



AQUI VOCÊ VÊ O #LADOBOMDAVIDA

DE 25 DE OUTUBRO DE 2025 A 31 DE OUTUBRO DE 2025

Nº 1.108 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



Troféu 5 Estrelas 2025



Um reconhecimento público do Jornal Social aos líderes de mercado



Creche Branca de Neve celebra 30 anos de sua fundação

Página 05

Arquitetura Construção em madeira

Página 05



Em sofisticado jantar foi celebrado os 30 anos da Doce Tempero Alimentação Industrial

Página 06

Vem aí...

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

TROFÉU CINCO ESTRELAS 2025

22 DE NOVEMBRO
BUFFET ISAURA ARAÚJO

REALIZAÇÃO
JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

Crianças de ontem, adultos de hoje, homens e mulheres que fazem a nossa história.

EM COMEMORAÇÃO AO DIA DAS CRIANÇAS, DURANTE TODO ESSE MÊS DE OUTUBRO REALIZAMOS NO JORNAL SOCIAL A PUBLICAÇÃO DESSA GALERIA DE FOTOS DE CRIANÇAS DO PASSADO E QUE HOJE ADULTOS, MUITO COLABORAM COM O ENGRANDECIMENTO DE NOSSA REGIÃO. ESSA PUBLICAÇÃO É TAMBÉM UMA FORMA DE DESPERTARMOS A CURIOSIDADE DE NOSSOS LEITORES E PRESTARMOS UMA HOMENAGEM AOS PARTICIPANTES DA GALERIA. VOCÊ CONSEGUE ADIVINHAR QUEM SÃO ESSAS CRIANÇAS? CONFIRA AS RESPOSTAS NO FINAL DA GALERIA!

01

QUEM SOU EU?

Uma criança de olhar tímido, nasceu em uma família numerosa e especial. É hoje ortodontista de grande projeção.

02

QUEM SOU EU?

Essa criança de olhar pacífico e doce é hoje dono de uma das mais tradicionais pizzarias de nossa região e de um restaurante temático que atrai visitantes de toda Minas Gerais.

03

QUEM SOU EU?

Essa criança que desde tenra idade não deixava nada passar despercebido de seu olhar atento é hoje fotógrafo reconhecido nacionalmente.

04

QUEM SOU EU?

Essa criança orgulhosa de seu diploma hoje enfermeira há 18 anos é consultora de amamentação, dedica o seu dia a auxiliar e orientar mãe e filho no sublime momento de alimentar um nova vida que chega.

Foto 01 - Dr. José Lúcio Braz de Matos - Foto 02 - Marcos Adelário - Mambeba Restaurante e Faridella Pizzaria - Foto 03 - Daniel Henrique - Foto 04 - Danielle Soares da Silva

CAJURU
Contabilidade e Advocacia

50 anos

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 Sindimeil) - Centro - Itaúna - MG
☎ 37 99802-3378 / 37 3242-1624 / 37 3201-1534
www.contabilidadecajuru.com.br @contabilidadecajuru

Valéria
cabeleireiro

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

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

Recados para Mim

Não questione,
Não lamurias,
Nem que nenhum lamento
Saia de tua boca.
Não desejes saber o porquê.
Há questões sem resposta.
Pega a tua dificuldade
E abraça a tua dor,
É só tua,
Só tu a compreendes.
Não temas,
Não esmoreças.
Coloca no teu rosto,
O teu melhor sorriso e vá.
Siga adiante.
Aceita,
Adequa,
Avança.
Alguém espera de ti

Mais que tuas lágrimas.
Alguém espera de ti,
Tuas mãos estendidas.

Dra. Heloísa de Sousa Matos
Médica



Visitando



A primeira-dama de Itaúna, Natália Mitre esteve em visita à Fundação Frederico Ozanam para assim conhecer de perto os trabalhos realizados pela nova direção da casa que tem como presidente, Stefano José de Freitas. Na foto Natália e a advogada Dra. Stael Lorena de Freitas

Tome nota

19ª SEMANA ESPIRITA de Itaúna

ESPIRITISMO:
ESPERANÇA E CONSOLAÇÃO



05/11/25 - QUARTA, 19H - GEEB
E a vida continua: a imortalidade da alma
por Letycia França



06/11/25 - QUINTA, 19H - NOSSO LAR
A influência dos espíritos em nossas vidas
por Jacinto Copatto



07/11/25 - SEXTA, 19H - AAPI
O Cristo Consolador
por Marco Pessoa



09/11/25 - DOMINGO, 19H - GEFA
Ser espírita
por Evaldo Santana

GEEB
RUA AGRIPINO
LIMA, 144, CENTRO

NOSSO LAR
R. PROF. MARIA LINDA,
158 - RES. SÃO GERALDO

AAPI
AV. PREF. MILTON
PENIDO, 64 - BELVEDERE

GEFA
R. BONFIM,
109 - CENTRO

**19ª Semana Espirita de Itaúna -
Espiritismo: Esperança e Consolação**

05/11/25 - 19h - GEEB - Rua Agripino
Lima, 144 - Centro - Itaúna - Palestra:
E a vida continua: a imortalidade da alma -
por Letycia França
06/11/25 - 19h - Nosso Lar - Rua Pro-
fessora Maria Linda, 158 - Residencial
São Geraldo - Itaúna - Palestra: A in-
fluência dos espíritos em nossas vi-

das - por Jacinto Copatto
07/11/25 - 19h - AAPI - Av. Pre-
feito Milton Penido, 64 - Belve-
dere - Itaúna - Palestra: O Cristo
consolador - por Marco Pessoa
09/11/25 - 19h - GEFA - Rua Bon-
fim, 109 - Centro - Itaúna - Pa-
lestra: Ser espírita - por Evaldo
Santana

E por falar em guerra

Quando se refere a geopolítica é normal que nos referimos a espaços que por sua vez se refere à exclusão, nosso ou deles.
Delimitar uma fronteira física ou mesmo mudá-la de lugar basta alguma força política, mais precisamente ter um exército mais forte que o oponente. A parte dominada a que perde território não domina a arte da guerra, geralmente se autodestrói por buscar uma saída mais digna.
"Se o oponente é mais forte. Por que brigar? Se o oponente é mais fraco. Por que brigar? Se o oponente tiver a mesma força, compreenderá o que compreendes; assim não haverá luta. "Honra não é orgulho, é consciência real da força que possui". Anônimo.
Espaços aéreos, inventados ou não, sabidos ou não, são mais invadidos do que se tem informação. Espaços pessoais exclusivos de cada um, não estando mapeados, se tornam um campo minado a qualquer tentativa de aproximação e até mesmo convivência com o outro.
Qualquer tentativa de demarcar uma fronteira no outro, onde se pode caminhar sem explodir uma mina é pura ilusão, é impossível ver o que muda constantemente, definir a forma de um fogo, de um vento, de uma emoção.

Alguém disse "realidade líquida", realidade são emoções que geram pensamentos que por sua vez ações, é impossível respirar dentro, enxergar dentro, agir com alguma lógica no início de uma emoção do outro, é do outro.
A duras penas podemos fazer algo para evitar nossas guerras internas agindo com mais consciência ao início de nossas constantes diversas e contraditórias emoções. Também é importante insistir em entender e tentar compreender o que passa com a outra pessoa pode ser uma desfortunada maneira de desperdiçar energia, de começar uma guerra, de perder uma guerra.
Nunca haverá espaço para outro, dentro. Interagir é evitar invadir. Manter-se de pé e evitar uma guerra consigo mesmo também é uma forma de contribuir com a paz.
Começa com um...

Nodege Araújo Mesquita
Espanha - outubro de 2025

Aniversariantes da Semana

25/10
Mozart Tavares Nogueira
Mário Celso Honori Guilarducci
Monalva Marques

26/10
Kelen Moreira
Caroline Salera
Vinícius Gonçalves Brito
Bodas de Marcus Júnior Diniz e
Souad Zorkot 2018

27/10
Guilherme Drumond Marinho
Beatriz Queiroz - Brincarte

28/10
Michel Faber - Center Oil
Otacília Barbosa
Fundação Ótica Visual 1981

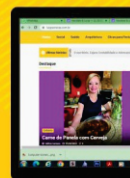
29/10
Mônica Corradi Machado
Fares José Neto
Marcela Diniz - nutricionista

Beth Menezes
Paula Braz
Francis Oliveira - Oficina do Doce
Ícaro Alves
Renata Abreu
Fabiana C. Xavier de Resende -
Contabilidade Resende

30/10
Bruno Santiago
31/10
Magda Andrade Fonseca
Clécio Camargos - Salão Gloss
Daiana Rose
Michelle Cristina de Oliveira - Hera
Gestão de Condomínios

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

CONFIRA O JORNAL NO SITE
WWW.LUIZPARREIRAS.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

**SIGA O NOSSO
perfil**
NO INSTAGRAM
@JORNALSOCIAL.LUIZPARREIRAS
JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

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 PERFURAÇÃO
EQUIPAMENTOS E DISPOSITIVOS PARA
PISCINAS, CASCATAS E HIDROMASSAGENS
SISTEMA E EQUIPAMENTOS PARA IRRIGAÇÃO
☎ (37) 99813-7844 ☎ (37) 99108-6079
Hidroúna Hidrouna
www.Hidrouna.com.br
Av. Castro Alves, 1827
Irmãos Auler - Itaúna - MG

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



Luiz Parreiras,a homenageada, Dr. Tânia Batista (advogada), Ayriene, Ana Flávia e Bruno



Luiz Parreiras, a homenageada, Aline Oliveira Guimarães Sinhorini (Academia RX Fit), Bruno Victor Sinhorini e Erick Luiz Guimarães Sinhorini



Luiz Parreiras, a homenageada, Fabiana Guimarães (Pérolas Recreação Infantil), Isac Vieira e Karina Gomes

REFLEXÃO E AÇÃO

O que chamamos de caos, nem sempre é desordem. Às vezes, é apenas a vida reorganizando tudo por dentro. Não se engane com as aparências. Nem tudo o que parece ruído, é destruição. Nem tudo o que se desfaz, é perda. Estamos atravessando um tempo de grande transformação. As energias se movem, e com elas, vêm à tona emoções, crenças e padrões que estavam escondidos — dentro de nós e no coletivo. O mundo parece violento porque a violência adormecida nas pessoas agora se manifesta. Mas é apenas um espelho, refletindo o que precisa ser visto, curado, compreendido. Cada alma recebe aquilo que precisa para evoluir. Mantenha-se no centro. Não se prenda à ilusão do mundo exterior — ele é passageiro. Volte-se para dentro, para o seu co-

ração, para a luz que te habita. Na fé, na esperança e no amor, tudo encontra calma. Peça ajuda ao seu Eu Superior. Permita que a sua consciência se eleve para além do medo, da reatividade, do ruído mental. Cultive pensamentos que curam, palavras que elevam, gestos que pacificam. Lembre-se: o que você emana é o que reverbera. Se você compartilha o medo, ele cresce. Se você compartilha a luz, ela se espalha. Este é um tempo precioso — de cura, de limpeza, de renascimento. Seja grato por estar aqui. Por ter a chance de se transformar, de despertar, de colaborar com a paz. Que tudo o que sair de você — pensamento, palavra ou ação — seja expressão do amor. E que a Terra, habitada por tantas almas em busca, receba hoje sua me-

lhor vibração.

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

Alcoólicos Anônimos Grupo Alvorada

Desde 16/08/74, salvando Vidas

Removendo “O veneno”

“O inventário moral é um exame ousado dos danos que nos ocorreram, durante a vida, e um sincero esforço para vê-los em uma verdadeira perspectiva. Ele tem o efeito de tirar o veneno de dentro de nós, a substância emocional que ainda abate ou inibe.”

Na opinião de Bill

“Minha lista do oitavo Passo costumava lançar-me em um redemoinho de ressentimentos. Após quatro anos de sobriedade, estava bloqueado pela negação ligada a um relacionamento abusivo ainda existente. O debate entre o medo e o orgulho diminuiu quando as palavras do Passo moveram-se de minha cabeça para meu coração. Pela primeira vez em anos, abri minha caixa de pintura e esparramei uma raiva honesta, uma explosão de vermelhos, pretos e amarelos. Enquanto olhava o desenho, lágrimas

de alegria e alívio desciam pelo meu rosto. Na minha doença, eu tinha abandonado minha arte, uma punição autoinfligida muito maior que qualquer outra de fora.

Na minha recuperação, aprendi que a dor de meus defeitos é a própria substância que Deus usa para limpar meu caráter e deixar-me livre.”
Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

8º passo

Fizemos uma relação de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e dispusemo-nos a reparar todos os danos causados.

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

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

EM NOVO ENDEREÇO:
Rua Melo Viana, 25 sala 09
Centro - Itaúna - MG
Edifício Otacílio Nogueira
(37) 3402-2523 / (37) 3073-2523
(37) 99802-4107

COMERCIAL maferje

Comercialização de sucatas metálicas ferrosas e não ferrosas, materiais de aproveitamento, máquinas, equipamentos e resíduos industriais

Av. Dr. Walter Mendes Nogueira, 965
B. Antunes - Itaúna - MG
(37) 3243-4891

CONTABILIDADE CENTRAL

A melhor acessoria contábil, não é aquela que fecha o balanço da sua empresa todo mês, mas aquela que proporciona crescimento e resultados para o seu negócio!

José Eustáquio de Souza
Contador
Warlei Eustáquio de Souza
Contador

Fone: 37 3242.3739 R. Antônio Luiz, 224
Bairro das Graças
Itaúna - Minas Gerais

SOLAR IMÓVEIS

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

CONTABILIDADE J. FRANCO

Rua Canadá, 20 - Pio XII
Itaúna - MG
Telefone: (37) 3249-3650
 @contabilidadejfranco

POSTODELTA

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

ESPECIAL VEÍCULOS

Toyota quer desafiar Fiat e Citroën com microcarro elétrico que dispensa carteira

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

A Toyota está de olho em um nicho que cresce rápido na Europa: o dos quadriciclos leves elétricos de dois lugares. A marca japonesa anunciou que recebeu financiamento do governo do Reino Unido para desenvolver um estudo de viabilidade de produção do seu primeiro modelo do tipo: o FT-Me, baseado no conceito revelado em março deste ano. Com esse investimento, estimado em US\$ 20 milhões (cerca de R\$ 106 milhões), a montadora pretende avaliar a viabilidade técnica e comercial do veículo urbano ultracompacto, voltado principalmente ao público jovem e a quem busca mobilidade limpa em curtas distâncias.

Concorrência acirrada

O projeto chega para disputar terreno com modelos que já caíram nas graças do público europeu, como o Fiat Topolino, recentemente flagrado pelo Autotempo, na Itália — além do Citroën Ami e do Opel Rocks-E. Todos compartilham uma proposta semelhante: carros minúsculos, elétricos e baratos, ideais para o tráfego urbano e para motoristas iniciantes. O Topolino, por exemplo, tem preço a partir de € 10 mil (cerca de R\$ 60 mil, na conversão direta).

"Carro" queridinho dos adolescentes

Esses veículos como o Topolino e Ami pertencem à categoria L6e na Europa, destinada a quadriciclos leves com potência máxima de 4 kW (5,4 cv), velocidade limitada a 45 km/h e peso inferior a 350 kg. Um detalhe curioso é que, na maioria dos países europeus, eles podem ser dirigidos por adolescentes a partir de 14 anos, sem a necessidade de carteira de motorista tradicional. Os quadriciclos só precisam de placa na parte traseira e são proibidos de circular por estradas ou vias expressas, justamente pela baixa velocidade.

Design sustentável e tecnologia solar

O Toyota FT-Me continua longe da versão definitiva, mas o conceito já indica a direção: um veículo com

menos de 2,5 m de comprimento, construído com materiais reciclados e sustentáveis. A proposta é unir mobilidade urbana compacta e baixo impacto ambiental. Um dos diferenciais estudados pela Toyota é o uso de painéis solares no teto, capazes de ampliar a autonomia em até 30 km em dias ensolarados, além dos cerca de 100 km previstos apenas com a bateria. A ideia é oferecer mais independência em trajetos curtos sem depender tanto de pontos de recarga.

Futuro promissor, e cauteloso

Ainda não há data definida para o início da produção do FT-Me, já que o

projeto depende dos resultados do estudo de viabilidade. Mas o movimento da Toyota reforça uma tendência clara, a de que as grandes montadoras estão apostando em quadriciclos leves elétricos como uma solução real de mobilidade urbana prática, acessível e sustentável.



Com informações
www.otempo.com.br/autotempo

GERALDO

Radiadores

Av. São João, 5478
Nova Vila Mozart - Itaúna - MG
geraldoradiadores@gmail.com
(37) 3242-7980
(37) 9 9951-5462 / (37) 9 9817-4193

Pedra Negra

CORRETORA DE SEGUROS

37 3242-1940
atendimento@pedranegraseseguros.com.br

TOPÁZIO IMPERIAL

HOTEL

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

Center Oil

TROCA DE ÓLEO
Óleos para carros, caminhões, tratores, fora de estrada, motos, marombas, máquinas industriais, redutores industriais e veículos náuticos.

Rua João Cerqueira Lima, 686 - Centro
Itaúna - MG - (37) 99819-4021
Rua Camilote, 104 - Vila Tavares - Itaúna - MG
(37) 3243-4344 (37) 99909-1838

Sinta-se em casa

dicas, receitas, sugestões

VIP

VAREJÃO IRMÃOS PEREIRA

VERDURAS, FRUTAS E LEGUMES
DIRETO DO PRODUTOR

AV. JOVE SOARES, 580
ITAÚNA - MG
(37) 9 9967.1047
37 3241.4047

AÇOUGUE SERV BEM

AV. PLATINA, 303 - PADRE EUSTÁQUIO
ITAÚNA - MG - 37 3242.4434
37 9 9925.7443 / 37 9 9941.4771

Fricassê artesanal rústico

Ingredientes
2 peitos de frango
2 cebolas roxa
2 dentes de alho
1 tomate sem miolo
1 lata de milho verde
1 caixa de creme de leite
1 copo de requeijão
Mussarela
Batata palha

Preparo
Coloque os peitos de frango na panela de pressão com tempero, uma cebola inteira e cubra com água. Deixe na pressão por 15 minutos, desligue e deixe esfriar. Em uma frigideira coloque uma cebola, o alho, óleo e o tomate e deixe apurar e depois reserve. Tire os peitos de frango da panela, coloque em uma bacia e vá amassando com o fuê para que eles desfiem e reserve a água e a cebola de cabeça que ficaram do cozimento.

No liquidificador coloque o milho sem a água, um pouco da água do cozimento do frango, a cebola que também sobrou do cozimento, o creme de leite, o requeijão e bata bastante, depois ajuste o tempero e reserve. Na frigideira, acrescente o frango e misture, depois coloque o creme de milho e deixe ferver até engrossar. Em um pirex, coloque a metade desse creme, uma camada de mussarela e a outra metade do creme. Coloque mussarela por cima e leve ao forno para gratinar e depois coloque batata palha por cima para servir.

Contribuição de Valéria Campos

Dica de culinária

Quando colocado gelado diretamente em água em ebulição, o ovo racha pela diferença de pressão. O correto é colocá-lo em água à temperatura ambiente e levá-lo ao aquecimento lento. Como referência, saiba que, no instante em que a água entrar em ebulição, um terço da clara já estará coagulada.

FarMelhor BenMelhor

Muito mais vantagens para você!

FarMelhor

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

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

Frango NAVES

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

Para Refletir

O bem é bom para quem pratica o bem. Quando a gente faz o bem, há uma alegria íntima tão grande. E quando faz o mal, também há uma alegria grande no começo. Mas à medida que o tempo passa e as emoções mudam, o que ocorre? Ocorre o remorso, ocorre o conflito, ocorre o distúrbio.

Divaldo Franco

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

37 9 9118.3000

Em sofisticado jantar foi celebrado os 30 anos da Doce Tempero Alimentação Industrial

Na noite do dia 16 de outubro o querido casal, Isaura Araújo e Osmair Ferreira anfitriões ilustres convidados no charmoso Espaço Masalla para juntos celebrarem os 30 anos de fundação da Doce Tempero Alimentação Industrial. Três décadas de dedicação, conquistas e parcerias que só foram possíveis graças a confiança de clientes especiais, como os que estiveram presentes ao encontro. Os convidados para o requintado jantar foram os representantes das empresas, Orica, Pirobrás (EPC Groupe), Água Mineral Viva, Metalúrgica Soares, Esfera Gordini, Patense, Água Mineral Roda D'Água e Pinha Grupo. Desejamos que essa história de sucesso possa continuar por muitas outras décadas, levando sabores e nutrição aos trabalhadores de nossas empresas.

Mensagem

Hoje celebramos muito mais que um aniversário...Celebramos 30 anos de dedicação, amor e cuidado em cada detalhe. Três décadas tornando sonhos realidade, espalhando sabores, sorrisos e memórias inesquecíveis. Cada evento, cada prato, cada gesto de acolhimento conta um pedacinho dessa linda história, construída com tanto esforço e coração. Parabéns, Doce Tempero! Por todo o caminho percorrido e por tantas alegrias compartilhadas! Que os próximos anos sejam ainda mais doces, prósperos e repletos de momentos especiais. Com carinho e admiração Ernani Santos, Mirlaine, Giulaine e Gilmar
Esfera Gordini



Fabiana, Jeferson (Pirobrás) e Isaura



Isaura entre Roberta e Roger representantes da Água Viva



Luiz Parreiras e Rodrigo Dias



Isaura ladeando os nutricionistas da Doce Tempero, Ricardo Denilson, Karla Juaressa e Jardel



Isaura, Flaviana, João Carlos, Flávia e Renato - representantes Pirobrás



Bruno, Isaura, Kenderson, Wiliane e Wagner - representantes Orica



Cristiane, Osmair, Ângela Nilton (Pirobrás) e Isaura



Mirlane, Lucas, Giovanna, Giulaine, Irineu, Isaura e Mirtes - representantes da Esfera



Maria de Lourdes e Ocília

Adeus comadre Cila Nogueira

“Ocília Nogueira, falecida em 16/10/25. Era filha do Sr. Artur Nogueira e Senhora. Nós nos conhecemos na casa de D. Nilza, sua tia que morava na R. Dr. Dorinato Lima, em Itaúna. Mais tarde, quando entrei para a Prefeitura, fui ser professora na Barragem. A Cila me orientou: “você tem que entrar no Estado e fazer o curso de Pedagogia”. Tomei gosto por ministrar aulas e fui dar aulas de história. E ela me orientou: “faça Estudos Sociais”. Quando menos espe-

rei, estava de posse de quatro faculdades em mãos. A Ocília me ensinou que temos que ser habilitados para permanecermos no cargo, pois cargo de favor é temporário. Larguei a Prefeitura e ela me deu a supervisão do Sesu, onde era diretora. Logo ela foi aprovada para o Tribunal de Contas do Estado e me falou: “pegue suas aulas de história de OSPB e Geografia”. E logo por orientação dela fiz concurso e fui aprovada em super-

visão e história. E ela me alertou que sempre o que eu quis fazer era Direito: “comece agora”. Se hoje sou advogada, sou portadora de cargos efetivos, eu devo a comadre Ocília Nogueira que hoje está lá no céu com seu afilhado Igor Spinola, o saudoso “Iguinho”. Obrigada comadre Ocília Nogueira, até um dia.”

Maria de Lourdes Spínola Antunes
OAB 51.971