



DE 31 DE OUTUBRO A 06 DE NOVEMBRO DE 2026

Nº 1.158 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

ÓTICA VISUAL

Sua ótica de confiança.

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



Maria Parreiras comemora seus primeiros quatro anos de bem viver

Página 06

Emocionante história de amor



Mônica Corradi e Márcio Machado: uma história de amor, entrega e superação

Página 02

Dia 25 de Outubro foi celebrado o Dia do Cirurgião-Dentista

Página 06

MEC Idiomas agora tem curso de coreano gratuito e online

Página 05

Carro a combustão, híbrido ou elétrico: qual é a melhor opção?

Página 04

TROFÉU CINCO ESTRELAS 2026
22ª EDIÇÃO

UM TROFÉU QUE VAI PARA AS MÃOS DE EMPRESÁRIOS E PROFISSIONAIS DE DESTAQUE DO ANO.

14 | 11

BUFFET ISaura ARAÚJO

REALIZAÇÃO: JORNAL SOCIAL Luiz Parreiras

CRIANÇAS DE ONTEM, ADULTOS DE HOJE

EM COMEMORAÇÃO AO MÊS DAS CRIANÇAS, REALIZAMOS 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 PÁGINA!

01

QUEM SOU EU?

Essa criança o futuro lhe reservou a oportunidade de ser por dois mandatos prefeito de Itaúna, dono de grande carisma e popularidade.

02

QUEM SOU EU?

Essa criança que iniciava seus primeiros passos, na vida adulta deu grandes saltos, como servidor público na Prefeitura de Itaúna há 22 anos, em vários governos ocupou cargos do primeiro escalão, e nessa atual gestão 2025-2028 não foi diferente, iniciou acumulando duas funções em atividades importantíssimas para o município.

03

QUEM SOU EU?

Essa criança de sorriso farto, a sua vida adulta lhe trouxe a sabedoria de advogar, sendo modelo para seus pares na área do direito, é também homem dedicado ao bem comum, sempre envolvido em causas sociais.

Heloisa e sua neta Lis

Uma homenagem às crianças que com o **seu sorriso** nos fazem valorizar as coisas simples da vida!

Núcleo Atualizado de Endodontia
Helena Helena Nogueira Coutinho
30 anos de experiência

R. Gonçalves da Guia, 152 - Loja 4 - Centro
Itaúna - MG - 37 3241-2822 / 37 99803-2812

EXCELÊNCIA EM SONORIZAÇÃO E ILUMINAÇÃO

SOM PROFISSIONAL • ILUMINAÇÃO • PAINEL DE LED • PALCOS E ESTRUTURAS

CASAMENTOS | 15 ANOS | FORMATURAS | EVENTOS EMPRESARIAIS



FAÇA SEU ORÇAMENTO E TRANSFORME SEU EVENTO:
☎ 37 99982-2791



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

Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor



CONTABILIDADE J. FRANCO

Rua Canadá, 20 - Pio XII

Itaúna - MG

Telefone: (37) 3249-3650

@contabilidadejfranco

São Francisco
Clínica Veterinária

CONSULTAS • CIRURGIA GERAL
VACINAÇÃO • ODONTOLOGIA
EXAMES LABORATORIAIS
LASERTERAPIA • PET SHOP

AV. JK, 1242 - ITAÚNA
(37) 3241-1344 / (37) 99951-1344
@clinicaveterinariasfp



Unidade Mateus Leme:
Av. Getúlio Vargas, 648 - Centro
31 3535.3450 @nandaburger
Unidade Itaúna:
Av. São João, 3135 - Kota 807 Open Mall
@nandaburgueregrill

Mônica Corradi e Márcio Santos Machado: uma história de amor, entrega e superação

Todos dizem que amar dói, mas talvez não seja bem assim. Afinal, o amor é uma das poucas forças capazes de amenizar as dores da vida, transformar dificuldades em aprendizado e dar sentido aos dias mais difíceis. Foi assim que a enfermeira Mônica Corradi e o técnico têxtil Márcio Santos Machado construíram uma história de amor que começou ainda na adolescência e atravessou quatro décadas, marcadas por companheirismo, entrega, renúncias e uma dedicação que foi muito além das palavras.

Tudo começou quando Mônica tinha apenas 13 anos e Márcio, 17. Eles eram amigos, e Mônica estudava com os irmãos dele. A aproximação ganhou um novo capítulo quando, na festa de seus 15 anos, Márcio se ofereceu para dançar a tradicional valsa com ela. Naquela época, muitos já percebiam o interesse dele pela jovem. Em 1977, o namoro finalmente começou e durou cinco anos e nove meses, até o casamento, celebrado em 1982.

Durante parte do namoro, Márcio morou no Rio de Janeiro, e a saudade era amenizada pelas cartas que os dois trocavam. Guardadas com carinho por Mônica até hoje, mais de 450 correspondências testemunham a força de um sentimento que resistiu à distância e ao tempo. Cada carta preservava um pouco daquela juventude, dos sonhos compartilhados e da certeza de que queriam construir uma vida juntos.

Após o casamento, foram morar em Ouro Preto. Quatro anos depois, retor-

naram a Itaúna, onde Márcio foi trabalhar na Cia. Industrial Itanense e Mônica passou a atuar no bloco cirúrgico do Hospital Manoel Gonçalves. A vida seguia seu curso, com os desafios e as alegrias próprios de uma família, até que, em 1989, Mônica começou a apresentar problemas de saúde. Ela descobriu complicações em seu único rim, pois o outro havia sido retirado quando tinha apenas dois anos de idade, em decorrência de um câncer.

Em 2003, o quadro renal se agravou, e Mônica precisou iniciar o tratamento de hemodiálise. A esperança de um transplante passou a ocupar seus pensamentos, até que surgiu a possibilidade de uma doação dentro da própria família. Sua irmã, a bela Miss Minas Gerais 1985, Margareth Penna Corradi, mostrou-se compatível e doou o rim, oferecendo à irmã uma nova oportunidade de vida.

Diante dessa realidade, Márcio se afastou do trabalho para cuidar da esposa. Vieram tempos difíceis, nos quais as dificuldades financeiras e emocionais se somaram às exigências impostas pela enfermidade. O casal conheceu de perto as limitações e a escassez que tantas vezes acompanham uma doença grave. Felizmente, encontrou na família um amparo precioso, recebendo acolhimento e apoio.

Em 09 de novembro de 2004, Mônica realizou o transplante renal. Quando começava a se recuperar, porém, a vida lhes apresentou mais um desafio. Cerca de um ano depois, Már-

cio, até então seu grande companheiro e apoio, foi acometido por uma mielite transversa de causa não identificada. De um dia para o outro, tornou-se cadeirante, perdeu o controle do tronco e passou a enfrentar limitações nas funções fisiológicas.

Foi então que os papéis se invertiram. A mulher que havia recebido tantos cuidados passou a dedicar a própria vida ao cuidado do marido. Mônica assumiu uma rotina intensa, que começava às seis horas da manhã e, muitas vezes, só terminava às duas da madrugada. A cada quatro horas, precisava realizar procedimentos para auxiliar Márcio na eliminação da urina, além de atender às demais necessidades decorrentes de sua condição.

Desde 2005, o casal passou a viver uma realidade de cuidados constantes, que exigia força física, equilíbrio emocional e uma imensa capacidade de amar. Longe de diminuir o sentimento que os unia, aquela experiência revelou ainda mais a profundidade de um amor construído na convivência, na fidelidade e na disposição de permanecer ao lado do outro, mesmo quando os dias pareciam insupportáveis.

Em 2007, celebraram as bodas de prata, cercados por familiares e amigos. A comemoração dos 25 anos de casamento representou muito mais do que a passagem do tempo: simbolizou a vitória de uma união que já havia enfrentado distâncias, enfermidades e inúmeras renúncias.

Com o passar dos anos, entretanto, a saúde de Márcio se tornou cada vez mais frágil. Problemas pulmonares, feridas decorrentes da imobilidade e o desgaste emocional tornaram sua condição ainda mais delicada. Cansado de tantas limitações, ele resistia às idas ao hospital. Em janeiro de 2017, após o surgimento de uma pedra na bexiga e a necessidade de uma cirurgia, foi internado, passou pelo procedimento mas Márcio faleceu.

Durante 12 anos, Mônica cuidou do marido de maneira admirável. Em meio à exaustão, às incertezas e às renúncias diárias, encontrou também oportunidades de aprendizado e crescimento pessoal e espiritual. Ao recordar esse período, reconhece o quanto as experiências vividas transformaram sua maneira de enxergar a vida, a fé e o verdadeiro significado do amor.

Apartida de Márcio, contudo, não significou o fim das provações. Exausta física e emocionalmente, Mônica ain-

da precisou reunir forças para enfrentar novas adversidades. Cerca de oito meses após a morte do marido, sofreu a rejeição do rim transplantado, ficou internada por vários dias mas conseguiu reverter a rejeição, atualmente celebra seus 22 anos de transplante. Em 2021, contraiu Covid-19 e ficou muito debilitada. Naquele mesmo período, perdeu o irmão Daniel para a Covid. Em outubro de 2022, enfrentou a morte de sua amada mãe, Therezinha Lycia Penna Corradi casada há 70 anos com o notável Walter Corradi (Tuca) e, no mesmo mês, recebeu o diagnóstico de câncer no útero. Foram perdas e desafios que poderiam ter feito desmoronar até mesmo os mais fortes.

Mônica, porém, buscou na fé a força necessária para seguir adiante, transformando as próprias dores em aprendizado e reafirmando, a cada etapa, sua confiança em Deus. Em junho de 2024, este semanário teve a honra de homenageá-la com o Troféu Feminino Plural. Uma homenagem justa a uma mulher que fez dos dias mais difíceis verdadeiras lições de vida, demonstrando que a coragem nem sempre está em vencer todas as batalhas, mas em continuar caminhando, mesmo quando o coração está cansado. Hoje, Mônica olha para sua trajetória com gratidão. Entre lembranças, saudades e experiências que marcaram profundamente sua existência, encontra na espiritualidade um novo motivo para seguir servindo. A partir de janeiro de 2027, assumirá a missão de ministra da Eucaristia, uma etapa que representa a continuidade de sua caminhada de fé e dedicação ao próximo. Já há oito anos também, dedica parte de seu tempo à causa social através de abnegado trabalho junto da Casa da Amizade em Itaúna. A história de Mônica e Márcio nos ensina que o amor não se resume aos dias felizes, às celebrações ou às promessas feitas diante de familiares e amigos. Ele se revela, sobretudo, na presença constante, no cuidado silencioso, nas noites sem dormir, nas renúncias e na escolha diária de permanecer ao lado de quem se ama. Mais do que uma história de sofrimento, a trajetória desse casal é um testemunho de companheirismo, solidariedade e fé. Afinal, quando o amor é verdadeiro, ele não impede que a dor exista, mas pode nos dar forças para atravessá-la. E Mônica segue com essa certeza no coração: a vida é um presente, e tudo o que vivemos pode se transformar em oportunidade de apren-

Emocionante: história de amor

dizado, crescimento e purificação espiritual.



DOCES GOURMET
37 9 9937.3534 - 37 9 9832.8405
@deliciasdaluzia

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!



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

SOLAR
IMÓVEIS

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

AGENDA Aberta

Atendimentos:
Unimed
Convênios



LETÍCIA GONÇALVES
Psicóloga
37 99156-1370



AUTO ESCOLA
SÃO JUDAS TADEU

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



MARMORARIA
AVENIDA

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

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

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

GS

CALHAS E RUFOS EM GERAL

Arquiteto para auxiliar em seu projeto!
Orçamentos sem compromisso.
Av. São João, 3484 (junto com a
Madeira SB) - Itaúna - MG
(37) 3241-1885

Semeando o Bem Viver Excelência não é perfeição: é cuidado

Você já deixou de começar alguma coisa por acreditar que ainda não estava perfeita? Muitas pessoas confundem excelência com ausência de falhas e, por isso, vivem sob uma cobrança impossível. A perfeição exige controle absoluto, compara resultados e transforma cada erro em fracasso. A excelência segue outro caminho: nasce do cuidado, da presença e do compromisso de fazer o melhor possível com os recursos disponíveis naquele momento.

Quem busca perfeição costuma olhar apenas para o que falta. Quem pratica excelência reconhece o que já construiu e continua aprimorando. Isso vale para o trabalho, os relacionamentos, a casa e o cuidado consigo mesmo. Uma refeição simples, preparada com atenção, pode carregar excelência. Uma conversa em que realmente escutamos o outro também. Um documento revisado, um horário respeitado, uma promessa cumprida e um pedido de desculpas sincero são maneiras concretas de demonstrar cuidado.

A excelência também inclui reconhecer limites. Nem sempre teremos tempo, energia ou condições ideais. Em alguns dias, nosso melhor será grandioso; em outros, será apenas o necessário para continuar. Isso não diminui nosso valor. Ao contrário, agir com consciência evita que o desejo de acertar se transforme em esgotamento. Podemos revisar, corrigir e aprender sem nos maltratar. O erro, quando observado com humildade, deixa de ser uma ameaça e se torna uma orientação para o próximo passo.

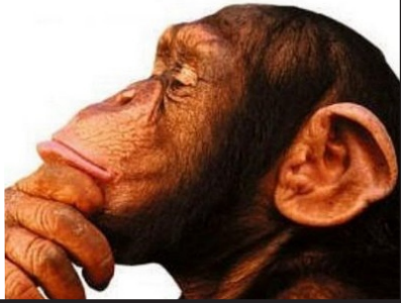
Hoje, escolha uma atividade cotidiana e realize-a com presença. Não para impressionar alguém nem provar que você é capaz, mas porque aquilo merece seu cuidado. Pergunte-se: o que posso melhorar sem transformar essa tarefa em um peso?

Talvez seja organizar melhor o tempo, ouvir com mais atenção, concluir o que começou ou respeitar o próprio descanso. Excelência não é fazer tudo, saber tudo ou nunca falhar. É colocar intenção naquilo que fazemos e responsabilidade naquilo que entregamos. Cuidar é perceber detalhes sem perder de vista o sentido do que fazemos. A excelência se revela menos nos grandes discursos e mais na constância dos pequenos gestos que sustentam a confiança, a qualidade e o respeito. A perfeição nos paralisa diante de um padrão inalcançável; o cuidado nos movimenta, aproxima e humaniza. Quando compreendemos essa diferença, passamos a celebrar o progresso sem abandonar o desejo de crescer. Faça bem-feito, mas permita-se ser humano. É nesse equilíbrio que a excelência deixa de ser cobrança e se torna uma forma bonita de viver. Continue comigo no Instagram @sinarodriguestreinamentos. Lá, seguimos semeando o bem viver. Até nosso próximo encontro, com mais uma semente de inspiração.

Sinara Rodrigues
Palestrante, escritora, mentora e gestora de projetos, dedicada ao desenvolvimento humano e ao Terceiro Setor. Por meio de consultoria, mentoria e treinamentos, une gestão e propósito para transformar pessoas e organizações.



A gente cresce diminuindo o ego e não as pessoas.



Aprenda Xadrez



Registro de Francisco Andrade Correia, aluno do 3º ano do Colégio Sant' Ana estudando e jogando uma partida de xadrez com o instrutor do Cepex, Marcus Elisio Silva. Interessados em estudar iniciação, intermediário ou avançado entrar em contato com o celular (37)99820194

Foi pedido em casamento

O personal stylist Leandro Ruas surpreendeu o jornalista Mateus Reis durante um jantar intimista onde acontecia o Halloween MateLeo, idealizado por Ruas, a comemoração contou com um seleto grupo de amigos que tiveram envolvimento direto no romance do casal! O pedido de casamento foi exibido em tempo real numa live onde o mágico Ilusionista Mister John fazia uma apresentação especial! Na ocasião Leandro disse que

iria fazer um número e neste momento iniciou a leitura de uma carta aberta do relacionamento de quase 2 anos, e fez o pedido, a surpresa emocionou a todos e em seguida Ruas pediu a mão de Reis em casamento num momento de grande emoção! Desta forma foi oficializado o noivado! Os noivos estão muito felizes e apaixonados um pelo outro!



Mateus Reis e Leandro Ruas



O mágico Mister John, Ana Flávia Mello, David Geraldo, Amélia Cristina e Ethese Santos ao lado do casal Leandro Ruas e Mateus Reis

ASSINE O NOSSO jornal

ENTRE EM CONTATO PELO WHATSAPP
37 99118.3000



AQUI SUA MARCA GANHA DESTAQUE!

O JORNAL SOCIAL VENDE, CREDIBILIDADE, INFLUENCIA E CONECTA PESSOAS.

ANUNCIE AQUI: 37 99118.3000

JORNAL SOCIAL
LUIZ PARREIRAS

UMA SOCIEDADE SE TORNA GRANDIOSA QUANDO HOMENS PLANTAM ÁRVORES CUJA SOMBRA ELES SABEM QUE NUNCA VÃO SENTAR.

JORNAL SOCIAL
Luiz Parreiras

CONTABILIDADE
ITAÚNA
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



Valéria
cabeleireiro

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



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

Veículos

Carro a combustão, híbrido ou elétrico: qual é a melhor opção?

Na hora de trocar de carro, uma dúvida tem se tornado cada vez mais comum: vale mais a pena comprar um veículo a combustão, híbrido ou totalmente elétrico? O setor automotivo passa por constantes transformações, e as novas tecnologias prometem economia, melhor desempenho e menor impacto ambiental. No entanto, cada tipo de motorização apresenta vantagens e desvantagens que devem ser consideradas antes da compra.

Os carros a combustão ainda são os mais comuns no Brasil e em boa parte do mundo, principalmente pela ampla rede de abastecimento, pelo custo de aquisição geralmente mais baixo e pela experiência já conhecida pelos consumidores. Por outro lado, os modelos híbridos e elétricos vêm ganhando espaço, impulsionados pelos avanços tecnológicos e pela busca por alternativas mais eficientes e sustentáveis.

Mas, afinal, quais são as diferenças entre essas tecnologias e qual delas atende melhor às necessidades de cada motorista?

Carros a combustão: tradição e praticidade

Os veículos a combustão utilizam combustíveis como gasolina, etanol ou diesel para gerar a energia necessária à movimentação. Nos motores convencionais, a queima do combustível dentro dos cilindros produz a força que movimenta os pistões. Esse movimento é transformado em rotação e é transmitido às rodas por meio do sistema de transmissão.

Entre as principais vantagens estão a facilidade de abastecimento, a autonomia para viagens longas sem a necessidade de paradas para recarga, o custo de compra geralmente mais acessível e a ampla disponibilidade de oficinas e peças de reposição. Além disso, muitos motoristas valorizam a experiência tradicional de condução, com trocas de marchas e o ronco característico do motor.

Por outro lado, esses veículos apresentam menor eficiência energética, pois uma parcela significativa da energia do combustível é dissipada em forma de calor. Também emitem gases poluentes durante o funcionamento e exigem manutenções periódicas, como trocas de óleo, filtros, velas e correias, conforme as características de cada modelo.

Foi justamente diante dessas limita-

ções que outras tecnologias ganham força, buscando aproveitar melhor a energia e reduzir o consumo de combustível. Entre elas estão os veículos elétricos e os diferentes tipos de híbridos.

Carros elétricos (EV ou BEV): eficiência e tecnologia

Os veículos elétricos são uma das principais apostas da indústria automotiva para o futuro. Apesar de parecerem uma novidade, essa tecnologia tem uma longa história. Em 1888, o alemão Andreas Flocken desenvolveu o Flocken Elektrowagen, considerado um dos primeiros automóveis elétricos.

A principal diferença em relação aos veículos a combustão está na fonte de energia. Em vez de queimar combustível para movimentar os pistões, o carro elétrico utiliza a energia armazenada em baterias para alimentar um ou mais motores elétricos. Essa configuração permite uma construção mecânica mais simples, maior eficiência energética e entrega imediata de torque, proporcionando respostas rápidas nas acelerações. Outra vantagem é a ausência de emissões de gases pelo escapamento durante a condução. Entretanto, a autonomia, o tempo de recarga, o acesso a pontos de carregamento e o preço de aquisição ainda são fatores importantes na decisão de compra. Também é necessário considerar o custo de substituição da bateria, caso isso se torne necessário ao longo da vida útil do veículo.

A sigla BEV significa Battery Electric Vehicle, enquanto EV é uma expressão mais ampla para veículos elétricos.

Híbridos Leves (MHEV): uma ajuda ao motor a combustão

Os híbridos leves, conhecidos pela sigla MHEV (Mild Hybrid Electric Vehicle), representam uma forma mais simples de eletrificação.

Nesses veículos, o motor elétrico não consegue movimentar o carro sozinho. Sua função é auxiliar o motor a combustão em situações como arrancadas e retomadas, além de contribuir para o funcionamento de sistemas auxiliares e para a redução do consumo.

Normalmente, esses modelos utilizam sistemas elétricos de 12 ou 48 volts e contam com um gerador que desempenha funções semelhantes às do alternador e do motor de par-

tida convencionais.

A principal vantagem é a possibilidade de melhorar a eficiência sem exigir grandes mudanças na rotina do motorista. Por outro lado, a economia costuma ser mais limitada quando comparada à de sistemas híbridos mais completos, e não existe a possibilidade de rodar utilizando exclusivamente o motor elétrico.

Híbridos Convencionais (HEV): dois motores trabalhando juntos

Os híbridos convencionais, identificados pela sigla HEV (Hybrid Electric Vehicle), combinam um motor a combustão com um ou mais motores elétricos.

Dependendo do projeto, esses sistemas permitem que os motores funcionem separadamente ou em conjunto, conforme as condições de condução. Em determinadas situações, o veículo pode se movimentar apenas com o motor elétrico, principalmente em baixas velocidades e por distâncias limitadas.

A bateria é recarregada pelo próprio sistema do veículo, por meio do motor a combustão e da recuperação de energia durante as desacelerações e frenagens. Por isso, não é necessário conectar o carro a uma tomada.

A principal vantagem está na redução do consumo, especialmente no trânsito urbano, quando o sistema consegue aproveitar melhor a energia recuperada e o funcionamento do motor elétrico.

A limitação é que a autonomia exclusivamente elétrica costuma ser reduzida, e o veículo continua dependendo do combustível para percorrer a maior parte das distâncias.

Híbridos Plug-in (PHEV): mais autonomia elétrica

Os híbridos plug-in, conhecidos como PHEV (Plug-in Hybrid Electric Vehicle), também combinam motores elétricos e a combustão, mas contam com uma bateria de maior capacidade, que pode ser recarregada em uma tomada ou estação de carregamento.

Dependendo do modelo, a autonomia no modo totalmente elétrico pode variar aproximadamente entre 30 e 100 quilômetros ou até mais em alguns veículos.

Para quem percorre distâncias curtas diariamente e dispõe de um ponto de recarga, essa tecnologia permite realizar boa parte dos deslocamentos cotidianos sem consumir combustível.

Quando a carga da bateria diminui, o sistema pode utilizar o motor a combustão, mantendo a versatilidade para viagens mais longas.

A principal vantagem é combinar o uso elétrico no dia a dia com a autonomia proporcionada pelo combustível. Entretanto, o preço de aquisição tende a ser mais elevado, e os melhores resultados de consumo dependem de recargas frequentes e do uso adequado do sistema.

Híbridos de Autonomia Estendida (REEV ou EREV): tração elétrica com apoio de um gerador

Os veículos conhecidos como REEV ou EREV (Range Extended Electric Vehicle ou Extended Range Electric Vehicle) utilizam o motor elétrico para movimentar as rodas.

Nesse sistema, o motor a combustão atua como gerador de energia, produzindo eletricidade para alimentar o sistema elétrico ou recarregar a bateria quando necessário. Ele não é responsável pela tração direta das rodas.

Na prática, o motorista tem uma experiência de condução semelhante à de um carro elétrico, mas com a possibilidade de ampliar a autonomia total por meio do combustível utilizado pelo gerador.

Essa configuração pode ser interessante para quem busca as características de condução de um elétrico, mas deseja reduzir a preocupação com a autonomia em viagens longas.

Super-híbridos: uma alternativa que combina diferentes tecnologias

O termo super-híbrido não corresponde a uma classificação técnica padronizada, mas é utilizado comercialmente por algumas fabricantes para destacar veículos híbridos que priorizam o funcionamento elétrico e oferecem elevada autonomia.

É o caso de determinados modelos da BYD, como os equipados com a tecnologia DM-i, que combinam uma bateria recarregável externamente com um motor a combustão e sistemas elétricos de propulsão.

A proposta é reunir características dos carros elétricos e dos híbridos plug-in, oferecendo flexibilidade para diferentes situações de uso. Entretanto, o funcionamento exato varia conforme a tecnologia adotada em cada veículo, e nem todo super-híbrido utiliza o mesmo sistema de tração.

**Afinal, qual tecnologia escolher?**

Com tantas opções disponíveis, a melhor escolha depende principalmente do perfil de utilização do veículo, da distância percorrida diariamente, da possibilidade de recarga e do orçamento disponível.

Quem procura um carro com abastecimento rápido, ampla infraestrutura e facilidade para viagens longas pode continuar encontrando nos modelos a combustão uma opção adequada.

Para quem deseja reduzir o consumo sem depender de tomadas, os híbridos convencionais (HEV) podem ser uma alternativa interessante. Já os híbridos leves (MHEV) oferecem um ganho de eficiência mais discreto, enquanto os híbridos plug-in (PHEV) podem atender muito bem quem percorre distâncias curtas diariamente e tem acesso à recarga.

Os veículos elétricos são especialmente interessantes para quem dispõe de estrutura para carregamento e deseja aproveitar a maior eficiência do motor elétrico. Por sua vez, os

modelos de autonomia estendida (EREV) podem atender quem busca uma experiência de condução elétrica com maior flexibilidade para viagens.

Os super-híbridos também entram nessa disputa, oferecendo diferentes combinações entre propulsão elétrica e combustão. Antes de decidir, é importante avaliar não apenas o preço de compra, mas também o consumo, os custos de manutenção, o seguro, a infraestrutura disponível e o tipo de trajeto realizado com maior frequência.

A evolução da indústria automotiva trouxe novas possibilidades, mas não existe uma tecnologia ideal para todos. A melhor escolha será aquela que oferecer o equilíbrio entre economia, praticidade, desempenho e custo total de utilização de acordo com as necessidades de cada motorista.

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

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

37 3242-1940
atendimento@pedranegraseseguros.com.br

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

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 período de 31 de outubro a 06 de novembro reúne grandes marcos que mudaram os rumos da religião, da política mundial, da ciência e da história do Brasil.

31 de outubro

1517 (Reforma Protestante): Martinho Lutero fixou suas 95 Teses na porta da Igreja do Castelo de Wittenberg, na Alemanha, contestando práticas da Igreja Católica (como a venda de indulgências) iniciando a Reforma Protestante.

1996 (Tragédia no Brasil): O voo TAM 402 caiu logo após decolar do Aeroporto de Congonhas, em São Paulo, matando 99 pessoas.

2010 (Política Brasileira): Dilma Rousseff foi eleita a primeira mulher presidente do Brasil.

01 de novembro

1512 (Arte Mundial): O teto da Capela Sistina, pintado por Michelangelo, foi exibido ao público pela primeira vez.

1993 (União Europeia): Entrou oficialmente em vigor o Tratado de Maastricht, criando a União Europeia formalmente.

02 de novembro

1920 (Comunicação): A rádio KDKA de Pittsburgh, nos EUA, realizou a primeira transmissão comercial de rádio do mundo, cobrindo os resultados das eleições presidenciais americanas.

2008 (Esporte): Lewis Hamilton conquistou seu primeiro título mundial de Fórmula 1 em um final histórico e dramático no Grande Prêmio do Brasil, em Interlagos.

03 de novembro

1930 (Política Brasileira): Chegou ao fim a Revolução de 1930. Getúlio Vargas assumiu a chefia do Governo Provisório, encerrando o período conhecido como República Velha.

1957 (Corrida Espacial): A União Soviética lançou ao espaço a nave Sputnik 2 carregando a cadela Laika, o primeiro ser vivo a orbitar a Terra.

04 de novembro

1946 (Global): Foi oficialmente fundada a Organização das Nações Unidas

para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO).

05 de novembro

1982 (Infraestrutura): Foi inaugurada a Usina Hidrelétrica de Itaipu, na fronteira entre o Brasil e o Paraguai, que por muitos anos ostentou o título de maior hidrelétrica do mundo.

2015 (Tragédia Ambiental): Aconteceu o Rompimento da barragem de Mariana (MG), operada pela Samarco. O desastre causou 19 mortes e

despejou milhões de metros cúbicos de lama tóxica no Rio Doce, configurando um dos maiores desastres ambientais da história do Brasil.

2021 (Luto na Música): A cantora brasileira Marília Mendonça faleceu aos 26 anos de idade, vítima de uma queda de avião em Piedade de Caratinga, Minas Gerais.

Aniversariantes da Semana

31/10
Clécio Camargos
Daiana Rose
Magda Andrade Fonseca
Michelle Cristina de Oliveira
01/11
Karina Chitarra
Telma Martins do Amaral
Bodas Inácio Campos Cordeiro e Ana Maria Parreiras Campos 1986
02/11
Camila França
Guilherme Soares
Marco Antônio Carneiro Guimarães
Nádia Camargos
Telma Silveira
03/11
Alan Soares Guimarães
Eliane Nogueira

Elizabeth Coutinho
04/11
Antônio Carlos Oliveira
Humberto Máximo
Jordana Diniz
05/11
Selma Maria
Sílvia Ferreira
Dra. Suzana Brêtas
06/11
Alice Costa Fonseca
Laís Fonseca
Maria Lúcia Gontijo
Renata Assunção

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

Nova Idade



Quem completou mais um ano de vida no último dia 28 de outubro foi a socialite de Belo Horizonte, Luciana Summo que junto dos amigos, Priscila, Carol, Cláudio, Helma, Nádia, Veber, Fernanda, Hugo e Ricardo confraternizaram no espaço gourmet do tradicional Edifício Maleta no centro de Belo Horizonte que completou 80 anos de história.

Contribuição Manoel Bernardes



Verbalizando o Amor

Por Viviane Nogueira

Eu quero amar como nunca fui amada .
Tu sentes esse amor na alma.
Ele te inebrie com esse sentimento.
A gente se amará até o fim dos nossos dias!
Podes ver quão grandioso é o vosso amor?
Que eles o mundo inteiro. Possam amar intensamente.



MEC Idiomas agora tem curso de coreano gratuito e online

O MEC Idiomas agora oferece um curso de coreano gratuito e online para quem quer aprender uma nova língua sem sair de casa. A novidade chegou à plataforma do Ministério da Educação na sexta-feira (23/10) e inclui aulas do alfabeto hangul, exercícios de pronúncia, escrita e conversação.

O curso pode ser acessado pelo computador ou celular, no portal e aplicativo MEC Idiomas. As atividades são interativas, com vídeos, áudios e exercícios que permitem estudar no próprio ritmo, sem precisar acompanhar aulas ao vivo.

Para começar, basta acessar a plataforma com uma conta gov.br e selecionar o idioma coreano. A novidade amplia as opções gratuitas do MEC, que já oferece cursos de inglês e espanhol e soma mais de 774 mil matrículas ativas nessas duas línguas.

Curso ensina o alfabeto hangul

Um dos principais destaques do novo curso é o aprendizado do hangul, sistema de escrita utilizado na Coreia.

O alfabeto tem 24 letras básicas, sendo 14 consoantes e 10 vogais. Elas são combinadas em blocos para formar sílabas.

Na aba Letras, os estudantes podem ouvir a pronúncia de cada caractere, acompanhar a escrita e consultar a romanização, que representa os sons coreanos usando letras do alfabeto latino.

Os exercícios também ensinam a fazer os traços corretamente e ajudam a associar os sons às letras.

Aulas têm vídeos e conversação

Além do alfabeto, o curso gratuito de coreano oferece atividades voltadas para situações do cotidiano.

Em uma delas, o estudante acompanha um diálogo e escolhe a resposta mais adequada. A plataforma apresenta as alternativas em coreano, mostra a pronúncia e explica o significado das expressões.

Também é possível praticar a fala usando o microfone do celular ou computador. O aluno ouve uma frase e tenta repeti-la, mas pode continuar a aula mesmo quando não puder realizar a atividade oral.

As videoaulas apresentam palavras e expressões acompanhadas de tradução em português, pronúncia e legendas.

Como acessar o curso gratuito de coreano

Para começar a estudar, o interessado deve acessar o portal oficial do MEC Idiomas ou utilizar o aplicativo da plataforma.

O processo é simples:

1. Acesse o portal MEC Idiomas.
2. Entre com a conta gov.br.
3. Selecione o curso de coreano.
4. Comece as atividades de escrita, pronúncia e conversação.

O conteúdo pode ser acompanhado no ritmo de cada estudante, sem necessidade de participar de aulas ao vivo. A chegada do coreano amplia as possibilidades de aprendizado gratuito, especialmente para quem gosta de K-pop, dramas ou tem interesse na cultura sul-coreana.

Cenário de instabilidade: a voz da consciência e a força da união

Vivemos tempos de incerteza, em que a instabilidade bate à porta de cada empresário, de cada trabalhador, de cada cidadão que constrói o dia a dia da nossa comunidade. Mas é justamente nos momentos de crise que o verdadeiro papel do jornalismo e da comunicação se revela: não apenas informar sobre a tempestade, mas estender a mão para construir o abrigo.

Ontem, fiz questão de levar esse debate para o ar no programa. Mais do que isso, fiz chegar o áudio diretamente a quem tem a capilaridade e a força para transformar preocupação em ação: CDL, Ascind, Sicoob, SINDIMEI e todas as nossas entidades parceiras. Porque a instabilidade não se combate com o isolamento, mas com a rede de apoio fortalecida.

Deixo aqui o meu recado transparente e sem meias-palavras: se precisarem de mim para liderar ou somar forças em uma mobilização de conscientização, é só chamar. O microfone que tenho não é apenas um instrumento de transmissão, é uma ferramenta de união comunitária. A coluna no Jornal FOLHA também é espaço de solidariedade e ação conjunta.

E para que essa onda de conscientização e resiliência alcance cada canto estratégico da nossa sociedade, faço um pedido especial e urgente ao leitor, ao ouvinte e ao seguidor das redes sociais, por favor, leve essa comunicação e esse chamado à BNI, ao Conselho Comunitário de bairro, as reuniões, as conversas de fim de semana, ao Rotary e à Loja Maçonica. Precisamos que as lideranças empresariais, fraternalmente unidas, compreendam o momento e ajam juntas. A estabilidade não é um presente do acaso; ela é construída pela lucidez, pela prevenção e pelo trabalho coletivo. Seguimos firmes, porque a nossa voz é o primeiro passo para a solução.

Mário Debique
Jornalista, Radialista e Professor de Língua Portuguesa

Alcoólicos Anônimos

Grupo Alvorada

Uma autoridade final

“Para nosso propósito de grupo, há somente uma autoridade suprema – um Deus amantíssimo que Se manifesta em nossa consciência de grupo.”

Os doze Passos e as doze Tradições, segunda Tradição

“Quando sou escolhido para assumir algumas pequenas responsabilidades por meus companheiros, peço a Deus para dar-me paciência, mente aberta e boa vontade para ouvir aqueles a quem eu deva guiar.

Devo me lembrar de que sou um servidor de confiança para os outros, não sou “governador”, “professor” ou “instrutor”. Deus guia minhas palavras e minhas ações, e minha res-

Desde 16/08/74, salvando Vidas

pensabilidade é observar Suas sugestões.

Confiança é o meu lema, confio nos outros que lideram. Na Irmandade de A.A., eu confio a Deus a autoridade final para “dirigir o show”.
Fonte: Livro Reflexões Diárias de AA

10º passo

Continuamos fazendo o inventário pessoal e, quando estávamos errados, nós o admitíamos prontamente.

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



Sinta-se em casa

Macarrão Farfalle com Salmão Assado

Ingredientes:

400 g de salmão
300 g de macarrão farfalle
400 g de tomatinhos italianos
2 cebolas roxas
Muçarela de búfala a gosto
Manjeriço fresco
Azeite
Limão
Sal e pimenta-do-reino a gosto

meio e finalize com manjeriço fresco, mais um pouco de caldo de limão e azeite.

Contribuição Valéria Campos

Modo de preparo:

Retire a pele do salmão, corte em cubos, temperei com sal, pimenta-do-reino e limão e reserve.
Em um pirex, coloque os tomatinhos italianos cortados ao meio, a cebola roxa fatiada bem fininha, caldo de um limão e um fio de azeite. Leve ao forno preaquecido a 200 °C por aproximadamente 20 minutos. Enquanto isso, cozinhe o farfalle em água com sal até ficar ao dente. Retire o pirex do forno, acrescente o macarrão cozido, a muçarela de búfala cortada ao



PANIFICADORA EBENESER

Salgados por encomenda

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

VIP

VAREJÃO IRMÃOS PEREIRA

VERDURAS, FRUTAS E LEGUMES
DIRETO DO PRODUTOR

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

Frango NAVES

R. Arnaldo Lima, 17
(esquina com a R. 13 de Maio)
Piedade - Itaúna - MG
37 9 99934-8932

AÇOUGUE SERV BEM

AV. PLATINA, 303 - PADRE EUSTÁQUIO
ITAÚNA - MG - 37 3242.4434
37 9 9925.7443 / 37 9 9941.4171





Contato **037 99981-7606**



SEU SONHO AINDA MAIS ÚNICO E ESPECIAL!

PROJETOS QUE VÃO DESDE O CONVITE, ATÉ DETALHES QUE FAZEM A DIFERENÇA ANTES, DURANTE E DEPOIS DA FESTA.

CONHEÇA MAIS:
37 99123-6172
@bah.design_

B
BAH
DESIGN

Maria Parreiras comemora seus primeiros quatro anos de bem viver

No dia 18 de outubro a pequena Maria Parreiras celebrou seus 4 anos ao lado de sua família e amigos, em uma linda festa preparada pela mamãe Bárbara Parreiras, pelo papai Daniel Soares e pela vovó Luciene Parreiras. O tema esco-

lhido para a celebração foi A Pequena Sereia e teve uma identidade visual exclusiva que mergulhou a sereia Maria no mundo da Ariel e os outros personagens do filme, através do trabalho da mamãe Bárbara, que é especialista na área e atua

em diversos eventos criando identidades únicas e cheias de personalidade. Desejamos à Maria uma vida longa e feliz, cheia de motivos para sempre alegrar todos ao seu redor com seu sorriso e animação contagiantes!

Fotos de Guilherme Oliveira



Maria e o papai, Daniel Soares



Maria e a mamãe, Bárbara Parreiras



Maria e a vovó, Luciene Parreiras



Maria e a vovó, Eugenia Soares



Maria e a titia, Catharine Parreiras



Maria e a professora, Tia Luciana



As amiguinhas, Cecília, Catarina, Maria e Clara



Talita, Valéria Campos, Bárbara, Daniel, Tamires e Bernardo



especial ODONTOLOGIA E SAÚDE

Dia 25 de Outubro foi celebrado o Dia do Cirurgião-Dentista e o Dia Nacional da Saúde Bucal

Cuidar de sorrisos é promover saúde, autoestima e qualidade de vida!

Celebrar o dia do cirurgião-dentista não é apenas a comemoração de um título profissional, é reconhecer que essa profissão trata de cuidado, saúde, dedicação, responsabilidade e, não apenas transformar sorrisos. A escolha por essa profissão é uma jornada que exige disciplina, dedicação, e constante aprendizado. A odontologia tem avançado muito nos últimos anos devido à incorporação de novas tecnologias. Materiais e técnicas que tornam o tratamento menos invasivo oferecendo mais conforto, menos dor e mais qualidade de vida ao paciente. A conquista do diploma é apenas o primeiro passo. Ao ingressar no mercado de trabalho o cirurgião-dentista se depara com a realidade além do título. Desafios como investir em equipamentos, materiais e tecnologia, conquistar a confiança dos pacientes e o maior desafio de todos, dedicação e amor mesmo quando o esperado “não vem a galope”. Ao longo da minha trajetória, compreendi que ser cirurgião-dentista signi-

fica muito mais que dominar técnicas e realizar procedimentos. Significa ouvir, acolher, orientar e entender que cada paciente têm suas próprias necessidades e inseguranças. A confiança construída nessa relação é tão importante quanto o conhecimento técnico. Por muito tempo o acesso a tratamentos odontológicos era considerado por muitos, “artigo de luxo”, devido às limitações financeiras e, também por falta de acesso as informações básicas como, por exemplo, o uso da pasta dental, escovação correta, e a distância para chegar onde havia tratamento disponível. Hoje, felizmente contamos com diferentes possibilidades de atendimento. Em nossa cidade, temos os serviços odontológicos nas unidades de saúde, O Centro de Especialidades Odontológicas (CEO) e os consultórios e clínicas particulares. A saúde dos dentes vai além de sorriso. Responsável por aguçar os sentidos do nosso paladar, a falta de cuidado e higiene com a boca e os dentes, pode causar, ou

piorar problemas no coração, infecções respiratórias e até a osteoporose. A prevenção continua sendo importante para evitar que situações, simples se tornem mais sérias. É com essa visão que a **Cuidar Odontologia Moderna** desenvolve seu trabalho, unindo conhecimento, tecnologia, acolhimento e compromisso com cada paciente. Acreditamos que oferecer um tratamento de qualidade é também construir relações de confiança, incentivar a prevenção e proporcionar segurança a quem nos procura. Cada sorriso é único e merece atenção, respeito e cuidado. Neste, 25 de Outubro, sinto orgulho de fazer parte de uma profissão que nos desafia diariamente a aprender, evoluir e fazer a diferença na vida das pessoas. Conscientizar a população de que **Cuidar** do sorriso é uma necessidade de saúde, e não apenas uma questão de estética.

Porque cuidar de um sorriso é cuidar de uma vida!

Dra. Ana Gleice Santos
Cirurgiã-Dentista
Cuidar Odontologia Moderna





Cuidando da sua saúde bucal
Sorrisos saudáveis em todas as fases da vida.
Seu sorriso é a nossa prioridade!



Nossas especialidades

- Implantes
- Endodontia
- Cirurgias
- Limpeza
- Lentes de contato
- Clareamento
- Periodontia
- Ortodontia
- Odontopediatria
- Odontogeriatria
- Coroas e pontes
- Dentaduras
- Extração
- DTM
- Botox
- Harmonização facial

AGENDE SUA CONSULTA

**Endereço:**
Rua Melo Viana,
151 - Centro

**(37) 9 9182 4087**

**cuidarodontologia**