



PIEDADE DO RIO GRANDE

Instalação de quebra-molas, operação tapa-buracos e continuação das obras da ciclovia

8



SANTANA DO GARAMBÉU

Moradores já podem contar com o Ponto de Atendimento Eletrônico do Sicoob na cidade

11



SANTA RITA DE IBITIPOCA

IEF, BNDES e Prefeitura realizam reunião com as comunidades do entorno do Parque Estadual do Ibitipoca

5

Prazer em ler!

12 anos 2009-2021 novamídia



IBERTIOGA - MG - Ano XII - Nº 144 - 28 de março de 2022 - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - Campo das Vertentes / Zona da Mata / Sul de Minas - 6.000 exemplares - @jornalnovamidia

REUNIÃO

Pelo fortalecimento do Hospital de Ibertioga

O prefeito de Ibertioga, Ricardo Pires, recebeu no início de março autoridades de cidades vizinhas para conversar sobre formas de ampliar os atendimentos do Hospital Monumento às Mães. Durante o encontro foi discutida a possibilidade de formação de um consórcio com o objetivo de fortalecer o Hospital de Ibertioga para que o mesmo possa servir aos outros municípios envolvidos, melhorando o atendimento e desafogando a rede hospitalar de Barbacena.



Foto: DIVULGAÇÃO

Foto: VIVIANE ARAUJO / ARQUIVO

PÁGINA 7

VIDA SAUDÁVEL

Os benefícios da banana: fruta ajuda a dormir melhor e é boa para a pele



A banana oferece muitos benefícios para a saúde. Por ser rica em carboidrato e potássio, fornece energia ao organismo e ajuda no funcionamento muscular, regula o humor, o sono, e até mesmo as funções cognitivas do nosso corpo.

Foto: DIVULGAÇÃO

12

UTI NEO NATAL da Santa Casa de Barbacena completa 20 anos

2

Passeio Ciclístico de Ibertioga até Santa Rita tem nova data: 10 de abril

7

PECADO DA GULA: receita deliciosa de Salada de Bacalhau com Batata

13

AUTOMANIA: dicas para evitar problemas com o câmbio automático

15

JOMAPP

Soluções para o homem do campo
(32)3331-7082

ASSISTÊNCIA TÉCNICA 24 HORAS

Ordeneiras - Resfriadores de Leite - Implementos Agrícolas - Aquecedores Solares

DEPARTAMENTO DE VENDAS JOÃO BOSCO (32) 99983-8500	PÓS VENDA PRISCILA (32) 99914-8209	ASSISTÊNCIA TÉCNICA (32) 99916-8320 (32) 99922-2362
---	--	---

ACOMPANHE JOMAPP NAS REDES SOCIAIS

f Jomapp i jomappbq

Rua Dr. Cláudio, 45 - Boa Morte - Barbacena - MG

GOSTARIA DE SABER SE ESTÁ IMUNE AO COVID-19?

*PÓS-INFEÇÃO
*PÓS-VACINAÇÃO

DETECÇÃO DE ANTICORPOS DAS VARIANTES DO BRASIL, CHINA, REINO UNIDO E JAPÃO.

NOVIDADE! JÁ REALIZAMOS OS TESTES PARA DETECTAR OS ANTICORPOS NEUTRALIZANTES PARA O COVID!

INFORMAÇÕES: (32) 3332-1165/3051-1143
WHATSAPP: (32) 99195-8244/99148-0953

Sta. Terezinha
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS
REFERÊNCIA EM ATENDIMENTO E CONTROLE DE QUALIDADE

www.laboratóriosantaterezinha.com.br 35ANOS



INTO, O CENTRO DE ATENDIMENTO ORTOPÉDICO E REUMATOLÓGICO DE BARBACENA E REGIÃO





* Doutora em Estudos Literários / UFMG

Do Direito Internacional Público - DIP: diálogo com Alain Pellet, em tempos de guerra

Arthur Henrique Viana, Carmen Losano,
João Lucas de Almeida e Patrícia Francisco.

A humanidade tem se mostrado perplexa ante a fúria de Vladimir Putin, presidente da Rússia, contra a Ucrânia, país vizinho, cujo presidente, Volodimir Zelensky, flertou com a Otan - Organização do Tratado do Atlântico Norte, aliança militar liderada por ninguém mais que os Estados Unidos. Ao provocar o Kremlin, a pequena Ucrânia vem sofrendo ataques de toda ordem, inclusive atingindo milhares de civis, hoje refugiados de guerra em outros países da Europa oriental. Nesse contexto, ressurgiu o debate acerca da eficácia do Direito Internacional.

Alain Pellet, em sua obra "Direito Internacional Público" (2003), traz posicionamentos acerca da natureza do DIP, estabelecendo uma interface entre a teoria negadora do Direito Internacional e a existência (e positividade) dessa ciência. A teoria negadora tem por base as ideias de Hobbes e de Espinosa - que, aplicadas à História Mundial, repleta de guerras e violações aos acordos realizados entre Estados, criam a impressão de que não há direito que se estabeleça em âmbito internacional. Trata-se de uma visão realista das relações internacionais.

Adeptos dessa teoria entendem que as regras do Direito Internacional seriam desprovidas de caráter jurídico, podendo ser acolhidas ou não, fato que contribui para a compreensão da sociedade internacional como uma sociedade anárquica. Outros entendem, ainda, que o Direito Internacional não é nada mais que um "direito público externo", como mero aspecto do direito constitucional de cada Estado.

Em contraposição a esses argumentos, verifica-se a positividade do DIP, pela forma como os Estados se subordinam às suas normas, inclusive considerando-as em seus textos constitucionais. Ademais, os debates diplomáticos são fundamentados nessas mesmas normas, já conhecidas por chefes de Estado e plenipotenciários, representantes do Executivo em negociações de âmbito internacional.

Considera-se, ainda, a participação dos Estados em organizações internacionais, bem como no próprio sistema da Organização das Nações Unidas - ONU. A própria atuação da ONU perante os fatos que perturbam a humanidade - desde conflitos de ordem comercial, até guerras e perseguições políticas, por exemplo - aponta para um amplo reconhecimento do Direito Internacional a administrar o mundo em que vivemos.

Resta-nos, agora, acompanhar os fatos, na tentativa de compreender como a ONU e outros organismos internacionais poderão interferir no conflito, a fim de apaziguar os ânimos exaltados dos líderes dos países soviéticos envolvidos - evitando-se, assim, um possível ingresso dos Estados Unidos nessa luta armada, o que resultaria numa guerra nuclear. Nesse sentido, o Direito Internacional, mais do que uma disciplina, ou um vasto campo do conhecimento humano aplicável ao sistema internacional, constitui-se como um instrumento de paz - e, quiçá, da preservação da vida no planeta.

BARBACENA

UTI NEO NATAL da Santa Casa de Barbacena completa 20 anos

Em 2022, a Santa Casa de Misericórdia de Barbacena tem um motivo muito especial para celebrar: dia 17, sua UTI Neonatal completou 20 anos de serviço assistencial a seres tão pequeninos, como são os bebês prematuros. Atendendo também crianças com até 12 anos, que necessitam de tratamento em unidade intensiva. A implantação da UTI foi uma grande conquista para todo o sistema de saúde dos 51 municípios que integram a Macrorregião Centro Sul, uma vez que a Santa Casa é referência para estas cidades na linha de cuidados materno/infantil.

A UTI Neonatal é composta por 10 leitos, destes 8 são para atendimento aos bebês prematuros e 2 para cuidados pediátricos, aquelas crianças com até 12 anos de idade. A equipe é composta de forma multidisciplinar, ofertando profissionais nas mais diversas linhas do cuidado, desde assistência, higienização, administrativo e outros. A unidade tem na coordenação médica a Dra. Nydia; na Equipe de Enfermagem a enfermeira



Foto: DIVULGAÇÃO

Andreza Silva; e a equipe de Fisioterapia é coordenada por Juliana Elisa.

Vários outros serviços estão envolvidos diretamente a unidade de UTI Neonatal, em benefício principalmente do prematuro: o Método Mãe Canguru, o Banco de Leite Humano e a Casa da Gestante.

Com o surgimento da UTI Neonatal, além de trazer maior tranquilidade para os pais, pois os filhos passaram a ter um tratamento mais intensivo específico; também conseguiu

reduzir significativamente a taxa de mortalidade dos prematuros, índice este que é abaixo da meta estabelecida, demonstrando positividade na atualidade, sendo resultado de um trabalho sério desenvolvido pela Santa Casa e a dedicação de todos os profissionais que na unidade atuam.

A implantação aconteceu em 1998, quando foi elaborado um projeto a pedido de Dom Luciano, arcebispo da Arquidiocese de Mariana à época, para a solicitação de uma verba para a Santa Casa. A Confe-

deração das Misericórdias do Brasil junto com o Banco Interamericano tinham uma verba específica, mas que não poderia ser direcionada apenas para uma Santa Casa.

Como a redução da mortalidade materno-infantil sempre foi uma meta do Ministério da Saúde a ser trabalhada, o Banco Interamericano e as Misericórdias fizeram um projeto piloto que beneficiaria cinco cidades do Brasil. E Dom Luciano conseguiu incluir a Santa Casa de Misericórdia de Barbacena. O Projeto era diminuir a taxa de mortalidade materno/infantil e a Santa Casa foi contemplada com o recurso. A aplicação do pleito deferido foi utilizado para a Construção da UTI Neonatal, melhorias na obstetrícia e ainda para capacitação da equipe assistencial. O projeto iniciou em 1998 e a UTI Neo foi inaugurada em março de 2002. À frente de toda a implantação esteve como condutora a pediatra Dra. Maria Crisithina Moreira Rocha, entre outros coparticipantes e apoiadores.

Texto: Jornalista Márcio Cleber

Confirmada programação religiosa do Jubileu de São José. Eventos externos somente em 2023

Foi confirmada a programação religiosa, em formato presencial com transmissão online, da 58ª edição do Jubileu de São José Operário. Porém, a programação externa com movimento de barracas e parques ficou para 2023.

Em nota, a Prefeitura de Barbacena informou que "em reuniões após a posse do novo pároco, Padre Marcos,

considerando a necessidade de um novo formato para as festividades, bem como a criação de uma comissão formada por representantes da paróquia, moradores e órgãos públicos, a paróquia realizará as atividades religiosas". O planejamento para um novo formato em 2023 já está em curso.

Fonte: barbacenaonline



Foto: DIVULGAÇÃO

JORNAL
novamídia

O Jornal Novamídia é uma publicação de PMV Comunicação Visual Ltda. CNPJ 11.930.342/0001-27 - Ibertioga - MG

Filiado ao SINDIURI - Sindicato dos Proprietários de Jornais, Revistas e Similares do Estado de Minas Gerais

Diretora administrativa e comercial: Viviane Resende de Araújo

Editor / Designer gráfico: Paulo Roberto Lemos

Colaboradores: Carmen Losano, Nelson Xavier, J. Marcos e Zazaga

Tiragem mensal: 6.000 exemplares - Distribuição gratuita

Impressão:



Circulação nas cidades: Ibertioga, Barbacena, Antônio Carlos, Bias Fortes, Santa Rita de Ibitipoca, Conceição de Ibitipoca, Santana do Garambéu, Piedade do Rio Grande, Madre de Deus de Minas, São Vicente de Minas, Andrelândia, Barroso, Dolores de Campos, Prados, Tiradentes, Santa Cruz de Minas, São João del-Rei, Coronel Xavier Chaves, Alfredo Vasconcelos, Ressaquinha, Desterro do Melo, Senhora dos Remédios, Alto Rio Doce, Cipotânea, Santa Bárbara do Tugúrio, Paiva, Aracitaba, Oliveira Fortes e Mercês.

Onde encontrar: Prefeituras e Câmaras Municipais, Associações e Entidades de Classe, Sindicatos, Clínicas e Consultórios, Farmácias, Supermercados, Restaurantes, Pousadas, Hotéis e em todos os anunciantes desta edição.

Endereço para correspondência:

Rua Abalém Jorge Sad, 60/102 - Bairro São Geraldo - CEP 36200-358 - Barbacena - MG

TELS.: (32) 99983-1612 / 98411-8966 / 99857-4901

Email: redacao@jornalnovamidia.com.br - publicidade@jornalnovamidia.com.br - Site: www.jornalnovamidia.com.br

O Jornal Novamídia não se responsabiliza por conceitos emitidos em artigos assinados por seus colaboradores.

YOLANDA ÓTICA

Um novo ponto de vista

Tel.: 3331-2667

Rua Norma Stefani, 43 (atrás do Fórum) - Centro - Barbacena - MG

PAPELARIA Bernadete

(32) 3331-7705
3331-7024

papelariabernadete@yahoo.com.br 99902-4937

BARBACENA - MG

FAZENDA&CIA

AGROPECUÁRIA E PET SHOP

Rações, insumos e medicamentos para grandes e pequenos animais
ENTREGAMOS EM TODA A REGIÃO

(32) 3346-1279 / (32) 99818-1888

agrofazendaecia@gmail.com

Rua Prefeito Jorge Rettore, 99 - Centro - Antônio Carlos - MG

Armarinho & Confecções JUNQUEIRA

AVIAMENTOS - CALÇADOS - PAPELARIA
ARTIGOS P/ VESTUÁRIO - PRESENTES EM GERAL

Tel.: (32) 3346-1352

Praça Major Neca Andrade, 93 - Centro - Antônio Carlos - MG

BARBACENA

Deputado Doorgal Andrada ressalta trabalho em defesa do consumidor

Na semana de 14 a 20 de março, o comércio explorou a chamada “semana do consumidor”, com ofertas de preço e prazo em diversos produtos e serviços, tanto nas lojas físicas quanto nas virtuais. Isso se deve à comemoração do Dia do Consumidor, em 15 de março, que se transforma em oportunidade para aumentar as vendas. Para o deputado estadual barbacenense Doorgal Andrada, porém, a data deve servir também para uma reflexão a respeito das relações de consumo.

Doorgal é vice-presidente da Comissão de Defesa do Consumidor e do Contribuinte da Assembleia Legislativa de Minas Gerais, na qual vem trabalhando para fortalecer a legislação de defesa do cidadão frente a fraudes ou abusos. “A lei reconhece que o consumidor é o lado mais vulnerável de uma relação de consumo e, no mundo todo, o que se busca é assegurar a devida proteção para as negociações de produtos e serviços”, conta o deputado.

Para Doorgal, essa missão não pode virar uma “caça às bruxas”, como se empresas e empresários quisessem lesar o con-



Foto: DIVULGAÇÃO/ARQUIVO

sumidor, o que está muito longe de ser a prática da esmagadora maioria dos empreendedores. “A lei deve proteger o cidadão quando ele adquire um produto com defeito, por exemplo, mas sempre admitindo que a venda foi feita de boa-fé, o que também é um princípio da legislação”, esclarece.

No trabalho da comissão, o deputado barbacenense destaca, por exemplo, a análise e discussão de proposições de lei que visam a coibir o abuso de grandes empresas dos setores financeiro e de telecomunicações. “Trabalhamos, entre outros casos, sobre o direito à informação em

caso de negativo de crédito e, também, para conter o excesso de contatos via telemarketing, que se torna importunação sobretudo nos finais de semana”, cita Doorgal.

Para ele, são exatamente o comércio e as comunicações virtuais que demandam maior atenção e regulamentação no momento. “Este é o novo desafio que temos, já que a inovação sempre traz avanços, mas, também, novos problemas que devem ser tratados e regulados, de maneira que o cidadão esteja sempre protegido da melhor maneira possível”, finaliza o deputado.

DORES DE CAMPOS

Futshare

DEM AÍ COPA DORENSE

FUTEBOL AMADOR 2022

Sofisticação e Elegância

RITHO

RUA XV DE NOVEMBRO, 126,
LOJA 09,
GALERIA JARDIM LUZ
CENTRO, BARBACENA - MG

☎ (32) 99135-1375

**Vai construir ou reformar?
Aqui é o lugar certo!**

Casa Moreira
ACABAMENTOS

Av. Gov. Bias Fortes, 1.630 - Pontilhão (em frente ao Terminal Rodoviário) - Barbacena - MG

TELS.: (32) 3362-7620 / 3333-3177

É FÁCIL ANUNCIAR

☎ (32) 99983.1612 / 98888.4633



Um presente da minha esposa

Estava eu de quarentena me recuperando de COVID-19, portanto com tempo disponível, e resolvi procurar em antigos papéis com escritos que fiz há muitos anos sobre pescarias. No meio destes encontrei uma carta depoimento que a Fatinha me deu junto com um molinete em um meu aniversário. Eis a carta na íntegra:

DESABAFO DE UMA SOFREDORA

Em 1969, quando conheci o ZAZAGA, jamais pensei de ter de dividi-lo com a pesca, seu segundo amor, isto se eu ainda for o primeiro. A primeira vez que fomos nos divertir em uma praia em Maratáizes, no Espírito Santo, levamos uma varinha velha ultrapassada no porta malas do carro. O que eu não poderia imaginar é que atrás desta varinha tão inocente, viriam outras muito mais sofisticadas e caras. Telescópias de carbono IM7,

acompanhadas de carretilhas Shimano, motores de barco de vários HP, iscas e mais iscas importadas a perder de vista. E por falar de iscas ainda prefiro as artificiais. Pelo menos não tenho que dividir a geladeira com camarões quase podres, minhocas à milanesa e tripas de galinha. Um verdadeiro horror. As tralhas de pesca ocupam cada vez mais espaço na casa, na bagagem de férias e na minha vida. Para o ZAZAGA é simplesmente irresistível não adquirir as últimas novidades do mercado. Os gastos exorbitantes com equipamentos que, segundo ele, são indispensáveis me deixam enlouquecida. Aí ele tem a genial ideia de introduzir novas aquisições no seu arsenal escondido da esposa megera, e camuflar o canhoto do talão de cheque com uma criatividade de fazer inveja. Mas nem todo crime é perfeito e às vezes a casa cai. O mais hilário é o seu semblante irradiante ao receber

um telefonema de um amigo pescador. Pode falar sem censura de tucunaré, robalo, lambaris, piau e dourados, pescarias e afins, e ser correspondido do outro lado, leva o meu marido a um êxtase indistigável. O pior é que após os telefonemas, geralmente sou comunicada que ficarei mais um fim de semana em banho-maria pois surgiu aquela pescaria simplesmente imperdível que ele tanto esperava. Só me resta ajudar nos lanches e encher as famosas carretilhas. Bem, não há mais porque chorar sobre o leite derramado. No começo me desesperei e fui até às lágrimas. Já me conformei. Apesar da pesca, ele tem as suas qualidades. E afinal, como tudo na vida tem o seu lado bom, a cada pescaria tenho de volta um marido mais feliz, realizado, sereno e bem humorado. Parabéns ZAZAGA pelo seu aniversário e receba este presente da sua companheira FATINHA.

A lua... a grande culpada

Sempre que compramos algum material de pesca, levamos para casa aqueles conhecidos calendários de pesca com indicação das fases da lua.

Muita gente guarda na carteira e sempre consulta estes calendários na hora de programar uma pescaria. Normalmente estes calendários marcam as luas cheias, novas, crescentes e minguantes como: Ótima, Neutra, Boa e Regular. Segundo estes calendários a lua ruim não existe. Como então explicar aquelas pescarias que quebramos a cara e voltamos para casa "argolados", como se diz na gíria!

No fim de semana prolongado que passou, fui obrigado a chegar à conclusão que a grande culpada por uma péssima pescaria é, de fato, a Lua. Depois de ficar quase duas semanas sem pescar, o que para mim é um enorme sacrifício, resolvi a pedido do Maurício Viol, acompanhá-lo em uma pescaria no nosso rancho em Ribeirão Vermelho.

Tralha arrumada, rumamos ainda de madrugada para o nosso destino. Chegando à beira do barranco, começamos a preparação do barco com a ajuda do Timóteo, um pescador da cidade que cuida do nosso barco e faz o duro trabalho de colocar e tirar o motor de popa todos os dias. Nesta hora começa a interferência da Lua.

- Como está o rio hoje? - Pergunto.

A resposta veio imediata: - DEPENDE DA LUA.

- Você conseguiu algumas sardinhas para usarmos de iscas para os dourados?

- Não... a LUA estava muito clara e não deu para pegar nenhuma.

Tudo pronto, ligamos o motor e saímos rio abaixo até um poço perto de um bambuzal, onde o Timóteo cevou de véspera conforme havíamos combinado por telefone. As horas vão passando e nada de peixes. Depois de tanto insistir em pegar alguns piau, perguntei ao Maurício:

- Onde estão os peixes? Porque não aparecem?

A resposta veio novamente acusando a grande culpada.

- Acho que é a LUA que não deve ser muito boa! - disse ele com total conhecimento de causa.

À tarde o drama continua.

- Como tem permilongo!

- É a LUA.

Está começando a ventar, é a LUA, começa a chover, é a LUA, o volume de água do rio aumenta, é a LUA. Maldita LUA! À noite no rancho, cansado e a pescaria fracassada, fiquei meditando: A LUA foi a maior culpada pelo fracasso, pois ela interferiu em várias coisas que aconteceram na pescaria. Mas, enfim, devemos agradecer a Deus pois a terra só tem uma LUA.

Resignado fiquei pensando antes de cair no sono: "COITADOS DOS PESCADORES DE JÚPITER, LÁ EXISTEM TREZE LUAS PARA ATRAPALHAR SUAS PESCARIAS".



NELSON XAVIER - Pedagogo - xnelson10@yahoo.com.br

O bom e velho hábito de recomeçar

"Recomeçamos, pois, qualquer esforço com firmeza, lembrando-nos, todavia, de que tudo volta, menos a oportunidade esquecida, que será sempre uma perda real!" (EMMANUEL)



Errar – de propósito ou sem querer – fez e faz parte da trajetória humana. Como dizia o Mestre Galileu: "Quem tiver sem pecado que atire a primeira pedra!" E é sobre isso que quero conversar com vocês, meus diletos amigos leitores do Novamídia.

Como educador posso afirmar que os erros também fazem parte do processo de aprender. Quando vemos um bebê dando os seus primeiros passinhos, aceitamos normalmente quando ele cai, se levanta e tenta novamente andar. A vida é um eterno aprender a caminhar...

De alguma forma já fomos envolvidos por traições, golpes, mentiras e muitas outras formas de escolhas equivocadas; ou você nunca se arrependeu de algo que fez? Talvez naquela época, naquele momento, dentro daquelas circunstâncias – após analisar prós e contras – a sua escolha parecia a única ou melhor forma de tomar certa decisão; porém o tempo passa e inevitavelmente colhemos os frutos amargos das más escolhas, e, só aí, nos damos conta que aquela foi a pior decisão possível. Faço esses apontamentos de forma genérica, pois a afirmativa anterior se encaixa para qualquer área de decisão de nossas vidas: afetiva, intelectual, profissional, social, esportiva, religiosa. E está tudo bem, errar faz parte do processo de aprender.

Talvez, o maior problema esteja em se fixar no erro e não conseguir avançar. Quantas pessoas não conseguem se perdoar e passam a existência se martirizando? Muitas pessoas medem a existência por um ato. Pautam suas vidas por um momento. Não posso aceitar isso, somos muito mais do que uma escolha ou um conjunto de más escolhas. Se preservarmos os grandes ícones da humanidade, encontraremos vários seres que conseguiram abandonar

o passado e recomeçar. Não é em vão, que Emmanuel afirma que tudo volta, menos a oportunidade esquecida. Errar é adquirir experiência, aprender com o erro é adquirir sabedoria. Em seu texto Recomeçar, Emmanuel afirma: "A possibilidade da espiga ressurgir na sementeira. A água, feita vapor, regressa da nuvem para a riqueza da fonte. Torna o calor da primavera, na primavera seguinte. Inflama-se o horizonte, cada manhã, com o fulgor do Sol, reformando o valor do dia. Janeiro a janeiro, renova-se o ano, oferecendo novo ciclo ao trabalho. É como se tudo estivesse a dizer: **Se quiseres, puedes recomeçar!**"

Refleta sobre suas escolhas ao longo da vida. Perceba que você não é mais o mesmo que fez aquelas escolhas. Sua dor, a dor causada aos olhos, o sofrimento vivido por você e por aqueles que lhe amam, permitiu que você enxergasse a vida sob novo prisma. Por isso, é preciso olhar para frente e mirar o horizonte. O passado deverá nos servir apenas como referência e não como destino. Recordo-me que certa vez o professor Mário Sérgio Cortella utilizou um carro como analogia para a vida. Segundo o filósofo, diante do motorista temos o para-brisa, que é grande e nos aponta o destino a frente. Porém, todo motorista deverá usar o retrovisor como referência ao que ficou para trás. Observem que o retrovisor é pequeno e não representa o destino (talvez para os que andam de marcha à ré), ele serve para nos balizar, singela alusão ao que passou.

Há situações que não poderemos realmente mudar, porém o recomeçar nos permitirá fazer diferente. É a vida nos dando nova oportunidade para sorrir e nos alegrar. Poderemos pedir perdão a quem magoamos, restituir algo que foi tirado indevidamente de alguém, se não estamos mais com a pessoa que traímos,

poderemos – pelo menos – ser fiel a atual; se cometeu aborto e se arrepende, poderá ter outros filhos ou até mesmo adotar. Possibilidades existem aos milhares, basta que o nosso ensino seja de fazer algo novo e melhor.

Para encerrar minhas reflexões, recorrei a parte do texto RECOMEÇAR, de Paulo Roberto Gaefke, que simboliza parte do que creio: "Não importa onde você parou, em que momento da vida você cansou, o que importa é que sempre é possível e necessário "Recomeçar". Recomeçar é dar uma nova chance a si mesmo. É renovar as esperanças na vida e o mais importante: acreditar em você de novo. Sofreu muito nesse período? Foi aprendizado. Chorou muito? Foi limpeza da alma. Ficou com raiva das pessoas? Foi para perdoá-las um dia. Sentiu-se só por diversas vezes? É porque fechaste a porta até para os outros. Acreditou que tudo estava perdido? Era o início da tua melhora. Pois é! Agora é hora de iniciar, de pensar na luz, de encontrar prazer nas coisas simples de novo. (...) Recomeçar! Hoje é um bom dia para começar novos desafios. (...) E é hoje o dia da Faxina Mental. Joga fora tudo que te prende ao passado, ao mundinho de coisas tristes, fotos, peças de roupa, papel de bala, ingressos de cinema, bilhetes de viagens, e toda aquela tranqueira que guardamos quando nos julgamos apaixonados. Jogue tudo fora. Mas, principalmente, esvazie seu coração. Fique pronto para a vida, para um novo amor. Lembre-se somos apaixonáveis, somos sempre capazes de amar muitas e muitas vezes. Afinal de contas, nós somos o "Amor".

Não perca mais tempo: RECOMECE HOJE, RECOMECE AGORA!

NELSON XAVIER
Psicopedagogo e Consultor em
Desenvolvimento Humano
E-mail: xnelson10@yahoo.com.br

RAÇÕES NUTRIR

Rações para Bovinos, Suínos, Aves e Equinos

Sítio Bom Retiro, S/Nº - Estrada Santa Rita / Ibertioga
Santa Rita de Ibitipoca - Minas Gerais

(32) 98450-3889
(32) 99932-4070

SANTA RITA
PRAZER EM SERVIR

Carnes bovina e suína - Frango
Linguiça - Frios - Laticínios

Tudo que você precisa para o seu churrasco ficar mais gostoso

(32) 99966-2810
(32) 98440.7964 / (31) 99735-7816

Rua Joaquim Ribeiro de Paula, 394 - Centro - Santa Rita de Ibitipoca - MG

SANTA RITA DE IBITIPOCA

Rede Municipal de Educação surpreende com os resultados das avaliações diagnósticas aplicadas no início do ano letivo

A avaliação diagnóstica, que teve como objetivo identificar as dificuldades específicas e os avanços dos estudantes relacionadas ao desenvolvimento pessoal e cognitivo, obteve resultado surpreendentemente positivo.

O serviço de Pedagogia Municipal aplicou, logo após o retorno presencial, a avaliação diagnóstica para todos aos estudantes de 1º ao 9º ano. Os estudantes de 1º ao 5º foram avaliados nos conteúdos de Língua Portuguesa e Matemática e os de 6º ao 9º em todas as áreas de conhecimento.

Identificar o que os estudantes sabem e o que precisam ainda aprender antes de começar os trabalhos é essencial para iniciar um planejamento docente com segurança e objetividade. Para garantir que nada seja deixado de lado, os resultados das avaliações é base para organização de um cronograma com ações pedagógicas bem definidas, realizados



Foto: DIVULGAÇÃO

coletivamente, garantindo assim a possibilidade de uma aprendizagem significativa que é direito de todos.

Depois de dois anos de ensino remoto, esta avaliação possui três objetivos principais: identificar a realidade de cada turma/estudante; observar se as crianças apresentam ou não habilidades e pré-requisitos para a continuação do processo de ensino e aprendi-

zagem; e refletir sobre as possibilidades de amenizar as dificuldades recorrentes, definindo assim as ações para sanar os problemas, ou seja, avaliar os resultados do ensino remoto e o que planejar para estes estudantes continuarem avançando.

Mais uma vez, devemos agradecer às famílias e educadores que realizaram um trabalho brilhante, os resultados foram

acima do que os profissionais da educação esperavam. Todos estavam ansiosos e preocupados com as dificuldades que encontrariam neste retorno, no entanto, após pouco mais de 15 dias de aulas presenciais, pode-se constatar que os avanços foram maiores que o esperado, a maioria dos estudantes está desenvolvendo e acompanhando bem os conteúdos propostos nas aulas.

O trabalho deve continuar com seriedade e dedicação para que os estudantes que ainda não atingiram os conhecimentos/aprendizagens essenciais, sejam o alvo principal, ou seja, avançar superando as defasagens e garantindo um saber de qualidade, com resultados positivos e voltados para a Base Nacional Curricular Comum (BNCC), priorizando as competências básicas.

Como já dizia Paulo Freire "Só desperta paixão de aprender, quem têm paixão de ensinar".

Rede Municipal de Educação conta com psicóloga e assistente social atuando junto às escolas

Diante da Lei nº 13.935, de 2019, a psicóloga e assistente social tem papel importante para a Educação por desenvolver ações que possibilitam a melhoria dos processos de ensino e

aprendizagem e a criação de intervenções que visam a superação de processos de desacordo, patologização e estigmatização social.

As escolas da rede municipal de Santa Rita de Ibitipoca ganharam um importante reforço - tendo como objetivo trazer uma abordagem teórica e prática comprometidas com a formação

humana, em uma lógica construtiva, inclusiva e participativa - podendo colaborar sobremaneira para seu aperfeiçoamento, trabalhando diretamente com toda comunidade escolar.

Reunião com as comunidades do entorno do Parque Estadual do Ibitipoca

No dia 4 de março, o IEF (Instituto Estadual de Florestas) e o BNDES realizaram, com apoio da Prefeitura Municipal de Santa Rita de Ibitipoca, através do Serviço Municipal de Turismo, reuniões em Bom Jesus do Vermelho e Moreiras onde o tema abordado foi o processo de Concessão do Parque Estadual de Ibitipoca.

Durante o encontro foram ouvidas as opiniões das comunidades e esclarecidas as dúvidas, quando a população pôde se posicionar e colocar seu ponto de vista. Foi questionada a necessidade de um maior envolvimento com

as comunidades do entorno e também relatada que há viabilidade e necessidade para um maior entrosamento entre as comunidades e o órgão gestor do Parque.

Um dos pontos que se obteve maior discussão foi sobre a abertura da portaria norte, que beneficia diretamente o município de Santa Rita de Ibitipoca. O novo acesso está sendo cotado e, com a concessão, está previsto ser aberto no Distrito de Moreiras, na Grota dos Pinheiros, onde os proprietários estão de acordo em conceder uma trilha que dê acesso à portaria. Valmir Gonçalves, um dos filhos do proprietário, relatou na



Foto: DIVULGAÇÃO

reunião em Moreiras que "será um prazer ter a portaria, pois trará melhoria para o lugar". Desenvolvimento promissor para

Santa Rita de Ibitipoca que vai agregar renda e trabalho para as comunidades que fazem divisa com o Parque.

Município implanta Programa de Vacinação contra Brucelose

A Prefeitura Municipal de Santa Rita de Ibitipoca, em parceria com a EMATER, implantou o programa de vacinação contra Brucelose, que consiste na imunização de todas as bezerras com idade entre 03 e 08 meses.

A ação faz parte do Programa Municipal de Incentivo ao Produtor Rural, instituído pela Lei

Municipal nº. 732/2022. Os interessados deverão procurar a EMATER ou a Secretaria Municipal de Agricultura para cadastramento e posterior vacinação dos animais.

O PROCESSO DE VACINAÇÃO É TOTALMENTE GRATUITO e segue orientação dos órgãos responsáveis. Realizada a cada seis meses, a vacina

contra a brucelose é obrigatória. O criador que não vacinar o rebanho ou deixar de comunicar a vacinação ao IMA pode ser multado.

A brucelose é uma zoonose (doença que acomete animais e seres humanos) infectocontagiosa causada pela bactéria *Brucella abortus*. A brucelose é uma das

principais causas de perdas econômicas na pecuária, já que pode provocar abortos, queda na produção de leite e diminuição no ganho de peso dos animais.

Essa é mais uma ação da Prefeitura de Santa Rita de Ibitipoca para apoiar o produtor rural e tornar ainda mais forte e sólida a pecuária no município.

VI Conferência Municipal de Saúde

Foto: DIVULGAÇÃO



A Secretaria Municipal de Saúde de Santa Rita de Ibitipoca convida toda a população para a VI CONFERÊNCIA MUNICIPAL DE SAÚDE que será realizada no dia 13 de abril de 2022, às 8:30h, no Salão Multiuso.

Durante o mês de março está acontecendo as Pré-Con-

ferências em todas as Comunidades / Distritos (Bom Jesus do Vermelho / Engenho / Moreiras / Paraíso Garcia) e na cidade. Na ocasião a população tem a oportunidade de apresentar as demandas da área da saúde para serem apresentadas e debatidas durante a Conferência.

Foto: DIVULGAÇÃO



Sicoob Credivertentes chega em Santa Rita de Ibitipoca

Foto: DIVULGAÇÃO



No dia 23 de fevereiro, o Sicoob Credivertentes inaugurou um Ponto de Atendimento Eletrônico (PAE) no município e a população já pode contar com Caixas Eletrônicas perto de casa. Isso sem falar, claro, na praticidade dos aplicativos do Sicoob, com soluções na palma da mão; e da equipe da agência de Ibitipoca, bem pertinho de Santa Rita de Ibitipoca, sempre pronta para prestar todo o suporte necessário aos cooperados.

O Ponto de Atendimento Eletrônico do Sicoob funciona na Rua Joaquim R. Fonseca, 380 - Centro - Tel.: (32) 99861-8999.

Foto: DIVULGAÇÃO



Os prefeitos Leandro e Dr. Moura ladeados por integrantes do Sicoob

Foto: DIVULGAÇÃO



Autoridades municipais, integrantes do Sicoob e convidados durante inauguração



Auto Posto
MONTANHAS
de Minas

Preço Justo e Qualidade Comprovada

Tel.: (32) 3347-1174

Rua Josefina Antunes, 598 - Ibertioga - MG

BORRACHARIA
de segunda a domingo
das 8 às 18 horas

AGROPECUÁRIA E PET SHOP
SANTA TEREZINHA
DE IBERTIOGA



Tels.: (32) 3347.1156 (32) 98425.6838 (Cledimar)
(32) 98416.7464 (Neuza)

Praça do Rosário, 80 - Centro - Ibertioga - MG

Dr. Célio José Vieira Filho
CRO-MG 30.038

CIRURGIÃO DENTISTA - ORTODONTISTA - ENDODONTISTA
Especialização em aparelhos fixos, removíveis e canal

- **IBERTIOGA:** Avenida Bias Fortes, 115 - Centro - (32) 3347-1431
- **PIEDADE DO RIO GRANDE:** Rua Oscar Genésio Teixeira, 320 - Centro - (32) 98438-3535
- **BIAS FORTES:** Praça dos Sagrados Corações, 21 B - Centro - (32) 98438-3535
- **SANTA RITA DE IBITIPOCA:** Rua Vereador Luiz Avoni, 18 - Centro - (32) 98438-3535
- **SANTANA DO GARAMBÉU:** Praça Dom Justino, 88 - Centro - (32) 98438-3535
- **JUIZ DE FORA:** Rua Coronel Quintão, 445 - Lj. 02 - Monte Castelo - (32) 3221-7425
- **JUIZ DE FORA:** Av. Barão do Rio Branco, 2.588 - Sala 1.201 - Centro - (32) 3216-7103
- **JUIZ DE FORA:** Rua Dr. Romualdo, 169 - São Mateus - (32) 3215-7553
- **JUIZ DE FORA:** Rua Eduardo Weiss, 136 - Lj. 01 - Fábrica (Esq. Miguel Couto) - (32) 3213-8659

UTILIDADES
NHÁCHICA
ARTIGOS PARA PRESENTES
UTILIDADES EM GERAL
A LOJA DO BOLACHINHA

(32) 98404-0665
Av. Bias Fortes, 357 - Centro - Ibertioga - MG

FAÇA BONS NEGÓCIOS
Anuncie aqui

(32) 99983.1612
(32) 98888.4633

FAÇA DA PUBLICIDADE
UM INVESTIMENTO
IMPORTANTE PARA
O SEU NEGÓCIO!

SITES PROFISSIONAIS
PORTAIS PÚBLICOS
GESTÃO DE CONTEÚDOS
IDENTIDADES VISUAIS
ARTES GRÁFICAS

café & design
www.cafedesign.com.br

(32) 98420-6000 atendimento@cafedesign.com.br

IBERTIOGA**Ibertioga participa do 2º Encontro de Gestores Municipais de Cultura e Turismo do Estado de Minas Gerais**

A secretária municipal de Cultura e Turismo, Érika Marques, representou Ibertioga no 2º Encontro de Gestores Municipais de Cultura e Turismo do Estado de Minas Gerais que aconteceu nos dias 22 e 23 de março, na capital do estado.

O Palácio das Artes, em Belo Horizonte, foi palco de importantes discussões sobre temas relacionados às políticas públicas de cultura e turismo no âmbito estadual. O evento foi realizado graças à parceria entre a Secretaria de Estado de Cultura e Turismo (Secult), a Federação dos Circuitos Turísticos de Minas Gerais (Fecitur), a Rede Estadual de Gestores de Cultura e Turismo e a Associação Mineira dos Municípios (AMM).

O encontro teve início com uma aula magna com o tema “Mineiridade com Cultura e Turismo”, e foi seguida de uma longa conversa do secretário da Secult, Leônidas Oliveira, com gestores das secretarias de Cultura e Turismo de vários municípios de Minas Gerais, dentre eles Ibertioga.

Dando seguimento às atividades, a palestra “Descentra Cultura Minas Gerais” tratou dos impactos deste programa que visa viabilizar a desburocratização para que tenhamos acesso aos recursos com mais facilidade. Foram discutidos também estudos de casos sobre as vantagens da urbanidade para cultura e turismo; cidades e a cozinha mineira; marketing



das águas em Minas; paisagem cultural, a natureza e as cidades e cicloturismo cultural.

No segundo dia de atividades aconteceu o Encontro Setorial dos gestores municipais com a diretoria da Rede Estadual de Gestores Municipais de Cultura e Turismo e no qual foram discutidos temas como o marketing da mineiridade; IGRs Turismo e Cultura / Transversalidades; Fomento e leis de incentivo; ICMS Turístico e Patrimônio Cultural e Desburocratização.

De acordo com a secretária Érika Marques, o ponto alto do 2º Encontro de Gestores de Minas Gerais foi o lançamento do Ano da Mineiridade. “Este marco permite

aos municípios tomarem o pertencimento de suas origens como o modo de falar, a gastronomia local etc.”, disse a secretária.

Em seu discurso, o governador do Estado, Romeu Zema, falou do orgulho que sente do seu jeito mineiro e caipira de ser e explicou que o secretário Leônidas tem a missão grandiosa de tornar o setor de Turismo e Cultura mais bem estruturado. “Temos investido como nunca se investiu. Os valores direcionados à pasta nos últimos três anos são superiores aos valores investidos nos 30 anos que nos precederam. Acreditamos no setor e queremos poder contar com o trabalho de vocês”, disse Zema.

O TRABALHO NÃO PARA

Quem passa pela entrada do bairro Areão pode notar que uma importante reforma foi feita no trecho da rua Padre Ibraim que fica próximo à antiga mina. O barranco cedeu, pois muitas das manilhas estavam quebradas, e o local chegou a ser parcialmente interditado em dias mais chuvosos no início de 2022. Agora, com novas manilhas, bueiro, meio-fio e drenagem correta do córrego, os moradores e passantes do bairro estão mais seguros e o trânsito foi liberado até para a passagem de veículos pesados.

O excesso de água do início do ano estava causando transtornos também para os moradores do bairro Areão vizinhos ao córrego, já que com a falta de limpeza do mesmo, o curso d'água estava se perdendo em vários trechos e escorrendo para o brejo, causando mal cheiro e outros problemas. A limpeza do córrego foi concluída e uma obra maior está sendo planejada para aquele local, com um afundamento maior do leito do córrego. É importante destacar que em períodos de chuvas intensas algumas obras não podem ser realizadas e então os administradores da cidade precisam contar com a compreensão da população para aguardar o melhor momento para conseguir efetivá-las.



Uma obra de emergência também foi concluída no bairro Santo Antônio. A ponte da entrada estava causando medo e preocupação, pois nas últimas chuvas mais fortes presenciamos enchentes no local e a estrutura ficou comprometida. Então foi feita a remoção dos bloquetes de cima da ponte e embaixo, depois de cavar mais fundo para melhorar a passagem da água, foi feito o preenchimento com concreto e pedra. Além disso, foi construído um muro de contenção. A limpeza do córrego ocorreu de forma abrangente e preventiva para que a água não passe mais em cima da ponte: 80 metros acima da ponte e 40 metros abaixo.



As demandas de produtores rurais, base forte da economia do município, estão sendo ouvidas e acatadas na medida do possível. A manutenção de estradas como Santa Clara, Porteirinhas, Vargem Grande, Pombo, Moreiras foi feita e outros trechos receberão os maquinários da Prefeitura em breve. Além disso, a aração de terras e a abertura de trincheiras já foram realizadas em diversas propriedades e estão programadas para serem feitas em outras. A Administração Municipal está empenhada em ampliar o atendimento aos produtores e para tanto tem buscado recursos junto ao Governo do Estado e o Federal, através de emendas parlamentares, para a aquisição de maquinário e implementos agrícolas.



IBERTIOGA

Passeio Ciclístico de Ibertioga até Santa Rita de Ibitipoca tem nova data: 10 de abril

A Prefeitura Municipal de Ibertioga dá início a um grande Projeto de Esporte para o município com o 1º Passeio Ciclístico de Ibertioga a Santa Rita de Ibitipoca. O trajeto faz parte do Circuito Turístico Serras de Ibitipoca e o evento é em parceria com a Prefeitura de Santa Rita de Ibitipoca. O objetivo é promover a prática de atividades físicas, desportivas e estimular o cicloturismo e o turismo de aventura.

O passeio ocorrerá no dia 10 de abril de 2022. A concentração será a partir das 7h no Parque de Exposições de Ibertioga com uma recepção aos inscritos. A saída está agendada para as 8h em direção à Santa Rita de Ibitipoca, onde haverá mais uma recepção e entrega de medalhas. Em seguida será feito o retorno para Ibertioga.

Haverá ponto de hidratação na Cruz da Moça (metade do caminho). O percurso completo é de 45 km e o reduzido é de 22 km. Os participantes deverão estar munidos de sua bicicleta



e equipamentos de segurança. É obrigatório o uso de capacete, luvas e máscara. Menores de idade deverão estar acompanhados por seus responsáveis e levar o termo de responsabilidade assinado.

As vagas são limitadas. Pedimos 1kg de alimento não perecível para que seja doado ao Hospital Monumento as Mães e à Sociedade de São Vicente de Paulo.

Qualquer dúvida é só entrar

em contato com a organização: (32) 98470-3338 Ana Paula; (32) 98486-5345 Lorrayne.

Acompanhe notícias da Secretaria Municipal de Esportes pelo Instagram [@secretariadesportesibertioga](#).

Prefeitos e secretários de Saúde da região reúnem-se pelo fortalecimento do Hospital de Ibertioga



O prefeito municipal Ricardo Pires recebeu no início de março autoridades de cidades vizinhas para conversar sobre formas de ampliar os atendimentos do Hospital Monumento às Mães.

Participaram da reunião o prefeito de Barbacena, Carlos Du, seu assessor Francisco Júnior, seu secretário de Saúde, Dr. Arinos e o diretor de Regulação da Secretaria Municipal de Saúde de Barbacena, Júnior Mateus Dias. De Santa Rita de Ibitipoca vieram o prefeito Leandro e seu secretário de Saúde, Alexandre. O prefeito de Piedade do Rio Grande, José Fernandes (Cabaço), participou da reunião juntamente com a vereadora Ana Paula. E de Santana do Garambéu estiveram presentes o prefeito Dr. Moura, o vice-prefeito José Vandionísio, a secretária de Saúde, Jerusa, e a chefe de Gabinete, Daniela. Representando o Hospital participaram da reunião o provedor Marcy Rodrigues e as assessoras Thamires Oliveira e Mayara Moreira.

O secretário municipal de Saúde de Ibertioga, Roberto Bedran; o secretário de Administração, Geovani Magalhães, e a chefe de Gabinete do município, Ieda Campos, também estavam presentes.

Ricardo Pires primeiramente agradeceu a presença e o empenho de todos e falou da responsabilidade que o grupo tem em favor da saúde da população de cada município. "Temos uma boa estrutura aqui em Ibertioga e vemos nela a possibilidade de melhorar o atendimento hospitalar de nossa região como um todo, por isso precisamos unir forças", disse. Ele explicou que atualmente a prefeitura repassa mensalmente cerca de R\$ 200.000,00 (duzentos mil reais) para a entidade.

O secretário de Saúde de Barbacena, Dr. Arinos, falou da possibilidade de formação de um consórcio com o objetivo de fortalecer o Hospital Monumento às Mães para que o mesmo possa servir aos outros municípios envolvidos, melho-

rando o atendimento e desafiando a rede hospitalar de Barbacena. "Muitos casos poderão ser atendidos e resolvidos em Ibertioga. Um dos benefícios é a maior rapidez no atendimento, o que salva vidas e evita possíveis complicações na saúde dos pacientes", explicou.

A oferta de uma medicina de qualidade na urgência e emergência, além de estabilidade para os profissionais contratados (pois não há risco de demissão com a mudança de gestores) são outras vantagens da formação do consórcio.

Na reunião foi explicado como outras regiões têm adotado este sistema, unindo municípios com características semelhantes, e como todos ganham com isso. Um dos ganhos é o aumento do número de atendimentos e consequentemente o aumento da possibilidade de receber recursos. Os prefeitos presentes manifestaram interesse em participar do consórcio e discutiram possíveis pré-requisitos e contrapartidas.

A equipe do Hospital expôs a atual situação financeira da entidade e mostrou que a equalização das dívidas está quase finalizada. Já foram emitidas as certidões municipal, estadual e federal (inclui as contribuições previdenciárias / INSS) e está faltando somente a do Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS), que está em fase de regularização e em breve vai ser emitida.

Ao final decidiu-se pela montagem de duas frentes de trabalho. Uma para o estudo técnico do consórcio, estrutura do serviço a ser prestado e planejamento. E outra para o estudo jurídico sobre a formação do consórcio, a forma de participação de cada município envolvido na gerência e utilização dos recursos, a participação da irmandade do Hospital, além de possíveis e necessárias mudanças no estatuto da entidade. Foi estipulado prazo de 30 dias para tais estudos e decidiu-se que os prefeitos voltarão a se reunir na primeira semana do mês de abril.

Município de Ibertioga recebe a licença ambiental de funcionamento da Estação de Tratamento de Esgoto

O prefeito municipal de Ibertioga, Ricardo Pires, recebeu no dia 8 de março a licença ambiental de funcionamento da Estação de Tratamento de Esgoto (ETE) do município.

A licença foi adquirida por meio de estudos técnicos feitos em parceria entre a Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Saneamento e a equipe técnica da Associação Municipal dos Municípios da Mantiqueira (AMMA) e do consórcio da entidade (CODAMMA).

O município de Ibertioga

vem se destacando em relação à destinação e tratamento de resíduos sólidos, sendo este um dos pilares da administração atual. "Temos uma grande preocupação com o desenvolvimento sustentável", explica o prefeito Ricardo Pires.

Importante destacar que Ibertioga obteve aprovação direta do processo de licenciamento ambiental da ETE. A licença é válida por dez anos.

Participaram da cerimônia de entrega o técnico de Meio Ambiente da AMMA, Reinaldo



Campos; o diretor de Meio Ambiente do CODAMMA, Thiago Oliveira; o prefeito Ricardo Pires, o secretário

municipal de Meio Ambiente e Saneamento, Jocimar Aquino e Rafael Gonçalves, operador de drone da AMMA.

Valorização de artesãs ibertioganas na Semana da Mulher

A primeira edição da Feira Mulheres de Talento chamou a atenção de quem passou pelo Centro de Convivência e Cultura Otávio Manoel Aquino entre os dias 10 e 11 de março. O evento fez parte das comemorações da Semana da Mulher, promovida pelo Centro de Referência e Assistência Social (CRAS) e pela Secretaria Municipal de Desenvolvimento e Assistência Social.

O prefeito Ricardo Pires visitou a feira e comentou que o propósito é incentivar as artesãs de Ibertioga. "Vale muito a pena conferir, conhecer os trabalhos dessas mulheres. Tem muita coisa bonita e interessante. Todas estão de parabéns!" Ele conversou com expositoras e quis ouvir o pleito delas para que outras ações de incentivo possam acontecer.

Minervina da Silva Chagas

leveu artesanato com macramê e filtros dos sonhos e valorizou a iniciativa: "É uma boa oportunidade de conhecer o trabalho dessas mulheres e ver o empenho e dedicação de cada participante", disse.

Já Arlete Cristina Bueno Berber, da comunidade de Cachoeirinha, expôs colchas de retalho e parabenizou os organizadores: "Agradecemos especialmente a todas as mulheres que se dedicaram para que essa semana acontecesse, foi simplesmente incrível".

Amanda dos Reis Paschoal, coordenadora do CRAS, comenta que esta é uma maneira de incentivar e prestigiar mulheres que já trabalham fazendo algum produto em casa. "Criamos uma oportunidade para que elas sejam vistas", frisou.

"Estamos sendo surpreendidas com belos trabalhos. Valorizar



o empreendedorismo de mulheres que vão à luta e são exemplo para outras é um dos objetivos deste evento", comentou Vera Elisângela, secretária de Desenvolvimento e Assistência Social que quis realizar a Feira na Semana da Mulher justamente para valorizar talentos.

O vice-prefeito Pedrinho também prestigiou a Feira e comentou que quer que outros

ibertioganos sejam estimulados a fazer do artesanato uma fonte de renda. "São oportunidades importantes para uma cidade que tem uma economia como a nossa, em que tanta gente procura emprego", disse.

Além da Feira, a Semana da Mulher teve palestras, rodas de conversa, aula de ginástica, mutirões na área da Saúde e sorteios de brindes.

PIEDADE DO RIO GRANDE

Continuação das obras da ciclovia

No mês de março, a Prefeitura Municipal retomou as obras da ciclovia que liga Piedade do Rio Grande ao bairro Jardim. Está sendo realizada a concretagem da via, construção de canaletas, pintura, colocação de caixas para drenagem pluvial e instalação de sinalização de placas de trânsito.

A via possui um comprimento total 2.152 metros de pista, sendo compartilhada para ciclismo e corrida. Todos os cuidados com a segurança dos usuários estão sendo tomadas desde a construção para que se torne um lugar de grande diversão e saúde para toda a população piedense.



Fotos: DIVULGAÇÃO

Retomada das oficinas do CRAS

A Prefeitura de Piedade do Rio Grande, através do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS), está realizando diversas oficinas, dentre elas a Oficina para Pessoas com Deficiência (PcD), Oficina da Meia Idade e Oficina da Terceira Idade. Os interessados devem procurar o CRAS para se inscrever em uma das oficinas.



Fotos: DIVULGAÇÃO



OFICINA DA MEIA IDADE



OFICINA DA TERCEIRA IDADE

Investindo no bem-estar de alunos e professores



Fotos: DIVULGAÇÃO

A Prefeitura de Piedade do Rio Grande está melhorando o ambiente escolar do município com investimentos em infraestrutura para o bem-estar dos alunos e professores. Uma das

obras que já está finalizada é a reforma do telhado da Escola Municipal no Bairro Jardim. A obra vai proporcionar ainda mais segurança para todos que frequentam a instituição.

Capacitação sobre Autismo na Rede Municipal de Educação



Fotos: DIVULGAÇÃO

A Prefeitura Municipal, através da Secretaria Municipal de Educação de Piedade do Rio Grande, promoveu no dia 19 de março, uma capacitação para o corpo docente da rede municipal sobre AUTISMO. O evento foi direcionado pela equipe ASPAS (Associação Pró Autistas) de São João del-Rei.

O título da capacitação foi "O brincar como possibilidade de estimulação e facilitação do laço social em pessoal autistas no ambiente escolar".

MANUTENÇÃO DAS ESTRADAS RURAIS



Fotos: DIVULGAÇÃO

A Prefeitura Municipal, através da Secretaria Municipal de Obras de Piedade do Rio Grande, vem dando continuidade aos trabalhos de manutenção e adequações das estradas rurais do município. Na ocasião foi realizada a manutenção da Estrada do Planalto de Fátima (MATUTU), com limpeza de escoador e patrolamento.

A manutenção nas estradas rurais é necessária para garantir boas condições de tráfego, não só aos motoristas e moradores que residem nas proximidades, mas também, para o transporte escolar que trafega pelo local, promovendo também a segurança dos alunos.

A Prefeitura tem empenhado ao máximo para atender todas as demandas das estradas rurais do município.



Instalação de quebra-molas e operação tapa-buracos



Fotos: DIVULGAÇÃO

No mês de março, a equipe da Secretaria Municipal de Obras também realizou atividades de melhoria das vias da cidade. Foram instalados quebra-molas em frente as escolas municipais José Edgar Alves e Hildebrando Teixeira, no intuito

de dar mais segurança na entrada e saída dos alunos da escola.

Também foi realizada ação de tapa-buracos em pontos críticos da cidade e na entrada do Bairro Jardim, melhorando as vias para circulação de veículos pelo município.



Viviane Araújo



gente

ANTÔNIO CHALA SADE

Foto: DIVULGAÇÃO



Em reunião festiva realizada no dia 10 de março, o Rotary Club de Barbacena Monte Mário comemorou o Dia Internacional da Mulher e o aniversário de 90 anos do companheiro Antônio Chala Sade. Foi uma noite para reforçar laços de companheirismo e amizade. Na foto acima, o aniversariante Antônio Chala Sade ladeado pela esposa Heloisa e pela companheira Isaura Vargas. Abaixo, as mulheres homenageadas pelo RC de Barbacena Monte Mário.

Foto: DIVULGAÇÃO



ANIVERSÁRIO DO RENATO

Parabéns para Renato Fabiano Rodrigues pela passagem de seu aniversário no dia 28 de março. Ele é atendente na Papelaria Bernadete, em Barbacena. Desejamos muita saúde, muitos anos de vida e muita paz. Na foto, Renato com a esposa Flávia.



Foto: DIVULGAÇÃO

PARABÉNS NELY E GILSON

Parabenizamos Nely Sales de Araújo Monteiro pela comemoração dos seus 80 anos, ocorrido no dia 11 de março. Na oportunidade também foi comemorado os 85 anos de seu esposo Gilson Rezende Monteiro, completados no dia 2 de fevereiro. A família glorifica a Deus por suas existências e pelos exemplos de seres humanos que são. Felicidades e que Deus continue derramando bênçãos na vida do casal Nely e Gilson.

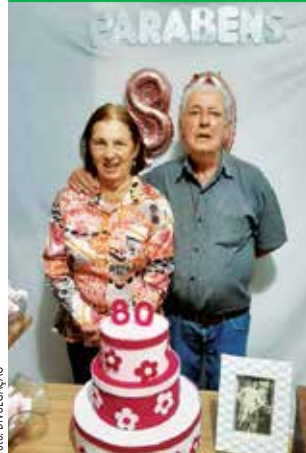


Foto: DIVULGAÇÃO

TIDINHA 70 ANOS - PARABÉNS



Foto: DIVULGAÇÃO

No dia 4 de março, Antônio Miranda com seus filhos, noras, genros e netos prepararam uma grande surpresa para a querida Tíndinha para celebrar seus 70 anos de vida! O Padre Márcio celebrou uma missa na Capela da Fazenda Saudade, no município de Ibertioga. Em seguida, os familiares foram recebidos para uma confraternização bem alegre e animada. Desejamos muitas felicidades para Tíndinha, que Deus em sua infinita bondade derrame bênçãos sobre você e toda sua família.

DONA ALTIMA, DE 106 ANOS, É HOMENAGEADA NO DIA DA MULHER

Para celebrar o Dia Internacional da Mulher (8 de março), o Rotary Club Satélite de Barbacena Monte Mário - Ibertioga homenageou Dona Cândida de Jesus que curtiu carinho e presentes nos seus 106 anos. Dona Altiva, moradora da Comunidade da Cachoeirinha, em Ibertioga, é uma legítima representante das mulheres guerreiras, incansáveis e sonhadoras. Parabéns pelo seu dia.



Fotos: PAULO LEMOS / ANDRÉIA RODRIGUES



REUNIÃO DE PRESIDENTES DE ROTARY CLUB EM SANTOS DUMONT

No dia 15 de março, foi realizada reunião dos presidentes eleitos para o ano rotário 2022/2023. O encontro, realizado pelo Rotary Club de Santos Dumont, contou com a participação de representantes do Rotary Club de Barbacena, RC de Barbacena Monte Mário e os RC Satélites de Barbacena Monte Mário - Jardim do Globo e de Ibertioga. Agradecemos a calorosa recepção do presidente José Roberto Toledo e dos companheiros do RC de Santos Dumont. Na ocasião, os rotarianos promoveram uma campanha para animar ainda mais a torcida da rotariana Marcília Queiroz, de 89 anos, de Santos Dumont, participante do programa da "The Voice +", da TV Globo.



Foto: DIVULGAÇÃO

Pousada e Aluguel de Chalés para Finais de Semana e Temporada



GUIA DE TURISMO LOCAL

Vila RIOLIMPO

Rua Waldemar Antônio Machado, 98 - Centro
Santana do Garambéu - MG

(32) 98478.6851 - E-mail: vilariolimp@gmail.com

**TRÊS IRMÃOS**
CHURRASCARIA
CASA DE FESTAS RESTAURANTE
"A Churrascaria do TONHÃO"
Aberto aos sábados e domingos a partir das 10h
(32) 99817.1503
Entre Santa Rita de Ibitipoca e Paraíso Garcia - MG

doralice
pizza bar
Contato e reservas: (32) **98449-9882**
Pizzabar doralice doralicepizzabar
Avenida Bias Fortes, 182 - Centro - Ibertioga - MG

O SEU PONTO DE ENCONTRO EM IBERTOGA

SANTANA DO GARAMBÉU

Município está entre as cidades mineiras aptas para receber ICMS Esportivo ano-base 2021

Pela primeira vez Santana do Garambéu está apta para receber o ICMS esportivo – (Imposto Sobre Circulação de Mercadorias e Serviços). Santana do Garambéu está entre os 454 municípios mineiros habilitados para a ativação do Conselho Municipal do Esporte, reativado e organizado no ano passado sob a coordenação da secretária de Educação, Esporte, Cultura, Turismo e Lazer, Iara Elisabeth de Moura; do Elder Fonseca presidente do Conselho Municipal de Esportes com orientações

da Empresa de Gerenciamento Esportivo “Expertise Sports”.

Aprovação no ICMS esportivo qualifica Santana a receber valores no ano de 2023. Com esse valor, a Prefeitura pode investir em eventos esportivos de diferentes modalidades, incluindo esportes radicais, da natureza, esporte adaptado e tradicionais, bem como programas que estimulam o lazer para crianças, adolescentes, adultos e idosos, além do financiamento de escolinhas de esportes.



Foto: DIVULGAÇÃO

Manutenção das estradas rurais



Foto: DIVULGAÇÃO

Em março, a Prefeitura Municipal de Santana do Garambéu realizou obras de manutenção das estradas rurais do Rio Grande e da Ponte da Conceição. Um trabalho de terraplanagem com maquinário que objetivou melhorias nas localidades, auxiliando o trânsito e melhor deslocamento dos moradores e usuários.

O trabalho de manutenção das estradas vicinais é constante no município; o bom estado de conservação das estradas vicinais é de fundamental importância para melhorar a trafegabilidade e garantir o escoamento da produção agropecuária, sobretudo, da agricultura familiar, bem como facilitar o transporte dos alunos e moradores da zona rural.

INVESTIMENTO NO ESPORTE

Após aptidão para o ICMS esportivo, a Prefeitura de Santana do Garambéu não parou por aí, e está incentivando ainda mais o esporte no município através do Departamento de Esportes e olho no futuro, por meio do prefeito Dr. Moura, do vice Zezé do Zé Antônio, do Presidente do Conselho

Municipal de Esportes e chefe do Departamento de Esportes, Elder Fonseca, bem como da Secretaria Municipal de Transportes que proporcionou aos jovens atletas viagens para disputas de jogos e, em especial, a ida do jovem atleta Yuri Martins para uma “peneira” em Ijaci/MG.



Foto: DIVULGAÇÃO

APOIO AO ATLETA YURI MARTINS

No dia 13 de março, com apoio da Prefeitura de Santana do Garambéu, o jovem atleta Yuri Martins participou em Ijaci/MG, de uma peneira de futebol, onde assistiram olheiros do Clube Atlético Mineiro e da equipe CGP Atlético Clube de Lavras. Como esperado, o jovem atleta não decepcionou, fazendo um gol e dando uma assistência. O presidente do Conselho Municipal de Esportes acompanhou o atleta.



INCENTIVO A TIMES LOCAIS EM AMISTOSOS

No mês de março a Prefeitura Municipal de Santana do Garambéu, através do Departamento de Esportes, realizou diversos amistosos com intuito de desenvolver o bem-estar e lazer dos munícipes.

Missa em comemoração aos 59 anos do município



Foto: DIVULGAÇÃO

No dia 2 de março, aniversário do município, foi celebrada uma Missa na Matriz de Sant’Ana em Comemoração aos 59 anos de Emancipação Política de Santana do Garambéu, presidida pelo padre José Crispim, pároco local.

Na foto a primeira-dama Dona Maria Helena de Moura, o prefeito municipal Dr. Moura, Padre José Crispim e o vice-prefeito Zezé do Zé Antônio.

Prefeito Dr. Moura participa de encontro com prefeitos da região para criação de convênio para a Saúde



Foto: DIVULGAÇÃO

O prefeito Dr. Moura, acompanhado do vice-prefeito Zezé do Zé Antônio e da secretária municipal de Saúde, Jerusa Vargas, participou de reunião realizada na cidade de Ibertioga que contou com a presença de vários prefeitos da região. Na oportunidade

foi discutida a necessidade de se criar um Convênio entre os municípios de Barbacena, Ibertioga, Santa Rita do Ibitipoca e Piedade do Rio Grande, com o objetivo de melhorar e ampliar o atendimento do Hospital Monumento às Mães de Ibertioga para toda a região.

Parceria para manutenção de estradas



Foto: DIVULGAÇÃO

A Prefeitura de Santana do Garambéu, em parceria com a empresa “Mr. Cook”, realizou uma reforma nas estradas que ligam Santana do Garambéu na região do “Capivari” e na região das “Três Pontes”.

A parceria foi feita de forma público privada, onde

a empresa “Mr. Cook” cedeu caminhões e uma retroscavadeira e a Prefeitura com caminhão, patrol, retroscavadeira e trabalhadores, visto que a parceria beneficia a ambas as partes, principalmente os moradores da zona rural e os produtores.

Reunião com a Emater-MG para debater compra coletiva de adubo e calcário



Foto: DIVULGAÇÃO

No dia 9 de março, o prefeito Dr. Moura e o vice Zezé do Zé Antônio reuniram-se com Gabriel Barbosa, engenheiro agrônomo da Emater de Santana do Garambéu. Na ocasião foram debatidos a organização dos serviços agropecuários para compra

coletiva de adubo e calcário, aração de terras e parcerias para um projeto de reciclagem de lixo.

Interessados em se cadastrar em algum destes serviços favor procurar a Emater ou a Prefeitura Municipal para mais informações.

VISITANDO SANTANA DO GARAMBÉU



Foto: DIVULGAÇÃO

Acompanhado de seu vice Zezé do Zé Antônio, o prefeito de Santana do Garambéu, Dr. Moura, recebeu em seu gabinete no dia 9 de março, Bechara Neto, assessor do Deputado Charllles Evangelista.

SANTANA DO GARAMBÉU

Inauguração de **Ponto de Atendimento Eletrônico do SICOOB** no município

No dia 23 de fevereiro, o prefeito Dr. Moura e o vice Zezé do Zé Antônio, além dos funcionários da Prefeitura de Santana do Garambéu, compareceram à solenidade de inauguração do primeiro escritório de negócios e Ponto de Atendimento Eletrônico do SICOOB (Sistema de Cooperativas de Crédito do Brasil) no município.

O SICOOB é um dos principais sistemas de cooperativa de crédito do país, com 25 anos de história, atuando em todo território nacional, conta com cerca de 3.836 pontos de atendimentos e com mais 6 milhões de associados, tanto no campo quanto na cidade.

O prefeito Dr. Moura agradeceu a Cooperativa de Crédito pelo investimento na cidade e lembrou do sonho que tinha em trazer um ponto de atendimento para o município. "Estou muito feliz porque consegui realizar um sonho para nossa querida Santana do Garambéu. Sonho meu e cobrança de todo santanense. Quero agradecer ao Luís Henrique, diretor da Cooperativa e ao Dr. João (presidente do Conselho de Adm. do Sicoob Crediverentes)".

O presidente de Conselho de Adm. do Sicoob Crediverentes, Dr. João, falou da recepção do prefeito e do prazer em inaugurar o núcleo de atendimento em Santana do Garambéu. "É com prazer que instalamos esse núcleo de atendimento e



Dr. Moura, prefeito de Santana do Garambéu, discursando na inauguração do PAE do Sicoob

colocamos à disposição da laboriosa comunidade de Santana do Garambéu. O Sicoob é uma instituição financeira cooperativista de propriedade comum, ou seja, de todos nós. É compromissada em oferecer serviços e soluções financeiras adequados aos cooperados e à comunidade; é isso que propomos e é o que nós aqui realizaremos. Já o fazemos em dezenas de cidades onde mantemos agências", destacou.

Também participaram da inauguração a primeira dama Dona Maria Helena, os vereadores Sérgio Oliveira e Zé Manoel; a secretária de Educação, Iara Moura; a secretária de Saúde, Jerusa Oliveira;

e a secretária de Administração, Elina Catarina. Da Cooperativa de Crédito estavam presentes: Flávia Alves Coelho (Diretora Executiva), Cristiano Almeida (Conselheiro Fiscal), Luiz Cláudio dos Reis (Conselheiro Fiscal), Sérgio Nascimento (Gerente de Negócios), Vanda Castro (Gerente Administrativa), Elisa Coelho (Supervisora de Marketing), Samuel Souza (Agente de Tecnologia da Informação), Claudia Pires de Oliveira (Gerente de Agência) e Gislaíne Campos de Freitas (Gerente de Relacionamento).

O Ponto de Atendimento Eletrônico do Sicoob funciona na Praça Paiva Duque, 28 - Centro - Tel.: (32) 99926-0886.

Prefeito Dr. Moura faz entrega de **certificados de atualização para os motoristas municipais**

No dia 9 de março, na Secretaria Municipal de Transporte (antiga creche), o prefeito Dr. Moura realizou a entrega de certificados aos motoristas que compõem a administração municipal. Os certificados são referentes aos cursos de atualização para condutores de veículos de transporte especialização em veículos escolares, coletivos, de emergência e MOPE (Movimentação Operacional de Produtos Especiais).

Os cursos foram ministrados pela empresa Excel Cursos, capacitação e treinamentos no mês de dezembro de 2021.

Os motoristas municipais que fizeram os cursos foram: Marco Antônio de Sousa Baumgratz, Kennedy Stelmo de Oliveira, João Anízio da Fonseca, Antônio Celso de Freitas, Deusdete Marcio da Silva, Elmo dos Santos Nascimento, João Batista dos Reis, Luiz Carlos Campos de Moura, Máximo Aquino de Sá, Moacir Donizete de Jesus, Welington Juliano Rafael Garcia, Edivaldo Teixeira da Silva, Vicente Joaquim de Paula; Também fizeram os cursos o prefeito Dr. Moura, o secretário municipal de Agricultura, Wekson Ramos de Lima e a secretária de Educação, Iara Elisabeth de Moura Lima.

Na ocasião o prefeito Dr. Moura parabenizou e elogiou os participantes afirmando que sempre está buscando ações que visam melhorar as condições de trabalho e aperfeiçoamento dos seus colaboradores.



Criamos espaços para você viver melhor!



- Projetos Públicos
- Projetos Arquitetônicos
- Execução de Obras
- Laudos e Perícias
- Legalização



André Grossi
ARQUITETO URBANISTA
CAU MG A22176-7
☎ 32. 98467-3910

Odilon Grossi Couto
ENGENHEIRO CIVIL
CREA 66.708/D-MG
☎ 32. 98864-8300

📍 Rua Teobaldo Tolendal, 64 Sala 103
Centro - Barbacena MG

✉ urban_arquitetura@hotmail.com
✉ urban_engenharia@hotmail.com

📷 urbanarquiteturaurbanismo

CLIENTE SATISFEITO É O NOSSO OBJETIVO



📘 Grupo Apec

📷 apec_gp

☎ (32) 3339 2211

Medicina Alternativa

José Marcos Ribeiro de Oliveira*



Escute seu corpo

O ser humano deve e necessita de relacionar-se com o meio ambiente onde vive (o ar que respira, a alimentação, a água que bebe, o clima, o solo, o trabalho, a sociedade, os animais, as plantas, bem como a postura).

Escute seu corpo. Já tentou isto? Prevenir ainda é a melhor solução. O corpo humano precisa sempre de paz de espírito, de movimento, de mudança de expressão, de bem-estar e de boa saúde, principalmente. Preste atenção quando seu corpo parece querer “falar” com você pedindo para mudar alguma coisa, como, por exemplo: hábitos de vida (alimentação, postura, respiração, relaxamento, maneira de caminhar, movimentação de braços, pernas e pescoço ou, mesmo, fazer uma pausa nos trabalhos. É bom lembrar que a melhor posição é aquela que deixa você confortavelmente, permitindo liberdade de movimentos.

Quando se “escuta” e atende algo que o seu corpo “solicita”, na verdade você o está ajudando a prevenir incômodos ou até mesmo enfermidades, tais como: incompatibilidades nutricionais, perturbações metabólicas, orgânicas, nervosas, hormonais e/ou, até mesmo, outras “patologias”. No mais, escutar seu copo é como se sentir ou tornar-se quem deveria ter sido o tempo inteiro de outro lado, existe uma terapia preventiva que pode orientar como se fazer todos esses procedimentos com seu organismo.

Estou falando de uma ciência chamada IRIDOLOGIA (vinculada à terapia holística). E isso se torna possível quando estudamos e decodificamos os numerosos sinais contidos na ÍRIS do olho, que, uma vez identificados e interpretados segundo uma técnica e intuição criteriosa de avaliação, pode-se determinar situações de enfermidades no organismo.

IRIDOLOGIA é a ciência que pode ser considerada como uma “medicina” preventiva e complementar para a terapia convencional ou mesmo outras. Agora, uma outra orientação que se segue para obter uma melhor saúde, por meio da terapia holística. Procedendo-se com a resposta de um questionário, intitulado ESTILO DE VIDA, que pode avaliar o funcionamento dos nove sistemas que compõem o organismo humano: Digestório, Intestinal, Circulatório, Nervoso, Imunológico, Respiratório, Urinário, Glandular e Estrutural. De qualquer sorte, a FITOTERAPIA e a IRIDOLOGIA proporcionam um tratamento naturalista, preventivo, rejuvenescedor ou, até mesmo, curativo.

Com efeito, para um atendimento por meio da FITOTERAPIA, podemos dizer: Quando a boca cala, os órgãos sofrem. E quando a boca fala, os órgãos saram. Mas se o atendimento passar pela IRIDOLOGIA, a boca já não mais precisa falar, basta abrir só os olhos... Porque o que, às vezes, a boca não diz os olhos revelam. Não obstante, “os olhos é que são as candeias do corpo; se eles forem bons, todo teu corpo será iluminado” (Mateus 6.22). E ainda Aristóteles (322-384 d.C.) já teria dito que “somos aquilo que fazemos repetidamente”.

Ouvir seu corpo (ou quando você escuta seu corpo) é como sentir-se, tornar-se, quem deveria ter sido o tempo todo com boa saúde quem sabe?

...Tenha uma boa saúde sempre!

* Terapeuta Holístico - CRT 45948 (Fitoterapeuta e Iridólogo) Pós-Graduado pela UnB - (32) 99974-2622 j.irisfito@gmail.com - photosj.marcos@ig.com.br

VIDA SAUDÁVEL

Os benefícios da banana: fruta ajuda a dormir melhor e é boa para a pele

A banana oferece muitos benefícios para a saúde. Por ser rica em carboidrato e potássio, fornece energia ao organismo e ajuda no funcionamento muscular. Talvez você não saiba, mas o alimento também auxilia na produção de serotonina, um hormônio importante para regular o humor, o sono, e até mesmo as funções cognitivas do nosso corpo.

A fruta é a mais produzida no mundo e a segunda mais consumida. O Brasil é o quarto maior produtor mundial da banana, que pode ser facilmente encontrada em todo o território nacional a preços acessíveis - mais uma de suas vantagens.

Para tirar dúvidas e aproveitar ainda mais o alimento, confira a seguir oito benefícios da banana.

✓ **Banana solta ou prende o intestino?**

Nem prende, nem solta. De acordo com a nutricionista comportamental Laís Ramos, tudo vai depender da escolha da banana a ser consumida. A banana prata não é indicada para quem já tem prisão de ventre, já que pode apresentar um efeito constipante. Nesse caso, a orientação é optar pela banana d'água.

✓ **Banana faz bem para a pele**

Foto: DIVULGAÇÃO



O potássio, a alta quantidade de fibras e vitamina B6 encontrados na casca de banana ajudam a hidratar e a diminuir manchas na pele. A casca também pode ser usada para esfoliações caseiras ou como composto em cosméticos naturais.

✓ **Banana ajuda a produzir massa magra**

Tudo vai depender da quantidade consumida, mas o alto índice glicêmico é ótimo para a produção de massa magra e funciona bem como pré-treino. “É interessante comer com uma fibra como aveia ou chia, para que sua quantidade de carboidratos não interfira no plano alimentar”, esclarece a nutricionista.

Em relação às dúvidas sobre as calorias da banana, a profissional esclarece que a fruta está longe de ser uma vilã. “Muita gente coloca um peso sobre esse alimento, mas não existe nenhum alimento

que engorde ou emagreça isoladamente. Tudo vai depender da quantidade de consumo, contexto e até horários. É uma fruta que tem propriedades muito positivas para o organismo. Só é preciso ter cuidado para não exagerar”, orienta.

✓ **Banana faz bem para as articulações**

Por causa do potássio, a banana é boa para as articulações, evitando câibras e ajudando a melhorar o funcionamento do metabolismo de todo o organismo.

✓ **Banana da terra não faz mal, mas é melhor evitar o consumo in natura**

A banana da terra tem o índice glicêmico mais alto que as demais. Esse fator pode causar dor de cabeça em quem a consome crua, por isso, é mais comum comer a banana da terra frita, cozida ou as-

sada. Além disso, pela quantidade de cica, ela pode causar diarreia ou outro tipo de mal estar.

✓ **Comer banana ajuda a liberar o “hormônio da felicidade”**

A banana tem triptofano, um aminoácido essencial que auxilia na produção de serotonina. Por isso, a banana traz benefícios para questões emocionais e intelectuais, melhorando o humor, regulando o sono e a temperatura corporal.

✓ **Quantas bananas posso comer por dia?**

Comer mais de uma banana por dia é saudável. Para Laís Ramos, em geral, um adulto, com altura mediana, pode comer 3 a 4 bananas por dia, “mas ainda assim vai depender da forma de consumo”, alerta. A banana também é fonte de vitaminas A, C e do complexo B.

✓ **Biomassa de banana ajuda a controlar glicemia e colesterol**

A biomassa de banana, feita a partir da polpa da banana verde, é fonte de fibras e diminui o índice glicêmico da refeição. É recomendado consumir de 1 a 2 colheres de sopa por dia para ajudar a controlar a glicemia e o colesterol. Pode ser usada em receitas de bolos, pães, hambúrguer, vitaminas, entre outros.

Fonte: www.revistagloborural.globo.com

DROGARIA SÃO GERALDO
Farmacêutico Responsável: **Reinaldo José Ribeiro (CRF 19425)**
VISA ENTREGA EM DOMICÍLIO
MasterCard **3332-7812** AGU TEM FARMÁCIA POPULAR
Rua Campolide, 126 A - Bairro do Campo - Barbacena - MG

Artecouro Dorenense
Desde 1981 NOVA LOJA
INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE SELAS, ARREIOS E ACESSÓRIOS
A loja mais completa da região @casadocavalo
Rod. Dolores de Campos / Barroso - Km 2 (ao lado do Posto Shell) Telefone (32) 3353-1288 - Site: www.artecouradorense.com.br

ICF INDÚSTRIA DE CALÇADOS FRANCO
Feito pra durar!
Botas, botinas, tênis, sapatênis e sandálias. Masculino e feminino. Adulto e infantil.
Conforto e durabilidade, no campo ou na cidade.
VENDAS NO ATACADO E VAREJO
Rua Sagrado Coração de Jesus, 32 - Centro - Prados - MG
Tel.: (32) 3353-6373 - calçadosfranco@mgconecta.com.br
(32) 99987-5239 VIVO / (32) 98468-8494 CLARO



Ponte da Cadeia - São João del Rei - MG
Arquitetura Histórica - Construção de 1798

Preservar nossa história é valorizar o futuro



Pecado da Gula



PUDIM TENTAÇÃO DE CHOCOLATE



INGREDIENTES: 300ml de leite integral; 100ml de leite de coco; 1 lata de creme de leite; 1 xícara de açúcar refinado; 24g (2 pacotes) de gelatina incolor; 300g de chocolate ½ amargo. Decoração: 200g de chocolate ½ amargo; cerejas em calda a gosto.

MODO DE PREPARO: No liquidificador, acrescente todos os ingredientes do pudim e bata até misturar tudo. Acrescente a gelatina já hidratada, conforme as informações do fabricante. Leve para geladeira por três horas. Desenforme o pudim. Faça raspas com o chocolate ½ amargo com o auxílio de uma faca, polvilhe sobre o pudim e decore com cerejas a gosto.

DELÍCIA DE SALADA DE BACALHAU COM BATATA

INGREDIENTES: 500g de bacalhau dessalgado em lascas; 4 batatas médias; 2 ovos; 2 cebolas médias cortadas em rodelas; ½ pimentão vermelho cortado em tiras; ½ pimentão amarelo cortado em tiras; 1 xícara de azeitonas pretas; 3 dentes de alho picados; azeite de oliva a gosto; salsinha ou cebolinha picada a gosto; pimenta do reino e sal a gosto.

MODO DE PREPARO: Comece descascando as batatas e cortando-as em cubos pequenos ou rodelas, como preferir. Se quiser também poderá usar batata doce para preparar esta salada. **Dica:** as rodelas não deverão ser muito grossas, para a batata não demorar muito a cozer, nem muito finas para não desmanchar. Coloque as batatas e os ovos em uma panela, acrescente água até cobrir e uma pitada de sal. Cozinhe em fogo médio durante 20 minutos ou até as batatas ficarem macias, mas não desmanchando. **Dica:** cozinhar os ovos junto com as batatas é um truque para acelerar o preparo desta receita de salada de bacalhau desfiado. Não esqueça de lavar muito bem os ovos antes de colocar eles na panela. Enquanto isso leve ao fogo médio uma panela com azeite até cobrir todo o fundo. Deixe



esquentar um pouco e junte a cebola e os alhos, deixando refogar até a cebola ficar macia. Adicione o bacalhau, tempere a gosto com sal e pimenta e cozinhe por mais 10 ou 15 minutos, mexendo de vez em quando. **Dica:** não precisa cozinhar o bacalhau antes de adicionar na panela. No entanto, se estiver usando sobras de bacalhau, simplesmente envolva-as no refogado e desligue o fogo. Numa assadeira untada com azeite intercale camadas de batata e ovo descascado e picado, refogado de bacalhau e também os pimentões. Decore com azeitonas, regue com azeite abundante, e, se quiser, leve ao forno a 200°C até dourar. Na hora de servir polvilhe a salsinha ou cebolinha.

BOLINHO DE BRÓCOLIS E BACON



INGREDIENTES: 1 colher (sopa) de manteiga; 1 cebola picada; 200g de bacon em cubos; 2 xícaras (chá) de brócolis picado; 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado; 1 xícara (chá) de leite; 1 xícara (chá) de batata cozida e amassada; 1 xícara (chá) de farinha de trigo (aproximadamente); sal e pimenta-do-reino a gosto; farinha de trigo para empanar; óleo para fritar.

MODO DE PREPARO: Aqueça uma panela com a manteiga, em fogo médio, e frite a cebola e o bacon até dourar. Adicione o brócolis, o cheiro-verde e refogue por 3 minutos. Acrescente o leite, a batata, a farinha, sal, pimenta e cozinhe até engrossar e desgrudar do fundo da panela. Se necessário, coloque mais farinha. Desligue e deixe amornar. Modele bolinhas, empane em farinha de trigo e frite, aos poucos, em óleo quente até dourar. Escorra sobre papel-toalha e sirva.

TOMATES RECHEADOS COM ATUM

INGREDIENTES: 3 tomates tipo caqui (cerca de 200g cada); 1 pão francês amanhecido, ralado na parte grossa do ralador; 1 e 1/2 colher (sopa) de manjeriço fresco picado grosseiramente; 1 dente (pequeno) de alho amassado; 1 colher (chá) de orégano ou tomilho fresco; 1 colher (sopa) de cheiro verde picado; 3 colheres (sopa) de queijo tipo parmesão ralado; sal e pimenta do reino a gosto; 1 lata de atum sólido em óleo 170g.

MODO DE PREPARO: Corte uma tampa de cada tomate e com o auxílio de uma colher pequena, retire as sementes. Polvilhe sal na parte interna e deixe-o com a boca virada para baixo até o momento de usar. Numa tigela junte o pão, o manjeriço, o alho, o orégano, o cheiro verde, o queijo e o óleo do atum. Tempere com sal e pimenta. Misture bem. Recheie os tomates com esta farofa. Distribua os tomates numa assadeira antiaderente untada com óleo ou azeite e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 25 minutos ou até que os tomates



estejam cozidos. Retire do forno e distribua o atum. Sirva em seguida. **Dica:** Para que o tomate não "vire" na assadeira, corte uma fatia bem fina na base do mesmo. Acrescente azeitona verde picada à farofa.

LINGUIÇA CONDIMENTADA ACEBOLADA NA CACHAÇA



INGREDIENTES: 4 gomos de linguiça condimentada; 1 cebola grande; 50g de manteiga; 100ml de cachaça.

MODO DE PREPARO: Em uma frigideira, aqueça bem a manteiga. Coloque as linguiças para dourar ainda inteiras. Quando tomarem consistência de cozidas, retire do fogo e corte-as em rodela para que mantenham a forma. Doure a cebola nesta mesma frigideira e volte as rodela de linguiça condimentada junto com a cebola. Com a frigideira bem quente, acrescente a cachaça e deixe flambar. Sirva em seguida e bom apetite.

MOQUECA DE SARDINHA



INGREDIENTES: 50g de cebola cortada em rodela; 35g de pimentão verde cortado em rodela; 80g de tomate cortado em rodela; 1 lata de Sardinha com Ervas; 4 colheres de chá de leite de coco light; folhas de salsa para enfeitar; sal e molho de pimenta a gosto.

MODO DE PREPARO: Numa panela pequena própria para moqueca ou frigideira intercale camadas de cebola, pimentão, tomate e sardinha. Tempere com sal e molho de pimenta. Cozinhe em fogo brando, panela tampada, por cerca de 15 minutos ou até os legumes ficarem cozidos. Não deixe que desmanchem: eles devem ficar cozidos, mas manter o formato. Regue a preparação com o leite de coco e enfeite com folhas de salsa. Cozinhe até levantar fervura. Sirva na própria panela.

BOLO DE MILHO COM LEITE CONDENSADO



INGREDIENTES: 4 espigas de milho verde; 1/2 xícara de óleo; 1 lata ou caixinha de leite condensado; 3 ovos; 1 e 1/2 xícaras de farinha de trigo; 1 colher de sopa de fermento em pó; 1/2 colher (sopa) de açúcar de confeiteiro para polvilhar.

MODO DE PREPARO: Debulhe o milho, cortando os grãos rente ao sabugo e, em um liquidificador, bata com meia xícara de água. Passe por uma peneira e retorne o creme de milho no liquidificador. Junte o óleo, o leite

condensado e os ovos e bata bem. Em um recipiente, despeje essa mistura, acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e misture bem. Despeje a massa em uma forma redonda de furo central (20 cm de diâmetro) e leve ao forno médio-alto (200°C), preaquecido, por cerca de 40 minutos ou até que, espetando um palito na massa, este saia limpo. Espere amornar, desenforme, polvilhe o açúcar de confeiteiro e sirva em seguida.

Restaurante PAIOL de MINAS



SELF-SERVICE COMIDA CASEIRA
CHURRASCO AOS DOMINGOS
LANCHES RÁPIDOS - SUCOS - SALGADOS
PRODUTOS DIRETO DA FAZENDA
Queijos, doces e cachaças

(35) 99939-9750

Rod. MG 383, Km 05 - São Vicente de Minas / Madre de Deus

AMBIENTE AGRADÁVEL COM VISTA PANORÂMICA



MG
383
KM 05

DICAS AUTOMOTIVAS

Dicas para evitar problemas com o câmbio automático



Foto: DIVULGAÇÃO

Devido à praticidade, o câmbio automático vem ganhando cada vez mais espaço no mercado automotivo. Ele diferencia-se do câmbio manual, por não precisar da intervenção do motorista para passar as marchas. O sistema possui autonomia para detectar a relação entre a velocidade e a rotação do motor e decidir pela troca automática adequada.

Embora haja mais facilidade, segurança, conforto e maior durabilidade dos componentes do sistema de transmissão, o câmbio automático é delicado, e, por isso, é necessário ter cuidados especiais para evitar prejuízos que podem passar de R\$ 5 mil.

✓ **Lubrificante da transmissão** - A troca do lubrificante da transmissão deve ser feita, em média, a cada 30 mil km se for mineral e 50 mil km se for sintético.

✓ **Líquido do radiador** - Verifique o nível do líquido do radiador periodicamente. Ele tem a função de manter o motor refrigerado e a temperatura ideal dos demais compo-

nentes, incluindo o fluido das transmissões automáticas.

✓ **Luz de advertência do câmbio** - Se a luz de advertência do câmbio acender é sinal que existe um problema sério, que não deve ser negligenciado. Geralmente, o câmbio entra em regime de emergência e nesta situação, a transmissão funcionará parcialmente. O recomendado é parar o carro e solicitar um guincho para a oficina.

✓ **Forma de conduzir** - Para evitar esforço no desengate, coloque no N (Neutro) e puxe o freio de mão antes de pôr o seletor do câmbio na posição P (Parking), na hora de estacionar.

✓ **Carro automático usado** - Se for comprar um carro usado automático, com mais de 50 mil km rodados, não se esqueça de solicitar as notas fiscais da troca. Independentemente do tipo de câmbio, não deixe de realizar a revisão e manutenção do sistema de transmissão do seu carro.

Fonte: <https://widmen.com.br>

A importância do alinhamento dos faróis dos veículos

O sistema de luzes automotivas é responsável por iluminar e sinalizar as funções do veículo, tornando-o visível aos demais carros e pedestres, ajudando assim, a evitar acidentes.

Entretanto, é comum notar veículos com faróis não só queimados, mas também desalinhados. O problema pode acontecer por causa de trepidações, pequenas batidas ou devido à folga nos parafusos pela ação do tempo, causando mudança na posição do fecho de luz.

O ideal é fazer a revisão, em média, a cada 10 mil ou 20 mil quilômetros, assim, profissionais especializados vão analisar a situação da lente e o alinhamento da luz. No entanto, se notar que uma das lanternas está com intensidade menor que a outra ou tiver dificuldade para dirigir à noite, vá imediatamente a uma mecânica especializada.

Lembre-se ainda de realizar o alinhamento dos faróis quando houver a substituição da lâmpada do farol ou substituição do farol, quando retirar o farol para reparos, quando houver troca ou arqueamento de molas da suspensão ou quando a altura do veículo for modificada.

Teste em casa: Você mesmo pode verificar o alinhamento dos faróis. Basta colocar o carro em um local plano de frente para uma parede, a cerca de cinco metros de distância. Se uma



Foto: DIVULGAÇÃO

luz estiver mais alta do que outra, eles estão desalinhados.

Risco de multa: Fique atento! É importante estar com as condições de iluminação adequadas, respeitar os motoristas que trafegam pelo lado contrário da pista e verificar sempre que possível, se não há lâmpadas danificadas, afinal, transitar com o farol desregulado ou com o fecho de luz alta de forma a perturbar a visão de outro condutor é infração grave, que resulta em multa e pontos na Carteira Nacional de Habilitação.

Fonte: <https://widmen.com.br>



AUTO mania
GUIA AUTOMOTIVO e de SERVIÇOS



OFICINA MECÂNICA AVENIDA
Especializada em Injeção Eletrônica

(32) 99908-0064 José Carlos (32) 98852-5660 Ademir

Rua Olga Monteiro Araújo, 332 Passarinhos - Barbacena - MG (32) 3333-4229
oficinamecanicaavenida@live.com



SCAPE SOM MATEUS
SOM E ACESSÓRIOS

ENGATES PARA TODOS OS VEÍCULOS NA PRONTA ENTREGA

Av. Gov. Bias Fortes, 1.106 Pontilhão - Barbacena - MG 32 3332.3322



DISCACCATI AUTO PEÇAS LTDA

Venda de Peças e Acessórios p/ Automóveis e Caminhões - Rolamentos em Geral

Av. Olegário Maciel, 253 - Centro - Barbacena - MG
E-mail: discacciatip@gmail.com

Telefone (32) 3331-7274



CATALÃO Pneus

Pneus - Alinhamento
Balanceamento - Peças - Suspensão

PIRELLI GOODYEAR FIRESTONE
BRIDGESTONE DREEMAR

(32) 3332-1799

Rua Bahia, 287 - São Sebastião - Barbacena - MG



POSTO CACHEIRO

BR

TEL.: (32) 3338-1462 Madre de Deus de Minas - MG



ESTACIONAMENTO e Lava Jato SANTA CLARA

(32) 99917-2737

SEGUNDA a SEXTA de 7:00 às 19:00 / SÁBADO: 8:00 às 13:30
Praça Conde de Prados, 101 - Centro - Barbacena - MG



AUTO MECÂNICA E BORRACHARIA FERREIRA

Comércio de Peças Novas e Usadas para Caminhões

Mecânico Diesel - Cleber

ACEITAMOS CARTÕES
Tels.: (32) 99996-0045 / (32) 99916-7608

Av. João Pinheiro, 413 - Madre de Deus de Minas (ao lado do Laticínio)



SETEG
Tel.: (32) 3331-0575

ENROLAMENTO DE MOTORES ELÉTRICOS
MANUTENÇÃO DE BOMBAS D'ÁGUA

Há 50 anos prestando serviços em Barbacena e região

Av. Olegário Maciel, 390 - Centro - Barbacena - MG
setegmotores@yahoo.com.br



104.9 FM RÁDIO ALTO RIO GRANDE

Ligadinha em você!

(32) 3335-1273 - www.altoriogrande.com.br
Piedade do Rio Grande - MG



Paulo Menezes de Paiva
Fotógrafo

• Batizados • Casamentos
• Aniversários • Festa de 15 anos
• Eventos: Shows, Eventos Sociais, Datas comemorativas

(35) 98703.8018 / 99212.0802
(35) 3323.1268

Praça Governador Valadares, 29 - Centro
São Vicente de Minas - MG



É FÁCIL ANUNCIAR AQUI

(32) 99983.1612
(32) 98888.4633



SEMEX
Genética Para Vida®

REPRESENTANTE COMERCIAL

PHILLIPPE DOMINGOS MONTEIRO
TELEFONE: (32) 9 8424-9669 | (32) 9 9801-4368
E-MAIL: barbacena@semex.com.br



YP semijoias

@semijoiasyp (32) 99941.1937

acheia aqui

GUIA DE COMÉRCIO & SERVIÇOS

AQUI VOCÊ ENCONTRA O QUE PRECISA

**procurou? achou!**

CINDERELA
ROUPAS E CALÇADOS

Instagram: CINDERELA_BARBACENA Facebook: CINDERELA ROUPAS E CALÇADOS

Telefone: (32) 98494-2135 / (32) 3331-1810

Rua Tiradentes, N°20 - Centro - Barbacena MG

MB BAR e MERCEARIA BERTOLIN

CEREAIS - ENLATADOS - FRUTAS - VERDURAS - LEGUMES

O mais saboroso tira gosto da cidade!

Telefone: (32) 3331-4497

Rua Pres. Afonso Pena, 63-A - Santa Tereza - Barbacena - MG

Bar e Restaurante do ZAZAGA
zazaga@glubo.com

Telefone: (32) 3331-1106

Funcionamento de sexta a domingo
Praça da Estação - Campolide - Antônio Carlos - MG

DA Depósito Avenida

O jeito certo de construir!

Telefone: (32) 3332-1133

E-mail: depositoavenidabq@hotmail.com
Av. José Francisco Bias Fortes de Abreu, 1.050
São Sebastião - Barbacena - MG
(ao lado do Posto Bahia, em frente ao Posto Policial da Praça)

CASARÃO
HOTEL E RESTAURANTE
MADRE DE DEUS DE MINAS - MG

Telefone: (32) 3338-1139

Rua Joaquim Carvalho de Araújo, 66 - Centro - Madre de Deus de Minas - MG

Dois Irmãos SUPERMERCADO DOIS IRMÃOS

DISK ENTREGAS: (32) 3338-1220 / (32) 98898-9567

O melhor preço da região é aqui!

Rua Maestro José Gonçalves de Oliveira, 65 - Centro - Madre de Deus de Minas - MG

LUGAR DE OPINIÃO

Textos sobre:
- Direito e análise jurídica.
- Meditação e reflexão.
E ilustrações.

Acesse:
www.lugardeopinioao.com.br

MARTIN & NASARIO
ADVOGADOS

Telefone: (32) 3051-1191 / (32) 98814-3841 / (32) 98444-4345

LC TOPOGRAFIA

GEORREFERENCIAMENTO DE IMÓVEIS RURAIS
TOPOGRAFIA - CAR (CADASTRO AMBIENTAL RURAL)
PROJETOS RURAIS, URBANOS E AMBIENTAIS - CCIR e ITR

Telefone: (32) 99834.9936 (VIVO) / (32) 98428.8358 (CLARO)

Av. 7 de Setembro, 177 - Sala 324 - Centro - Piedade do Rio Grande - MG

DROGARIA RIO GRANDE

Sempre ao seu lado

PIEDADE DO RIO GRANDE - MG: Rua José Leotério nº 11
Centro - Tel.: (32) 3335-1481

SANTANA DO GARAMBÉU - MG: Praça Paiva Duque, 16 - Centro
(Em frente a Prefeitura Municipal) - Tel.: (32) 3334-1240

Rações Piedade
(32) 3335-1493

Rações e insumos para alimentação de animais
Sementes e Fertilizantes - Medicamentos veterinários

Email: racoespiedade@bol.com.br

Rua Joviano C. Araújo, 20 - Piedade do Rio Grande - MG

PARADA DO FRANGÃO
AÇOUGUE, MERCEARIA E LANCHONETE

ALMOÇO DE TERÇA A DOMINGO

Telefone: (32) 99976-0970

Rodovia MG 338, Km 30 - Ponto Chic - Barbacena - MG

BAR, RESTAURANTE E HOTEL Zé Manoel

A melhor comida mineira!

O melhor Self service de comida caseira
Funcionamos todos os dias

Telefone: (32) 3334-1174 / 98421-0196

Rua Maria Pia, 60 - Centro - Santana do Garambêu - MG

MG VET AGROPECUÁRIA

31 99868-6216
32 98453-0522
@mgvet_agropecuaria
mgvetagropecuaria@gmail.com

Selaria - Sementes - Ferramentas - Nutrição Animal
Produtos Pet - Produtos de limpeza de ordenhadeira
Medicamentos veterinários em geral

Rua Cristiano Fagundes, 17 - Centro - Santana do Garambêu - MG

MERCADO São Camilo

Melhor preço e atendimento!

32 3334-1256
98499-2556

Rua Maria Pia da Cunha, 424 - Centro - Santana do Garambêu - MG

DO PAULINHO
AÇOUGUE

Telefone: (32) 98484-5799

Rua Joaquim de Oliveira, 40 - Centro - Santana do Garambêu - MG

MERCEARIA DO LULU
ABERTO DIA E NOITE

Horário de Funcionamento:
Domingo à quinta: 7 às 21h
Sexta e sábado: 7 às 22h

Telefone: 98418-0094

Rua Espírito Santo, 132 - Bairro Santana - Ibertioga - MG

RURAL PET
AGROPECUÁRIA - PET SHOP - BANHO E TOSA

Contato: (32) 99825-1179

Avenida Bias Fortes, 104 A - Centro - Ibertioga - MG

Drogaria Arco-Íris
SERVIÇOS FARMACÊUTICOS GRATUITOS

Plantão

32 3347-1356
32 9 9928-4517 vivo
32 9 8496-0644 claro

MAIS SAÚDE PARA VOCÊ!
Rua Pedro Barroso - 01 - Centro - Ibertioga - MG

TECO SUPERMERCADO

Fazemos entregas em domicílio

Telefone: (32) 98422-1514 / 98421-5008

AV. BIAS FORTES, 262 - CENTRO - IBERTIOGA - MG

LABORATÓRIO FAGUNDES CARVALHO
ANÁLISES CLÍNICAS

Telefone: (32) 3347-1475

Alta qualidade e confiabilidade em exames laboratoriais

✓ Hematologia ✓ Bioquímica ✓ Imunologia ✓ Microbiologia
✓ Hormônios ✓ Urinálise ✓ Parasitologia ✓ Toxicológico

Rua Evaristo de Carvalho, 21 - Centro - Ibertioga - MG
(em frente à Prefeitura e Agência dos Correios) - E-mail: labfagundescarvalho@gmail.com

Ebio Campos
Centro de Beleza

Cabeleireiro - Dia da Noiva - Corte - Penteado

Com novidade: (32) 98435.4671
Corte Bordado (32) 99805.9039

Rua Evaristo de Carvalho, 43 - Centro - Ibertioga - MG

SUPERMERCADO mateus

Telefone: (32) 98447-3746
(32) 98469-9953

AV. BIAS FORTES, 28 - CENTRO - IBERTIOGA - MG

Escola Profissionalizante PEDRA ANGULAR

ALGUNS CURSOS OFERECIDOS: Cuidador de Idosos, Inglês, Informática, Informática para Terceira Idade, Mídias Sociais, Práticas Contábeis, Auxiliar Administrativo, Gestão de Vendas e Marketing, Inteligência Emocional, Atendente de Farmácia, Designer Gráfico e muito mais.

32 98425-0695 - Maria Inez 32 98452-0544 - Silvania

Escola Profissionalizante Pedra Angular | pedraangular.ep | pedraangular.ep@gmail.com

Avenida Bias Fortes, 357 - Apto. 102
Centro - Ibertioga - MG
(Em cima da Loja do Bolachinha)

DROGARIA LIVRE
www.drogarialivre.com.br

DROGARIA SÃO JOSÉ

Telefone: (32) 3342-1377 / (32) 98452-0571

Rua João Paulo II nº 34 - Centro - Santa Rita de Ibitipoca - MG

RPR festas

Contatos:
(32) 98426-2198 @rprfestas
(32) 99812-3275 RPR festas

Santa Rita de Ibitipoca - MG

Arte em Madeira
MARCENARIA ESPECIALIZADA

FABRICAÇÃO DE MÓVEIS, PORTAS E JANELAS.

Telefone: (32) 98499-7864
@arteemmadeiramg

AV. BIAS FORTES, 598 - IBERTIOGA

É FÁCIL ANUNCIAR AQUI

Telefone: (32) 99983.1612
(32) 98888.4633