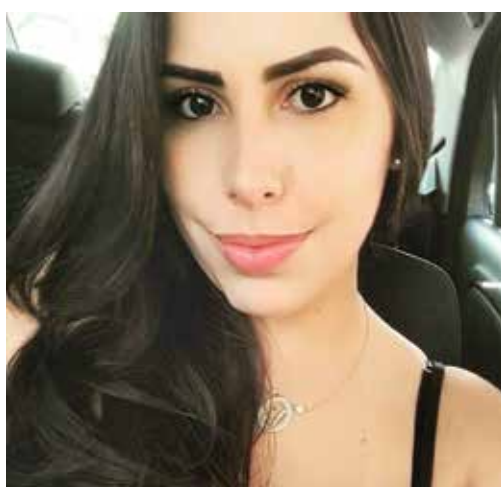




Leticia Viana é muito felizada pela data que completa mais um ano de vida.



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



Bruno Sanchez recebe muitas homenagens de toda galera.



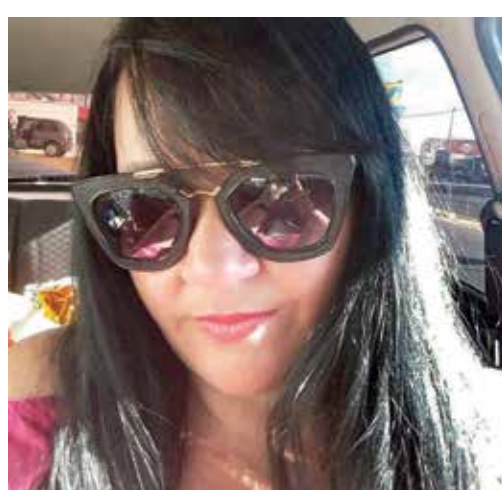
Os pais e irmão da jovem ouroestense **Rafaela dos Santos Batista** a parabenizam pela aprovação na Universidade Estadual de Londrina, uma conquista que enche todos de orgulho!



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**.



O estudante de **Direito, Gabriel Amaral**, se prepara para apagar as velinhas nesta segunda-feira.

Paulo Antonino Alves comemora a data ao lado de amigos e familiares.



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 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

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

Vila Eve
Alimentação Saudável

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

OPERAÇÃO FÁRIA SEMINOVOS

só essa semana:

IPVA 2019 e TRANSFERÊNCIA GRÁTIS!

Venha conferir.

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

Ofertas válidas enquanto durarem os estoques e com prazo semanal, vigente até os domingos de cada mês. Confira na gerência, preços e condições de pagamento. Crédito sujeito a análise.

Faria

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

Pensamento crítico

As marcas do rosto são lembranças

• Por CARLOS EDUARDO MAIA DE OLIVEIRA
Professor EBIT no Instituto Federal de São Paulo, Câmpus Votuporanga. Biólogo, Cirurgião-Dentista, Mestre em Microbiologia e Doutor em Geologia 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

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 ANTIPOLUIÇÃO 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 antipoluição 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 sérums 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 de todo o mundo.

A principal vantagem de adicionar as ampolas ao seu dia a dia é que elas são muito práticas e podem te ajudar a cuidar de diferentes questões da pele. Elas têm concentração mais alta que os sérums 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 popularidade entre as apaixonadas por beleza e cuidados com a pele. 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.

Limpoeeste
Limpeza e Produtos para Higiene

Piso - Lavanderia - Cozinha - 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

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 pi 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

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

Av. Bandeirantes - Nº2256 Jardim Sarinha - Ouroeste-SP

G.S.M.
AR CONDICIONADO

• VENDA
• INSTALAÇÕES
• MANUTENÇÃO

Direção: **Gustavo**

gustavoooru1@hotmail.com

(17)3843-1323 / (17)99757-9248

Rua: Antônio Correia de Amorim, 2150 - Sarinha II - Ouroeste/SP

Thonny's Tattoo

PARCELE SUA TATTOO NO CARTÃO DE CRÉDITO

SUA TATTOO SEU ESTILO.

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

PROMOÇÃO

SORTE GRANDE

S. GOTTI
MATERIAIS PI CONSTRUÇÃO

1 Nissan March
1 Hyundai HB20
1 Renault Kwid

3 SORTEIOS 32 PRÊMIOS POR SORTEIO

A cada \$100 em compras você ganha 1 cupom e concorre

14.000, em vale-compra
15 TVs 40 Polegadas
15 IPHONES SE 32GB
15 NOTE BOOKS

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. A data foi celebrada com uma reunião festiva de homenagens a alguns companheiros rotarianos.

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-

retor, no ano de 1991/92 presidido por Odair Maticolli 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.



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



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 Claudecir 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

Rua Brás Cubas, 1197 - Centro
Ouroeste - SP
(Atrás da Escola Sansara)

DROGA Center
Medicamentos e Perfumaria
Produtos de Higiene Pessoal
Entregas e Aplicações em Domicílio
Fone: ☎ (17) 3843-1331

AQUI TEM

FARMÁCIA POPULAR

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

09/02
A PARTIR DAS 22H.

WAG NIN HO
EX-ALEXATILDE JR.

Lube Modas
Moda Feminina e Masculina
APRESENTA:

MC DaDa
DJ mau mau

GRUPO MerAtitude
SAMBA E PAGODE

MC NEGÃO

pagode 90

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

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

• LOCAL •
ÁREA DE LAZER
MIRA ESTRELA/SP

• PATROCINADORES •

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 de dieta irão 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 ½ 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 comece 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 farelo 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 gorduras saturadas

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 frequentemente 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 relate 0 gramas de gordura trans.

7. Coma mais peixes

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



gar da carne que tem alto teor de gordura. Estes peixes são ricos em ômega-3, um tipo de gordura poliinsaturada, que podem ajudar a diminuir o nível de colesterol no sangue quando substituído por gorduras saturadas e trans em sua dieta.

8. Encontre as gorduras boas

Para identificar alimentos pobres em colesterol e gorduras saturadas e trans, siga esta regra: escolher gorduras e óleos (óleos, por exemplo, canola e oliva) com 2 gramas ou menos de gordura saturada por colher de sopa.

9. Verificar a existência de óleos tropicais

Os produtos são agora “livres 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 palma contém 80 por cento de gordura saturada. Em vez disso, procure por produtos que usam gorduras poliinsaturadas 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: alsifisio@hotmail.com

INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOLMULSIFICAÇÃO), 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

Casa & Rancho

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
ELETRÔNICA GLOBO

NL NOVA LUSITANA
FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO
☎ (17) 3442-3667
Av. AMADEU BIZELLI, 1426 - CENTRO - CEP 15600-000 - FERNANDÓPOLIS - SP

TINTAS NOVA ONDA
☎ (17) 3463-3486
☎ (17) 99738-0810
RUA ESPÍRITO SANTO, 593 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS - SP

DEAÇO
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
ACESSÓRIOS AÇO PRONTO
(17) 3465-1500
www.deaco.com.br
Av. Lúcio Greco, 2561
Jd. São Fernando - Fernandópolis/SP

4X SEM JUROS NO CARTÃO

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

CLIMACEL
AR CONDICIONADO
Soluções em Climatizações de Ambientes
MARCAS AUTORIZADAS CREDENCIADAS:
• Elgin • Fontainne • Gree • Komeco • LG • Springer/Midea
• Carrier • Tivah • Agratto • Vogga • Demi • York

EVANDRO DIEGUES DE LIMA
Engenheiro Civil
CREA: 5069935304
☎ (17) 99638-5009
✉ evandrodiegues@gmail.com
Av. Libero de Almeida Silveiras, 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. Silveiras, 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
CONSERVATORES DE PARTIDAS, ALTERNADORES E INSTALAÇÃO EM GERAL
FONES: (17) 3442-5506 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° 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
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

seu direito advogados

ADVOCACIA CASSADANTE
DR. JOSÉ CASSADANTE JUNIOR
OAB/SP 102475
DRA. MELINA M. R. BORIN
OAB/SP 348405
(17) 3442-6296 3462-6642
RUA PORTO ALEGRE, 518 - JARDIM SANTA RITA - FERNANDÓPOLIS-SP

Maurílio Saves
ADVOGADO - OAB/SP 73.691
Patricia Eunice dos Santos
ADVOGADA - AOB/SP 324.971
Fone: 17-3442 3403 - 99784 1208
Av. Manoel Marques Rosa, 1075 - Centro - 4 andar - sala 43
email: mauriliosaves@yahoo.com.br

ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA
Dr. Antonio José Pancotti
Dra. Patrícia Broim Pancotti Mauri
Dra. Márcia Broim Pancotti Vilas Boas
Fone/Fax: (17) 3442 6103 (17) 3463 1628 (17) 3462 2155
e-mail: advpncotti@terra.com.br
Rua Rio de Janeiro, 1837 - Centro - 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

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

Dr. Ronaldo Malacarne de Oliveira
OAB/SP 79141
Dra. Elith Darc de Oliveira
OAB/SP 79134
Dra. Lais Malacarne de Oliveira
OAB/SP 326251
ronoladv@terra.com.br - advtrabalhistas_malacarne@hotmail.com
laismalacarne@hotmail.com
Fone: (17) 3442-4760 / 3442-5131
Rua Sergipe, 1323 - Coester - Fernandópolis - SP

ACESSE: www.oextra.net
Informação com credibilidade

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

COLÉGIO COOPERE 25 ANOS!
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
Jeferson
17 99628-6060 17 99168-5170 17 3442-7088
Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

Espetáculo
show dos espetos
NOVIDADE!

DIREÇÃO: DALTON E WILLIAN
PRATO FEITO C/ SALADA À VONTADE SELF SERVICE
R\$9,90 R\$14,90
PIZZARIA SEGUNDA A DOMINGO
AVENIDA DOS BANDEIRANTES, 1579 - OUROESTE

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

Jogo dos 7 Erros



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



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

Sudoku

2						4	9
7	9		8			5	
			4				
			1		2	8	7
	5	1	7		8		
					4		
	2				1		9
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 Hildgard 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.



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.



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 capanga. 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.



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.



O SÉTIMO GUARDIÃO
Sábado, 21h00

Fabim pede para falar com Marilda, e Lucilene, Júnior e Geandro desconfiaram. 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 guardiães 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.



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 dá forças para Raabe. Zaira 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 cinquenta reais e outra de dez reais.

O capiau atende e explica:

— Na de cem reais tem TV, vídeo e sauna. Na de cinquenta 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 madreira, 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 esta 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:

— Douto, 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 zoíos!

CONFISSÃO 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 Estrias
17 99649.3399

oextra
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 vocês. Ai que delícia”, brincou o cantor na legenda, explicando que está encarnando a Negra 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, pesquise”, 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 transfor-bia (ataques a travestis, transsexuais 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 Sonza desistirem 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..”, disse.



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 as 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 desprendimento 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 ter elaboração emocional 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**
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

**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

**Casarão**
• ESPETO BAR •
E 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

