



AQUI VOCÊ VÊ O #LADOBOMDAVIDA

DE 01 DE FEVEREIRO DE 2025 A 07 DE FEVEREIRO DE 2025

Nº 1.071 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

www.luizparreiras.com.br



ÓTICA VISUAL

Sua ótica de confiança.

R. Gonçalves da Guia, 56 - Centro - Itaúna - MG
(37) 3241-0035 ☎ (37) 98823.7653
@oticavisualitauna



UM NOVO CAPÍTULO
IRÁ COMEÇAR
EM 2025...

VEM AÍ A INAUGURAÇÃO
DA NOSSA SEDE PRÓPRIA!

MARMORARIA
AVENIDA

R. Márcio de Faria Campos, 106
Aeroporto - Itaúna - MG

(37) 3242-4007
(37) 9 9967-4716



**Rotary de Itaúna Cidade Educativa
doa um Thermopulse para a
AVACCI**

Página 05

**Resgatando a memória do
Hospital Manoel
Gonçalves de Souza Moreira**

Página 03



**Francis José Saldanha Franco, tomou
posse como Conselheiro Federal
junto ao CONFEA**

Página 02

Experimente
a eficiência da
**PORTARIA
REMOTA**



Elimine a necessidade de um
porteiro físico no seu condomínio,
garantindo mais segurança,
praticidade e economia para
todos os moradores.

Entre em contato
agora mesmo!
☎ 37 3241-9153

VENHA PARA A ULTRA
R. João Ferreira da Silva,
169 - Veredas - Itaúna

CONFIRA O QUE FOI DESTAQUE NO JORNAL NO SITE E PELO INSTAGRAM

WWW.LUIZPARREIRAS.COM.BR

@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS

ASSINE O JORNAL E RECEBA O LADO BOM

A VIDA NO CONFORTO DE CASA!

ENTRE EM CONTATO ☎ (37) 99118.3000



**CASAMENTOS
15 ANOS
FORMATURAS
CORPORATIVOS
SHOWS**

Serviços profissionais de DJs e mon-
tagens de estruturas de boate, sonori-
zação, iluminação, pista de LED, painel
de LED e palcos para shows.
Produções completas de formaturas e
eventos corporativos.

Entre em contato e agende um orça-
mento sem compromisso.

Nathan Rodrigues

www.suafestapronta.com.br
suafestaprontaeventos@gmail.com
(37) 99904-0574 / 99984-5030

Edifício 5ª Avenida - Pça. João Nogueira, 28, sala 20, Centro, Itaúna/MG

**SUA
FESTA
PRONTA**

Posse em Brasília

No dia 22 de janeiro o engenheiro mecânico, Francis José Saldanha Franco, professor e coordenador do Curso de Engenharia Mecânica da Universidade de Itaúna, tomou posse e assumiu o cargo de Conselheiro Federal junto ao Conselho Federal de

Engenharia e Agronomia – CONFEA em Brasília. O desafio consiste em encaminhar as demandas e expectativas, representando 150 mil profissionais e 50 mil empresas registradas no CREAMG.



Francis Saldanha e Vinicius Marchese (presidente do CONFEA)



Aniversariantes da Semana

01/02
Caio Andrade
Peter Gabriel 1985
02/02
Maurício Paulino
Tânia Andrade
Deisy Carvalho
03/02
Heloisa Machado Corradi
Rosângela Rodrigues
Arlaine Aparecida Santos Campos
04/02
Marina Coutinho
Eduardo Henrique Gomes Barbosa
Tatiana Gonçalves
Lincom Santos
Luiz Alberto

Daniel Mânio (Solar Imóveis)
05/02
Gabriel Soares - Chan
Kátia Tavares
Alana Ramalho
06/02
Marilda Guimarães
Rafael Magalhães
07/02
Renata Jorge Guimarães
Thais Gonçalves
Nivaldo Júnior

Desejamos aos aniversariantes o melhor de uma vida bem vivida, paz interior hoje e sempre.

Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Em ação

"A.A. é mais do que um conjunto de princípios; é uma sociedade de alcoólicos em ação.

Precisamos levar a mensagem, caso contrário nós mesmos poderemos definir e aqueles a quem não foi dada a verdade podem perecer."

Na opinião de Bill

"Eu desejava desesperadamente viver, mas, para conseguir isto, tinha que me tornar ativo em nosso programa dado por Deus.

Eu ingressei naquele que se tornou meu Grupo e, lá, abria a sala, fazia o café e a limpeza. Estava com cerca de três meses de sobriedade, quando um veterano falou-me que eu estava fazendo trabalho de décimo segundo Passo. Que satisfação! Senti que realmente estava fazendo alguma coisa.

Deus dera-me uma segunda chance, A.A. mostrara-me o caminho e estas dádivas não eram apenas grátis – eram também sem preço! Agora, a alegria de ver os ingressantes crescerem lembra-me de onde vim, onde estou, e as possibilidades sem limites à minha frente.

Preciso assistir às reuniões por-

que elas recarregam minhas baterias para que eu tenha luz, quando for necessário. Ainda sou um novato no serviço, mas já recebi muito mais do que dei. Não posso manter a sobriedade a não que a passe adiante. Eu sou responsável quando alguém precisar de ajuda. Desejo estar ali, sóbrio."

Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

12º passo

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

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

Cozinhar ajuda aumentar a felicidade, comprova nova pesquisa

Cozinhar faz bem, sabia? Tem efeito terapêutico. Ajuda a aumentar a felicidade, alivia sintomas de ansiedade e até da depressão. Uma pesquisa realizada pelo Instituto Gallup mostra que 60% dos entrevistados afirmam ao preparar algo saboroso ficam mais satisfeitos. Já 20% dizem ter aumentado sua visão otimista sobre a vida. A explicação científica está na liberação de dopamina, neurotransmissor ligado ao prazer e motivação, quando se faz algo que dá satisfação. Há, ainda, o aspecto social envolvendo o ato de cozinhar: as refeições em família e entre amigos fortalecem laços sociais e combatem a solidão. Isso também aumenta as chances de felicidade.

Mais frequente do que parece

De acordo com o Instituto Gallup, seis em cada dez pessoas se sentem mais felizes após atividades simples no fogão.

Em várias culturas, a convivência à mesa, como nos países mediterrâneos, os índices de felicidade são elevados. Na Itália, por exemplo, 81% dos habitantes afirmam ter prazer em cozinhar.

Psicólogos afirmam que a atividade tem um efeito terapêutico, aliviando sintomas de ansiedade e depressão.

Memórias afetivas

Os terapeutas ressaltam ainda que a comida evoca memórias afetivas, porque faz lembrar de pratos feitos

por pessoas queridas, como mãe, avó, tia e madrinha, entre outros.

Os nutricionistas destacam também que a prática fortalece a busca pela alimentação saudável e faz fugir dos processados e ultraprocessados.

Assim, o ato de cozinhar vai além da necessidade. É uma prática que promove saúde, felicidade e conexões humanas, como diz a pesquisa, de acordo com o Portal Tela. Bora cozinhar em casa, então?

Com informações sonoticiaboa.com.br



ASSINE O JORNAL
E RECEBA O LADO BOM DA VIDA EM CASA!
37 99118.3000

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

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

BAHDESIGN
- CRIAÇÃO DE IDENTIDADE VISUAL
- CRIAÇÃO DE CONVITE VIRTUAL
- PLANEJAMENTO, CRIAÇÃO E GERENCIAMENTO DE CONTEÚDOS PARA REDES SOCIAIS - E MUITO MAIS!
VEM FAZER A DIFERENÇA!
37 99123.6172 @bah.design_

Nanda Burger
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

Chique Dog e cia
Clínica veterinária e pet shop
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
AV. JK, 1270 - BAIRRO TROPICAL
ITAÚNA - MG - 37 3241-1344
☎ (37) 99951-1344 / (37) 99939-0868

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

Galeria de Fotos da Entrega do Troféu 5 Estrelas 2024 para empresários e profissionais de destaque do ano



Foto Cantídio Mello

Carlos Alberto de Menezes (Contabilidade Pontual), Marilene Magalhães, Vinícius, Valéria Mendes, Raquel, Eduardo Mourão e Luiz Parreiras



Foto Cantídio Mello

Pedro, Matheus, Evellyn, Milton Rangel, a homenageada, Rosilene Mesquita e Luiz Parreiras



Foto Cantídio Mello

Fernando Rosa, Paulo Campos, Maria Helena Corgosinho e Luiz Parreiras

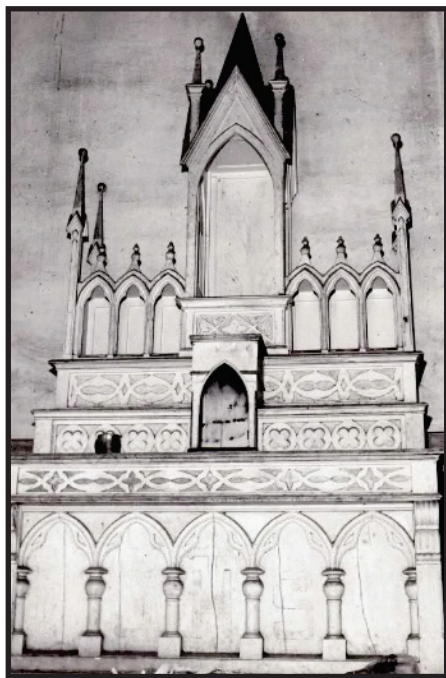


Resgatando a memória do Hospital Manoel Gonçalves de Souza Moreira

Após 108 anos de sua fundação, a Casa de Caridade Manoel Gonçalves de Souza Moreira agora em 2025 iniciou a recuperação do antigo hospital. Esse projeto de recuperação permitirá que o Centro Administrativo atual migre para o local recuperado, possibilitando a ampliação do Centro Oncológico do Hospital, proporcionando mais conforto para os pacientes. Para esse projeto o altar original da capela da Casa de Caridade, que hoje se en-

contra no Museu Francisco Manoel Franco em Itaúna, será colocado na nova capela que será construída, voltando assim para sua "santa casa". Esse altar, preservado ao longo dos anos, testemunhou incontáveis momentos de oração, esperança, gratidão e nos lembra da importância de unirmos a ciência e espiritualidade no processo de cura. Vale reforçar que está sendo utilizada apenas verba específica para "Patrimônio Histórico

Tombado", direcionados pelo Ministério Público, e nenhum recurso próprio do Hospital será utilizado, não prejudicando assim a área da saúde.



Em visita às obras, Mourão, da diretoria do Hospital, Samuel Herculano da Arquê Projetos e Construções, Antônio Guerra, Provedor do Hospital, professor Luiz Mascarenhas e o vereador Wenderson Arlei

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

PANIFICADORA EBENESER

Salgados por encomenda

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

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

MARMORARIA AVENIDA

Lavatórios, pias, bancadas, pisos, soleras e nichos.

(37) 3242-4007
(37) 9 9967-4716 (Enio - Vô)

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 06h às 20h
Sábado - de 06h às 18h
Domingo e feriados - de 06h às 12:30h
R. Manoel Zacarias, 05 Bairro das Graças
Itaúna - MG - 37 3241.1515
@amaralpanificadora
Panificadora Amaral

HÁ MAIS DE 13 ANOS OFERECENDO SERVIÇOS QUE FACILITAM O DIA A DIA DE SÍNDICOS E CONDÔMINOS.

HERA
GESTÃO DE CONDOMÍNIOS

Pça. Dr. Augusto Gonçalves, 418 - sala 302 - Itaúna - MG
(37) 3402-2523 / (37) 3073-2523

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
@contabilidajfranco



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



ESPECIAL VEÍCULOS

6 dicas para preservar o sistema de freios do seu carro

Manter o sistema de freios do seu veículo em perfeito estado é essencial para a segurança no trânsito, tanto para você quanto para os outros.

Um dos principais componentes desse sistema são as pastilhas de freio, que desempenham um papel fundamental na frenagem eficiente e segura.

Para auxiliar você na manutenção desse sistema, o AUTOTEMPO consultou a Motul, multinacional francesa especializada em lubrificantes e fluidos de alta tecnologia, que deu 6 dicas indispensáveis para cuidar bem dos freios do seu carro:

1. Fique atento aos "avisos sonoros"

Se ouvir um som agudo ao pressionar

o pedal de freio, pode ser um sinal de alerta. Algumas pastilhas de freio possuem dispositivos que emitem ruídos quando estão perto do limite de desgaste.

Além disso, alguns veículos possuem sensores eletrônicos que avisam sobre o desgaste. Em qualquer caso, uma revisão mecânica é recomendada para manter a eficiência do sistema.

2. Avalie o desempenho de frenagem

Se for necessário aplicar mais força no pedal de freio, o fluido pode estar comprometido ou algum componente pode necessitar de reparos. Desempenho reduzido é um sinal urgente para uma inspeção do sistema.

3. Atenção à luz de alerta no painel
Muitos veículos possuem uma luz de aviso que acende quando as pastilhas de freio estão desgastadas. Essa luz também pode indicar nível baixo de fluido de freio, reforçando a importância de uma revisão completa.

4. Realize inspeções visuais regulares

Verificar a espessura das pastilhas é uma tarefa simples que pode evitar problemas maiores. Se elas estiverem muito finas, é necessário substituí-las imediatamente.

5. Observe vibrações e pulsos no pedal

Sentir vibrações ou pulsos ao frear pode indicar desgaste irregular das pastilhas, ou discos. Esse problema

deve ser corrigido rapidamente para evitar danos adicionais ao sistema. Vale lembrar que vibrações ao acionar o ABS em frenagens emergenciais são normais.

6. Considere o uso e a quilometragem

O desgaste das pastilhas varia conforme o estilo de direção e as condições de uso do veículo. Tráfego intenso e terrenos montanhosos aceleram o desgaste, exigindo manutenções mais frequentes. Fluido de freio tem validade?

Além das pastilhas, o fluido de freio também requer atenção especial. Com o tempo, o fluido absorve umidade, reduzindo seu ponto de ebulição e aumentando o risco de cor-

rosão e falhas no sistema.

Segundo Danilo Silva, engenheiro de aplicações da Motul, "a ausência de manutenção preventiva representa um risco à segurança e pode gerar altos custos em reparos".

Ele destaca ainda que, mesmo arma-zenado, o fluido pode sofrer degradação e deve ser substituído no máximo a cada 3 anos, conforme a portaria nº 456 do Inmetro.

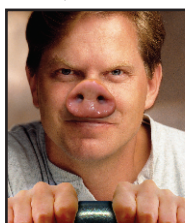


Com informações
www.otempo.com.br/
autotempo



Tem gente virando cachorro.

Não xingue. Não vire bicho no trânsito.



Tem gente virando porco.

Não suje as ruas. Não vire bicho no trânsito.



Tem gente virando onça.

Não brigue. Não vire bicho no trânsito.



Av. São João, 5478
Nova Vila Mozart - Itaúna - MG
geraldoradladores@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



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



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

Salada com Macarrão

Ingredientes

250g de macarrão gravatinha
1 lata de milho
1 cebola roxa picada
Tomatinho italiano partido ao meio
100g de azeitona sem caroço
1 pacote de mussarela de búfala
1 cenoura ralada
1 pote de iogurte natural
1 colher de maionese

Azeite

Suco de 1 limão

Orégano

Pimenta calabresa

Mostarda

Mel

Preparo

Cozinhe o macarrão até ficar ao dente. Misture o macarrão com o milho, a cebola, o tomatinho, a azeitona, a mussarela e a cenoura e reserve. Em outro recipiente, misture o iogurte, a maionese, o azeite, o suco de limão, o orégano, a pimenta calabresa, a mos-



tarda e o mel e depois misture com o macarrão.

Contribuição Valéria Campos

Dicas de culinária

O que não pode ir ao freezer:

- **Maionese:** porque o óleo se separa dos demais ingredientes.

- **Gelatina pronta:** cristaliza.

- **Batatas cozidas:** perdem sabor e têm a textura modificada.

- **Ovos cozidos ou crus com casca:** a casca se rompe e a gema fica granulada.

- **Gema pura crua:** fica cheia de grânulos.

- **Vegetais que serão usados crus:** perdem a textura original.

- **Manjares e pudins à base de maizena:** a água se separa e o sabor se modifica.

E mais: **carne salgada e defumada, creme de leite, curau, doces caramelados, leite fresco, iogurte, picles, pudim de claras, pudim de leite condensado, queijos, receita com saladas cruas.**

Para Refletir

Não exijas dos outros qualidades que ainda não possuem.

Chico Xavier



Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor



Muito mais vantagens para você!

FarMelhor

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

Tel: (37) 3241-4563 | 3073-3690

Wpp: (37) 9 9823-5537

Av. Jove Soares, 860 - Centro - Itaúna - MG



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

Valéria
cabeleireiro

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



ISAURA ARAÚJO
BUFFET



Contato 037 99981-7606

HÁ 20 ANOS COMPARTILHANDO O LADO BOM DA VIDA

JORNAL SOCIAL
LUIZ PARREIRAS

Rotary de Itaúna Cidade Educativa doa um Thermopulse para a AVACCI

Na manhã do dia 29 de janeiro o Rotary de Itaúna Cidade Educativa mais uma vez realizou uma importante doação para a notável instituição - AVACCI - Associação de Voluntários no Apoio ao Combate do Câncer em Itaúna e Região, foi o Thermopulse, aparelho avançado utilizado em tratamentos fisioterapêuticos para diversos distúrbios musculoesqueléticos. Ele gera energia de radiofrequência (alta frequência) sob a forma de radiação eletromagnética intencional, promovendo efeitos terapêuticos profun-

dos nas áreas do corpo afetadas. A principal função desse dispositivo é proporcionar alívio de dores e estimular a recuperação de tecidos lesionados ou inflamados. O Thermopulse oferece uma abordagem terapêutica inovadora e eficaz no tratamento de sintomas em pacientes oncológicos. Seu uso pode melhorar a qualidade de vida, aliviando dores, estimulando a recuperação e proporcionando conforto durante o tratamento. Ai está mais uma nobre ação dos admiráveis rotarianos em prol do bem comum.



Jonathan Busatti, Vivaldo Leite, Sandra Fars, a presidente do Rotary de Itaúna Cidade Educativa, Marise Franco, José Queiroz, Alessandra Oliveira e Ângelo Freitas



Marise Franco, Ângelo Freitas, Maria Cleusa, José Queiroz, Rosângela Fernandes, Alessandra Oliveira e a presidente da AVACCI, Sandra Fares

LUIZ PARREIRAS EM ENCONTRO COM GENTE DE expressão



Cibele Franco Rocha, Luiz Parreiras, Teresa Raquel e Sérgio Elias Rocha



Heloisa Magalhães, Guaraciaba Drumond, Luiz Parreiras, Regina Saldanha e Cristina



Viver Bem

Brasileira de 117 anos diz que segredo da longevidade está no açaí

Dona Lô, Leonizia Pereira da Silva é a força em pessoa. Aos 117 anos, a brasileira está entre as pessoas mais velhas do mundo e diz que o segredo da sua longevidade está no açaí. "É o doce preto", brinca a idosa, que indica para todo mundo. Sorridente, lúcida e cheia de vida, Dona Lô mora no interior do Ceará, em Nova Morada. No açaí dela tem de tudo: leite ninho, fruta e o que mais vier. Ela se disse muito saudável e afirma que só toma um remedinho para

pressão às vezes. Dona Lô é mãe de quatro filhos vivos, é avó de 12 netos e tem 16 bisnetos e 6 tataranetos. Nas redes, a família defende o Guinness Book dê a ela o título de "a mulher mais velha do mundo", já que ela nasceu em 3 de janeiro de 1908. Atualmente este título está com a freira brasileira Inah Canabarro, de 116 anos.

Foto abaixo



Com informações sonoticiaboa.com.br

LUIZ PARREIRAS EM ENCONTRO COM GENTE DE expressão



Cleide Diniz e Luiz Parreiras



Fabiana Guimarães e Luiz Parreiras



Luiz Parreiras, Márcia Franklin e Rodolfo Moreira Neto



Fabrício Oliveira, Luiz Parreiras, Lola e Luzia Celestino



Contabilidade e Advocacia



1ª contabilidade no interior de Minas Gerais 100% digital!

Alex Celestino Araújo
Alisson Celestino Araújo

Escritas contábeis | Direito Tributário
Consultoria de empresas

Convênio com o Estacionamento
do Alemão para nossos clientes!



R. Godofredo Gonçalves, 304 - 9º andar (prédio do Sindimej) - Centro - Itaúna - MG
37 99802-3378 / 37 3242-1624 / 37 3242-2269
www.contabilidadecajuru.com.br | contabilidadecajuru

Bloco Boca de Sanfona

Este é o quinto ano do Bloco Boca de Sanfona. Um bloco criado por amigos para amigos, crianças, idosos, pessoas de todas as idades. O bloco se reunirá na sexta-feira de carnaval dia 28/02, na Praça do Bar do Pinheirinho no bairro Padre Eustáquio, das 17h às 23h. A direção do bloco convida a todos que gostam de uma boa música e ambiente saudável.

Agenda do Bloco

08/02 - Lançamento oficial do abadá. Praça do Bar do Pinheirinho a partir das 15:00h

21/02 - Esquentá, com música ao vivo. Bar Ruazinha (Rua Israel da Silva, 89 no bairro Várzea da Olaria) a partir das 19:00h

Os abadas estão à venda ao preço de R\$40 pelos telefones: (37)991987150 - Doca (37)999861861 - Célia

O TROFÉU CINCO ESTRELAS 2024 FOI PARA...



Jardel Araújo, Alessandra Nogueira e Luiz Parreiras

Alessandra Nogueira

Alessandra é doutora pela Universidade Federal de Minas Gerais, Mestre pela Universidade Federal de Itajubá, graduada em Física, Pedagogia e Direito pela Universidade de Itaúna. Foi Secretária Municipal de Educação e Cultura do Município de Itaúna; primeira Conselheira Fiscal e Coordenadora Regional da UNDIME/MG; Eleita Delegada Nacional da União dos Dirigentes Municipais de Educação (UNDIME - Nacional), entre os anos 2017 e 2019. Redatora do Currículo Referência de Minas Gerais - área Ciências da Natureza. Educadora com experiência no âmbito federal, estadual e privado, totalizando mais 20 anos de experiência na área. Desenvolve um trabalho visando a formação intelectual e humanística do aluno. Foi também Chefe de gabinete e Assessora de Gabinete do município e também secretária municipal de Desenvolvimento Social do município de Itaúna.

O TROFÉU CINCO ESTRELAS 2024 FOI PARA...



DUAS UNIDADES EM ITAÚNA:
Av. Jove Soares, 1107
R. Aurélio Nazaré, 305 - Três Marias
DELIVERY: 37 99983.0745 / 37 99871.4458



A MAGIA ESTÁ NOS *detalhes*




SANDRA FREITAS
decoração

TRANSFORME SEU EVENTO EM UM MOMENTO ÚNICO E MEMORÁVEL COM UMA FLORAL DESIGNER CONCEITUADA EM ITAÚNA E REGIÃO

ENTRE EM CONTATO 37 99827-4778 | @sandra_freitasdecoracao

O TROFÉU CINCO ESTRELAS 2024 FOI PARA...

 **Auto Cecília**
Itaúna

AV. SÃO JOÃO, 4411
CENTRO - ITAÚNA - MG
37 3249-6600



O TROFÉU CINCO ESTRELAS 2024 FOI PARA...



B
BAH
DESIGN

FAÇA A DIFERENÇA ATRAVÉS DO DESIGN!

- CRIAÇÃO DE IDENTIDADE VISUAL
- CRIAÇÃO DE CONVITE VIRTUAL E IDENTIDADE VISUAL PARA FESTAS
- PLANEJAMENTO, CRIAÇÃO E GERENCIAMENTO DE CONTEÚDOS PARA REDES SOCIAIS
- E MUUUUITO MAIS!

37 99123.6172
@bah.design_