no meio da mata. E resolveram tirar o mel, só que eles não tinham experiência e nem equipamentos; tinham só a cara e a coragem.

Conseguiram tirar enormes favos e muito mel, duas enormes bacias de alumínio, mas em compensação, meu pai ficou todo inchado, tamanho o número de ferroadas que levou. Naquele tempo, a abelha Europa ainda não havia cruzado com a Africana, eram menos agressivas, inclusive eram de coloração bem mais clara, de um tom amarelado. E meu pai, como todo bom es-

panhol teimoso, enquanto tirava os favos de mel, andando uns tapas prá espantar as abelhas, com certeza matou algumas e daí foi atacado pelo enxame. Teve muita sorte, porque fosse isso hoje em dia, com as abelhas Europeias africanizadas, só Deus sabe o que poderia ter acontecido com ele.

Dois anos mais tarde, morando aqui na cidade, na chácara do Compadre Cecílio, que ficava na rua Lavinia, no antigo e famoso "Morro do Pio-hó", um belo dia passou por lá um enorme enxame de abelhas Europa. Lembra até hoje, da correria de minha mãe chamando eu e meus irmãos para ajudar "pegar" o enxame. Era preciso apanhar um caixote de madeira, esfregar bastante erva-cidreira, arranjar também uma lata grande, daquelas de 20 litros e ficar batendo, fazendo barulho. Dizia ela, que o cheiro da erva-cidreira e o barulho da lata, faziam o enxame parar. E funcionou que foi uma beleza. Capturamos aquele enxame que acabou formando uma enorme colméia no caiote, que depois foi colocado no fundo do quintal onde ficou por muitos anos, e pelo que sei, nunca uma daquelas abelhas picou alguém da família ou da vizinhança. De lá pra cá o mundo mudou muito, até as abelhas mudaram. Semana que vem tem mais. Até lá.

**PROMOÇÃO  
SORTE GRANDE**

**SIGOTTI**  
MATERIAIS PI CONSTRUÇÃO

**INTER PRIME**

**1 Nissan March**  
**1 Renault Kwid**  
**1 Hyundai HB20**

**E MAIS!**

**3 SORTEIOS 32 PRÊMIOS POR SORTEIO**

**A cada \$100**  
= \$ + TVS 40 polegadas + iPhone SE 32GB + Note Books

**14.000, em vale-compras**  
**15 IPHONES SE 32GB**  
**15 NOTE BOOKS**

**ASSINE  
oextra.net**  
SEU JORNAL DIÁRIO

**PEÇA AGORA!**

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

■ EVENTO

# Porcada do Rotary Club será amanhã

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

**A**contece neste domingo, dia 25, a tradicional Porcada do Rotary Club de Ouroeste.

O evento, que já está em

sua 11ª edição, acontecerá no Salão Paroquial de Ouroeste, a partir das 11h30, e o prato principal é o famoso porco no rolete, acompanhado de arroz branco, arroz sujo, feijão gordo, linguiça, torresmo, farofa, car-

ne de tacho, mandioca e salada verde.

Os ingressos individuais podem ser adquiridos com os companheiros do Rotary Club de Ouroeste por R\$ 25,00 e as bebidas serão vendidas separadamente.

eternium

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

• Por CLARIUS

## MINUTINHO: A eternidade em nossas mãos

O que eu tenho não me pertence, embora faça parte de mim.

Tudo o que sou me foi um dia emprestado pelo Criador, para que eu possa dividir com aqueles que entram na minha vida.

Ninguém cruza nosso caminho por acaso e nós não entramos na vida de alguém sem nenhuma razão.

Há muito o que dar e o que receber; há muito o que aprender, com experiências boas ou negativas.

Tente ver as coisas negativas que acontecem com você como algo que aconteceu por uma razão precisa. E não se lamente pelo ocorrido; além de não servir de nada reclamar, isso vai te vender os olhos, dificultando assim, continuar seu caminho.

Quando não conseguimos tirar da cabeça que alguém nos feriu, estamos somente reavivando a ferida, tornando-a muitas vezes bem maior do que era no início. Nem sempre as pessoas nos ferem voluntariamente. Muitas vezes

somos nós que nos sentimos feridos e a pessoa nem mesmo percebeu; e nos sentimos decepcionados porque aquela pessoa não correspondeu às nossas expectativas. E sabemos lá quais eram as nossas expectativas?

Decepção-nos e decepcionamos outras pessoas também. Mas, claro, é bem mais fácil pensar nas coisas que nos atingem.

Quando alguém te disser que te magou sem intenção, acredite nela! Vai te fazer bem. Assim, talvez, ela poderá entender quando você, sinceramente, disser que “foi sem querer”.

Dê de você mesmo o quanto puder! Sabe, quando você se for, a única coisa que vai deixar é a lembrança do que fez aqui.

Seja bom, tente dar sempre o primeiro passo para a reconciliação, nunca negue uma ajuda ao seu alcance, perdoe e dê de você mesmo.

Seja uma bênção a todos que o cercam! Deus não vem em pessoa para abençoar, Ele usa os que estão aqui dispostos a cumprir essa missão.

Todos nós podemos ser Anjos. A eternidade está em nossas mãos.



## CRÔNICA A grandeza de um pequeno gesto

Logo após o término da Segunda Grande Guerra, a Europa começou a ajudar os cacos do que restara. Grande parte da Inglaterra estava desestruturada. As ruínas estavam por todo lugar. E, possivelmente, o lado mais triste da guerra tenha sido assistir as criancinhas órfãs morrendo de fome, nas ruas das cidades devastadas.

Certa manhã de muito frio, na capital londrina, um soldado americano

estava retornando ao acampamento. Numa esquina, ele viu, do seu jipe, um menino com o nariz pressionado contra o vidro de uma confeitoria. Parou o veículo, desceu e se aproximou do garoto. Lá dentro, o confeiteiro soava a massa para uma fornada de rosquinhas.

Chico Xavier

Os olhos arregalados do menino, falavam da fome que lhe devorava as entradas. Ele observava todos os movimentos do confeiteiro, sem perder nenhum.

Através do vidro embaçado pela fumaça, o soldado viu as rosquinhas quentes, e de dar água na boca, sendo retiradas do forno. Logo mais, o confeiteiro as colocou no balcão de vidro com todo o cuidado. O soldado ouviu o gemido do menino e percebeu como ele salivava. Em pé,

informações: (17) 3843 3850 99656 2940 Apoio: Prefeitura e Câmara Municipal

OUROESTE Governo Municipal - 2017/2020 Unindo famílias

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

## Pensamento da Semana

**“ As pessoas boas merecem o nosso amor.**  
**As pessoas ruins precisam dele ”.**



MADRE TERESA DE CALCUTÁ

ao lado dele, comoveu-se diante daquele órfão desconhecido.

- Filho, você gostaria de comer algumas rosquinhas?

O menino se assustou. Nem percebera a presença do homem a observá-lo, tão absorto estava na sua contemplação.

- Sim, respondeu. Eu gostaria.

O soldado entrou na confeitoria e comprou uma dúzia de rosquinhas. Colocou-as dentro de um saco de papel e se dirigiu ao local onde o menino se encontrava, na gelida e nevoenta manhã de Londres. Sorriu e lhe entregou as rosquinhas, dizendo de forma descontraída:

- Aqui estão as rosquinhas.

Virou-se para se afastar. Entretanto, sentiu um puxão em sua farda. Olhou para trás e ouviu o menino falar, baixinho, a pergunta que mudaria a sua vida:

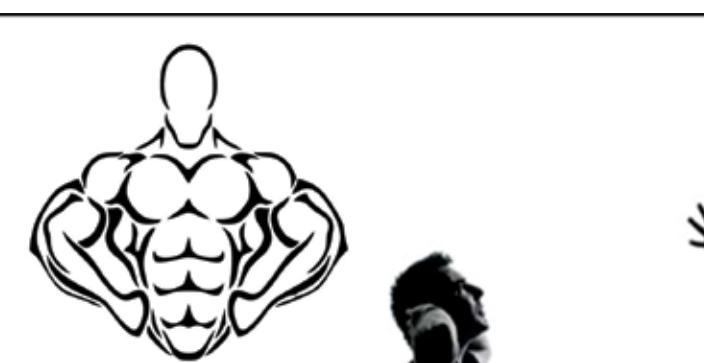
- Moço, você é Deus?

Biblioteca Virtual  
Meu Sonho Não Tem Fim

**ATENÇÃO ARTESÃOS DE OUROESTE, ARABÁ E REGIÃO:**  
**2a FEIRA DE ARTESANATO**  
**em DIA 08 DE DEZEMBRO**  
**OUROESTE** No Salão Paroquial A partir das 15:00hs

Informações: (17) 3843 3850 99656 2940 Apoio: Prefeitura e Câmara Municipal

OUROESTE Governo Municipal - 2017/2020 Unindo famílias



**Condicionamento Físico  
Emagrecimento  
Hipertrofia  
Nutrição**



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

**(17) 99765-1485**

**ARAPONGA** corretora de seguros

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

**AGRO SHOP JH** 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

**Diversões &cia** Aluguel para festas  
★ Mini Tobogã ★ Cama Elástica ★ Piscina de Bolinha ★ Pula Pula Crocodilo  
Pipoca Algodão doce Doces p/ festas

99634.9809 VIVO 99117.3735 CLARO 99738.4407 VIVO

Ouroeste - SP



**variedades.com**  
você satisfeito

Disk-Entregas - (17) 99742-5858

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

**Aproveite AS PROMOÇÕES**



sua saúde

# 5 dicas para controlar a ansiedade

**A**nsiedade é um estado caracterizado por medo, apreensão, mal-estar, desconforto, insegurança, estranheza do ambiente ou de si mesmo e, muito frequentemente, pela sensação de que algo desagradável está para acontecer. Além dos medicamentos convencionais, existem algumas alternativas naturais que podem nos ajudar a controlar a ansiedade. Veja algumas delas:

## 1. Pratique atividades físicas

A forma mais comum de controlar a ansiedade é a prática de exercícios. Praticar atividades físicas ajuda a lidar com estados de ansiedade porque eleva a produção de serotonina, substância que aumenta a sensação de prazer. Essa alternativa costuma funcionar dependendo da disposição da pessoa, uma vez que nem todo mundo gosta de praticar exercícios.

Caminhar três vezes por semana, por pelo menos meia hora, já pode ajudar a lidar com a ansiedade. O momento da caminhada, além de ser um exercício para o corpo, também pode ser aproveitado para trabalhar a mente, sob a forma da meditação ativa. Quando você anda, pensa. A caminhada de meia hora é um movimento repetitivo e você acaba pensando nos pontos geradores de ansiedade que precisa trabalhar.

## 2. Reduza seu estresse diário

Pessoas com tendência à ansiedade precisam reduzir o seu estresse diário e existem diversas formas de fazer isso. Para as que ficam estressadas com mais facilidade recomendo sessões de acupuntura regulares, além de meditação. Muitos pacientes com ansiedade se beneficiam também de tratamentos alternativos como a homeopatia e o uso de florais de Bach.

A ioga oferece ao praticante a possibilidade de aprender a controlar sua mente e seu corpo. Este controle, que é obtido



através de uma combinação de técnicas respiratórias, corporais e de meditação. Tem como resultados o aumento da flexibilidade, fortalecimento dos músculos, aumento de vitalidade e maior controle sobre o estresse. Além da ioga, outra alternativa de controle da ansiedade são as massagens. Se tiverem uma abordagem mais oriental, buscando o equilíbrio emocional, melhor.

## 3. Experimente controlar a respiração

Para reduzir as reações do sistema nervoso autônomo, devemos fazer o controle da respiração. Isto pode ser feito compassando a respiração e inspirando lentamente pelo nariz, com a boca fechada. Ao inspirar deixar o abdome expandir-se, ou seja, estufar a barriga e não o peito. Depois, expirar lentamente, expelindo o ar pela boca. Isto pode ser feito em qualquer lugar, a qualquer hora. Além disso, quando você estiver em um ambiente silencioso e com possibilidade de ficar deitado, use uma técnica de relaxamento. O relaxamento com-

binado com a respiração diafragmática, certamente, reduzirá a respiração ofegante, a taquicardia e o tremor.

## 4. Evite pensamentos negativos

Em situações de ansiedade que se estendem por longos períodos, recomenda-se que a pessoa evite os pensamentos negativos ou catastróficos. Deve-se tentar dimensionar a gravidade da situação, questionando a si mesmo se existe uma forma alternativa de análise, se estamos superestimando o grau de responsabilidade que temos nos fatos ou se estamos subestimando o grau de controle que podemos ter.

Uma vez avaliada a situação, devemos substituir os pensamentos sobre o evento temido, principalmente os negativos. Sempre que um pensamento negativo se iniciar, devesse

substituí-lo por outro pensamento qualquer, preferencialmente, agradável. Isto certamente não é fácil de ser feito, mas é possível e trata-se de um aspecto importante, pois os pensamentos e as falas negativas agravam a situação, intensificando as respostas autonômicas, como o mal-estar e o descontrole respiratório.

## 5. Invista em alimentos com triptofano

Para controlar a ansiedade, podemos ingerir alimentos que sejam fonte de triptofano, um aminoácido precursor da serotonina, como a banana e o chocolate. Outra possibilidade é ingerir o triptofano em cápsulas, junto com vitamina B6 e magnésio.

Outros aminoácidos que podem ajudar são a taurina e a glutamina. Eles aumentam a disponibilidade de um neurotransmissor chamado GABA, que o organismo usa para controlar fisiologicamente a ansiedade. Eles também podem ser ingeridos em cápsulas, mas apenas com a orientação de um médico especialista.

## Quais são os principais exames cardiológicos?

A partir dos 35 anos de idade, homens e mulheres devem iniciar o acompanhamento cardiológico



Dr. Antonio Carlos Pancotti  
CRM 141.743 - Cardiologista

Atualmente, as doenças cardíacas são responsáveis por um número significativo de mortes. Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), a cada 40 segundos, um brasileiro perde a vida, devido aos problemas cardíacos. A incidência das cardiopatias é comum nos homens, no entanto, as mulheres também não estão imunes às cardiopatias, sobretudo, quando entram na menopausa. Tratando-se da saúde do coração, prevenir futuros problemas e detectar precocemente as doenças cardíacas, ajuda a diminuir complicações mais graves. Por isso, a partir dos 35 anos, recomenda-se que todos os indivíduos iniciem o acompanhamento cardiológico.

Durante a consulta cardiológica, realiza-se uma minuciosa investigação sobre a saúde do paciente. Isso inclui perguntas a respeito do histórico familiar, dos hábitos cotidianos e alimentares, além de outros. Também solicita exames laboratoriais de rotina que incluem as dosagens das taxas de colesterol, glicose, triglicerídeos e hormônios. Os exames cardiológicos, quando necessários, são mais específicos e permitem que o médico avalie o coração de modo mais preciso.

O Eletrocardiograma é um complemento da consulta com o cardiologista sendo um dos exames de menor complexidade, porém de extrema importância para a detecção de alterações que necessitam de investigação. O Ecocardiograma é como um "ultrassom" do coração, útil na verificação dos sintomas de sopro cardíaco, falta de ar, palpitação e desmaios. Já o Holter 24 horas é a medição do traçado elétrico do coração durante o período de 24 horas e está indicado em suspeitas de arritmias, tanto taquicardias (aumento dos batimentos) e bradicardias (diminuição dos batimentos). O Eco-Doppler de carótidas e vertebrais é um exame realizado quando há suspeita de obstruções de carótidas (artérias localizadas no pescoço). Esse exame é indicado quando existe necessidade de investigar a presença de placas ateroscleróticas, a espessura das paredes das artérias carótidas e o tratamento dos vasos.

A Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial, conhecida como MAPA 24 horas trata-se de um exame indicado em casos em que há suspeita de hipertensão e para o controle do tratamento. O Teste Ergométrico é um teste de esforço realizado em esteira sob a supervisão do médico. Durante esse exame, avalia-se a pressão arterial e ECG (Eletrocardiograma), investigando possíveis arritmias causadas pelo esforço ou obstruções nas artérias do coração.

Esses exames além de preventivos ajudam a acompanhar a evolução das doenças cardíacas e são fundamentais para a detecção de doenças graves como Obstruções das Artérias Coronárias, Arritmias malignas, Insuficiência Cardíaca e Aneurisma de Aorta. Eles também atuam na prevenção de Acidente Vascular Cerebral (AVC), infartos e mortes súbitas.

**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

**BIMM**

**FERRO VELHO S. PAULO**  
Comércio de Sucatas em Geral

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

TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050  
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124  
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDÓPOLIS-SP

**Matos Odontologia**  
Dr. Caio H. Juste Matos  
CROSP: 112522

3462-7512 | 99765-5040  
E-mail: caio.justematos@hotmail.com

Av. dos Arnaldos, 1455 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis-SP

**Fisioterapia**

**Dr. Antonio L. de Sales Jr.**  
Crefito 3/195804-F

3462-7512 | 99638-5692

Av. dos Arnaldos, 1455 - Centro - CEP 15600-000 - Fernandópolis-SP  
E-mail: alsfisio@hotmail.com

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

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

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

**Dr. Hugo Yamagata Yasuda**  
CRM 109.308

Oftalmologia Clínica e Cirúrgica  
Especialista em Glaucoma

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

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

**Supermercado MATICOLLI**

AGORA O CLIENTE AMIGO TEM MAIS UM BENEFÍCIO: O CARTÃO SUPER COMPRAS  
ESTACIONAMENTO AMPLO E COBERTO

Avenida dos Bandeirantes, 1544 - Fone: (17) 3843.1376 - Fax 3843.1259 - Ouroeste - SP

# Autos & Bikes

## Toyota mostra o novo Corolla com versão híbrida

Modelo chega a 12ª geração e traz como novidades três versões do novo sedã; novidade também vem para o Brasil

→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

**E**le é o carro mais vendido do mundo com mais de 46 milhões de unidades já comercializadas mundo afora. Por aqui, idem em sua cate-

em três versões: o tradicional hatch, com motorização a combustão, tal qual já conhecemos (foto); uma versão híbrida e outra esportiva (esta destinada a apenas alguns mercados globais; inicialmente o Brasil excluído). De forma geral, o sedã

ficou mais reclinada. Uma tela flutuante de 8 polegadas com um novo sistema, já com compatibilidade com Apple CarPlay - capaz de mostrar dados da central multimídia, do controle de cruzeiro adaptativo ou servir de velocímetro digital. A



goria. Mas a Toyota já projeta o futuro, não muito distante e apresentou a nova geração do Corolla. Na China, os japoneses confirmaram importantes alterações. A primeira é que vem

ficou mais esportivo, não só pela grade tipo bocão, mas também pelo capô anabolizado e os para-choques repletos de recortes. De perfil, a lateral tem desenho bem parecido, porém a traseira

previsão é que o modelo a combustão (flex) chegue aqui no final de 2019 (ou início de 2020) e o híbrido em 2021. Ele deve ser o primeiro carro nacional com mecânica híbrida.

### XRE 300 2019 SOBE DE PREÇO



**A**

Honda confirmou para este mês o início das vendas da nova XRE. A versão 2019 vem com iluminação full led, novo design e passa a custar R\$ 18,2 mil na versão de entrada e R\$ 18,6

mil na Rally. O motor é o mesmo monocilindro de 300 cc e ambas versões vem com freios ABS de série. Todas as carenagens laterais e traseiras são novas.

## Ford Edge ST entra em pré-venda por R\$ 299 mil

**A** Ford, querendo associar a imagem do novo Edge ST ao desempenho do Mustang, já está aceitando pedidos para a pré-venda de seu novo modelo. De fato, o Ford Edge ST, é o primeiro modelo da divisão "Sport Technologies" a ser vendido no Brasil, e já está disponível por R\$ 299 mil e pode ser reservado com entrada de R\$ 30 mil até 14 de janeiro. Ele vem com motor EcoBoost V6 2.7 de 335 cavalos e 54,3 kgfm (o mesmo motor da versão de entrada do Mustang nos EUA). O

propulsor vem com uma caixa automática de oito marchas e

ambos são montados em transversal, tendo ainda um sistema de tração nas quatro rodas para ampliar a performance do crossover. O modelo vem ainda com ajuste mais firme da suspensão e freios mais potentes. E normas rodas esportivas aro 21 polegadas com pneus 265/40



R21, bem como visual personalizado

### HARLEY CONFIRMA ELÉTRICA PARA 2019



**A**

LiveWire, primeiro modelo elétrico da Harley Davidson chega ao mercado no próximo ano. A confirmação aponta também que serão 4 modos de condução, freios Brembo, sistema ABS e conectividade com smartphone.

## máquinas & karangos

**AUTO ELÉTRICO CISFER**  
CONsertos de Partidas, Alternadores  
e Instalação em Geral  
**Ation**  
Fones: (17) 3442-5506 • 99784-3190 • 99784-3102  
Av. LÍTERIO GRECCO, N° 2415 - FERNANDÓPOLIS-SP

**FERRO VELHO DESMONTADORA BRASIL** DE VEÍCULOS  
VENDAS DE PEÇAS DE REUSO SEMI-NOVOS  
COMPRO-SE CARROS BATIDOS  
Fones: (17) 3442-3655 / 99674-9317 - vivo  
www.desmonteferrovelhobrasil.com.br  
E-mail: ferrovelhobrasilfer@gmail.com  
Av. Líterio 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

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

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

ACESSE:  
www.oextra.net  
Informação com credibilidade

## Disk Tudo

**Gil Gás**  
Agradecemos sua preferência.  
**DISK GÁS E ÁGUA**  
FERNANDÓPOLIS/SP  
VISA 3442-1313 99722-7734  
MasterCard 99125-7569  
Aberto todos os dias das 7h00 as 22h00

**JUNINHO**  
DOCES  
Doces e artigos para festas  
Telefone: (17) 3462-7234  
AVENIDA PRIMO ANGELUCCI, 56 - CENTRO  
FERNANDÓPOLIS - SP

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

**Breve em Ouroeste**  
**PROTEGE**  
Vistoria Automotiva

**Manutenções e Segurança**  
**ASB**  
Tel. (17)  
99602.7489  
98202.4897  
**Alexandre**  
alexandre.asbmanutencao@gmail.com  
**Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897**  
Ouroeste - SP

**Carros, Motos, Reboques  
Semi-Reboques, Caminhões  
Micro ônibus e Caminhonetes**



# celebridades

## Tiago Abravanel opina sobre polêmica no Teleton: "Passou um pouco dos limites"



SBT afirma que relação com a cantora Claudia Leitte permanece a mesma

### Thais Fersoza se surpreende com crescimento do filho caçula: "Espichou e afinou"

Thais Fersoza usou sua conta no Instagram para falar sobre o crescimento do filho, Teodoro, a quem teceu muitos elogios. "Não aguento... meu #TbtFersoza hoje vai pra esse 'handsome' com esse sorrisinho maroto gostoso, esse olhar doce e charmoso que há exatamente 1 ano atrás estava com esse cabelinho crescendo e essas bochechas gigantes! Meu Deus, como está passando rápido! Ele espichou, afinou, os cabelos estão enormes, já anda e fala um monte de coisas! Que loucura né? Como para os pequenos, 1 ano faz uma diferença enorme!", disse a atriz, acostumada a acompanhar o marido, Michel Teló, em seus shows. Recentemente, a apresentadora explicou evolução na fala do caçula e da primogênita, Melinda: "A gente conversa muito com eles. E sempre falamos normal".



"Para os pequenos, 1 ano faz uma diferença enorme!", disse a atriz

**T**iago Abravanel deu sua opinião sobre o episódio polêmico envolvendo o avô, Silvio Santos, e Claudia Leitte, no Teleton desse ano. Durante a participação da cantora no programa, o apresentador se negou a abraçá-la alegando que ficaria "excitado" por conta de seu figurino. Posteriormente, ela afirmou ter ficado constrangida com a situação e recebeu o apoio de diversas famosas, como Bruna Marquezine. Nesta quinta-feira (22), Tiago se posicionou.

"Ele fez uma brincadeira que não se pode fazer mais. Meu avô é de uma generosidade e uma história indiscutível, mas estamos vivendo um momento de reflexão na sociedade. Ele fez uma brincadeira que passou um pouco dos limites", disse o artista em entrevista ao portal do programa de Amaury Jr.

#### "RELAÇÃO CONTINUA A MESMA", AFIRMA SBT

O episódio também gerou dúvidas sobre o futuro de Claudia Leitte na emissora do "homem do baú". E, em comunicado, o canal explicou que a polêmica não interferiu em tal questão. "A relação entre a cantora e o Grupo Silvio Santos continua a mesma, não irá mudar. A Jequiti Cosméticos permanece com o licenciamento da marca Claudia Leite, e o SBT continua com as portas abertas para artista. As empresas do Grupo SS não se interferem nos desabafos e atitudes pessoais de seus contratados e licenciados", dizia o informativo.

### Jojo Todynho perde 6kg com dieta e ajuda de personal

Jojo Todynho já está de olho no verão e no próximo carnaval. A funkeira já exibe por aí a nova silhueta, depois de perder seis quilos. Jojo aderiu a uma dieta e conta com a ajuda do personal Douglas Mariano, o mesmo de Viviane Araújo e Valesca Popozuda. "Aprendi que a vida é feita de renúncias, então, retire de sua vida tudo aquilo que lhe faz mal e lhe impede de alcançar tudo aquilo que almeja", disse Jojo, ao postar uma foto mostrando as novas curvas.

A determinação de Jojo Todynho é elogiada pelo seu personal: "Ela é muito focada e chega sempre no horário para malhar". A funkeira cortou bebida alcoólica, adotou uma alimentação mais saudável e faz planos para quando sair novamente como desfile na Beija-Flor. "Não estou podendo beber uma cervejinha, só água. Me botaram um desafio, e eu aceitei. É a Jojo Gracyanne. Botei uma calça antiga e já entrou, só não deu para abotoar por enquanto. Na próxima, vai dar. Quero desfilar pelada na Avenida", brinca ela, em entrevista.



A funkeira adotou uma alimentação mais saudável

# horóscopo



## ÁRIES

O dia começa agitado e você terá energia de sobra para dar conta de tudo. Concentre sua atenção na carreira e mostre seu lado mais responsável. Bom momento para falar sobre ideias e planos. Encontro com os amigos promete muita diversão. Cor: vinho.



## GÊMEOS

Pode ter algumas surpresas no trabalho, mas elas trarão benefícios. Cuide dos seus assuntos a sós e não revele suas intenções. Aja em segredo e assuma novas responsabilidades. Não perca a chance de passear e sair da rotina. Cor: bege.



## LEÃO

No trabalho, vai demonstrar muita maturidade e pode assumir novos serviços sem tanta preocupação. Mesmo que precise se desdobrar, vai dar conta das tarefas se manter no foco. Aproveite para deixar a papela em ordem. Cor: preto.



## LIBRA

Boas energias protegem seus planos no trabalho. Corra atrás dos seus interesses e conte com o apoio da família para o que precisar. A sorte também está ao seu lado: faça uma fezinha. Sua estrela vai brilhar em todos os setores! Cor: cinza.



## SAGITÁRIO

Você começa o dia com a corda toda! Bom momento para colocar seus planos em prática. Agarre uma boa oportunidade que pode surgir de repente. Se for responsável, há chance de assumir novas tarefas. Invista em passeio ou programa animado. Cor: cinza.



## AQUÁRIO

Comece o dia correndo atrás dos seus interesses, mas sem chamar muita atenção. Sua capacidade de lidar com segredos será a chave do sucesso. Confie em seus instintos e explore seus pontos fortes. Vale a pena ir atrás do que quer. Cor: vermelho.



## TOURO

Você vai se entender bem com os colegas e pode aprender muito com eles. Troque ideias e experimente técnicas novas. Não falta disposição para dar conta de todas as tarefas. Bom momento para cuidar do visual e melhorar sua imagem. Cor: laranja.



## CÂNCER

Você começa o dia esbanjando animação e energia para encarar qualquer tarefa. Se pensa em investir em uma sociedade, é hora de ir em frente. Trabalho em equipe também vai render em dobro. Passe mais tempo com as pessoas queridas. Cor: laranja.



## VIRGEM

Além de esbanjar disposição, também vai contar com a sorte no trabalho. Bom momento para fazer contatos, trocar ideias e marcar reuniões. Se trabalha com crianças ou algo ligado a entretenimento, vai se sair muito bem. Cor: creme.



## ESCORPIÃO

O trabalho corre com facilidade logo cedo e você terá energia de sobra para ir atrás do que deseja. Faça novos contatos e aproveite para marcar uma reunião, que será mais produtiva. Passar mais tempo com a família pode ser muito divertido. Cor: pink.



## CAPRICÓRNIO

Hoje, você vai mostrar todo o seu potencial! Bom astral para priorizar seus interesses e se esforçar ao máximo para realizar todas as tarefas. Tanta dedicação vai se refletir no seu bolso. A estabilidade e a segurança serão importantes. Cor: vermelho.



## PEIXES

Bom dia para ampliar seus horizontes. Aja em equipe com os colegas, assim, vão atingir objetivos em comum. Só não revele todos os seus segredos: guarde algumas cartas na manga. Nem todas as pessoas são confiáveis. Cor: laranja.

