o extra.net
SÁBADO, 22 DE JANEIRO DE 2022
Mais +

social

"Apressa-te a viver bem e pensa que cada dia é, por si só, uma vida."

Sêneca - Filósofo, escritor e político romano (4 a.C. a 65)

Natielli Carvalho se prepara para apagar velinhas nesta segunda-feira!

Gabriel Barbosa completa mais um ano de vida neste domingo. Parabéns!

Muito sucesso para o empresário **Diego Ramalho!**

Viviane Ulle recebe os parabéns de amigos e familiares nesta data especial!

Um click especial do engenheiro civil **Raphael Pupim!**

O empresário artístico **Marcelo Sana** também está entre os homenageados desta edição!

Parabéns e muitos anos de vida para ela, **Yara Araújo Santos da Silva!**

Lucas Sabino é muito parabenizado por toda galera pela chegada de seu aniversário!

Marcela Barbar
Jornalista I Social Media
Designer I Editora de vídeos
(17) 9 9713-9484
@marcelabarbar
Marcela Barbar
contatomarcelabarbar@hotmail.com
Faça seu orçamento!
MB

Sua Vida Mais Completa
REDE GIGANTÃO
Tudo de Bom!
Fernandópolis

ENFERMEIROS E MOTORISTAS

Equipe da UBS de Mira Estrela recebem treinamento do SAMU de Fernandópolis

O objetivo da capacitação é aprimorar o conhecimento técnico da equipe

→ Da REDAÇÃO
contato@oextra.net

Na segunda-feira, 17, a equipe de enfermagem e os motoristas de ambulância da UBS de Mira Estrela, participaram de um treinamento teórico e prático sobre o atendimento em vítimas de parada cardiorrespiratória – PCR, imobilização em pacientes com fratura e noções de orientações sobre protocolos de IAM – Infarto agudo do miocárdio.

De acordo com a coordenadora municipal de saúde, Ana Paula Marques, o objetivo da capacitação é aprimorar o conhecimento técnico da equipe para um atendimento de excelência a população. O treinamento foi realizado pelos profissionais do SAMU de Fernandópolis.

eterniun

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

• Por **CLARIUS**

• MINUTINHO

Sou eu

• Por: **Autoria desconhecida**

Eu estou ao seu lado e sou aquele que nunca desacredita dos seus sonhos. Sou eu que às vezes altero seu itinerário, e até atraso seus horários para evitar acidentes ou encontros desagradáveis.

Sim, sou eu que falo ao seu ouvido aquelas "inspirações" que você acredita que acabou de ter como uma "grande ideia".

Sou eu quem te causa aqueles arrepios quando você se aproxima de lugares ou situações que vão te fazer mal, e sou eu quem chora por você quando, com a sua teimosia, insiste em fazer tudo ao contrário só para desafiar o mundo.

Quantas noites passei à cabeceira de sua cama velando por sua saúde, cuidando de sua febre e renovando suas energias?

Quantos dias eu te segurei para que você não entrasse naquele ônibus, carro e até avião?

Quantas ruas escuras eu te guiei em segurança?

Não sei, perdi a conta, e isso não importa.

O que realmente importa, e o que me deixa triste e preocupado, é quando você se considera vítima do mundo. Quando você não acredita na sua capacidade de resolver os problemas. Quando você aceita as situações como insolúveis.

Quando você para de lutar e simplesmente reclama de tudo e de todos. Quando você desiste de ser feliz e culpa outra pessoa pela sua infelicidade.

Quando você deixa de sorrir e assume que não há motivos para rir enquanto o mundo está repleto de coisas maravilhosas.

Quando se esquece de mim, seu Eterno Companheiro, aquele que Deus deu a honra de auxiliá-lo nessa missão tão difícil que é viver e progredir.

Já que me deixaram falar diretamente com você, gostaria de lembrar-lhe, que estou ao seu lado sempre, mesmo quando você acredita estar totalmente só e abandonado. Até nesse momento eu estou segurando a sua mão. Eu estou consolando o seu coração. Eu estou te olhando...

• CRÔNICA

A lição da borboleta

• Por: **Autoria desconhecida**

Um dia, numa pequena abertura, apareceu um casulo. Um homem sentou e pôs-se a observá-lo. Ele constatou que, por horas a fio, uma borboleta se esforçava para fazer com que seu corpo passasse através daquele pequeno buraco. Ela certamente queria ganhar asas e conquistar os céus!

Então, de repente, pareceu-lhe que a pequena havia parado de fazer qualquer progresso; que tinha desistido! Parecia que ela tinha ido o mais longe possível e que não conseguiria, por mais que esforçasse, ir além.

Então o observador tomou uma atitude: decidiu ajudá-la. Pegou uma tesoura e, calmamente, cortou o restante do casulo. A borboleta então saiu facilmente.

Porém seu corpo estava murcho e era pequeno. Ela tinha suas asas amassadas.

O homem, pacientemente, continuou a observá-la. Queria ver suas asas abertas; o seu primeiro voo!

Para seu desespero, passaram-se os minutos, as horas e... Nada! A fragilidade daquele corpo não permitia que o novo ser alcançasse a plenitude para qual fora concebido. A borboleta mal conseguia rastejar. Ela nunca foi capaz de voar!

O que o homem, em sua gentileza, bondade e vontade de ajudar não compreendera, é que o casulo apertado e o esforço necessário para passar através da pequena abertura, é o modo pelo qual a natureza - Deus - faz para que o fluido do seu corpo vá até as asas, de forma que ela fique pronta para voar.

Similarmente, algumas vezes, o esforço é justamente o que precisamos desenvolver em nossas vidas. Se Deus nos permitisse passar por ela sem quaisquer obstáculos, nós jamais estaremos preparados para voos maiores (para alcançar os céus).

Há! E a borboleta? O homem guardou-a numa caixinha e cuidou, carinhosamente, até a morte.

Pensamento da Semana

"O maior medo de certas igrejas é Jesus voltar. Já pensou ele pegar toda essa grana em nome dele e distribuir para os pobres?"

Xico Sá

celebridades

Cantora Elza Soares aos 91 anos

Cantora e compositora morreu em sua casa, na capital fluminense

→ Da **REDAÇÃO**
contato@oextra.net

A cantora e compositora Elza Soares morreu aos 91 anos na última quinta-feira (20) por causas naturais. A informação foi divulgada por familiares em conta que pertencia à cantora nas redes sociais.

"É com muita tristeza e pesar que informamos o falecimento da cantora e compositora Elza Soares, aos 91 anos, às 15 horas e 45 minutos em sua casa, no Rio de Janeiro, por causas naturais", diz o comunicado, assinado por Pedro Loureiro, Vanessa Soares, familiares e Equipe Elza.

"Ícone da música brasileira, considerada uma das maiores artistas do mundo, a cantora eleita como a Voz do Milênio teve uma vida apoteótica, intensa, que emocionou o mundo com sua voz, sua força e sua determinação", diz ainda o texto.

O velório e sepultamento de Elza Soares foi realizado nesta sexta-feira (21), no Theatro Municipal do Rio e o sepultamento no cemitério Jardim da Saudade Sulacap.

Cantora morreu de causas naturais

"A amada e eterna Elza descansou, mas estará para sempre na história da música e em nossos corações e dos milhares fãs por todo mundo. Feita a vontade de Elza Soares, ela cantou até o fim", conclui a nota.

Elza iria se apresentar no dia 3 de fevereiro, em São Paulo, e nos dias 19 e 28 de fevereiro, no Rio de Janeiro. A cantora tinha shows marcados ainda para Curitiba e Belo Horizonte e agenda até o mês de agosto.

Diversos artistas e escolas de samba prestaram homenagem à "Mulher do fim do Mundo", ressaltando o legado social e musical da cantora e compositora.

CARREIRA

Nos últimos anos, Elza se manteve ativa no mundo musical e na militância política. Seus três últimos álbuns estiveram carregados da temática feminina.

Lançou, em 2019, o álbum "Planeta fome", que foi um marco em sua carreira, onde abordou o período em que perdeu dois filhos para a inanição e ela própria quase morreu.

Antes, em 2018, lançou "Deus É Mulher" e, em 2015, Mulher do Fim do Mundo.

Ao todo, Elza Soares lançou 34 álbuns ao longo da sua carreira. Seu talento foi revelado em 1953, quando participou do programa "Calouros em desfile", apresentado por Ary Barroso na Rádio Tupi.

"Entrei segurando minha roupa para ela não desmontar e arrastando uma sandália muito vagabunda, que era a única que eu tinha, e o Ary logo me olhou com aquela cara de quem ia aprontar alguma comigo", lembrou a cantora na biografia "Elza", escrita pelo jornalista Zeca Camargo.

"'O que você veio fazer aqui?', perguntou impiedoso. 'Vim cantar', respondeu Elza, achando que era melhor não ceder às brincadeiras. Ele dobrou então a provocação: 'E quem disse que você canta?' Outra resposta curta: 'Eu, seu Ary'", diz outro trecho do livro.

Em 2000, Elza Soares foi eleita a voz do milênio pela BBC.

Segundo o Escritório Central de Arrecadação e Distribuição (Ecad), a cantora e compositora tinha 864 gravações cadastradas.

VIDA

Nascida em 23 de junho de 1930 na zona oeste do Rio de Janeiro, casou-se aos 12 anos com um homem dez anos mais velho, Alaúrdes Soares, e foi mãe aos 13. Elza perdeu dois dos cinco filhos por causa da inanição e ficou viúva aos 21.

Conheceu Garrincha nos anos 1960, com quem teve um filho. Eles ficaram juntos por 15 anos e, ao longo deste período, Elza sofreu com episódios recorrentes de violência doméstica, relatados anos depois.

Assim como Elza, Garrincha morreu também em um 20 de janeiro. Foi em 1983.

A cantora também foi samba enredo da Mocidade Independente de Padre Miguel, em 2020, com o tema "Elza Deusa Soares".

Na divulgação da canção, a escola saudou a compositora e a descreveu como "incendiária" e "monumento vocal".

"Deus é mesmo mulher. Deus é negra. / Ouçam a sua palavra que nos invade. / Salve a Mulher do Fim do Mundo. / Salve Elza Deusa Soares", finaliza a sinopse.

Contra vacina, atriz Elizangela é internada em estado grave com sequelas da Covid-19

Ela não tomou nenhuma dose do imunizante contra a doença

→ Da **REDAÇÃO**
contato@oextra.net

A atriz Elizangela foi internada em estado grave com sequelas respiratórias da Covid-19 na última quinta-feira, 20. Segundo a prefeitura de Guapimirim, na Baixada Fluminense, a atriz chegou passando muito mal ao Hospital Municipal José Rabello de Mello e quase teve que ser intubada. Nesta sexta-feira, 21, a atriz encontrava-se estabilizada, no CTI. Os testes recentes apontaram, no entanto, que a atriz não tem mais o vírus da Covid.

Segundo a assessoria da artista, Elizangela é "bem rebelde" e radicalmente contra a vacinação — como deixa claro em suas redes sociais, onde já chegou a comparar a vacina com estupro. Ela não tomou nenhuma dose do imunizante contra a doença.

Segundo a assessoria da artista, ela é radicalmente contra a vacinação

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO
Segunda-feira, 17h30

Os alunos da Ribalta e da academia de Gael expulsam Olavo e Josefina. Duca volta para casa. Dandara aconselha Bianca a conversar com Duca. Nat explica para Germano como recuperou a memória e lamenta ter perdido Duca. Bianca pede que Duca resolva sua história com Nat. Sol procura um corretor de imóveis e planeja se mudar com Bete. Germano beija Roberta. Duca afirma a Nat que ama Bianca. Gael, Edgard, Dandara e Lucrécia se unem aos alunos da fábrica contra Josefina, que chega com a polícia ao local. Lobão jura vingança contra Gael.

NOS TEMPOS DO IMPERADOR
Sábado, 18h00

Dolores vai com Nicolau para a Quinta, e Teresa a protege. Luísa e Pedro se preocupam com a possibilidade de Dominique revelar seu romance. Vitória se prepara para ir a Paris. Quinzinho é libertado, e Clemência não se importa. Tonico manipula Dominique. Nélio e Dolores se reencontram. Cândida avisa a Zayla que teve uma visão de perigo com Guebo. Elisa ameaça Solano ao vê-lo próximo a Pilar.

QUANTO MAIS VIDA MELHOR
Sábado, 19h15

Roni simula animação pela presença de Neném. Carmem explica a Paula por que resolveu aceitar o namoro de Gabriel e Flávia. Roni ameaça Neném. Rose tenta convencer Celina a apoiar seu casamento com Guilherme. Carmem confirma com Marcelo a sabotagem contra a rival. Paula procura Rose. Flávia descobre a sabotagem, mas é impedida por Marcelo de avisar a Paula. Celina adormece com o chá especial que Deusa faz para ela. Guilherme se surpreende com o jantar romântico de Rose. Flávia sobe em um andaime para tentar avisar a Paula sobre a sabotagem. Marcelo entrega a caixa com os cremes adulterados a Paula. A morte salva Flávia.

TE DOU A VIDA
Segunda-feira, 20h30

Nelson tenta entender como Gina pode abandonar sua própria filha. Ele se pergunta se é o culpado. Augusto diz a ele para não se culpar. Nelson reconhece, Gina se tornou uma pessoa fria, calculista e sem escrúpulos. Ele começa a chorar pela pequena Maria, por ter uma mãe tão ruim. Augusto diz que ela tem um avô maravilhoso, e que os dois podem criá-la. Nelson diz que ele é um bom homem, o filho que ele sempre quis.

PROVA DE AMOR
Segunda-feira, 15h15

Lopo e Murilo se aproximam pela mata. Daniel volta e tenta levantar Clarice. Clarice está desacordada. Daniel chora. Nininha e Daniel estão agachados ao lado de Clarice que está imóvel. Daniel tem que escolher deixar Clarice ou fugir com Nininha e salvar a vida dele e da filha. Daniel corre com Nininha. Lopo se joga de joelhos ao lado de Clarice. Lopo fica com Clarice e manda Murilo ir atrás de Daniel. Lopo beija Clarice, que está desacordada. Júlio se despede de Diana e vai trabalhar. Diana diz para Júlio que pensa em abandonar a carreira na polícia. Miro liga para Diana e pergunta se ela tem o dinheiro para resgatar Toni. Murilo corre atrás de Daniel e Nininha. Eles se escondem. Murilo diz para eles se entregarem.

UM LUGAR AO SOL
Sábado, 21h00

Christian/Renato chega no momento em que Bárbara atende o celular de Ravi. Bárbara conta a Elenice que pensa em adotar uma criança. Elenice e Bárbara firmam um pacto para prejudicar Érica. Christian/Renato orienta Ravi a ligar para Lara e dizer que conseguiu um emprego. Ravi se destaca como funcionário do mês na loja da Redentor. Christian/Renato oferece dinheiro a Joy para a moça se afastar de Ravi. Lara repreende Noca por ter aceitado a indenização de Christian/Renato. Christian/Renato diz a Bárbara que não adotará uma criança com ela.

Horóscopo

ÁRIES
Uma onda de energia positiva envolverá a carreira e as finanças. A semana terminará com conexões profissionais atraentes e propostas de parceiros. Foque nas relações e abra caminhos para o futuro. Equipe e questões coletivas cobrarão posicionamentos claros. A responsabilidade social aumentará nesta fase. Siga orientações com atenção e proteja sua saúde e a dos outros.

TOURO
Reflexões sobre o futuro continuarão em andamento, você terá tempo para tomar decisões com calma, se quiser dar uma virada de vida. O Sol iluminará caminhos de maior realização profissional e de sucesso. Aproveite o fim do dia para viajar com o par ou com os filhos, respirar novos ares, curtir paisagens bonitas e baixar a ansiedade, num ambiente protegido.

GÊMEOS
Troque confidências com o par, curta o carinho da família e cultive a serenidade. A semana terminará com paz interior e autoestima. Prefira ficar em casa num clima íntimo e relaxar. A Lua trará lembranças gostosas e resgates do passado. Talvez precise adiar uma viagem ou alterar planos. O prazer estará na simplicidade dos pequenos gestos, cuide de quem você ama!

CÂNCER
Conte com grande empatia nas interações e aprofunde vínculos. As conversas de hoje despertarão sonhos e incentivarão mudanças. Viagem e planos de desenvolvimento entrarão no radar. Explore uma cultura diferente e amplie conexões internacionais. Novos planos para o futuro serão motivadores. A semana terminará com novidades e sucesso nos empreendimentos.

LEÃO
Boas notícias na área financeira motivarão o trabalho e mudanças na rotina. Crie projetos, inove a atuação e abra novo caminho na carreira. Mudanças virão para melhor, mesmo que planos pareçam confusos neste momento. Algo maior se desenhará para o futuro e fortalecerá a missão. Diversifique atividades, descubra prazeres diferentes e torne o cotidiano mais agradável.

VIRGEM
Cuide da beleza e revele seus encantos. O amor inspirará mudanças de comportamento e de padrões. Considere um convite de viagem com carinho e quebre a rotina. Notícias e novidades de longe esquentarão o coração e despertarão sonhos. Se estiver só, a semana terminará com chances de recomeço, alguém do passado poderá retornar com nova proposta. Paixão em alta!

LIBRA
Encerre a semana com bons resultados, autoconfiança e coração tranquilo. Harmonia com a família criará um clima carinhoso e protetor. A fase favorecerá mudanças, conquista de poder, cuidados com o corpo e atenção à saúde. Espere por expansão no trabalho, uma oportunidade desencadeará reflexões importantes sobre o futuro, lifestyle e caminhos a seguir.

ESCORPIÃO
Conversa carinhosa com uma amizade animará o clima. O dia trará entendimento do passado e solução de uma antiga pendência. Recupere um elo perdido, encontre documentos, fotografias e valorize sua história de vida. O resgate das origens fortalecerá sua identidade e autoestima. Encontre novas maneiras de expressar os sentimentos, os desejos e dê chances ao amor.

SAGITÁRIO
A semana terminará com sucesso financeiro, projeção e popularidade no ambiente profissional e mais motivação. Embarque numa onda de energia positiva, amplie comunicações, contatos e brilhe publicamente. O dia será movimentado por novas ideias e soluções brilhantes no trabalho. Valerá também circular pelas redes e descobrir tendências. Conquistas e vitórias pela frente!

CAPRICÓRNIO
Rompa barreiras e preconceitos nas relações. Vênus retrógrado em seu signo trará reflexões importantes sobre escolhas e investimentos. Aproveite para renovar os looks e surpreender. Uma viagem no fim do dia será tudo de bom no amor. Siga os protocolos à risca e mantenha a saúde protegida. Não será hora de correr riscos de nenhum tipo. Cuide do seu dinheiro.

AQUÁRIO
Sol em seu signo destacará seu brilho, inteligência rápida e originalidade. Aposte em mudanças e comece um novo ciclo de vida. Mudanças nos padrões de consumo e soluções financeiras darão tranquilidade e calma para tomar as melhores decisões. A semana terminará com privacidade. Aproveite para curtir as delícias da intimidade e realizar fantasias românticas.

PEIXES
Carinho dos amigos, novas amizades e clima romântico no amor anunciam muitas emoções hoje. Embarque numa onda de energia positiva e amplie relações. A vida social ficará mais gostosa com o ingresso num grupo estimulante e acolhedor. Encontre um ponto de equilíbrio entre os seus desejos e os do par. Diferenças poderão ser enriquecedoras nos relacionamentos.