



DE 09 DE MARÇO DE 2024 A 15 DE MARÇO DE 2024

Nº 1.025 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 - @oticavisaualitauna



ÓTICA VISUAL



O CONSULTÓRIO DO DR. ÉLVIO ESTÁ COM UM NOVO NÚMERO:
37 9 9915.3585

CLÍNICA DO CORAÇÃO DE ELVIO



Rotary de Itaúna Cidade Educativa celebra 39 anos de fundação

Pág. 02

Especial Odontologia Cuidados com os dentes para sua saúde bucal

Pág. 06

DRA. ALINE SOARES
FISIOTERAPEUTA
CREFITO 4/348540

- Especialização em Massoterapia e terapias alternativas
- Pilates Solo e Aparelho
- Fisioterapia / Funcional

POR UMA SAÚDE INTEGRAL E QUALIDADE DE VIDA!

R. Dr. José Gonçalves, 193
Centro - Itaúna - MG
(37) 9 9926-3677
@alinefisio.soares

ESPAÇO Adoleta

Espaço completo com brinquedos para todas as idades

Decorações próprias Buffet

em novo endereço

R. XV de novembro, 1252 - Piedade
Itaúna - MG ☎ 37 99127.9496

TODA A NOSSA ADMIRAÇÃO PARA AQUELAS QUE, SEM PERDER O ENCANTO, SÃO A MAIOR FORÇA DO MUNDO!

Feliz dia Internacional da Mulher!

Progás 37 3241-1000
37 99931-6131

Proágua

Troféu Cinco Estrelas 2023

Dr. José Francisco Coelho, Antônio Adônis Pereira, Gustavo Mitre e Luiz Parreiras

Troféu Cinco Estrelas 2023

Dr. José Francisco Coelho, Edson Vilela, Delber Batista, Lucilene Cunha e Luiz Parreiras

Gustavo Mitre

Gustavo Mitre é um homem dedicado ao serviço público e comprometido com o desenvolvimento social de todo o estado de Minas Gerais. Nascido em Belo Horizonte, é filho do ex desembargador da Justiça Militar, Dr. Décio de Carvalho Mitre, e da assistente social Maria Auxiliadora de Carvalho. Gustavo se formou em Direito pela Faculdade de Direito Milton Campos. Em 2000, mudou-se para Itaúna, onde casou-se com a fisioterapeuta Natália Corradi Drumond, com quem tem três filhos. Sua trajetória profissional e política é marcada por diversas contribuições em diferentes áreas. Foi chefe de gabinete da secretaria municipal Regional da Pampulha, em Belo Horizonte, Gustavo Mitre também ocupou o cargo de diretor do Instituto de Terras do Governo do Estado - ITER - MG. Além disso, ele dirigiu o Procon Municipal de Itaúna. Na década de 90, em Belo Horizonte, esteve a frente de empreendimentos do segmento artístico

e cultural como sócio de casas de shows e restaurantes, como o Maxaluna, Capitão Caverna, Sunsplash e Lunas, além de atuar como empresário de artistas. No meio político, Gustavo Mitre demonstrou seu interesse em contribuir para a sociedade ao disputar eleições para deputado federal, estadual e vice-prefeito de Itaúna. Em 2019, obteve sua primeira vitória ao ser eleito para a Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), onde exerceu um mandato pluralista e dedicado a diversas cidades do estado, especialmente Itaúna para onde destinou quase 30 milhões em recursos. Durante seu tempo como deputado, Gustavo Mitre buscou soluções, recursos, obras e serviços para melhorar a qualidade de vida da população. Recentemente, o governador de Minas Gerais, Romeu Zema nomeou Gustavo Mitre como presidente do BDMG-Cultural, onde o ex-deputado está a frente desde o mês de abril de 2023.



O Gula&Gole iniciou suas atividades em setembro de 1990 na Rua Antônio Corradi 378. Começou em uma garagem que comportava apenas 5 mesas, em frente ao antigo 318. Na Avenida Jove Soares estiveram em dois endereços durante 21 anos. E foi com muita determinação e sempre prezando pela qualidade e sabor de seus pratos e no bom atendimento

que o casal Delber Batista e Lucilene Cunha em outubro de 2021 inauguraram o restaurante em um belo e imponente prédio próprio no Bairro Tropical, com 600 metros quadrados tendo uma capacidade para 65 mesas, oferecendo self-service e rodízio de churrasco com comida japonesa sendo referência em nossa região.

Av. Alba Regina, 410 - Bairro Tropical - Itaúna - MG
Delivery: 3241-1086 ☎ (37) 99821-2754



Rotary de Itaúna Cidade Educativa celebra 39 anos de fundação

Na noite do dia 27 de fevereiro, rotarianos e seus familiares se reuniram na Churrascaria Varanda Verde para celebrarem os 39 anos de fundação do Rotary de Itaúna Cidade Educativa, que teve a sua primeira reunião oficial de criação em 27/02/1985. O encontro também teve outro importante motivo de celebração pois foi empossado um novo integrante, o ilustre empresário e engenheiro Jonathan Busatti. O rotariano decano do clube Cidade Educativa, Nilson Teles, proferiu importante palestra ressaltando os feitos e conquistas do Rotary de Itaúna Cidade Educativa nos últimos 39 anos. Após a cerimônia foi servido um delicioso jantar assinado pela tradicional cozinha da Varanda Verde. Parabéns à presidente Maria Solange Costa Fonseca pelo exímio trabalho desenvolvido no clube, mantendo-o sempre em destaque no cenário rotário. Veja alguns feitos e conquistas do clube: Intercambistas enviados ao exterior – 30 intercambistas O Rotary de Itaúna Cidade Educativa já ajudou todas as instituições ca-

rentes e muitas não carentes de Itaúna com incontáveis campanhas e muitas ações rotárias, bingos, Show da Primavera, campanha do livro, campanha do oxigênio, doação de vários aparelhos para a Secretaria de Saúde, Hospital Manoel Gonçalves e AVACCI. Já realizaram 7 campanhas de natal que arrecadaram 24 toneladas de alimentos, roupas, sapatos e brinquedos e ainda projetos em voltados ao meio ambiente como plantio de árvores e limpeza.

Palavras de Nilson Teles que é o único sócio fundador do Rotary Club de Itaúna Cidade Educativa com 39 anos de Rotary
"Ser rotariano é ter uma experiência única na vida. Somos membros da maior e mais respeitável organização de voluntários não governamental da humanidade. Convivemos e relacionamos com uma aldeia global de líderes em suas profissões, fomentamos um elevado padrão de ética e ajudamos a estabelecer a paz e a boa vontade no mundo. Somos uma união de pessoas que quer o bem mundial e trabalha em prol de nossas

comunidades. Torne-se um rotariano. Os melhores motivos para se tornar um rotariano são a oportunidade de ajudar nossos semelhantes e o bem que praticamos através de nossas ações."
Nilson Teles



Rotarianos integrantes do Rotary de Itaúna Cidade Educativa



O ilustre governador, Ângelo Freitas, a dinâmica presidente, Maria Solange Costa Fonseca e o estimado casal, Vanessa Busatti e Jonathan Busatti



Nilson Teles e sua amada esposa Nadir Teles recebendo homenagem da presidente, Maria Solange e do governador Ângelo Freitas



O querido casal, Alair Fonseca e Maria Solange Costa Fonseca



Maria Solange e Luiz Parreiras



Marise Franco, Maria Solange e Adriana Dias



Jonathan Busatti ladeado pelos seus pais, Beethoven Oliveira Busatti e Kátia Gonçalves Nogueira Oliveira

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 | Vertice Construtora
vertice_construtora@itauna.com.br
Rua Agripino Lima, 55, Sala 104, Centro - Itaúna - MG
luanfermandesarq@b@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 MENSAS!

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

D chique 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 GOSSET

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

Galeria de Fotos da Noite 5 Estrelas Entrega dos Troféus 5 Estrelas e Feminino Plural 2023



Adriano Benigno, Ivone Moreira, Kéober Freitas (Colégio Sant'Ana), Cleide Freitas e Luiz Parreiras



Francielly Tomaz Honorato, Ana Luiza Cunha, Gleisson Cunha, Karine Honorato e Luiz Parreiras



Marilene de Lourdes Gomes Magalhães, Carlos Alberto Menezes (Tropical Tênis Clube) e Luiz Parreiras

Em viagem pela Ásia

As irmãs Isaura Araújo (Buffet Isaura Araújo) e Vera Celestino estão em uma viagem muito especial pela Ásia e no roteiro estão os países, Tailândia, Vietnã e Camboja. Uma viagem repleta de histórias, espiritualidade e rica gastronomia. Na Tailândia onde 90% da população é budista entre templos e campos de arroz, Isaura observou e nos relatou - os tailandeses são extremamente educados, alegres e o que me chamou muito atenção foi a atitude deles ao receberem o dinheiro pela venda de produtos e serviços, eles agradecem para em seguida pegarem a quantia monetária correspondente - Com certeza estão vivenciando dias incríveis de muitas descobertas e encantos em território asiático, voltarão com a bagagem cheia de boas recordações.



Veja mais fotos em nosso site www.luizparreiras.com.br

Foto ao lado

Talento Musical

O cantor e compositor, Thiago Brum de Mateus Leme tem cada dia mais conquistado palcos e admiradores de suas apresentações. Seu sonho de se tornar cantor começou ainda quando era criança, aos sete anos de idade já participava de festivais de canto na escola e também quando algum cantor dava uma oportunidade para as crianças do bairro onde morava para se apresentarem. O tempo foi passando e Thiago iniciou a carreira com seu irmão fazendo uma dupla Thiago e Reginaldo, mas Reginaldo desistiu da caminhada e assim Thiago deu continuidade em carreira solo. Thiago escreve letras sobre o povo, a cultura de Mateus Leme e encanta todos com a sua sensibilidade e talento musical. Uma grande inspiração.



Foto ao lado direito

Pela Suíça e Itália



O querido casal, Sônia Falcão e Leonardo Falcão afastaram da concorrida agenda profissional e estão de férias em um tour pela Suíça e Itália. Buon Viaggio.

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 9 9825.4388
37 9 9953.6833
37 9 9962.0191
37 3241.2519

R. Marechal Deodoro, 53
Centro - Itaúna - MG

AVENIDA
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 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](https://www.instagram.com/amaralpanificadora)
Panificadora Amaral

california
Hamburgueria

Av. Jove Soares, 274
Centro - Itaúna - MG
(37) 3241.3284 / (37) 3243.6416
(37) 99968.0857
[@californiahamburgueria](https://www.instagram.com/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 acessoria 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](https://www.instagram.com/contabilidadejfranco)

ESPECIAL VEÍCULOS

6 sinais de que seu carro precisa de reparos

Se peças de óleo ou fluidos estiverem visíveis na garagem, ou se houver resquícios de lubrificante em partes externas do motor, é hora de levar o carro à oficina para uma avaliação detalhada. Vazamentos podem indicar problemas em diversos componentes do veículo, como motor, transmissão, freios e arrefecimento.

Nível dos fluidos baixando rapidamente

Mesmo sem sinais óbvios de vazamentos, se o nível de qualquer fluido essencial (arrefecimento, óleo, fluido de freio etc.) diminuir rapidamente, é imperativo procurar um mecânico para diagnóstico e reparo. Um nível baixo de fluido pode causar danos graves ao veículo.

Luzes no painel

Luzes indicativas no painel não devem ser ignoradas. Cada símbolo iluminado representa um sistema específico e sua compreensão pode ajudar a evitar contratempos mais graves. Algumas luzes que indicam a necessidade de reparos mecânicos são: luz de óleo, luz de freio, luz de injeção eletrônica e luz de temperatura.

Perda de potência

Caso ocorra uma queda no desempenho do veículo, como perda de po-

tência, isso pode significar problemas nos componentes do motor que requerem a atenção de um mecânico. A perda de potência pode ser causada por diversos fatores, como falhas no motor, problemas na injeção eletrônica ou no sistema de ignição.

Mau funcionamento

Falhas no conjunto de freios, como aumento da distância de frenagem ou pedal "borrachudo", são sinais de mau funcionamento que precisam de revisão e possível manutenção. Os freios são um componente essencial de segurança do veículo e devem ser mantidos em boas condições.

Barulhos incomuns

Ruídos anormais no motor, coxins, amortecedores, suspensão ou freios são indicativos claros de que uma avaliação profissional é necessária. Barulhos anormais podem indicar problemas que podem se agravar com o tempo.

Precauções indispensáveis

Para prevenir esses inconvenientes é imprescindível efetuar a manutenção regular, aderir ao plano específico da montadora para o automóvel e optar por produtos que atendam às recomendações do fabricante para cada componente.

"Os motoristas devem sempre contar com o auxílio de um mecânico de confiança para a realização das manutenções periódicas e em casos de adversidades como as citadas acima. Nessa situação, a negligência pode comprometer a segurança e resultar em situações inesperadas e até acidentes", reforça Danilo Silva, engenheiro de aplicações da Motul.



Com informações
www.otempo.com.br/autotempo

SIGA O NOSSO perfil
NO INSTAGRAM
@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS

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

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

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

LANTERNAGEM E PINTURA DO PIABA

Av. Central, 20
Padre Eustáquio
Itaúna - MG - 35680-159

(37) 9 9929-5093
helderoficinadopiba@gmail.com

Sinta-se em casa

dicas, receitas, sugestões

Bolo com Flocão

Ingredientes

- 3 xícaras de flocão
- 3 xícaras de leite
- 4 ovos
- 1 copo de óleo menos um dedo
- 2 xícaras de açúcar
- 1 pacote de Só Coco em flocos
- 250g de queijo ralado grosso
- 1 colher de fermento em pó

Preparo

Coloque o flocão em uma tigela, acrescente o leite e deixe hidratando por 20 minutos. Em um liquidificador coloque os ovos, o açúcar, o óleo e bata, depois acrescente o flocão e bata bem. Acrescente o queijo e caso tenha necessidade, acrescente mais leite para a massa ficar mais mole. Acrescente o coco, o fermento e uma pitada de sal e misture bem delicadamente. Coloque em uma forma untada com manteiga e com farinha de trigo salpicada e leve para assar. Contribuição Valéria Campos



Confira essa e outras
receitas deliciosas
receitas:

bonsmomentos_valeriacampos
Programa Bons Momentos

Dicas de culinária

Exagerou no sal do molho? Coloque uma fatia de pão francês ou uma batata descascada na panela antes de terminar o cozimento.



Para Refletir

Não é sobre quem te dá a mão, é sobre quem não solta...



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



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

CONFIRA O JORNAL online NO SITE

WWW.LUIZPARREIRAS.COM.BR

Notas Literárias

Série – Sobre a poesia - 14
APOESIA BRASILEIRA: um caminho difícil da poesia no final do século... O final do século XIX foi intenso no Brasil. Várias demandas, vários desejos e sonhos. Ideologias e mais ideologias. Monarquia em crise, situação da Igreja como aliada do Estado sendo questionada, fim do sistema escravagista, desejo de república... um turbilhão de discursos que explodem na produção literária que provocam rachaduras no romantismo brasileiro. A escrita de Machado de Assis, de Raul Pompeia e de Aluísio de Azevedo, com seu realismo e a influência do naturalismo de Eça de Queirós atinge de forma decisiva sobre a forma de escrever e ler a realidade brasileira. O resultado deste processo é o surgimento de uma produção literária realista, que crítica e que evidencia a realidade da sociedade brasileira. Nesse sentido não tem como ficar alheio as temáticas abordadas por Machado de Assis, nem tão pouco a realidade trazida por Aluísio de Azevedo. As grandes obras deste período são os romances. A poesia não tem uma produção vasta dentro desta tendência literária. Aluísio de Azevedo escreveu poucos versos, sua produção mais importante são os romances "O Mulato", "O cortiço". O mesmo aconteceu com Machado de Assis, que é conhecido por seus contos, seus romances. Praticamente não escreveu poesia. Raul Pompeia, outro grande escritor deste período inaugurou um estilo próprio que chamamos de "prosa poética". Assim o poema ficou em um segundo plano. Diante disso, dos poucos poemas publicados, podemos destacar o poema "Pobre Amor" de Aluísio de Azevedo, um poema quase desconhecido, ocultado pelos contos, crônicas e romances famosos da época. Vamos ao poema de Aluísio de Azevedo...

Que te não mova nunca esta agonia,
Que eu muito sofra porque és casta e pura,
Que, se o não foras, quanto eu sofreria!

Ah! Quanto eu sofreria se alegrasses
Com teus beijos de amor, meus lábios tristes,
Com teus beijos de amor, as minhas faces!

Persiste na moral em que persistes.
Ah! Quanto eu sofreria se pecasses,
Mas quanto sofro mais porque resistes!

Veja que é um soneto, onde o poeta canta o amor da amada presa no laço de viver intensamente este amor, e ao mesmo tempo de zelar pela pureza da amada. É neste dilema de um amor intenso, mas ao mesmo tempo um amor que não se pode concretizar, pois sua concretude colocar a beleza e a pureza deste amor, ou a pessoa amada, em risco. E agora vai um desafio... Sabe-se que Machado de Assis escreveu poucos poemas, dentre eles destacamos "Carolina", "A uma senhora que me pediu versos", "Livros e Flores", "No alto" e "Círculo Vicioso". Procure estes poemas e leia. Veja a forma como este escritor elaborou sua poesia e busque comparar com a poesia produzida durante o romantismo.



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

Pobre Amor.
Calcula, minha amiga, que tortura!
Amo-te muito e muito, e, todavia,
Preferira morrer a ver-te um dia
Merecer o labéu de esposa impural!

Que te não entorneça esta loucura,

Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Uma tarefa de toda a vida

"Mas como, nestas circunstâncias, pode alguém ficar calmo? É isso o que eu quero saber."

Os doze Passos e as doze Tradições, segundo Passo

"Nunca fui conhecido pela minha paciência.

Quantas vezes perguntei-me: "Por que esperar, se posso ter tudo agora?" Em verdade, quando me apresentaram pela primeira vez os Doze Passos, sentia-me como um "garoto numa loja de doces".

Não podia esperar para ir até o Décimo Segundo Passo: pois, com certeza, era apenas trabalho para alguns meses, ou assim eu pensava!

Percebo agora que viver os Doze Passos de A.A. é um empreendimento para toda a vida."
Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

3º passo

Decidimos entregar nossa vontade e nossa vida aos cuidados de Deus, na forma em que O concebíamos.

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



Um novo olhar sobre o sofrimento

Primeira parte

Tradução literal do espanhol para o português para o entendimento do budismo.

Prólogo
Buda-Dhamma é tão vasto como o universo e ao mesmo tempo conciso como um momento de flash da visão. Muita gente se perdeu entre os dois, por serem incapazes de resolver através de experiência pessoal, e diante da grande oferta disponível de ensino do budismo. É necessário aceder às perspectivas fundamentais para começar a solucionar a infinidade de experiências e conceitos oferecidas nas diversas escolas.

A continuação, em colunas, seguirá uma clara e direto guia prático com a essência do budismo, que é o mesmo que dizer, essência do Dhamma. Se bem que muitos budistas disserem que Dhamma quer dizer "Ensinamentos de Buda", o que realmente significa é "Verdade natural" ou "Lei natural". Por suposto, isto é o que Buda ensina e demonstra, mas devemos ter cuidado para distinguir o ensinamento da Verdade em si mesma. Por conseguinte, para compreender o budismo, se deve começar com o Dhamma. Este guia relaciona os três aspectos relacionados entre si do Dhamma e identifica os elementos-chaves de cada um.

Embora o Dhamma seja apenas um, devemos interagir com ele em três formas básicas:

Dhamma estudo é encontrar a perspectiva correta de nossa condição humana e o que devemos fazer a respeito;

Dhamma é o desenvolvimento da prática aplicando corretamente as ferramentas básicas necessárias para a sobrevivência espiritual/mental;

Dhamma é a realização dos benefícios que se produzem naturalmente com a prática correta.

Cada aspecto se pode enfatizar de várias

maneiras. Aqui, BUDDADHASA Bhikkhu enfoca cada um de uma forma direta e prática.

Este guia foi traduzido desde a primeira conferência dada por Ajam BUDDHADASA aos meditadores que assistiram os cursos mensais em Su-an Mokkh.

Está destinado ao ensinamento do Dhamma aos amigos ocidentais, incluindo os que são novos na compreensão e prática budista.

Esperamos que as perspectivas oferecidas aqui neste guia ajudem os novos estudantes do budismo a encontrar um rumo correto desde o começo.

Aqueles que já estudaram e praticou o budismo a algum tempo, não importa em que escola ou o enfoque, também poderão encontrar útil este guia. Muitas pessoas se perderam no estudo por falta de clareza e um bom guia.

Ajam BUDDHADASA está disposta a fomentar "bom entendimento entre todas as religiões". Esta tradução tem como objetivo único, contribuir a este esforço para aclarar o que é exatamente o budismo e do que se trata.

Esperamos que este guia lhe permita iniciar o entendimento ou a prática do Dhamma com o pé direito. Devido a que o tema seja um pouco extenso, sua publicação será em colunas semanais e de fácil leitura.

A responsabilidade das edições estão a cargo de:
Nódege A. Mesquita



História Concisa de Portugal de José Hermano Saraiva

"MONARQUIA ABSOLUTA – 1668 – 1777

66–A REFORMA POMBALINA

b) O terremoto e a nova Lisboa
A 1 de Novembro de 1755, um terrível tremor de terra sacudiu Lisboa. Ruíram dez mil edifícios, entre eles, muitas igrejas. Como era dia de Todos os Santos e eram horas de missa, os templos estavam cheios e morreu muito povo. A nobreza foi poupada porque tinha o costume de ir à missa mais tarde.

As destruições do sismo e do fogo que se seguiu feriram sobretudo o centro da cidade. Os bairros velhos (Alfama, Mouraria, Madre de Deus, Xabregas) pouco sofreram. Os bairros mais novos (Jesus, Rato, Mocambo, S. José, Sebastião da Pedreira, Arroios) foram também poupados. Mesmo na região destruída, muitas casas ficaram de pé.

A catástrofe deu ao ministro a oportunidade de mostrar sua ténpera. As primeiras ordens foram dadas para dispensar trâmites processuais no julgamento dos ladrões, que logo se abateram sobre as ruínas à procura dos salvados. Os regimentos da província foram mandados a marchar sobre Lisboa, para obrigar a regressar à cidade a multidão espavorida que fugia, pejando as estradas. E logo a seguir pôs-se a questão de reconstrução da capital. Os donos das casas queriam reconstruí-las, mas uma lei proibiu-lhes que fizessem obras enquanto não fosse publicado o plano geral. Tudo o que estava a ser feito foi arrasado e os donos obrigados a pagar a despesa de demolição.

O projecto da cidade nova tem a data de 12 de Junho de 1758. Os donos dos terrenos onde tinham estado, ou estavam ainda, os velhos prédios eram obrigados a construir ali em conformidade com o projecto. Quem não o fizesse durante cinco anos perdia o direito a construir e os terrenos eram vendidos a quem os pudesse comprar. A propriedade passou em

muitos casos das mãos dos nobres, sempre em apuros financeiros, para as dos negociantes afazendados, que podiam pagar as indenizações. Em 1763, já havia muitas casas feitas, mas estavam devolutas porque não havia quem as quisesse habitar; os Lisboa tinham-se entretanto habituado a viver em barracas, com o fundamento de que tinham sido construídas no período em que a construção estava proibida.

O plano de Lisboa foi desenhado e dirigido por arquitectos portugueses; Eugénio dos Santos, Manuel da Maia, mais tarde, Carlos Mardel. Mas a leitura dos vários decretos sobre a reconstrução mostra que a intervenção do ministro foi decisiva. A cidade nova reflectia a concepção que o estadista tinha do Estado: planta geométrica e rectilínea, alçados iguais para todos os edifícios, ausência de palácios ou de qualquer sinal exterior que pudesse sugerir a nobreza do proprietário. Nenhuma porta diferente. A preocupação de uniformidade foi ao ponto de se decretar a proibição de alegres ou de vasos com cravos às janelas. As próprias igrejas foram obrigadas a alinhar pela altura dos demais prédios e também o desenho delas foi feito pelos arquitectos do Estado. Na praça principal reúnem-se as forças que para Pombal deviam formar o País: nos andares nobres as secretarias de Estado, por baixo delas, a servir-lhes de suporte, as lojas do comércio. E a presidir à imensa parada, a estátua do rei, cujo cavalo avança esmagando víboras (as "víboras da reacção"). Do antigo paço real não ficou vestígio. O próprio nome do lugar – Terreiro do Paço – foi corrigido: Paço do Comércio. A mudança das palavras não teve poder contra a força do hábito e a denominação que ficou foi a anterior ao terremoto."

O leitor contumaz
09/03/2024

Oração

Narra Leon Tolstói que, oportunamente, um sacerdote, caminhando pelo campo, encontrou um lavrador trabalhando a terra. De imediato lhe chamou a atenção, dizendo: – Você deveria estar na Igreja orando a Deus. O humilde trabalhador parou por um pouco o ofício e respondeu: – Senhor, eu estou orando.

Após um momento de silêncio, respondeu o religioso: – Faz bem, porque arar é orar.

Nestes atuais dias tumultuosos, o ser humano encontra-se imensamente aturdido em face dos acontecimentos perturbadores de que se sente vítima. A pandemia, que ainda prossegue com menos rigor, as consequências de vária ordem que permanecem no mundo, as guerras e os murmúrios de mais guerras, o desrespeito aos códigos de ética e de comportamento descambam em tremendas manifestações de violência.

As estatísticas sobre furto, roubo, homicídios, feminicídios e de outras espécies são alarmantes, criando uma psicofera de horror.

Como efeito, os transtornos psicológicos atingem não apenas os jovens

que se sentem desorientados, mas todos os indivíduos que nos encontramos no planeta que dá início, assim esperamos, a uma grande transformação para mundo de paz, previsto pelas Escrituras e particularmente pela Doutrina Espírita.

Os Espíritos rebeldes que ora despertam as suas potencialidades retidas através do tempo pela educação e cultura liberam-nas e dão larga aos sentimentos de vilania, de degradação e de orgia que recordam os terríveis dias de alguns imperadores de Roma no passado.

As dores morais somam-se àquelas físicas, e as doutrinas médicas estão convidadas a grandes desafios no que diz respeito à saúde.

Felizmente as conquistas extraordinárias da tecnologia, especialmente no que diz respeito à inteligência artificial, propõem grandes desafios para os dias presentes e os porvindouros. Nunca, qual ocorre nestes dias, tivemos tanta necessidade de orar, porque através da oração sintonizamos com as Fontes Inexauríveis da Misericórdia Divina.

O Deus Criador propõe desde o início

do Universo o amor, a união de todos e de tudo num equilíbrio homogêneo, de que Jesus se fez o Mensageiro especial quando esteve conosco na Terra, e prossegue inspirando-nos à prática do bem, apesar dos nossos desaires e alucinações.

Façamos um compromisso com o bem de contribuir em favor da paz e do mundo melhor com a nossa contribuição, mínima que seja, mas que auxiliará a chegada da Era Nova pela qual todos aspiramos. Orar, como propôs Tolstói, é agir de maneira positiva em todas as atividades a que nos entreguemos, tenham ou não caráter religioso, objetivando o progresso da sociedade na qual nos encontramos colocados.

Não nos deixemos abater. Permaneçamos na luta.

Oremos hoje e sempre!

Divaldo Pereira Franco

PÁSCOA SOLIDÁRIA

Arrecadação de chocolates, bombons e doações no pix.

Conheça os nossos pontos de arrecadação:

ACADEMIA TOTAL FITNESS
R. Rubi, 357 - Padre Eustáquio

STUDIO MARINA HELENA
R. Pedro Calambau, 311 - Jadir Marinho

RAFA FARIA FISIO
R. Orozimbo de Melo, 217 - Leonane

Arrecadação até **28/03**

CHAVE PIX:
09501419681

Saiba mais no Instagram:
@sorrisoo_solidario



ESPECIAL ODONTOLOGIA

Cuidados com os dentes para a sua saúde bucal

Um sorriso bonito e saudável pode melhorar a autoestima e ajudar diretamente na saúde e no bem-estar. Por isso, reservar alguns minutos na rotina para os cuidados com os dentes é essencial.

Usar produtos de qualidade, fazer visitas regulares ao dentista e ter hábitos saudáveis são cuidados que você já pode colocar em prática hoje mesmo.

E isso não tem a ver apenas com uma boa escovação, mas também com uma dieta equilibrada, reduzindo o consumo de doces e ácidos em excesso, sabia?

Além de fazer uma limpeza anual no consultório, é essencial usar bons produtos de higiene bucal em casa.

Higiene bucal após as refeições

A escovação é uma das práticas mais importantes entre os hábitos de higiene bucal. E você, já escova os dentes pelo menos três vezes ao dia? Se a resposta for não, saiba que essa é a frequência mínima para não ficar com dentes mal cuidados. A regra é clara: após as refeições, tenha sua escova de dente e pasta de dente em mãos para fazer uma boa higiene bucal.

Só não esqueça de seguir essas dicas básicas:

tenha uma escova com cerdas macias e faça movimentos suaves para

não machucar a gengiva; saber como usar o fio dental é importante para remover os restos de alimentos entre os dentes, evitando o acúmulo de placa bacteriana e inflamações gengivais; escove a língua para eliminar as bactérias e células mortas que ficam acumuladas e podem causar o mau hálito.

Evite o excesso de doces e ácidos

Ingerir em excesso alimentos ricos em ácidos e açúcar pode contribuir para o desgaste do esmalte dentário. Por isso, experimente seguir uma dieta equilibrada, ingerindo mais frutas, legumes e alimentos saudáveis para a estrutura dos dentes.

Dessa forma, é bom evitar o consumo de: balas duras, pegajosas e doces em geral; sucos cítricos de limão, laranja e abacaxi; refrigerantes.

Beba com moderação

O álcool em excesso também pode ser um grande vilão para a saúde bucal. Isso porque o seu consumo costuma levar a um quadro de desidratação, o que afeta a produção de saliva, crucial para manter os dentes saudáveis.

A diminuição da produção de saliva aumenta os riscos de cáries e problemas na gengiva. Afinal, essa substância tem a importante função de neutralizar os ácidos, remover partículas de alimentos, e claro, proteger a

dentição.

Elimine o cigarro

O vício no cigarro pode ser extremamente prejudicial à saúde da boca. As substâncias tóxicas que ele contém podem desgastar os dentes e provocar outros problemas periodontais, como gengivite e periodontite.

Mas existem outras condições que associam o fumo aos dentes mal cuidados:

cáries: o tabaco pode interferir na produção de saliva (xerostomia), favorecendo a proliferação de bactérias e o surgimento das cáries;
manchas: a nicotina, presente no cigarro, pode deixar os dentes amarelados e prejudicar a estética do sorriso.

mau hálito: o tabaco pode deixar um odor desagradável nos dentes e na língua.

Dúvidas frequentes sobre cuidados com os dentes

O que fazer se o mau hálito persistir mesmo após a escovação?

Se isso acontecer, pode ser sinal de algum outro problema de saúde, como refluxo ácido, diabetes ou problemas respiratórios. Por isso, é recomendado consultar um(a) dentista para investigar essa condição.

Por que a pasta de dente precisa conter flúor?

Uma pasta de dente com flúor ajuda a

fortalecer o esmalte dos dentes, já que o flúor inibe a ação dos ácidos e o crescimento das bactérias na boca.

Roer as unhas pode prejudicar a saúde bucal?

Sim. Por conta da pressão aplicada nos dentes, o esmalte dentário pode sofrer desgastes ao longo do tempo. Além disso, roer as unhas pode levar germes e bactérias até a boca, aumentando o risco de inflamação da gengiva.

Fonte: colgate.com.br



imagem.
CONTAMOS COM **2 UNIDADES**
PARA MELHOR LHE ATENDER.
A MESMA EXCELÊNCIA PARA DIAGNÓSTICO PRECISO.

MATRIZ: R. DR. JOSÉ GONÇALVES
FILIAL ED. BENFICA: PÇA. DR. AUGUSTO GONÇALVES

Ortodontia Inovadora
Aparelhos Ortodônticos de alta tecnologia

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 SLIMCLEARFAST

R. Cap. Vicente, 26 - Centro - Itaúna - MG - 37 3241.4040

Arte ODONTO
R. Antônio de Matos, 247 Centro - Itaúna - MG

Dra. Dirlene de Melo Carneiro
* Especialista em endodontia.

Dra. Jamile Santos Hosni
* Cirurgiã Dentista
(37) 3242-2811

Dr. Jardel F. Melo
* Especialista em Ortodontia
* Especialista em Ortopedia Facial
* Pós-Graduado pela University of New York

Dra. Tânia Mara J. Melo
* Especialista em Periodontia (tratamento de gengiva)
* Clínica Geral
* Pós Graduada em Implantodontia.
(37) 3243-5758

Dra. Mônica de Melo Rezende
* Especialista em Dentística restauradora e estética
(37) 3241-6283

TROFÉU CINCO ESTRELAS

Hyrguer Aloisio Costa e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023

A Fênix – Ferramentaria e Modelação Ltda conta com funcionários treinados e com uma vasta experiência profissional no segmento de ferramentais para todos os processos de fundição, sejam eles manuais, mecanizados e/ou automatizados, em madeira, alumínio, ferro fundido, aço e/ou resina.

Os processos de fundição desenvolvidos pela Fênix podem ser aplicados em areia sintética manual, mecanizado e automatizado, Resinas diversas, Coquilhas, Shell Molding.

A empresa também presta consultoria técnica para desenvolvimento de ferramentais, sistema de canais e desenvolvimento de novos produtos.

A Fênix desenvolve ferramentais em processos CNC e CAD/CAM, o que garante altíssima qualidade dimensional, grande funcionalidade nos processos de moldação e grande agilidade nos prazos de desenvolvimento.

FENIX
FERRAMENTARIA E MODELACÃO

HÁ 20 ANOS NO MERCADO

Rua Jacinto Ferreira, 287
Vila Tavares - Itaúna - MG
(37) 3243-4914

TROFÉU CINCO ESTRELAS

Dr. José Francisco Coelho, Heloisa Coutinho, Edson Vilela e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023

Núcleo Atualizado de Endodontia
Heloisa Helena Nogueira Coutinho
30 anos de experiência

R. Gonçalves da Guia, 152 - loja 4 - Centro
Itaúna - MG - 37 3241-2822