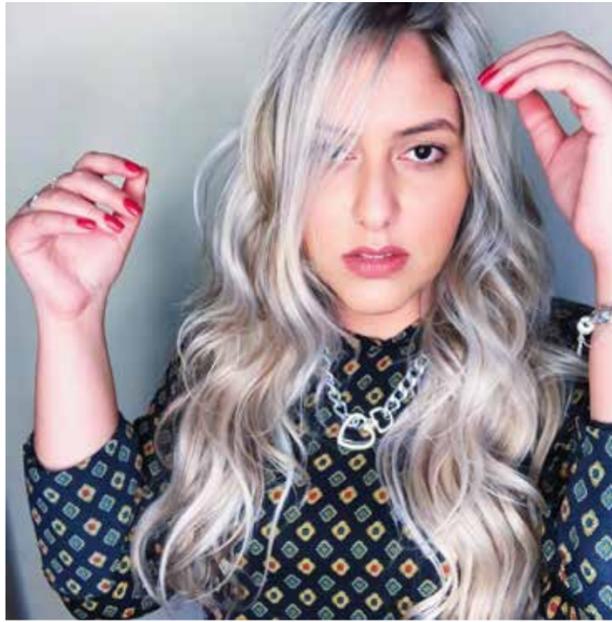




Júlia Takai recebe os parabéns de toda a galera por seu aniversário!



Marcela Barbar comemora a passagem de mais um ano de vida nesta segunda. Felicidades!



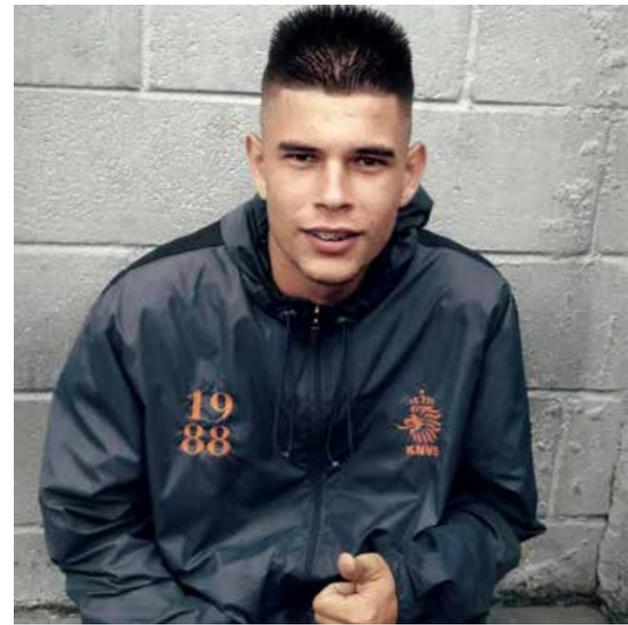
Thais Freitas Diana se prepara para apagar velinhas nesta segunda-feira. Felicidades!



Gabriela Berlandi também está entre os homenageados desta edição!



Um click especial para ela, **Bianca Santos!**



Mario Augusto comemora mais um ano de vida nesta sábado. Parabéns!

SUA NOVA EXPERIÊNCIA NA NOITE DE FERNANDÓPOLIS

COMER, BEBER E CURTIR

RUA ESPÍRITO SANTO, Nº 1478 - CENTRO



Paulo Marcilio celebra a chegada da nova idade neste domingo!



Parabéns e muitos anos de vida para o empresário **Milton Reizinho!**

Mãe como é grande o meu amor por você

SUA CASA completa

GIGANTÃO

REDE **GIGANTÃO** redegigantao.com.br

LOJA ABERTA

Sua mãe merece!

FERNANDÓPOLIS - VOTUPORANGA

SOLIDARIEDADE

Fundo Social de Macedônia recebe doações e cestas básicas

O setor social realizará as doações conforme as necessidades das famílias

→ Da REDAÇÃO
contato@oextra.net

Fundo Social de Solidariedade do município de Macedônia, recebeu

90 cestas básicas por meio de doação do Fundo Social do Governo do Estado de São Paulo. A entrega foi realizada nesta terça-feira, 09, em São Paulo. O setor social

realizará as doações conforme as necessidades das famílias.

A Vice-prefeita e Presidente do órgão, Vanja Sabino Reis, agradeceu a doação.



Foram recebidas 90 cestas básicas por meio de doação do Fundo Social do Governo do Estado

“Solicitamos e fomos atendidos. Ficamos gratos pois as doações ajudarão as famílias

em situação de vulnerabilidade social”. O Fundo Social solicitou

também ao governo federal a doações de mais cestas básicas.

eterniun

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

• Por CLARIUS



• MINUTINHO Escolhendo a simplicidade

• Por: Autoria desconhecida
Simplificar a vida não significa renunciar a tudo que conquistamos.

Ser simples vai muito além das questões materiais. É um estado de Espírito, um jeito de ser que carregamos no íntimo.

Simplificar a vida é aprender a ser feliz com pouca coisa e dar mais valor aos nossos desejos essenciais.

É ter uma vida exterior comedida, sem exageros e uma vida interior rica de valores elevados.

É aprender a concentrar nossos esforços e dedicar o tempo e os ganhos financeiros no que realmente tem valor para cada um de nós, pois, muitas vezes, mantemos o foco em detalhes sem importância.

Aprendemos que qualidade de vida tem a ver com um padrão econômico elevado.

Porém, ter um alto poder aquisitivo, muitas vezes leva as pessoas a um consumismo exagerado, onde passam a buscar a felicidade nos objetos e, com isso, se afastam do que realmente traz qualidade para a vida.

Não precisamos desempenhar papéis que a sociedade nos impõe e nem buscar sempre consumir o que existe de melhor.

Os excessos de toda ordem, sejam eles de consumo, de alimentação, de trabalho e outras tarefas, nos fazem

perder a leveza e complicam o nosso dia a dia.

Qualidade de vida é viver de forma equilibrada, valorizando o que realmente importa para cada um de nós.

A jornalista Leila Ferreira publicou um texto na internet sobre a obsessão atual com o melhor, onde enfatiza que hoje o bom não serve mais. Tudo tem que ser o melhor.

A melhor marca, o melhor emprego, o melhor computador, o melhor marido, a melhor esposa e por aí vai.

Ela comenta que nessa busca incessante pelo melhor, o bom passou a ser pouco, o que gera uma eterna insatisfação e impede que desfrutemos do que já conquistamos.

Estamos desaprendendo que ter menos, por vezes, é mais do que suficiente.

Podemos não ter a melhor casa, mas ela pode ser um lar acolhedor, que nos dá segurança e tranquilidade. Podemos não ter o melhor emprego, mas com ele temos alegrias.

Podemos não ter ao nosso lado os melhores companheiros, mas são os que nos compreendem e nos fazem felizes.

Talvez já não tenhamos o corpo perfeito, por não ser mais tão jovem e trazer as marcas do tempo, mas é esse corpo que nos serve à caminhada terrena e conta belas histórias de uma vida.

Valorizar cada conquista é escolher ser simples.

• CRÔNICA A pedra no caminho

• Por: Autoria desconhecida
Conta-se a lenda de um rei que viveu num país além-mar há muito anos. Ele era muito sábio e não poupava esforços para ensinar bons hábitos ao seu povo. Frequentemente fazia coisas que pareciam estranhas



e inúteis; mas tudo que fazia era para ensinar o povo a ser trabalhador e cauteloso.

– Nada de bom pode vir a uma nação – dizia ele – cujo povo reclama e espera que outros resolvam seus problemas. Deus dá as coisas boas da vida a quem lida com os problemas por conta própria.

Uma noite, enquanto todos dormiam, ele pôs uma enorme pedra na estrada que passava pelo palácio. Depois foi se esconder atrás de uma cerca, e esperou para ver o que acontecia.

Primeiro veio um fazendeiro com uma carroça carregada de sementes que ele levava para moagem na usina.

– Quem já viu tamanho descuido? – disse ele contrariadamente, enquanto desviava sua parelha e contornava a pedra. – Por que esses preguiçosos não mandam retirar essa pedra da estrada? – E continuou reclamando da inutilidade dos outros, mas sem ao menos tocar, ele próprio, na pedra.

Logo depois, um jovem soldado veio cantando pela estrada. A longa pluma de seu quepe ondulava na brisa, e uma espada reluzente pendia à sua cintura. Ele pensava na maravilhosa coragem que mostraria na guerra.

O soldado não viu a pedra, mas tropeçou nela e se estatelou no chão poeirento. Ergueu-se, sacudiu a poeira da roupa, pegou a espada e enfureceu-se com os preguiçosos que insensatamente haviam largado uma pedra imensa na estrada. Então, ele também se afastou, sem pensar a única vez que ele próprio poderia retirar a pedra.

Assim correu o dia. Todos que por ali passavam reclamavam e resmungavam por causa da pedra colocada na estrada, mas ninguém a tocava.

Finalmente, ao cair da noite, a filha do moleiro por lá passou. Era muito trabalhadora, e estava cansada, pois desde cedo andava ocupada no moinho. Mas disse a si mesma: “Já que esta quase escurecendo, alguém pode tropeçar nesta pedra à noite e se ferir gravemente. Vou tirá-la do caminho”.

E tentou arrastar dali a pedra. Era muito pesada, mas a moça empurrou, e empurrou, e puxou, e inclinou, até que conseguiu tirá-la do lugar. Para a sua surpresa encontrou uma caixa debaixo da pedra.

Ergueu a caixa. Era pesada, pois estava cheia de alguma coisa. Havia na tampa os seguintes dizeres: “Esta caixa pertence a quem retirar a pedra”.

Ela abriu a caixa e descobriu que estava cheia de ouro. A filha do moleiro foi para casa com o coração feliz.

Quando o fazendeiro, o soldado e todos os outros que ouviram o que havia ocorrido, juntaram-se em torno do local na estrada onde a pedra estava. Revolveram o pó da estrada com os pés, na esperança de encontrar um pedaço de ouro.

– Meus amigos – disse o rei –, com frequência encontramos obstáculos e fardos no caminho. Podemos reclamar em alto e bom som, enquanto nos desviamos deles se assim preferirmos, ou podemos erguê-los, e descobrir o que eles significam. A decepção é normalmente o preço da preguiça.

Então o sábio rei montou em seu cavalo e com um delicado boa noite retirou-se.

Pensamento da Semana

“Ao término do jogo, o rei e o peão voltam para a mesma caixa”.

Provérbio italiano

ENSINO INFANTIL
Av. Eurípedes José Ferreira, 779 - Centro
17 99776-3360

ENSINO FUNDAMENTAL I E II
Av. Eurípedes José Ferreira, 761 - Centro
17 3442-5060 | 17 99705-7965

ENSINO MÉDIO, PRÉ VESTIBULAR E EAD
Av. Primo Angelucci, 330 - Centro
17 3442-3999 | 17 34423565

SOCIOEMOCIONAL

Estrutura Física completa dividida por faixa etária!

ASSINE oextra .NET
SEU JORNAL DIÁRIO

PEÇA AGORA!

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

celebridades

Príncipe Philip, marido da Rainha Elizabeth, morre aos 99 anos

Conta oficial da família real no Twitter anunciou a morte

→ Da REDAÇÃO
contato@oextra.net

A família real britânica anunciou nesta sexta-feira, dia 9, a morte do príncipe Philip, marido da Rainha Elizabeth II. A causa da morte ainda não foi revelada.

“É com profunda tristeza que, Sua Majestade, a Rainha anuncia a morte de seu amado marido, sua alteza real, o príncipe Philip, Duque de Edimburgo. Sua Alteza Real faleceu

pacificamente esta manhã no Castelo de Windsor. A Família Real junta-se a pessoas de todo o mundo no luto por sua perda. Novos anúncios serão feitos oportunamente.” diz o comunicado

Ele iria completar 100 anos de idade no dia 10 de junho deste ano.

Em fevereiro, o marido da rainha havia sido internado após passar mal. Na ocasião, a família real britânica informou que ele tinha sido hospitalizado

como medida de precaução. Mais tarde, ele foi transferido e passou por uma cirurgia cardíaca. Cerca de um mês depois, ele recebeu alta.

Philip e Elizabeth se casaram no dia 20 de novembro de 1947. Juntos, tiveram quatro filhos: Charles, Anne, Andrew e Edward.

Em 2017, o príncipe, aos 96 anos de idade, havia se despedido da vida real e feito sua última aparição pública em um compromisso da realeza.



Ele iria completar 100 anos de idade no dia 10 de junho deste ano

Internada com coronavírus, Silvia Abravanel desenvolve pneumonia



Apesar do susto, a filha de Silvio Santos disse estar reagindo bem às medicações

→ Da REDAÇÃO
contato@oextra.net

Silvia Abravanel, 49, está internada com covid-19 desde segunda-feira, 5. Em nova publicação nas redes sociais sobre seu estado de saúde, nesta quinta-feira, 8, a filha de Silvio Santos revelou que desenvolveu uma pneumonia.

A apresentadora compartilhou uma foto, ao lado da amiga Tais Anjos, para explicar que, apesar das complicações da doença, está

Apresentadora pediu que as pessoas parem com as aglomerações de eventos e festas clandestinas

reagindo bem ao tratamento. Ela também pediu que as pessoas parem com as aglomerações de eventos e festas clandestinas.

“Sigo reagindo bem aos tratamentos, principalmente para uma pneumonia que veio junto aí, mas faz parte né? Peço de todo meu coração que cada um de vocês se cuide e cuide dos seus familiares.”

“Valorizem a vida, que é uma dádiva de Deus, pois até o ar que respiramos é precioso e temos que agradecer todos os momentos por ele. Sei que parece estranho eu falar isso, pois as pessoas pre-

cisam trabalhar (contas a pagar, colocar alimentos em casa). Mas, peço também que ajudem Deus e os profissionais da saúde a diminuir esse covid, usando máscara, álcool em gel e conversando com pessoas que ainda levam na brincadeira tudo isso”, pediu.

“Parem com as badernas, festinhas, eventos clandestinos, pelo amor de Deus! Valorizem a vida: a sua, de sua família e de todos! Fiquem com Deus e creiam que tudo isso vai passar. Mas, agora (e desde sempre), depende somente de nossas boas e conscientes atitudes”, disse.

SENHOR # FAZ TUDO
CNPJ: 28.784.053/0001-60
MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO DA CASA

ELÉTRICA | HIDRÁULICA | ESGOTO
REPARO DE TORNEIRAS E VÁLVULAS HIDRA
VARAL DE PAREDE E TETO | CORTINAS
PAINEL E SUPORTE PARA TV'S
LIMPEZA PÓS-OBRA | INTERFONE
VENTILADORES E LUSTRES
LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA | TERRENOS
MONTA DESMONTA MÓVEIS | REPINTURA

RICARDO JESUS
99745 2459 | 99742 2459

TRABALHAMOS COM MUDANÇA

DROGA Center
Aqui tem Farmácia Popular

- MEDICAMENTOS E PERFUMARIA
- PRODUTOS DE HIGIENE PESSOAL
- APLICAÇÕES EM DOMÍLIO
- ENTREGAS

DISK

(17) 3843-1344
(17) 99754-9146

AV. DOS BANDEIRANTES, 1519
CENTRO - OUROESTE - SP

PERSONAL TRAINER

ALEXANDRE SABADIN
Pós Graduação em Fisiologia do Exercício e Nutrição Esportiva
Exercício Funcional e Emagrecimento
Atividade Física para Idosos
#suametaemeuobjetivo

(17) 99751-0989
(17) 98128-9766
@alexandresabadin

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO
Segunda-feira, 17h30

Pedro conta para Tomtom que está namorando Karina. Roberta se anima quando Delma avisa que Marcelo buscará Tomtom. Duca conta para Gael que este na Academia Khan. Bianca entrega o restante do dinheiro para Pedro e avisa que sua irmã não pode saber do trato dos dois. Luiz e Cobra pedem permissão a Lobão para assustar Duca, e Nat se preocupa. Pedro confessa a João que teme que Karina descubra seu trato com Bianca. Tomtom almoça com Karina e Bete. Pedro hesita em entregar o dinheiro para pagar o estúdio. Roberta beija Marcelo. Lobão instrui Cobra, Luiz, Diego e Maré a assustarem Duca. Diego e Maré vão atrás de Duca.

A VIDA DA GENTE
Sábado, 18h00

Rodrigo tenta se desculpar com Manuela. Celina prepara uma festa surpresa de aniversário para Lúcio. Lourenço pede demissão da faculdade. Wilson vai atrás de Laudelino. Eva comenta que Lúcio seria um bom partido para Ana. Manuela visita Ana e é destrutada por Eva. Dora conversa com Celina. Wilson conta para Lorenna que viu Laudelino dando ordens em um galpão em obras e eles ficam intrigados. Marcos reclama com Vitória por forçar demais os treinos com Sofia. Rodrigo critica Nanda por continuar morando na casa de Jonas. Dora confidencia para Celina que não se separa por causa de Olívia. Alice informa a Cícero e Suzana que encontrou três pessoas com o nome de seu pai biológico.

SALVE-SE QUEM PUDE
Sábado, 19h15

Luna/Fiona presta socorro a Téo. Téo não se recorda de Luna como a jovem que ele salvou durante a passagem do furacão. Alexia/Josimara finge passar mal na rua e Renzo se oferece para levá-la ao hospital com Zezinho. Téo agradece a Luna/Fiona por salvar sua vida. Luna conta a Kyra que encontrou o seu anjo salvador. Téo discute com Úrsula. Bel diz a Edgar que está gostando de Zezinho. Zezinho sente ciúmes de Alexia/Josimara. Rafael comenta com Renzo que está tendo prejuízo com a Labrador. Bia evita Tarantino. Alexia pede ajuda às amigas para investigar Renzo.

CHIQUITITAS
Sábado, 20h30

Gabriela, que está sem memória e pensa se chamar Sofia devido um plano maléfico de Carmen. Na exposição comas pinturas de Gabriela, Carmen aparece e inventa um pretexto para tirar Gabriela do local e assim evitar o encontro da mulher com Junior. Pata e Vivi chegam ao local onde foram seu primeiro desfile. Eduarda e Shirley farão a maquiagem e cabelo das modelos. Dani se esconde na casa da árvore dos meninos do orfanato. Bruno está preocupado com o desaparecimento de Dani. Carol também está muito afita. Marian consegue entrar nos bastidores do desfile e passa vaselina no sapato que Pata irá usar. Cícero está no desfile a convite de Shirley. O homem vê suas filhas, Vivi desfilando e Tati na plateia.

GÊNESIS
Segunda-feira, 20h50

O faraó comemora a gravidez de suas esposas. No deserto, todos se preocupam com a tempestade de areia. Sarai sente as palavras de Ayla. As pessoas notam a ausência de Lúcifér. Sarai chora diante da atitude de Ayla. Lúcifér tenta prejudicar a esposa de Ló. A caravana de Abrão se aproxima do Egito. Abrão faz um alerta à Sarai sobre a chegada à cidade. Agar se arrisca para obter a mensagem de Anziety. A caravana de Abrão chega ao Egito. Abrão recebe a ajuda de Anziety para entrar na cidade. Abrão é recebido pelo faraó.

IMPÉRIO
Sábado, 21h00

O Comendador leva Maria Clara ao Monte Roraima e relembra sua história. José Alfredo chega à casa de seu irmão Evaldo. Cora reclama com a irmã Eliane sobre a presença de seu cunhado. José Alfredo se inebria por Eliane e Cora desconfia. Eliane engravida e Cora convence a irmã a desistir de fugir com José Alfredo. Evaldo descobre o caso entre o irmão e sua esposa. Cora avisa a José Alfredo que sua irmã está grávida. Sebastião conhece José Alfredo e o chama para trabalhar com ele em um garimpo. Cora inventa uma mentira e convence Evaldo da inocência de Eliane. Bigode avisa que é o novo chefe do garimpo. José Alfredo vê Bigode atacar Sebastião e atrai contra o garimpeiro.

Horóscopo

ÁRIES
Diminua a velocidade e o estresse mental com mais horas de sono, relaxamento e meditação. Notícias comoventes trarão empatia e compaixão. Ajuda aos mais vulneráveis se tornará possível, somando esforços com amigos e grupos solidários. Abrace um projeto social, colabore com prestadores de serviço e empregados. A semana terminará com alma e generosidade nas relações.

TOURO
Amplie a colaboração com a equipe e com grupos de apoio aos mais vulneráveis. Lua e Netuno incentivarão envolvimento com causas sociais. Empatia nas interações e histórias de superação marcarão o dia. Busque respostas dentro de você e firme valores. Esta fase que antecede seu aniversário trará maior interiorização e finalização de processos do passado. Carreira em ascensão.

GÊMEOS
O dia trará projeção profissional e maior proximidade com a missão. Visualize onde quer chegar e parta para a ação. Atividades de grupo ganharão impulso. Aprofunde amizades e escolha seu time. Hora de posicionar nas relações e nas redes e defender valores éticos. Pense coletivamente, contribua com causas sociais e de justiça. Cenário positivo também para armar viagem com amigos.

CÂNCER
Mudanças na maneira de se relacionar favorecerão a carreira e a reputação. Hora de escolhas importantes e de decisões de vida. Invista no seu futuro e segurança. Vários planetas sinalizam sucesso, visibilidade e crescimento profissional. Os desafios ficarão por conta dos relacionamentos que cobrarão atenção e posicionamentos claros. Viagens e estudos entrarão no radar.

LEÃO
Mudanças na rotina, vida íntima e lifestyle serão os assuntos em destaque, hoje. Aproveite a passagem da Lua por Netuno para dar um mergulho nos sentimentos, visualizar soluções e encontrar respostas existenciais. Conexões com amizades de outras localidades e associações abrirão portas na carreira. Inove sua atuação e aumente a presença nas redes. Acerte documentos.

VIRGEM
Muita emoção e carinho nas interações de hoje. A passagem da Lua por Netuno amplificará a sensibilidade e intensificará o amor. Sentimentos transbordarão. Fortaleça vínculos importantes em sua vida e aprofunde o tom das conversas. Reflexões sobre a vida apontarão direções atraentes para o futuro e evolução da carreira. Trabalho e rotina permanecerão estáveis. Cuide da saúde.

LIBRA
O compromisso assumido nos relacionamentos, com os filhos, parceiros profissionais, ou par, servirão de motivação para disciplinar a rotina, cuidar adequadamente da saúde, aumentar a produtividade no trabalho e confiança no futuro. Some forças com a família e supere velhas angústias ou ressentimentos. O dia convidará a um detox emocional e ao equilíbrio. Amor em alta!

ESCORPIÃO
Conversas adquirirão tom mais profundo no amor. A semana terminará com fortes emoções e clima mágico na vida íntima. A passagem da Lua por Netuno amplificará os sentimentos e a criatividade. Anote ideias que poderão se transformar em novos projetos de trabalho. Cuidar da saúde e da família será prioridade. Ajuste a rotina, organize seus espaços e facilite as tarefas em casa.

SAGITÁRIO
Pressões financeiras darão uma pausa. Encerre a semana com bons resultados e maior tranquilidade na vida familiar. Conversas apaziguadoras darão mais segurança nos relacionamentos. Apoie os filhos, impulse novas parcerias e crie soluções. Hora de desenvolver novos projetos e inovar o trabalho. Comunicações abertas. Brilhe e marque presença nas redes.

CAPRICÓRNIO
Netuno e Lua imprimirão emoção nas palavras e comunicações de hoje. Talvez você se comova com um presente, declaração de amor ou ação solidária recebida. Momento de fortalecer laços afetivos e somar forças com a família. Antigos relacionamentos entrarão em contato e poderão abrir portas de trabalho. Bom momento para iniciar projetos e aumentar os rendimentos. Amplie contatos.

AQUÁRIO
Encontre as palavras certas para resolver um assunto delicado. Valores afetivos e sentimentos falarão mais alto que a razão. Doe a quem precisa. Ações solidárias farão bem ao coração e à alma. Mudanças acontecerão de dentro para fora. Renove conceitos e liberte sua criatividade. Você encontrará soluções originais para dar a volta por cima e expandir o projeto de vida.

PEIXES
A passagem da Lua por seu signo por Netuno, seu planeta regente, tornará o dia especial. Emoções amplificadas aumentarão ainda mais a união e parceria no amor. Talvez você se afaste de uma amizade ou grupo por divergência de valores. O foco na vida íntima e familiar trará segurança. Conte com estabilidade nas relações próximas, na área financeira e realize sonhos.

PROMOÇÃO
VOCÊ DECIDE!

SORTEIO DE 200 MIL REAIS

PRÊMIOS DE:

- 50.000 MIL REAIS
- 10.000 MIL REAIS
- 5.000 MIL REAIS

A CADA R\$ 100,00 EM COMPRAS VOCÊ GANHA 1 CUPOM PRA CONCORRER

EM DINHEIRO DEPOSITADO EM SUA CONTA!

VOCÊ DECIDE!

VOU... FAZER A VIAGEM DOS SONHOS? TROCAR DE CARRO? TROCAR OS ELETRÔNICOS? REFORMAR A CASA?

UMA PROMOÇÃO INTER PRIME LEB & CONSTRUÇÃO E SUAS LOJAS ASSOCIADAS

COLÉGIO COOPERE

FAÇA PARTE DA FAMÍLIA COOPERE!

SEU FILHO MELHOR A CADA ETAPA

17 3442-5920 / 3462-6555