



DE 17 DE MAIO DE 2025 A 23 DE MAIO DE 2025

Nº 1.085 R\$ 4,00

Circulação:
Itaúna - MG
Mateus Leme - MG

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

AQUI VOCÊ VÊ O #LADOBOMDAVIDA

Jornal Social

#ESPALHENOTICIABOA

LUIZ PARREIRAS

www.luizparreiras.com.br



SINCE 2004

ÓTICA VISUAL

Sua ótica de confiança.

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



A Loja Maçônica Itaúna Livre realiza confraternização especial em homenagem ao Dia das Mães

Página 02



Noivado de Dra. Flávia Duarte Nogueira e Dr. André Elias

Página 03



Cultura em Cena Vamos transformar vidas através do riso?

Página 05

Dra. Júlia Moraes recebe votos de congratulações na Câmara Municipal de Itaúna

Página 02

Especial Arquitetura

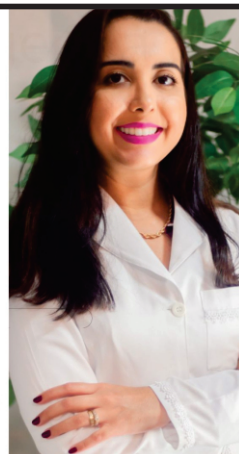
Página 06

AGENDA Aberta

Atendimentos:
Unimed | Convênios

LETÍCIA GONÇALVES
Psicóloga

37 99156-1370



Aniversariantes da Semana

18/05
Carolina Pacheco
Orlando C. Leão – Sargento Leão
Maria Aparecida Oliveira
19/05
Marília Souza – Califórnia Lanches
Níbia Nara
20/05
Fátima Freitas
Sabrina Santos
Samuel Santos
21/05
Aline Peixoto Carvalho Mendes

Cristina Fernandes Salera - Tropical
22/05
Hyguier Aloisio Costa
Luiz Parreiras
23/05
Sérgio Monteiro
Lilian Dias Marques Lima
Carina Soares

Desejamos o melhor de uma vida bem vivida, paz interior. Feliz novo ano abençoado de paz e saúde.



Dia 07 de junho às 19h será realizado na quadra da Praça de Esportes de Santanense, o Show de Prêmios E.A.C da Paróquia Sagrado Coração de Jesus de Itaúna. Os prêmios Serão: 1º cartela verde R\$500 - 2º cartela azul R\$1.000 - 3º cartela amarela R\$1.5000. Havendo mais de um ganhador o prêmio será decidido pelos sorteados na pedra maior. Cartela R\$20 à venda na Casa Paroquial de Santanense - (37) 3242 6414. Nos intervalos, rodadas extras com sorteio de brindes.

Passeata

No mês de combate à exploração e abuso sexual infantil, será realizada no dia 18/05, às 8h, em Itaúna passeata que terá sua concentração na Praça Padre João Ferreira (Pacinha da Ra-dioclínica), e às 9h sairá em direção ao Parque Ecológico Cor-dovil Fonseca. No parque terá várias atrações infantis. Os organizadores solicitam uma doação de roupas ou brinquedos para as entidades filantrópicas que cuidam de crianças na cidade.



VEM AÍ A 21ª EDIÇÃO
DA NOITE *mais*
ELEGANTE DO ANO!



UMA HOMENAGEM PARA
MULHERES DE DESTAQUE.

ENTREGA DO TROFÉU
FEMININO PLURAL 2025

28 DE JUNHO
BUFFET ISAURA
ARAÚJO

PATROCÍNIO



REALIZAÇÃO



Como cuidar bem de seu coração

O colesterol e o coração

É importantíssimo lembrar que atualmente as doenças que mais adoecem e também matam as pessoas em todo o mundo e no Brasil são o acidente vascular cerebral ou AVC e o ataque cardíaco ou infarto agudo do miocárdio. Quando as pessoas não falecem, ficam inutilizadas, impedidas de trabalhar e tem sua qualidade de vida restrita. Mas o que o colesterol tem a ver com estas duas doenças tão graves e frequentes em nosso dia a dia e o que é o colesterol? Ele foi descoberto em 1769 pelo francês La Salle, isolando substância gordurosa de cálculos biliares; posteriormente outro francês Chevreul deu o nome de "cholestérine" ou colesterol. Sabe-se que a substância colesterol é componente essencial das membranas das células, além da produção de hormônios esteroides, vitamina D e sais biliares. Em 1948 na cidade de Framingham, estado de Massachussetts (EUA) foi iniciado um estudo inédito, na verdade um marco na medicina e na cardiologia mundial onde pela primeira vez foram identificados os fatores de risco ou situações onde as doenças do coração e das artérias (avc e iam) podem se manifestar foram descobertas, entre os seguintes fatores: colesterol alto, pressão arterial elevada, tabagismo, diabetes, sedentarismo, obesidade e histórico familiar. Uma ferramenta importantíssima desenvolvida após Estudo de Framingham foi o FRS ou Framingham Risk Score ou cálculo clínico estimando o evento cardiovascular (ataque cardíaco ou iam e avc ou derrame cerebral) nos próximos dez anos, através de variáveis como idade, sexo, colesterol, pressão arterial, diabetes, HDL- colesterol, e os riscos são classificados em baixo risco ou menor que 10%; risco intermediário ou entre 10 e 20% e alto risco ou maior

que 20%. Exemplo: se 68 anos; hipertenso em tratamento; colesterol 250 mg/dl; HDL-colesterol 40 mg/dl; sexo masculino; diabético: risco estimado em 10 anos igual a 20 a 25%, ou risco elevado para infarto do miocárdio ou acidente vascular cerebral. Devemos todos nós pelos pelo uma vez ao ano fazermos a dosagem de nosso perfil lipídico, ou seja, o colesterol total e as frações do colesterol. Duas frações são essenciais o LDL-colesterol ou colesterol ruim, que se fixa na parede das artérias, ele deverá ser abaixo de 100 mg/dl e o HDL-colesterol ou bom, colesterol, verdadeiro lixeiro que deverá estar acima de 50 mg/dl. O colesterol total em jejum de doze horas deve estar abaixo de 200 mg/dl. Hoje o mais importante chama-se carga lipídica ou quantidade de LDL-colesterol acumulada durante a vida, portanto a dosagem periódica ou seriada e os cuidados com o LDL-colesterol, verdadeiro vilão que se acumula e obstrui as artérias é essencial para a saúde do indivíduo. Na próxima edição continuaremos a falar deste empolgante tema, medidas para reduzir o colesterol. Até lá. Referências: Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose- 2017. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. SBC.

Dr. Elvino Marques da Silva
Médico Cardiologista
CRM MG 17383/RQE 10984
Clínica do Coração
37 99915 35 85 – 3402 24 40
@clinicadocoracaoitauna
elviomarkesdasilva@yahoo.com.br



A Loja Maçônica Itaúna Livre realiza confraternização especial em homenagem ao Dia das Mães

A noite do dia 13 de maio foi de celebração e homenagens na Loja Maçônica Itaúna Livre em Itaúna. Foi preparado no salão de festas da loja uma especial recepção para homenagear as queridas mães, música ao vivo, declamações de poemas, sorteios de brindes e homenagem das crianças para as mães fizeram parte da programação daquela noite tão es-

pecial. No menu, alcatra assada ao molho de mostarda "à l'ancienne", pernil assado com alecrim, salada de peras ao gorgonzola e arroz ao champagne, compunham um delicioso jantar preparado sob o olhar atento do maçom e chef, Mozart Tavares Nogueira.



Mamães que ganharam brindes da marca Wepink



O venerável da loja, Lúcio Bom Conselho e sua esposa Jeisy Amorim



Homenagem das crianças para as mães



Rosse Andrade, Aires Garcia, Virgínia Garcia e Eduardo Augusto



Luiz Parreiras e Rodrigo Dias presentes na homenagem ao Dia das Mães realizada pela Loja Maçônica Itaúna Livre

Dra. Júlia Moraes recebe votos de congratulações na Câmara Municipal de Itaúna

Na reunião plenária do dia 13 de abril o vereador Rosse Andrade, homenageou com votos de congratulações a Dra. Júlia Moraes Garcia Pereira Guimarães, nascida em Itaúna em 22/08/1986. Filha de Aires José Ferreira Garcia e Maria Virgínia Moraes Garcia. Formada em Direito pela Universidade de Itaúna em 2009, pós-graduada em Processo pela PUC Minas e foi advogada por 14 anos. Desde pequena já falava que seria juíza. Em 2023 foi aprovada no concurso da Polícia Militar do Estado de Minas Ge-

rais. Foram anos de estudos, com empenho, dedicação e muita privação de estar com a família e de momentos de lazer. Em 2021 começou a caminhada deste concurso, com mais de 15 mil inscritos. Foram algumas etapas a serem cumpridas até chegar entre os 114 aprovados em 2024. Júlia ficará em Belo Horizonte até o final de julho, fazendo o Curso Preparatório para Juizes e neste período escolherá a Comarca na qual irá atuar. Júlia foi representada por seus familiares. Foto ao lado.

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

SIGA O NOSSO perfil NO INSTAGRAM
@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS

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

Nanda Enquer
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 T.R.M
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 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



Noivado

E teve encontro especial no dia 11 de maio para oficializar o noivado de Dra. Flávia Duarte Nogueira e Dr. André Elias. Ela é pediatra e intensivista e ele cirurgião vascular. A declaração foi na casa dos pais da noiva, o querido casal Eduardo e Regina Nogueira. Estavam presentes também familiares do noivo que vieram da Bahia e de São Paulo. Desejamos aos noivos grandes alegrias rumo ao duplo sim.



Eduardo, Regina, André, Flávia, Matheus e Bruna



Dona Marli Elias, André, Flávia e Gabriel Elias

REFLEXÃO E AÇÃO

Por que ele? Por que ela? Por que justo naquele momento e lugar? Porque tudo já havia sido combinado antes mesmo da matéria nos vestir. Existe um reconhecimento silencioso — um brilho no olhar, um sentir que vem da alma e não dos sentidos.

Enquanto tantos seguem distraídos em suas próprias buscas, certos encontros acontecem seguindo leis maiores — movidos pela Causalidade. Nada é aleatório quando se trata daquilo que envolve propósitos espirituais.

Esses reencontros são pactos antigos. São compromissos firmados no plano invisível para que, aqui na Terra, possamos crescer, apoiar e, muitas vezes, reparar o que ficou inacabado. A convivência pode não ser fácil, mas a escolha de seguir juntos é feita com consciência e liberdade. Não por imposição do destino, mas por desejo das almas.

partilhe da sua estrada, não se apresse. O que for verdadeiro virá no tempo exato — nem antes, nem depois. E se vier, será para somar. Mas lembre-se: nenhuma presença externa pode preencher o que só o espírito pode gerar por si — plenitude interior.

É quando você está inteiro, em paz consigo, que o universo encontra espaço para surpreender. E, quem sabe, esse reencontro tão aguardado aconteça... não como novidade, mas como lembrança. Algo que já estava escrito — nas estrelas e no coração.

Nada é aleatório. Cada passo, cada vínculo, cada promessa de alma... tudo foi tecido antes do tempo.

Fonte: Instituto Terapias de Luz

Se ainda não encontrou quem com-

PENSÃO DA ANA

A MELHOR DE ITAÚNA

Há 28 anos acolhendo viajantes de todo o Brasil, trabalhadores de empresas e estudantes da Universidade de Itaúna.

R. Geralda Feliciano Ramos, 125
Conj. Hab. Jardim Marinho
Itaúna - MG ☎ (37) 9 9964-2162
📷 pensaoaanaoficial



Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

A verdadeira independência

"Quando mais nos dispomos a depender de um Poder Superior, mais independentes nos tornamos."

Os doze Passos e as doze Tradições, terceiro Passo

"Começo a confiar em Deus com uma vontade pequena e Ele faz com que essa vontade cresça."

Quanto mais boa vontade tenho, mais confiança ganho, e quanto mais confiança ganho, mais boa vontade tenho. Minha dependência de Deus cresce na proporção em que cresce minha crença Nele. Antes de tornar-me disposto, dependia de mim mesmo para todas as minhas necessidades e estava restrito pela minha imperfeição. Pela minha boa vontade de depender do meu Poder Superior, a quem escolhi chamar de Deus, todas as minhas necessidades são satisfeitas por Aquele que me conhece melhor que eu mesmo, até mesmo aquelas necessidades que posso não

perceber, bem como as que ainda não vieram. Somente Aquele que me conhece tão bem, pode levar-me a ser eu mesmo e me ajudar a preencher a necessidade de alguém que somente eu posso preencher.

Nunca haverá outro exatamente como eu. E isto é a verdadeira independência." 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 Herminio 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

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

ASSINE O JORNAL

E RECEBA O LADO BOM DA VIDA EM CASA!

37 99118.3000

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 (Ênio - Vô)



AUTO ESCOLA SÃO JUDAS TADEU

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



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



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



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



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



ESPECIAL VEÍCULOS

Proibido ter carro? Como chineses pagam R\$145 mil por uma placa

No Brasil, adquirir um veículo movido a gasolina, etanol ou diesel, é relativamente simples: basta ter recursos financeiros, uma realidade completamente distinta de quem vive em megálopoles chinesas como Pequim e Xangai, onde a política imposta pelo governo é draconiana.

Na China, que vem capitaneando a eletrificação da frota mundo afora, existe uma licença única para carros a combustão, sujeita a sorteios com espera de até 10 anos e custos que ultrapassam R\$ 150 mil (200 mil yuan).

Privilegio desde os anos 80

Em 1986, Xangai entrou para a história como a primeira cidade chinesa a adotar um sistema de leilão para placas de carros a combustão.

Na época, o governo local buscava

frear o crescimento desordenado de veículos, que já ameaçava paralisar o tráfego. O preço inicial de uma placa girava em torno de 10 mil yuans (cerca de R\$ 7 mil), valor astronômico para a média salarial da década.

O mecanismo, porém, não era visto apenas como controle: tornou-se uma fonte de renda para os cofres públicos, um modelo que décadas depois seria replicado em escala nacional.

Quando a poluição virou emergência

A virada do século XXI trouxe um crescimento econômico acelerado na China – e com ele, uma frota de 78 milhões de carros em 2010, dez vezes maior que em 2000.

O resultado foi catastrófico: cidades como Pequim registraram índices de

poluição 40 vezes acima do recomendado pela OMS, e o trânsito consumia até 6 horas diárias dos moradores.

Em 2013, um denso smog – a mistura de neblina, fumaça e material particulado suspenso no ar – reduziu a visibilidade de áreas da cidade a 200 m e forçou o governo chinês a agir.

A solução? Expandir os leilões e sorteios de placas de automóveis a combustão, iniciados em Pequim (2011) e Cantão (2012), para conter o iminente colapso urbano.

A 'geopolítica' das placas na China

Enquanto Xangai manteve o modelo de leilão – onde quem paga mais leva a placa –, Pequim optou por um sorteio "democrático", com chances infinitas.

Para ser ter uma ideia, em 2023, apenas 20 mil placas a combustão foram liberadas na capital chinesa para um total de 2 milhões de inscritos.

Já em Xangai, o leilão mensal garante placas aos mais ricos: em julho de 2024, uma licença para carro a combustão atingiu o valor médio de 150 mil yuans (R\$ 117 mil), preço de um

SUV compacto no Brasil.

Tamanha disparidade criou duas classes de motoristas na China: os que podem pagar pelo privilégio e os que dependem somente da sorte.

O auge das restrições

Desde 2018, a China endureceu ainda mais as regras para quem ter acesso aos carros não-eletrificados. Placas de veículos a combustão tornaram-se intranferíveis, exceto para herdeiros diretos, e as cotas caíram drasticamente.

Em Xangai, apenas 4% das novas licenças são para carros a combustão. Já Pequim destinou 80% de suas vagas a elétricos, pressionando a migração para automóveis 100% elétricos ou híbridos plug-in, rotulados na China como "veículos de nova energia", ou NEVs.

Paralelamente, migrantes de outras províncias enfrentam uma barreira extra: precisam comprovar 5 anos de residência e contribuição previdenciária para participar dos sorteios.

Placas verdes: revolução silenciosa

Enquanto as placas azuis são des-

tinadas aos carros a combustão, e valem fortunas, os carros com placas verdes (dos elétricos e híbridos) são o rolo compressor da política ambiental chinesa.

Desde 2014, NEVs têm registro prioritário: em Xangai, a licença sai em 3 dias, sem leilão. O resultado? Em 2024, 51% dos carros vendidos no país foram elétricos.

Para o cidadão comum, a conta é clara: uma placa verde economiza até 200 mil yuans (R\$ 157 mil) em custos diretos, sem contar subsídios e isenções fiscais fornecidos pelo governo, além de não serem submetidos ao sistema de rodízio.

Heranças, fraudes e o preço social O sistema criou um mercado obscuro. Como não é permitido vender placas, famílias as registram em nome de idosos – um avô em Xangai pode valer mais morto (por deixar uma placa de herança) que vivo.

Já os "casamentos por placas" são golpes comuns na China: em 2021, por exemplo, a polícia de Pequim desbaratou uma rede que cobrava 80 mil yuans (cerca de R\$ 60 mil) para

forjar casamentos e transferir licenças veiculares.

Para migrantes, porém, o custo é invisível: sem placa, são banidos dos centros urbanos, dependendo de transporte público das grandes cidades chinesas, quase sempre superlotados.

Muitos acabam apelando para o uso das lambretas elétricas, que vem tomando o espaço das bicicletas nos grandes centros urbanos da China.

Ar puro x desigualdade

Os números oficiais celebram um ar mais limpo na China. Pequim reduziu em 45% os poluentes desde 2013. Mas o preço social divide opiniões.

Para a classe média urbana, ter um carro a combustão na China virou símbolo de status; para os críticos, é um Apartheid velado, onde o direito de ir e vir depende do tamanho da carteira ou da sorte.

Com informações
www.olempo.com.br/autotempo



Tem gente virando cachorro.

Não xingue. Não vire bicho no trânsito.



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



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

Filé à parmegiana de frango

Ingredientes

6 filés de frango temperados
3 ovos
3 colheres de farinha de trigo
3 colheres de farinha de rosca
1 cebola de cabeça roxa
2 dentes de alho
1 lata de ervilha
1 sachê de passata
Manjeriço
Salsinha
Cebolinha
Presunto
Mussarela

Preparo

Passar o filé na farinha de trigo, tire o excesso, depois passe no ovo e deixe pingar o excesso e por último, passe na farinha de rosca, apertando bem para aderir a farinha. Deixe por alguns minutos na geladeira, para o empanado fixar. Em uma panela, refogue a cebola, tempero e alho, depois retire a água da ervilha e coloque junto com a mistura, depois de refoga-



do coloque a passata e deixe apurar. Depois acrescente as ervas ao molho. Em um refratário faça uma camada com os filés, uma de presunto, uma de mussarela, outra de filés, o molho e mussarela por cima. Leve ao forno gratinar.

Dicas de culinária

Para fazer a desinfecção de verduras é necessário utilizar 200 mL de vinagre para 1 L de água ou 1 colher de sopa de água sanitária para 1 L de água por um período de 15 min para que a desinfecção seja efetiva. É necessário fazer novo enxágue após a desinfecção.



Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor



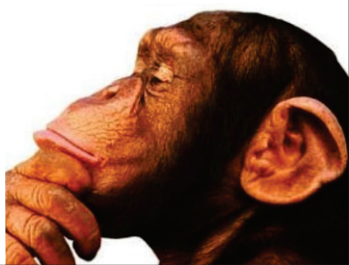
Tel: (37) 3241-4563 | 3073-3690
Wpp: (37) 9 9823-5537
Av. Jove Soares, 860 - Centro - Itaúna - MG



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

Para Refletir

Não há problema que não possa ser solucionado pela paciência.
Chico Xavier



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

37 9 9118.3000

ISAURA ARAÚJO
BUFFET



Contato **037 99981-7606**

Valéria
cabeleireiro

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

Arte da Terra

A notáveis artesãs, Rebecca Corradi e a filha Isadora Corradi, do atelier Feito a Mão de Itaúna, nos últimos meses foram professoras do curso de cerâmica vitrificada para alunos de diversas faixas etárias realizado na cidade de Divinópolis através do projeto, Arte da Terra | Oficina de Cerâmica. Ensinaram o ofício da cerâmica de alta temperatura, modelagem ma-

nual para mais de 60 alunos, com idade entre 13 e 83 anos. Com liberdade criativa, compartilharam diversas técnicas para construir peças únicas. Rebecca ressalta -nos despidimos desse projeto com alegria e gratidão, com a certeza de que o equilíbrio entre terra, fogo, ar e água é instrumento de transformação.



Isadora Corradi e Rebecca Corradi

Destaques no Xadrez

O jovem Vitorio Herculano Alves Caetano, aluno de xadrez do professor Lucas Teixeira Resende na Escola Estadual Victor Gonçalves ficou em terceiro lugar em recente campeonato realizado na cidade de Pará de Minas. Um grande orgulho para os pais Lidiane Marcela Alves Caetano e Thiago Herculano Caetano. Já Gabriel Oliveira Antunes Vilaça, aluno do Cepex e do Losango que também participou do campeonato, faturou o primeiro lugar, ele é

filho do estimado casal, Maria Lucélia de Oliveira Antunes e Roger Antunes Vilaça. Itaúna muito bem representada por estes dois jovens de mente brilhante. O Cepex conta com o apoio da Secretaria Municipal de Esportes e a Secretaria Municipal de Cultura de Itaúna nos projetos de 2025 sendo que no próximo dia 23/05 às 9h terá apresentação do tabuleiro gigante e o lançamento do projeto no Curumim.



Cultura em Cena Vamos transformar vidas através do riso?

Ministrado por Filipe Correa, da Cia Descarga Produções Culturais, o curso "Besteirologistas de Plantão, vem, há quase uma década, formando doutores palhaços e espalhando sorrisos por onde passa. Mais do que ensinar técnicas cômicas, esse curso oferece uma verdadeira transformação pessoal, resgatando a sensibilidade, a escuta e a leveza que o palhaço carrega em sua essência. Centenas de pessoas já vivenciaram essa experiência única, aprendendo a se conectar com o outro de forma simples, genuína e afetiva. A importância de termos doutores palhaços espalhados pela cidade vai além do entretenimento: trata-se de um trabalho humanitário, que valoriza a em-

patia, o cuidado e o olhar atento ao próximo. A Cia. Descarga Produções Culturais, continua inspirando novas gerações de doutores palhaços, são estudantes de medicina, adultos, adolescentes e também os interessados em participar, mostrando que o riso é, sim, uma poderosa ferramenta de transformação social. Em tempos onde o mundo precisa de mais afeto, iniciativas como essa reafirmam o valor da arte como ponte entre as pessoas e a felicidade. Conheça e siga nossos instagrams: @besteirologistas @ciadescargaproducoes @happyagiaproducoes @ofilipecorrea Fotos Daniel Henrique



Cia Descarga
PRODUÇÕES CULTURAIS



Prefeitura de Itaúna propõe novo aporte mensal de R\$300 mil ao Hospital Manoel Gonçalves

A Prefeitura de Itaúna encaminhou à Câmara Municipal um projeto de lei que propõe um reforço financeiro mensal de R\$ 300 mil ao Hospital Manoel Gonçalves. A medida tem como objetivo contribuir com a melhoria dos serviços prestados à população pela instituição de saúde. Atualmente, o município já repassa mensalmente R\$ 2,1 milhões ao hospital. Com a aprovação do novo aporte, o valor total destinado à unidade aumentará significativamente, ampliando a capacidade de atendimento e a qualidade dos serviços oferecidos à comunidade. "Mesmo o hospital não

sendo administrado pela Prefeitura, temos o compromisso de apoiar iniciativas que ajudem a saúde da nossa população. Estamos fazendo a nossa parte para garantir mais recursos e fortalecer o sistema de saúde local", afirmou o prefeito Gustavo Mitre. A proposta foi encaminhada para apreciação dos vereadores e aprovada no último dia 13 de maio. O projeto de lei aprovado pelos vereadores determina um repasse total de R\$ 2.130.000,00 a ser feito em seis parcelas de R\$ 355.000,00.

Mensagem do Leitor



Nosso Reverendíssimo Vigário Paroquial, Pe Marcelo Henrique. Um jovem cajuruense, muito simpático e que está se mostrando um padre muito autêntico e dinâmico na nossa Paróquia Sant'Ana em Itaúna. Professor Luiz Mascarenhas

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

SIGA O NOSSO
perfil NO INSTAGRAM
@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS



ESPECIAL ARQUITETURA

Concreto aparente em projetos

Não há como negar. O concreto aparente é o queridinho entre os arquitetos. Atualmente, vem sendo adotado em uma gama de construções e tipologias, desde obras de infraestrutura até projetos residenciais. Além de suas qualidades estruturais, sua aparência também agrada muito. Seu uso oferece determinadas qualidades e flexibilidade que podem garantir diferentes aspectos plásticos aos projetos.

É certo que o emprego do concreto aparente é sinônimo de economia, uma vez que a estrutura dispensa revestimentos adicionais. Mas determinados cuidados são imprescindíveis durante o processo, dado que o mesmo receberá exposições diretas às intempéries. Detalhes projetuais também podem colaborar, como o uso de beirais e pingadeiras, por exemplo, para evitar que a contínua umidade não provoque manchas escuras.

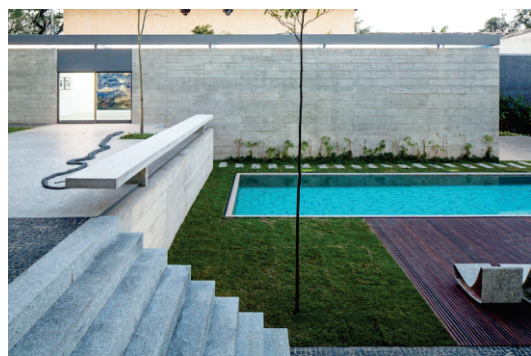
Como material poroso, é importante especificar resinas, vernizes, hidrofugantes, pois estes serão os responsáveis por proteger a superfície contra o tempo e agentes bactericidas.

Concreto cinza ou pigmentado?

Apesar do concreto em seu estado natural apresentar colorações em tons de cinza, é cada vez mais comum a utilização de pigmentos destinados especialmente à coloração da superfície, permitindo versatilidade.

Aposte na versatilidade

Para além de fachadas, paredes interiores ou muros, o concreto aparente pode ser utilizado com outras finalidades, como bancos, bancadas e outros mobiliários interiores e exteriores.



Com informações
www.archdaily.com.br

fa.
Fabiana Nogueira
E ARQUITETOS ASSOCIADOS

ARQUITETURA | INTERIORES
CONSTRUÇÃO | REFORMA
LEVANTAMENTO | CONSULTORIA
(37) 99902-1592

COMPROU? GANHOU!

DE 08 À 31 DE MAIO DE 2025

COMPROU
PISOS
PORCELANANTOS E
REVESTIMENTOS

GANHOU
O REJUNTE
Grátis **CONSULTE CONDIÇÕES

Mãos à Obra
CONSTRUÇÕES

R. ALTAIR GONÇALVES FRANCO,
257 - B. AEROPORTO
ITAÚNA - MG - 37
3249.3269

MARMORARIA
AVENIDA

LAVATÓRIOS, PIAS, BANCADAS, PISOS, SOLERAS E NICHOS.

(37) 3242-4007 - (37) 9 9967-4716 (Ênio - Vó)
marmorariaavenida@hotmail.com
www.marmorariaavenida.com

A importância da compatibilização de projetos na construção civil

A compatibilização de projetos na construção civil é uma etapa fundamental para garantir a eficiência, segurança e economia em obras. Trata-se do processo de integração entre os diversos projetos que compõem uma edificação, como os projetos arquitetônico, estrutural, elétrico, hidráulico e de climatização, dentre outros, a fim de identificar e eliminar conflitos entre eles antes do início da execução. Quando feita de forma adequada, evita retrabalhos, reduz desperdícios de materiais, previne atrasos no cronograma e minimiza custos extras, além de contribuir para a qualidade final da obra. A ausência dessa compatibilização pode gerar sérios problemas, como interferências físicas entre componentes (por exemplo, uma tubulação passando por uma viga), dificuldades de execução e até comprometimento da segurança da edificação. Por isso, investir tempo e recursos nessa etapa é uma prática cada vez mais valorizada, especialmente em projetos que utilizam a metodologia BIM (Modelagem da Informação da Construção), que permite uma análise mais precisa e colaborativa entre as disciplinas envolvidas. Em um setor onde o planejamento é essencial, a compatibilização é uma ferramenta estratégica que agrega valor e confiabilidade às construções.

Thuane Rezende
Engenheira Civil
@thuaneerezende



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

Coleção de E-Books do Professor Rodrigo Campos

Estou disponibilizando o acesso totalmente de cortesia, da minha Coleção de Livros Digitais. Você pode baixar todos eles e pode compartilhar com quem quiser e quantas vezes quiser. Meu objetivo é ajudar vocês a se transformarem em pessoas mais saudáveis e de bem com a vida.

Rodrigo
Campos
@rcampos.br



Coleção de E-Books Prof. Rodrigo Campos

baixe agora

• Saúde Mental
• Terapia de Casal
• Florais de Minas
• Desenvolvimento Pessoal
• Esportes

Gustavo Mitre toma posse como membro efetivo do Conselho Fiscal da Associação Mineira de Municípios

O prefeito de Itaúna, Gustavo Mitre, tomou posse como membro efetivo do Conselho Fiscal da Associação Mineira de Municípios (AMM) para o triênio 2025–2028. A cerimônia ocorreu no dia 7 de maio de 2025, durante o encerramento do 40º Congresso Mineiro de Municípios, realizado no Expominas, em Belo Horizonte. O evento contou com a presença de autoridades dos três poderes, incluindo o governador Romeu Zema, o vice-governador Professor Mateus e o presidente da Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), além de prefeitos, vereadores e representantes de diversas cidades mineiras. Na ocasião, também foi empossada a nova diretoria da AMM, que passa a ser presidida pelo prefeito de Patos de Minas, Luís Eduardo Falcão Ferreira. A posse do prefeito de Itaúna como Conselheiro Fiscal reforça a participação do município nos debates de deliberação e fiscalização da AMM, entidade que representa os inte-

resses dos 853 municípios de Minas Gerais. O Conselho é responsável por acompanhar e avaliar a execução orçamentária e financeira da associação, assegurando a transparência e o bom uso dos recursos. A presença de Itaúna nesse colegiado proporciona maior articulação institucional, acesso a programas de capacitação, consultorias técnicas e à troca de experiências com outros gestores municipais. Além disso, fortalece a atuação do município nas discussões sobre políticas públicas, repasses estaduais e federais e iniciativas de desenvolvimento regional. Com essa participação, Itaúna amplia sua representatividade no cenário estadual e reafirma seu compromisso com uma gestão pública eficiente, colaborativa e voltada ao fortalecimento dos municípios mineiros.



Vice-Presidente da AMM, Lucas Vieira Lopes, prefeito de Iguatama, Gustavo Mitre, prefeito de Itaúna e Luiz Eduardo Falcão, diretor presidente da AMM e prefeito de Patos de Minas