

social



Letícia Viana é muito felicitada pela data que completa mais um ano de vida.



Lígia Freitas também está na lista dos homenageados deste final de semana.



Bruno Sanchez recebe muitas homenagens de toda galera.



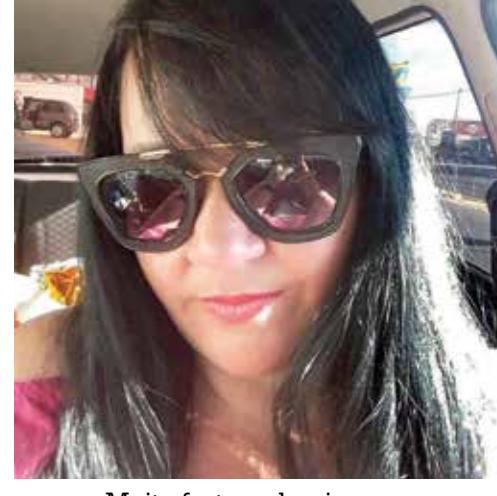
Os pais e irmão da jovem ouroestense Rafaela dos Santos Batista a parabenizam pela aprovação na Universidade Estadual de Londrina, uma conquista que enche todos de orgulho!



Muito sucesso para a estudante de Psicologia Isabela Careno.



A querida Brenda Lima celebra a passagem de mais um aniversário ao lado do marido Diego Gandolfi. Parabéns!



Muita festa e alegria para a querida Simone Nascimento.



Parabéns e muitas felicidades para o aniversariante Matheus Foreman.

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

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

Anne Eve
Chefe de cozinha

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

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



**OPERAÇÃO
FARIA
SEMINOVOS**
só essa semana:
**IPVA 2019 e
TRANSFERÊNCIA GRÁTIS!**
Venha conferir.

Fernandópolis - Av. Líbero de Almeida Silvares, 2254 (17) 3465-9555



www.fariaveiculos.com.br
www.facebook.com/fariaveiculos

Faria

Pensamento crítico

As marcas do rosto
são lembranças

• Por CARLOS EDUARDO MAIA DE OLIVEIRA
Professor EBTI no Instituto Federal de São Paulo, Câmpus Votuporanga. Biólogo, Cirurgião-Dentista, Mestre em Microbiologia e Doutor em Geodácia Regional.
E-mail: edumaiaoli@yahoo.com.br

As marcas do rosto são lembranças da nossa vida
Etapas marcadas por acontecimentos

Alguns alegres, outros nem tanto
Aqueles, curtimos, lembramos
Estes, sentimos, enfrentamos

As marcas do rosto são lembranças dos nossos desafios
Lutas e sofrimentos
Percalços e conquistas
Os percalços, encaramos, enfrentamos
As conquistas, comemoramos, exultamos

As marcas do rosto são lembranças dos nossos momentos
No amor, euforia, desilusão, prazer e dor
Na euforia, os olhos brilham e o coração palpita
No prazer, o êxtase e a presença que acalma
Na desilusão, o sofrimento agudo e a dor da alma

As marcas do rosto são lembranças da nossa trajetória
Sonhos que nascem com o despertar da vocação
Depositando no coração, fé e confiança
Nos braços, trabalho e dedicação
E na mente, desígnio e esperança

As marcas do rosto são registros em nossa face
Traços e sulcos em nosso semblante
Linhas de expressão que nos fazem lembrar
Que o que importa nesse instante
É ter saúde e buscar a paz

As marcas do rosto são lembranças da nossa história
Do aconchego do colo materno ao acalento do nosso amor
De ser e ter filhos, de ensinar e aprender
De sentir o prazer e suportar a dor
De viver e morrer

Limpoeste
Limpeza e Produtos para Higiene

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

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

Acesse: www.oextra.net

G.S.M.
AR CONDICIONADO

gustavoouro1@hotmail.com
(17)3843-1323 / (17)99757-9248
Rua: Antônio Correia de Amorim, 2150 - Sarinha II - Ouroeste/SP

PARCELE SUA
TATTOO
NO CARTÃO DE
CRÉDITO

Jhony Tattoo
SUA TATTOO
SEU ESTILO.

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

Tendências de cuidados com a pele em 2019: 4 dicas para ter a pele perfeita

A gente adora cuidar da pele para deixá-la linda e super saudável. Por isso, estamos sempre à procura das novas tendências para adicionar à rotina de cuidados e conquistar a pele perfeita.

Quer saber quais são as tendências de 2019 para cuidar da pele e ficar ainda mais bonita? A gente conta todos os rituais e produtos que estão super em alta e valem a pena ser adicionados aos seus cuidados. Vem conferir.

CUIDADOS ANTIPOLUÇÃO PARA A PELE

É provável que você esqueça disso no dia a dia, mas a sua pele está diariamente exposta à poluição. A longo prazo, isso pode trazer vários danos, como envelhecimento precoce, entupimento dos poros e manchas. A poluição também reduz o colágeno e a elastina presentes na pele.

Por isso, se você quer deixar a pele saudável é importante incluir cuidados antipolução na sua rotina. Os cremes que reduzem esses efeitos danosos estão cada vez mais em alta entre as mulheres que amam cuidar da pele.

AMPOLAS SÃO SUPER PRÁTICAS

Recentemente os séruns ganharam muito destaque e foram incluídos nos rituais de cuidados com a pele. Agora, são as ampolas que es-

tão ganhando força entre as tendências desse ano. Elas se popularizaram muito quando a rotina de beleza coreana foi adotada por mulheres ao redor do mundo.

A principal vantagem de adicionar as ampolas ao seu dia a dia é que elas são muito práticas e po-

dem te ajudar a cuidar de diferentes questões da pele. Elas têm concentração mais alta que os séruns e, por isso, são muito potentes para tratar a oleosidade, ressecamento, acne e mesmo para reduzir rugas e linhas de expressão.

APARELHOS DE TRATAMENTO EM CASA

Talvez você já tenha visto alguma amiga ou influenciadora usando aparelhinhos elétricos para cuidar da pele. Eles têm cada vez mais populares entre as apaixonadas por beleza e cuidados com a pele. E existem várias opções que se adaptam a diferentes necessidades.

Esses aparelhos podem ser usados para limpar, esfoliar e clarear a pele. Além disso, algumas opções também ajudam a estimular a circulação sanguínea no rosto, o que pode ser benéfico para a sua pele.



e, até mesmo, recuperar a elasticidade que foi perdida ao longo dos anos.

APOSTE EM ROTINAS MINIMALISTAS

Com a correria do dia a dia, muitas vezes falta tempo - ou disposição - para seguir um ritual de beleza super completo. A boa notícia é que você pode cuidar da pele sem precisar gastar muito tempo. Isso porque as rotinas minimalistas, que levam apenas alguns minutos, são uma tendência que tem ganhado muita força.

O segredo é pular alguns passos da rotina de cuidados que não são essenciais diariamente e deixá-los apenas para aqueles dias que você quer investir em um ritual mais completo. Nos outros dias, você pode focar apenas no principal, como hidratação, limpeza e proteção solar.

Diversões &cia
Aluguel para festas
★ Mini Tobogã
★ Cama Elástica
★ Piscina de Bolinha
★ Pula Pula Crocodilo
99634.9809 VIVO
99117.3735 CLARO
99738.4407 VIVO
Pipoca
Algodão doce
Doces p/ festas

Ouroeste - 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

CRISTAL CAR LAVA JATO
LAVAGEM A SECO
TROCA DE ÓLEO
HIGIENIZAÇÃO DE AR
HIDRATAÇÃO DE COURO

Av. Bandeirantes - Nº2256 Jardim Sarinha - Ouroeste-SP

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

PROMOÇÃO
SORTE GRANDE
SIGOTTI
MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO
INTER PRIME
Nissan March
Renault Kwid
Hyundai HB20
E MAIS!
SERÃO 3 SORTEIOS 32 PRÊMIOS POR SORTEIO
A cada \$100 em compras você ganha 1 cupom e concorre
14.000, em vale-compras
15 TVs 40 Polegadas
15 IPHONES SE 32GB
15 NOTE BOOKS

■ PARABÉNS

Rotary Club comemora 27 anos de fundação

→ Da REDAÇÃO
contato@oextra.net

O Rotary Club de Ouroeste esteve em festa no último dia 8, na comemoração dos 27 anos de serviços prestados à comunidade. A noite festiva, que aconteceu na sede do Rotary Club, reuniu membros do Rotary, damas da Casa da Amizade, membros do Rotaract e Interact Club.

FUNDAÇÃO DO CLUBE

O Rotary Club de Ouroeste foi fundado em 8 de janeiro de 1992 apadrinhado pelo Sr. Luiz Villar. O Clube de Serviço, assim que foi fundado, teve como primeiro conselho di-



As comemorações marcaram os 27 anos de serviços prestados a comunidade de Ouroeste

retor, no ano de 1991/92 presidido por Odair Matioli de Jesus. Desde a sua fundação o clube vem crescendo a cada ano e toda a família rotária tem tido extrema dedicação nos projetos registrados em prol da comunidade ouroestense. Ao longo de sua trajetória, o Rotary Club de Ouroeste tem transformado vidas e investido em ações sociais.



A noite festiva reuniu membros do Rotary, damas da Casa da Amizade, membros do Rotaract e Interact Club



Homenagem ao companheiro sócio fundador Araripes Fernandes



Homenagem ao companheiro sócio fundador Oscar Presuto



Homenagem ao companheiro sócio fundador Claudécir Caberlim



Homenagem ao companheiro sócio fundador Nelson Pinhel

variedades.com
você satisfeito

Disk-Entregas
(17) 99742-5858

TUPPERWARE - SALGADINHOS
DOCES - BISCOITOS
ARTIGOS PARA FESTAS - BEBIDAS
ÁGUA MINERAL - GÁS
E UTILIDADES EM GERAL

SUPER GÁS LIGEIRINHO

<<DEUS É FIEL>>

DISK-GÁS & ÁGUA
(17) 99742-5858



DROGA Center
Medicamentos e Perfumaria
Produtos de Higiene Pessoal
Entregas e Aplicações em Domicílio

Fone: (17) 3843-1331

Realizamos
Aplicação de
Injetáveis e
Entregas em
Domicílio

Temos Convênio
com a Prefeitura
Municipal

Disk Entrega (17) 3843.1331

PLANTÃO 24 hs
9754.9146 (Michelle)

DROGA
Center
Av. dos Bandeirantes, 1519
Centro - Ouroeste

AQUI TEM
 FARMÁCIA
POPULAR

09/02
A PARTIR DAS 22H.

Lube Modas
Moda Feminina e Masculina
APRESENTA:

WAG NINHO
EX NEGÓCIOS JR

MC NEGÃO **GRUPO Meratitude SAMBA E PAGODE** **MC DaDa** **Dj mau mau**

Pagode 90

INGRESSOS INDIVIDUAIS
1º LOTE | R\$ 25,00
2º LOTE | R\$ 30,00
3º LOTE | R\$ 40,00

LOCAL
ÁREA DE LAZER
MIRA ESTRELA/SP

PONTOS DE VENDAS
LUBE MODAS
FREE STYLE
MAU MAU LANCHES
RADICAL (VOTUPORANGA/SP)

PATROCINADORES

MAU MAU ARENA Águas & Vida RT RenaiTur o extra FRETES e MUDANÇAS FASES STYLING HECO N.M. Cosméticos VISUAL MINTAS LANCES SÓ VENDAS

Carlos Augusto da Silveira Nunes

Advogado OAB/SP: 185136-A
OAB/GO: 24135

Tel.: 17 3843 1714
Cel.: 17 99737 0822 / 98171 0127
carlosnunesadvogado@hotmail.com

Rua Martins de Sá nº 1424 - Centro - Ouroeste - SP

Auto Mecânica

OUROCAR

Serviço de Suspensão - Freio - Escapamento
Troca de Óleo - Injeção Eletrônica

Direção: Francis (17) 99706-5516 / 99731-5516

sua saúde

Dicas para baixar o colesterol

Nove maneiras fáceis de ajudar a baixar o colesterol no momento.

Quer dar ao seu colesterol uma cotovelada extra na direção certa? Enquanto seus genes determinam o quanto o colesterol seu corpo produz naturalmente, a dieta também desempenha um papel. Estas dicas simples dieta irá ajudá-lo a diminuir o seu colesterol para uma melhor saúde do coração.

1. Baixo teor de gordura

Mesmo os alimentos que alegam ser "baixo teor de gordura" podem contribuir significativamente para a ingestão de gordura, se você comer mais do que uma porção. A frase rótulo "baixo teor de gordura" significa que o produto contém 3 gramas ou menos por porção. Não deixe de conferir o tamanho da dose no rótulo da informações nutricionais

e confira o excesso de gordura (e calorias) consumida, se você comer mais do que uma porção.

2. Obter Mais fibras

As pesquisas sugerem que o aumento da ingestão de fibra solúvel por 5 a 10 gramas por dia, pode resultar em uma redução de 5% no colesterol LDL. Comece o dia com uma xícara de farinha de aveia, coloque uma 1/2 xícara de feijão em sua salada no almoço, coma brócolis no jantar e lanche uma laranja ou uma pêra e você vai facilmente obter os nutrientes.

3. Coma ovos, com moderação

Os ovos não estão mais na lista negra do colesterol. O limite de colesterol diária recomendada é de 300 miligramas de colesterol e um ovo contém cerca de 213. Então, se você vai comer um ovo na

parte da manhã, simplesmente limitar a quantidade de colesterol que você come nesse dia a partir de outras fontes. Substitua alguns legumes pela carne no jantar.

4. Comece bem o dia

Escolha cereais quentes ou frios, tais como aveia e faro de aveia, que têm cerca de 2 gramas de fibra solúvel e 4 a 6 gramas de fibras totais por 1 xícara. Adicionar uma banana ou outra fruta para aumentar ainda mais a fibra. Isso ajudará a manter o colesterol LDL baixo.

5. Evitar as gordura saturada

O colesterol da dieta pode elevar os níveis de colesterol no sangue, mas a gordura saturada tem um efeito ainda pior. No entanto, os dois são freqüentemente encontrados nos mesmos alimentos, incluindo carne, mantei-

ga e leite gordo. Assim, ao limitar a ingestão de alimentos ricos em gordura saturada, você também vai ajudar a reduzir a ingestão de colesterol.

6. Conheça as suas fontes de gordura trans

Desde 2006, é exigido aos fabricantes de alimentos para listar a quantia certa de gordura trans no rótulo da informações nutricionais. Os fabricantes de alimentos não tem que relatar o conteúdo de gordura trans se é inferior a 0,5 gramas por porção. Portanto, verifique a lista de ingredientes para hidrogenada ou óleos vegetais parcialmente hidrogenados, mesmo que o rótulo de fatos de nutrição relata 0 gramas de gordura trans.

7. Coma mais peixes

Duas vezes por semana, substitua um peixe gordo, como salmão ou atum no lu-



9. Verificar a existência de óleos tropicais

Os produtos são agora "livre de gordura trans", mas em alguns casos, estas gorduras estão sendo substituídas por gorduras saturadas, como óleos de palma e de coco. Você pode ter ouvido que os óleos de palma e de coco não afetam negativamente os níveis de colesterol, mas a pesquisa não é conclusiva e óleo de palmite contém 80 por cento de gordura saturada. Em vez disso, procure por produtos que usam gorduras polinsaturadas e monoinsaturadas, que ajudam a reduzir o colesterol LDL.

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

Casa & Rancho

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

NOVA LUSITANA
FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO
• 3442-3667
AV. ANADEU BIZELLI, 1426 - CENTRO - CEP 15600-000 - FERNANDÓPOLIS - SP

TINTAS NOVA ONDA
• 3463-3486
• 99738-0810
RUA ESPÍRITO SANTO, 593 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS - SP

AÇO NA MEDIDA CERTA PARA SUA OBRA
✓ Redução de perdas de aço
✓ Racionalização do canteiro de obras
✓ Otimização da construção
✓ Perfeito gerenciamento na execução das estruturas

DEACO
AÇO PRONTO
(17) 3465-1500
www.deaco.com.br
Av. Líbero Grecco, 2561
Jd. São Fernando - Fernandópolis/SP

Toldos Canaã
(17) 3442-3385 / 99777-7634
e-mail: contato@toldoscanaa.com.br / site: www.toldoscanaa.com.br
Av. Líbero de Almeida Silvares, 3452 - Coester
Fernandópolis-SP

CLIMACEL
AR CONDICIONADO
Soluções em Climatizações de Ambientes
AV. LÍBERO DE ALMEIDA SILVARES, 2915 - COESTER - FONE (17) 3442-2011 - FERNANDÓPOLIS - SP

EVANDRO DIEGUES DE LIMA
Engenheiro Civil
CREA: 5069935304
(17) 99638-5009
evandrodiegues@gmail.com
Av. Líbero de Almeida Silvares, 2915 - Sala 3
CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

ACESSE: www.oextra.net
Informação com credibilidade

TUDO PARA O SEU CELULAR
GIGANTINHO capinhas e acessórios
Av. Libero de A. Silvares, 2223 - Fernandópolis

Só aqui você encontra a MAIOR VARIEDADE de CAPINHAS e ACESSÓRIOS Para seu CELULAR!!!

Só aqui você encontra a MAIOR VARIEDADE de CAPINHAS e ACESSÓRIOS Para seu CELULAR!!!

máquinas & karangos

AUTO ELÉTRICO CISFER
CONSERVOS DE PARTIDAS, ALTERNADORES
E INSTALAÇÃO EM GERAL
Action Fones: (17) 3442-5506 99784-3190 99784-3102
AV. LÍTERIO GRECO, N.º 2415 - FERNANDÓPOLIS-SP

FERRO VELHO BRASIL DESMONTADORA 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 Greco, n.º 1575 - Jd. Araguaia - CEP 15800-000 - Fernandópolis - SP

Disk Tudo

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

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

seu direito advogados

ADVOCACIA CASSADANTE
DR. JOSÉ CASSADANTE JUNIOR
OAB/SP 102475
DRA. MELINA M. R. BORIN
OAB/SP 348405
(17) 3442-6296 3462-6842
RUA PORTO ALEGRE, 518 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS-SP

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

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

Fábricio José Cussiol
OAB/SP 213.673
Cel. Claro: 99131 6016 - Cel. Vivo: 99647 9979
e-mail: fabriciocussiol7@hotmail.com
Estrela D'Oeste: Rua Brasil, 643 - Sala 1 - Centro - Fone: 17-3833 1789
Fernandópolis: Av. Exp. Brasileiros - Centro - Fone: 17-3463 2078

ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA
Dr. Antonio José Pancotti
Dra. Patrícia Broim Pancotti Maura
Dra. Márcia Broim Pancotti Vilas Boas
e-mail: advpancotti@terra.com.br
Rua Rio de Janeiro, 1837 - Centro - Fernandópolis-SP

Fone/Fax:

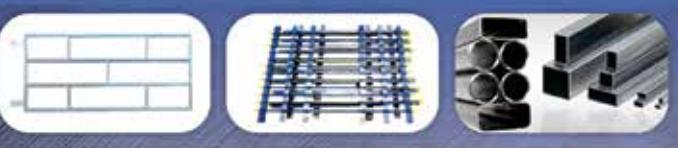
(17) 3442 6103

(17) 3463 1628

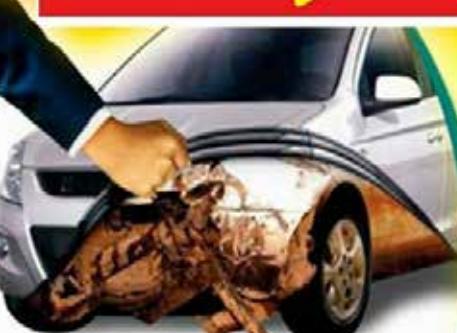
(17) 3462 2155

ACESSE:
www.oextra.net

Informação com credibilidade

B I M M
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

25 ANOS!
COLÉGIO COOPERE
Venha fazer parte da nossa família
Educação Infantil, Pré 1º ano Manhã/Tarde
Sistema Etapa do 6º ano a 3ª série do Ensino Médio
Melhores Resultados!
MATRÍCULAS 2018 ABERTAS

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

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

NOVIDADE!
Spetáculo
show dos espetos
VENHA SABOREAR A FAMOSA JANTINHA
COM A MAIOR VARIEDADES DE ESPETOS!
A PARTIR DAS 17H
DE SEG A DOM
(EXCETO TERÇA)

DIREÇÃO: DALTON E WILLIAN

PRATO FEITO C/ SALADA À VONTADE
SELF SERVICER\$9,90
R\$14,90

PIZZARIA
SEGUNDA A DOMINGO

AVENIDA DOS BANDEIRANTES, 1579 - OUROESTE

Jogo dos 7 Erros



O PAPA-CAPIM ESTÁ MUITO CONTENTE! ELE VAI SAIR PARA "CACAR" AS SETE DIFERENÇAS ENTRE AS CENAS. VAMOS AJUDA-LO?



6- FIO DE CABELO DO PAPA-CAPIM, 7- TANGA DO PAPA-CAPIM.
RESP: 1- PONTA DA FLECHA, 2- CABELO DA FLECHA, 3- SAIA DA JUREMA, 4- ESCUDEIRA, 5- CABELO DA JUREMA, 6- PONTEIRA, 7- BOCAS DO VASO.

Sudoku

2					4	9
7	9	8			5	
		4				
	1	2	8	7		
5	1	7	8			
		4				
2		1		9	3	
9	8				5	

Ligue os Pontos



Resumo de Novelas

ESPELHO DA VIDA

Sábado, 18h00

Edméia/ Grace afirma a Ana que Cris é capaz de viajar no tempo através de um portal no casarão de Julia Castelo. Eugênio anuncia a Piedade que trará um menino para ser criado por ela. Edméia/ Grace conduz Ana ao casarão de Julia, e a Guardiã as observa com emoção. Maristela implora a ajuda de Hildérgard para encontrar Danilo, mas a artista nega. Edméia/ Grace conforta Ana. Alain se revolta contra o suposto autor da nota difamatória sobre Cris, sem saber que se trata de Isabel. Gentil é rispida com Américo. Eugênio apresenta Henrique a Piedade.

O TEMPO NÃO PARA

Sábado, 19h15

Waleska (Carol Castro) finge que está com contração e diz que vai perder o bebê. Igor (Léo Bahia) entra no quarto desesperado e ela lhe dá um golpe. Waleska também vence a luta contra Florêncio (Ricardo Duque) e o outro cangaço. Ela chega na pensão de Coronela (Solange Couto). A mãe e Mateus (Raphael Vianna) ficam surpresos e felizes, mas o oficial da Marinha se dá mal quando Waleska descobre que ele roubou uma amostra do vírus em troca da liberdade dela. Carmen (Christiane Torloni) faz amizade com Agustina (Rosi Campos) e fica em paz com dom Sabino (Edson Celulari). Com a mansão interditada para limpeza, Carmen acolhe Agustina e as gêmeas em seu apartamento.

O SÉTIMO GUARDIÃO

Sábado, 21h00

Fabim pede para falar com Marilda, e Lucilene, Júnior e Geandro desconfiam. Robério teme ser demitido por Gabriel. Eurico se confessa para padre Ramiro. Júnior convence Luz a acompanhá-la a Greenville. Fabim revela a Marilda o paradeiro de Eurico. Padre Ramiro afirma a Marilda que Eurico está se confessando, e Feliciano registra. Os guardiões temem que Eurico revele a padre Ramiro os segredos da Irmandade. Feliciano exige que Valentina lide com Eurico para que ele não espalhe o segredo da fonte. Olavo pressiona Valentina a resolver o problema com Eurico e ameaça acabar com a sociedade. Louise aconselha Laura a descobrir o motivo de Gabriel ter deixado Luz.

MALHAÇÃO

Segunda-feira, 17h30

Solange ouve quando Gabriela fala de suas mensagens para Rafael. Flora decide adotar um estilo diferente, e Bárbara aprova. Alex acredita no suposto namoro de Márcio e Maria Alice. Alex beija Pérola para provocar Maria Alice. Tito e Garoto encontram a caixa de Heitor com Rafael. Solange anuncia que reduzirá o programa de bolsas, e pede que Marcelo e Gabriela decidam quem deixará o Sapiência.

AS AVENTURAS DE POLIANA

Segunda-feira, 20h30

Lorena, Mário, Gael e Benício decidem o que irão dar de presente para Sr. Pendleton. Jefferson vai a seu primeiro dia de aula na escola Ruth Goulart e Guilherme tenta ajudá-lo na adaptação. Filipa pega o pendrive de Kessya com o intuito de apagar o vídeo no qual Débora a maltrata. Jefferson é apresentado a todos os alunos. Marcelo começa a exibir os vídeos dos trabalhos feitos por seus alunos. O trabalho de Yasmin e Luigi é bastante aplaudido. Waldisney, encapuzado, entra na casa de Luísa em busca de seu cofre. Mirela fica furiosa quando vê que o beijo com Luca foi cortado do vídeo e o menino diz que foi ele quem pediu que isso fosse feito. Quando o vídeo de Poliana e Kessya é exibido, um plano maldoso de Filipa vem à tona.

A TERRA PROMETIDA

Segunda-feira, 20h50

Raabe atira o saco de ouro na cara de Melquias e diz que jamais voltará a se vender. Tobias surpreende a todos e pede perdão a Zaqueu e Chaia. Ula flagra Kamir beijando Ravena. Ela pede para a feiticeira se retirar e esbraveja com o marido. O prefeito de Ai ameaça a esposa e Ula é obrigada a ficar quieta. Milah tenta dar forças para Raabe. Záira manda Oriais ficar de olho nos Lagartos Gostamentos. Quemuel parabeniza a atitude do filho. Zaqueu e Chaia acreditam nas palavras de Tobias. Livana faz questão de cuidar de Rune. Eleazar oficializa a união entre Chaia e Zaqueu. Tobias conversa com Samara e revela seu plano. O Monstro Hebreu avisa que sabotará as armas de Zaqueu. Setur fica satisfeito com o trabalho de Zuma e Tobias.

Humor

PREÇOS DAS DIÁRIAS

Um homem chega na cidadezinha do interior e, ao procurar o hotel, estranha os preços das diárias: havia diária de cem reais, uma de cinqüenta reais e outra de dez reais.

O capiau atende e explica:

— Na de cem reais tem TV, vídeo e sauna. Na de cinqüenta reais, não tem sauna. Na de dez reais tem que fazê a cama!

O viajante não tem dúvida:

— Fico nessa! Fazer a cama pra mim não é problema!

— Certo... Então pode pegá a madêra, os prego e o martelo ali no fundo!

EM CASO DE ACIDENTE

Depois de um dia inteiro de caminhada, o caçador e seu guia chegam finalmente ao pico da montanha.

À noite, em torno da fogueira, os dois conversam:

— Sabe, Ramirez, você é um grande guia e me inspira total confian-

ça, mas fico pensando uma coisa: se por acaso eu sofresse algum acidente ou ficasse doente, como você faria para me levar de volta para a cidade; eu, com os meus 90 quilos?

— Nenhum problema, patrão. No ano passado, desci sozinho essa montanha levando nas costas um javali de quase 200 quilos.

— Duzentos quilos? Sozinho? Como você fez isso?

— Foi em umas dez viagens!

CAIPIRA NO OCULISTA

O caipira chegou no oculista para uma consulta com sua mulher:

— Doutor, o sinhô é zoísta?

— Não, senhor. Eu não sou zoísta, sou oculista!

— O que qui o sinhô é?

— Oculista!

E o caipira, afobado, puxando a mulher:

— Vamu embora, muié, que o seu pobrema é nos zóios!

CONFESSÃO DA TRAIÇÃO

A velhinha pergunta para o marido moribundo:

— Meu bem, depois de quarenta anos de casado, me satisfaça uma curiosidade, você já me traiu alguma vez?

— Sim, querida! Uma única vez!

Lembra-se quando eu trabalhava na Nestlé e tinha uma secretária chamada Margarida?

— Sim, me lembro!

— Pois é, aquele corpo já foi todo meu!

E após alguns segundos, ele pergunta:

— E você velha, já me traiu?

— Sim, meu bem! Uma única vez!

Lembra-se quando a gente morava na Vila Andrade, em frente ao Corpo de Bombeiros?

— Sim, me lembro!

— Pois é, aquele Corpo já foi todo meu!



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



Cíntia Sanches

Designer de Sobrancelhas | Micropigmentadora
Extensionistas de Cílios | Depilação Marroquina
Depilação Egípcia | Camuflagem de Estrías

17 99649.3399



ACESSE:
www.oextra.net



Informação com credibilidade

celebridades

Nego do Borel usa saia após polêmica sobre transfobia

Em meio a polêmica, após ser acusado de transfobia, Nego do Borel fez um post nesta sexta-feira em um grupo de fãs no Facebook usando apenas uma saia jeans.

“Dia de virar uma de vóces. Ai que delícia”, brincou o cantor na legenda, explicando que está encarnando a Nega da Boreli, personagem que ele tem há dez anos e que interpretou no clipe “Me solta”, quando deu um beijão na boca de um bonitão.

O post foi feito do perfil do próprio Nego, com o nome de batismo dele, Leno Maycon. Na legenda, ele ainda pediu aos seguidores do grupo que não falassem besteiras nos comentários da foto.

“Pelo amor de Deus, hein. Esse personagem eu tenho há dez anos, então, antes de ficar falando besteira nos comentários, pesquisa”, pediu o funkeiro.

Nego se envolveu numa grande polêmica com a transexual Luisa Marilac, famosa na internet pelo vídeo “Bons drinques”, do bordão “Se isso é está na pior...”. A confusão começou há duas semanas, depois que Marilac fez um elogio numa foto de Nego no Instagram. O cantor respondeu o comentário chamado-



Ele se envolveu em uma grande polêmica com a transexual Luisa Marilac

-a de “homem”. Luisa, então, acusou o funkeiro de transfobia (ataques a travestis, transexuais e transgêneros).

A repercussão do caso foi tão grande que Nego foi vaiado num show de Anitta

e também teve que cancelar a gravação do DVD dele, que estava marcado para a próxima terça-feira, depois que Ludmilla e Luisa Sonsa desistiram de participar da gravação por causa do ocorrido.

Alok surge de bota ortopédica e muletas após acidente: “nem tudo como planejado”

Alok tem encarado numa boa o acidente que sofreu durante a lua de mel com a mulher, Romana Novais. Nesta sexta-feira, 25, o DJ compartilhou em sua conta de Instagram foto na qual aparece com o pé imobilizado com uma bota ortopédica e se locomovendo com o auxílio de muletas. O músico sofreu um acidente enquanto praticava wakeboard nas Ilhas Maldivas e precisou engessar o membro inferior. “Nem tudo saiu como planejado na lua de mel! Mas tudo bem! Tenho muito mais motivos para sorrir do que para reclamar”, escreveu Alok com bom humor em imagem na qual aparece ao lado da médica. Os fãs do DJ aproveitaram para desejar uma rápida recuperação ao artista. “Melhoras pra você, querido”, disse um. Uma outra seguidora elogiou a beleza de Alok. “Gente esse o homem consegui ser gato até de coletas. Meu Deus..”, disparou.



O DJ sofreu um acidente enquanto praticava wakeboard nas Ilhas Maldivas

horóscopo



ÁRIES

Apesar da ansiedade, que vem tomando proporções importantes para a tomada de decisões, o seu regente, Marte, faz ângulo positivo com Júpiter, agregando crescimento e soluções com cursos, documentos e acesso a informações.



GÊMEOS

É um dia excelente para realizar atividades que lhe proporcionem prazer e bem-estar. Um bom papo com a pessoa amada pode gerar ideias positivas para o relacionamento. Há experiências favoráveis também para os filhos. Você está disposto a ser feliz.



LEÃO

É um dia excelente para expressar suas ideias, principalmente com o cônjuge ou com uma pessoa importante, que colabora com as suas decisões. A fase está excelente para fazer deslocamentos e viagens curtas, bater um bom papo e colocar as ideias em movimento.



LIBRA

É um dia em que está em destaque e se sentindo animado para colocar em movimento suas ideias. O céu favorece o lazer, a comunicação com filhos e a pessoa amada. Há resoluções para concluir documentos, viagens e entretenimento com pessoas queridas.



SAGITÁRIO

É um dia ótimo para lidar com projetos e atividades com os amigos. O dia segue animado, com boas ideias e movimentos que favoreçam a troca de informação, viagens e estudos. Você está numa fase de crescimento e oportunidades.



AQUÁRIO

É um dia ótimo para os estudos e para a divulgação de informações que o deixam em destaque. O momento está favorável para viagens e novos movimentos que facilitam o acesso de informações. Existe a necessidade de colocar as ideias em prática.



TOURO

É um dia ótimo para pontuar suas ideias no trabalho e criar uma atmosfera mais agregadora. O céu favorece as suas metas profissionais e o auxilia a concluir planos importantes para o seu desenvolvimento. Os próximos dias serão favoráveis para criar novos movimentos.



CÂNCER

É um dia para encarar com realidade e despreendimento as experiências familiares. Você está aberto a trocar ideias e movimentar assuntos domésticos ou mesmo o próprio imóvel. É um dia favorável para traçar planos mais elaborados e fechar acordos.



VIRGEM

Esteja em alerta para excelentes oportunidades profissionais ou para algum tipo de ideia que coloca a sua rotina em movimento. É favorável também examinar a sua rotina e perceber o quanto vem crescendo nos últimos meses.



ESCORPIÃO

É um dia para refletir sobre os sentimentos e também expressá-los com pessoas que lhe inspiram confiança. Apesar da reserva, você se sente feliz com os movimentos que vem se propondo em família ou para resoluções relacionadas a imóvel.



CAPRICÓRNIO

Há aberturas profissionais que são edificadas por meio de boas parcerias e contatos de trabalho. Esteja aberto a possíveis negociações ou convites que trazem movimentos financeiros. A fase exige de você comprometimento.



PEIXES

O céu colabora com negociações ou acordos que tocam investimentos ou recursos guardados. É importante elaborar emocionalmente para fazer boas escolhas. Pode haver a necessidade de reservar informações importantes.

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

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

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

Casarão
• ESPETO BAR •
• RESTAURANTE •

Sinta-se em casa!

ALMOÇO: Self-Service | Prato Feito | Marmitex
JANTAR: Porções | Espetos | Acompanhamentos

DISQUE ENTREGA (17) 99739.7929 • 99621.0049

Rua Antonio Raposo nº 1515 - Centro - Ouroeste - SP

capas da semana

O que foi destaque nas edições diárias desta semana



Ministro anuncia concessão de 3 ferrovias até 2020

Próximo trecho a ser concedido, em março, deverá ligar Porto Nacional, no Tocantins, a Estrela d'Oeste, em São Paulo.

Euriso reúne cerca de 20 mil pessoas em mais de 60 atrações do evento

Artistas nacionais e internacionais movimentaram a cidade de 15 a 20 de janeiro.

São Paulo deve implementar Novo Ensino Médio em todas escolas SESI até 2020

Nas escolas da rede de Educação da Secretaria Social, o ensino médio (2019) deve ser implementado em 2020. Nesse ano, o novo modelo de ensino deve ser implantado em todas as unidades da rede.

Mais de 40 animais morrem após carro tombar em rodovia

Comerciante perde a vida ao bater carro em árvore

Atividade Delegada com bombeiros começa em fevereiro no município

Prefeito André Pesssoa e deputado estadual Itamar Borges estiveram na sede do Corpo de Bombeiros nesta terça-feira.

Giulia Borsig volta à TV a nova temporada de 'Malhação'

Colunista da 'Malhação' comenta sobre a volta da atriz Giulia Borsig para a novela das noites da Globo.

Inscrições para o 'Festival dos Trabalhadores' começam dia 4

Os trabalhadores que desejam participar da 10ª edição do festival devem se inscrever no site da Federação dos Trabalhadores.

Artistas já podem se inscrever no Mapa Cultural Paulista 2019

O site do Instituto Butantan informa que os interessados devem se inscrever no site da Federação dos Trabalhadores.

Alerta: golpistas estão se passando por agentes de saúde

Simaria explica criação de novos looks com temas de "estampas que não se acham".

Kits de materiais começam a chegar às escolas

Após perseguição, motorista é preso com porta-malas do carro lotado de maconha

Etec terá mais uma turma do Ensino Médio em 2019

Levando em conta as dez maiores cidades da região noroeste de São Paulo, Fernandópolis conseguiu uma das melhores recuperações no saldo de vagas.

Município fecha 2018 com saldo positivo na geração de empregos

Servidores municipais terão reajuste de 5,5% no salário

Nova instalação do CRAS 'Vida Nova' é inaugurada

Sexta-feira, 22 de Janeiro de 2019
Edição 3.457

Quarta-feira, 23 de Janeiro de 2019
Edição 3.458

Quinta-feira, 24 de Janeiro de 2019
Edição 3.459

Sexta-feira, 25 de Janeiro de 2019
Edição 3.460

Terça-feira, 22 de Janeiro de 2019

Edição 3.457

Quarta-feira, 23 de Janeiro de 2019

Edição 3.458

Quinta-feira, 24 de Janeiro de 2019

Edição 3.459

Sexta-feira, 25 de Janeiro de 2019

Edição 3.460

Faça sua assinatura: 3442-2445

www.oextra.net

300 QUARTEIRÕES BENEFICIADOS

PROGRAMA MAIS ASFALTO FERNANDÓPOLIS

PREFEITURA DE FERNANDÓPOLIS

#juntos somosmais

O MAIOR PROGRAMA DE RECAPEAMENTO DE NOSSA HISTÓRIA

A Prefeitura de Fernandópolis iniciou o maior programa de Recapeamento asfáltico de sua história. Serão recuperados cerca de 300 quarteirões em apenas uma fase, com mais de 30 bairros. Este é o Programa "Mais Asfalto Fernandópolis".

Esse Projeto foi feito exclusivamente para você, que acredita em um futuro melhor.

[f /PREFEITURADEFERNANDOPOLIS](https://www.facebook.com/prefeituradefernandopolis)
www.fernandopolis.sp.gov.br



PREFEITURA
DE FERNANDÓPOLIS

98822-5374
99639-8247

Delícia esfihas
DELIVERY De Esfihas Árabes

Manutenções e Segurança
ASB
Tel. (17) 99602.7489
98202.4897

Elétrica Residencial e Comercial
Hidráulica • Cerca Elétrica • CFTV
Alarme • Interfone • Portão

Alexandre
alexandre.asbmanutencao@gmail.com

Tel. (17) 99602.7489 • 98202.4897

Ouroeste - SP