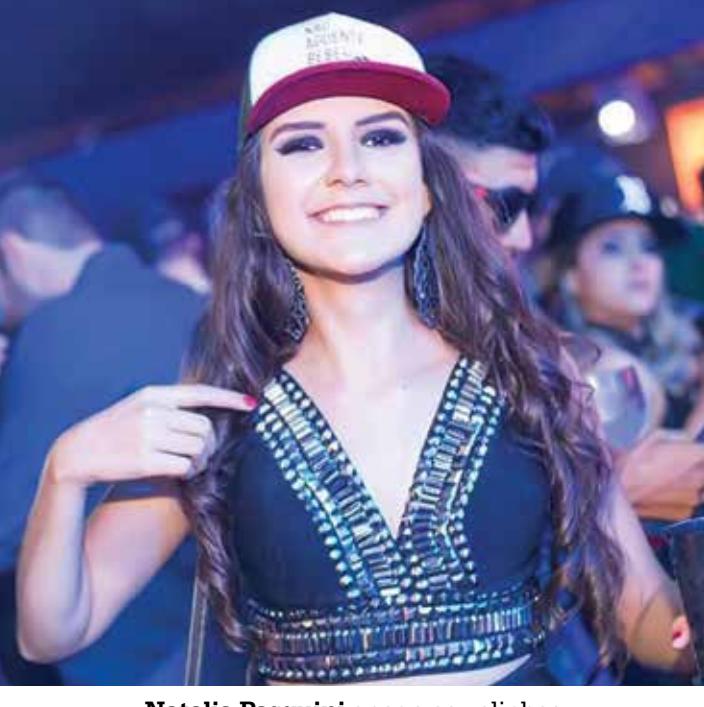


social



Natalia Pasquini apaga as velinhas ao lado dos amigos e familiares



Em grande estilo, o casal Daniela e Rodrigo Franco recepcionaram amigos e familiares para comemorar o primeiro aniversário da filha Mariana. Parabéns!

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



Afonso Vilarinho comemora a passagem de mais um aniversário ao lado da querida irmã Olivia.



Fernando Bruniera também está em clima de festa. Felicidades!!!



Hoje o dia é de muitas comemorações para ele, Neto Vieira!!!



As comemorações deste sábado ficam por conta de Jose Ailton Braga.



A formanda Jessica Gielize Fernandes da Silva recebeu certificado por obter a maior média de notas no curso de Biomedicina.



Luiz Augusto Watanabe patrocina a festança desta segunda-feira.



Tiago Riguetto também está em clima de festa.

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

Vila Eve
Alimentação Saudável

- ANO NOVO VOLKSWAGEN NOVO
E COMECE 2019
DE VOLKSWAGEN ZERO

Virtus Comfortline TSI
Completo | Modelo 2019

• Automático • Computador de Bordo • Roda de Liga Leve
• 04 air bags • 05 estrelas em segurança • Controle de tração (ASR)
• Controle eletrônico de estabilidade (ESC)
• Bloqueio eletrônico do diferencial (EDS) • Sistema de som "Composition Touch" com App-Connect e Volante Multifuncional

por R\$ **72.580,00** Taxa 0%
60% de entrada e saldo em 24 vezes

Fox Connect 1.6
Completo | Modelo 2019

• Volante Multifuncional + Som • Chave Canivete
• Computador de Bordo • Roda de Liga leve 15"
• Sensores traseiro de estacionamento

a partir de R\$ **49.990,00** Taxa 0%
50% de entrada saldo em 24x



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



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

Faria

receita

Guacamole

INGREDIENTES:

- 1 abacate brasileiro médio (ou 4 abacates)
- 1 tomate grande sem sementes
- 1 cebola pequena
- 2 dentes de alho bem socados
- 1 maço de coentro
- 1 pimenta malagueta sem sementes
- Suco de 1 limão grande
- Azeite extra virgem
- Sal



MODO DE PREPARO:

- Amasse o abacate com um garfo, acrescente o alho socado, o suco de limão, sal e azeite a gosto e misture como um purê.
- Pique a cebola, o tomate e o coentro. Pique bem a pimenta.
- Acrescente os ingredientes picados ao "purê" de abacate.
- Sirva com chips, crackers, tacos, no burrito ou mesmo junto com arroz e feijão.

Posso hidratar o cabelo todos os dias? Saiba a frequência ideal

A hidratação capilar é um cuidado muito importante para deixar os cabelos macios e super saudáveis, mas será que existe um limite para esse tratamento? Quando os fios estão mais danificados, muitas mulheres aumentam a frequência das hidratações e, às vezes, surge o questionamento: posso hidratar o cabelo todo dia?

Se você também tem essa dúvida e quer descobrir qual é a frequência ideal para hidratar as madeixas, a gente pode te ajudar. Vem conferir e aprender tudo!

AFINAL, POSSO HIDRATAR OS CABELOS TODO DIA?

A hidratação serve para repor a água perdida pelos fios no dia a dia e acabar com aquele aspecto ressecado no comprimento e nas pontas. Então, não faz mal hidratar todo dia, né? Não exatamente. Embora os cabelos mais danificados possam ser hidratados com mais frequência, o ideal é não fazer isso todos os dias.

Exagerar nesse cuidado pode fazer o seu cabelo ficar pesado e sem movimento - causando o efeito oposto ao objetivo da hidratação - chamado de efeito rebote. O melhor é aliar esse tipo de tratamento a outras opções, como a nutrição e a reconstrução, respeitando o intervalo entre cada um deles para evitar danos aos fios.

QUAL A FREQUÊNCIA IDEAL PARA AS HIDRATAÇÕES?

Isso depende do seu tipo de cabelo e, é claro, do quanto danificados os fios estão. Na maioria dos casos, o indicado é que seja respeitado o intervalo mínimo de uma semana entre uma hidratação e a próxima. Se o seu cabelo estiver saudável e for normal ou oleoso, o intervalo pode ser ainda maior.

Mas é claro que essa frequência pode variar. Algumas situações podem intensificar os danos nos fios e fazer com que hidrata-

ções mais frequentes sejam necessárias para deixar o cabelo saudável. Isso é muito comum no verão, quando o sol, o cloro e o sal deixam as madeixas mais ressecadas. As químicas capilares também podem pedir que você hidrate o cabelo com mais frequência,



mas isso não deve ser feito mais que uma vez na semana.

DICAS PARA ACERTAR NA HIDRATAÇÃO CAPILAR

Para acertar na hora de hidratar as madeixas, é importante observar as necessidades do seu fio. Se você tem dúvidas de como fazer isso do jeito certo, confira algumas dicas:

- Se você quer deixar os fios macios e soltinhos, não faça hidratação mais de uma vez na semana;

- Na hora de escolher os melhores produtos para você, procure sempre uma máscara de hidratação indicada para o seu tipo de cabelo, assim como você faz com o shampoo;

- A hidratação repõe a água perdida pelos fios, mas para deixar seu cabelo saudável, também é importante investir em outros cuidados, como reconstrução e nutrição.

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
Oeste - SP
(Atrás da Escola Sansara)

PROGA Center

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

Fone: (17) 3843-1331

1519

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)

PROGA Center
Av. dos Bandeirantes, 1519
Centro - Oeste

AQUI TEM
**FARMÁCIA
POPULAR**

09/02
A PARTIR DAS 22H.

Lube Modas
Moda Feminina e Masculina
APRESENTA:

WAG NINHO

MC DaDa **Dj mau mau**

NEGÃO **Meratitude** Samba e Pagode

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 oextra

FRETES E MUDANÇAS FREE STYLE HECRO

Visual M&M Cosmeticos

INFORMAÇÕES: 0800 777 11 11

variedades.com
você satisfeito

Disk-Entregas - (17) 99742-5858

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

Aproveite
AS
PROMOÇÕES



■ PARCERIA

Projeto Atleta do Futuro tem aulas iniciadas

→ Da REDAÇÃO

contato@oextra.net

A parceria de Ouroeste com o SESI, de São José do Rio Preto, com o Programa Atleta do Futuro, do SESI (Serviço Social da Indústria), teve seu início em dezembro com aulas de natação para crianças e adolescentes assistidos pelo CRAS.

A meta é atingir cerca de 200 crianças e jovens com idades entre 06 e 17 anos. O programa também tem o objetivo de formar turmas com a modalidade de futsal e vôlei. As aulas estão acontecendo em uma das piscinas do CCO, porém, conforme o diretor de Esporte Lazer e Turismo de Ouroeste e coordenador do projeto, Edinaldo Florian, é pre-visto que em meados de março até mês de abril, as aulas sejam transferidas para a piscina do CCI, local coberto e com piscina aquecida, pois a mesma passará por adequações e troca do aquecedor da piscina.

Os materiais utilizados nas aulas de natação foram custeados com recursos do Fundo Municipal dos

Direitos da Criança e do Adolescente (FMDCA) e já foram entregues tais como: baguetes, óculos de natação, toucas, tapetes flutuantes, boias.

As inscrições estarão abertas à população a partir do dia 16 de março na secretaria do CCO, conforme regras de idade e que sejam estudantes. Para Silvio Lodetti, gestor deste projeto, "o atleta do futuro vem trazer para Ouroeste uma marca séria no Estado de São Paulo, respeitada no Brasil todo que há anos trabalha com crianças e desenvolve esporte e



As aulas são ministradas pelo educador físico Paulo Henrique Tomaz

para nosso município é de muita importância, pois vai de encontro com profissionais que poderão nos ajudar com treinamentos e atividades educativas, fico feliz em fazer parte de um projeto tão eficiente que já acontece em

várias cidades do estado", destaca. As aulas são ministradas pelo educador físico Paulo Henrique Tomaz, que passou por capacitação com profissionais do SESI. As aulas acontecem todas as quartas e sextas-feiras, nos dois períodos.

eternium

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

• Por CLARIUS



MINUTINHO:

Deus e os meus pedidos

Eu pedi forças... E Deus deu-me dificuldades para fazer-me forte.

Eu pedi sabedoria... E Deus deu-me problemas para resolver.

Eu pedi prosperidade... E Deus deu-me cérebro e músculos para trabalhar.

Eu pedi coragem... E Deus deu-me obstáculos para superar.

Eu pedi amor... E Deus deu-me pessoas com problemas para ajudar.

Eu pedi favores... E Deus deu-me oportunidades.

Eu pedi a Deus para retirar os meus vícios. Deus disse: Não. Eles não são

para eu tirar, mas para você desistir deles.

Eu pedi a Deus para fazer meu filho aleijado se tornar completo, se tornar perfeito. Deus disse: Não. Seu espírito é completo, seu corpo é apenas temporário. Logo passará!

Eu pedi a Deus para me dar paciência. Deus disse: Não. Paciência é um subproduto das tribulações. Ela não é dada, é aprendida.

Eu pedi a Deus para me livrar da dor. Deus disse: Não. Sofrer te leva para longe do mundo e lhe traz para perto de mim.

Eu pedi a Deus para fazer meu espírito crescer. Deus disse: Não. Você

deve crescer em si próprio. Mas eu podarei para que dê frutos.

Eu pedi a Deus para me dar felicidade. Deus disse: Não. Eu dou bêncas. Felicidade depende de você.

Eu pedi a Deus todas as coisas que me fariam apreciar a vida. Deus disse: Não. Eu te darei a vida, para que você aprecie todas as coisas.

Eu pedi a Deus para me ajudar a amar aos outros, como Ele me ama.

Deus disse:...

- Ah! Finalmente você entendeu a ideia!

Eu não recebi nada do que pedi... Mas eu recebi tudo de que precisava!

Autoria desconhecida.

Pensamento da Semana

“ Não há satisfação maior do que aquela que sentimos quando proporcionamos alegria aos outros.”

MASAHARU TANIGUCHI



CRÔNICA

A alegria dos outros

Um jovem, inteligente, certa feita se aproximou de Chico Xavier e indagou:

- Chico, eu quero que você formule uma pergunta ao seu guia espiritual, Emmanuel, pois eu necessito muito de orientação. Eu sinto um vazio enorme dentro do meu coração. O que me falta, meu amigo? Eu tenho uma profissão que me garante altos rendimentos, uma casa muito confortável, uma família ajustada, o trabalho na Doutrina Espírita como médium, mas sinto que ainda falta

alguma coisa. O que me falta, Chico?

O médium, olhando-o profundamente, ouviu a voz de Emmanuel que lhe respondeu:

- Fale a ele, Chico, que o que lhe falta é a "alegria dos outros"! Ele vive sufocado com muitas coisas materiais. É necessário repartir, distribuir para o próximo... A alegria de repartir com os outros tem um poder superior, que proporciona a alegria de volta àquele que a distribui. É isto que está lhe fazendo falta, meu filho: a "alegria dos outros".

Chico Xavier

VEM AI...

DIA 10/02 2019

PERCURSOS RACHÃO:
45 KM - CATEGORIA PRÓ
25 KM - CATEGORIA ESPORTE
PERCURSOS SOLIDÁRIO:
45 KM - AVANÇADO 20 KM - LEVE

1º PEDAL SOLIDÁRIO e RACHÃO

M T B OUROESTE-SP

Valor das Inscrições:
Rachão: R\$ 90,00
1º Lote de 22/12 a 15/01
2º Lote - R\$ 120,00 de 16/01 a 10/02
Pedal Solidário: R\$ 35,00
Somente Almoço: R\$ 20,00

SBR SPORTS

Informações: 17 99631-7094 - Everton Jacomassi
17 99656-2940 - Silvio Lodetti

Participar e estará colaborando com

ha
hospital de amor
Barretos



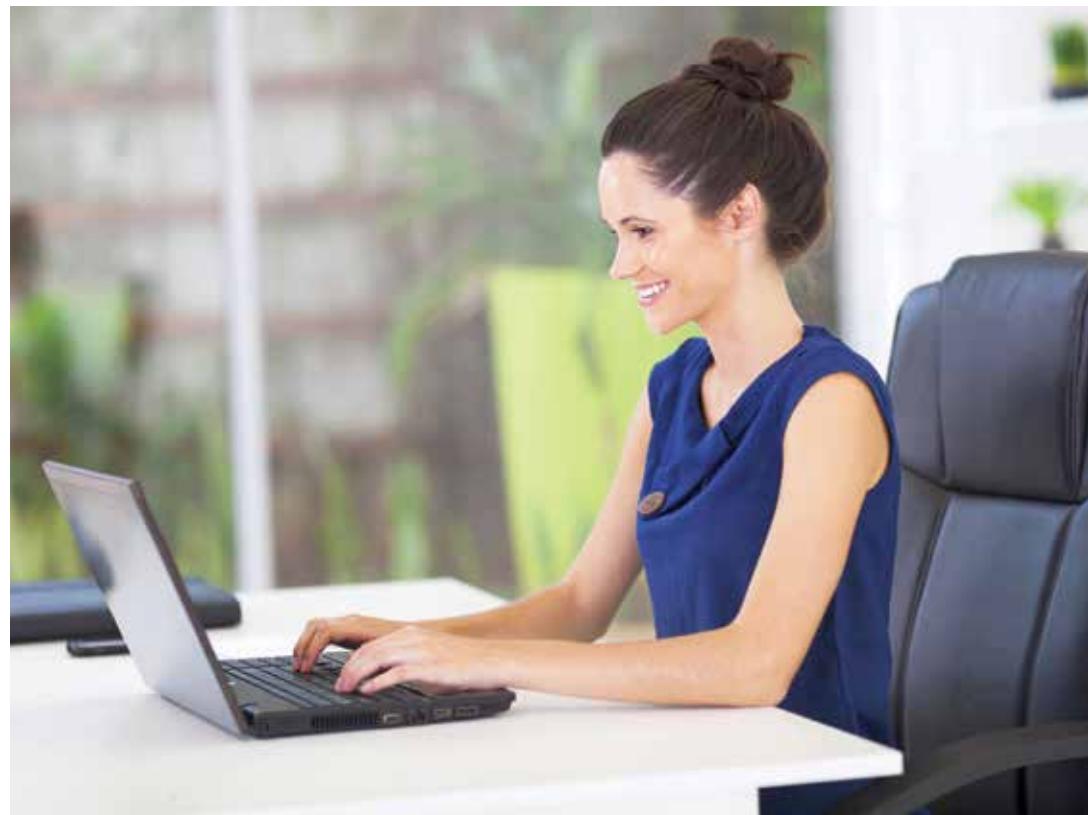
sua saúde

Ficar menos tempo sentado pode prolongar sua vida, diz estudo

Passar muito tempo sentado já foi apontado como um fator que pode desencadear diversos problemas de saúde, como as doenças cardiovasculares. Porém, um novo estudo descobriu que, ao substituir 30 minutos em que estaria sentado por alguma atividade ou movimento de baixa intensidade, já é possível aumentar a expectativa de vida. Isso mesmo, esses poucos minutos diáridos podem ser capazes de te ajudar a viver mais (e melhor).

O estudo, publicado no American Journal of Epidemiology, mostrou que essa ação resulta em um risco 17% menor de morte prematura. Isso apenas considerando uma atividade de baixa intensidade, como andar um pouco. Se considerarmos um movimento de intensidade mais alta, o efeito também é maior: a mesma quantidade de exercício moderado ou vigoroso diário corresponde a um risco de mortalidade 35% menor.

O coautor do estudo Keith Diaz, professor assistente de medicina comportamental do Centro Médico Irving, da Universidade de Colum-



bia, explica que "o exercício não precisa ser feito por horas a fio e é algo que qualquer um pode fazer. Apenas requer caminhar, mesmo por curtos períodos de tempo".

Mas é claro que, se você puder se dedicar mais à atividade física, melhor. Os pesquisadores descobriram que os benefícios da longevidade aumentavam à medida que a atividade física se acumula-

lava: uma hora de exercícios traz duas vezes mais benefícios do que meia hora.

O estudo usou dados de quase 8 mil americanos saudáveis com mais de 45 anos e que usaram rastreadores de atividade física por pelo menos quatro dias como parte de um estudo separado. Os pesquisadores usaram esses dados para calcular quanto tempo as pessoas

passaram sendo sedentárias em comparação com o período que estiveram ativas. Assim, eles rastrearam os dados de saúde e mortalidade das pessoas durante mais de cinco anos de acompanhamento. Então, criaram simulações para demonstrar como aumentar a quantia de movimento, reduzindo o tempo de sedentarismo, poderia afetar o risco de mortalidade.

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

A certeza de estar em boas mãos
ELETROÔNICA GLOBO
SISTEMA MONITORADO
PROTEGIDO

NOVA LUSITANA
FERRAGENS E MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO
3442-3667
AV. ANAIDE 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

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

4X SEM JUROS NO CARTÃO
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

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
evandrodieguez@gmail.com
Av. Líbero de Almeida Silvares, 2915 - Sala 3
CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

ACESSE:
www.oextra.net
Informação com credibilidade

VENHA CONHECER A NOVA PAIXÃO DA REGIÃO!

RESTAURANTE PEIXAO
Desde 1972
Reservas para Eventos: (17) 3841.1133
Rodovia Percy Waldir Semeghini, km 606 - Água Vermelha - Ouroeste - SP

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

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

PEDIATRIA
HOMEOPATIA
MEDICINA DO TRABALHO
Dr. João S. Borges
CRM-SP 17.252
E-mail: drjotabte@gmail.com
Rua Espírito Santo, nº 563 - Sala 04 - Jardim Santa Rita - Fernandópolis-SP

Autos & Bikes

Porsche traz novo Carrera; Toyota o Yaris X-Way

Porsche de oitava geração chega em maio em duas versões; Yaris "aventureiro" custa R\$ 78,9 mil

→ DA REDAÇÃO

contato@oextra.net

OCarrera S e o Carrera 4S (versão conversível) de oitava geração do fabricante alemão estarão no Brasil em maio. A confirmação foi feita pela própria Porsche na terça-feira, 05, que não informou o preço dos novos modelos e nem a configuração que chegará ao país. A expectativa é que o primeiro modelo - o S - represente cerca de 90% das vendas. Íconico, o 911 foi lançado em 1964 e agora atinge a oitava geração, sempre com o tradicional motor traseiro que vem com um 3.0 turbo de 6 cilindros contra-pôs de 450 cavalo (30 cv) a mais do que na geração anterior) e 54 kgfm de torque, aliado

ao câmbio de dupla embreagem PDK de 8 marchas. Também tem suspensão adaptativa, teto solar, pacote

dade da maioria dos brasileiros, a Toyota está vendendo desde ontem a versão

X-Way do Yaris



Sport Chrono, ventilação dos bancos, faróis a laser, câmera de visão noturna, alerta de mudança de faixa. Essa geração acelera de zero a 100 km/hora em 3,7 segun-

S, com tra-

Considerada a "aventureira", vem com aplicativos no para-choques, base das portas e para-lamas. Além disso, acresça-se peças imitando para-barros, rodas pintadas de preto e rack no teto. A mecânica é sempre formada pelo motor 1.5 flex de até 110 cavalos de potência com etanol e 14,9 kgfm de torque com o mesmo combustível e câmbio automático CVT de 7 marchas simuladas. O preço é alto: R\$ 78,9 mil, enquanto que a versão de entrada - a XL 1.3 manual - sai por R\$ 61,5 mil. A mais cara continua sendo a Sedã XLS 1.5 CVT que custa R\$ 83,5 mil.

ção traseira e em 3,6 segundos na 4S com tração integral. Já dentro da reali-

FIM DA LINHA PARA A XJ E PARA A CG

Após a Suzuki GSX 1300R Hayabusa sair de linha na virada do ano, agora foi a vez da Yamaha anunciar mais uma "perda". A XJ6 N deixará de ser produzida no país.

A quatro cilindros de 77 cavalos será substituída pela linha MT, especificamente a MT 09, considerada a sua sucessora na linha naked de alta cilindrada e com linhas e tecnologia mais atualizadas. A XJ teve nove anos de produção no país e conseguiu uma legião de fãs. Ela ainda pode ser encontrada nas concessionárias ao preço de R\$ 34,6 mil. Junto com ela,

despede-se também a Ténéré 250, sucedida pela Lander

250. E tem mais! O modelo mais longevo do país, a **Honda CG 125**, após 42 anos de produção, também saiu de linha. Lançada em 1976 (foto), como a primeira moto nacional da fabricante nipônica, ela foi o modelo mais vendido do Brasil até 2004, quando a CG 150 topou

o posto. Em 2016, a própria CG 150 foi substituída pela nova líder, a CG 160 e em 2018 a 125 foi apenas a séti- ma mas comercializada com 28,4 mil unidades. O principal motivo foi o custo para atualizar o modelo, sobretudo com as exigências de freios ABS e plantados na rada do ano. O interesse crescente do consumidor nas scooters também pesou consideravelmente na decisão Honda.

máquinas & karangos

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

FERRO VELHO DESMONTADORA BRASIL DE VEÍCULOS
VENDAS DE PEÇAS DE REUSO SEMI-NOVOS
COMPRO-SE CARROS BATIDOS
Fones: (17) 3442-3655 / 99674-9317 - vivo
www.desmonteferrovelhobrasil.com.br
E-mail: ferrovelhobrasilfer@gmail.com
Av. Líterio Grecco, n.º 1575 - Jd. Araguaia - CEP 15600-000 - Fernandópolis - SP

Disk Tudo

Gil Gás
Agradecemos sua preferência.
DISK GÁS E ÁGUA
FERNANDÓPOLIS/SP
VISA 3442-1313 99722-7734
MasterCard 99125-7569

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

BIMM
FERRO VELHO S. PAULO
Comércio de Sucatas em Geral
VENDE-SE PORTEIRAS PARA BRETE, MATA-BURROS, CORDOALHAS PARA CURRAL, ANDAIMES, TUBOS E METALON
TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDÓPOLIS-SP

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

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

VARANDA'S
Restaurante & Pizzaria
99602-1130

Novidade!
Espetáculo
show dos espetos

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

PIZZARIA
SEGUNDA A DOMINGO

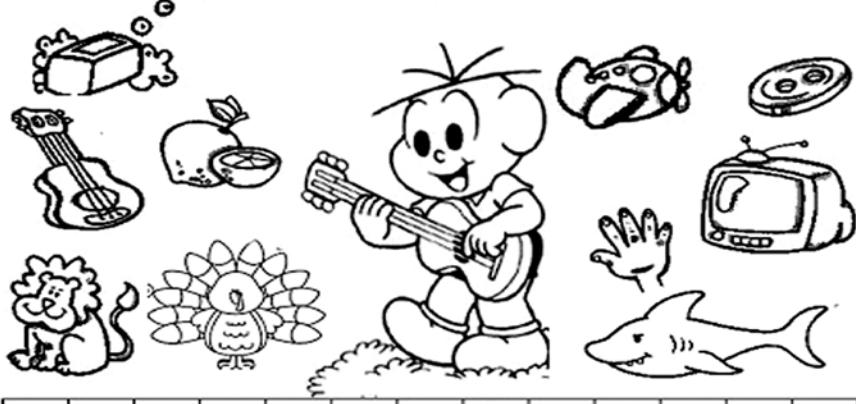
VENHA SABOREAR A FAMOSA JANTINHA COM A MAIOR VARIEDADES DE ESPETOS!
A PARTIR DAS 17H DE SEG A DOM
(EXCETO TERÇA)

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

Caça Palavras com “ÃO”



S	I	B	T	E	L	E	Ã	O	T	G	Ç	H
A	Ã	T	U	B	A	R	Ã	O	F	R	L	O
B	G	N	O	O	E	A	R	L	M	J	N	Ã
T	Ã	E	F	Ã	H	F	V	U	O	I	M	S
O	E	T	D	V	S	A	V	I	Ã	O	Ã	I
Ã	L	Ç	F	A	X	S	E	P	M	P	O	V
M	D	Ã	T	P	U	A	L	Q	N	O	M	E
I	L	B	O	O	S	A	B	Ã	O	R	N	L
L	E	L	V	I	O	L	Ã	O	M	E	V	E
Ç	Ã	E	B	P	O	Ã	T	O	B	Q	B	T

Ligue os Pontos



Labirinto



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

Resumo de Novelas

ESPELHO DA VIDA

Sábado, 18h00

Daniel diz a Letícia que em breve viajará ao Brasil. Cris lê a carta de Julia para Piedade e agradece a Alain. Alain afirma que não desistirá de Cris. Graça conforta Margot, que sofre com o estudo de Cris. Lenita aconselha Isabel a desistir de difamar Cris nos jornais. Dalton confidencia a Alain que há a possibilidade de Cris ter sido dopada. Gentil reprende Ana por pensar em não revelar a América que voltará com a família para o Rio de Janeiro. Margot visita Cris, que confessa à amiga que voltará para o passado. Mauro desabafa com Jorge seu amor por Gigi. Grace descobre que Isabel guarda uma carta de Lenita para Gentil. André e Margot resgatam Cris e a levam até a casa de Julia. Isabel os vê.

VERÃO 90 GRAUS

Sábado, 19h15

Jerônimo manda Galdino avisar a Janaína que ele deixou o Rio de Janeiro. Galdino inventa para Janaína que Jerônimo foi para Guarapari. Janaína pensa em Herculano. Herculano decide aceitar o emprego na PopTV. Jerônimo aciona o alarme de incêndio do hotel e aproveita a confusão para furtar o fichário do balcão. João é demitido da rádio. Otoniel devolve a carteira a Raimundo e consegue um emprego no restaurante. Kika decide dar a Manu as camisetas-convidite para a festa. João deixa Janaína esperançosa ao contar que Herculano esteve na rádio.

O SÉTIMO GUARDIÃO

Sábado, 21h00

Geandro se irrita com Lourdes Maria, e Socorro discute com a filha. Júnior conversa com Geandro sobre Murilo. Machado afirma a Rita de Cássia que encontrará Feijão. Ondina e Milu trocam confidências. Gabriel e Judith limpam a entrada do túnel de acesso à fonte. Ondina conta a Gabriel que Robério está trabalhando para Valentina. Eurico manda João Inácio, Raimunda e Socorro organizar a festa de inauguração da antena em Serro Azul. Ondina comunica a Feliciano e Padre Ramiro que Gabriel fará um jantar no casarão. Marilda manda Fabim abrir a loja para vender os celulares. Peçanha não encontra vestígios de Feijão e todos se preocupam. Feijão acorda assustado dentro do túnel. Lourdes Maria enfrenta Olavo.

MALHAÇÃO

Segunda-feira, 17h30

Alex fica transtornado com a revelação de Gabriela e Paulo. Rafael é o primeiro a visitar Flora. Solange escolhe Breno para dar aula no Sapiência. Pérola é convidada para fazer uma sessão de fotos. Gabriela se desespera com o desprezo de Rafael. Verena fica encantada com o lugar a que Álvaro a leva. Rosália passa mal, e Maria Alice a socorre. Alex questiona Amanda sobre a possibilidade de ele e Flora serem filhos de Rafael. Rafael aceita conversar com Gabriela.

AS AVENTURAS DE POLIANA

Segunda-feira, 20h30

Após a briga em frente a toda a escola, Poliana diz a João que os dois precisam conversar. Mirela e Raquel comemoram o bom desempenho da Chapa Contente no debate. Bento tenta consolar Poliana, dizendo que a tristeza faz parte da vida, mas que ela não pode deixar se abater por esse sentimento. Branca realiza uma atividade em grupo na aula de dança, na qual pares precisarão ser formados. Débora manda os capangas que invadiram a casa dela e de Marcelo recolocarem a porta que arrombaram no lugar. João flagra, de trás de uma árvore, Débora combinando algo com os capangas na porta da casa. Guiherme faz par com Brenda na aula de dança e Raquel fica enciumada. João conta tudo o que viu para Marcelo.

A TERRA PROMETIDA

Segunda-feira, 20h50

Maquir é pego pelas crianças tentando matar Talmal. O guerreiro disfarça. O gigante acorda e conversa amigavelmente com as crianças. Zaira prende Kira em uma gaiola. Raabe agradece o apoio e compreensão de Josué. Jéssica olha a cananeia com ódio. Acaí dá ouro para Melquias pagar o combinado à Raabe. As crianças dizem acreditar no gigante. Lila dá um beijo em Talmal. Melquias chantageia Jéssica e pede um beijo para ela. Sem alternativa, a moça beija o guerreiro. Abel aceita se vestir de Soldado Mascarado. Adélia e Elias ajudam Nezíá a se cuidar para ficar mais bonita. Tobias encontra com Samara e diz que já sabotou as armas de Zaqueu. Josué e os outros guerreiros planejam a invasão ao reino de Ai.

Humor

PORTUGUÊS

TOMANDO BANHO

Manuel está tomando banho, grita para Maria:

- Ô Maria, me traz um xampu.
E Maria lhe entrega o xampu. Logo em seguida, ele grita novamente:
- Ô Maria, me traz outro xampu.
- Mas eu já te dei um agorinha mesmo, homem!
- É que aqui está dizendo que é para cabelos secos, e eu já molhei os meus.

PEDINDO A DEUS

Desanimado com meu emprego, clamei a Deus que me desse um emprego novo onde eu pudesse direcionar, ter o controle de tudo nas mãos, que abrisse muitas portas, que fosse grande, que entrasse muito dinheiro, que passassem muitas mulheres lindas.

- Deus ouviu meu pedido. Virei motoristas de ônibus articulado.

PASTOR DE FÉRIAS

Um pastor sai de férias com a família para praia.

Ele estava correndo na areia, quando chega um conhecido e diz:

- Pastor, o diabo não tira ferias não, viu?

O pastor responde:

- É meu filho; e não tira mesmo. Tanto que te enviou aqui pra me atrapular!

MELHOR ESTUDANTE

DO MUNDO

O professor de matemática levanta uma folha de papel em uma das mãos e pergunta para Joãozinho:

- Se eu dividir essa folha em quatro pedaços com o que eu fico?

- Quatro quartos, professor!

- E se eu dividir em mil pedaços?

- Papel picado, professor!

O VELHINHO DA PRAÇA

O Joãozinho chama a mãe dele e diz:

- Mamãe, você pode dar dinheiro para um velhinho ali da praça?

E a mãe responde:

- Posso sim, meu filho. Que velhinho é esse?

E o Joãozinho responde:

- Naquele mamãe, o que está falando "olha a pipoca quentinha".

DESCOBERTA DO MARIDO

O marido conta para o amigo:

- Descobri que minha mulher está me traindo com um motoqueiro.

O amigo duvida:

- É fofoca! Só pode ser fofoca.

O marido questiona:

- Mas como você pode ter tanta certeza?

E o amigo responde:

- Eu nem sei pilotar moto.



Auto Mecânica

OUROCAR

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

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

celebridades

Após 11 anos de SBT, Maisa comemora 1º talk-show na TV

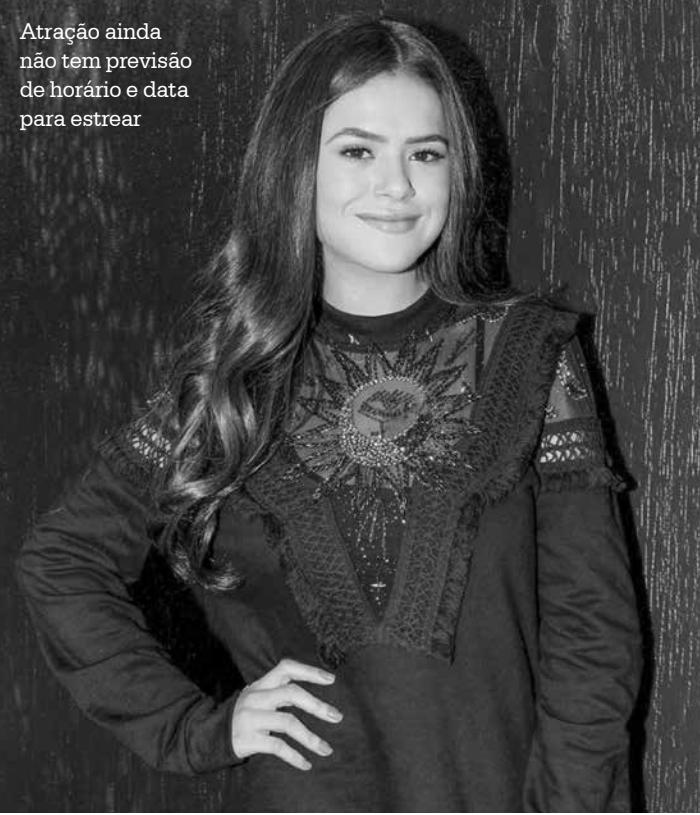
Sucesso como atriz e influencer, Maisa Silva agora vai comandar seu primeiro talk-show na televisão. Após 11 anos trabalhando no SBT, a paulista, com visual mais iluminado, foi convidada pela emissora de Silvio Santos para ficar à frente de

uma nova atração que ainda não tem previsão de horário e data para estrear, mas que já tem nome escolhido: "Maisa". Após notícia revelada pelo site "UOL", a namorada do adolescente Nicholas Ashiro usou sua conta do Instagram, na qual é acompanhada por algumas celebs

internacionais, para comemorar a novidade junto de seus 19 milhões de seguidores na rede social.

"MAIS DO QUE PREPARADA PARA TER O MEU PROGRAMA", GARANTE ATRIZ

"Temos milhares de crianças sem pais no nosso país cheio de desigualdades, milhares de cidadãos passando fome, de problemas maiores... Eu, com 16 anos, sei das minhas responsabilidades, estou começando a ter minhas próprias opiniões e estou mais do que preparada para ter o meu próprio programa", explicou. Para concluir, Maisa deixou seu agradecimento: 'A Deus, por ser minha força, aos meus pais, meus fãs e ao SBT, por acreditar no meu potencial. Muitas vozes no nosso mundo precisam ser ouvidas, espero que eu possa representá-las como comunicadora. Tenho muito a aprender, e estou mais do que feliz por ter essa oportunidade tão nova. Um beijo pra todo mundo que acreditou em mim. O céu é o limite!".



Atração ainda não tem previsão de horário e data para estrear



Graciele, mulher de Zeze, conta que pagou o automóvel à vista

Graciele Lacerda compra seu primeiro carro: "passei um ano juntando dinheiro"

Graciele Lacerda está feliz da vida! A capixaba realizou o sonho de comprar o seu primeiro carro, e contou no stories do Instagram na noite da última quinta-feira que pagou o automóvel à vista, com o dinheiro que ela mesma juntou

por um ano. "Já tem um ano que estou juntando dinheiro para comprar o meu carro. Queria comprar à vista, queria comprar com o meu dinheiro, com o dinheiro do meu trabalho. E eu consegui! Comprei ontem", comemorou ela,

feliz da vida. "O mais gostoso, prazeroso, foi com o meu trabalho. É um sonho. O mês estava junto, me ajudou a escorrer. Estou super feliz. Agora é trabalhar mais ainda esse ano, juntar dinheiro para casar", avisou.

horóscopo



ÁRIES

Sua vida profissional é transformada pelo seu olhar profundo, que lhe permite perceber sutilezas geralmente desapercebidas. Isso pode lhe conduzir a bons resultados em longo prazo. Deixe seu senso de oportunidade lhe guiar!



GÊMEOS

Uma importante superação emocional é promovida pelo trígono Lua-Plutão em sua área de crise. Você só conseguirá perceber o que quer vivenciar ou do que quer se desapegar quando se permitir entrar em contato com as emoções!



TOURO

Sua atitude passa por momentos de transformação, pois a Lua transita por seu signo e se aspecta em trígono com Plutão em sua área espiritual. Reveja suas ideias e resgate ideias que estavam escondidas em você!



CÂNCER

Você tende a ser exigente quanto aos seus contatos, pois Lua e Plutão se harmonizam no setor de relacionamentos, exaltando os laços de intimidade. Importantes lições tiradas de profundas conversas tendem a ser enriquecedoras!



LEÃO

A harmonia Lua-Plutão lhe deixa mais fortalecida para a realização de mudanças na vida profissional. Mesmo as coisas simples passam a ter grandes significados, o que lhe ajuda a transformar seus interesses. Evite gastar demais!



VIRGEM

Você se sente atraída pelo novo, pois a Lua passa por sua área espiritual e forma trígono com Plutão, lhe trazendo renovação. Sua vulnerabilidade na vida social aumenta, portanto procure selecionar suas companhias!



LIBRA

Você tende a refletir sobre os aborrecimentos recentes, buscando respostas em si mesmas, pois Lua e Plutão formam trígono hoje. Não fique remoendo as frustrações, nem deixe que os desafios emocionais lhe abalem!



ESCORPIÃO

Os laços de intimidade tendem a se aprofundar, neste dia em que Lua e Plutão se harmonizam na área de relacionamentos. Realize tarefas em conjunto e curta os momentos e prazeres mais simples junto aos mais queridos.



SAGITÁRIO

Que tal promover melhorias em seu dia a dia? A Lua passa por sua sexta casa, lhe incentivando, e o trígono com Plutão lhe ajuda a perceber as ferramentas mais adequadas para enfrentar os desafios financeiros!



CAPRICÓRNIO

Você se mostra mais aberta para vivenciar novidades. A harmonia Lua-Plutão lhe incentiva a fazer coisas novas, conhecer lugares interessantes e descansar a mente. Que tal viajar? Se não for possível, procure nutrir sua alma!



AQUÁRIO

Curta o aconchego de sua casa e compartilhe momentos agradáveis no seio familiar. A Lua passa pelo circuito e se harmoniza com Plutão, lhe incentivando a curtir a presença dos mais íntimos, ou mesmo da sua própria companhia!



PEIXES

Você consegue perceber os aspectos mais sutis que fazem uma grande diferença na convivência, tornando-a mais prazerosa. Reflita sobre seus anseios em relação aos relacionamentos. Selecione os programas e as pessoas com quem interage.

Diversões
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

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

3

Two

www.6extra.net

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

 **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 4
email: mauriliosaves@yahoo.com.br

Fábricio José Cussiol
OAB/SP 213.673
Cel. Claro: 99131 6016 - Cel. Vivo: 99647 9979
e-mail: fabriciocussiol17@hotmail.com
Estrela D' Oeste: Rua Brasil, 643 - Sala 1 - Centro - Fone: 17-3833 1789
Fernandópolis: Av. Exp. Brasileiros - Centro - Fone: 17- 3463 2078

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

Supermercado **MATI**com

**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