



AQUI VOCÊ VÊ O #LADOBOMDAVIDA

DE 20 DE SETEMBRO DE 2025 A 26 DE SETEMBRO DE 2025

Nº 1.103 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

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



Uma homenagem aos profissionais que renovam seus conhecimentos todos os dias, pensando sempre nas melhores soluções.

Parabéns pelo dia do contador!

22 de setembro



Rua Ovídio Silva, 336, sala 402
Bairro Nogueira Machado
Itaúna - MG - CEP 35.680-237
(37) 3241-1694 - (37) 3241-8230
fabiana@contabilidaderesende.com.br

22 de Setembro - Dia do Contador

Origem do Dia do Contador

O Dia do Contador se comemora nesta data em homenagem à criação do primeiro curso de Ciências Contábeis no Brasil. O Decreto de Lei nº 7.988, de 22 de setembro de 1945, assinado pelo Presidente Getúlio Vargas, regulamenta e torna oficial a criação do primeiro curso de ensino superior em Ciências Contábeis, na Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG. Até então, só existiam cursos técnicos e profissionalizantes de contabilidade no país.



A superintendente da APAE Itaúna, Geórgia Mendonça recebe a Medalha Presidente Juscelino Kubitschek

Página 05

Chá Revelação que seja bem-vindo o Bernardo

Página 05



Câmara Municipal de Itaúna realiza solenidade de outorga de condecorações

Página 05 e 06

Vem aí...

A NOITE DE ENTREGA DO TROFÉU QUE VAI PARA AS MÃOS DE **EMPRESÁRIOS E PROFISSIONAIS DE DESTAQUE DO ANO.**



22 DE NOVEMBRO
BUFFET ISAURA ARAÚJO

REALIZAÇÃO
JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

Como cuidar bem de seu coração
O stress ou estresse e o coração - Parte 2

Página 02



Dra. Tânia Batista, Michele Nogueira e Luiz Parreiras

Michele Nogueira

Michele Nogueira é natural de Sete Lagoas, mas desde a infância adotou Itaúna como seu lar. Escolheu a fisioterapia como profissão, com o propósito maior de cuidar do próximo. Voluntária da ONG Aida há 14 anos, decidiu ser a voz da-

queles que não podem falar: os animais. Sempre engajada em causas sociais, hoje também atua na assistência social, lutando incansavelmente por quem mais precisa.



Dra. Júlia Morais, Lucineia Alves e Luiz Parreiras

Lucineia Alves

Lucineia Maria de Oliveira Alves, graduada em Ciências Contábeis e pós-graduada em Controladoria e Gestão de Empresa, e MBA em Recursos Humanos. Empresária desde 1995.

Atua ao lado do seu marido Edson Alves na diretoria da Toc Frio Sorvetes, empresa que vem construindo uma história de trabalho, dedicação, sucesso e excelência.



Adriana Camargos, Dra. Júlia Morais e Luiz Parreiras

Dra. Júlia Morais Garcia Guimarães

Dra. Júlia Morais Garcia Pereira Guimarães é formada em Direito pela Universidade de Itaúna em 2009, pós-graduada em Processo pela PUC Minas e advogada durante 14 anos. Em 2023 foi aprovada no concurso de Juíza Militar do Esta-

do de Minas Gerais e em 2024 como Juíza de Direito do Estado de Minas Gerais. No dia 04 de agosto, Dra. Júlia iniciou suas atividades na comarca da cidade de Itamarandiba.

Como cuidar bem de seu coração O stress ou estresse e o coração Parte 2

Precisamos identificar os fatores que levam ao estresse ou stress e se possível eliminá-los. Não sendo possível eliminá-los, reduzi-los! Algumas atitudes ajudam como: aprender a dizer não; negociar quando necessário; dar atenção em primeiro lugar à saúde, dando prioridade ao seu corpo. Outras atitudes que precisam ser tomadas: não usar estimulantes e substâncias de ação duvidosa; praticar exercícios físicos com regularidade, de preferência todos os dias e por no mínimo trinta minutos, e aí só não vale ficar parado, então escolha entre andar a pé, caminhar, nadar praticar esportes, frequentar academias etc; ter uma boa alimentação e bastante equilibrada; seu prato deve estar recheado e com cores diferentes ou seja preferir verduras de folhas, carnes magras, pouco arroz, pouco feijão, menos massas, de preferência sob orientação de um profissional. A saúde mental de cada um de nós precisa ser trabalhada seja com terapia, autocontrole, espiritualidade, vida social, práticas de relaxamento e outras ações como passear, viajar, usufruir da família e do que ela tem de melhor, valorizando cada momento de sua vida. Todas as pessoas, em algum momento da vida passam por estresse ou stress e é importante entender e identificar os seus motivos, eliminá-los ou amenizá-los. As atividades físicas reduzem o risco de ataque cardíaco ou infarto do miocárdio porque além de reduzirem o estresse, ao se exercitar o músculo cardíaco se fortalece e produz novas redes de circulação do sangue. Outros efeitos da atividade física são a redução do peso, do colesterol, da glicemia e pressão arterial, melhora do sono e ansiedade. Encontre um hobby ou algo que goste de fazer como cantar, tocar violão, incorporar-se a grupos sociais; relaxar seu corpo através de

exercícios, massagens, yoga; relaxe ouvindo boas músicas. Para evitar o stress sugerimos pedir ajuda quando necessário; falar de suas necessidades e preocupações; mudar formas de pensar e agir; cuidar mais de você; usar menos o celular e conversar mais com pessoas; aproveitar mais e melhor seu tempo; dormir mais e melhor; rir; aumentar sua auto-estima; escolher uma atividade física que seja agradável e realizável. Se seu tempo é ocioso procure uma ONG, ILPI para se oferecer como voluntário(a). Outras atitudes anti-stress são evitar a ingestão de bebidas alcoólicas; evite o cigarro; aproveite para realizar leituras sobre assunto que goste; se necessário tire um breve cochilo durante a tarde; aproveite para repor as energias e descansar sua mente. Os medicamentos, a presença do psicólogo e ou psiquiatra podem ajudar e amenizar a depressão, ansiedade, depressão e o stress. Tenha sempre um profissional da saúde de sua confiança para te acompanhar com visitas periódicas. Lembre-se que temos apenas uma vida. Aproveite bem cada dia que o Criador te proporciona. Seu coração agradece!

Dr. Elvio Marques da Silva
Cardiologista Clínico
CRMMG 17383 – RQE 10984
@drelvioclinicadocoracao
(37) 34022440 ou (37) 999153585
elviomarquesdasilva@yahoo.com.br



No litoral Capixaba



Registro especial dos amigos Maurílio Basto (Maurílio Mudanças) e Odilon Campos (Bar Sandoval) em dias de descanso no litoral do Espírito Santo na Praia Meaípe.

Aniversariantes da Semana

20/09
Jayant Rijhsinghani
Alexandre Nogueira
Adilson Cassimiro
Patrícia Lapesqueur Corradi

21/09
Hélio Gonçalves da Silva
Márcio Antunes
Bodas Nádia Camargos e Daniel Rabelo 2013
Bodas de Fernanda Villefort e Alexandre Monteiro 2001

22/09
Alexandre Campos
Petrônio de Oliveira Lima
Gabriela Maia

23/09
Gustavo Medeira Xavier
Lilian Macêdo Parreiras
Bodas de Thuane de Rezende Motta e Leonardo José Fonseca 2023

25/09
Cleber Lúcio
Carol Orcine
Netinho Melo
Geovane Vilela
Eduardo Souza – Baiano Lanches
Bodas FaíçalChequer e Dione Miranda Chequer 1982

26/09
Mário Debieque
Maria José Quadros
Amélia Benevenuto
Alan Vasconcelos
Fábio Nolasco
Giovani DAuria
Gustavo Fonseca
Janou Saldanha

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

Viagem entre amigas



Aproveitando o feriado do aniversário de Itaúna, as amigas Stael Lorena, Aglice Janô e Tânia Batista estiveram em viagem por Foz do Iguaçu, Paraguai e Argentina. Dias de descanso longe da concorrida agenda profissional. Na bagagem trouxeram boas recordações.

Tome nota

Passeio Ciclístico do Rotary Itaúna Cidade Universitária

O Rotary Itaúna Cidade Universitária estará realizando no dia 28 de setembro (domingo) às 8h, na Praça de Esportes JK a 18ª edição de seu Passeio Ciclístico. Haverá sorteio de três bikes e muitos outros prêmios, café da manhã e troféus. As Camisas estão disponíveis a R\$40,00. Adquirir com um dos rotarianos ou chame no direct do clube @rotarycidadeuniversitaria

Lançamento de livro

Dia 03/10/25 às 19:30h na Escola Estadual Santana (Rua Mármore, 438 - Padre Eustáquio em Itaúna) a educadora e escritora, Maria Geralda Ferreira Ribeiro estará lançando o seu quarto livro, Mistério das Borboletas, um livro de crônicas, contos e poesias. Maria Geralda é pedagoga e professora com 43 anos de dedicação, já lançou os livros, Aluno Vale Ouro, Cores da Vida e Estrela Poética.



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 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

Dchique 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

HÁ 21 ANOS COMPARTILHANDO
o lado bom da vida

JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

Galeria de Fotos de convidados que passaram pelo tapete vermelho do Troféu Feminino Plural 2025



Venâncio Figueiredo, a homenageada, Roberta Guimarães (fisioterapeuta e acupunturista), Aparecida Guimarães, Roberto Pereira Guimarães e Luiz Parreiras



Luiz Parreiras, a homenageada, Lorene Guimarães (Tecidos Brasil Online), Douglas Guimarães, Fernanda Camargos e Arilton Camargos



Luiz Parreiras, Karoline Martucheli, a homenageada, Danielle Soares, Maria Morena Soares e Carlos Roberto Rodrigues

REFLEXÃO E AÇÃO

Sou feito de encontros

Fragmentos que se entrelaçam em mim como fios de uma colcha antiga, tecida com histórias, afetos e aprendizados. Nem todos os pedaços têm cores suaves. Alguns chegam marcados pela dor, outros pela alegria inesperada. Mas todos deixam algo, um traço, um sentido, um passo a mais no caminho. Em cada pessoa que cruza minha jornada, levo um pouco e deixo um pouco. E assim vou crescendo por dentro, costurando memórias no tecido da alma. São laços que me moldam, que me ensinam, que me humanizam.

Porque ser inteiro, eu aprendi (NA TERAPIA), não é ser perfeito. É ser feito de tudo o que me tocou e ainda assim escolher amar cada parte. Pois é minha história. E vou adiante, as pessoas que dizem que TERAPIA não funciona, e fica trocando de profissionais com os mesmos "PROBLEMAS", desculpa, mas você não quer encher sua resistência. Sim tenho as minhas, e já estou no processo, pois Terapia é um degrau de cada vez, mas, é necessário ser honesto com a gente mesmo, que um acompanhamento, direcionamento faz toda diferença. (Adaptação Terapias Luz)



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
📍 pensaodaanaoficial

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

Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Um jardim de infância espiritual

"Estamos apenas pondo em funcionamento um jardim de infância espiritual, no qual as pessoas ficam capacitadas a parar de beber e a encontrar a graça para viver de melhor maneira."

Na opinião de Bill

"Quando vim para A.A., estava correndo para a garrafa e desejava perder a obsessão pela bebida, mas realmente não sabia como fazê-lo. Decidi ficar o tempo suficiente para descobrir com aqueles que vieram antes de mim. De repente, estava pensando sobre Deus! Falaram-me para conseguir um Poder Superior e eu não tinha ideia de como seria Este. Descobri, então, que havia muitos Poderes Superiores. Falaram-me para achar Deus, como eu O concebo, pois não havia doutrina de divindade em A.A. Encontrei o Poder Superior que funcionava para mim e então pedi a Ele

que me devolvesse à sanidade. A obsessão pela bebida foi removida e – um dia de cada vez – minha vida continuou e aprendi como viver sóbrio."

Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

6º passo

Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses defeitos de caráter.

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



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 (Ênio - 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 inimitável!

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 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

Carros eletrificados batem recorde no Brasil e mercado cresce em ritmo acelerado

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

alexautopecas@veloxmail.com.br

O mercado de carros eletrificados no Brasil não para de acelerar. Se você ainda tem dúvidas sobre o futuro da mobilidade, os números de agosto de 2025 mostram que essa tendência já virou uma realidade consolidada. Foram vendidas 20.222 unidades, um recorde que garante ao segmento uma participação de 9,4% do mercado total de veículos no país, conforme dados divulgados pela Associação Brasileira do Veículo Elétrico (ABVE). Segundo a associação, o setor de veículos eletrificados está crescendo a um ritmo três vezes mais rápido que a média do mercado de automóveis a combustão. Em comparação com agosto de 2024, as vendas saltaram 38%. Olhando para a projeção da ABVE, a expectativa é que o mercado de veículos eletrificados no país feche o ano com pelo menos 215 mil emplacamentos, um aumento de mais de 20% em relação a 2024.

Híbridos flex em disparada

A expansão do mercado não é movida por uma única tecnologia, e os dados de agosto mostram isso:

•Híbridos flex: Com 2.245 unidades vendidas, carros novos com essa tecnologia registrou um crescimento de 118% nas vendas em relação a julho.

•100% elétricos (BEV): Os elétricos puros também bateram um novo recorde em agosto. Foram 7.624 unidades emplacadas, um crescimento de 49% sobre agosto de 2024.

•Híbridos plug-in (PHEV): A categoria de veículos que combinam motor a combustão e elétrico com recarga externa registrou a vendas 8.057 unidades.

•Juntos, os veículos eletrificados com recarga externa (PHEV e BEV) representaram 77,5% de todas as vendas de eletrificados no mês de agosto, conforme a ABVE.

Onde os eletrificados estão ganhando mais força?

Segundo a ABVE, a adoção dos veículos eletrificados segue uma distribuição geográfica que já conhecemos. A região Sudeste é a principal impulsionadora do mercado, com quase metade de todas as vendas do país.

Vendas de veículos eletrificados por região em agosto 2025:

- 1º - Sudeste: 9.430 (46,6%)
- 2º - Sul: 3.551 (17,6%)
- 3º - Nordeste: 3.302 (16,3%)
- 4º - Centro-Oeste: 3.079 (15,2%)
- 5º - Norte: 860 (4,3%)

•Top 5 estados na venda de eletrifi-

cados em agosto de 2025:

- 1º - São Paulo: 6.487 (32,1%)
- 2º - Distrito Federal: 2.010 (9,9%)
- 3º - Santa Catarina: 1.243 (6,1%)
- 4º - Rio de Janeiro: 1.234 (6,1%)
- 5º - Minas Gerais: 1.204 (6%)

Top 5 municípios que mais venderam eletrificados em agosto de 2025:

- 1º - São Paulo: 2.747
- 2º - Brasília: 2.010
- 3º - Rio de Janeiro: 670
- 4º - Belo Horizonte: 634
- 5º - Curitiba: 525

Fonte: ABVE



Lavagem técnica e comercial | Polimento

Higienização interna | Pintura de rodas

Limpeza de bancos | Tratamento de faróis

Solda em para-choque | Pintura de para-choque

Adriano Queiroz

R. Turfa, 90 - Padre Eustáquio - Itaúna

(37) 9 9982-5112 | @garagem.74 | @adriano6406

Com informações
www.otempo.com.br/autotempo

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

AV. PLATINA, 303 - PADRE EUSTÁQUIO

ITAÚNA - MG - 37 3242.4434

37 9 9925.7443 / 37 9 9941.4171

Ingredientes
6 bifes de boi
Farinha de trigo
2 ovos
Farinha de rosca
1 cebola roxa picada
2 dentes de alho
1 pacote de ervilha congelada
1 molho de passata
Presunto
Mussarela

Preparo
Tempere os bifes e reserve. Bata os ovos com sal e pimenta do reino e deixe em um prato. Passe os bifes na farinha de trigo, depois nos ovos batidos e por último na farinha de rosca e aperte bastante para que o empanado fique firme, coloque-os em um prato e leve para a geladeira por 30 minutos. Em uma panela, coloque a cebola e o alho para refogar, depois coloque a ervilha (já descongelada), coloque a passata, ajuste o tempero, deixe apurar e reserve. Em uma panela mais grossa, coloque



óleo e frite os bifes até ficarem dourados de todos os lados e coloque-os por cima de um papel toalha. Em um pirex, coloque um pouco de molho no fundo, depois os bifes, presunto, mussarela, o molho e finalize com mais mussarela. Leve para gratinar.

Contribuição de Valéria Campos

Dica de culinária

Para empanar pedaços de frango sem fazer sujeira, coloque a farinha dentro de um saco plástico. Junte os pedaços de frango e chacoalhe até misturar bem.

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

Para Refletir

“A vida responde conforme as nossas obras”

Chico Xavier

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

37 9 9118.3000

A superintendente da APAE Itaúna, Geórgia Mendonça recebe a Medalha Presidente Juscelino Kubitschek



Geórgia Mendonça e seu amado esposo Eduardo Mendonça

A notável superintendente da APAE Itaúna Geórgia Mendonça recebeu no último dia 12 de setembro na cidade de Diamantina a Medalha Presidente Juscelino Kubitschek em reconhecimento ao seu trabalho incansável pela causa da pessoa com deficiência intelectual e múltipla.

A Medalha Juscelino Kubitschek foi criada pela Lei 11.902 de 05/09/1995, e desde 1996, é entregue a personalidades e instituições do cenário político, econômico, social e cultural de Minas e do país que contribuem para o desenvolvimento do Estado. A cerimônia é realizada anualmente no dia do aniversário do presidente,

nascido em 12/09/1902 e na terra natal do ex-presidente da República Juscelino Kubitschek, honraria dedicada à memória e ao legado de JK.

Geórgia declarou – "Essa história começou na maternidade atípica, na busca por tratamentos e caminhos para o André. Foi ali que nasceu a minha entrega, que se transformou em missão e me levou, há 15 anos, a lutar por uma causa muito maior do que eu mesma. No início enfrentei não só críticas, mas também uma transição de gestão desafiadora. Foram dias de dor e aprendizado, em que muitos não acreditavam que uma mulher jovem daria conta de administrar a APAE. Fui incompreendida, até chamada de louca. Mas a essência estava firme dentro de mim: o amor pela causa e a certeza de que essa bandeira precisava ser carregada com verdade. Ao receber a Medalha Presidente Juscelino Kubitschek, um filme passa na minha cabeça: desa-

fios, lutas, dias difíceis, mas também conquistas, sorrisos e vidas transformadas. E lembro que o próprio JK foi chamado de sonhador e ousado — mas foi justamente essa coragem de acreditar no impossível que mudou a história do Brasil. Esse reconhecimento não é sobre mim. É sobre o André. Sobre todas as pessoas com deficiência. Sobre cada família que nunca desistiu. Sobre a equipe que se mantém ao lado da Associação e me ajuda nessa missão. É sobre quem caminha comigo todos os dias: Eduardo meu companheiro de vida; João Emmanuel, meu caçula, que me inspira a acreditar em um futuro melhor; e Taninha, nossa cuidadora do André, que se tornou parte da família com tanto amor e dedicação. Ainda temos muita luta pela frente. As pessoas com deficiência ainda não são prioridade nas políticas públicas, nem recebem os investimentos que necessitam. Esse é o cenário

que me preocupa e é por ele que eu luto, com fé de que um dia vai melhorar. Mas é preciso união e coragem coletiva. Essa medalha não é apenas uma honraria: ela simboliza a voz de quem muitas vezes não é ouvido. É coletiva, construída com muitas mãos e corações. Recebo com

gratidão e com a certeza de que cada conquista é semente para um futuro mais inclusivo, humano e justo.



Geórgia Mendonça sendo cumprimentada pelo governador Romeu Zema

Chá Revelação - que seja bem-vindo o Bernardo

Na tarde do dia 13 de setembro na bela chácara no querido casal, Luciene Fernandes e Alexandre Falcão estiveram reunidos amigos e familiares do jovem casal Laís Alvez e Hugo Fernandes Corradi para o chá revelação do tão aguardado primogênito, e

assim foi revelado que será o Bernardo que chegará em março de 2026 enriquecendo ainda mais de alegria e bençãos o lar dessa querida família. Laís é filha de Luiz Carlos de Oliveira e Geralda Maria Alves e Hugo é filho de Silvânia Fernandes e Vinicius

Corradi. Desejamos dias felizes e de boas expectativas nos próximos meses de preparação para bem receber Bernardo.



Laís, o vovô Luiz Carlos e Hugo



Laís, a futura vovó, Silvânia Fernandes e Hugo



O novo casal de nossa sociedade, Samir Tuffi Saliba e Silvânia Fernandes. Só Felicidade.



Luciene Fernandes, Hugo, Laís e Alexandre Falcão



Maria das Graças, Samir, Silvânia, Patrícia, Luciene, Aziz Saliba e Ana Rafiza

Câmara Municipal de Itaúna realiza solenidade de outorga de condecorações

No dia 12 de setembro a Câmara Municipal de Itaúna realizou no Grande Teatro da Universidade de Itaúna Sessão Solene de Outorga de Títulos de Cidadania Honorária de Itaúna, Moção de Aplaosos e Diplomas de Mérito Desportivo, Cultural e Educacional. Tomaram assento à mesa de honra os vereadores, Antônio de Miranda Silva (presidente), Gustavo Dornas Barbosa (vice-presidente), Márcia Cristina Silva Santos (secretária), Alexandre Magno Martoni Debique Campos, Ana Carolina Silva Faria, Antônio José de Faria Júnior - Da Lua, Aristides Ribeiro de Carvalho Filho, Dalmo Assis de Oliveira, Gior-

dane Alberto Carvalho, Guilherme Campos da Rocha, Israel Antônio Lúcio Neto, José Humberto Santiago Rodrigues, Kaio Augusto Honório Alves Guimarães, Lacimar Cezário da Silva, Leonardo Alves dos Santos, Rosse Andrade Silva e Wenderson Arlei da Silva, o prefeito municipal de Itaúna, Gustavo Mitre e o juiz de direito Dr. Adelmo Bragança de Queiroz. Logo na abertura da solenidade a percussão dos alunos da Escola Municipal Dona Dorica sob a regência do maestro Mateus da Cruz realizaram bela apresentação dando boas vindas aos presentes. Em seguida foi iniciada a entrega das honrarias. Fo-

ram eles os homenageados: **Homenageados com Moção de Aplaosos** Belgo Arames, Exmo. Sr. Romer Soares das Chagas, J. Mendes, Mega Imports, Mikael Barbearia, MK Treinamentos e Consultoria Ocupacional Ltda, Movimento Legendários, Revmo. Padre Chrystian Shankar, Solar Imóveis, Sr. Dálvio Natalício Gonçalves de Oliveira, Sr. Joubert Queiroz Resende, Sr. Pastor Leonardo Geovane dos Santos, Sr. Vinicius Fonseca Nogueira, Sr. Hélio Marques da Silva, Sra. Helenice Moreira Araújo Otoni, Thiago Sat Segurança Eletrônica, Toru Culinária Oriental, Viu

Itaúna **Homenageados com o Título de Cidadania Honorária** Dr. Austenir Maciel Coelho, Dr. Vinicius Bicalho Rodrigues, Exma. Sra. Delegada Marília Gabriela Melgaço Barbosa de Melo Wenceslau, Exmo. Sr. Deputado Estadual Lafayette Luiz Doorgal de Andrada, Exmo. Sr. Juiz Alex Matoso Silva, Revmo. Padre Douglas Lopes Amaral, Revmo. Padre Everaldo Quirino Ferreira, Sr. Alcides Augusto de Castro Xavier, Sr. Geraldo Antônio Silveira Freire, Sr. Guilherme Enoch Lara e Sousa, Sr. José Pinheiro Andrade, Sr. Marciliano da Silva Coelho, Sr. Subtenente

José Célio Amaral Júnior, Sr. Tarcizio de Melo Vilaça, Sr. Thiago Francisco Alves, Sr. Wilton Ferreira da Silva, Sra. Elaine Aparecida Vilela Gonçalves, Sra. Maria Ana de Oliveira Vitor, Sra. Maria José Rocha Gonçalves, Sra. Nadia Lage de Medeiros Alves, Sra. Pastora Vanda Aparecida de Souza, Sra. Sandra Mara da Silva Fares e Sra. Thássila Fernanda de Oliveira Andrade Cicarelli **Homenageados com o Diploma de Mérito Artístico e Cultural** Grupo Os Violeiros de Deus e Núcleo Artístico Dançoar **Homenageada com o Diploma de Mérito Educacional**

Sra. Michele Cristina Nogueira **Homenageados com o Diploma de Mérito Desportivo** Academia Styllus, Embaixada ItaGalo, Sr. Cheime Tieres Corrêa, Sr. Fernando Castro da Silva, Sr. Glauber Matozinho Rodrigues Moreira, Sr. Marcos Antônio Ferreira e Sr. Renato Rodrigues

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

Percussão dos alunos da Escola Municipal Dona Dorica



ISAURA ARAÚJO
BUFFET



Contato 037 99981-7606



O médico ortopedista e traumatologista Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues recebe o Título de Cidadania Honorária de Itaúna

No dia 12 de setembro o notável médico ortopedista e traumatologista, Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues recebeu o Título de Cidadania Honorária de Itaúna em sessão solene realizada pela Câmara Municipal de Itaúna no Grande Teatro da Universidade de Itaúna. A indicação no nome do Dr. Vinícius ao título foi do vereador Guilherme Campos da Rocha (Partido Novo). Um justo reconhecimento ao Dr. Vinícius pelo abnegado trabalho realizado em Itaúna.

Mais sobre Dr. Vinícius Bicalho

Nascido em 1979, natural de Belo Horizonte, Dr. Vinícius sempre teve um objetivo, fazer medicina e ajudar o próximo.

Formado pela UFMG em 2005, fez residência e especialização em Ortopedia e traumatologia no Hospital Felício Rocho. Em 2007, a convite de um amigo, Dr. Vinícius iniciou sua carreira em Itaúna com plantões no Pronto Socorro do Hospital Manoel Gonçalves.

Adaptado e apaixonado pela cidade decidiu fixar aqui suas raízes e iniciar também sua vida no município. Abriu consultório na Climeci, em 2010 foi convidado a entrar para a Unimed pela equipe da ortopedia, conheceu sua esposa Giorgia Emily, que estudava em Itaúna, casou-se e hoje é pai de dois filhos, Matheus e Lara.

Há quase 20 anos atendendo no município, Dr. Vinícius sempre teve atenção, carinho e

respeito enorme pelos seus pacientes, alguns dos quais se tornaram grandes amigos. Tratando a todos com dignidade e igualdade, sem distinção social e sempre com um sorriso no rosto, foi conquistando o seu lugar e o respeito de todos. Por onde anda se vê o tamanho do carinho e admiração.

Durante este tempo todo, Dr. Vinícius sempre atendeu no Sistema Único de Saúde, sem abandonar o barco mesmo diante das piores tempestades. Crises, salários atrasados, ele nunca deixou o plantão e nunca foi trabalhar reclamando, pois sempre soube que ali teriam pessoas que realmente precisavam dele e que aquele trabalho era sua proposta e objetivo de vida.

Coordenou a equipe da Ortopedia por alguns anos até assumir a diretoria clínica do Hospital Manoel Gonçalves por 5 anos e meio, e neste tempo com muita sabedoria deu o seu melhor, enfrentando os desafios com muito diálogo, que é o seu forte, passando a ter então reconhecimento e respeito por sua gestão pela equipe do HMG, por parte da população, políticos, empresários e administradores.

Dr. Vinícius sempre teve muito jogo de cintura para enfrentar com os desafios e discernimento diante das adversidades. Inclusive nos tempos incertos de COVID ele estava na equipe de frente do HMG enfrentando a pandemia.

Há 2 anos iniciou também os atendimentos

no ambulatório de ortopedia da policlínica Dr. Ovidio, dando andamento na extensa fila de espera de consultas eletivas ortopédicas.

Dr. Vinícius continua dando o seu melhor em prol da população sem previsão de algum dia parar, grato por tudo que conquistou neste tempo.



Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues recebendo o título de Cidadania Honorária de Itaúna das mãos do vereador Guilherme



Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues e sua esposa Giorgia Emily



Guilherme Campos da Rocha, Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues e Giorgia Emily



O vereador Guilherme Campos da Rocha e Dr. Vinícius Bicalho Rodrigues



Mikael Filipe Alves Maciel, o vereador Kaio Guimarães e Suellem Sabrina Rosa da Silva

“Receber esta Moção de Aplausos é uma honra imensa e uma grande responsabilidade. Iniciamos nossa trajetória de forma simples, mas sempre com dedicação, amor pelo ofício e respeito por cada cliente que acreditou em nosso trabalho. Hoje, ver a Mikael Barbearia ser reconhecida pelo mérito e excelência no campo da barbearia é motivo de muita gratidão. Agradeço a Deus, à minha esposa Suellem Sabrina, ao meu filho Francisco, minha família, nossa equipe e a todos os clientes que caminham conosco nessa história. Seguimos firmes com o propósito de transformar vidas através da barbearia e representar com orgulho nossa cidade.”

Mikael
BARBEARIA



O vereador Giordane Alberto Carvalho e a homenageada Sandra Fares

“Morando há 36 anos em Itaúna, recebi o Título de Cidadania Honorária por indicação do vereador Giordane a quem eu agradeço por tão preciosa homenagem, Itaúna mora no meu coração.”

Sandra Fares



O vereador Rosse Andrade e seu pai José Pinheiro recebendo o título de Cidadão Honorário de Itaúna

“É com imensa alegria que vejo meu pai, Senhor Pinheiro, ser agraciado com o título de Cidadão Honorário de Itaúna. Essa honraria não é apenas um reconhecimento, mas uma prova do impacto significativo que sua vida e seu trabalho tiveram nesta cidade. Meu pai sempre me ensinou a importância do trabalho duro e da dedicação. Desde cedo, ele mostrou um amor incondicional por Itaúna, contribuindo incansavelmente para o crescimento e bem-estar da nossa comunidade. Ele nunca buscou os holofotes, preferindo agir nos bastidores, com a discrição e a humildade que lhe são tão peculiares. No entanto, suas ações ecoam em cada canto desta cidade, deixando uma marca indelével.”

Rosse Andrade
VEREADOR



“Agradeço imensamente à Câmara Municipal de Itaúna e ao vereador Lacimar Silva pela noite de Solenidade de Outorga, um momento de grande honra e reconhecimento. Este gesto valoriza não apenas o nosso trabalho, mas também o compromisso que temos com o esporte, a saúde e a comunidade. Receber esta homenagem nos motiva ainda mais a continuar contribuindo com dedicação e paixão. Nossos sinceros agradecimentos pelo carinho e reconhecimento.”

Rogério Rezende

st **styllus** UNIB