



**Naila Fonseca** é muito feliz por mais um ano de vida.



**Celia Ramos** é muito homenageada por todos. Na foto, ela aparece ao lado do marido **Ilário Careno**.



**Bruna Orati Mazeti** é aniversariante deste sábado.



**Julio Santos**, presidente da Câmara de Ourinhos e cirurgião dentista, celebrou idade nova na última quarta-feira, 28, e recebeu os cumprimentos da esposa **Dra. Natália Amado**, dos filhos, familiares e amigos. Parabéns!



**Alisson Carvalho**, na foto com a namorada **Elizabete Batista**, recebe os parabéns de toda galera, em especial, da equipe deste O Extra.net.



**Samuel Coelho** recebe os cumprimentos de amigos e familiares pela data especial.



**Renan Carvalho** também recebe muitas homenagens de toda galera.



**Madalena Silva**, mãe do jornalista César Silva, comemorou ontem, 30, a passagem de mais um ano de vida. Parabéns!!! Felicidades!!!



O professor e coordenador da Etec, **Gustavo Tadeu Moretti de Souza**, recebe muitas homenagens pela data especial.

**Ana Paula B. Senha** completa mais um ano nesta segunda-feira. Ela recebe os parabéns do marido **Claudinei Senha**.



**Anne Eve**  
Chefe de cozinha

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

**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

**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

**BLACK FRIDAY**

Na Nova Volkswagen também tem Black Friday.

Aproveite as ofertas exclusivas.

**Polo MSI**  
AUTOMÁTICO | COMPLETO | Modelo 2019

- 04 air bag's - 05 estrelas em segurança
- Som + Volante Multifuncional

**a partir de R\$ 58.990, Taxa 0%**

Por mais R\$2.000,00 você leva:

- Roda de liga leve aro 15"
- Sensor de estacionamento traseiro
- Espelhos elétricos com tilt down
- Som touchscreen com App Connect

**Novo Gol**  
COMPLETO | Modelo 2019

**a partir de R\$ 39.990,**

**Taxa 0,49%**  
**50% de entrada**  
**+ 36x R\$669,00**



## na curva do rio

CHICO PIRANHA

# Mostra o Distintivo Doutor



Essa passagem aconteceu já faz um bocado de tempo, mas vale a pena contar o causo. Lá pelos anos sessenta, logo que comprou sua fazendinha de seis mil e tantos alqueires, lá em Aparecida do Taboado, certo dia um grupo de agentes da polícia da captura chegou nas terras do Compadre Geraldo de Melo e o tenente comandante da tropa foi logo avisando, que precisava inspecionar a fazenda inteira porque tinha uma denúncia muito séria de que havia uma plantação de maconha naquela propriedade. Claro que o Compadre Geraldo repicou na hora:

--- Plantação de maconha nas minhas terras, seu dotô? Mas de jeito nenhum, seu menino! Aqui, não! Primeiro que não tem, nunca teve e nem nunca “tererá,” porque se eu pegá algum jerico fazendo arte porai, o caboco vai levá uma baita coça de rebengue de rabo de tatú. Se o dotô quisé, pode virá a fazenda do avesso, só não quero que o senhor e o seu povo entre naquela divisão de pasto ali pertinho da mata....

Como o tenente parecia meio injuriado e não estava prá muita prosa, foi logo rasgando o verbo com o compadre: “O senhor sabe com quem está falando? O senhor sabe que eu tenho o poder do governo federal comigo?” E abrindo o paletó, mostrou seus distintivo pro compadre e continuou o “discurso”: “Este distintivo aqui me dá a autoridade e o direito de ir onde eu quero, entrar em qualquer propriedade, sem ter que pedir ou responder qualquer pergunta... Fui bem claro? Me fiz entender?”

Esperto e bem educado, o compadre Geraldo tratou de fechar o bico e continuou fazendo seu serviço na beira do curral. Poucos minutos depois ele escutou uma gritaria danada e viu o tal tenente do governo federal, correndo como um doido para salvar a própria pele, perseguido de perto pelo Tufão, o maior e mais brabo touro da fazenda, cafungando no seu cangote!

Vendo a confusão e a viola em cacos, tentando ajudar o coitado em apuros, o compadre Geraldo largou suas ferramentas, subiu na porteira do curral e gritou para o tenente da captura:

--- Seu distintivo, dotô! Mostra seu distintivo pro Tufão!

## CLUBE DA MEMÓRIA

### Histórias do Tempo do Botinão

Por CLAUDINEI CABREIRA



# Fernandópolis e seus artistas

Como vai a memória? Será que você que anda aí pelos sessenta e tantos, ainda se lembra das famosas Semanas Universitárias, Salões de Artes, Mutirão de Artes, Moart “Movimento XV de Abril, e do UFA “Roberto Kenji Miyamoto”? A maioria desses inesquecíveis eventos, eram organizados na raça, com a cara e a coragem, pela rapaziada da AFA – Associação Fernandopolense Acadêmica e do Centro Cultural Artístico de Fernandópolis. Tudo iniciativa da moçada daqueles tempos.

Naquela época, boa parte do pessoal estudava fora, então as Semanas Universitárias sempre aconteciam durante as férias de julho ou de fim de ano. Os nomes dessas feiras de artes quase sempre mudavam, mas o lema que reunia a brava moçada, permanecia inegociável, intocável: Unidos pela Grandeza da Cultura, que na verdade, foi inspirado no lema do brasão de Fernandópolis: Unidos pela Grandeza da Cidade. Bons tempos aqueles.

Entre a metade dos anos sessenta até o final da década de setenta, Fernandópolis viveu um período de criação artístico riquíssimo, único na história da cidade. Jovens artistas plásticos, músicos, poetas, escritores, escultores e jornalistas, viravam a “Terrinha” do avesso, com o chapéu na mão, fazendo mágicas e milagres em busca de recursos para realizar aqueles famosos salões de artes. Foram inesquecíveis tempos heroicos.

Lembro muito bem e conheci bem de perto esse pessoal. E muitos deles, como José Antonio Alves da Silva, o Zecão, Wilson Granella, Onivaldo Loverde, José Paulo Coelho, Rita Boer, Sandra Belúcio, Luís Antonio Possari, Marinho Lopes, José Ângelo “Dip”, Ivete Bataglia, Vic Renesto, João Fileto, Martimiano Siqueira, Valdecir Pateis e Bento Celso da Rocha, o Coxinha,, alguns, a maioria deles ainda estão por aí. Para o andar de cima, foram os amigos inesquecíveis como o poeta e professor Armando Farinazzo, o jornalista e escritor Merciol Viscardi, o Lolão, os escultores João de Lima e Pe-



O jovem escritor Wilson Granella, no tempo do lançamento de seu primeiro livro, “O Tóten do Amor”, lá em 1975, conversando com seu amigo, na época o também jovem músico e artista plástico, hoje nosso o saudoso Tito Montenegro.

dro Loverde, o caçula da turma, o artista plástico Bira Torricelli e por último os nossos queridos irmãos Leonardo “Leo” Cunha e Tito Montenegro.

Sobre essa moçada e essa época, há episódios que mais se parecem com aquelas histórias do “arco-da-velha”. Esgotar o assunto neste espaço, além de ser um pecado mortal, é também missão impossível. Algumas passagens são inacreditáveis, hilárias, outras até comoventes. E eu, particularmente, ao lado de Tito Montenegro, Wilson Granella, Luís Antonio Possari, Carbureto e tantos outros, testemunhei algumas delas. Um dia ainda conto algumas dessas passagens memoráveis.

Uma delas aconteceu com o famoso Trio Parada Dura, formado por Onivaldo Loverde, Tito Montenegro e Bira Torricelli (os dois últimos, in memorian). O trio ia expor seus quadros e esculturas no prédio da Assembléia Legislativa, em São Paulo. Era a chance de ouro, sonhavam a partir dali, conquistar o mundo. Como o dinheiro andava curto como sempre, procuraram ajuda do nosso amigo Agnal-

do Pavarini (também in memorian), que na época, era o todo poderoso prefeito de Turmalina. E Pavarini, claro, ajudou.

O meio de transporte para a cidade grande? O mais inusitado que se tem notícia no mundo artístico. Quadros, esculturas e artistas, viajaram em cima da caçamba de um caminhão basculante da prefeitura. Lá pelas tantas da madrugada, a Polícia Rodoviária parou o caminhão com aquela estranha “carga viva”. Para o espanto do guarda, lá estava também o Agnaldo Pavarini, na boléia...

--- O senhor é mesmo o prefeito? Perseguiu o incrédulo policial.

--- Sim, lá de Turmalina!

--- Me desculpe, senhor prefeito, mas se está viajando assim, nessa situação, é porque a coisa deve estar muito feia... mesmo! Não vou multar, não, está liberado. Pode seguir viagem!

Eram tempos duros, mas o idealismo falava mais alto. O velho lema “Unidos Pela Grandeza da Cultura”, era muito maior que todas as dificuldades juntas. Bons tempos aqueles. Semana que vem tem mais. Até lá.

**FERREIRA** GÁS, ÁGUA E CARVÃO

Minha família trabalhando para servir a sua!

**PEDRINHO**

99706-3380

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

FAZEMOS RECARGA DE CELULAR

**ESPETARIA** **CHOPERIA**

**PIZZARIA** **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**

**Condicionamento Físico**

**Emagrecimento**

**Hipertrofia**

**Nutrição**

**ACADEMIA DELTA FITNESS**

**R. Brás Cubas 1567, Centro- Ouroeste-SP (17) 99765-1485**

**LAVAGEM A SECO**

**TROCA DE ÓLEO**

**HIGIENIZAÇÃO DE AR**

**HIDRATAÇÃO DE COURO**

**CRISTAL CAR**

LAVA JATO

**Tel: (17) 99784-2211 (17) 99742-8031**

**Av. Bandeirantes - N°2256 Jardim Sarinha - Ouroeste-SP**



# Município recebe quatro dias de Cine Itinerante

→ **ASSESSORIA DE IMPRENSA**  
Prefeitura de Ouroeste

Uma ação cidadã transforma, desde o último dia 29, o espaço público da praça do Jardim Sarinha, levando cultura, cidadania e entretenimento a Ouroeste. O projeto Cine na Praça Itinerante irá também revitalizar a praça do bairro junto à pista de caminhada com a ajuda dos próprios moradores, para depois promover sessões de cinema gratuitas ao ar livre. A iniciativa tem o apoio da Prefeitura de Ouroeste, sendo promovida pelo Instituto AES e pela AES Tietê, em parceria com a Alexa Filmes, no âmbito da Lei Roaunet de Incentivo à Cultura.

Entre os dias 29 de novembro e 02 de dezembro pessoas se unirão em mutirão para revitalização, sendo que ocorrerão atividades de pintura de banheiros públicos, de arquibancadas, substituição de duas travas novas, demarcação na quadra de campo para futebol de várzea, novo paisagismo com o plantio de mudas e de gramado. O local receberá ainda iluminação de 12 refletores, passando a ser uma área iluminada no período noturno, e se espera um maior número de usuários na praça nas noites, já que é um local bem utilizado nos fim de tarde por adultos que utilizam a pista de caminhada e crian-

ças que brincam nas quadras de campo society enquanto os pais caminham e se exercitam na academia ao ar livre. Ao final, cada voluntário receberá um kit com boné, camiseta e uma almofada para participar das sessões de cinema com todo o conforto. Durante os trabalhos da ação os voluntários terão suco, frutas e barra de cereal para lanche. Serão quatro dias de exibição de filmes atuais, sendo: Extraordinário, Mulher-Maravilha, A Vida é uma Festa, e no domingo o filme mais votado pelo voto popular será exibido. As três opções para votação são: Jurassic Word, Thor Ragnarock e Pantera Negra.



Ouroeste também ganhou revitalização e iluminação em ação promovida pela AES Tietê

terniun

“

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

”

• Por **CLARIUS**

## MINUTINHO: Cartão de Natal

Ao clarão do Natal, que em ti acorda a música da esperança, escuta a voz de alguém que te busca o ninho da própria alma!... Alguém que te acende a estrela da generosidade nos olhos e te adoça o sentimento, quais se trouxessem uma harpa de ternura escondida no peito. Sim, é Jesus, o amigo fiel, que volta. Ainda que não quisesse, lembrar-lhe-ias hoje os dons inefáveis, ao recordares as canções maternas que te embalsamaram o berço, o carinho de teu pai, ao recolher-te nos braços enternecidos, a paciência dos mestres que te guiaram na escola e o amor puro de velhas afeições que te parecem distantes. Contemplas a rua, onde luminárias e cânticos lhe reverenciam a glória; entretanto, vergas-te ao peso das lágrimas que te desafogam o coração... É que ele te fala no

íntimo, rogando perdão para os erram, socorro aos que sofrem, agasalho aos que tremem na vastidão da noite, consolação aos que gemem desanimados e luz para os que jazem nas trevas. Não hesites! Ouve-lhe a petição e faz algo!... Sorri de novo para os que te ofenderam; abençoa os que feriram; divide o farnel com os irmãos em necessidade; entrega um minuto de reconforto ao doente; oferece numa fatia de bolo aos que oram, sozinhos, sob ruínas e pontes abandonadas; estende um

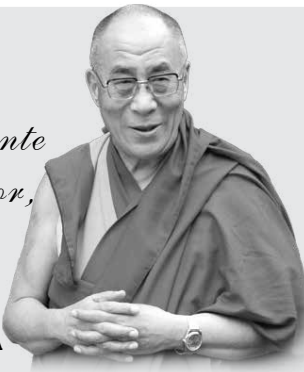
lençol macio aos que esperam a morte, sem aconchego do lar; cede pequenina parte de tua bolsa no auxílio às mães fatigadas, que se afligem ao pé dos filhinhos que se enlanguescem de fome, ou improvisa a felicidade de uma criança esquecida. Não importa se diga que cultivas a bondade somente hoje quando o Natal te deslumbra!... Começemos a viver com Jesus, ainda que seja por algumas horas, de quando em quando, e aprendere-



## Pensamento da Semana

“ Orar não é o mais importante. Importante é praticar a caridade e o amor, mesmo para uma pessoa que não seja religiosa ”.

DALAI LAMA



mos, pouco a pouco, a estar com ele, com todos os instantes, tanto quanto ele permanece conosco, tornando diariamente ao nosso convívio e sustentando-nos para sempre.

Meimei

## CRÔNICA Suicídio

Suicídio, não pense nisso Nem mesmo por brincadeira... Um ato desses resulta Na dor de uma vida inteira. Por paixão, Quim afogou-se Num poço de Guararema. Renasceu em provação Atolado no enfisema. Matou-se com tiro certo A menina Dilermanda. Voltou em corpo doente, Não fala, não vê nem anda.

Pôs fogo nas próprias vestes Dona Cesária da Estiva... Está de novo na Terra Num corpo que é chaga viva. Suicidou-se à formicida Maricota da Trindade... Voltou... Mas morreu de câncer Aos quatro meses de idade. Enforcou-se o Columbano Para mostrar rebeldia... De volta, trouxe a doença Chamada paraplegia. Queimou-se com gasolina Dona Lília Dagele. Noutro corpo sofre sarna Lembrando fogo na pele. Tolerar com paciência Qualquer problema ou pesar; Não adianta morrer, Adianta é se melhorar.

Cornélio Pires

**Polo**  
**Refrigeração**

ASSISTÊNCIA ESPECIALIZADA  
EM GELADEIRA, FREEZER,  
TANQUINHO E MÁQUINA DE LAVAR.



Direção:  
**ANDRÉ POLO E LUCIANA**

**ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES:**



**RUA MARTINS DE SÁ, 855 - OUROESTE - SP**

**PRÓXIMO AO POSTO DE SAÚDE DO RESIDENCIAL RODRIGUES**

 **(17) 99742-2111**

**GARANTIA EM TODOS OS SERVIÇOS PRESTADOS!**

 **(17) 99727-8363**

**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

**AGRO SHOP**  
*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**

**Diversões & Cia**

Aluguel para festas

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

Pipoca  
Algodão doce  
Doce de leite

**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**

**Descartáveis**

**Tudo por R\$ 1,00**

**Itens para Festas**



## sua saúde

## 10 dicas para perder peso com saúde

Para emagrecer com saúde é necessário que o corpo gaste mais calorias do que consome. É por isso que as duas medidas mais importantes para chegar ao peso ideal são ajustar hábitos alimentares e praticar atividades físicas. Mas isso deve ser feito de forma gradativa e com um cardápio saudável e variado. Siga as dicas para emagrecer de forma saudável:

**DICA 1: CONSUMA ALIMENTOS QUE QUEIMAM A GORDURA**

Alguns alimentos ajudam a emagrecer porque estimulam a queima de gordura. O chá de hibisco, lichia, farinha de amora estão entre eles.

**DICA 2: CONSUMA ALIMENTOS QUE DESINCHAM**

Alimentos ricos em ômega 3 (salmão, atum, sardinha, arenque, cavala, linhaça, castanhas) contribuem para o emagrecimento devido à ação anti-inflamatória. Conheça a dieta anti-inflamatória.

**DICA 3: AUMENTE A SACIEDADE**

Alimentos ricos em fibras proporcionam maior saciedade, logo a fome demora mais a aparecer, o que ajuda você a perder peso. As principais fontes de fibras são: frutas, cereais integrais, como arroz, trigo, centeio, cevada e aveia. As leguminosas, como feijões, lentilha, grão de bico e ervilha e as verduras e legumes também contam com boas quantidades de fibras. As sementes, como a chia, linhaça e semente de abóbora, também tem fibras. Saiba tudo sobre as fibras.

**DICA 4: CONSUMA ALIMENTOS QUE ACELERAM METABOLISMO**

Os alimentos com ação ter-



mogênica estimulam a maior queima de calorias. Os principais alimentos termogênicos são: pimenta, chá verde, canela, gengibre e café. Veja os benefícios dos alimentos termogênicos.

**DICA 5: FAÇA LANCHINHOS!**

O ideal quando se quer perder peso é fazer as três refeições principais (café da manhã, almoço e jantar) e dois ou três pequenos lanches. Isso manterá seu metabolismo funcionando o dia inteiro, dará mais saciedade, diminuindo a fome fora de hora, e impedirá que você exagere nas grandes refeições. O intervalo entre cada refeição deve ser de no mínimo 2 horas.

**DICA 6: INVISTA EM UM PRATO EQUILIBRADO E VARIADO**

Uma alimentação saudável pede equilíbrio de nutrientes e variedade de alimentos. Vale investir em frutas, legumes, verduras. Não se esqueça de completar o menu com diferentes tipos de

carnes, cereais, leguminosas (feijão, lentilha), leites e derivados, grupos alimentares essenciais para a alimentação diária.

**DICA 7: EVITE FAZER DIETAS RESTRITIVAS**

Dietas que cortam drasticamente as calorias ou algum componente específico, como os carboidratos por exemplo são consideradas restritivas. Para perder com saúde o esperado é perder entre meio quilo e um quilo por semana. Mais do isso pode ser sinal de que você não está realizando a dieta mais adequada. A alimentação monótona e com pouca variedade de alimentos não traz todos os nutrientes que o corpo precisa, podendo até afetar a imunidade e o corpo mais vulnerável a doenças. Dieta dos shakes, dieta sem glúten e dieta da sopa são alguns exemplos de dietas restritivas.

**DICA 8: INVISTA NOS CHÁS QUE AJUDAM A EMAGRECER**

Alguns deles, como o chá verde, chá preto e o chá de

canela, estimulam a queima calórica. Enquanto o chá de hibisco contribui para que menos gordura fique acumulada no abdômen.

**DICA 9: PRATIQUE EXERCÍCIOS QUE QUEIMAM GORDURA**

A Organização Mundial de Saúde recomenda praticar ao menos 150 minutos de exercícios moderados por semana para uma pessoa ser considerada ativa. Ou seja, praticando uma hora de exercício em três dias na semana (180 minutos), você já ultrapassa essa meta! Para queimar gordura e emagrecer é importante investir em atividades aeróbicas como: caminhadas, corridas, bicicleta, dança, natação, entre outros.

**DICA 10: NÃO DEIXE DE GANHAR MÚSCULOS**

Praticar exercícios de força, como a musculação e pilates, também são superimportantes para ganhar músculos e fazer o corpo gastar calorias.

**Infartos em jovens: o que pode causar?**

Ministério da Saúde tem apontado aumento no número de casos de infarto em indivíduos jovens



**Dr. Antonio Carlos Pancotti**  
CRM 141.743 - Cardiologia

Apesar do que se imagina, a incidência de infartos entre indivíduos jovens é bastante comum. De acordo com dados do Ministério da Saúde, desde 2013, houve um aumento de 13% no número de infartos entre adultos com menos de 30 anos. Esses dados revelam a importância do acompanhamento cardiológico e a mudança de hábitos que podem desencadear os chamados fatores de risco.

É possível notar que cada vez mais os jovens estão expostos aos fatores de risco. Isso inclui a obesidade que está relacionada à má alimentação e sedentarismo; hipertensão; histórico familiar de cardiopatias e o consumo excessivo de bebidas alcoólicas. Indivíduos fumantes e que usam drogas como a cocaína também têm maiores chances de sofrerem um infarto, devido às alterações que essas substâncias causam no organismo. Doenças congênitas e autoimunes como a Lúpus também podem ser apontadas como causa de infarto em indivíduos jovens.

Os sintomas de um infarto em um jovem são diferentes dos sintomas apresentados por um idoso. O jovem tem sinais mais intensos como dor no peito que irradia para os braços, sudorese fria, mal-estar, náuseas e vômitos. Já o idoso pode apresentar reações mais sutis como desconforto torácico e falta de ar.

Outro dado relevante que está relacionado ao infarto em jovens é a doença aterosclerótica caracterizada pela obstrução das artérias. Em especial, esse fator aumenta a gravidade do infarto em um jovem, apesar do organismo ser mais forte. O jovem não possui uma proteção chamada "Circulação Colateral" que são pequenos vasos sanguíneos que surgem como um apoio para compensar a irrigação de uma artéria obstruída. O infarto do jovem é o mesmo que acomete o idoso, no entanto, o organismo do jovem ainda não conta com essa circulação colateral. Cerca de 10% dos infartos em indivíduos jovens são letais.

É importante ressaltar sobre a importância de prevenir o infarto. Cada vez mais os jovens estão expostos aos chamados fatores de risco. Além da mudança de hábitos, o acompanhamento cardiológico é de extrema importância, desde cedo, caso o jovem tenha em sua família histórico de doenças cardiovasculares, ou seja, portador de patologias congênitas e autoimunes.

As bebidas alcoólicas (principalmente a mistura de destilados com energéticos), o tabagismo e o uso de outras drogas são fatores alarmantes que apresentam alto risco de terem como consequência um infarto.



**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 @cardiologiadrpancotti  
R. Paraíba, 1641 - Centro - 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: alsifisio@hotmail.com

**Dr. Hugo Yamagata Yasuda**  
CRM 109.308  
Oftalmologia Clínica e Cirúrgica  
Especialista em Glaucoma  
ATENDE PARTICULAR E CONVÊNIOS  
APAS | BENSÁUDE | FUNDAÇÃO CESP | HB SAÚDE  
POSTAL SAÚDE | SÃO FRANCISCO | SAÚDE CAIXA  
BRADESCO SAÚDE | CABESP | CASSI | ECONOMUS  
17 3462-1742  
Av. Amadeu Bizelli, 978 - Centro - Fernandópolis

**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACDEMULTIFICACÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO  
DR. JOÃO VICTOR Santicchio Ferrarezi  
OFTALMOLOGIA - CRM 139.658  
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM  
FONE: 17-3462 2835  
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

**BIM**  
**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

**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 & Bilkes

## Novo Porsche 911 2019 promete ser o mais potente

Motor passa a ser um 3.0 turbo de seis cilindros com 450 cavalos; pacote esportivo leva carro a fazer de 0 a 100 km/hora em 3,4 segundos

O seu desenho continua sendo o clássico, apresentado há décadas e que faz sucesso mundo afora; ou melhor, uma verdadeira lenda. Agora, a nova geração do 911, apresentada nesta semana no Salão de Los Angeles (e que chega ao Brasil já no próximo ano)



acopou n o - vas tecnologias, carroceria maior, rodas mais largas, maçanetas que se “escondem” e novo sistema de segurança ativa. A dianteira do modelo tem como “obrigação” manter o capô alongado com a pequena abertura central, além dos paralamas alargados e, é claro, os faróis redondos. A principal mudança está no para-cho-

que, com aberturas maiores que tomam grande parte da peça e produzem o efeito de um “bocão”. A mais impressionante novidade do novo Porsche 911 é seu motor boxer com seis cilindros opostos na horizontal. O 911 Carrera S e o Carrera 4S, os dois

gundos. O kit adiciona suspensão ativa, controle dinâmico de chassi e reduz a altura em relação ao solo em 20 milímetros. Comparando com a atual geração, o Carrera 4S é 0,6 segundo mais rápido que o GT3 atual e apenas meio segundo mais lento que o 911 GT3 RS que testamos

primeiros membros da geração 992, utilizam o 3.0 boxer de 450 cv e torque de 56 kgfm, um aumento de 30 cv e 5 kgfm. Segundo a Porsche, o Carrera S com tração traseira acelera até 100 km/h em 3,7 segundos, enquanto o Carrera 4S, com tração nas quatro rodas, precisa de 3,6 segundos. O pacote Sport Chrono, com ele o tempo cai para 3,4 se-

temente. A velocidade máxima aumentou para os 307 km/h no Carrera S e chega aos 306 km/h na versão 4S. Para a Europa, onde o modelo chegará primeiro, o 911 Carrera S custará a partir de 120.135 euros, ou seja, R\$ 525 mil na conversão direta. As entregas no velho continente começam em março, enquanto a chegada ao Brasil está prevista para o segundo semestre.

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

O s faróis não invadem mais o para-choque dianteiro, que também mudou, colocando os faróis de neblina mais perto da parte central. As lanternas traseiras agora invadem a tampa do porta-malas. As rodas, que mantém as capas aerodinâmicas, ganham novo desenho, ou seja, o Prius ficou menos futurista (ou mais “careta”). Isso tudo para agradar o mercado norte-americano, inclusive, estreando uma versão com tração integral para uso na neve e gelo. O Prius AWD-e conta com um segundo motor elétrico no eixo traseiro pa-

ra enviar força extra para as rodas em velocidades abaixo de 10 km/h ou acima dos 70 km/h, de acordo com a necessidade. Na dianteira, os faróis perderam a fatia que invadia o para-choque. As luzes diurnas de LED são um filete posicionado nas extremidades laterais do para-choque, enquanto as luzes de neblina es-

tão mais centralizadas. Na traseira, as lanternas são mais horizontais e invadem a tampa do porta-malas. As rodas ganharam novo desenho, mas continuam com as capas aerodinâmicas. A motorização continua a híbrida e a central multimídia e os sistemas de assistência ao condutor são novas.



### SUZUKI INTRUDER 150: REVOLUÇÃO?

O desing é inédito: mistura mistura de uma scooter com uma cruise e a Suzuki deve começar as vendas na Índia. Se fizer sucesso também chega aqui. O motor 14,8 cavalos e os freios ABS. Pode ser uma revolução!



### NOVA MT-07: MELHOR, MAS + CARA

O motor evoluiu: seus dois cilindros chegam a 74,8 cavalos (mas esquental); o novo assento é mais confortável e a estabilidade mudou no modelo 2019, mas o preço também subiu e agora custa R\$ 33,7 mil. Já chegou a custar R\$ 26,9 mil.



## máquinas & karangos



### AUTO ELÉTRICO CISFER

CONsertos de PARTIDAS, ALTERNADORES E INSTALAÇÃO EM GERAL

FONES: (17) 3442-5506 99719-7143 99784-3190 99784-3102

AV. LITÉRIO GRECCO, 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.desmonteferrovelhobrasil.com.br

E-mail: ferrovelhobrasilfer@gmail.com

Av. Litério Grecco, n.º 1575 - Jd. Araguaia - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

## Disk Tudo



### DISK GÁS E ÁGUA

FERNANDÓPOLIS/SP

VISA 3442-1313 99722-7734

Aberto todos os dias das 7h00 as 22h00 99125-7569



### DOCES JUNINHO

Doces e artigos para festas

Telefone: (17) 3462-7234

AVENIDA PRIMO ANGELUCCI, 56 - CENTRO 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. LIBÉRIO ALMEIDA SILVARES, 2644 - COESTER - FERNANDÓPOLIS



### RETIFICA RAMOS

RETIFICA E RECUPERADORA DE PEÇAS: Blocos, Virabrequim, Cabeçotes, Comando, Bielas, Motores Diesel, Alcool 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](http://www.oextra.net)



Informação com credibilidade



### Delícia esfihas

DELIVERY De Esfihas Árabes

(17) 98822-5374 (17) 99639-8247

### Breve em Ouroeste

# PROTEGE

Vistoria Automotiva



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



### ASB

Tel. (17) 99602.7489 98202.4897

### 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



# Criptograma

Dica para a palavra chave oculta: **Obra renascentista encomendada pelo Vaticano.**

Famoso físico e matemático inglês.	🚩		🌿	👥	👤	🚩
Mulher (em relação ao marido).	☂️		🌿	👤	★	🌿
Chamar a atenção com as mãos.	🌿		☂️	🚩	🌿	⚡
Quantidade de espaço ocupada por um sólido.	🐦		🔑	🎵	😬	☂️
Frase publicitária usada com frequência.	★		👤	🕒	🌿	🚩
É usado nos pés.	★		🌿	🌿	👥	👤
Aquele que luta judô.	🖋️	🎵		👤	🍎	🌿
Que não tem fim.	☂️	👥		⚡	🚩	👤
Lugar ou compartimento fechado.	🍎	🌿	😬		⚡	🌿
Agressivo, ofensivo.	🐦	👤	★		🐦	🔑
Dar tapa em.	👥	🌿	🌿		🌿	⚡
Tem oito patas.	🌿	⚡	🌿		🐦	🌿
Ato ou efeito de empatar.	☂️	😬	🌿		👥	☂️
Tipo de combustível.	✈️	🐦	☂️		☂️	🔑

# Caça Palavras

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

ABAFADOR  
ABATER  
ABDOMINOPATIA  
BACALHAU  
BACHARELESCO  
BAILECO  
BALAIO  
BALIR  
BALSA  
BANDAGEM  
BARBADO  
CABOCLO  
CADASTRAMENTO  
CADEADO  
CATETE

# Ligue os Pontos

LIGUE APENAS OS PONTOS ÍMPARES E VEJA O QUE ESTÁ FALTANDO PARA O CEBOLINHA BRINCAR!

# Resumo de Novelas

**ESPELHO DA VIDA**  
*Sábado, 18h00*

Margot diz a Cris que a criança na foto é seu filho. Alain é hostil com Cris e Jorge. Isabel exige que Mariane se insinue para Marcelo. Mariane e Josi são expulsas da casa de Julia. Neu-sa flagra Tavares vendo revistas antigas de Solange. Edméia/ Grace se surpreende ao ver Ana na rua e vai com ela à casa de Margot. Américo se esconde ao ver Edméia/ Grace. Isabel pede que Alain vá ao consultório de Dalton. Flávio invade o quarto de Américo ao ver Ana com o rival. Cris volta à casa de Julia. Dalton confirma a paternidade de Priscila.

**O TEMPO NÃO PARA**  
*Sábado, 19h15*

Elmo recusa o empréstimo oferecido por Samuca para comprar a padaria. Herberto entrega outro frasco de veneno para Betina. Dom Sabino sente ciúmes da conversa de Carmen com Livaldo pela internet. Betina chama Marocas para ser madrinha de um projeto da Fundação, com o intuito de envenená-la durante a reunião. Gabiru conta a Elmo que o dono da padaria decidiu vender o estabelecimento para ele. Samuca pede a Gabiru que não diga a Elmo que comprou a padaria para ajudá-lo. Dom Sabino leva dinheiro para Barão pagar o credor de Livaldo. Mariacarla avisa a Betina que Lúcio localizou Livaldo. Carmen anuncia a Samuca que seu pai está voltando.

**O SÉTIMO GUARDIÃO**  
*Sábado, 21h00*

Todos comentam a presença de Valentina no velório de Egídio. Gabriel apresenta Luz a Valentina. Os guardiães tentam coagir Sampaio, mas Valentina o ajuda. Valentina se alia a Laura contra Luz. Feliciano deixa a chave da porta da entrada da fonte com Judith. Marilda decide ir à casa de Valentina procurar o local de sua passagem secreta para a fonte. Os guardiães discutem o futuro de Gabriel. Leonardo sente falta de sua câmera. Valentina mostra a Marilda o vídeo em que ela foi flagrada, e a primeira-dama fica horrorizada.

**MALHAÇÃO**  
*Segunda-feira, 17h30*

Vagner pede ajuda a Érico para dar um rumo em sua vida. Verena incentiva Álvaro a continuar escrevendo. Todos se surpreendem ao ver Amanda usando cadeira de rodas e apoiam a amiga. Tito e Garoto estranham quando a turma conta que Heitor ligou para Marcelo em nome dos netos. Marcelo desconfia da nova ligação de Heitor. Flora percebe a tensão de Érico e estranha. Amanda anuncia uma surpresa para o show de talentos. Verena se incomoda com o entrosamento entre Álvaro e Úrsula. Flora ensaia com Paulo para a apresentação do colégio. Rafael e Vinícius ajudam Bárbara e Leandro com projeto. Michael reage quando Jade decide alisar seus cabelos. Heitor afirma a Tito e Garoto que não ligou para Marcelo.

**AS AVENTURAS DE POLIANA**  
*Segunda-feira, 20h30*

Sr. Pendleton dá ordem à Sara para acessar as informações da escola. Poliana conversa com Nanci sobre João e fala sobre o vaso roubado. João pede para Marcelo tentar localizar sua mãe no Ceará. Joana e Sérgio jogam videogame no quarto. Nanci pergunta para Waldisney se ele mexeu em algo na casa de Luísa. Mirela arma plano contra Raquel. Waldisney pede vaso para Jeferson. Lindomar incentiva Vinícius a se inscrever no concurso de novos talentos. Luigi, Mário, Benício e Gael fazem a maior bagunça enquanto Joana e Sérgio estão trancados no quarto. Sérgio se declara para Joana. Luísa conversa com Poliana sobre o sumiço do vaso. Waldisney devolve o vaso na casa de Luísa, e Nanci conta para a chefe que encontrou o vaso.

**A TERRA PROMETIDA**  
*Segunda-feira, 20h50*

Marek chama Tibar e mostra preocupação. O comandante então decide libertar Sandor da masmorra. Enquanto rodeia Jericó com os hebreus, Acã se afasta do grupo e vai até o palácio para falar com Tibar. O traidor pede mais ouro ao comandante e avisa que Raabe foi quem ajudou os espíões hebreus. Enfurecido, Tibar avisa que matará a prostituta. Nas ruas da cidade, o povo reclama da falta de comida. A cavalo, Sandor vai até o esconderijo onde estava Raabe, mas não a encontra. O guerreiro vai até a casa da meretriz e avisa sobre o perigo que ela está correndo.

# Humor

**TÔ DENTRO!!!**  
O bêbado está levando a maior dura do delegado:  
- Quer dizer que o senhor estava envolvido na briga desses pilantras?  
- Quem? Eu? De... hic... jeito nenhum, dotô delegado. Eu sou da... hic... paz!  
- Então porque os policiais trouxeram o senhor pra cá?  
- Eles trouxeram... hic... não... fui eu que quis vir...  
- Não entendi!  
- Tava a maior... hic... briga no bar! Aí encostou o camburão... hic... e um polícia gritou... hic... "É cana pra todo mundo!". Aí eu falei: "Tô dentro!".

**OS OVOS DE FERRO**  
Alfredo tinha uma granja que abastecia o lugarejo com ovos de galinha.  
Só que as galinhas começaram a bicar os ovos logo ao pô-los, inutilizando os mesmos para a comercialização.  
Alfredo telefonou para o primo que já era veterano no negócio, pois tinha uma granja numa cidadezinha do interior mineiro.  
- Não há motivo para preocupação, Alfredo. Deparei-me com o mesmo problema e resolvi-o estudando a psicologia das galinhas. Coloquei ovos de ferro pintados de branco, idênticos aos de galinha, e ao bicá-los, as aves machucavam os bicos. Então, por instinto, evitavam de bicar os verdadeiros ovos.

- Mas onde vou encontrar ovos de ferro?  
- Procure um ferreiro na cidade que ele certamente lhe arranjará alguns.  
Alfredo encontrou um ferreiro octogenário que já estava corcunda pelo peso dos anos de labuta.  
Dirigindo-se ao velhinho, que estava recurvado sobre uma chapa incandescente que retirava do forno a carvão:  
- Meu velho, o Sr. por acaso tem ovos de ferro?  
- Não, meu filho. Isso é desvio da coluna mesmo.  
Salário Errado  
Um funcionário vai até o chefe do departamento pessoal da empresa, para reclamar que vieram 500 reais

a menos no seu salário.  
O chefe do departamento, fala em tom solene:  
— Luís, o mês passado nós lhe pagamos 500 reais a mais e você ficou quietinho. Agora que a gente está lhe pagando 500 a menos para compensar o erro, você vem e reclama?  
— É que um erro eu deixo passar, mas dois já é demais!  
  
**GRÁVIDA NO SUPERMERCADO**  
O sujeito ao ver uma mulher grávida na caixa do supermercado, comenta:  
— Nossa, como a senhora está gorda!  
E ela:  
— Quer a receita?



**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



# celebridades



Angélica é mãe de Eva, Benício e Joaquim

## “Sem crise, apenas grata”, diz Angélica, sem preocupações com idade aos 45 anos

Angélica completou 45 anos ontem, 29, e, em entrevista, conta os planos para a nova idade em sua carreira e faz um balanço de sua relação com a beleza e com a maternidade diante do passar dos anos. Mãe de Eva, de 6 anos, Benício, de 11, e Joaquim, de 13, a apresentadora afirma que a proximidade com os 50 não a incomoda. “Estou muito feliz com os meus 45 anos de vida, foi um ciclo maravilhoso... E agora estou na expectativa para os próximos 45! Sem crise, apenas muito grata...”, vibra a artista.

**“NÃO PODEMOS SOFRER PRESSÃO”, PONDERA SOBRE PASSAR DOS ANOS**

Apesar de não se sentir pressionada, Angélica vê co-

mo inadequadas as exigências sofridas socialmente mulheres por conta da idade. “Acho injustas as cobranças... Vejo com bons olhos todas as nossas conquistas. Não podemos sofrer pressão de nenhuma forma, devemos viver a vida com saúde, atendendo as nossas necessidades pra ser feliz”, pondera. Adepta de ioga, musculação e artes marciais para manter corpo e mente em equilíbrio, ela diz que a maternidade a transformou, mas não mudou sua afinidade com saúde e beleza. “Sempre fui atenada, por conta da minha profissão! Então não mudou muito... A maternidade, o amor que surgiu quando eles nasceram, me fez sentir uma mulher completa!”, argumenta.

## Filho de Neymar tem dia de repórter em evento e revela: “Quero ser youtuber”

Davi Lucca, filho de Neymar, atacou de repórter nos bastidores da segunda edição do concerto de Natal promovido pelo Instituto Neymar Jr., e mostrou todo o lado desinibido. O menino de 7 anos entrevistou Iza, César Menotti e Fabiano, Aline Barros, Chitãozinho e Xororó, Joelma, Solange Almeida, dentre outros. Agnaldo Rayol aproveitou para perguntar o desejo do garoto para o futuro. “Eu quero ser youtuber”, garantiu Davi. “Eu acho que posso chegar até a placa de 1 milhão de inscritos”, completou. O herdeiro do jogador de futebol ainda garantiu que não tem vontade de seguir os passos do pai no esporte: “Quero nada”.

Carol Dantas, mãe de Davi



Davi Lucca ao lado do pai

Lucca, disse que tem ensinado o filho a lidar com a exposição devido à fama do pai: “Não é tão comum ser mãe de alguém famoso. Ele tem sentido a cobrança, mas conversamos bastante para que

ele não sofra com isso. Quando era mais novo, ele se incomodava mais. Agora, nem tanto. Com toda essa exposição, o que mais me preocupa é a segurança dele”. A influencer ainda contou que a

maternidade trouxe mudanças: “Mudei muito com a maternidade, mas é quase que automático. Tive que amadurecer, crescer e ser mãe, afinal, quando nasce um filho, também nasce uma mãe”.

## Thais Fersoza elogia dedicação de Teló a filhos e funções do lar



Michel Teló ao lado da mulher e dos filhos

Thais Fersoza e Michel Teló sempre compartilham momentos com os filhos, Melinda e Teodoro, nas redes sociais. E, longe da web, o sertanejo também faz questão de dividir com a atriz os cuidados com a casa e os bebês: foi o que a artista destacou em vídeo no seu canal do Youtube. Em entrevista com Marcos Piagers, autor do livro “Papai é pop”, ela contou que o cantor é dedicado quando o assunto é família. “Não é ajuda! O filho é dos dois... Porque não dividir tarefas? O Michel é muito participativo tanto com as crianças como em casa. Ele não tem nenhum problema com essas questões caseiras, faz com o maior amor, com o maior carinho. A gente está junto, cuidando da nossa casa, vambora...”, disse sobre o protagonista do musical “Bem Sertanejo”, prestigiado por ela e os filhos em apresentação recente.

## horóscopo



### ÁRIES

As demandas materiais ficam mais claras para você com a conjunção Lua-Saturno em sua oitava casa. Você se sente mais segura de si para lutar pelo que quer, pois o amadurecimento de ideias e o autoconhecimento lhe fortalecem!



### TOURO

Os acordos com os mais próximos são facilitados pela associação entre Lua e Saturno, ainda que haja pressões e críticas. Saiba ouvir opiniões alheias, mesmo que conflitem com as suas. Aprenda a aceitar as diferenças!



### GÊMEOS

Lua e Saturno se associam, lhe trazendo amadurecimento e harmonia interior. Isso lhe fortalecerá internamente para enfrentar os desafios, então assuma seu poder e deixe de lado os medos. Seja corajosa, proativa e otimista!



### CÂNCER

Os desafios na vida social são encarados com mais maturidade, equilíbrio e segurança, pois Lua e Saturno se associam em sua quinta casa hoje. Mas evite ser impositiva, saiba ouvir a opinião das outras pessoas envolvidas!



### LEÃO

Bom momento para maturar ideias e projetos pessoais, pois Lua e Saturno conjuntos trazem um clima de conforto e harmonia no lar. Mas não se isole dos familiares, saiba comunicar a eles sua necessidade de ficar só!



### VIRGEM

Sua capacidade crítica e intelectual é aguçada pela conjunção Lua-Saturno, mas é possível que suas certezas ferrenhas lhe deixem cega para as novas perspectivas no trabalho. Portanto, esteja aberta para ouvir os outros!



### LIBRA

Lidar com a vida prática fica mais fácil, pois Lua e Saturno se associam em sua área material, lhe fazendo enxergar realisticamente o valor das coisas. Seu poder de análise guiará as grandes decisões, mas não se sobrecarregue!



### ESCORPIÃO

Você age de maneira centrada e harmoniosa com a associação entre Lua e Saturno, que lhe deixa mais confiante. As pessoas tendem a perceber sua maturidade, sentindo-se seguras para compartilhar com você!



### SAGITÁRIO

As decisões, sobretudo as mais complexas, são favorecidas pela associação da Lua com Saturno. Mantenha o foco ao lidar com as intensas pressões emocionais e evite sobrecarregar-se de obrigações. Saiba delegá-las!



### CAPRICÓRNIO

Procure estar junto a pessoas que lhe estimulem intelectualmente e com quem compartilhe interesses, pois Lua e Saturno formam conjunção em sua área de amizades hoje. Isso lhe ajudará a melhorar a produtividade e a relaxar!



### AQUÁRIO

Ao se unirem na décima casa, Lua e Saturno levam você a redescobrir seus próprios valores e empreendedorismo. Assuma seus talentos e dedique-se às atividades do trabalho, que tendem a ser eficientes e intelectualmentes excitantes!



### PEIXES

Você se mostra mais sensível e introspectiva, pois Lua e Saturno se associam em sua área espiritual hoje. Não se isole demais, procure se divertir, pois você pode acabar perdendo boas oportunidades juntos às pessoas queridas!



# O que foi destaque nas edições diárias desta semana

[illegible][illegible]

**Terça-feira, 27 de Novembro de 2018**

Edição 3.422

**Quarta-feira, 28 de Novembro de 2018**

Edição 3.423

Quinta-feira, 29 de Novembro de 2018

Edição 3.424

**Sexta-feira, 30 de Novembro de 2018**

Edição 3.425

***www.oextra.net***

**Faça sua assinatura: 3442-2445**

**Casa & Rancho**

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

☎ 3442-3667



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



**MARCAS AUTORIZADAS  
CREDENCIADAS:**

• Elgin	• Carrier
• Fontainne	• Tivah
• Gree	• Agrassio
• Komeco	• Vogga
• LG	• Demi
• Springer/Midea	• York





**Proteja  
seu maior  
patrimônio**

Instale um sistema de  
segurança monitorado 24 horas



**Segurança em boas mãos!**

**Fone (17) 3442-4455**

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



A certeza  
de estar em  
boas mãos





# PINOTTI

# LOCAÇÃO

**FONES: 17**

**3442-3013**

**3463-4875**

**97764-7370**

**99144-1355**

**98158-9181**

**E-MAIL**

**pinottilocacao@yahoo.com.br**

**Av. dos Arnaldos, 2211 - Jd. Residencial**

**Por do Sol - Fernandópolis-SP**



*Toldos  
Canaã*

**(17) 3442-3385 | 99777-7634**

ail: [contato@toldoscanaa.com.br](mailto:contato@toldoscanaa.com.br) / site: [www.toldoscanaa.com.br](http://www.toldoscanaa.com.br)

Av. Libero de Almeida Silveiras, 3452 - Coester  
Fernandópolis-SP

**EVANDRO DIEGUES DE LIMA**  
**Engenheiro Civil**  
 CREA: 5069935304

☎ (17) 99638-5009  
 ✉ [evandrodiegues@gmail.com](mailto:evandrodiegues@gmail.com)

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

**ASSINE oextra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

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

**PEÇA AGORA!**

# VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!

## RESTAURANTE PEIXÃO

Desde 1972

REFEIÇÕES  
SERVIDAS EM  
FOGÃO À LENHA

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

SUCOS E  
REFRIGERANTES

PEIXES  
ASSADOS E FRITOS

PORÇÕES  
E SALGADOS

**Direção  
ZÉ MARIA E BIA**

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

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