



DE 02 DE DEZEMBRO DE 2023 A 08 DE DEZEMBRO DE 2023

Nº 1.011 R\$3,00

Circulação:
Itaúna - MG
Mateus Leme - MG

Av. Central, 197 - Padre Eustáquio - Itaúna - MG - 35680-159
journalsocialluizparreiras@gmail.com ☎ 37 99118 3000 @journalsocial.luizparreiras

Jornal Social



LUIZ PARREIRAS

Há 40 anos sua ótica de confiança.

Rua Gonçalves da Guia, 56 - Itaúna - (37) 3241-0035 - @oticavisualitauna



ÓTICA VISUAL



GELADASSA

GRANDE VARIEDADE DE BEBIDAS
ALUGUEL DE CAIXAS DE GELO,
MESAS E CADEIRAS



AV. JOVE SOARES, 1239 - CENTRO - ITAÚNA - MG
DELIVERY: 37 3242.1384 / 37 9 99 19.0704



Nay Cunha



Pipoca Gourmet

@nay.cunha_pipocagourmet
(37) 99903.9528

Doces momentos de alegria em formato de pipoca. Para comemorações, presentes personalizados e muito mais!



Loja Maçônica Itaúna

Livre realiza o **1º Baile das Acácias**

Pág. 03

Pensando em **construir ou reformar?**



Mãos à Obra

CONSTRUÇÕES

37 3249 3269

maosaobraconstrucoes@gmail.com
www.maosaobraconstrucoes.com.br

AQUI TEM TUDO PARA SUA CONSTRUÇÃO!



TOPÁZIO IMPERIAL HOTEL

Rua Bárbara Heliodora, 22
B. Universitário - Itaúna - MG
37 3242.5852

9 anos da **Academia Styllus**

Pág. 02

Inauguração do **Mirra Espaço de Festas**



Entrega dos Troféus **5 Estrelas e Feminino Plural 2023**

Pág. 06

PANIFICADORA **EBENESER**



Salgados por encomenda

R. Péricles Gomide, 02
Centro - Itaúna - MG
37 3241-4790

07 de dezembro **Dia do Cirurgião Plástico**

Pág. 03

Inauguração do Mirra Espaço de Festas

Foi inaugurado em Itaúna no último dia 27 de novembro o Mirra Espaço de Festas, um novo local para a realização de recepções com estrutura ampla, aconchegante e moderna. O espaço possui dois ambientes distintos, uma área infantil com capacidade de até 120 pessoas incluindo espaço kids e outra área, adulto em andar diferente com capacidade

para até 150 pessoas. Ao alugar o espaço já está incluso 16 mesas redondas, 130 cadeiras, 5 mesas bistrô, 20 banquetas, 1 mesa de buffet, 1 freezer vertical e 1 freezer horizontal. Estiveram presentes na inauguração, decoradores, proprietários de buffet, para que pudessem conhecer a nova opção para reali-

zação de festas na cidade que ficou sensacional. Esse é um empreendimento do casal Tânia Alves Martins e José Martins Barroso que vendo a necessidade de se ter um novo espaço festa na cidade assim resolveram expandir os negócios da família para a área de entretenimento.

A noite de cortar de fitas foi brindada com um delicioso coquetel e Geise Pousa realizou a bênção do local, ministrando a palavra de Deus. O nome Mirra é uma homenagem aos filhos do casal, MI de Miguel e RRA de Rafael, é mesmo uma família abençoada. O Mirra está localizado na Avenida São João, 5361 no Bairro Olímpio Moreira.

Ao programar sua festa faça uma visita. Valores diferenciados para cada dia da semana, consulte. Siga o perfil no instagram: @mirraespacodefestas Fotos de Fernanda Andrade da Fonseca



Tânia com os filhos Miguel e Rafael



Tânia e seus pais Aparecida e Antônio



Antônio, Aparecida, José Martins, Tânia, Cristiane e Germano



Tio Lucas, Tânia, Vanderleia e Miguel



Tânia e Luiz Parreiras



Gisele (Gigi Festas), Tânia e Andressa Raquel



Geise Pousa, Tânia e Alessandra (decoradora)



Tânia e Fabiana Dornas (promotora de eventos)



Zethy (Zethy Buffet), Anderson e Gláucia, Tânia, Meiriane e Kenderson



Isac, Tia Fabi (Pérolas Recreações), Tânia e Esther



Tânia entre Geise e Renata (Rosa Limão)



Germano, Cristiane, Gisele (Buffet Gisele Almeida) e Tânia



Academia Styllus 9 Anos e Novas Instalações

A Academia Styllus chega aos seus 9 anos de fundação, e para celebrar a ocasião o seu proprietário, Rogério Rezende recebeu convidados em um coquetel oferecido no interior da academia no último dia 25/11 e assim apresentou também a repaginação das instalações da academia e

aquisição de novos equipamentos, cujo resultado ficou sensacional. A Academia Styllus está localizada na Rua Marechal Deodoro 404 no Centro Itaúna. Desejamos sucesso sempre.

Nas fotos abaixo a talentosa equipe da Styllus



Leonardo, Luiz, Fenando, Diogo, Kelly, Marcelo e Rogério Rezende



Karla, Ana Flávia, Marcelo, Mariana, Luiz, Diogo, Rogério e Leonardo

Rogério Rezende declarou - Gratidão imensa a todos alunos e parceiros. A Styllus está de cara nova, novos equipamentos, ambiente agradável e muito acolhedor. São 9 anos levando mais saúde e qualidade de vida aos nossos alunos. Sempre buscando o melhor a cada um deles. É um privilégio estar a frente da Styllus.

Notas Literárias

Série - Sobre a poesia - 02
O POEMA É A POESIA

Posso escrever um texto poético e este não ser um poema. Sim. Existem inúmeras crônicas, texto dissertativos que são verdadeiras poesias. Isto ocorre porque a poesia pode se expressar em formas distintas de textos. A poesia é livre e não se prende a uma determinada forma de expressão.

Mas a poesia tem uma forma específica de se expressar que é o poema. O é um estilo literário constituído de versos, estrofes e rima. Esta é a forma clássica do poema, é a sua estrutura, é o seu corpo, a sua materialidade. Com o tempo os poemas foram ganhando novos formatos. Alguns são apenas constituídos de versos, não se organizam em estrofes, nem possuem rimas. Mas mesmo assim são poemas. Outros são muito bem estruturados, organizados de tal forma que possuem o mesmo número de sílabas sonoras, chamado métrica. São igualmente poemas. Tudo isso depende da técnica, do conhecimento ou do estilo do poeta. Mas também da intenção do poeta ao escrever sua poesia. O poeta escolhe uma forma específica de apresentar seus poemas, pois acredita que a forma do poema pode facilitar ou mesmo ajudar a expressar a sua poesia.

Para exemplificar isso, podemos citar a poesia concreta, onde os poemas eram apresentados de tal maneira que gerava uma imagem constituída de texto. Ou seja, os poetas concretos utilizavam não somente da poesia para manifestar seus sentimentos, suas emoções, mas também utilizava da própria forma do poema para se comunicar com seus leitores.

No exemplo abaixo, o poeta criou um poema no formato do símbolo do infinito e assim escreveu sua poesia. E o que ele diz "o infinito dos seus olhos me faz encontrar o infinito." e aí repete infinitamente de modo que o leitor não consegue saber ao certo onde começa e onde termina o poema... no infinito, talvez... Não é interessante?!

Assim a forma do poema foi reestruturada para melhor expressar a ideia do autor.

encontrar o infinito em
seus olhos
me faz encontrar o infinito

Claro que esta poesia, assim apresentada, pode provocar estranheza e até gerar aversão, mas a poesia não se prende a formas. A poesia é livre.

Vamos agora a mais um exemplo, agora do poeta pantaneiro Manoel de Barros. Observe a estrutura deste poema, e perceba a qualidade de sua poesia. Veja:

O apanhador de desperdícios

Uso a palavra para compor meus silêncios.
Não gosto das palavras
fatigadas de informar.
Dou mais respeito
às que vivem de barriga no chão
tipo água pedra sapo.
Entendo bem o sotaque das águas
Dou respeito às coisas desimportantes
e aos seres desimportantes.
Prezo insetos mais que aviões.
Prezo a velocidade
das tartarugas mais que a dos misseis.
Tenho em mim um atraso de nascença.
Eu fui aparelhado
para gostar de passarinhos.
(...)

(Manoel de Barros, "O apanhador de desperdícios")

Veja como o poeta compôs seu poema. Não há estrofes, só versos. Os versos não são somente livres, eles parecem desconexos entre si, mas promovem uma estranheza no leitor, tira-o do lugar comum... propõe outros sentidos para as palavras. Como compor silêncio com palavras? Como ter palavras fatigadas de informar? Veja que para o poeta as palavras água, sapo e pedra são palavras que vivem de barriga no chão? Palavra tem barriga? Qual seria o sotaque das águas? E como isso se articula com o verso anterior? Parece que não tem nada com nada, mas ao mesmo tempo, tudo. Tudo está interligado... Esta é uma nova forma de lidar com a liberdade dos versos que é a própria liberdade da poesia.

Isso não é maravilhoso?

Professor Fonte Boa - Academia Itaunense de Letras - Cadeira 03 - Patrono Manoel de Barros

Depois de 47 anos de formadas, normalistas do Estadual

As normalistas do Estadual de Itaúna que concluíram o curso em 1976 estiveram reunidas no último dia 28 de novembro no Stout Bar em um especial encontro organizado por Maria de Fátima Carvalho. Um momento de relembrar boas histórias da época de normalistas e apertar laços dessa

amizade que perdura por mais de quatro décadas. Estiveram presentes: Célia, Valéria, Silvânia, Valécia, Regina, Marlene, Bernadete, Maria José, Rosângela, Maria de Fátima, Eunice, Gláucia, Vani, Elaine, Celma, Maria Tereza e Luzia
Foto abaixo



Posse na Academia de Letras do Brasil

A querida escritora, Cida Rios do distrito de Azurita da cidade de Mateus Leme, tomou posse no dia 25 de novembro como acadêmica da Academia de Letras do Brasil/Minas Gerais/Região Metropolitana de Belo Horizonte, na cidade de Esmeraldas,

ocupando assim a cadeira 63. Brevemente Cida estará lançando uma nova obra "Poesias Inesquecíveis" Na foto abaixo, Cida está acompanhada da ilustre escritora mateuslemense Maria Mendes e de Mauro Morais, presidente da ALB/RM/MG.



Dchique Dog e cia
O seu pet merece o melhor!
Rua Manoel Gonçalves, 115
Centro - Itaúna - MG
37 3241-5976

Karine Honorato
INSTITUTO DE BELEZA
Há mais de 10 anos atuando na área
Especialista em alongamento
Venha realçar sua beleza e aumentar sua autoestima.
Agende sua avaliação:
R. Agripino Lima, 61 - Centro - Itaúna
37 999283139
@karine.honoratomegahair

Cabelos Kaína
Venda de cabelos humanos e orgânicos /
Tic Tac / Rabos de cavalo
Coque Puff / Jumbos
Enviamos para todo Brasil!
Vendas e preparações
R. Agripino Lima, 61 - Centro - Itaúna
(37) 99822-1913
@cabelos_itauna | Gleisson Vendedor

CRIAÇÃO DE CONTEÚDO PARA REDES SOCIAIS
VALORES ESPECIAIS PARA PACOTES MENSIAIS!
BAH FAÇA SEU ORÇAMENTO
37 99123.6172

Nanda
AV. GETÚLIO VARGAS, 648
CENTRO - MATEUS LEME - MG
31 3535.3450

DR. JOSÉ LÚCIO BRAZ DE MATOS
Ortodontista - CROMG 5771 / Pós-Graduado em nível de mestrado pela UFRJ /
Habilitado e credenciado para as seguintes opções de tratamento: Sistema INVISALIGN (alinhadores transparentes) Sistema DAMON Sistema InvisibleFast
R. Cap. Vicente, 26 - Centro Itaúna - MG - 37 3241.4040

PAPELARIA IVANA
Rua Coronel Osório Camargos, 29
Centro - Itaúna - MG
DELIVERY: 37 3241-4301

CGC CONTABILIDADE
Rua Santana, 230 - B. das Graças Itaúna - MG - CEP 35680-329
Telefax: (37) 3242-1491
e-mail: contabilidadecgc@gmail.com

Vértice
ARQUITETURA E ENGENHARIA
PROJETOS DE ARQUITETURA | PROJETOS DE INTERIORES | PROJETOS DE PAISAGISMO | PROJETOS HIDRÁULICOS, ELÉTRICOS, AUTOMAÇÃO RESIDENCIAL, ACOMPANHAMENTO DE OBRAS E CONSULTÓRIAS
(37) 99925-2558 | Vértice Construtora
@vertice_construtora_itauna
R. Agripino Lima, 55, Sala 104, Centro - Itaúna - MG
luanfernandesarqurb@gmail.com

Engenharia TRM
Projetos / Regularização de Imóveis
Engenharia Diagnóstica
Engenharia Condominial
Engenharia Legal (Avaliações e Perícias)
(37) 9 9108-6079 (37) 9 9829-0804
thuaneeng@gmail.com

DELÍCIAS DA Luzia
Luzias GOURMET
37 9 9937.3534 - 37 9 9832.8405
@deliciasdaluzia

COMPLETO SERVIÇO VETERINÁRIO A PEQUENOS ANIMAIS
RAÇÕES, ACESSÓRIOS, MEDICAMENTOS
BANHO E TOSA

São Francisco
Clínica Veterinária Desde 1994
AV. JK, 1270 - BAIRRO TROPICAL
ITAÚNA - MG - 37 3241-1344

HIDROÚNA
Soluções em Saneamento
TUDO PARA POÇOS ARTESIANOS E PERFURAÇÃO
EQUIPAMENTOS E DISPOSITIVOS PARA PISCINAS, CASCATAS E HIDROMASSAGENS
SISTEMA E EQUIPAMENTOS PARA IRRIGAÇÃO
(37) 99813-7844 (37) 99108-6079
Hidroúna | Hidrouna
www.Hidrouna.com.br
Av. Castro Alves, 1827
Irmãos Auler - Itaúna - MG



Leo Tavares, Karina Santos, Hebert Pinto, Gisele Israel e Luiz Parreiras

Loja Maçônica Itaúna Livre realiza o 1º Baile das Acácias



No dia 18 de novembro nos salões do Buffet Isaura Araújo foi realizado o 1º Baile das Acácias preparado de forma muito especial pelas esposas dos maçons da Loja Maçônica Itaúna Livre, capitaneadas pela primeira dama, Jeisy Amorim. O baile de cunho beneficente arrecadou um litro de

leite por cada convidado que será doado à entidades carentes. No palco do baile que foi embalado pelas músicas dos anos 80 contou com a presença da Banda Retrô de BH e do DJ Tiago Marques. Foi um sucesso. Veja mais fotos no site www.luizparreiras.com.br



Luiz Parreiras, Rita Carvalho, Fátima Freitas e Imaculada Amorim



O venerável Lúcio Bom Conselho, sua esposa, Jeisy Amorim e Luiz Parreiras



Karina Santos dona da marca, Yes Trend Brazil e Luiz Parreiras



A empresária Gisele Israel (Gigi Festas) e Luiz Parreiras



Luiz Parreiras e o notável ex-deputado estadual, Gustavo Mitre



Mozart Tavares Nogueira, Lúcio Bom Conselho e Arnaldo de Souza Ribeiro

07 de dezembro - Dia do Cirurgião Plástico

No dia 7 de dezembro é celebrado no Brasil o Dia do Cirurgião Plástico, uma homenagem ao trabalho do profissional que é responsável por tratar traumas e patologias, com o intuito de melhorar as características estéticas de seus pacientes. A data celebra a importância do trabalho desses médicos, e também alerta para os riscos da realização de cirurgias e procedimentos estéticos com profissionais não especializados. De acordo com a pesquisa da Sociedade Internacional da Cirurgia Plástica (ISAPS), o Brasil ocupa atualmente o segundo lugar no ranking de países que mais realizam procedimentos cirúrgicos, ficando atrás apenas dos Estados Unidos. Diante desta realidade, o nosso País é um grande polo para atuação do cirurgião plástico, e por isso é importante va-

lizar o profissional e alertar a população sobre os riscos dos procedimentos.

Origem do Dia do Cirurgião Plástico

O Dia do Cirurgião Plástico foi escolhido em memória à data da fundação da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), que aconteceu em 7 de dezembro de 1948. A entidade médica é a responsável pela autorização da realização de trabalhos pelos profissionais da área, e cabe a ela a titulação dos cirurgiões plásticos após o cumprimento de di-

versas exigências, como 2 anos de especialização em cirurgia geral e 3 anos de cirurgia plástica, por exemplo.

Um médico e cirurgião plástico membro da SBCP garante maior segurança aos seus pacientes. Quando se opta por fazer um proce-

dimento cirúrgico liderado por profissionais não credenciados à entidade, o paciente coloca a sua vida em risco, uma vez que não se tem como garantir a real qualificação e preparo daquele cirurgião.

Com informações www.educamaibrasil.com.br



o olhar capaz de externar a beleza interior com dedicação, ética e amor.

07 de dezembro - Dia do Cirurgião Plástico

Flávio Leite
Cirurgia Plástica

Av. Getúlio Vargas, 311 - Itaúna - MG
(Clínica Vox Dei) - (37) 3249-0450
Rua Coronel João Notini, 331 - 6º andar
Divinópolis - MG - (37) 3213-0435



GS
CALHAS E RUFOS EM GERAL

Arquiteto para auxiliar em seu projeto!
Orçamentos sem compromisso.
Av. São João, 3484 (junto com a
Madeiraira SB) - Itaúna - MG
(37) 3241-1885

AMAC
ASSESSORIA CONTÁBIL

MATEUS LEME: Pça. Benedito Valadares,
108A Centro - (31) 3535-2998

IGARAPÉ: R. Cristiano Machado, 122
Centro - (31) 3534-4216 / (31) 3534-1827
www.amaccontabil.com.br

MAURILIO
Mudanças

Desde 1995

Residencial e Comercial
Itaúna - MG

- ✓ Montador ✓ Caminhão Baú
- ✓ Equipe de ajudantes
- ✓ Personal Organizer

☎ 37 99953-0169

Baiano
lanches
O original

DELIVERY
37 3241.0994
37 9 9825.4388
37 9 9953.6833
37 9 9962.0191
37 3241.2519

R. Marechal Deodoro, 53
Centro - Itaúna - MG

AVENIDA
Marmoraria

Mármore e Granitos

Lavatórios, pias, bancadas,
pisos, soleras e nichos.
Av. Manoel da Custódia, 856
São Geraldo - Itaúna - MG
(37) 3242-4007
(37) 9 9967-4716 (Ênio - Vó)
marmorariaavenida@hotmail.com
www.marmorariaavenida.com

AUTO ESCOLA
SÃO JUDAS TADEU

R. PROF. FRANCISCO SANTIAGO, 146 - CENTRO
ITAÚNA - MG - 37 3241-4010

CLÍNICA VETERINÁRIA CENTRAL

Atendimento, cirurgia,
pet shop, banho e tosa.

Rua Manoel Corrêa, 71
Centro - Itaúna - MG
Telefone: (37) 3242-2324
Celular: (37) 9 9902-4334

Advocacia especializada em trânsito

Recursos de multas

Thairan Luiz Silva Ferreira
OAB-MG 166.608 - (37) 98802-7512
Rafael Magalhães
OAB-MG 135.343 - (37) 98804-9239
ADVOCACIA, ASSESSORIA E
CONSULTORIA JURÍDICA
R. Silva Jardim, 279
Centro - Itaúna - MG
itaunatransito@gmail.com

PANIFICADORA Amaral

Sabor inimitável!

PADARIA, MERCEARIA,
LANCHONETE E CONVENIÊNCIA

Segunda à sexta - de 06 às 21h
Sáb. - de 06 às 19h / Dom. - de 09 às 13:30h
R. Manoel Zacarias, 05 Bairro das Graças
Itaúna - MG - 37 3241.1515
@amaralpanificadora
Panificadora Amaral

california
Hamburgueria

Av. Jove Soares, 274
Centro - Itaúna - MG
(37) 3241.3284 / (37) 3243.6416
(37) 99968.0857 (37) 98836.9153
@californiahamburgueria

COMERCIAL maferje

Comercialização de sucatas metálicas
ferrosas e não ferrosas, materiais de
aproveitamento, máquinas,
equipamentos e resíduos industriais

Av. Dr. Walter Mendes Nogueira, 965
B. Antunes - Itaúna - MG
(37) 3243-4891

CONTABILIDADE CENTRAL

A melhor assessoria contábil, não é aquela que
fecha o balanço da sua empresa todo mês,
mas aquela que proporciona
crescimento e resultados para o seu negócio!

José Eustáquio de Souza
Contador
Warlei Eustáquio de Souza
Contador

Fone: 37. 3242.3739

R. João Dornas, 134 - Bairro das Graças
35680-335 - Itaúna - Minas Gerais

SOLAR
IMÓVEIS

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

CONTABILIDADE J. FRANCO

Rua Canadá, 20 - Pio XII
Itaúna - MG
Telefone: (37) 3249-3650
@contabilidadejfranco



ESPECIAL VEÍCULOS

Síndrome do bebê esquecido: como prevenir tragédias

A síndrome do bebê esquecido, conhecida em inglês como Forgotten Baby Syndrome (FBS), é um fenômeno que pode acontecer com qualquer pessoa, mesmo com os pais mais amorosos.

Ela se caracteriza pelo esquecimento de uma criança no banco de trás de um carro, o que pode levar à morte da criança por insolação ou mesmo sufocamento.

Embora não haja dados sobre mortes de crianças esquecidas em carros no Brasil, nos Estados Unidos, estima-se que, em média, 38 crianças morrem anualmente nessa situação.

Mais vulneráveis ao calor

A maioria das mortes decorrentes da "Síndrome do Bebê Esquecido" ocorre devido à insolação. O corpo de uma criança pode aquecer cinco vezes mais rápido do que o de um adulto, tomando-os especialmente vulneráveis ao calor num carro fechado.

Os sintomas da insolação incluem perda de consciência, falta de ar, desmaios, vertigens, extremidades arroxeadas, fortes dores de cabeça e delírios.

Fatores que contribuem para o esquecimento

Ainda não se sabe ao certo o que causa a síndrome do bebê esque-

cido. No entanto, alguns fatores podem contribuir para o esquecimento, como:

Rotina: Muitos pais se acostumam com o trajeto casa-trabalho, e quando mudam esse hábito, por exemplo, não conseguem internalizar a informação, seguem no piloto automático e acabam "esquecendo" o bebê.

Excesso de informações: Os condutores ocupam cada vez mais as mãos enquanto dirigem, mexendo no celular, no GPS, sintonizando rádio e TV ou buscando objetos.

Transporte de bebês em cadeirinhas: Essa regra é imprescindível para a segurança dos pequenos, mas dificulta a interação entre pais e filhos durante a viagem, o que pode levar ao esquecimento.

Como evitar o esquecimento

Algumas atitudes simples de prevenção podem evitar que esse tipo de tragédia aconteça, como:

· Criar o hábito de sempre checar o carro antes de trancá-lo.

· Colocar, junto com o filho no banco de trás, um item integrante da rotina diária do pai, como um celular, notebook ou até mesmo uma chave.

· Instalar um sistema de alerta no carro, que emite um sinal sonoro ou visual quando o bebê é deixado no

banco de trás.

· Aplicativos como o popular Waze oferecem ao usuário configurar um "Lembrete de Criança". No entanto, para funcionar é preciso traçar uma rota. O aviso é emitido ao chegar ao destino programado.

Tecnologia das montadoras no combate à FBS

As montadoras investem em tecnologia para evitar o esquecimento de crianças nos carros. Muitos veículos mais recentes possuem luzes e alarmes que recomendam que os motoristas verifiquem o banco traseiro quando desligam o carro.

No entanto, esses sistemas ainda são falhos e não podem detectar se uma criança está presente, dependendo principalmente da abertura das portas traseiras.

Algumas montadoras, como Kia e Hyundai, têm implementado sensores ultrassônicos que podem detectar movimentos no banco traseiro após o veículo ser trancado, acionando alarmes e enviando mensagens ao motorista.

Modelos como o Hyundai Genesis GV70, vendido nos EUA, têm sistemas baseados em radar que podem detectar movimentos leves, como a respiração de uma criança dormindo.

No entanto, essas tecnologias ainda são raras e não são equipamentos de série na maioria dos veículos novos.

Alerta de banco traseiro obrigatório em 2025

Reguladores federais nos Estados Unidos estão desenvolvendo regras que tornarão obrigatórias luzes e sons de lembrete do banco traseiro em veículos novos a partir de 2025.

As principais montadoras também se comprometeram a incluir sistemas básicos de lembrete do banco traseiro em todos os novos veículos até essa data.



ALEX AUTO PEÇAS

Peças automotivas para nacionais e importados

DESCONTO DE 10% EM ATÉ 3X NO CARTÃO
DESCONTO DE 5% EM ATÉ 6X NO CARTÃO
10X NO CARTÃO O VALOR NORMAL

(37) 3241-2452 / (37) 3241-1877
(37) 3242-1966 / (37) 99156.0148
Av. São João, 4324 - Itaúna - MG
alexautopecas@veloxmail.com.br

Com informações
www.otempo.com.br/autotempo



POSTODELTA

R. Silva Jardim, 653
Centro - Itaúna - MG
37 3242-4499

GERALDO
Radiadores

Av. São João, 5478
Nova Vila Mozart - Itaúna - MG
geraldoradiadores@gmail.com
(37) 3242-7980
(37) 9 9951-5462 / (37) 9 9817-4193

Pedra Negra
CORRETORA DE SEGUROS

37 3242-1940
atendimento@pedranegraseseguros.com.br

Center Oil

TROCA DE ÓLEO
Óleos para carros, caminhões, tratores, fora de estrada, motos, marombas, máquinas industriais, redutores industriais e veículos náuticos.

Rua João Cerqueira Lima, 686 - Centro
Itaúna - MG - (37) 99819-4021
Rua Camilote, 104 - Vila Tavares - Itaúna - MG
(37) 3243-4344 (37) 99909-1838

Sinta-se em casa

dicas, receitas, sugestões

VIP
VAREJÃO IRMÃOS PEREIRA

VERDURAS, FRUTAS E LEGUMES
DIRETO DO PRODUTOR

AV. JOVE SOARES, 580
ITAÚNA - MG
37 9 9967.1047
37 3241.4047

AÇOUGUE SERV BEM

AV. PLATINA, 303 - PADRE EUSTÁQUIO
ITAÚNA - MG - 37 3242.4434
37 9 9925.7443 / 37 9 9941.4771

Pizza de Tomate

Ingredientes
1 cebola de cabeça picada redonda
2 tomates maduros picados
1/2 colher de manteiga
3 ovos
Salsinha
Cebolinha
2 fatias de presunto
4 fatias de mussarela
Orégano

Preparo
Em uma frigideira coloque a manteiga e deixe começar a derreter, em seguida coloque a cebola e os tomates por cima, coloque tempero, um pouco de pimenta do reino e tampe por 5 minutos em fogo baixo para o cozimento. Em seguida acrescente o presunto picado. Em outro recipiente, misture os ovos, tempero, salsinha, cebolinha, pimenta do reino e depois

coloque essa mistura por cima do presunto na frigideira, tampe e deixe cozinhar por mais ou menos 5 minutos ou até você perceber que os ovos estão cozidos. Depois coloque a mussarela e bastante orégano, tampe e deixe derreter o queijo.

Contribuição Valéria Campos

Dicas de culinária

Para saber se a massa do macarrão está cozida al dente, prove e verifique se está macia, porém firme. O centro não pode estar duro e com sabor de massa crua.

Confira essa e outras receitas deliciosas receitas:

[@honsmomentos_valeriacampos](#)
Programa Bons Momentos

Para Refletir

Não tenha medo de mudar. Tenha medo de, aqui um ano, estar reclamando dos mesmo problemas de hoje.

Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor

Muito mais vantagens para você!

FarMelhor
Faz bem por sua saúde. Faz bem por seu bolso.

Tel: (37) 3241-4563 | 3073-3690
Wpp: (37) 9 9823-5537
Av. Jove Soares, 860 - Centro - Itaúna - MG

Frango NAVES

AGORA EM NOVO ENDEREÇO!
R. Arnaldo Lima, 17
(esquina com a R. 13 de Maio)
Piedade - Itaúna - MG
(37) 99934-8932

Valéria cabeleireiro

Av. Jove Soares, 1683 - Graças - Itaúna - MG
37 3241-4129

ISAURA ARAÚJO
BUFFET

Contato **037 99981-7606**

ESPECIAL ARQUITETURA

Chuva aumenta chance de problemas estruturais nas edificações

Quanto maior o índice de precipitação, mais aumenta a preocupação em relação as estruturas das edificações. Não é novidade que as enchentes trazem grandes transtornos e aumentam as chances de

problemas estruturais nos imóveis. Também é preciso dar atenção aos deslizamentos de encostas e desabamentos. Um indicador de que há algo errado são as trincas ou rachaduras que aparecem na construção,

principalmente se por elas houver passagem de água. As trincas surgem por diversos motivos, mas se um trica surgir durante um período de grande volume de chuva a causa pode ser relacionada a

umidade; atuação de sobrecargas ou concentração de tensões; deformabilidade excessiva de estruturas e ou movimentação de solo ocasionando recalque.

Outro sinal também muito comum que indica que há algo muito grave é a inclinação de muros, árvores e afundamento ou estufamento de solo.

Portanto ao perceber um trinca ou qualquer outra anomalia seja ela em uma encosta, em uma edificação ou até mesmo no solo é importante consultar um profissional qualificado, um engenheiro ou arquiteto, para avaliar se há algum risco em relação a estrutura e orientar maneira mais segura de proceder.



Texto de
Thuanne de Rezende Motta
Engenheira civil, especialista em estruturas.

Marmoraria
AVENIDA
Mármore e Granito

Lavatórios, pias, bancadas, pisos, soleras e nichos.
Av. Manoel da Custódia, 856 - São Geraldo - Itaúna - MG
(37) 3242-4007 - (37) 9 9967-4716 (Ênio - Vê)
marmorariaavenida@hotmail.com
www.marmorariaavenida.com

Alcoólicos Anônimos
Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Passos "Sugeridos"

Nosso décimo segundo Passo também diz que, como resultado da prática de todos os Passos, cada um de nós foi descobrindo algo que se pode chamar de "despertar espiritual"... Em A.A., a forma de preparar-se para receber esta dádiva está na prática dos doze Passos.

Os doze Passos e as doze Tradições, décimo segundo Passo

"Eu me lembro da resposta do meu padrinho quando lhe falei que os Passos eram "sugeridos". Ele replicou que eles são "sugeridos" da mesma maneira que, se você saltar de um avião com um paracaídas, é "sugerido" que você puxe a corda para abri-lo e salvar a sua vida.

Ele mostrou-me que era

"sugerido" que eu praticasse os doze Passos se quisesse salvar a minha vida.

Assim, eu tento lembrar-me diariamente que tenho todo um programa de recuperação, baseado em todos os doze Passos "sugeridos".
Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

12º passo

Tendo experimentado um despertar espiritual, graças a estes Passos, procuramos transmitir esta mensagem aos alcoólicos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades.

AA Grupo Alvorada
Rua Hermínio Corradi, s/n. Anexo ao Ginásio Poliesportivo JK - Bairro Cerqueira Lima - Itaúna - MG - Horário: aos domingos às 09:00 horas
Telefone do escritório de A.A.: (37) 3221-3500

História Concisa de Portugal de José Hermano Saraiva

"MONOPÓLIO ORIENTAL - 1498-1580

39 - O IMPÉRIO E O APOGEU MANUELINO

O Rei D. Manuel não se enganou quando mandou que em todo o País se festejasse triunfalmente o regresso de Vasco da Gama. Com a viagem inaugurava-se, de facto, um ciclo novo da História de Portugal.

A partir de 1500, largaram do Tejo, na primavera de cada ano, grandes armadas: partiam carregadas de soldados e canhões, regressavam com pesadas cargas de especiarias. (...)

A ideia de D. João II - um pacífico trato comercial com os senhores de terra, baseado na amizade e no proveito mútuo - depressa se revelou irrealizável. A segunda viagem, comandada por Pedro Álvares Cabral, começou com embaixadas e mesuras e acabou com o bombardeamento de Calecut. Quando nós chegámos ao Índico, já o comércio que ali se praticava tinha os seus donos: negociantes mouros instalados um pouco por toda a parte com sólidas relações com os príncipes indianos. O conflito durou desde o primeiro momento: os mouros tentaram impedir o

comércio português, os Portugueses procuraram dar caça e destruir a navegação moura. A mentalidade guerreira dos nobres a quem foi confiada a nossa política na Índia era mais um fator de violência: muita guerra, nenhuma negociação para eliminar rivalidades.

A superioridade dos navios portugueses, o melhor emprego da artilharia e a agressividade de alguns grandes chefes militares permitiram o triunfo português. A maior figura da nossa acção na Índia foi Afonso de Albuquerque, governador entre os anos de 1508 e 1515. Dominou Ormuz, chave estratégica do golfo Pérsico, e Malaca, porta para os mares da China.

A coroa portuguesa adquire assim uma nova dimensão. O pequeno Portugal ibérico transforma-se numa das maiores potências navais comerciais da Europa. Ao antigo título de rei de Portugal e dos Algarves, D. Manuel manda acrescentar novas dignidades: "e senhor da Conquista, Navegação e Comércio da Etiópia, Arábia, Pérsia e Índia" (...)

O leitor contumaz
02/12/23

Destaque no Xadrez



Aluno do LOSANGO e do CEPEX Gabriel Oliveira Antunes Vilaça (na foto, primeiro a esquerda) foi medalhista no Campeonato Mineiro sub 12 em Pará de Minas, realizado no último final de semana.



ASSINE O NOSSO JORNAL E RECEBA O LADO BOM DA VIDA EM SUA CASA!

37 9 9118.3000

NOITE
CINCOESTRELAS
2023

CONHEÇA OS HOMENAGEADOS COM OS TROFÉUS 5 ESTRELAS E FEMININO PLURAL:

Troféu 5 Estrelas 2023

Aglice Amaral Janô
Alessandra Nogueira
Amac Assessoria Contábil (Mateus Leme)
Andrea Moreira (Pará de Minas)
Anselmo Pizzaria
Antônio Adônis Pereira (Prefeito de Juatuba)
Automóvel Clube de Itaúna
Ayonara Coelho
Barbearia do André
California Lanches
CCAA Itaúna
CGC Contabilidade
Chique Dog
Clínica Veterinária São Francisco
Cogitare Clínica de Psicologia
Colégio Sant'Ana
Contabilidade Cajuru
Contabilidade J Franco
Criarte Camisaria e Uniformes

DNA Elétrica Energia Solar
Drogarede
Edson Vilela (Prefeito de Carmo do Cajuru)
Filipe Correa
Flores.Com
Gabriel Oscar
Geladassa
Gox
Gula e Gole
Gustavo Mitre
Dra. Heloisa Coutinho
Hyrguer Aloisio Costa
Isaura Araújo Buffet
Dr. José Lúcio Braz de Matos
Dr. José Francisco Coelho
Karine Honorato
Laboratório Hemolab
Lavanderia Líder
Mãos a Obra
Maria Virgínia Morais Garcia
Mário Debique

Marlene Jóias
Marmoraria Avenida
Master Truck Itaúna
Nanda Burguer (Mateus Leme)
Opus Empreendimentos
Papeleria Ivana
Progás e Proágua
Recrutamento Novo Mundo
Dr. Ronaldo Brêtas (Belo Horizonte)
Rosilene Mesquita Noivas e Festas (Mateus Leme)
Sicoob Centro Oeste
Dra. Stael Lorena de Freitas
Grupo Sideral
Solar Imóveis Itaúna
Sua Festa Pronto
Toc Frio
Tropical Tênis Clube
Uniube - Universidade de Uberaba
Valéria Cabeleireiro
Vértice Arquitetura e Engenharia
Wanderson Clayton Fontella Francisco (Belo Horizonte)

Feminino Plural 2023

Adriana Souza
Elisabeth Coutinho Magalhães
Ilma Rodrigues Silva
Maria Helena Corgosinho
Mariana Rezende
Poliana Aparecida de Oliveira
Sara Santos Marques - Cuidare

Feminino Plural Especial 2023

Atrizes da Cia Descarga
Emilene Ferreira
Luciana Paula Fontella (Belo Horizonte)

Padrinho da noite

Dr. José Francisco Coelho

UM RECONHECIMENTO PÚBLICO DO JORNAL SOCIAL PARA QUEM SE DESTACA NO MERCADO E NA SOCIEDADE



Noite Cinco Estrelas: entrega dos troféus Cinco Estrelas e Feminino Plural

Na noite do dia 25 de novembro os holofotes estavam todos voltados para a 19ª edição da Noite 5 Estrelas que foi realizada no tradicional e concorrido Buffet Isaura Araújo em Itaúna. A noite de homenagens onde se reuniu a elite empresarial, profissional e social de Itaúna e região, teve como ponto alto

a entrega dos Troféus 5 Estrelas e Feminino Plural 2023, sendo um reconhecimento público do Jornal Social à quem se destaca no mercado e na sociedade. Na recepção dos convidados o músico Telmo Santos tocava belas melodias em seu saxofone enquanto a equipe do Cerimonial Rosa Chá muito

bem recepcionava todos os convidados juntamente com o anfitrião Luiz Parreiras. Enaltecendo a abertura do evento a dama dos palcos de Itaúna, a encantadora Maria Helena Corgosinho, cantou boleros o que proporcionou à noite uma atmosfera envolvente. Os salões do Buffet Isaura

Araújo estavam lindamente decorados por Flores.Com e com uma linda produção de imagem e iluminação da Sua Festa Pronta que enchia os olhos dos convidados. Como padrinho da noite, estava ele, o homem mais elegante de Minas Gerais, Dr. José Francisco Coelho que naquela noite vestia um terno assi-

nado pelo estilista indiano Sa-byasacchi Mukherjee. Na mesa de honra tomaram assento, Antônio Adônis Pereira (prefeito municipal de Juatuba), Edson Vilela (prefeito municipal de Carmo do Cajuru) e Gustavo Mitre (presidente do BDMG-Cultural). Após a entrega dos troféus subiu ao palco Breno Costa in

Jazz que deixou a pista super concorrida. Cada detalhe da noite foi cuidadosamente registrado pelas lentes do renomado Stúdio Mariana Rezende.



Adriana Souza
Troféu Feminino Plural 2023



Alessandra Nogueira
Troféu 5 Estrelas 2023



Amac Assessoria Contábil (Mateus Leme)
Troféu 5 Estrelas 2023



Andrea Moreira (Pará de Minas)
Troféu 5 Estrelas 2023



Anselmo Pizzaria
Troféu 5 Estrelas 2023



Antônio Adônis Pereira (Prefeito de Juatuba)
Troféu 5 Estrelas 2023



Atrizes da Cia Descarga
Troféu Feminino Plural Especial 2023



Automóvel Clube de Itaúna
Troféu 5 Estrelas 2023



Ayonara Coelho
Troféu 5 Estrelas 2023



Barbearia do André
Troféu 5 Estrelas 2023



CCAA Itaúna
Troféu 5 Estrelas 2023



Chique Dog
Troféu 5 Estrelas 2023



Clínica Veterinária São Francisco
Troféu 5 Estrelas 2023



Cogitare Clínica de Psicologia
Troféu 5 Estrelas 2023



Colégio Sant'Ana
Troféu 5 Estrelas 2023



Contabilidade Cajuru
Troféu 5 Estrelas 2023



Drogarede
Troféu 5 Estrelas 2023



Edson Vilela (Prefeito de Carmo do Cajuru)
Troféu 5 Estrelas 2023



Elisabeth Coutinho Magalhães
Troféu Feminino Plural 2023



Emilene Ferreira
Troféu Feminino Plural Especial 2023

Na próxima edição continuaremos com a publicação de mais fotos dos homenageados. As fotos também estão disponíveis em nosso site www.luizparreiras.com.br