



DE 20 DE JANEIRO DE 2024 A 26 DE JANEIRO DE 2024

Nº 1.018 R\$3,00

Circulação:
Itaúna - MG
Mateus Leme - MG

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

Jornal Social

#ESPALHENOTICIABOA



LUIZ PARREIRAS



Há 40 anos sua ótica de confiança.

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






Inauguração da nova sede da matriz do Laboratório Dalmo Coutinho em Itaúna Pág. 06

Karen Chequer lança o seu primeiro livro O Livro que Emprestei Pág. 02





UMA NOITE EM QUE *elas* SERÃO O DESTAQUE!

29 DE JUNHO - BUFFET ISAURA ARAÚJO

REALIZAÇÃO

JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

20 de Janeiro - Dia Nacional do Farmacêutico

Desde 1941, na data 20 de janeiro é celebrado o Dia Nacional do Farmacêutico no Brasil. A ideia partiu do farmacêutico Oto Serpa Grandado, que questionava a inexistência de um dia para celebrar a profissão, uma vez que outras áreas tinham uma data específica destinada aos seus profissionais. Após uma discussão sobre o assunto, a data de celebração foi escolhida em homenagem ao dia de fundação da Associação Brasileira de Farmacêuticos (ABF), em 20 de janeiro de 1916. Apenas em 2007, o Conselho Federal de Farmácia (CFF) reconheceu a data em questão como o Dia do Farmacêutico. O reconhecimento veio através da Resolução nº 460, de 23 de março daquele ano. O objetivo da resolução foi unificar a comemoração e dar maior visibilidade aos farmacêuticos brasileiros e às questões da área.

Com informações de educamaisbrasil.com.br

"[...]purgas, cápsulas, xaropes, linimentos e pomadas,

aplica, meu caro, aplicatrezentas mil injeções,atende, ajuda, consola, sê enfermeiro, sê médico, sê padre na hora trevosa

da morte do pobre [...]"

Esse trecho do poema "Final de História", de Carlos Drummond de Andrade, fala sobre o trabalho cotidiano realizado pelo profissional farmacêutico. Drummond, que se graduou em Farmácia pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), em 1925, apesar de não ter exercido a profissão, resgatou aspectos de sua formação universitária em várias de suas o-

bras. Ser farmacêutico, como descreve o poeta farmacêutico, é trabalhar para a bem-estar das pessoas por meio promoção da saúde. É empenhar-se para melhorar a qualidade de vida das pessoas e sentir-se realizado com a eficiência de um tratamento específico

Com informações de farmacia.ufmg.br



A busca pela cura das enfermidades sempre esteve presente desde a Antiguidade. A partir disso, se estabeleceu a profissão farmacêutica, que por meio do desenvolvimento de medicamentos, baseado em estudos e pesquisas, trouxe novas possibilidades de tratamento, podendo contribuir para melhoria da qualidade de vida das pessoas.



Um registro dos ilustres farmacêuticos, Lorene, Hárllei, Caroline, Yasmin, Luciana, Ícaro, Marcela, Wárlen, Mylena, Kátia e José Tarcísio que juntos realizam modelar trabalho nas drogarias, Poupa Minas, Ultra Popular, Drogarede e Farma Site em Itaúna.



EM CADA MEDICAMENTO QUE ALIVIA AS DORES DA HUMANIDADE, ESTÁ A CIÊNCIA DO FARMACÊUTICO.

feliz dia do farmacêutico!

20 DE JANEIRO

FarMelhor

Faz bem pra sua saúde. Faz bem pro seu bolso.

3 UNIDADES EM ITAÚNA:

- Av. Jove Soares, 860 - Centro - (37) 3073-3690 / (37) 3241-4563 ☎ (37) 9 9823-5537
- R. Antônio Corradi, 76 - Centro - (37) 3935-0123 ☎ (37) 9 9845-8182
- R. Alba Regina Campos, 327 lj 02 - Tropical (ao lado do Espaço Gera) - (37) 3201-2004



À VOCÊS, QUERIDOS FARMACÊUTICOS DEDICADOS E COMPROMETIDOS, NOSSOS PARABÊNS E AGRADECIMENTOS!

SEUS CONHECIMENTOS E CUIDADOS, FAZEM A DIFERENÇA NA VIDA DAS PESSOAS PROPORCIONANDO ALÍVIO E CURA!

QUE VOCÊS CONTINUEM CADA VEZ MELHORES E MAIS FIÉIS AOS VOTOS DESSA LINDA PROFISSÃO...

FELIZ DIA DOS FARMACÊUTICOS!

Poupa Minas Ultra DROGA REDE Farma Site



TOPÁZIO IMPERIAL HOTEL

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

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 9919.0704

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!

PANIFICADORA EBENESER



Salgados por encomenda

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



RAFAELA
NAIL DESIGNER
COUTO

☎ (37) 99992-7708
@rafaelacoutostudio76

Karen Chequer lança o seu primeiro livro - O livro que emprestei

A médica e escritora, Karen Chequer no dia 03 de fevereiro estará lançando o seu primeiro livro pela Editora Ramalhete - O livro que emprestei - Crônicas da minha vida que poderiam ser da sua também. O lançamento será na Livraria da Rua em Belo Horizonte e com certeza será um encontro literário muito especial, por ser tratar de uma autora dona de grande saber e sensibilidade. Karen nos declarou " Eu sempre escrevi. Palavras escritas foram e são, desde a infância, meu jeito peculiar de sentir a vida em toda a sua intensidade. Sempre rodeada de livros, sempre escrevendo textos para

mim mesma e meu eterno "desassossego". Nunca imaginei, porém, que publicaria um livro. Em um dos mais desafiadores anos da minha vida, 2023, não cogitaria tampouco essa ideia. Livros, porém, como a vida, não seguem nossos rígidos planos. Em meio à dor, à espiritualidade forte que cultivo, a algumas alegrias e, principalmente, por incentivo de pessoas muito especiais no meu caminho, nasceu "O LIVRO QUE EMPRESTEI", uma coletânea de crônicas da minha vida (que podem ser da sua também), com textos do passado e do presente. Um livro que agora é, ainda

mais, uma homenagem ao meu cachorro Bento, um dos personagens desses textos que misturam fé, amizade, dor, alegria, VIDA. Afinal, tudo o que esse livro envolveu, desde o primeiro contato com a Editora Ramalhete, foi meio mágico, acreditem." Finaliza. "Escritas às vezes em meio a lágrimas, às vezes com o peito inflado de gratidão, e sempre com uma emoção genuína, um "desassossego" na alma, espero, sinceramente, que estas palavras possam lhe tocar de alguma forma. Afinal, livros não nascem para seus autores. Livros têm vida própria. Nascem quando querem.

Brotam com força indestrutível. Livros se lançam no mundo e, se tocam um coração, não morrem jamais."



Sr. Geraldo Moraes Celebra seus 90 anos



Geraldo Moraes entre os filhos Virginia, Maria Angélica e Geraldo Márcio

No dia 14 de janeiro o ilustre escritor, Geraldo Moraes celebrou seus 90 anos de bem viver. Ao lado dos familiares comemorou essa data incrível que registra noventa anos de uma história de vida encantadora, permeada de grandes conquistas e realizações. Geraldo Moraes nasceu em Itaúna, membro ativo e respeitado da sociedade, foi radialista, contador, professor, advogado, executivo e um dos fundadores do Colégio João de Cerqueira Lima, hoje se dedica à família, à leitura e à escrita de suas memórias. Desejamos saúde e paz hoje e sempre ao querido e estimado aniversariante.

Itaunenses presentes em evento mundial realizado em Nova York

Teve início no dia 14 de janeiro, a NRF Retail's Big Show, o maior evento mundial do varejo, realizado em Nova York (EUA). A programação contou com 170 palestras, mesas redondas e sessões lideradas pelos mais renomados especialistas do mundo, além de mais de 1.000 expositores. De Itaúna estiveram presentes Maurício Nazaré (diretor FCDL Minas) e Marco Antônio de Oliveira Corradi

O que é a NRF?

A NRF Retail's Big Show é uma das feiras mais importantes de varejo e de

consumo do mundo. É realizada há mais de 100 anos em Nova York, nos Estados Unidos, sempre no mês de janeiro.

O evento é marcado por um congresso disputado que reúne presidentes das maiores marcas do varejo global, assim como especialistas que estudam o tema em profundidade. A área expositiva apresenta, ainda, as principais tendências em tecnologia e serviços para o setor. Foto abaixo



Pela América do Norte



O querido casal Keiser Guimarães (Sua Festa Pronta) e Bárbara Aquino estão em viagem pela América do Norte, especificamente na cidade de Grand Rapids no estado de Minnesota dos Estados Unidos da América. Enfrentando temperaturas de vinte graus negativos o casal curte cada momento desse inverno rigoroso, mas com os corações aquecidos. Eles estão visitando o casal Dianna Kachinske e Lester Kachinske que foram nos anos de 2006 e 2007 a host Family de Keiser, quando ele fez seu intercâmbio. Desde então criaram laços afetivos que a distância não sucumbiu. Em 2014 o casal Kachinske veio ao Brasil, em 2015 Keiser e Bárbara foram visitá-los e agora retornam. Amanhã Keiser e Bárbara finalizam a viagem em New York. A vida sempre nos traz o que nos pertence até mesmo pessoas que nunca imaginávamos amar algum dia.

VERTICE
ARQUITETURA E ENGENHARIA

PROJETOS DE ARQUITETURA | PROJETOS DE INTERIORES | PROJETOS DE PAISAGISMO | PROJETOS HIDRÁULICOS, ELÉTRICOS, AUTOMAÇÃO RESIDENCIAL, ACOMPANHAMENTO DE OBRAS E CONSULTORIAS

(37) 99925-2558 | Vértice Construtora
vertice_construtora@itauna.com.br
Rua Agripino Lima, 55, Sala 104, Centro - Itaúna - MG
luanfernandesarqurb@gmail.com

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 Itaúna

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 Burguer

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

Dchique Dog e cia

O seu pet merece o melhor!

Rua Manoel Gonçalves, 115
Centro - Itaúna - MG
37 3241-5976

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
DOCES 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

Em Marataízes



A advogada Dra. Tânia Regina Batista e a grande amiga, Selma Maria em viagem por Marataízes no Espírito Santo, hospedadas em confortável apartamento beira mar. Momento de descanso tendo a companhia de uma boa amizade.

Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Eu tenho uma escolha?

mais um dia.

"O fato é que muitos alcoólicos, por razões ainda obscuras, perderam o poder de escolha com relação à bebida.

Nossa tão falada força de vontade torna-se praticamente inexistente."

Alcoólicos Anônimos, há uma solução

"Minha impotência perante o álcool não cessa quando paro de beber. Mesmo na sobriedade, não tenho escolha – eu não posso beber.

A escolha que tenho de fato é de recorrer e usar "o estojo de ferramentas espirituais" (Alcoólicos Anônimos). Quando faço isto, meu Poder Superior alivia-me de minha falta de escolha – e mantém-me sóbrio por

Se eu pudesse escolher não tomar uma bebida hoje, onde estaria então minha necessidade de A.A. ou de um Poder Superior?"

Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

1º passo

Admitimos que éramos impotentes perante o álcool – que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas.

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

Sem retrospectiva

Pensei em fazer uma retrospectiva do ano de 2023, porém desisti. Revi as fotos tiradas durante o ano e penso que não seria justo uma retrospectiva incompleta. Só encontrei lembranças dos eventos bons, de festas, brindes, vestidos, presentes, comemorações, vitórias. Não seria autêntica se postasse somente estes fatos. Tudo isso é maravilhoso, mas, afinal, também aprendemos nos momentos de dificuldade. E não há fotos deles.

Somente em minha alma e em meu coração, eu guardei. Guardei sem rancor, sem mágoas, mas como boa vivente, sei direitinho tudo o que vivi. Pena que não tenha fotos. Talvez, minhas palavras não sejam suficientes para provar que dores existem. Não há qualquer sombra de vitimização nesta fala. Há apenas o objetivo de que as pessoas compreendam que nem tudo e nem sempre existem somente flores. E que o sofrimento também engrandece, caleja, fortalece, e não é vergonhoso desde que não seja usado para obter quaisquer benefícios obscuros.

Não tenho foto das minhas noites mal dormidas, preocupada com a evolução desfavorável de algum paciente ou de algum diagnóstico ainda não fechado. Não tenho foto dos meus temores de que algo pudesse acontecer com os meus mais amados, longe de mim. Não tenho foto da dor da minha alma com as decepções vividas. Não tenho foto do meu luto, tão silencioso e calmo. Não tenho foto da minha ansiedade com alguma espera necessária. Não tenho foto do tamanho da minha fé que me levanta em

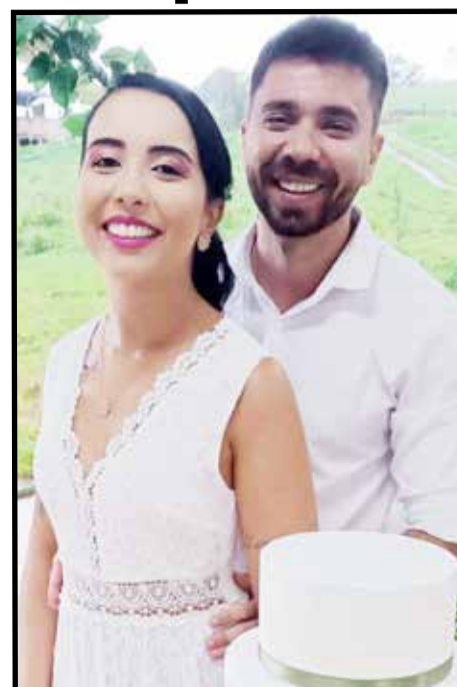
cada situação desfavorável. Não tenho. Só tenho tudo dentro de mim. Sou um vulcão cheio de emoções e de sentimentos, mas que nunca entrará em erupção. Não faço barulho, apenas sinto. E sentindo, concluo, reflito, aprendo, evoluo. Não tenho foto das dores que senti. Elas são minhas, somente minhas, e do Deus que me sustenta. Há momentos nos quais me sinto fragilizada, mas subitamente, surge uma força enorme que me impulsiona e nada me segura. É com o mesmo sorriso que caminho todos os dias, e minha alegria faz com que alguns pensem que não tenho nenhum tipo de dificuldade. Quanta inocência! A verdade é que sei lidar com o que me aflige, vivo uma fé sem limites, e se choro, somente o travesseiro e os meus mais amados é que sabem.

Por isso, não faço uma retrospectiva. Não tenho fotos suficientes. Ela seria enganosa aos meus olhos. Lágrimas e dores são transparentes, não permitem ser fotografadas.

Dra. Heloisa de Sousa Matos
Médica



Duplo Sim



A psicóloga Letícia Gonçalves e Guilherme Oliveira oficializaram a união conjugal no último dia 15 de janeiro no Cartório de Registro Civil, mas a recepção para amigos e familiares ocorreu no dia 13, antecipando o dia do duplo sim e porque não antecipar o que é bom não é? Desejamos ao casal dias especiais, vida longa e feliz.

Em viagem com a Família



O estimado casal Delber Alves e Lucilene Cunha proprietários do concorrido restaurante Gula e Gole tiraram merecidos dias de férias com familiares e o destino foram as praias de Búzios e Cabo Frio. Recarregando as energias, afinal administrar um restaurante como o Gula e Gole tem que ter muito pique. E que venha 2024 com casa cheia.

Iniciação ao Xadrez

Abertas as inscrições para o curso de iniciação básica de xadrez gratuito. Acontecerá na Associação Acolhendo Sorrisos, na Várzea da Olaria e começa no dia 21/02. As inscrições podem ser feitas com Alexandre pelo fone (37)98425-6601, idade mínima 9 anos. As aulas fazem parte do Projeto do CEPEXXADREZ!!



GS
CALHAS E RUFOS EM GERAL

Arquiteto para auxiliar em seu projeto!
Orçamentos sem compromisso.
Av. São João, 3484 (junto com a Madeireira 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 (Enio - 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 incomparável!

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
@californiahamburgueriaa

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. Antônio Luiz, 224
Bairro das Graças
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

Esqueceu a troca de óleo do carro? Saiba os riscos e o que fazer

Trocar o óleo do carro é uma tarefa importante para garantir o bom funcionamento do motor e prolongar sua vida útil. No entanto, com a correria do dia a dia, é comum que alguns motoristas esqueçam do prazo de troca.

Rodar com óleo vencido pode trazer sérios riscos para o motor, como:

Desgaste prematuro: o óleo é responsável por lubrificar e proteger as peças do motor. Quando ele está vencido, perde suas propriedades e não consegue mais fazer isso de forma adequada, o que pode causar desgaste prematuro das peças.

Sujeira: o óleo usado acumula resíduos e partículas, que podem prejudicar o funcionamento do motor e aumentar o consumo de combustível.

Aumento do atrito: um óleo degradado pode aumentar o atrito interno do motor, diminuindo sua eficiência e aumentando ainda mais o consumo de combustível.

Danos ao motor a longo prazo: a falta de lubrificação adequada pode causar danos sérios ao motor, como desgaste de peças, superaquecimento e até mesmo fundição.

Quando trocar o óleo do carro?

O prazo de troca de óleo do carro é determinado pelo fabricante do veí-

culo. Ele pode variar de acordo com o tipo de motor, as condições de uso e a qualidade do óleo.

De forma geral, recomenda-se trocar o óleo do carro a cada 6 meses ou 10.000 km, o que ocorrer primeiro. No entanto, é importante consultar o manual do proprietário do veículo para verificar as recomendações específicas do seu modelo.

Prazo de validade do óleo do motor
Além do prazo recomendado pelo fabricante, o óleo do motor também tem um prazo de validade de aproximadamente 6 meses a 1 ano. Isso ocorre porque o óleo lubrificante pode se deteriorar com o tempo, mesmo que o veículo não atinja a quilometragem recomendada para a troca.

Portanto, mesmo se o carro não atingir a quilometragem indicada, é importante trocar o óleo conforme o prazo recomendado pelo fabricante.

O que fazer se esquecer a troca do óleo?

Se você esqueceu a troca de óleo do carro, o ideal é levar o veículo o mais rápido possível a uma oficina mecânica para realizar o procedimento.

No entanto, se não for possível levar o carro imediatamente, é importante verificar o nível do óleo regularmente e, se necessário, completar o nível

com óleo novo.

É importante ressaltar que, quanto mais tempo o óleo for usado, maiores serão os riscos de danos ao motor. Portanto, o ideal é evitar ao máximo esquecer a troca de óleo.

Trocar o óleo do carro é uma tarefa simples, mas que pode ser muito importante para garantir o bom funcionamento do motor e prolongar sua vida útil. Por isso, é importante seguir as recomendações do fabricante do veículo quanto ao período de troca.

Com informações
www.otempo.com.br/autotempo



SIGA O NOSSO perfil
NO INSTAGRAM
@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS

Alex Auto
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

ASSINE O jornal
E RECEBA O LADO BOM DA VIDA EM CASA!

37 99118.3000

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 EUSTAQUIO
ITAÚNA - MG - 37 3242.4434
37 9 9925.7443 / 37 9 9941.1711

Macarrão Cremoso

Ingredientes

- 6 batatas médias cozidas no sal
- 1 caixa de creme de leite
- 1 colher de requeijão
- Noz moscada
- Pimenta do reino
- 300g de bacon
- 1/2 pacote de macarrão penne
- 250g de mussarela

Preparo

Bata no liquidificador a batata, o creme de leite, o requeijão, pimenta do reino e noz moscada e reserve. Em uma panela, frite o bacon e retire um pouco dele para colocar por cima do macarrão. No que restou, refogue o creme de batata e deixe apurar, em seguida coloque esse creme em um pirex. Cozinhe o macarrão ao dente e junte o macarrão com o creme. Cubra com mussarela, leve para gratinar e depois coloque o pouco do bacon



Confira essa e outras receitas deliciosas receitas:

bonsmomentos_valeriacampos
Programa Bons Momentos

que você tinha reservado por cima.

Contribuição Valéria Campos

Dicas de culinária

Ao preparar caldas, substitua o açúcar refinado pelo cristal, pois ele derrete mais rápido, fica mais fino e não escurece tanto quanto o refinado.

Para Refletir

Não pensarei tanto sobre o que poderia ter acontecido. Darei valor ao que tenho hoje.



Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor

FarMelhor
BenMelhor

Muito mais vantagens para você!

FarMelhor
Far Bem por sua saúde. Far 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. Amaldo 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**

História Concisa de Portugal de José Hermano Saraiva

“O DOMÍNIO FILIPINO E A RESTAURAÇÃO – 1580 - 1668 50 – O ESTATUTO FILIPINO

Obtida a vitória militar, Filipe II veio a Portugal e em abril de 1581 foi jurado e aclamado rei nas cortes reunidas em Tomar. Nessas mesmas cortes definiu o novo rei (em grande parte com base nos compromissos assumidos nas negociações secretas tidas com o cardeal-rei) e o novo estatuto político a que devia obedecer a realza em Portugal.

52 – ESTABILIDADE E DECOMPOSIÇÃO

Durante o domínio filipino distinguem-se dois períodos: o que vai de 1580 a 1620 e o que decorre daí até à Restauração.

53 – A REVOLTA DE 1637

As perturbações mais graves registaram-se em 1637 e tiveram início em Évora. (...) A partir de Évora, o movimento propagou-se a todo Alentejo e Algarve e parece ter chegado a assumir as proporções de um levantamento nacional, porque chegou a Setúbal, Santarém, Abrantes, Porto, Viana do Castelo. Mesmo em Lisboa se viveu no pânico de que de um momento para o outro eclodisse uma insurreição popular, e é provavelmente isso o que explica que da capital não tenham sido enviadas tropas para restabelecer a ordem. (...)

54 – A RESTAURAÇÃO

A aclamação de D. João IV fez-se quinze dias depois da revolução. Houve o cuidado de, na cerimônia, seguir sem qualquer alteração das praxes tradicionais. O rei apressou-se depois a confirmar toda a legislação em vigor e manteve nos seus cargos todos os funcionários da administração filipina. (...) Logo após a aclamação, foram convocadas cortes, também segundo a forma tradicional. Aí se tomara as providências para fazer face à guerra, que todos consideravam inevitável.

55 – A GUERRA DA RESTAURAÇÃO

Estava-se então na última fase da Guerra dos Trinta Anos. A França e a Espanha disputavam a supremacia europeia nos campos de batalha. (...) A situação económica tinha-se agravado constantemente desde a Restauração. A opinião interna estava dividida; as camadas populares não tinham confiança na nobreza; quando os Espanhóis conquistaram Évora, houve em Lisboa tumultos populares dirigidos contra os nobres e o Conde de Castelo Melhor utilizou esse descontentamento em seu proveito. Mas também o povo estava cansado de guerra e disposto a apoiar qualquer mudança política que conduzisse à paz.

O leitor contumaz
20/01/2024



Série – Sobre a poesia - 7
A POESIA BRASILEIRA: A Literatura de Informação.

Em nossas “Notas Literárias” de número 03, publicamos sobre os estilos literários e as características da poesia brasileira dentro de cada um desses estilos. Depois falamos sobre o tamanho da poesia e por último falamos sobre a poesia em textos que não são poemas, embora poéticos. Agora vamos retomar a questão dos estilos literários. Nesse e nos próximos textos iremos abordar cada estilo literário e compreender os caminhos percorridos pela poesia brasileira. Vem comigo!

As primeiras produções literárias feitas em terras brasileiras, não foi feito por brasileiros, mas sim por portugueses ou europeus a serviço da coroa portuguesa, ou a serviço da Igreja Católica aqui no Brasil. Entre 1500 e 1549 (ano da chegada dos primeiros jesuítas (padres da Companhia de Jesus, ordem religiosa criada por Inácio de Loyola) tivemos aqui a produção da chamada “Literatura de Informação”. Eram correspondência ou notícias da colônia, ou ainda descrições da terra, dos hábitos e costumes dos habitantes da terra. Veja que estas produções não representou uma escola literária, mas apenas um conjunto de informações sobre a terra denominada por Portugal de um “Novo Mundo”. Dentre estas correspondências e informes se situa a Carta de Pero Vaz de Caminha de 1500, informando o “achamento” da terra de Santa Cruz. Segundo Alfredo Bosi, Caminha era possuidor de um “Espírito observador, ingenuidade (no sentido de um realismo sem pregas) e uma transparente ideologia mercantilista batizada pelo zelo missionário de uma cristandade ainda medieval: eis os caracteres que saltam à primeira leitura da Carta e dão sua medida como documento histórico”.

Após Caminha podemos considerar as informações de Pero de Magalhães Gândavo, com a sua “História

Notas Literárias

da Província de Santa Cruz a que Vulgarmente Chamamos Brasil.” Nesta obra Gândavo dá notícia geográfica da terra em geral e das capitânias em particular e tem objetivo claro de elogiar o empreendimento do governo português e fazer propaganda do Brasil na Europa. E termina com a manifestação da esperança de encontrar ouro e pedras preciosas, que se esperava, existissem em grande quantidade, como ocorrera no Perú e no México. Gândavo escreveu durante o governo de Mem de Sá (1558 e 1572).

Outro produtor de uma literatura de informação é a obra “Tratado Descritivo do Brasil” escrito em 1587 por Gabriel Soares de Souza. Este tratado tem um cunho mais geográfico e político, e descreve toda a costa brasileira, além descrever toda a fauna e a flora da Bahia fazendo um inventário minucioso de quem vê, mas de modo encantado.

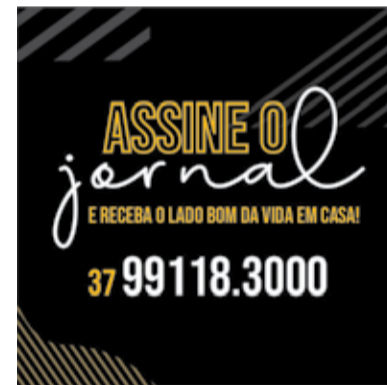
E finalmente, embora sendo jesuítas, os primeiros a vir para estas terras além mar, temos Manuel da Nóbrega, Fernão Cardim e o magnífico José de Anchieta. Suas produções são marcadamente religiosas, mas apresenta os pontos positivos e negativos dos nativos da terra, seus hábitos e costumes, e ainda apresentam possibilidades de ação, não só da Ordem Religiosa a que pertence, mas ao Estado Português, para “salvar” esta gente. Nesse sentido Diálogo sobre a Conversão do Gentio (1558), de Nóbrega e “Tratado da Terra e da Gente do Brasil” de Pe. Fernão Cardim é exemplo claro desta missão em terras brasileiras.

Merece destaque a produção de José de Anchieta, isso por que, além das peças teatrais (os chamados Autos) visando a catequese dos nativos, sua produção poética é muito significativa. Verdadeira obra literária ainda muito presa a ao estilo Renascentista e medieval, recheada de mistérios e as moralidades onde a luta entre o Bem e o Mal, entre Anjos e Demônios, Virtudes e Vícios perpassava suas alegorias. Veja que diferente dos de-

mais, José de Anchieta expressa a sua fé e a sua missão, angústia e dificuldades vividas na nova terra. E talvez, por isso, sua contribuição foi imensa nos rumos do processo colonial e na produção literária destes primeiros anos de colonização das terras brasileiras. Embora alguns estudiosos da Literatura não consideram as obras de Frei Vicente de Salvador e de João Antônio Andreoni como obras literárias, não pode deixar de citá-los, de modo particular, por revelar realidades da sociedade açucareira e dos primeiros anos da mineração colonial. Esta fase, embora não se constitua como um estilo literário específico, foi um produção importante para compreendermos o processo colonial implantado pelos portugueses no Brasil.



Prof. Fonte Boa
Academia Itaunense de Letras
Cadeira 02 - Patrono: Manoel de Barros



E por falar de Machismo

Pode que seja raro, único, na minha adolescência não conheci nenhuma adolescente que aceitasse estar com um de sua mesma idade, queriam jovens mais velhos. Quando velho, não conheço outro que aceite ter uma nova relação com uma mulher da mesma idade. Será vingança inconsciente? Querem uma mais jovem é pedofilia, querer um mais velho quando jovem como se poderia chamar? Esta idiosincrasia coletiva se torna mais evidente quando nos encontramos com o movimento feminino. É natural ser mulher e ser feminista, antinatural é querer que os homens não sejam machistas, que sejam feministas. Aceitar a natureza de uma mulher que prefere um homem mais velho, protetor e provedor é algo natural e feminino, assim como deveria ser a preferência de um homem por uma mulher mais jovem sem ser considerado um criminoso. A mulher escolhe livremente o homem para ter sexo, não pode escolher para casar, esta é uma prerrogativa masculina. Na igualdade não há nascimento e tampouco crescimento. Querem igualdade entre homens e mulheres é ignorar completamente a natureza de cada um, natureza esta que se manifesta na maneira de amar, de querer, de escolher, de valorizar, de interação social e profissional. Não existe lei que possa fazer mais do que a coexistência masculina e feminina ditada pela natureza de cada um. "Se você compreender as coisas tais como são, se você não compreender as coisas são tais como são". Seja maravilhosamente feminina, seja maravilhosamente masculino, seja o que deseja ser, apenas não esqueça de sentir-se bem consigo mesmo. Com isso basta.

Nódege A. Mesquita

especial festas

Dia de Pizza

Hoje o dia é dela! O jargão “Tudo acaba em pizza” vai muito bem para celebrações entre amigos, não? A redonda é preferência de dez entre dez pessoas! Não tem quem não goste e é possível criar uma festa econômica e gostosa com o prato italiano como estrela da comemoração.

Vamos pensar em decorações divertidas para tornar esse encontro fora de série?

Mesa de cantina: é possível ambientar nosso lar doce lar como uma verdadeira cantina italiana para a festa. Para caprichar nos detalhes e arrancar elogios dos convidados, separe uma boa toalha com motivo xadrez,

bandeirolas e galheteiro criativo. Noite de pizzada merece cores e animação!

Sabores para todos: o legal de servir pizza como prato principal é fácil agradar todo mundo. Para ficar ainda mais divertido, deixar os ingredientes dos recheios à disposição e a massa pré pronta. E então, basta ir somando as escolhas dos convidados e levando a redonda ao forno. Que tal? O tema é legal para adultos e crianças

Bom apetite e boa diversão!

Com informações de blog.elo7.com.br/festas

BUFFET OSVALDO GOMIDES

Serviço completo de buffet para seu evento!
Faça seu orçamento: (37) 98424.0752

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 9919.0704

Kit de Toilete e Marmitinha

É um kit de “primeiro socorros” para qualquer festa, assim o convidado não precisará ir embora mais cedo da festa se cair um botão do seu paletó, ou estiver com dor de cabeça por exemplo. Isso mostra que o anfitrião se preocupa com o bem estar dos convidados e quer que eles permaneçam na festa curtindo cada momento de um dia tão especial.

Uma outra novidade é a marmitinha, é um charme a mais na sua festa. As noivas colocam todas ao lado da mesa de doces para que os convidados

possam levar os doces que quiserem pra comer no dia seguinte. Os convidados amam esta novidade!



ROSA CHÁ CERIMONIAL
Por Josy Albano

R. Josias Machado, 100
Centro - Itaúna
contato@rosachacerimonial.com.br
37 9 9906-6955 vivo

Inauguração da nova sede da matriz do Laboratório Dalmo Coutinho em Itaúna

Na tarde do dia 16 de janeiro foi aberta oficialmente as portas da nova sede da matriz do tradicional e reconhecido Laboratório Dalmo Coutinho em Itaúna, e para celebrar esse momento as empresárias Silvana da Fonseca Amaral e Sheila Jordane de Jesus, receberam amigos, clientes e parceiros em um coquetel de inauguração que foi assinado pelo renomado Isaura Araújo Buffet, que serviu um menu sofisticado à altura do encontro que teve dupla comemoração, pois o laboratório celebra também 30 anos de sua fundação. Dentro do script de inauguração o padre Everaldo Quirino Ferreira preferiu oportuna bênção e aspergiu água benta sobre as novas instalações do laboratório, em seguida Sheila e Silvana prestaram homenagem às funcionárias que foram eleitas por toda a equipe do labora-

tório como sendo as que mais colaboraram com a mudança da sede, o que demandou muito trabalho, exigindo empenho maior do que a rotina normal, foram elas as homenageadas: Daiane, Débora, Aline, Laila, Viviane e Fabiana. Em seguida Sheila narrou um breve histórico do laboratório, desde a sua fundação até os dias atuais, em fala emocionada, Sheila lembrou sua mãe, a idealizadora do laboratório, Doralice de Jesus conhecida como Dora, seu espírito incansável e dedicado, é a inspiração que impulsiona até hoje o sucesso contínuo deste laboratório. Agradeceu à sócia Silvânia pela acolhida dada a ela após o falecimento de Dora ocorrido em 14/06/2001 e assim juntas conduzem os trabalhos, sendo mais do que sócias, são amigas. Agradeceu também à toda equipe que proporciona o bom funcionamento das quatro unidades

do Laboratório Dalmo Coutinho em Itaúna e destacou em tom de gratidão " recordamos com carinho aqueles que foram essenciais no início da nossa história, ao Dr. Hércio, agradecemos pela generosidade em emprestar nosso primeiro microscópio, um gesto que definiu o rumo de nossa trajetória. Ao Dr. Délio e Dr. Claudemir, expressamos nossa profunda gratidão pela confiança depositada ao serem nossos avalistas nos bancos e na imobiliária. Ao Sr. Geraldo, diretor do Sindicato Rural, agradecemos pelo empréstimo de aparelhos que foram vitais nos estágios iniciais, quando a determinação superava os recursos." Assim declarou Sheila emocionada. A nova sede do laboratório está localizada na Avenida Getúlio Vargas, 851 quase em frente à Câmara Municipal de Itaúna, com instalações amplas, modernas e

sofisticadas tendo ainda área kids e sala infantil para coleta de exames, vagas de estacionamento em frente ao laboratório e parceria também com o Estacionamento Lavajato que fica bem próximo. **O Histórico** Dora nascida em Itaguara, trilhou um caminho notável em direção à ciência, começando como uma jovem dedicada que, desde cedo, soube que a busca pelo conhecimento seria sua jornada, de uma infância humilde para tornar-se uma figura respeitada nos laboratórios de Itaúna. Ao ingressar no Laboratório do Hospital Manoel Gonçalves, Dora teve dois mestres: primeiro Deus que deu o dom, a sabedoria, o discernimento e a disposição e o segundo o bioquímico Dr. Dalmo Lúcio de Lima Coutinho, profissional e pessoa exemplar que a ensinou tudo sobre a bioquímica e se

tornou uma influência marcante em sua vida. Após dedicar 22 anos de sua vida ao Laboratório do Hospital, Dora tomou a corajosa decisão de trilhar novos caminhos ao lado de seu grande amigo, Luiz Gonçalves da Costa. Juntos, cultivaram a visão audaciosa de estabelecer um laboratório próprio, um sonho que parecia inalcançável para alguém sem formação oficial em bioquímica e com recursos financeiros limitados. Foi nesse momento de transformação que Silvana cruzou os caminhos de Dora. Quando chegou o momento de concretizar o desejo de montar o laboratório, Dora imediatamente lembrou-se da dedicada bioquímica que havia se formado em Análises Clínicas na UFMG. Silvana, natural de Carmo de Cajuru, uma jovem entusiasta da biologia e química já acumulava uma década de experiência em outros laboratórios em

Itaúna. A fusão do sonho e experiência de Dora com a sólida formação acadêmica e experiência de Silvana deu origem a uma parceria de sucesso, formaram um laboratório modesto em 1994, iniciando uma jornada que trouxe ao momento atual. O nome Laboratório Dalmo Coutinho foi uma homenagem ao mentor e mestre. Dora não apenas construiu um legado no campo científico, mas também inspirou a próxima geração. Sua filha, Sheila, juntou-se a ela no laboratório, perpetuando a tradição de excelência e dedicação à bioquímica. Hoje, Sheila continua o legado da mãe.

Fotos abaixo com cobertura de Luiz Parreiras

