



DE 20 DE ABRIL DE 2024 A 26 DE ABRIL DE 2024

Nº 1.031 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





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



CLÍNICA DO CORAÇÃO

Pág. 05



Réquiem para o Padre Nilo por Prof. Luiz Mascarenhas

Pág. 02



Apaixonado por ferrovias, Fabrício Costa coleciona miniaturas sobre trilhos



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

PANIFICADORA EBENESER



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



Valdeci Ferreira, recebe o título de professor Honoris Causa do curso de Direito da FAPAM

Pág. 02

ACOMPANHAR O CRESCIMENTO DESSE JORNAL É UM GRANDE MOTIVO PARA COMEMORARMOS JUNTOS! PARABÉNS AO JORNAL SOCIAL LUIZ PARREIRAS E TODA A EQUIPE ENVOLVIDA, PELOS 20 ANOS DE ATIVIDADE E PRESENÇA EM NOSSO DIA A DIA, COMPARTILHANDO O LADO BOM DA VIDA!

UMA HOMENAGEM DE
DR. JÚLIO MARTINS



Parabéns, Jornal Social e Luiz Parreiras! 20 anos são o resultado de muito trabalho e persistência, sempre enaltecendo o lado bom da vida. Que venham pelo menos outros 20!



Rosiane e Elmo

COM MUITA HONRA E ALEGRIA CELEBRAMOS OS 20 ANOS DE SUCESSO DO JORNAL SOCIAL LUIZ PARREIRAS QUE ALEGRA OS NOSSOS DIAS ENALTECENDO O LADO BOM DA VIDA!

PARABÉNS AO QUERIDO LUIZ PARREIRAS E TODA SUA EQUIPE!



Dai Lua
vereador

Parabéns pelos 20 anos de sucesso do Jornal Social Luiz Parreiras!

CONSULTÓRIO ODONTOLÓGICO
Dr. Guilherme José Drummond M. Lima
CRO MG 29014

Especialista em Implantes e Periodontia - Clínico Geral
Pós-Graduado em Cirurgia Avançada e Próteses
R. Coronel Artur Vilaça, 51 - Centro - Itaúna - MG / 37 3241.3183 / 37 9 9982.1242



Época de celebrar duas décadas de sucesso do Jornal Social Luiz Parreiras que alegra os nossos dias compartilhando boas notícias em suas páginas tão inspiradoras.

Parabéns ao Luiz Parreiras e sua equipe!

CCAA Matrículas abertas! 37 3241.4313


Parabéns pelos 20 anos do Jornal Social Luiz Parreiras e pelo lindo trabalho realizado!

Lucio Bom Conselho e Jeisy Amorim



BODAS DE PORCELANA. 20 ANOS DE ILUMINADO SUCESSO TRAZENDO AOS ITAUNENSES O LADO BOM DA VIDA! LUIZ PARREIRAS: SINÔNIMO DE ELEGÂNCIA AMIZADE, ÉTICA, COERÊNCIA E BOM SENSO! PARABÉNS PELA REFULGENTE TRAJETÓRIA DE VITÓRIAS E CONQUISTAS!

GRANDE ABRAÇO DO **PROF. LUIZ MASCARENHAS**



Apaixonado por Ferrovias, Fabrício coleciona miniaturas sobre trilhos

Pela área urbana de Itaúna de qualquer ponto que estejamos é possível escutar o apito das locomotivas que passam pela antiga ferrovia que corta a cidade, hoje sendo administrada pela VLI Multimodal S.A e que tem

sa, fertilizantes, etc) sendo parte da riqueza produzida em nosso país. Para algumas pessoas é incômodo, seja o barulho, seja a interrupção do tráfego, seja o risco de colisão, enfim existe sim os contrários mas para outras

rampas, um espetáculo à parte ver o trabalho de cinco locomotivas tracionando no forte morro com mais de 90 vagões, conclui.

Essa paixão começou ainda criança quando passou a ter gosto por colecionar trens e quando ganhou o seu primeiro exemplar estava com apenas 4 anos, um trenzinho infantil de montar e desmontar nas cores azul, verde e vermelho que ainda o tem e guarda com grande zelo. Ao olhar atento dos mais velhos e notando o gosto do pequeno Fabrício por trens, seu avô Sr. Lázaro Ribeiro e seu pai José Antônio sempre o levavam à estação de trem para ver a velha e saudosa locomotiva RFFSA G8 manobrar alguns vagões para serem carregados com ferro gusa no antigo terminal da Si-

dersa localizado no bairro Irmãos Auler, visto à proximidade com sua residência. Hoje Fabrício possui em média 70 locomotivas em miniaturas, mais de 300 vagões também em miniaturas, são miniaturas produzidas pela empresa Frateschi (empresa brasileira) que reproduzem os trens em 85 vezes menores em relação ao tamanho real. Ainda possui 21 Ferroramas da Estrela que por sua vez são clássicos da década de 80 e 90, raros exemplares guardados nas próprias caixas e os trenzinhos da infância, vários outros kits e conjuntos de trens paralelos aos Ferroramas Estrela. Dentre os mais novos adquiridos estão as locomotivas em miniaturas da VLI e o último lançamento do Ferrorama Estrela XP 300 que a Estrela relan-

çou em homenagem ao cantor Milton Nascimento. Fabrício diz que o que lhe inspira em seus trens em miniaturas é a realidade de um profissional ferroviário, desde a operação até o centro de controle operacional de uma

ferrovia que o leva a encantar devido ao realismo das peças, o trenzinho em movimento nos trilhos, é uma verdadeira terapia para sua cabeça, um hobby que desperta sua imaginação e o leva a realidade de uma ferrovia, sua grande paixão. Nos finais de semana Fabrício está sempre manuseando seus trens e Ferroramas, sempre que pode também realiza viagens em trens de passageiros, já fez o percurso Vitória/Minas, Ouro Preto/Mariana, São João del-Rei/Tiradentes e o trajeto do Expresso Turístico, localizado no município de Santo André (SP) e Paranapiacaba (SP). Esse é realmente um passatempo diferente sendo o ferreomodelismo a arte de colecionar trens em miniaturas e que possui adeptos em todo o país e em Itaúna temos o Fabrício como exemplo de um amante dos trens. Em um tempo onde

Foto - Marcos Antônio Costa



sua origem lá na cidade de Araguari - MG indo até o Porto de Tubarão em Vitória no ES, nela transitam locomotivas e vagões que transportam (soja, milho, farelo, minério, ferro gu-

portante em sua vida, e declara: muito bom ouvir o apito da locomotiva, ver a passagem das composições pela cidade, observar a força que as locomotivas fazem para vencer as fortes



Foto - Marcos Antônio Costa



Foto - Marcos Antônio Costa

o tira ela é algo caro demais que você não deve pagar para ver.

o tira ela é algo caro demais que você não deve pagar para ver.

Valdeci Ferreira, recebe o título de Professor Honoris Causa do curso de Direito da FAPAM

Na noite de 21 de março, ocorreu uma solenidade especial que conferiu a Valdeci Ferreira, Diretor do Centro Internacional de Estudos do Método APAC, o prestigioso título de "Professor Honoris Causa do curso de Direito da FAPAM". O título foi uma oportunidade para expressar gratidão e reconhecimento a Valdeci Ferreira por sua incansável dedicação e compromisso com a missão da APAC/FBAC. Neste ano, o curso de Direito da FAPAM - Faculdade de Pará de Minas, comemora 20 anos, O título de Professor Honoris Causa é reservado para aqueles que de-

monstram excelência em suas áreas de atuação e cujo trabalho transcende as fronteiras do convencional. Valdeci Ferreira personifica esses atributos, sendo um líder visionário e inspirador na promoção da justiça restaurativa e na transformação de vidas através da metodologia APAC. É a primeira vez que o curso de Direito outorga o título de Professor Honoris Causa, que é a distinção mais elevada que a FAPAM pode conceder. Em entrevista a reportagem da FBAC, Valdeci Ferreira, ressalta que "Esse reconhecimento da FAPAM, ao trabalho que nós desenvolvemos ao lon-

go de quatro décadas, conferindo o título de Professor Honoris Causa pelo momento de celebração dos 20 anos da Faculdade de Direito, nada mais é do que o reconhecimento também de um esforço, de um trabalho realizado por uma grande equipe formada por homens e mulheres. Pessoas abnegadas que se debruçam sobre essa causa das APACs, acreditando plenamente na recuperação do ser humano. Então eu recebo essa homenagem, mas eu compartilho com todas essas pessoas, muitas vezes anônimas, que estão por trás dos bastidores, fazendo um trabalho incrível a

serviço da causa das APACs." A FBAC também tem o prazer de anunciar uma nova parceria estabelecida no dia 18 de março com a FAPAM, visando a disseminação do Método APAC entre os operadores de direito. Este acordo representa mais um avanço em nossa missão de fortalecer e expandir as práticas das APACs, promovendo uma abordagem mais humanizada e eficaz no sistema penal.

Com informações - fbac.org.br



VERTICE
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 | Vertice 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 MENSUAIS!

BAH | FAÇA SEU ORÇAMENTO
37 99123.6172

Nanda
Surgimentos

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

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!

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
LUCAS GOBRIET

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

DELÍCIAS DA Luzia
LUCAS GOBRIET

37 9 9937.3534 - 37 9 9832.8405
@deliciasdaluzia

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



Foto Mariana Rezende

Fábio, Regina Magalhães e Luiz Parreiras



Foto Mariana Rezende

Maria Helena Corgosinho e Luiz Parreiras



Foto Mariana Rezende

Drs. Stael Lorena e Luiz Parreiras



Foto Mariana Rezende

Warlei Eustáquio (Contabilidade Central),
Camila Fernandes e Luiz Parreiras

Recurso para a segurança dos itaunenses

Pela primeira vez a Polícia Militar de Itaúna conta com um veículo Blazer semblindado. O recurso no valor de R\$ 315.000,00 foi destinado através de esforços do Da Lua Vereador e do Deputado Federal Paulo Abi-Ackel. A novidade vai trazer melhores condi-

ções de trabalho para os policiais e vai gerar maior segurança para a comunidade itaunense.

O veículo foi oficialmente entregue no último sábado dia 13/04 em um evento realizado na Praça da Matriz, com a presença do Da Lua Vereador,

do Assessor do Deputado Federal Paulo Abi-Ackel, Luigi D'Ángelo, do Comandante da 9ª Cia PM Ind, Antônio Carlos Teixeira de Souza, do Chefe de Gabinete da Prefeitura de Itaúna, Dr. Fares Neto, além de outros participantes.



Cruzeiro e Disney

Nossa querida leitora, Mágda Andrade Fonseca está em viagem com seus filhos, nora e neta em um cruzeiro por Bahamas e o destino final da viagem, Orlando para visitarem o mundo encantado da Disney. Um momento mágico vivenciado em família, apertando os laços da boa convivência. Mágda no dia 29 de junho também estará recebendo o concorrido Troféu Feminino Plural 2024.



Antônio Augusto Júnior, Cecília, Joice, Mágda e Lucianara

5º Baile da AVACCI

Dia 10/05/24 - 21h
Buffet Isaura Araújo

Atrações
Banda Vitrola e convidados, Ratinho, Dr. Nado Rock e Marcinho Hakuna
Mesas à venda na AVACCI - 4 pessoas - R\$200
Informações (37)32498100

11º Boi no Rolete

No dia 15 de junho às 16 horas, no Pesque e Solte do Thomaz, em Itaúna. Buffet completo pelo renomado Chef Elias Pio. Ingressos pelo DivinoTicket Realização Rotary de Itaúna

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 (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

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

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
@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

POSTODELTA

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

ESPECIAL VEÍCULOS

Despesas com automóveis no Brasil: estudo revela os maiores gastos anuais

Alex Auto
ALEX AUTO PEÇAS
Peças automotivas para nacionais e importados

DIVIDIMOS EM 3X NO CARTÃO O VALOR NORMAL

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

O custo de possuir um automóvel no Brasil representa uma fatia considerável do orçamento familiar, segundo uma pesquisa realizada pelo Serasa. Os resultados, baseados nas respostas de 2.023 participantes em dezembro, destacam que 67% dos lares brasileiros classificam os gastos com o veículo como uma das três maiores despesas anuais, ficando atrás apenas da alimentação, mencionada por 69%.

Gastos com carro além do previsto
A pesquisa revela que diversas despesas estão associadas à posse de um automóvel. O deslocamento para compras e tarefas diárias lidera, representando 77% dos gastos, seguido por passeios nos finais de semana (76%) e trajetos para trabalho ou local de estudo (64%).

Esses números são analisados em meio ao cenário atual, em que o preço médio da gasolina no Brasil é de R\$ 5,56, conforme dados da Petrobras.

Pneus e revisões
O estudo do Serasa destaca que 31%

dos entrevistados admitem gastar mais com o veículo do que o inicialmente planejado. Surpreendentemente, 92% afirmam já ter enfrentado custos inesperados relacionados ao uso do automóvel.

Dentre os imprevistos mais comuns, destacam-se consertos de pneus (51%), manutenções (48%) e revisões (35%). A necessidade de ter um seguro também é citada como uma despesa significativa para muitos motoristas.

IPVA e falta de planejamento financeiro

O pagamento do Imposto sobre Propriedade de Veículos Automotores (IPVA) é um dos compromissos financeiros recorrentes para os motoristas brasileiros.

A pesquisa revela que, apesar de ser uma despesa anual conhecida, 11% dos proprietários ainda não haviam se planejado, em dezembro, para quitar o IPVA de 2024.

O valor da tarifa varia de acordo com cada estado, com a alíquota oscilan-

do entre 0,5% e 4%, e a isenção dependendo do tempo de fabricação, conforme as leis estaduais.



Com informações
www.otempo.com.br/autotempo

CONHEÇA O NOVO SITE DO JORNAL
WWW.LUIZPARREIRAS.COM.BR

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
alexautopeças@veloxmail.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 9941.4171

Escondidinho de Baroa

Ingredientes
1 kg de coxa e sobrecoxa picado
1 colher de manteiga
1 kg de batata baroa
1 caixa de creme de leite
1 colher de requeijão
1 cebola de cabeça
Molho de Tomate
2 dentes de alho

Preparo
Refogue a carne com tempero. Cozinhe a batata e depois de cozida, acrescente a manteiga e pimenta do reino e misture com o fuê até virar uma massa lisa. Depois acrescente o creme de leite e o requeijão. Retire o frango da panela que você cozinhou e coloque nela azeite e doure a cebola, depois acrescente o alho amassado e deixe fritar, coloque o frango e o molho de tomate. Depois do molho pronto é só colocar em um pirex uma camada do purê, depois o frango e cubra com uma outra

camada do purê e leve ao forno para gratinar.
Contribuição Valéria Campos

Dicas de culinária

Para que a carne moída não forme grumos durante o preparo, descongele-a até ficar em temperatura ambiente, antes de cozinhar..

Confira essa e outras receitas deliciosas:

bonsmomentos_valeriacampos
Programa Bons Momentos

Para Refletir

Fazer o que você considera "a coisa certa" não garante que os outros façam o mesmo, mas lhe dará PAZ

Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor

FarMelhor BenMelhor

Muito mais vantagens para você!

FarMelhor
Faz bem por sua cidade. Faz bem por sua família.

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**



Dr. José Francisco Coelho, Antônio Adônis Pereira, Mônica Melo, Vagner Silva e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023



É uma empresa especializada em pavimentação poliédrica, prestando serviços de calçamento, terraplanagem, piso intertravado, implantação de gramados, águas pluviais, meios fios, bloquetes, paralelepípedos, guias e sarjetas, ampla expertise nas mais diversas infraestruturas para loteamentos e chacareamentos, atendendo Itaúna e toda região de Minas Gerais. Fundada em 2012 pelos atuais sócios Mônica Melo e Vagner Silva, nascidos nessa cidade, a empresa teve um grande crescimento desde então, conquistando cada vez mais seu espaço.

Disponibiliza-se de toda uma equipe treinada e capacitada, um suporte especializado de máquinas, ferramentas, contando com carros próprios para deslocamento dos colaboradores, e muito breve estará na sua própria sede, um mini com-

plexo num galpão, que abrigará, escritório, almoxarifado, área de carga e descarga de insumos, que já está na fase final de construção. Uma organização comprometida e pontual com todas as obras que lhe são confiadas, buscando sempre atender com excelência os clientes e prezando muito pelas parcerias firmadas nesses 11 anos de mercado.

Contam com uma grande carteira de clientes em Itaúna e região que totalizam inúmeras obras públicas e privadas concluídas com o mais alto padrão de qualidade exigido. O principal objetivo é levar melhor qualidade de vida para a sociedade através da pavimentação.

Vagner se orgulha em receber o Troféu 5 Estrelas por estar em meio a profissionais tão qualificados de nossa cidade.



Dr. José Francisco Coelho, Michele Souza, Gisele Cristina, Aline Coutinho, Patrícia Leopoldino, Edson Vilela e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023



A Clínica de Psicoterapia Cogitare é uma clínica especializada em terapia cognitivo comportamental e que coleciona mais de 10 mil horas em histórias e ressignificados. Ela foi fundada em 2019, pela psicóloga clínica Michele Souza e para seu sucesso ainda maior, ela conta com as psicólogas Aline Coutinho, Gisele Cristina e Patrícia Leopoldino.

A clínica tem seus valores totalmente pautados nos princípios éticos da psicologia. Sua missão é zelar pela saúde mental

dos pacientes para a promoção de uma qualidade de vida para que eles possam transbordar de satisfação em todas áreas. Atendem crianças, adolescentes, adultos, casal e família.... Acreditam que "o que adoce o ser humanos, não são os problemas que eles enfrentam e sim, a interpretação que as pessoas fazem dele".

"Então trazemos clareza e ressignificados na forma de pensar! E assim vamos iluminando, sendo luz na vida de nossos pacientes em seus processos!" Disse Michele.

Praça Doutor Augusto Gonçalves, 146 Sala 1306
@cogitarepsicoterapia



Marilda Morais e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023

Fundada em 01/02/2005 na cidade de Mateus Leme, o Nanda Burger começou com um pequeno trailer e hoje com uma equipe formada por 10 profissionais em uma sede própria e com uma estrutura belíssima e moderna que oferece grande conforto para os clientes e é referência na região.



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



Dr. José Francisco Coelho, Antônio Adônis Pereira, Cássia, Ênio, Eduardo e Luiz Parreiras
Troféu Cinco Estrelas 2023



A Marmoraria Avenida está há 14 anos no mercado e se prepara para ainda esse ano estar em sua sede própria em uma estrutura de alto padrão, depósito, escritório e

showroom. Administrada pelo casal Ênio Morais Borges e Cássia Regina da Rocha, a Marmoraria Avenida é referência no mercado.

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