



IBERTIOGA

D'Zarafet Confeccões inaugura nova unidade no município e gera 45 empregos

Foto: VIVIANE ARAÚJO

04



Foto: PMSRI / DIVULGAÇÃO

SANTA RITA DE IBITIPOCA

Resenha conquista título do Campeonato Municipal de Julho

11

MADRE DE DEUS DE MINAS



Câmara Municipal recebe representantes da CEMIG para tratar de melhorias no fornecimento de energia

13

Prazer em ler! nova mídia

16 anos
2009 - 2025



IBERTIOGA - MG - Ano XVI - Nº 184 - 31 de agosto de 2025 - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - Campo das Vertentes / Zona da Mata / Sul de Minas - 6.000 exemplares - @jornalnovamidia

FESTIVAL SABORES DE IBERTIOGA GASTRONOMIA, CULTURA E SOLIDARIEDADE



Foto: FABRÍCIO FOTOGRAFIA

03

MAIS SAÚDE NO SEU DIA A DIA



VOCÊ ENCONTRA ESSES PRODUTOS NOS SEGUINTE LOCAIS:

Barbacena
DROGARIA BARRA
(32) 99943-6868

Ibertioga
DROGARIA SANTANA

Antônio Carlos
DROGARIA SÃO JOSÉ - Rede Inova

Santa Rita de Ibitipoca
DROGARIA SANTA RITA - Rede Inova

Piedade do Rio Grande
DROGARIA SÃO JOSÉ - Rede Inova



SANTANA DO GARAMBÉU

Município recebe ônibus 0 km para o transporte de pacientes



Foto: PMSRI / DIVULGAÇÃO

07

Artigo Nelson Xavier: "Quando o professor se torna invisível"

02

Ibertioga realiza Encontro de Violeiros, de 5 a 7 de setembro

05

Celebração do centenário de nascimento de Vicente Araújo

09

Artigo Letícia Fernandes: "A vida está desconfortável para você?"

10

DIMETRA
MEDICINA DO TRABALHO LTDA.

Jesus Célio de Oliveira Malta
Médico do Trabalho - CRM/MG 13404

Diego Nêzio Malta
Médico Examinador - CRM/MG 53621

Assessoria e Consultoria em Medicina do Trabalho e emissão de Programas de SST com envio de eSocial

PGR/GRO: Programa de Gerenciamento de Risco de Gestão - PCMSO: Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional
LTCAT: Laudo das Condições Ambientais - CAT: Comunicação de Acidente de Trabalho - PPP: Perfil Profissiográfico Previdenciário
ASO - Atestado de Saúde Ocupacional (Admissional, Mudança de Função / Risco, Retorno ao Trabalho, Periódico e Demissional)

Rua Alfredo Renaut, 78 - Centro (ao lado do prédio da OAB) - Barbacena - MG
Telefax: (32) 3331-5107 - E-mail: dimetrabcena@hotmail.com

AS MELHORES MARCAS DO ESTILO COUNTRY

FAZENDA & CIA
MODA COUNTRY

Botas, chapéus, camisas, jeans e muito mais!
ENTREGAMOS EM TODA REGIÃO

fazenda.country (32) 9 9846-5413

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

POSTO SBT

O melhor combustível pelo menor preço da região

Rua Barão do Triunfo, 243
Bairro São Geraldo
Barbacena - MG

(32) 98401-1173

Ferragens Delean AÇO E CONSTRUÇÃO

FERRAMENTAS - MÁQUINAS EM GERAL

E-mail: ferragensdelean@gmail.com TEL.: (32) 3331-0088

Av. Governador Bias Fortes, 723 - Pontilhão - Barbacena - MG
(Ao lado da Caixa Econômica Federal)

Sta. Terezinha
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

REFERÊNCIA EM ATENDIMENTO E CONTROLE DE QUALIDADE

CATEGORIA DIAMANTE
EXCELÊNCIA LABORATORIAL pela Sociedade Brasileira de Análises Clínicas

MATRIZ/UNIDADE I/ÁREA HOSPITALAR
Rua Padre Toledo, s/n - São Sebastião - Barbacena - MG
CEP 36202-306 (Anexo à Santa Casa de Misericórdia)
Fones 32 3332-1165 / 3051-1143

POSTO DE COLETAS/UNIDADE II/CENTRO
Avenida Bias Fortes, 614 - Fone (32) 3051-1146
WhatsApp: 99195-8244 / 99148-0953 - E-mail: labistaterezinha@gmail.com
Site: www.laboratoriosantaterezinha.com.br
Facebook/Instagram: laboratoriosantaterezinha

PNCQ DICQ

FAZEMOS COLETAS EM DOMICÍLIO

Medicina Alternativa

José Marcos Ribeiro de Oliveira*



Síndrome de abstinência da visão (parte 1)

Você deve ter lido, pelo menos, alguma informação a respeito da visão. Tempos atrás, foi divulgado um estudo sobre o efeito de *e-mails* através de telas, mensagens instantâneas e telefonemas sobre 1.100 trabalhadores de escritório na Inglaterra. Constatou-se que metade dos funcionários responde a seus *e-mails* em, no máximo, uma hora. Dois em cada três pesquisados checam *e-mails* depois do expediente e nos fins de semana. Um em cada três interrompe encontros e reuniões para responder a mensagens. Quatro em cada dez acham que as pessoas que atendem ao celular na frente dos outros não são mal-educadas, mas eficientes.

A pesquisa concluiu que as pessoas que tentam trabalhar, atender a telefonemas e responder a *e-mails* e mensagens eletrônicas simultaneamente perdem o foco e diminuem a produtividade. Até aí nada demais. Ninguém precisa gastar dinheiro com pesquisa para descobrir que executar muitas tarefas ao mesmo tempo afeta a concentração e a eficiência. O que fez essa pesquisa virar notícia foi a descoberta do tamanho do estrago feito pela avalanche de *e-mails* no nosso dia a dia. Está sentando? Lá vai. Responder **compulsivamente a e-mails deixa a mente mais letárgica do que fumar maconha**. Não, não é esta coluna de “vida saudável” que faz essa afirmação. Quem assina embaixo dessa conclusão é um instituto sério, o **TNS Research**, baseado em experimentos clínicos conduzidos pelo Dr. Glenn Wilson, da Universidade de Londres. O Dr. Wilson mediu o Q.I. de funcionários de escritório ao longo do dia, e com isso conseguiu medir quanto a mente é afetada pelo excesso de *e-mails*, a todo momento e respondem a eles em menos de uma hora têm seu Q.I. **temporariamente diminuído em 10 pontos**. Só como termo de comparação, uma pessoa que fuma maconha tem seu Q.I. **diminuído em menos 4 pontos**.

Novamente: não, quem financiou essa pesquisa não foi nenhuma associação de donos de cafés suspeitos de Amsterdã. Foi a Hewlett-Packard, a HP, uma das maiores fabricantes de computadores e *softwares* do mundo. Agora, sim, entendi tudo. Eu ando permanentemente sob efeito de *e-mails* pesados. Esta leseira, estes olhos fundos e esta fome incontrolável vêm daí: dessa compulsão para abrir minha caixa postal a cada 30 segundos. Por falar em olhos, vai lá mais uma. **O uso de celulares (principalmente à noite), por um tempo de 5 horas, torna-se nocivo à qualidade da visão em 10% a cada ano que se vive (OMS)**. Felizmente, apareceu alguém para expor meu vício ao mundo. Porque é muito fácil ser dependente químico de *e-mails*. Ninguém percebe se você abre sua caixa postal a cada 30 segundos. Existem tantos usos para computador que você pode checar seus *e-mails* a qualquer momento, até nos sábados, domingos e feriados, fingindo que está vendo se já acabou de baixar um programa de vídeo. Mesmo no meio da noite, é possível dar uma passadinha na caixa-postal, sob a desculpa que vai fazer um *pit stop* no banheiro ou assaltar a geladeira. **Será que esse estudo pode servir de base para que os disseminadores de spam sejam processados como traficantes?** É de qualquer sorte e de todo modo, não adianta só erradicar o tráfico de *e-mails*. É preciso curar a dependência. A partir de agora, vou tentar checar meus *e-mails* apenas socialmente. Vou tentar fazer estritamente recreativo da minha caixa postal eletrônica. E, enquanto não consigo, vou tentar executar minhas tarefas antes de abrir meus *e-mails*, enquanto meu Q.I. ainda não está afetado. Ou seja, entre 6h30 e 6h45 da manhã. Tolamente! Acaso, alguém aí sabe o *e-mail* dos Internautas Anônimos?

Como estamos na era digital?

Lembrando que, às vezes, a pressa torna-se inimiga da conexão. Amigos, amigos, senhas à parte. Arquivo dado não se olha o formato. Diga-me que *chat* frequentas e te direi quem és. Para bom provedor, uma senha basta. Não adianta chorar sobre o arquivo deletado. Em briga de namorados virtuais, não se mete o *mouse*. Hacker que ladrar não morde. Mais vale um arquivo no HD do que dois baixando. *Mouse* sujo se limpa em casa. Melhor prevenir do que formatar. Quando um não quer, dois não teclam. Quem clica seus males multiplica. Quem com vírus infecta, com vírus será infectado. Quem envia o que quer, às vezes, recebe o que não quer. Quem não tem banda larga caça com discada. Quem semeia *e-mails*, colhe *spams*. Quem tem dedo vai a roma.com. Vão-se os arquivos, ficam os *backups*. Diga-me que computador tens e pode dizer quem és. Uma impressora perguntou para outra: e “Essa folha é sua ou impressão minha?” Aluno de informática não cola, faz *backup*. Na informática nada se perde, nada se cria. Tudo se copia... Depois cola. Pois é! Justo assim...

*Terapeuta Holístico CRT 45948 (Fitoterapeuta e Iridólogo)
Pós-Graduado pela UnB - (32) 99974-2622 - j.irisito@gmail.com

educação

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

"QUANDO O PROFESSOR SE TORNA INVISÍVEL"

“Um bom mestre é como uma vela: consome-se para iluminar o caminho dos outros.” - PROVÉRBO TURCO



Olá, querido amigo leitor do Novamídia! Vocês se lembram como eram vistos e tratados os professores no seu tempo? Imagina como essas relações - entre professores e alunos - estão atualmente?

É sobre isso que gostaria de refletir com você!

Recentemente, viajando com um amigo professor, ele me narrou alguns dramas da escola moderna que fizeram sangrar meu coração. A conversa me fez recordar o texto de Ruth Toledo, que descreve, quase em tom de diário, a dor silenciosa do educador atual - especialmente de quem atravessou décadas de ensino e testemunhou a mudança radical na relação entre escola, família e sociedade.

Ruth conta a despedida de uma professora primária após 36 anos de carreira. No início, ensinar era um chamado respeitado, cheio de afeto, vínculos e confiança. Com o tempo, a realidade mudou: *surgiram a falta de respeito, a pressão por resultados e métricas, a solidão, a violência e a desvalorização*. As crianças, cada vez mais impactadas por telas, chegam emocionalmente fragilizadas, enquanto professores se veem sobrecarregados e sem apoio.

Eu já havia lido o texto. E, como amigo de professor, sabia que aquelas palavras representavam a verdade nua e crua da realidade de em muitas escolas brasileiras.

Dentro desse contexto, recordei-me de uma pesquisa recente: o Brasil está entre os primeiros lugares em **indisciplina escolar**. Nossos professores perdem cerca de 20% do tempo de aula lidando com desordem - ou seja, 1 em cada 5 minutos é dedicado apenas para manter a ordem. É o pior desempenho entre 32 países pesquisados. Além disso, apenas 67% do tempo é efetivamente dedicado ao ensino, enquanto 12% se perdem em tarefas administrativas, como chamada e registros. Mais de 40% dos alunos relatam que, na maioria das aulas, o professor precisa esperar a turma se acalmar para começar a ensinar.

Quando apresentei esses números ao meu amigo, ele disse que, em sua realidade, o percentual é bem maior.

Fiquei imaginando o quão desgastante é estar em sala de aula quando os alunos não o respeitam; quando não estão interessados em aprender; quando há risco de ameaças vindas de jovens, pais e até do próprio sistema, que exige do professor uma performance de **showman**, atolando-o em burocracia e ainda lembrando-o de possíveis processos.

Recordei-me dos professores da minha época - o respeito que tínhamos, a autoridade que exerciam e a admiração que nutríamos por eles. Talvez, por não termos acesso a tantas informações, para nós, o professor detinha o poder do conhecimento e representava uma extensão da autoridade do lar. E por isso, sabíamos valorizá-lo.

Não nego as mudanças naturais do tempo. Mas será que **cobranças por métricas, a substituição das relações humanas por telas e a pressão por resultados são o caminho para uma educação de qualidade?**

Parece haver uma troca do essencial pelo supérfluo, do central pelas bordas. A educação, refém da tecnologia e da “gestão de desempenho”, esquece o humano. Terceirizamos à escola as funções da família, mas, por acréscimo de sadismo, retiramos dela a autoridade e o respeito.

O professor moderno está em sala de aula muitas vezes por necessidade, outras por idealismo - e, felizmente, ainda por acreditar no ser humano e na sua capacidade de se reinventar.

Apesar da solidão do docente, que precisa ser **psicólogo, assistente social, babá** e, ainda assim, “dar conta” do currículo, sem ter quem lhe estenda a mão, há aqueles que não se deixam vencer. Buscam alcançar o âmago dos alunos, criando laços de confiança.

Quando perguntei ao meu amigo, que havia deixado outra carreira para lecionar, se tinha arrependimentos, ele respondeu:

- Apesar das dificuldades, acredito que, de alguma forma, posso fazer a diferença na vida de alguém. Que eu possa alcançar a mente de um aluno, terei realizado algo importante!

É essa esperança que deve nos mover. Exemplos como esse são pequenos, mas sagrados: *um olhar de gratidão, um aprendizado simples, a confiança de uma criança*.

A escritora Ruth Toledo, em seu texto, destaca os pequenos momentos de afeto e aprendizado como seu maior legado. Conclui com um apelo: que a sociedade reconheça e respeite os professores, pois, mesmo esquecidos pelo sistema, eles permaneceram firmes, lembrando-se de cada criança.

Isso me dá esperança e mostra que o professor não é apenas vítima, mas o guardião de algo maior. E como guardião, ele deve ser visto, entendido, respeitado e amado. Que possamos tirá-los dessa invisibilidade e dessa solidão - para que possam sentir, no mais profundo de seu ser, o quanto são importantes para todos nós.

E aqui, deixo o meu sincero agradecimento a todos aqueles que fizeram parte de minha educação formal e moral.

Destaco a minha primeira professora, no antigo pré-escolar, a Tia Telma Loschi, que até hoje, se dedica de forma integral à educação - e no nome dela, estendo a todos os educadores que deixaram em sala de aula, sua energia, sua alegria, seus sonhos e nos prepararam para a vida.

E a você, dileto leitor, faço este convite: **valorize o educador não com presentes, mas com respeito e dignidade. Porque, no fundo, educar nunca foi apenas ensinar fórmulas - foi ensinar a viver. E viver é algo que nenhuma prova padronizada consegue medir.**

NELSON XAVIER

Consultor em Desenvolvimento Humano / Pedagogo

Facebook: <https://www.facebook.com/XNELSON10>E-mail: xnelson10@yahoo.com.br / Instagram: @xnelson10CANAL GNOTHI SEAUTON: <https://www.youtube.com/gnothisauton>JORNAL
novamídia

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

Filiado ao SINDIJOIRI - 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: Nelson Xavier e J. Marcos

Tiragem mensal: 6.000 exemplares - Distribuição gratuita

Impressão: O TEMPO
Serviços Gráficos
(31) 2101-3807

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, Andreilândia, 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 / 99881-4633

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

PAPELARIA

Bernadete

(32) 3331-7705
3331-7024

papelariabernadete@yahoo.com.br

99902-4937

BARBACENA - 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

YOLANDA *Um novo ponto de vista*

Tel.: 3331-2667

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

DROGARIA SÃO GERALDO

Farmacêutico Responsável: **Reinaldo José Ribeiro (CRF 19425)**

ENTREGA EM DOMICÍLIO

3332-7812

Rua Campolide, 126 A - Bairro do Campo - Barbacena - MG

TRADIÇÃO

Festival Sabores de Ibertioga movimentou a cidade com gastronomia, cultura e solidariedade

Nos finais de semana de agosto, a cidade de Ibertioga foi palco da 9ª edição do Festival Sabores de Ibertioga, uma animada competição gastronômica que já se tornou tradição no calendário cultural do município. Com o objetivo de valorizar os comerciantes locais, estimular a economia e atrair visitantes, o evento reuniu seis estabelecimentos da cidade em uma disputa saborosa e cheia de criatividade.

Participaram desta edição os seguintes bares e restaurantes: Bar Imperial, Garagem Bar, Sabor e Arte Pizzaria e Chopperia, Bar Cheiro de Mato, Restaurante Xodó e Pizza Bar Doralice.

Durante o festival, os pratos foram avaliados por jurados selecionados, com base em critérios como apresentação, sabor e tempero, custo-benefício, atendimento e combinação dos ingredientes.

Além da competição gastronômica, o festival ofereceu ao público apresentações musicais ao vivo todas as noites, trazendo ainda mais animação às sextas e sábados de Ibertioga. A cerimônia de premiação, realizada no dia 30 de agosto, no Parque de Exposições, teve um caráter solidário: a renda arrecadada foi destinada ao Hospital "Monumento às Mães", fortalecendo os laços comunitários e apoiando serviços essenciais da cidade.

Homenagens e vencedores

Durante a premiação, os bares que se destacaram em cada quesito receberam troféus de reconhecimento. Além disso, houve uma votação especial no Instagram oficial do festival, que escolheu o prato mais criativo da edição.

Também foram homenageados os frequentadores mais assíduos, com destaque para o jovem Raí, que marcou presença em todos os finais de semana. Raí encantou a todos com sua animação e dança, tornando-se uma figura querida e símbolo da alegria do evento.

Confira os três primeiros colocados desta edição:

✓ 3º lugar: Pizza Bar Doralice,



O prato vencedor "Coisa de Vó", foi servido no Restaurante Xodó na noite de 22 de agosto



Na noite de 16 de agosto, o Bar Cheiro de Mato serviu o prato "Cê é Loko" (2º Lugar)



O prato "Mandiboi na Cachaça", servido na noite de 23 de agosto, no Pizza Bar Doralice, ficou com 3º lugar no Festival Sabores de Ibertioga 2025

com o prato "Mandiboi na Cachaça" - prêmio de R\$ 300,00.

✓ 2º lugar: Bar Cheiro de Mato, com o prato "Cê é Loko" - prêmio de R\$ 500,00.

✓ 1º lugar: Restaurante Xodó, com o prato "Coisas de Vó" - prêmio de R\$ 1.000,00.

Os valores em dinheiro e os brindes foram oferecidos pelo Sicoob Credivertentes. Os três vencedores também ganharam uma garrafa da tradicional Cachaça Candeeiro.

Apoio e organização

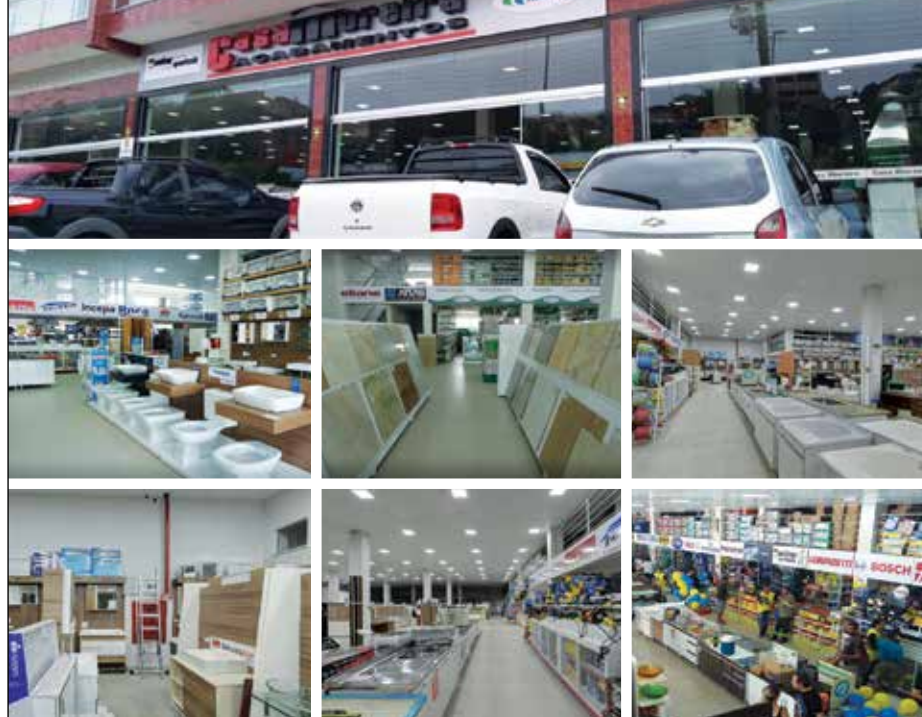
O sucesso do festival só foi possível graças à dedicação dos

idealizadores Jaeder e Ana Lau-ra, que mais uma vez conduziram o evento com excelência. A iniciativa contou com o apoio da Prefeitura Municipal de Ibertioga, por meio da Secretaria de Cultura, além da Câmara Municipal, CONSEP, Polícia Militar, Sicoob Credivertentes, Jornal Novamídia, e do programa Bão Demais da Conta.

Parabéns a todos os participantes, organizadores e apoiadores por mais uma edição memorável. O Sabores de Ibertioga já é sinônimo de sabor, cultura, integração comunitária e solidariedade!



Vai construir ou reformar? Aqui é o lugar certo!



ACÓUGUE E MERCEARIA
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

Casa Moreira
ACABAMENTOS

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

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

Auto Posto
MONTANHAS
de Minas

Preço Justo e Qualidade Comprovada

 (32) 98455-5511

Rua Josefina Antunes, 598 - 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 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

todo mundo lê



ANUNCIE:  (32) 99983-1612 / 99881-4633

 **CÂMARA MUNICIPAL DE IBERTIOGA**

Rua Espírito Santo, 32 - Centro - CEP 36225-000 - Ibertioga - MG
Tel. (32) 93618-0203 - CNPJ 26.112.722/0001-21 - E-mail: cmibertioga@gmail.com

D'Zarafet Confecções inaugura nova unidade em Ibertioga e gera 45 empregos

No dia 25 de agosto, Ibertioga celebrou a inauguração oficial da unidade da empresa D'Zarafet Confecções, um marco para o desenvolvimento econômico e social do município.

O evento contou com a presença do prefeito Juquinha, do vice-prefeito Ademar, secretários municipais, vereadores, ex-prefeitos Lázaro (Lau) e Luiz Araújo, além de representantes de sindicatos, entidades de saúde, Polícia Militar, Sicoob Creditavertentes, funcionários públicos e convidados.

A nova fábrica já iniciou suas atividades com 45 colaboradores contratados - todos moradores de Ibertioga, sendo 44 mulheres e 1 homem - número que deve crescer nos próximos meses. O espaço foi cedido e reformado pela prefeitura, com aprovação da Câmara Municipal, em um projeto que tem como meta fomentar o emprego local em uma cidade onde as oportunidades ainda são limitadas fora do setor público.

Na unidade serão confeccionadas roupas femininas em tecidos planos, como faccionistas de dois grandes grupos de moda do Brasil. Para viabilizar o projeto, a prefeitura e o Senai ofereceram cursos de capacitação. Muitos dos admitidos nunca haviam trabalhado com costura, como relatou Thamiris Albuquerque: "É uma oportunidade excelente. Aqui em Ibertioga temos dificuldades para encontrar trabalho. Mesmo sem experiência, fui admitida. Sou neta de costureira e agora posso aprender uma profissão com apoio de excelentes profissionais".

A cerimônia foi marcada pelo corte da fita inaugural, realizado pelos proprietários Juninho e Viviane Discacciati, Bruna, e os sócios Bruno, Nelson e sua esposa Rafaela, ao lado do prefeito Juquinha. O sócio Lucas não pôde comparecer.

Em seu pronunciamento, o prefeito Juquinha ressaltou a importância da iniciativa. "Ibertioga sempre teve a prefeitura como principal fonte de emprego. Uma fábrica como essa representa uma bênção, pois gera renda, melhora a vida das famílias e movimenta a economia. E já pensando no futuro, a prefeitura cederá um terreno para a construção da sede própria da empresa".

O empresário Juninho agradeceu o apoio da administração. "Desde o primeiro contato fomos muito bem recebidos. Agradece-



Foto: VIVIANE ARAÚJO

mos também à Câmara Municipal pelo apoio e confiança. Esperamos retribuir contribuindo com o crescimento da cidade".

O presidente da Câmara, Carlos José Campos (Cazeca), também destacou. "Hoje celebramos a geração de 45 empregos em nossa cidade, com a perspectiva de que esse número cresça em breve. Esse resultado comprova que o esforço da Câmara Municipal valeu a pena e que estamos no caminho certo para fortalecer a economia local".

Já o sócio Bruno lembrou que a iniciativa nasceu de uma experiência muito bem-sucedida em Santa Rita de Ibitipoca. "Sem essa parceria, nada seria possível. Nossa missão vai além das máquinas: queremos lançar moda, vestir pessoas com qualidade e levar a marca D'Zarafet para o Brasil e para o mundo".

O prefeito de Santa Rita de Ibitipoca, Leandro, também prestigiou o evento e elogiou os empresários. "Eles colocam Deus em primeiro lugar, e isso abre caminhos. Hoje Santa Rita tem índice quase zero de desemprego, e é gratificante ver essa história de sucesso se expandindo".

A cerimônia ainda teve um momento de fé, com uma oração de São José conduzida por Beatriz, filha de Juninho e Viviane, representando a família. Representantes do Sicoob Creditavertentes reforçaram a importância da nova unidade para o fortalecimento da economia regional.



Foto: VIVIANE ARAÚJO

O Centro Social de Ibertioga foi reformado para o funcionamento da nova empresa



Foto: VIVIANE ARAÚJO

No corte da fita inaugural, o prefeito Juquinha com os sócios da empresa



Foto: VIVIANE ARAÚJO

Eliane Filardi, Leda, Leucimar, Ademar (vice-prefeito) e Cazeca (presidente da Câmara)



Foto: VIVIANE ARAÚJO

Durante a inauguração, o prefeito Juquinha ladeado pelos ex-prefeitos Lázaro (Lau) e Luiz Araújo

IBERTIOGA

Ibertioga sedia Encontro Regional da 3ª Idade com o tema "Jardim Encantado"

No dia 9 de agosto, Ibertioga foi palco do Encontro Regional da 3ª Idade, que neste ano teve como tema "Jardim Encantado". O evento reuniu os municípios de Santa Rita de Ibitipoca, Piedade do Rio Grande, Santana do Garambéu, Madre de Deus de Minas e Bias Fortes, em uma tarde de celebração, cultura e integração.

Os participantes puderam assistir e também protagonizar apresentações culturais, como peças de teatro e outras atividades que deram destaque ao talento e à vitalidade da terceira idade. O encontro reforçou a importância da valorização do idoso, não apenas como público-alvo de políticas sociais, mas como agente ativo de cultura e convivência.

A Administração Municipal de Ibertioga vem investindo em oficinas e projetos voltado aos idosos, compreendendo que o estímulo a atividades recreativas, artísticas e educativas contribui para a qualidade de vida e o envelhecimento saudável.

Outro ponto de destaque é a participação dos idosos em encontros realizados em outros municípios, uma iniciativa que incentiva a socialização e a troca de experiências, ampliando os vínculos de amizade e fortalecendo a integração regional.

O evento em Ibertioga reafirmou a relevância dessas ações conjuntas e mostrou, mais uma vez, que a terceira idade merece espaço, atenção e reconhecimento em toda a sociedade.



Fotos: PMI / DIVULGAÇÃO



Vem aí o tradicional Encontro de Violeiros

De 5 a 7 de setembro, a Prefeitura Municipal de Ibertioga, em parceria com a Secretaria de Cultura, realiza o tradicional Encontro de Violeiros, uma celebração da identidade sertaneja e da força da música raiz.

O evento acontece na praça central da cidade e tem como propósito valorizar a cultura do homem do campo, preservando as canções que retratam a vida simples, o trabalho rural e as tradições que atravessam gerações.

A viola, símbolo maior da música sertaneja de raiz, será a grande protagonista, reunindo artistas locais e convidados em apresentações que mantêm viva a história, a autenticidade e a beleza da cultura popular.

**ENCONTRO DE VIOLEIROS
IBERTIOGA-MG**
05 a 07 de SETEMBRO - 2025
Local: Praça Santo Antônio

Sexta-Feira
20h30min
IGOR VIOLEIRO
21h
Abertura Oficial
22h
BRUNO CAPIRA e Banda
00h
FORRÓ
MARCIO OLIVEIRA

Sábado
20h30min
Participação Local
23h
Os Violões do Brasil
DIVINO & DONIZETE
(sortido de uma viola saipim entre o público)
00h
FRANCIS & LUCAS

DOMINGO
12h
Artistas convidados do município
14h
LARISSA VIOLA
17h15m
EMERSON COSTA VIOLEIRO
20h
FORRÓ OS RONALDINHOS

REALIZAÇÃO:
IBERTIOGA
SECRETARIA DE CULTURA

APOIO:
POLÍCIA MILITAR
SICOOB

Proibida a venda de bebidas alcoólicas para menores de 18 anos - Classificação: 18 anos

Juventude conquista a Taça José Bernadino de Andrade no Campeonato Amador Municipal

No dia 18 de agosto, a Secretaria Municipal de Esporte promoveu a grande final do Campeonato Amador Municipal "Taça José Bernadino de Andrade", evento que movimentou a comunidade esportiva de Ibertioga com muita emoção e espírito esportivo.

A disputa pelo terceiro lugar consagrou a equipe do Santa Cruz, que garantiu sua posição no pódio com um desempenho consistente ao longo da competição.

A grande final, realizada às 13h, colocou frente a frente os times Juventude e MDB, em uma partida marcada por lances emocionantes e forte apoio das torcidas. O Juventude sagrou-se campeão ao vencer o

MDB por 2 a 0, ficando com o título, enquanto o MDB terminou como vice-campeão.

A cerimônia de premiação contou com a presença especial do homenageado que dá nome à taça, José Bernadino de Andrade, que recebeu das mãos do prefeito uma placa de agradecimento pelos serviços prestados ao esporte local e pela sua contribuição histórica ao desenvolvimento do futebol amador na cidade.

O evento reafirma o compromisso da gestão municipal com o incentivo ao esporte, à integração comunitária e à valorização das figuras que construíram a história esportiva do município.



JUVENTUDE - CAMPEÃO



Fotos: PMI / DIVULGAÇÃO



MDB - VICE-CAMPEÃO



SANTA CRUZ - 3º LUGAR

SANTANA DO GARAMBÉU

Prefeitura realiza **Curso de Pigmentação Natural e Pintura** em parceria com o SENAR-MG e o CRAS



Fotos: PMSG / DIVULGAÇÃO

Nos dias 5 e 7 de agosto, foi realizado em Santana do Garambéu o Curso de Pigmentação Natural e Pintura, uma iniciativa promovida em parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (SENAR-MG) e com o apoio do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e a Prefeitura de Santana do Garambéu.

O curso teve como objetivo capacitar os participantes no uso de técnicas artesanais com pigmentos naturais, valorizando recursos sustentáveis e acessíveis. Um dos destaques da atividade foi a produção de tintas feitas com terra do próprio território de Santana do Garambéu, promovendo o reconhecimento e a valorização dos elementos naturais locais como parte do processo criativo.

Além do conteúdo prático, o curso também promoveu momentos de reflexão sobre valores como respeito, disciplina, paciência, criatividade, equilíbrio emocional, coletividade, vontade de aprender e união, fortalecendo o vínculo entre os participantes e incentivando o desenvolvimento pessoal e social.

A capacitação foi ministrada pela instrutora Fátima, representante do SENAR-MG, que conduziu as atividades com comprometimento, conhecimento técnico e sensibilidade.

A Prefeitura Municipal de Santana do Garambéu agradece ao SENAR-MG e ao CRAS pela parceria e parabeniza todos os participantes pelo envolvimento e dedicação.



Saúde em Ação: formação, prevenção e cuidado com a comunidade

A Prefeitura de Santana do Garambéu, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, realizou ao longo do mês de agosto uma série de atividades voltadas à qualificação das equipes e à promoção da saúde da população.

Nos dias 4 e 6, agentes comunitários de saúde e agentes de combate às endemias participaram de etapas práticas do curso “Mais Saúde com o Agente”, abordando temas como cuidado e promoção da saúde, saúde digital, uso do prontuário eletrônico e imunização. A formação contou com a preceptoria da enfermeira Poliana da Silva Oliveira e da enfermeira RT Dalila Maria de Almeida, que reforçaram a importância do trabalho dos agentes na rotina da comunidade.

No dia 5, aconteceu o encontro do grupo de gestantes “Bebê a Bordo”, com palestra sobre o “Agosto Dourado” e a importância do aleitamento materno, conduzida pela enfermeira Poliana Oliveira e pela médica ginecologista e obstetra Dra. Gabriela Carvalho Lopes. O leite materno foi destacado como alimento completo e essencial para o desenvolvimento e proteção dos bebês.

Já no dia 11, o Programa Saúde na Escola (PSE) levou palestras educativas aos alunos da Escola Estadual José de Oliveira, com orientações sobre obesidade, saúde auditiva, higiene bucal e saúde ambiental, ministradas por profissionais da rede municipal.



Fotos: PMSG / DIVULGAÇÃO



Encerrando as ações, o “Vacimóvel” esteve presente na Escola Cívico-Militar Eunice Silva Moreira, aplicando vacinas contra a dengue em crianças e

adolescentes. A iniciativa garantiu mais acesso e praticidade, reforçando a importância da imunização como ato de cuidado e responsabilidade.

Com essas ações, a Secretaria Municipal de Saúde reafirma o compromisso com a qualificação das equipes e o cuidado integral à população santanense.

Servidores do setor de obras participam de palestra sobre o uso de EPIs

Na manhã de 20 de agosto, os servidores do setor de obras da Prefeitura de Santana do Garambéu participaram de uma importante capacitação sobre a utilização correta dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI).

A palestra foi ministrada pelo técnico em segurança do trabalho Antônio Carlos Rezende, que ressaltou a necessidade do uso diário dos equipamentos de proteção para prevenir acidentes e preservar a saúde dos trabalhadores. Durante o encontro, foram

apresentados exemplos práticos e orientações sobre as melhores condutas de segurança no ambiente laboral.

A iniciativa integra as ações da administração municipal voltadas para a valorização dos servidores e a promoção de condições de trabalho mais seguras. Ao investir em informação e conscientização, a Prefeitura reafirma seu compromisso com o bem-estar dos trabalhadores e com a construção de um ambiente de trabalho mais responsável e protegido.



SANTANA DO GARAMBÉU

Santana do Garambéu recebe ônibus 0 km para o transporte de pacientes pelo Programa Transporta SUS

No dia 8 de agosto, Santana do Garambéu foi contemplada com um novo ônibus 0 km, destinado ao transporte de pacientes do município. O veículo foi entregue oficialmente durante cerimônia na sede do Consórcio Intermunicipal de Saúde do Alto das Vertentes (CISALV), em Resaquinha, onde estava presente o secretário de transporte de Santana do Garambéu, Júlio César da Silva.

A aquisição faz parte do Programa Transporta SUS, promovido pelo Governo do Estado de Minas Gerais, que tem como objetivo fortalecer a rede pública de saúde, garantindo melhores condições para o deslocamento de pacientes que precisam realizar consultas, exames e tratamentos em outras cidades.

O novo ônibus conta com toda a estrutura necessária para oferecer mais conforto, segurança e acessibilidade, principalmente para pacien-



Foto: PMSG / DIVULGAÇÃO

tes em situação de vulnerabilidade, idosos e pessoas com mobilidade reduzida. A renovação da frota representa um passo importante no cuidado com quem mais precisa.

Com essa conquista, a Prefeitura de Santana do Ga-

rambéu reafirma seu compromisso com a saúde pública e com o bem-estar da população. Investir em transporte de qualidade é também investir na vida, na dignidade e na tranquilidade das famílias que dependem do Sistema Único de Saúde (SUS).

A Prefeitura de Santana do Garambéu segue trabalhando com responsabilidade, transparência e compromisso com as pessoas, buscando parcerias e recursos que tragam benefícios reais para o dia a dia da população.

Secretaria Municipal de Transportes ganha nova sede e amplia estrutura para atender melhor a população do município

A Prefeitura Municipal de Santana do Garambéu está realizando mais uma importante ação para fortalecer os serviços públicos oferecidos à população. A Secretaria Municipal de Transportes está em fase final de mudança para sua nova sede, que passará a funcionar na Rua Emília Cândida de Souza, em um espaço mais amplo, moderno e adequado às demandas do setor.

A nova estrutura foi planejada para centralizar o atendimento e oferecer melhores condições de trabalho às equipes responsáveis pela manutenção, organização e operação da frota municipal. O local também conta com área destinada ao estacionamento e organização de veículos, o que representa um avanço significativo na logística e no controle do transporte público e administrativo.

Atualmente, a frota da Prefeitura é utilizada em di-



Foto: PMSG / DIVULGAÇÃO

versos setores essenciais, como saúde, educação, obras e agricultura. Com a mudança, será possível otimizar o uso desses veículos, garantir mais agilidade nas demandas dos cidadãos e melhorar a conservação dos automóveis.

Segundo a administração municipal, a nova sede trará ganhos não apenas operacionais, mas também

no atendimento ao público. “Essa mudança é um passo importante para tornar o serviço mais eficiente, organizado e próximo da comunidade. A nova estrutura vai permitir mais controle, segurança e agilidade nas ações da Secretaria de Transportes”, afirma a gestão.

Atenção: a mudança será concluída nos próximos dias. Assim que o novo espa-

ço estiver em funcionamento, a Prefeitura informará oficialmente os cidadãos sobre o início do atendimento no novo endereço.

Essa ação integra um conjunto de melhorias que vêm sendo realizadas pela atual gestão, com o objetivo de garantir mais qualidade, eficiência e responsabilidade no uso dos recursos públicos.

Energia elétrica já foi instalada na Estação de Tratamento de Água

Fotos: PMSG / DIVULGAÇÃO



A Prefeitura de Santana do Garambéu informa que a rede elétrica já foi ligada na ETA – Estação de Tratamento de Água do município. Este é mais um passo importante rumo ao fornecimento de água tratada e de qualidade para todos os moradores.

VOCÊ SABE COMO FUNCIONA O TRATAMENTO DA ÁGUA? CONFIRA AS ETAPAS:

- ✓ **Coagulação** - adição de produtos que ajudam a juntar impurezas da água.
- ✓ **Floculação** - as partículas formam flocos maiores.
- ✓ **Decantação** - os flocos se depositam no fundo dos tanques.
- ✓ **Filtração** - a água passa por filtros de carvão, areia e pedras.
- ✓ **Desinfecção** - é adicionado cloro para eliminar microrganismos.
- ✓ **Fluoretação** - aplicação de flúor para prevenção de cáries.
- ✓ **Correção do pH** - para garantir equilíbrio químico e proteger os encanamentos.

Com a ETA, a cidade avança no cuidado com a saúde e o bem-estar de todos. Água tratada é sinônimo de mais saúde e mais qualidade de vida!



Viviane Araújo



gente é pra Brilhar

SABORES DE IBERTIOGA



Foto: VIVIANE ARAÚJO

Parabéns aos organizadores **Jaeder** e sua filha **Ana Laura**, que conduziram com brilhantismo a 9ª edição do Sabores de Ibertioga, realizada entre os dias 8 e 30 de agosto. O evento movimentou os finais de semana da cidade, reunindo amigos, boa música e uma

seleção irresistível de pratos típicos e criações gastronômicas. Com um clima acolhedor e muita animação, o festival consolidou-se mais uma vez como um dos eventos mais esperados da região. Que venha a próxima edição - já estamos contando os dias!

CELEBRAÇÃO INESQUECÍVEL: OS 70 ANOS DE OLGA ARAÚJO KLEIN

No dia 23 de agosto, Nova Lima foi palco de uma comemoração memorável: os 70 anos de **Olga Araújo Klein**. Difícil mesmo foi para a aniversariante a missão de selecionar apenas 150 amigas - mulheres queridas e próximas - para compartilhar esse momento tão especial. A festa foi impecável em cada detalhe. Do clima de alegria contagiante à trilha sonora escolhida com sensibilidade,

tudo contribuiu para aquecer a alma e tornar a noite inesquecível. A vibração era de pura celebração à vida, à amizade e ao carinho mútuo entre Olga e suas convidadas. Parabéns, Olga! Que essa nova década seja repleta de saúde, amor e novas celebrações. Que possamos brindar à sua vida por muitos e muitos anos. Essa festa, sem dúvida, entrou para a história. Acompanhe alguns momentos do encontro.



Foto: VIVIANE ARAÚJO / DIVULGAÇÃO

A aniversariante Olga Araújo Klein ladeada pelos filhos Henrique, Kal e Eduardo



todo mundo lê



ANUNCIE: (32) 99983-1612 / 99881-4633

CLIENTE SATISFEITO
É O NOSSO OBJETIVO

- Veículos Zero
- Seminovos

- Oficina autorizada
- Peças originais
- Consórcio



(32) 3339 2211



apecveículos.com.br

GRUPO
Apec

FIAT /// VW

@apec consórcio

CELEBRAÇÃO DE 100 ANOS DO NASCIMENTO DE VICENTE ARAÚJO

No dia 29 de agosto, a Câmara Municipal de Barbacena realizou uma sessão solene em homenagem ao centenário de nascimento de Vicente de Paulo Araújo - ex-prefeito, ex-vereador, farmacêutico e líder comunitário que deixou uma marca profunda na história do município.

A celebração, determinada pelo Decreto Legislativo nº 954/2025, de autoria da vereadora Marilene de Almeida Franco, reuniu autoridades, familiares, amigos e representantes da sociedade civil, num tributo à vida e ao legado de um dos mais notáveis barbacenenses do século XX.

Nascido em 26 de agosto de 1925, na Fazenda Ventarola, em Ibertioga, Vicente dedicou sua trajetória à solidariedade e ao serviço público. Formado em Farmácia pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), construiu sua

carreira no balcão da tradicional Farmácia Glória, em Barbacena.

Casou-se com Margarida Maria Campos (Guida), filha de José Campos Júnior, destacado comerciante e líder político da cidade. Juntos, tiveram quatro filhos: Olga, Grácia, Vicentinho e Marquinhos.

Na vida pública, exerceu os cargos de vereador e prefeito, sempre pautado por ideias e projetos em prol do desenvolvimento de Barbacena. Protagonizou uma das eleições mais disputadas da história do município, conquistando a vitória com apenas 412 votos de diferença.

Vicente de Paulo Araújo foi prefeito em dois mandatos, entre 1977 e 1983 e de 1989 a 1992, período em que consolidou sua imagem de gestor comprometido com a cidade e de homem público movido pelo amor ao próximo.



Vicente Araújo com a esposa Guida no lançamento do livro "O Memino da Ventarola", em setembro de 2007



Marilene de Almeida Franco, vereadora autora do Decreto Legislativo, ladeada por Olga e Grácia Araújo, filhas do homenageado



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: GABRIELA BRASIL



Foto: RONALD FOTOGRAFIAS



Foto: VIVIANE ARAUJO

O SEU PONTO DE ENCONTRO EM IBERTIOGA

pizza bar

Contato e reservas: (32) **98449-9882**

Pizzabar doralice
 doralicepizzabar

Avenida Bias Fortes, 182 - Centro - Ibertioga - MG

SEGUROS SICOOB:

tudo o que você e seu patrimônio precisam, com a tranquilidade que seu bolso merece!

PARA VOCÊ

PRO SEU NEGÓCIO

PRA FAZER A DIFERENÇA NO AGRO

PRA CUIDAR DOS SEUS BENS

Diga adeus ao "pode repetir?"

Aparelho Auditivo moderno, discreto e à prova d'água!

*50% de desconto garantido na 2ª unidade, talando que viu o anúncio no jornal

Hamilton Navarro, 190 - 6º andar | Bairro São Sebastião - Barbacena - MG

(32) 98889-6275 | (32) 3215-2676

Qualidade e confiança, nossa maior conquista.

São João del Rei (32) 3371.7755 . São Paulo (11) 2193.4730 . Belo Horizonte (31) 3427.0192 . Rio de Janeiro (21) 2562.0011 . www.expressoveracruz.com.br (32) 98408.9030 [expressoveracruz](https://www.instagram.com/expressoveracruz)

AUTOCONHECIMENTO

A vida está **desconfortável** para você?

Estamos vivendo uma era em que a ansiedade domina cada vez mais pessoas, roubando a paz, a motivação e até o prazer de viver. Mas por que isso acontece?

Em meio ao excesso de informações e ao avanço acelerado da tecnologia, acabamos deixando de lado o essencial: as coisas simples, que sustentam a vida e fazem toda diferença.

Na corrida pelo sucesso e pelas conquistas, o uso distorcido das redes sociais intensifica a comparação constante. Sem autoconhecimento e clareza sobre quem somos e o que realmente queremos, nos afastamos de nossa essência. Perdidos em nós mesmos, buscamos fora o sentido que só poderia ser encontrado dentro, vivendo uma vida desconectada e sem propósito verdadeiro.

A ansiedade é, em sua essência, o excesso de preocupação projetado em um futuro negativo. Sua origem está na mente, mas os efeitos se manifestam no corpo: insônia, sudorese, taquicardia, falta de ar, dificuldade de concentração, inquietação, dores físicas, tensões musculares e até a fragilização do sistema imunológico. Sintomas que variam de pessoa para pessoa, mas que têm a mesma raiz: o distanciamento de nós mesmos.

Você já percebeu que muitas vezes sofre por algo que ainda nem aconteceu - e que talvez nunca vá acontecer?

Isso acontece porque sua mente cria cenários baseados no medo, na escassez e na perda. Esses pensamentos não surgem do nada: eles se estruturam em suas crenças de vida, formadas desde a infância - pela família, amigos, escola, experiências, tudo o que você viu, ouviu e sentiu desde o ventre materno. Esse conjunto de vivências molda o padrão pelo qual você enxerga o mundo, a vida e os acontecimentos.

Se você tende a interpretar tudo pelo lado negativo, enxergando problemas em cada situação, eu lhe faço um convite: comece a olhar para os acontecimentos como oportunidades de aprendizado e crescimento. Toda situação carrega uma mensagem sobre algo que precisa ser desenvolvido e transformado em você. As doenças físicas, a falta de energia, a perda de sentido da vida não são castigos: são convites para voltar o olhar para dentro e realinhar-se com o que realmente importa.

Corpo, mente e espírito estão profundamente conectados. Quando algo se desalinha, surgem sinais: dores, doenças, confusão mental, medo de decidir, bloqueios emocionais, paralisia, sensação de vazio. Esses sintomas não são o fim, mas o caminho: indicam onde é necessário curar, libertar ou alinhar. O autoconhecimento é a chave desse processo.

Muitas vezes, sem perceber, nos distanciamos de quem somos, dos nossos sonhos, desejos e propósitos. Permita-se analisar o que hoje está desalinhado em sua vida: pode ser o trabalho, relacionamentos, ambientes ou situações que se repetem e já não fazem sentido. Reconhecer ciclos que precisam ser encerrados é abrir espaço para o novo.

Trabalhar o desapego - seja de bens materiais, de emoções, de pessoas ou até da necessidade de controlar tudo - é parte essencial da cura. Quando aprendemos a deixar fluir, abrimos espaço para que a vida e o universo nos conduzam ao lugar certo, onde os frutos da existência podem ser colhidos com plenitude.

A análise de si mesmo é o caminho para realizar as mudanças necessárias rumo a um verdadeiro realinhamento de vida.

Esse processo promove também um novo equilíbrio energético e vibracional, favorecendo a cura do corpo, da mente e da alma.

Para apoiar sua jornada, deixo aqui algumas perguntas de autoconhecimento. Lembre-se: não é preciso ter as respostas de imediato. O mais impor-

tante é começar a se questionar. Muitas vezes temos medo de ouvir as respostas, porque, no fundo, já sabemos o que precisa ser mudado - e o novo, naturalmente, causa desconforto. Apenas permita-se refletir. No tempo certo, as respostas virão, seja em forma de pensamento, inspiração, desejo, clareza ou até sinais que a vida coloca no caminho.

Perguntas para o autoconhecimento:

- ✓ O que faço hoje em minha vida que não gostaria mais de continuar fazendo?
- ✓ Como me sinto no meu ambiente de trabalho? Qual é a emoção que surge em mim no caminho até lá?
- ✓ Como estão meus relacionamentos - familiares, sociais e amorosos? Eles me nutrem ou me roubam energia?
- ✓ Como eu gostaria que minha vida estivesse hoje? Descreva como seria essa realidade.
- ✓ Que mudanças posso iniciar agora para dar ao menos um passo em direção à vida que desejo?

Em momentos de ansiedade, experimente o hábito de escrever. Coloque no papel seus medos, angústias e incertezas. Esse exercício ajuda a aliviar a mente e organizar os pensamentos. Acrescente também um toque espiritual: conecte-se com algo maior, com o Criador ou com a energia divina em que acredita. Espiritualidade não precisa ser religião - é simplesmente o ato de nutrir sua fé e confiança na vida.

Estudos já demonstraram que fé e confiança são sentimentos essenciais no processo de superação da ansiedade. Cultive sua conexão espiritual e permita que ela seja fonte de força e equilíbrio em sua caminhada.



Foto: PMSG / DIVULGAÇÃO

Eu sou Letícia Fernandes, Terapeuta Integrativa, auxilio pessoas a se reconectarem com a própria essência através do autoconhecimento, da expansão da consciência e da espiritualidade. Meu trabalho promove cura e equilíbrio para desafios físicos, emocionais e energéticos, como ansiedade e depressão; dores e doenças no corpo físico; bloqueios emocionais e financeiros; desalinhamento profissional; relacionamentos desequilibrados; falta de propósito; saúde e bem-estar.

Com a união de terapias manuais, mentais e energéticas, você encontra o caminho para transformação interior; alinhamento de corpo, mente e espírito; qualidade de vida e vitalidade; relacionamentos saudáveis; clareza para viver seu propósito.

Permita-se viver essa transformação. Cura, equilíbrio e alinhamento estão ao seu alcance.

Atendimentos online e presenciais
em Juiz de Fora - MG

WhatsApp: (32) 98477-8378

Instagram: @curanatural.mente

LITERATURA

Girlene Verly lança **"Dança de Samambaias"** em Minas Gerais e relança obra com edição ampliada

A escritora e bailarina Girlene Verly anuncia uma série de lançamentos literários por Minas Gerais. Entre as novidades estão o livro "Dança de Samambaias" (Editora Patuá, 2024) e o relançamento de "O corpo sabe que é terça, mas se distrai", agora com nova capa, edição ampliada e comentada.

"Dança de Samambaias" é uma obra que dialoga com amantes da arte, da poesia e do movimento cotidiano, entrelaçando literatura e performance. Em suas passagens, a autora costuma apresentar performances poéticas, levando a palavra ao corpo e o corpo à palavra. O livro também presta homenagem a Paulo Leminski, escritor celebrado na última edição da FLIP:

Leminski e a Odisseia

tão concreto como um sonho
tão central como marginal tal Leminski
o corpo rabisca, rascunha
e rasura
seu verso pouco, um livro inteiro e o corpo
uma Odisseia
(*Dança de Samambaias*)

Doutora em Literatura Comparada pela UFMG, Verly é multiartista e integra diversos coletivos literários. Os primeiros lançamentos já estão marcados:

- ✓ **29 de agosto, em Belo Horizonte** - no AEA MG (Afonso Pena, 867, sala 1071, Ed. Acaiaca, às 14h), durante o encontro entre escritores do Sul de Minas e autores locais, promovido pela APESUL (Associação dos Escritores do Sul de Minas). O evento contará com lançamentos, sa-rau, debate, intercâmbio e um tour cultural.
- ✓ **12 e 13 de setembro, em Passa Quatro** - na Feira Literária, que este ano homenageia a escritora e ativista Cidinha da Silva, com o tema "Vozes Femininas".



Foto: PMSG / DIVULGAÇÃO

Sexta-feira (12), às 19h, Verly participa de uma homenagem a um artista local.

Sábado (13), lança "Dança de Samambaias" e relança "O corpo sabe que é terça, mas se distrai", em edição ilustrada pelo multiartista Rômulo Garcias (BH). Às 14h, participa também da mesa-redonda "Mulheres que escrevem o mundo".

✓ **18 de outubro, em Caxambu** - lançamento no Hotel Bragança, em evento artístico-poético com música, dança e poesia, reunindo artistas da região.

Além de escritora, Girlene é membro do grupo de Escritores de São João del-Rei e da AVE (Associação Vicenciana de Escritores e Artistas).

As obras podem ser adquiridas diretamente com a autora ou pelo site da Editora Patuá. Mais informações em seu Instagram: @autora_verly.

todo mundo lê



ANUNCIE: (32) 99983-1612 / 99881-4633

SANTA RITA DE IBITIPOCA

Entre fé, história e natureza: a 10ª Jornada do Patrimônio Cultural na Serra da Água Santa

A 10ª Jornada do Patrimônio Cultural de Minas Gerais ganhou um cenário de pura inspiração: a Serra da Água Santa, no distrito dos Moreiras. Servidores da Secretaria Municipal de Educação e Cultura percorreram suas trilhas não apenas com passos, mas com olhares atentos à história e à beleza que esse patrimônio guarda.

A atividade reforçou o objetivo central da Jornada: reconhecer, valorizar e preservar o patrimônio cultural, que não se resume a construções e memórias históricas, mas também abrange a riqueza natural e simbólica de lugares como a Serra da Água Santa.

A caminhada foi um mergulho na toponímia local e nas paisagens que parecem abraçar o visitante. A Cachoeira Três Meninos, com sua queda suave e constante, a acolhedora Praça do Lobo e o Mirante, que descortina um horizonte infinito, prepararam o espírito para o ponto mais esperado: a Gruta da Água Santa. Lá, entre o silêncio das pedras e o murmúrio da água, cada um bebeu e levou consigo um pouco da pureza e da fé que o lugar inspira.



Fotos: PMSRI / DIVULGAÇÃO



Orientados pelo gestor ambiental Pasquale, o grupo iniciou o trajeto pela trilha do Cruzeiro e retornou pela estrada, levando na memória mais que belas imagens - mas a cer-

teza de que preservar é também um ato de amor. Afinal, o patrimônio cultural é vivo, e na Serra da Água Santa ele pulsa em cada árvore, pedra e gota d'água.

Ônibus 0 km destinado ao transporte de pacientes: conforto, segurança e dignidade

No dia 8 de agosto, o município de Santa Rita de Ibitipoca foi contemplado com um ônibus 0 km destinado ao transporte de pacientes.

A entrega ocorreu na sede do Consórcio Intermunicipal de Saúde do Alto das Vertentes (CISALV), em Ressaquinha, no âmbito do Programa Transporta SUS, do Governo do Estado de Minas Gerais. Este investimento representa um importante avanço na garantia de conforto, segurança e dignidade para os pacientes que necessitam de deslocamento para atendimentos de saúde em outros municípios.

Com a saúde como prioridade absoluta, a administração municipal reafirma seu compromisso em promover melhorias constantes na qualidade de vida da população.



Fotos: PMSRI / DIVULGAÇÃO



Resenha conquista título do Campeonato Municipal de Julho

No dia 1º de agosto, aconteceu a grande final do Campeonato Municipal de Julho, encerrando com chave de ouro uma competição marcada por emoção e muito talento em campo.

Na disputa pelo 3º lugar, Talibã x Parmesão empataram em 3 a 3 no tempo normal, levando a decisão para os pênaltis. Em uma disputa acirrada, o Parmesão venceu por 9 a 8!

A grande final reuniu Resenha x Vermelho em um duelo eletrizante. Em uma partida equilibrada do início ao fim, o Resenha venceu por 3 a 2 e conquistou novamente o título, após já ter liderado a primeira fase do campeonato.

Além das conquistas coletivas, também foram entregues as premiações individuais:

- ✓ Pedro (Talibã) - Goleiro menos vazado
- ✓ Tiago (Vermelho) - Artilheiro da competição

A Prefeitura Municipal, por meio da Secretaria de Turismo, Esporte e Lazer, parabeniza todas as equipes, atletas e a comunidade pela participação e pelo espírito esportivo que fizeram desta edição um verdadeiro sucesso!



Fotos: PMSRI / DIVULGAÇÃO



Início das obras do estádio municipal

Uma nova conquista para Santa Rita de Ibitipoca!

Foram iniciadas as obras do Estádio Municipal, um espaço que será palco de grandes jogos, eventos e momentos inesquecíveis para toda a comunidade.

Mais do que uma obra, esse projeto representa investimento no esporte, lazer e integração social, fortalecendo ainda mais o orgulho de ser santarritense!

Foto: PMSRI / DIVULGAÇÃO



AÇÃO EDUCATIVA – SAÚDE

No dia 18 de agosto, a equipe da Vigilância Sanitária Municipal, em parceria com o Visa Cis, realizou uma importante Ação Educativa junto aos estabelecimentos comerciais do município e distrito.

O trabalho, desenvolvido em conjunto com a Secretaria Municipal de Saúde e o Consórcio CISALV, tem como objetivo orientar e apoiar quanto às normas higiênico-sanitárias, promovendo a saúde pública e garantindo a proteção da população.



Fotos: PMSRI / DIVULGAÇÃO





RS Agro

Avenida Governador Bias Fortes, 1.326
Pontilhão - Barbacena - MG
(32) 3331-3547



ATENÇÃO,
PRODUTORES DE
MADRE DE DEUS E REGIÃO!

O **Grupo Parceiro** está chegando com sua nova filial para oferecer soluções completas no agronegócio!

Endereço:
Posto Ipiranga Parada Certa (Posto do Baianinho),
BR MGC-383, saída para São João del Rei

MADRE DE DEUS DE MINAS

Uma semana de **inclusão, alegria e conscientização**

Com o tema “Deficiência não define, oportunidade transforma, inclua nossa voz!”, a APAE de Madre de Deus de Minas promoveu, entre os dias 21 e 28 de agosto, a Semana Nacional da Pessoa com Deficiência Intelectual e Múltipla.

A programação foi marcada por momentos de integração, aprendizado e celebração. Entre as atividades realizadas estiveram: uma carreata pelas ruas da cidade com o apoio do Corpo de Bombeiros de São João del-Rei, práticas esportivas, passeio e almoço no Sítio da Lili e Fabinho, além de uma animada Festa dos Anos 80 na sede da APAE.

O evento também contou com palestras, missa celebrada na Igreja Matriz e um encantador passeio pela cidade de Baependi, fortalecendo laços e reafirmando a importância da inclusão e do respeito à diversidade.



Passeio em Baependi, no Recanto da Mata



Equipe da APAE no passeio em Baependi, no Recanto da Mata



Rubens ladeado pelos bombeiros de São João del-Rei



Oficina esportiva



Bombeiro Luciano com os alunos da APAE



Festa dos Anos 80 na sede da APAE



Visita do ex-aluno Tino



Café com o prefeito Osmar de Oliveira



Alunos da APAE na Igreja da Nhá Chica, em Baependi



Santa Missa na Igreja Matriz em Madre de Deus de Minas

MADRE DE DEUS DE MINAS

Jovens participam da Plenária Regional do Parlamento Jovem em Carandaí

No dia 14 de agosto, os participantes do Parlamento Jovem Minas, de Madre de Deus de Minas, participaram da Plenária Regional do programa, realizada em Carandaí (MG). O encontro reuniu cerca de 100 jovens dos municípios do Polo Vertentes para discutir propostas relacionadas à cultura, juventude e políticas públicas.

Durante a plenária, foram aprovadas três propostas que agora seguem para a Etapa Estadual, que ocorrerá entre os dias 17 e 19 de setembro, na Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), em Belo Horizonte.

Entre as propostas aprovadas, estão: a implementação do projeto Cultura Viva Itinerante, que contará com estrutura móvel para levar oficinas, cursos e apresentações culturais a diferentes localidades; a sugestão de emenda à Lei Estadual nº 24.462, de 26 de setembro de 2023, que regula o Fundo Estadual de Cultura. A proposta visa a destinação de 10% do Fundo Estadual de Cultura para projetos realizados por jovens ou voltados à juventude, com prioridade para a juventude periférica e de baixa renda; e também a criação de um Festival Cultural Regional, um evento anual promovido pelo governo estadual e prefeituras, reunindo expressões culturais de diferentes cidades.



Na plenária, foi aprovada a sugestão de tema para o Parlamento Jovem 2026. A escolha dos participantes foi: "Tecnologia e Juventude: Conectando o Presente, Construindo o Futuro".

Kayanny Nataly, integrante do Parlamento em Madre de Deus de Minas, relatou sua experiência durante a plenária: "Eu gostei das discussões no Grupo

de Trabalho e hoje fizemos a conclusão das propostas que irão para a final. São propostas ótimas, com ótimas escolhas".

Além dos estudantes, o presidente da Câmara Municipal de Madre de Deus de Minas, Othon Fajardo, também esteve presente no evento. A cidade será representada na Etapa Estadual pela jovem Sophia Isabelle Oliveira.

Subsecretária de Direitos Humanos visita a Câmara de Madre de Deus de Minas

No dia 6 de agosto, a Câmara Municipal de Madre de Deus de Minas recebeu a visita da subsecretária de Direitos Humanos do Estado de Minas Gerais, Jânia Costa.

Representando a Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (SEDESE) em um evento realizado no município, a subsecretária também dedicou parte da sua agenda para conhecer a sede do Legislativo. Durante a visita, ela foi recepcionada pela vereadora Josi da Feirinha, pelo ex-vice-prefeito Marcelino Caxeiro e pelas servidoras da Casa.

A presença de Jânia Costa na Câmara reforça a importância do diálogo e da parceria entre o Poder Legislativo municipal e o Governo do Estado.



Câmara Municipal recebe representantes da CEMIG para tratar de melhorias no fornecimento de energia

No dia 26 de agosto, a Câmara Municipal de Madre de Deus de Minas recebeu representantes da Companhia Energética de Minas Gerais (CEMIG) para discutir demandas relacionadas ao fornecimento de energia elétrica no município. O encontro reuniu vereadores e técnicos da empresa, com foco em soluções para a população.

Na ocasião, estiveram presentes o presidente da Câmara, Othon Fajardo; o vice-presidente, Valmir de Oliveira; e os vereadores Braitinho, João Mané, Robertinho, Sassá e Tião do Zete. A CEMIG foi representada pelo Agente de Relacionamento Institucional, Magela Mendes, e pelo Técnico em Manutenções, Giovane.

Entre os principais assuntos tratados, destacaram-se os apagões, que já apresentaram redução, mas ainda demandam melhorias, e as oscilações de energia, principalmente na zona rural. Também foram discutidas parcerias entre a CEMIG e o Legislativo, com objetivo de agilizar o atendimento às demandas da população, além do programa

Foto: CMMDM / DIVULGAÇÃO



Cemig Agro, voltado para produtores rurais.

O presidente da Câmara, Othon Fajardo, destacou a importância da parceria: "Esta parceria com a Cemig é fundamental para garantir mais segurança no fornecimento de energia, especialmente para a zona rural e para nossos empreendedores. Seguiremos atuando para acompanhar os investimentos anunciados e cobrar agilidade nas melhorias que a população tanto precisa".

Um dos pontos de destaque da reunião foi o anúncio de

investimentos para ampliar a eficiência energética na região. Magela Mendes informou que ainda neste ano será inaugurada uma nova subestação em Andrelândia (MG), e que, até o fim do próximo ano, outra será instalada em Piedade do Rio Grande (MG), beneficiando diretamente o município e garantindo maior estabilidade no fornecimento de energia.

O encontro reafirma o compromisso da Câmara Municipal em busca de melhorias para a qualidade dos serviços essenciais prestados à população.

CAC divulga balanço do primeiro semestre de 2025

A Câmara Municipal de Madre de Deus de Minas divulgou, por meio do Centro de Apoio ao Cidadão (CAC), o relatório semestral referente aos atendimentos realizados entre fevereiro e junho de 2025. O espaço, criado para aproximar o Poder Legislativo da população, tem oferecido suporte rápido, gratuito e eficiente em serviços essenciais do dia a dia.

De acordo com o levantamento, o CAC realizou 74 atendimentos no período, com uma média de 18 atendimentos mensais desde o início das atividades, em 25 de fevereiro, até o último

registro do semestre, em 30 de junho. O relatório demonstra que o atendimento jurídico liderou a lista, com 47 solicitações no semestre. Em seguida, aparecem os serviços de impressões (15), fotocópias (20), atendimento contábil (8), emissão de documentos (5), confecção de contratos (3) e agendamento de serviços externos (1).

Os dados mostram, ainda, que os atendimentos foram distribuídos entre os diferentes setores do CAC, com 35 solicitações na assessoria jurídica, 33 atendimentos diretamente no centro e 6 na área contábil.

O levantamento também traçou o perfil socioeconômico e etário da população atendida. Além da predominância de usuários com baixa renda (63%), 18% possuem renda entre R\$ 1.518,00 e R\$ 3.036,00, 15% entre R\$ 3.036,00 e R\$ 4.554,00 e 2% acima de R\$ 4.554,00. Outros 2% não declararam a renda.

O Centro de Apoio ao Cidadão é uma iniciativa que reafirma o compromisso da Câmara Municipal de Madre de Deus de Minas com o acesso à direitos e oportunidades.



SÓ HUMOR

CARÊNCIA FEMININA

Logo chegando no consultório, o terapeuta, jovem, bonitão, pergunta qual o motivo da consulta, e a mulher responde: - Pouca atenção, falta de intimidade, solidão, egoísmo, não me sinto amada e desejada... e por aí vai. O psicólogo se levanta, se aproxima da mulher, pede que ela também se levante, a abraça e a beija com paixão, enquanto o marido os observa impressionado. A mulher fica muda e se sente atordoada. O terapeuta vira para o marido e diz: - Isto é o que sua mulher precisa pelo menos três vezes por semana! Você consegue? O marido pensa e responde: - Bom, eu posso trazê-la segunda e quarta... nas sextas, eu jogo bola!!!

AMIGO É PRA ESSAS COISAS

Um camarada levou pra casa seu melhor amigo para jantar, sem aviso prévio. Então a esposa começou a gritar com o marido assim que soube que seu amigo já estava sentado no sofá. E o amigo surpreso e constrangido, escutou: - Meu cabelo, minhas unhas e a maquiagem não estão feitos. A casa está uma bagunça, as louças não estão lavadas e nem fiz compras. Eu já estou de pijama, estou de TPM, não posso ser incomodada e nem vou cozinhar coisa nenhuma à noite! E, porque diabos, você foi trazê-lo para casa logo essa noite? O marido responde: - É que ele está pensando em casar. Trouxe ele pra ver como é... nenhum amigo fez isso por mim!!!

GENTE ESTRANHA

O matuto viajou para o Rio de Janeiro. Três meses depois voltou pra ver a família e trouxe uma câmera dessas que programa e corre pra sair na foto. Ele reuniu a família perto de uma cerca, programou a câmera e correu pra foto. Os parentes saíram correndo, pulando a cerca, se rasgando na mata, aí ele gritou: - Ei, vocês vão pra onde? O pai gritou: - Você que conhece o bicho tá correndo, imagina a gente!!!

FALECIMENTO DO MARIDO

Certo dia, Paulo foi avisar a velhinha que seu marido havia falecido em um acidente. A velhinha começou a chorar; ela estava sem calcinha e levantou parte de baixo do vestido para enxugar as lágrimas. E disse: - Paulo, você já viu uma desgraça maior que essa? Paulo respondeu: - Vi, sim, mas não foi em gente, foi em uma jumenta.

NOTÍCIA BOA E RUIM

A mulher de um advogado liga para ele no meio de uma reunião de negócios e diz: - Amor, eu tenho uma notícia boa e uma ruim. - Mas amor, eu estou em uma reunião de negócios, então fale só a boa. - O airbag do seu carro funcionou direitinho!

MELHORANDO DE VIDA

Dois amigos conversam e um diz que quer sair do emprego para tentar a vida lá fora. O outro aconselha que a vida lá

fora está difícil e que ele tem uma filha que vai querer estudar. Mas não adianta... ele pediu demissão e saiu. Tempos depois o amigo o encontrou descendo de um baixa-carrão, e comentou que ainda bem que deu certo, e o que ele fazia. Ele mostrou um prédio de três andares em frente e falou que era dele. O amigo disse: - Mas aquilo é um prostíbulo! - Sim, respondeu ele. - Como funciona? - No térreo só mocinhas, no 1º andar só senhoras e no 2º só gays. - Mas que bem bolado, e ganha dinheiro fácil né? - Sim, hoje em dia sim, mas no começo era difícil porque era só minha filha, minha mulher e eu.

PASSANDO PARA TRÁS

Dois amigos conversando, um diz para o outro: - Rapaz, estou muito chateado, me passaram para trás. O outro amigo pergunta: - Mas como assim? O que aconteceu? E rapidamente ele responde: - Eu emprestei R\$ 200 a um cego, e ele disse que quando ele me ver, ele paga.

AULA DE PORTUGUÊS

A professora faz perguntas de língua portuguesa. - Ferrugem, com que letra se escreve a palavra COELHO? - C, professora! - Acertou, garoto! E continua: - Galinda, a palavra ÍNDIO, se escreve com I ou H? - Humm... I fessora! - Isso mesmo garota, acertou! E continua: - Pezão, qual a primeira letra da palavra BRASIL? - B, tia! - Isso mesmo, garoto! E a vez de Joãozinho, que estava mexendo com o celular: - Joãozinho, vamos ver se você está prestando atenção na aula: A palavra QUEIJO começa com que letra? O moleque olha distraído sem ter ouvido a professora e diz: - O quê? - Isso mesmo, meu gorducho.

ENCONTRANDO A EX

O rapaz vai pra festa e lá encontra a ex. Ele diz para ela: - Pois é, era pra gente estar completando dois anos de namoro se você não tivesse me traído. E ela responde: - Verdade, mas a culpa foi sua! O rapaz questiona: - Eu fui o culpado? E ela explica: - Claro, se você não tivesse descoberto estaríamos juntos até hoje!

SOGRO NO MOTEL

O homem vai no motel com a amante, chegando se depara com o carro do sogro em uma das suítes. Como não se dava muito bem com o sogro, resolveu disfarçadamente riscar toda a pintura do carro. No dia seguinte ele vai na casa do sogro, vê o carro todo riscado e finge surpresa: - O que aconteceu, sogro? O sogro responde:

- Estou com muito ódio. Ontem emprestei o carro pra sua mulher ir na igreja e riscaram ele todinho.

TATU DO ADVOGADO

O advogado estava viajando de carro pela BR, um tatu foi atravessar na frente do carro e o motorista parou e pegou o tatu. Colocou no porta malas e seguiu viagem. Pouco na frente uma blitz da polícia federal o parou. Pediram os documentos, pediram pra ele descer do carro e abrir o porta-malas. Lá dentro o policial vê o tatu e fala: - Rapaz, você é louco. Esse animal é selvagem, isso vai te dar cadeia. Se eu chamar a polícia ambiental você está frito. O advogado explica: - Bem capaz, esse tatu é meu. De estimação. Está comigo desde novinho. Se você soltar ele no chão eu dou dois asobios e ele volta e fica do meu lado. Ele é treinado. O policial diz: - Não acredito nessa sua história. - Então solte ele pra você ver - diz o advogado. O policial pega o tatu, solta ele no chão e o tatu corre pro mato. O policial então pede pro advogado: - Agora chame o tatu de volta. E o advogado pergunta: - Que tatu?

MARIDO LONGE

Uma mulher está na cama fazendo sexo com o amigo do marido, quando de repente toca o telefone. Ela atende e depois de desligar, conta para o amante: - Foi Carlos, mas não se preocupe, ele não vai voltar pra casa tão cedo. Ele está jogando truco com você.

PRESENTES DOS VIZINHOS

O cara, vendo o vizinho do prédio ao lado na varanda, puxou conversa: - Ô vizinho! Quando é seu aniversário? - Em maio. Por quê? - É que eu vou te dar uma cortina de presente pra você colocar no quarto. Não aguento mais ver você e sua esposa transando em plena luz do dia! O outro perguntou: - E o seu, quando é? - Em setembro, por quê? - Vou te dar um binóculo, pra você ver direito de quem é a esposa!

HORAS DE TRABALHO

Um patrão colocou o empregado para trabalhar 8 horas por dia cavando no campo. Passando uma semana o patrão não vê grande resultado e coloca o empregado para cavar com uma mão e a semear com outra, trabalhando 10 horas por dia. Passando três semanas, sem grandes resultados. Mesmo assim o patrão descontente com o trabalho do empregado diz: - Cave com as duas mãos, coloque as sementes com a boca e trabalha 12 horas por dia. O empregado chega em casa sempre cansado. Um dia chegou em casa e viu a mulher com outro homem, começou a chorar muito. Chorava... chorava... A mulher pergunta o motivo dele chorar tanto já que fazia tempo que ele nem dava muita atenção para ela. O empregado responde: - Se o meu patrão descobre, ele vai pendurar duas lanternas nos chifres e me colocar para trabalhar também de noite.

Cruzadas diretas

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Local das aulas de Educação Física	A letra que indica sono (HQ)	Tipos de sociedades opostas descritas em Agência de aviação	Fiscal dos ambulantes	Agno Aguiar, em "A Dona do Pedaço" (TV)
Iluminação como a do Sol, Lua ou estrelas	Diferente dos padrões regulares	Vara (?): trata do direito do cidadão (jur.)	Pobre, em inglês	Dente que nasce na vida adulta
Saudação ao imperador romano	Que se ofende por qualquer coisa	Antilope das savanas africanas	Sensação bloqueada pela anestesia	
"(?) de Baixo", antigo programa de comédia da TV	(?) Barbosa, escritor O medo do acrofóbico	Sistema de medição de rodovias (sigla)	Formação para jogo de tênis em equipe	Bebida (?), refrigerante
Documentos solicitados na admissão para emprego	Trabalhava como ator "Ombro", em "omoplata"		Luiz Gonzaga, o Rei do Baião	
Aguardente típica do Caribe		Designa "futebol clube", em siglas de times	Primeira nota da escala musical	
Não desenvolvidos (os órgãos)	Esteriliza (animal)			

BANCO 3/111, 4/poer, 5/civl, 6/gaedos

53

#FaçaCoquetel

Assine e receba no conforto da sua casa!

Assine agora!

COQUETEL

Solução												
V	R	I	S	V	O	V	E					
S	O	O	V	I	J	O	H	I	V			
O	O		T	d		W	N	H				
S	V	I	d	O	C	O	I	O	J			
V	A	V	N	L	V		T	d				
O	T	O	S	I	V	S						
V	H		I	N	H	E						
O	S	O	H	O	N	I	T	E	W			
S	O	O	O	E	O		E	O				
I	N		O	V	E	A	V					
S	I	V	d	I	C	N	I	H	d			
A	d		d	V		C	O					
O	T	V	W	O	N	V	V					
T	V	H	N	L	V	N	Z	N	T			
W		N				O						



Pecado da Gula

DELICIOSA PIPOQUINHA DE QUEIJO COALHO

INGREDIENTES: 200 g de queijo coalho; 50 g de farinha de trigo; 1 litro de água.

MODO DE PREPARO: Pique o queijo coalho em pedaços pequenos. Deixe o queijo coalho de molho na água por alguns minutos. A água ajuda a farinha aderir ao queijo. Passe os cubinhos de queijo na farinha de trigo. Leve para fritar em óleo morno até criar uma casquinha dourada e crocante.



BOLO DE FUBÁ CREMOSO



INGREDIENTES: 4 ovos; 2 xícaras (chá) de açúcar cristal (400 g); 4 xícaras (chá) de leite (960 ml); 1 e 1/2 xícara (chá) de fubá mimoso (240 g); 50 g de queijo ralado; 1 colher (sopa) de manteiga (ou margarina); 3 colheres (sopa) de farinha de trigo (30 g); 1 colher (sopa) de fermento.

MODO DE PREPARO: Unte uma forma retangular média (32 X 22 cm) com manteiga, ou óleo, e polvilhe fubá. Preencha o forno a 180°C. Quebre os ovos em uma tigela separada para verificar se não estão estragados. Em um liquidificador, adicione os ovos,

o açúcar, o leite, o fubá, o queijo ralado, a manteiga e a farinha de trigo. Bata por cerca de 2 minutos, até ficar bem homogêneo. Desligue o liquidificador, adicione o fermento e, com uma colher, misture delicadamente para incorporar. Transfira a massa para a assadeira untada. Leve para assar no forno preaquecido por 50 minutos, ou até o bolo dourar levemente. No teste de espetar o palito no bolo, o palitinho não sairá seco (como em outras receitas), pois esse bolo fica úmido, com uma camada cremosa. Espere amornar para desenformar e servir.

BATATA COM MUÇARELA, LINGUIÇA E BACON



INGREDIENTES: 12 batatas calabresas; 50 ml de azeite de oliva; 2 alhos picados; sal a gosto; pimenta-do-reino a gosto; 200 g de bacon em cubos; 200 g de queijo muçarela ralado; cebolinha para decorar; água para cozinhar as batatas; 100 g de linguiça em cubos pequenos.

MODO DE PREPARO: Ferva as batatas até ficarem macias em água salgada. Coloque-as em uma assadeira untada ou forrada com papel-manteiga. Achate as batatas com o fundo de um copo

limpo. Caso seja necessário, pincele o fundo do copo com azeite para não grudar. Misture o azeite e o alho em uma tigela, pincele sobre as batatas e tempere com sal e pimenta-do-reino. Asse de 15 a 20 minutos no forno preaquecido a 200°C. Enquanto isso, frite o bacon levemente e adicione a muçarela, a linguiça e o bacon às batatas. Asse por mais 2 a 3 minutos. Enfeite com cebolinhas e sirva imediatamente com a maionese caseira temperada com páprica picante e ervas frescas.

BOLINHO DE ARROZ

INGREDIENTES: 2 xícaras de arroz cozido; 1 tomate picado; 1 xícara de abobrinha ralada; 1 xícara de cenoura ralada; 2 ovos; 150 g de queijo minas padrão ralado; 50 g de parmesão ralado; 4 colheres (sopa) de farinha de trigo; sal a gosto; 1 colher (chá) de páprica picante; 1 colher (chá) de açafrão; 1 colher (sopa) de azeite; 1 colher (sopa) de fermento em pó; raspas de limão; salsinha.

MODO DE PREPARO: Misture todos os ingredien-



tes em uma tigela. A massa fica bem mole. Aqueça o óleo em uma panela a 180°C. Com a ajuda de duas colheres, modele os bolinhos, coloque para fritar até dourar. Sirva a seguir, acompanhado de geleia de pimenta.

PÃO DE ALHO CASEIRO

INGREDIENTES: 4 pães; 3 colheres (sopa) de maionese; 3 dentes de alho espremidos; 2 colheres (sopa) de manteiga (ou margarina); 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado; 120 g de queijo muçarela ralado; ervas de sua preferência e a gosto (opcional).

MODO DE PREPARO: Em uma travessa, misture bem a maionese, os alhos, a manteiga/margarina, parmesão, queijo muçarela e as ervas. Faça alguns cortes nos pães, tomando



cuidado para não abri-los totalmente. Passe a pasta de alho no meio de cada corte e por cima. Asse no airfryer por 10 minutos a 200°C ou no forno, por cerca de 20 a 25 minutos, na mesma temperatura (se necessário, ajuste o tempo e a intensidade).

FILE DE TILÁPIA ASSADO COM CROSTA DE PARMESÃO



INGREDIENTES: 4 filés de tilápia; 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado; 1/4 de xícara (chá) de farinha de rosca; 2 colheres (sopa) de manteiga derretida; sal, pimenta-do-reino moída e suco de limão a gosto; azeite de oliva para untar.

MODO DE PREPARO: Em um recipiente, coloque o queijo parmesão e a farinha de rosca e misture. Reserve. Em um recipiente, coloque

os filés de tilápia e tempere com sal, pimenta-do-reino e suco de limão. Tampe e leve à geladeira por 20 minutos. Após, pincele os peixes com a manteiga derretida e passe na mistura de queijo parmesão e farinha de rosca, pressionando para fixar. Disponha em uma assadeira untada com azeite de oliva e leve ao forno preaquecido a 200°C até dourar. Sirva em seguida.

FILE DE PEIXE AO MOLHO DE REQUEIJÃO



INGREDIENTES: 1 kg de filé de peixe de filé de pescada (ou peixe de sua preferência); 1 pote (250 g) de requeijão; 1 caixinha (200 g) de creme de leite; sal; limão; coentro; tempero pronto para peixe.

MODO DE PREPARO: Tempere os filés de peixe com sal e limão. Em uma vasilha misture

o requeijão com o creme de leite e polvilhe um pouco do tempero pronto para peixes. Forre o fundo de um refratário com esta mistura, coloque os filés por cima e salpique com coentro bem picadinho. Leve ao forno pré-aquecido para assar por 20 minutos. Sirva acompanhado de salada de folhas com tomate cereja e purê de batatas.

GRÁFICA Pontual
IMPRESSÃO DIGITAL EM A3 - COLORIDA
SERVIÇOS GRÁFICOS EM GERAL
Qualidade e Pontualidade
Tel.: 32 3331-2362
32 98892-5602 | 99973-4520
graficapontualwrs@hotmail.com
RUA GENERAL CÂMARA, 137 - CENTRO - BARBACENA - MG

104.9 FM
RÁDIO ALTO RIO GRANDE
Ligadinha em você!
(32) 3335-1273 - www.altoriogrande.com.br
Piedade do Rio Grande - Minas

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 - calcadosfranco@mgconecta.com.br
(32) 99987-5239 VIVO / (32) 98468-8494 CLARO

acheia aqui

GUIA DE COMÉRCIO & SERVIÇOS

AQUI VOCÊ ENCONTRA O QUE PRECISA



procurou?

achou!

DROGARIA BORGES

(32) 3459-0097 99922-0087

Rua Silvio Frizzoni nº 51 C - Dr. Sá Fortes
Antônio Carlos - MG

Bar e Restaurante do ZAZAGA

zazaga@globo.com

TEL.: (32) 99939-1106

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

BAR e MERCEARIA BERTOLIN

CEREAIS - ENLATADOS - FRUTAS - VERDURAS - LEGUMES

O mais saboroso tira gosto da cidade!

(32) 3331-4497

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

PREVENCOR

Clínica Cardiológica

Dr. Sérgio Augusto Carvalho Discacciati
CRM 21761

(32) 3333-7006 / 98806-7007

Rua Padre Anchieta, 188 - Centro - Barbacena - MG

GEOSOLSA

TOPOGRAFIA E GEORREFERENCIAMENTO

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

(32) 99834-9936 (VIVO) / (32) 98428-8358 (CLARO)
contato@geosolsa.com.br

Rua Dona Geraldina, 54 - Sala 06 - Centro - Piedade do Rio Grande - MG

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

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

DISCACCIATI

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

(32) 3331-7274 (32) 99971-7619

MERCADO São Camilo

Melhor preço e atendimento!

32 3334-1256
98499-2556

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

BAR e RESTAURANTE e HOTEL DO ZÉ MANOEL

Santana do Garambéu-MG

O melhor self service de comida caseira

Funcionamos todos os dias

(35) 99935-0147 / (32) 98421-0196

RUA MARIA PIA, 60 - CENTRO - SANTANA DO GARAMBÉU - 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

GEO MINAS TOPOGRAFIA

Regularize o seu terreno
Georreferenciamento

Carlos Wilson: (32) 99880-7212

ACOUGUE DO PAULINHO

(32) 98484-5799

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

Rio Grande CAMPO & CONSTRUÇÃO

Rua Francisco José de Oliveira, 47 - Centro
Santana do Garambéu - MG - (32) 98450-7887

POSTO CACHEIRO

BR

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

CATALÃO Pneus

Pneus - Alinhamento
Balanceamento - Peças - Suspensão

PIRELLI GOODYEAR FIPSTORE
BRIDGESTONE DREB-AR

(32) 3332-1799

Rua Bahia, 287 - São Sebastião - Barbacena - MG

RURAL PET

AGROPECUÁRIA - PET SHOP - BANHO E TOSA

CONTATO: (32) 99825-1179

Av. Minas Gerais, 266 - Centro - Ibertioga - MG

SUPERMERCADO mateus

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

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

YbertY

EXCELÊNCIA EM HIGIENE ANIMAL

Contato: (31) 99191-1929 / (32) 98485-6599
Site: www.yberty.com.br

Yberty - "A Mais vendida na Região"

OFICINA MECÂNICA AVENIDA

Especializada em Injeção Eletrônica

(32) 98831-2041 Lucas (32) 98852-5660 Ademir

oficinamecanicaavenida

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

MERCEARIA DO LULU

ABERTO DIA E NOITE

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

98418-0094

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

DROGARIA SÃO JOSÉ

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

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

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

AGROZEM

A melhor que tem!

Produtos Veterinários - Produtos Agrícolas
Nutrição Animal - Selaria

Barbacena: (32) 3331-7504 - Olegário Maciel
Barbacena: (32) 3331-2974 - Santa Tereza
Antônio Carlos: (32) 3346-1261 - Centro
Ibertioga: (32) 3347-1390 - Centro

Jedy Confeitaria

Trufa
Bolo de pote
Cone trufado

Contato (32) 98488-8057 - @jedy.confeitaria

RPR festas

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

Santa Rita de Ibitipoca - MG

GV CLÍNICAS

CONSULTAS OCUPACIONAIS
Admissionais, demissionais e periódicas
PGR - LTCAT - PPP - PCMSO - envio eSOCIAL

TREINAMENTOS NRS - APOSSORIA - AVALIAÇÕES

Já que é obrigatório, faça bem feito!

Rua Sebastião Alves, 39 - Centro - Piedade do Rio Grande - MG
(32) 9 9900-6222 gvclinicas.pie

Atendimento em toda região.