

Jornal Panfletus

Jornalismo Verdade

www.jornalpanfletus.com.br



IGC
Imobiliária Genildo Carvalho Ltda.
PJ nº 4732
(31) 3557-2004
99961-3043
98484-9353
Imóveis em Mariana, OP e Região!
Endereço: Av. Manoel Leandro Corrêa, 15 - Loja 9 - Centro - Mariana

Desde agosto de 2001 - Número 1.023- 03/10/2024 a 10/10/2024 - Dist.Gratuita - Contato: (31)98578-4257 (Ângelo) / (31)98632-8731 (Leticia) / (31) 9 8880-3046 (Cassiano)

Mariana | Catas Altas | Santa Bárbara | Ouro Preto | Itabirito @jornalpanfletus /JornalPanfletus

1300 CONVIDADOS no maior e mais esperado evento empresarial do interior de Minas

Nosso sincero agradecimento aos colaboradores, parceiros e claro nossos homenageados. Parabéns Grupo Betonita Concreto pelos 30 anos de atuação na região.



Diretores Betonita Concreto

Foto: Carol Pessoa



3557-1240



98611-2963



GÁS DULICO

TELE-ENTREGA

De 2ª feira à sábado, de 7h às 23:30h.
Domingos e feriados, de 7h às 17h.

BANDEIRANTES E PADRE VIEGAS
De 2ª feira à sábado, de 8h às 16h.

3557-3876 | 3558-6575 | 98733-2455
@ 3558-6937

Av. Getúlio Vargas, 6 - Centro - Mariana/MG



Transforme
curiosidade em
rendimento.

Sicredi





Editorial, por Cassiano Aguilar / Editor Chefe / Jornalista 20.483/MG

1300 CONVIDADOS no maior e mais esperado evento empresarial do interior de Minas

Nosso sincero agradecimento aos colaboradores, parceiros e claro nossos homenageados. Parabéns Grupo Betonita Concreto pelos 30 anos de atuação na região.

Com isso, agradecemos todos que de maneira direta e indireta contribuíram significativamente para a confecção do cenário da décima primeira edição do evento em um espaço de 2.400 metros quadrados totalmente preparado para os homenageados e convidados.

Vale destacar que buscamos a cada edição do evento inovar e apresentar aos eleitos e aos convidados um evento digno da importância que a classe representa para a economia regional. Já estamos trabalhando para a realização da décima segunda edição e podem apostar que será mais uma edição memorável.

O troféu Empresarial 2024, imortalizou em sua décima primeira edição os 30 anos do Grupo Betonita Concreto. Nossa homenagem destaque em 2024 realçou os valores de uma empresa familiar que festeja seus 30 anos de fundação na região dos inconfidentes.

A Betonita foi fundada em 1994 pelo seu sócio fundador Sebastião Braga e atualmente é administrada por suas filhas, Daniela Costa, diretora comercial. Fernanda Costa, diretora financeira e seu sobrinho, Getúlio Júnior, diretor de operações.

Uma empresa familiar que aquece a economia do município marianense gerando emprego, fomentando renda e que tem como principal foco a excelência em seu atendimento, qualidade, eficiência e respeito aos clientes.

Ademais, o Jornal/Tv Panfletu's realizou a pesquisa de opinião pública durante os meses de fevereiro a abril deste ano e ouviu 1.222 pessoas, dentre elas funcionários (as) de várias empresas além é claro de clientes dos mais variados segmentos da economia regional com a seguinte pergunta: Qual a melhor empresa em determinado segmento?

Dessa forma foi possível elencar as melhores instituições, empresas e personalidades do ano de 2024.

Já a pesquisa de opinião dos internautas; contabilizou mais 300 mil votos em menos de 20 dias totalizando a primeira e a segunda etapa. Os três mais votados seguiram para a segunda etapa da pesquisa e o mais votado e mencionado recebeu no dia 21 de setembro uma medalha e o Troféu confirmando o resultado das pesquisas.

Dedicação, atendimento e produtos de qualidade, além de revelação e comprometimento com causas

públicas e sociais marcam os eleitos pelo reconhecimento das pesquisas de opinião pública e dos internautas.

Para tanto, vale destacar que o Portal do Panfletu's contabilizou 321.948 acessos transformando em votos nos mais de 250 segmentos da economia marianense pesquisados.

O Troféu Empresarial é promovido pelo jornal/Tv Panfletu's e promove a economia da região dos Inconfidentes, destacando o empreendedorismo e a competitividade sadia entre as empresas empresários, políticos e empreendedores.

Todas as empresas participam das pesquisas de opinião pública e internauta e estão nas páginas do impresso nesta edição especial como é religiosamente elaborado.

Contudo, o levantamento das pesquisas ocorreu entre os meses de fevereiro a abril e o resultado foi divulgado em julho deste ano no jornal impresso em três edições além de divulgação dos gráficos em nossas mídias sociais, enfatizando a credibilidade das pesquisas conduzidas pelo nosso hebdomadário.

Portanto, muitas empresas vencedoras não têm vínculo publicitário com o Panfletu's, mas vencem

as pesquisas. Esse é o compromisso com a isonomia e imparcialidade do Panfletu's diante de nossas pesquisas bem como do reconhecimento das empresas que vencem através da opinião. Mais uma vez, nossos agradecimentos as empresas patrocinadoras, são elas; Cedro Mineração - Segurança do Trabalho e Meio Ambiente P2 - Assistencial São José de Agostinho - Grupo 3T - Sicredi e a Indaiá Transportes. Nosso agradecimento as empresas apoiadoras, são elas; Arantes Móveis, Elav, Droga Rede, Imobiliária IGC, Contad, Contad Casa e Clean, Outlet das Tintas, R.R Centro Automotivo, Assistência Odontológica, Espaço Sonequinha Kids, Zezinho Salete e Tina's Hair.

NOSSO MUITO OBRIGADO!

Gratidão

Fala aí, Dra. Jussara Freitas!

NÃO ERA AMOR, ERA ESTELIONATO

Dra. Jussara Freitas - Advogada / OAB/MG 165.006



O estelionato sentimental é uma forma de crime em que uma pessoa se aproveita dos sentimentos e emoções de outra para obter vantagens financeiras ou materiais. Esse tipo de golpe envolve a criação de uma falsa história de amor ou interesse romântico, conquistando a confiança da vítima para, em seguida, explorar essa relação de maneira fraudulenta.

Geralmente, o estelionato sentimental faz promessas de amor, casamento ou manutenção

da relação, mas com o objetivo principal de obter benefícios econômicos. Isso pode incluir pedir empréstimos, transferências de bens ou outras formas de ajuda financeira, sem a intenção de retribuir ou cumprir com as promessas feitas.

Esse crime é considerado uma forma de violência patrimonial e pode ter consequências graves para a vítima, tanto financeiramente quanto emocionalmente. No Brasil, o

estelionato sentimental pode ser enquadrado no Artigo 171 do Código Penal, que trata do crime de estelionato, com penas que variam de 1 a 5 anos de reclusão e multa.

Se você ou alguém que você conhece está passando por uma situação semelhante, é importante buscar ajuda e denunciar o caso às autoridades competentes. Prevína-se, principalmente nas relações online. E não tenha vergonha de denunciar às autoridades.

Você gostaria de saber mais sobre como se proteger desse tipo de golpe? Ficou alguma dúvida? Caso tenha alguma dúvida sobre este conteúdo, fale conosco: Email: jussara.freitas39@gmail.com | WhatsApp: (031)983197490 | Instagram: @drajussarafeitas

O QUE É PSICOPATIA?

Psicanalista atuante em BH e Mariana; Professor da PUC-Minas e da FUPAC-Mariana; Escritor; Membro da Academia Marianense de Letras; Comentarista semanal da Rádio Itatiaia/BH e Colunista da TV Horizonte; Pós-Doutorado pela Université de Fribourg, na Suíça.



A psicopatia, na perspectiva psicanalítica, revela-se como uma condição de difícil compreensão e tratamento, visto que envolve uma estrutura psíquica marcada por uma ausência ou deficiência na capacidade de experimentar empatia, remorso e culpa. Diferentemente de outras condições clínicas, os psicopatas não apresentam uma angústia subjetiva que os leve a buscar ajuda terapêutica. Eles se caracterizam por uma frieza emocional, manipulação calculada e, em muitos casos, comportamentos antissociais.

Freud e seus sucessores dedicaram pouca atenção específica à psicopatia em suas obras, porém, o conceito pode ser relacionado ao que ele chamou de "personalidades narcísicas" ou "organizações narcísicas". Nestas personalidades, o investimento libidinal é voltado para si mesmo, e o outro aparece como um objeto de uso, sem que haja verdadeira consideração pelos sentimentos ou necessidades alheias.

Na psicanálise, entende-se que o psicopata falha em formar uma estrutura psíquica que permita a

internalização de um superego funcional. O superego, segundo Freud, é o agente moral interno que regula nossos impulsos a partir de padrões sociais e culturais. Nos psicopatas, esse superego não é adequadamente constituído, ou, em alguns casos, é extremamente fraco, permitindo que o sujeito atue sem restrições morais.

Além disso, muitos teóricos relacionam a psicopatia com uma falha no processo de socialização primária, particularmente em relação à dinâmica da fase edípica, onde o psicopata pode não ter experienciado limites claros ou uma figura de autoridade com a qual pudesse identificar-se. O fracasso em identificar-se com o pai, por exemplo, pode resultar em uma personalidade que rejeita qualquer forma de autoridade, leis ou regras.

Um exemplo interessante que pode ilustrar a psicopatia do ponto de vista clínico é o de Gregor, relatado por um psicanalista em uma análise publicada na década de 1990. Gregor era um homem de 35 anos, atraente e bem-sucedido nos negócios, mas com um histórico de comportamentos

destrutivos. Ele tinha diversas acusações de fraude, mas nunca demonstrou arrependimento. Suas relações pessoais eram superficiais e utilitárias; ele manipulava as pessoas para obter vantagens, sem qualquer consideração por suas emoções. Na análise, Gregor não expressava angústia ou culpa por suas ações, apenas frustração quando suas manipulações falhavam. Ele era incapaz de desenvolver uma transferência terapêutica genuína, utilizando o analista como uma ferramenta para explorar possíveis ganhos.

Outro exemplo é o caso de um jovem de 14 anos, chamado de "o menino sem afeto" por seu terapeuta. Desde muito cedo, ele apresentava comportamentos agressivos e manipuladores. Ao contrário de crianças com transtornos emocionais, que costumam expressar angústia ou medo, este adolescente mostrava uma indiferença total para com o sofrimento alheio. Quando confrontado sobre a dor que causava aos outros, ele respondia com desdém ou, em alguns casos, até com riso. Na análise, o terapeuta encontrou dificuldades significativas em

estabelecer qualquer vínculo de confiança ou empatia. O menino via o analista como mais uma figura a ser manipulada, e o progresso terapêutico era quase inexistente.

A experiência clínica com psicopatas sugere que a psicanálise tradicional, baseada na criação de uma transferência e na elaboração de conteúdos inconscientes, enfrenta grandes desafios diante dessa estrutura psíquica. O psicopata não estabelece a transferência típica porque não se engaja afetivamente com o analista. Sem a angústia e o desejo de mudança que caracterizam outros pacientes, o psicopata permanece muitas vezes impermeável à intervenção psicanalítica. Alguns autores defendem que, nesses casos, o foco da terapia deve ser mais comportamental, buscando criar um entendimento racional dos comportamentos destrutivos, ainda que a mudança profunda na personalidade seja improvável.

Jornal Panfletu's LTDA

Expediente

Entre em contato com o Jornal Panfletu's

- Cassiano Aguilar – Jornalista Responsável 20483/MG – (31) 98880-3046
- Leticia Aguilar – Designer e Diretora Administrativa (31) 98632-8731
- Ângelo Serafim – Diretor Fundador / Comercial (31) 98578-4257

- Av Manoel Leandro Corrêa - 347 B - Centro - Mariana - MG
- CNPJ:21.544.370/0001-60 - Fundado em 01/08/2001
- Contabilidade: CONTAD CONTABILIDADE

"O jornal Panfletu's isenta-se de matérias devidamente assinadas"

Impressão:

O TEMPO
Serviços Gráficos

TROFÉU EMPRESARIAL & PROFISSÕES 2024

“30 anos do Grupo Betonita Concreto”



Melhor loja de materiais de construção - FORTALEZA



Melhor ateliê de costura - Paula Braga



Melhor engenheiro civil - Pablo Dulico



Melhor fisioterapeuta - Leandro Pontes



Melhor auto escola - Auto Escola Mariana



Melhor drogaria - DROGA REDE



Melhor contabilista - Denis Almeida



Melhor fisioterapia esportiva - Bio Sport



Melhor pizzaria - Xororó



Melhor advogada criminalista - Jussara Freitas



Melhor empresa de transportes - Angel Fly
Melhor drogaria - Americanas



Melhor loja de eletrodomésticos - Azevedo



Melhor areal - Areal Mariana



Melhor lanchonete - Larika



Melhor ensino superior - FUPAC



Melhor laboratório - Vanderlei Machado



Melhor imobiliária - Arena



Melhor clínica oftalmológica - Gustavo Marchetti



Melhor clínica de emagrecimento - Emagrecenter



Melhor psicóloga - Walkiria Felipe



Melhor personal trainer - Luiz Henrique



Melhor clínica odontológica - Assistência Odonto
Melhor dentista - Vilmara Assis



Melhor empresa de decoração infantil - Naty Decora



Melhor loja de máquinas - Murici



Melhor floricultura - Flor Amélia



Melhor ginecologista - Olívia Ferreira



Melhor psicopedagoga - Soraya Martins



Melhor clínica odontológica - Espaço Odonto

TROFÉU EMPRESARIAL & PROFISSÕES 2024

“30 anos do Grupo Betonita Concreto”



Melhor clínica médica - Atropopens



Melhor loja de roupa masculina - Modinha



Melhor restaurante - Lua Cheia



Melhor marmoraria - Recanto do Granito



Melhor lavanderia - Elav



Melhor papelaria - Arco Íris



Melhor aluguel de roupas - Adriana Noivas



Melhor banco de pensionistas - Agibank



Neuropsicopedagoga - Juliane Niquini



Vereador do ano - Ediraldo Ramos



Melhor personal trainer - Diego Daniel



Melhor studio fitness - GYM PRO



Melhor conveniência - Sucesso



Melhor construtora - Século XXI



Empresa revelação/Design de unhas - Adriele Dutra



Melhor loja de cabelos - Maranata



Melhor empresa de móveis planejados - Design



Secretário do ano - Arlinda Gonçalves



Melhor design gráfico - Amanda Fernandes



Melhor studio fitness e pilates - Essence



Melhor empresa de arquitetura - Martins



Melhor nutricionista - Rayssa Fernandes



Melhor empresa de certificado digital - Cerdigital



Melhor marmiteix - Cantina da Dora



Melhor corretora de seguros - Atena/Kenny Murta



Melhor consultoria empresarial - HVH



Melhor empresa de ônibus coletivo - Transcota



Melhor empresa de decoração infantil - La Fiesta

TROFÉU EMPRESARIAL & PROFISSÕES 2024

“30 anos do Grupo Betonita Concreto”



Melhor clínica médica - Mediar



Melhor pizzaria - Masterchef



Melhor hotel - Águas Claras



Anestesiologista - Antônio Azzi
Mérito Popular - Sônia Azzi



Melhor lash designer - Dani Estefania



Melhor confeitadora - Gabriela Duarte



Melhor imobiliária - IGC



Melhor loja de maquiagens - Belissima



Melhor loja de material elétrico - Eletromar



Melhor mineradora - CEDRO



Melhor conveniência - Boa Praça



Melhor aluguel de sanitários - El Locações



Melhor empresa de personalizados - Inspire



Melhor electricista - Dionísio



Melhor salão "mega hair" - Luana Cunha



Melhor loja de roupa masculina - Maria Pavão
Melhor atendimento - Maria Pavão



Melhor vidraçaria - Alumix



Instrutor de curso profissional - Brenda Viana



Melhor cooperativa - SICREDI



Melhor dentista - Emily Brandão
Melhor dentista - Douglas Brandão



Melhor agência bancária - Sicoob credimepi



Melhor ensino infantil e berçário - Arte do Saber



Melhor loja de presentes - Piticas



Personalidade política - Zezinho Salet



Advogado trabalhista - Madson José



Melhor Cabeleireira - Alessandra Nóbrega



Melhor salão de beleza - Soliane Dias

Melhor maquiadora - Soliane Dias

Melhor cabeleireiro - Edvan



Professor(a) - Liana Paula

TROFÉU EMPRESARIAL & PROFISSÕES 2024

“30 anos do Grupo Betonita Concreto”



Melhor Pintora - Aninha Pinturas



Melhor elétrica - RR centro automotivo



Empresa revelação - Varanda das Delícias
Melhor restaurante - Varanda das Delícias



Empresa revelação - Fisiocare
Melhor fisioterapeuta - João Rezende



Melhor fábrica de confecções - Educare



Melhor sorveteria - RM sorveteria



Melhor loja de óculos - Óticas Carol
Melhor loja de parafusos - Parafer



Melhor clínica de harmonização - Flávia Armond



Melhor salão de beleza - Tinas Hair



Melhor funerária - Assistencial São José



Melhor construtora - 3 T



Melhor confeitaria - Lílica Doces



Melhor escola de ensino infantil - Sonekinha Kids



Melhor empresa de segurança do trabalho - PzSMA



Melhor boutique de carnes - Prime Beef



Melhor advogado previdenciária - Francine Maira



Melhor escola de ensino médio - Flecha



Melhor cafeteria - À mineira
Melhor advogado civil - Alex Baião



20 + - Society Bandeirantes



20 + - Pedro Sousa



20 + - Mariana Linhares



20 + - Roberto Rodrigues



20 + - Dra. Lucy Zarti Lima



20 + - Angelo Oswaldo



20 + - Antônio Delfonso



20 + - Aderly dos Santos

20 + - Flávia Gonçalves

20 + - Whinter (in memoriam)



20 + - Empreendelas



20 + - ONG IDDA

TROFÉU EMPRESARIAL & PROFISSÕES 2024

'' 30 anos do Grupo Betonita Concreto ''

FOI UM SUCESSO!



Muito Obrigado

PATROCINADORES



APOIADORES



REALIZAÇÃO



APOIO
CULTURAL





CAMINHADA SOLIDÁRIA



“ Gostaríamos de expressar nossa sincera gratidão pela sua participação em nossa Caminhada Solidária, realizado em 29 de setembro de 2024, em Bandeirantes, Mariana - MG.

Sua presença foi fundamental para o sucesso do evento, e apreciamos imensamente o tempo e o interesse que dedicou para estar conosco. Sua contribuição, trouxe grande valor à programação e enriqueceu nosso evento possibilitando a doação solidária de alimentos à instituição SSVP.

Esperamos que tenha aproveitado a oportunidade para se divertir, exercitar, fazer novas conexões e desfrutar do evento tanto quanto nós. Ficaremos muito honrados em contar com sua participação em futuros eventos organizados por nossa equipe. Mais uma vez, nosso muito obrigado por seu apoio e participação. Caso tenha qualquer feedback ou sugestão, por favor, não hesite em nos contatar. Estamos sempre buscando maneiras de melhorar e aprimorar nossas atividades.

Agradecemos mais uma vez por sua presença e contribuição.”



TRE, MINISTÉRIO PÚBLICO E POLÍCIA FEDERAL se unem para enfrentar violência política contra as mulheres em Minas

A parceria entre as instituições foi firmada na última segunda-feira (30/09).

O Tribunal Regional Eleitoral, o Ministério Público Federal e a Polícia Federal firmaram, na última segunda-feira (30/09), parceria institucional para a definição e implementação de ações conjuntas voltadas para o enfrentamento da violência política contra as mulheres em Minas Gerais.

A parceria tem como premissa a Lei nº 14.192/2021, que estabelece regras para prevenir, reprimir e combater a violência política contra as mulheres, nos espaços e atividades relacionadas ao exercício de seus direitos políticos e de suas funções públicas. A norma também busca assegurar a participação das mulheres em debates e dispor sobre crime de fato ou vídeo com conteúdo inverídico no período da campanha eleitoral.

A violência política passou a ser tipificada como crime em agosto de 2021, com a introdução do art. 326-B no Código Eleitoral. O dispositivo, além de citar as formas de violência política, também prevê a pena de reclusão de 1 a 4 anos e multa.

O objetivo da parceria entre as instituições é definir e priorizar rotinas de investigação, processamento de crimes e o estabelecimento de diretrizes para atuação conjunta no enfrentamento à violência política contra as mulheres. Nesse conceito, deve-se entender a mulher como gênero e não como sexo biológico, incluindo as transgênero.

O presidente do TRE, desembargador Ramom Tácio de Oliveira, agradeceu a presença dos representantes das instituições e destacou a importância da parceria e de se “estar atento e tomar as medidas adequadas para que o estado democrático de direito prevaleça e que todos



tenham voz. Esta eleição trará elementos para se ter um diagnóstico da situação real, de modo a mostrar que o Tribunal não compactua com esse tipo de conduta”, declarou.

O juiz auxiliar da Presidência do TRE, Carlos Donizetti, enfatizou que o termo de cooperação, que será assinado em breve, busca aparelhar o TRE, MPE e PF de meios e condições para esses julgamentos de violência de gênero, que deixam de ser só sob o ponto de vista cível para ser também do aspecto penal.

A Procuradora Regional dos Direitos do Cidadão,

Ludmila Oliveira, foi quem impulsionou a ideia da parceria, ressaltando que “apesar de as mulheres serem a maioria do eleitorado, têm baixíssima representatividade nos cargos públicos”. Ludmilla destacou que tem se verificado uma elevação dessa participação feminina e, com isso, o consequente aumento da violência política. O Procurador Regional Eleitoral, José Jairo Gomes, destacou a importância de se tratar do tema, pois joga luz sobre um fato específico e desperta a consciência para o assunto.

Richard Macedo, Superintendente Regional da

Polícia Federal em Minas Gerais, falou da importância da parceria, citando as constantes fraudes com relação às cotas de gênero entre as candidaturas para cargos proporcionais, com punições apenas na área cível. Ele destacou que o julgamento criminal é fundamental para a preservação dos direitos das minorias. E que os casos devem ser tratados com prioridade, pois há vários anos se convive com essas questões.

A Coordenadora de Responsabilidade Social do TRE-MG, Lara Ferreira, enfatizou que a parceria já vem ocorrendo na prática. E explicou que, com a efetiva assinatura do Termo de Cooperação, será estabelecida uma rotina de investigação mais célere para os casos; realização de ações de orientação e capacitação conjuntas sobre o enfrentamento à violência política contra as mulheres, no âmbito penal; e organização de um canal de denúncias pela Procuradoria-Geral Eleitoral.

Sempre atento às questões que envolvem a participação feminina no processo eleitoral, o TRE-MG lançou, em março de 2024, a campanha “Democracia Para Todas: a violência política de gênero existe e afasta as mulheres da política”. Várias ações de capacitação e divulgação têm sido realizadas desde então, abordando esse importante tema.

A reunião contou também com a presença de Sandra Freire, diretora-geral do TRE; Ana Cristina Landau, servidora da Coordenadoria de Responsabilidade Social; Alexandre Leão Batista Silva, Delegado de Direitos Humanos e Defesa Institucional; e Fabrício Braga, Delegado Regional de Polícia Judiciária.

DIA 6 DE OUTUBRO TEM ELEIÇÕES.

A CIDADE QUE VOCÊ QUER COMEÇA COM O SEU VOTO, UAI!

As eleições para prefeitos e vereadores são importantes demais da conta e fazem muita diferença no dia a dia da gente. O posto de saúde, o funcionamento dos ônibus, a rua asfaltada, a escola das crianças, tudo isso depende dos representantes que você escolher. Então pesquise bem os candidatos, faça sua escolha com responsabilidade e prepare-se para votar.

UTILIZE FONTES CONFIÁVEIS, NÃO COMPARTILHE FAKE NEWS

DEIXE AGENDADO O DIA 6 DE OUTUBRO

LEMBRE-SE QUE O HORÁRIO DA VOTAÇÃO É DAS 8H ÀS 17H E PROGRAME-SE

VERIFIQUE O LOCAL CERTINHO DA SUA SEÇÃO ELEITORAL

LEVE UMA “COLINHA” COM OS NÚMEROS DOS SEUS CANDIDATOS PARA NÃO SE CONFUNDIR

NÃO SE ESQUEÇA: BOCA DE URNA É CRIME!



ACESSE E VEJA
TODAS AS DICAS
almg.gov.br/vote

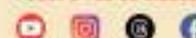


A ASSEMBLEIA APOIA O PROGRAMA PERMANENTE
DO TRE-MG DE ENFRENTAMENTO À DESINFORMAÇÃO.

TRE-MG

ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

Poder e voz do cidadão



DIA DAS CRIANÇAS: Para 18,4% dos comerciantes mineiros, vendas do Dia das Crianças vão ser maiores do que as do ano passado

A pesquisa Expectativa de Vendas – Dia das Crianças 2024, mostra que a data impacta as vendas de 44,6% das empresas do comércio varejista do estado.

Brinquedos, roupas, balas, doces e bebidas devem ser os itens mais procurados pelos consumidores conforme os entrevistados e o valor dos presentes deverão ficar entre 70 e 100 reais.

Para a comemoração do Dia das Crianças, que cai em dia de sábado neste ano, os comerciantes mineiros estão animados, sendo que 18,4% deles acreditam que as vendas vão superar as do ano passado. O otimismo e a expectativa com a data motivam 45,2% a apostarem em desempenho melhor em 2024.

Para outros 31,5% dos que esperam melhores vendas, o aquecimento do comércio dará respaldo ao maior faturamento assim como 27,4% apostam no valor afetivo da data. O percentual de comerciantes mineiros que consideram que as vendas do Dia das Crianças serão piores neste ano foi de 10,3%, patamar inferior ao observado em 2023. Os três



liquidações, 32,6%, propaganda e 13,4% vão recorrer ao marketing digital. Conforme 63,1% dos comerciantes, os estoques estão prontos para receber a clientela.

Gabriela Martins, economista da Fecomércio MG, destaca que o período que abrange o Dia das Crianças é muito importante não só para o setor do comércio, mas também para o setor de serviços. “As expectativas dos empresários do comércio para o Dia das Crianças são boas. Além de ser uma oportunidade de aumentar as vendas, este período pode ser estratégico para o empresário se aproximar dos seus clientes. Acrescido a isso, a data, comemorada em outubro, marca o início das vendas de final de ano, período em que tradicionalmente as famílias têm maior propensão a gastar e maior disponibilidade de renda”, explica Martins.

A pesquisa Expectativa de Vendas – Dia das Crianças 2024 foi realizada entre os dias 19 de setembro e 25 de setembro de 2023. Foram avaliadas 407 empresas, sendo pelo menos 39 em cada região de planejamento (Alto Paranaíba, Central, Centro-Oeste, Jequitinhonha-Mucuri, Zona da Mata, Noroeste, Norte, Rio Doce, Sul de Minas e Triângulo). A amostra avaliada perfaz uma margem de erro da ordem de 5,0%, a um intervalo de confiança de 95%.

principais motivos indicados para piora das vendas foram, nesta ordem: queda do comércio, crise econômica e governo atual.

A pesquisa verificou que, entre 56,1% das empresas que esperam resultados melhores, as vendas devem aumentar em até 30%. Já para aquelas que têm expectativas de piora nas vendas, 58,6% acreditam que elas devem

variar de até 30% do habitual. Cartão de crédito à vista e parcelado e pix deverão ser as principais modalidades de pagamento.

Os empresários, que venderão de forma presencial majoritariamente (66,3%), sinalizaram que vão apostar em incentivos aos consumidores para que eles comprem presentes. Assim, 39,6% farão promoções e



Transtec Agência de Viagens Ltda.

LINHAS DISTRIAIS

Destino	Classificação	Período de Validade
América do Sul	1ª Classe	12 meses
América do Norte	1ª Classe	12 meses
Europa	1ª Classe	12 meses
Ásia	1ª Classe	12 meses
Oceania	1ª Classe	12 meses

Transtec Agência de Viagens Ltda.

LINHAS SEMANAIS

CLASSIFICAÇÃO: 1ª, 2ª, 3ª, 4ª, 5ª, 6ª, 7ª, 8ª, 9ª, 10ª, 11ª, 12ª, 13ª, 14ª, 15ª, 16ª, 17ª, 18ª, 19ª, 20ª, 21ª, 22ª, 23ª, 24ª, 25ª, 26ª, 27ª, 28ª, 29ª, 30ª, 31ª, 32ª, 33ª, 34ª, 35ª, 36ª, 37ª, 38ª, 39ª, 40ª, 41ª, 42ª, 43ª, 44ª, 45ª, 46ª, 47ª, 48ª, 49ª, 50ª, 51ª, 52ª, 53ª, 54ª, 55ª, 56ª, 57ª, 58ª, 59ª, 60ª, 61ª, 62ª, 63ª, 64ª, 65ª, 66ª, 67ª, 68ª, 69ª, 70ª, 71ª, 72ª, 73ª, 74ª, 75ª, 76ª, 77ª, 78ª, 79ª, 80ª, 81ª, 82ª, 83ª, 84ª, 85ª, 86ª, 87ª, 88ª, 89ª, 90ª, 91ª, 92ª, 93ª, 94ª, 95ª, 96ª, 97ª, 98ª, 99ª, 100ª

Transtec Agência de Viagens Ltda.

SEMI DIÁRIA E CENTRO

Destino	Classificação	Período de Validade
América do Sul	1ª Classe	12 meses
América do Norte	1ª Classe	12 meses
Europa	1ª Classe	12 meses
Ásia	1ª Classe	12 meses
Oceania	1ª Classe	12 meses



Para você Associado Sindicato Metabase Mariana, saiba que, com a apresentação da carteirinha, você obterá descontos nas lojas parceiras do Sindicato.

ESTABELECIDAMENTOS		PAGAMENTO		
Empresa	Atividade	Dinheiro/Débito	Crédito	Débito/pix
Bar e Restaurante Rodovia 108/04		5%	1%	
Josimarli de Oliveira Plocarpo	Uniforme e camisas personalizadas	10%	5%	
Ótica via Real	óculos de grau e sol	20%		
Geraldo Martins Junior Eireli	Planet cam	10%	5%	
L & M vet	veterinária	10%	5%	
Centro educacional eleva LTDA		20%		
Grupo casa da Borracha	Casa da borracha	10%	5%	
Quarte Peças e Acessórios		10%	5%	
Rock'n Road Barbearia		10%		
RV Soluções, Comércio e serviços ambientais LTDA		5%		
Maryara Aurea Neves Oliveira	Breshop	10%	5%	
Deborah Cristina p. Oliveira	Paulista Celular	20%	10%	
Mauro Luiz Dias ME	Mauro Gás	10%	5%	
Maria Lúcia Roque de Oliveira	Academia	10%		
Rui Silveiro Horta Pedrona	Rui Multi Motos	10%	5%	
Ailton Paulo Gonçalves	Gonçalves center - loja armário	10%	7%	
Juliana Ventura Dias	Consultório Odontológico	15%	5%	
Sidney Moreira	Sid Parafusos e ferramentas	8%	1%	5%
Bar da Vânia		10%	10%	
Américo Neto Peças e Acessórios		10%	5%	
Leonardo costa Bruno	Oficina de bicicleta	15%	10%	
Supermercado Dioguense		5%	2%	5%
Lanchonete e Panificadora Cotta		5%	1%	
Açougue e Comércio de alimentos Ubaldo		15%	5%	
Self Serra Beria E.M.E.F.Telas		10%	5%	
Lanchonete Mala e espírito Santo	Padaria São Camilo	10%	5%	

Não fique só, fique sócio.

A SURRA

Marcelo Pereira Rodrigues Filósofo, escritor (18 livros), editor da Revista Conhece-te e MPR Edições, agente literário, palestrante e mental coach para o futebol / e-mail: nosmpr@hotmail.com



Hércules Malta Andrade, 76 anos, aposentado da CEMIG, residindo atualmente em Conselheiro Lafaiete-MG. Pai zeloso, amante de uma boa conversa e contador de causos. Alguns saudosistas e que remetem à sua idílica infância.

Conta-nos ele que em 1952, na cidade de Lagoa Dourada-MG, aos 4 anos, sua mãe, Maria Geralda de Andrade, o empeteceu para ir à missa na igreja de Santo Antônio. Teminho e gravatinha borboleta. Hércules chegou à igreja, desprende-se das mãos da mãe e, na hora da missa, começou a macaquear fazendo caras e bocas, correndo de um lado para o outro e infemizando o sacrossanto recinto. A mãe impassível. Findou-se a missa e era hora de retornar à casa. Lá chegando, D. Maria colocou o levado em

cima de uma cadeira. Pacientemente tirou-lhe o teminho, a gravatinha borboleta, a camisa e deu-lhe boas chineladas. Literalmente, o coro comeu. Diz Hércules que desde aquela lição nunca mais se comportou mal durante as missas e aprendeu da mãe que respeito vem sempre em primeiro lugar. Saber se comportar quando se está fora de casa e, obviamente, dentro de casa.

Das conversas que tenho a satisfação de ter com o sr. Hércules, sobressai-se um profundo amor pela mãe. Aprendi com a minha, Conceição Fausta Pereira, já falecida, que “aquele que dá o pão dá a educação” e, embora seja mais jovem que o Hércules, fui submetido ao mesmo treinamento.

Obviamente que os tempos hoje são outros. Desde a

promulgação da vigente Constituição Federal do país em 1988 e acrescido do Estatuto da Criança e do Adolescente, o ECA, promulgado durante o governo de Fernando Collor de Mello, a criança tem salvaguardado direitos e isso é bom no que tange à sua proteção, mas, entretanto, contudo e todavia, percebe-se atualmente uma licenciosidade e falta de limites absurda. Vez ou outra congressistas discutem “a lei da palmada”, e o excesso de modernidade faz os jovens crescerem sem medidas. Ouvindo o sr. Hércules, remeti-me a 1987, quando trabalhava 8 horas diárias em uma lanchonete (o Zé Colmeia em Lafaiete), estudava a 7ª série de grupo e ainda me sobrava algum trabalho doméstico para fazer na casa de minha tia. Morri por conta disso? Não. Só me formou com as

obrigações e o respeito aos compromissos, aprendendo desde cedo a ganhar o meu suado dinheirinho.

Conversar com o sr. Hércules é muito gratificante. Prosa regada a café e queijo, causos são contados e a certeza que fica é a confirmação de que toda vida dá um bom livro, e que este primeiro texto seja o primeiro de muitos aos quais ajudarei a colocar no papel histórias que nos servem de lições e aprendizados. Saber ouvir é fundamental na vida de todo escritor, e quando são histórias que nos sensibilizam, aí então é que nos estimulamos a continuarmos proseando, bebendo café e rindo.

À memória de D. Maria Geralda de Andrade, este humilde texto!

URNAS AUDITADAS: Audiência pública no dia 5 definirá as urnas que serão auditadas em Minas no 1º turno

Audiência acontecerá no auditório do CREA-MG, com transmissão ao vivo pelo canal do TRE-MG no YouTube.

No próximo sábado (05/10), véspera do 1º turno das Eleições 2024, o Tribunal Regional Eleitoral de Minas Gerais vai definir 43 seções eleitorais do estado cujas urnas serão auditadas por meio de dois procedimentos – o Teste de Integridade e o Teste de Autenticidade.

A audiência pública será conduzida pela juíza auxiliar da Corregedoria do TRE, Cristiana Martins Gualberto Ribeiro, que preside a Comissão de Auditoria da Votação Eletrônica para as Eleições 2024. Ela acontecerá no auditório do Conselho Regional de Engenharia e Agronomia (CREA-MG), a partir das 7h, e será transmitida ao vivo pela internet, no canal do TRE no YouTube.

O Ministério Público Estadual e o Ministério Público Federal acompanham todo o procedimento. Também são

convidados os partidos políticos e coligações envolvidos no pleito, OAB e entidades que representam a sociedade civil, tais como o CREA e a Federação das Indústrias de Minas Gerais (FIEMG), entre outras. Todas as etapas da auditoria também são acompanhadas por uma empresa de auditoria contratada pelo TSE.

Teste de Integridade

Do total de 43 urnas, 30 serão submetidas ao Teste de Integridade – elas poderão ser indicadas pelas entidades fiscalizadoras ou sorteadas. Outras três, de um local de votação já definido de Belo Horizonte (Escola Estadual Pandiá Calógeras), passarão pelo Teste de Integridade com Biometria.

As urnas são trazidas para o TRE no



mesmo dia da audiência e substituídas por urnas eletrônicas de reserva das respectivas zonas eleitorais. As urnas do interior serão transportadas por duas aeronaves da Polícia Militar de Minas Gerais e as da capital e região metropolitana serão recolhidas por veículos da Justiça Eleitoral.

Cédulas de papel serão preenchidas com votos em candidaturas reais do município de cada seção eleitoral escolhida, e serão colocadas em urnas de lona no decorrer da tarde do dia 5. Logo após, essas urnas serão lacradas. No dia da eleição (06/10), os votos de cada urna de lona serão replicados nas respectivas urnas eletrônicas. Ao final do dia, será feita a apuração dos votos de papel e o resultado vai ser comparado com o que está no boletim da urna eletrônica associada a cada urna de lona.

Desde 2022, objetivando otimizar toda a logística do procedimento, considerando a distância e o tempo de voo das aeronaves, o estado de Minas foi dividido em sete mesorregiões, sendo que o número de urnas sorteadas para auditoria em cada uma delas leva em conta a representatividade do eleitorado e as condições de deslocamento.

Já no Teste de Integridade com biometria, que será feito com três urnas das seções localizadas na Escola Estadual Pandiá Calógeras, em Belo Horizonte, a reprodução dos

votos nas urnas eletrônicas é feita com o emprego das impressões digitais de eleitoras e eleitores voluntários convidados, depois de eles terem participado da votação oficial.

A participação no Teste de Integridade com biometria é voluntária. A eleitora ou o eleitor participa apenas habilitando a urna eletrônica com sua biometria, ou seja, não vota na urna instalada no ambiente do teste. Se concordar em participar, será assinado um termo de consentimento para uso da biometria exclusivamente para o Teste de Integridade.

É importante explicar que os votos registrados nas urnas eletrônicas durante o Teste de Integridade não são computados no resultado oficial da eleição.

Teste de Autenticidade

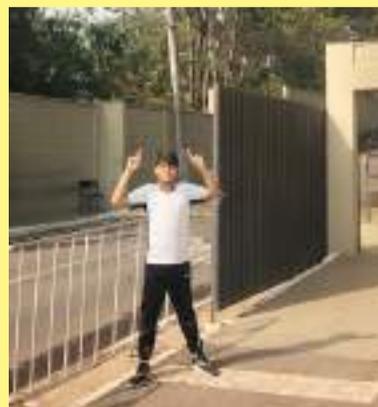
Outras 10 urnas passarão pelo Teste de Autenticidade, que acontece no dia da eleição, às 6h, nas próprias seções eleitorais. Antes da impressão da zerésima, será emitido um relatório contendo os hashes (resumos digitais) e assinaturas dos programas instalados na urna. Essas informações poderão ser conferidas com as que estarão disponíveis no site do TSE, para checagem se são os mesmos sistemas assinados na cerimônia de assinatura digital e lacração dos sistemas eleitorais.

MARIANENSE é aprovado para categoria de base do Atlético Mineiro

Lucca Oliveira Barbosa é marianense e conhecido por “paredão”, foi aprovado para atuar na categoria de base do Atlético Mineiro.

Futuro Brilhante do jovem marianense inicia-se no grande clube Atlético Mineiro. Lucca, a joia do Sub-9 do Atlético-MG.

Vale destacar que seu talento não passou despercebido, veio o convite para integrar a categoria de base goleiro Sub-9 do Atlético Mineiro. O paredão está de casa nova, a família estará na torcida e junto com você nessa caminhada. Que Deus te abençoe paredão!



AVISO DA JUSTIÇA ELEITORAL EM MARIANA: Veja as seções que foram transferidas

Atenção eleitores para as seções que foram transferidas:

As seções que funcionavam na Escola Estadual Dona Reparata Dias de Oliveira mudaram para a Escola Municipal Aníbal de Freitas na Rua Firmino Ulhôa, s/n, no distrito de Cachoeira do Brumado.

As seções que funcionavam na Escola Municipal Antônio Gabriel de Carvalho (prédio Antigo) mudaram para a Escola Municipal Antônio Gabriel de Carvalho (prédio Novo) na Rua Professor Drumond, 23 no distrito de Cláudio Manoel.

As seções (62ª e 123ª) de Bento Rodrigues que funcionavam na Escola Municipal Paracatu de Baixo mudaram para a Escola Municipal de Bento Rodrigues na Rua São Bento, 620, no distrito de Bento Rodrigues.

As seções que funcionavam no Centro de Convenções Alphonsus de Guimarães mudaram para o Instituto de Ciências Humanas e Sociais - ICHS/UFOP na Rua do Seminário, s/n, Mariana.

As seções que funcionavam na Casa de Cultura de Mariana mudaram para o Instituto de Ciências Humanas e Sociais - ICHS/UFOP na Rua do Seminário, s/n, Mariana.



ENTRADA
FACILITADA



IMAGEM ILUSTRATIVA

Lotes Moderno
Você encontra AQUI!



Entre contato pelo Telefone ou WhatsApp
31.99749.2323 / 31.3558.1211

INFORMAÇÕES POR EMAIL

LOTEAMENTONOVHORIZONTEMARIANA@GMAIL.COM



SICREDI PRESENTE: Sicredi Integração RS/MG marca presença em eventos locais

A Sicredi Integração RS/MG prioriza o relacionamento e a aproximação com as comunidades onde atua e também esteve presente no Troféu Empresarial promovido pelo Panfletu's em que reuniu 1300 empresários.

Entre os eventos de grande importância estão as feiras que movimentaram as cidades de Itabirito, Ouro Branco, Ouro Preto e Montes Claros nos últimos meses, onde a cooperativa esteve presente como parceira fundamental no desenvolvimento econômico das regiões.

Entre os dias 27 e 30 de agosto, Itabirito foi palco da Semana de Desenvolvimento Econômico, onde cerca de 100 pessoas por dia visitaram o estande da Sicredi Integração RS/MG. Em setembro, mais três programações: em Ouro Branco, também com um público médio de 100 pessoas por dia; em Montes Claros, atraindo mais de 1.500 visitantes na Feira Nacional da Indústria, Comércio e Serviços (Fenics); e em Ouro Preto, na Feira de Desenvolvimento Econômico.

Os eventos reforçam o compromisso da Sicredi Integração RS/MG com a economia local. Gerente da agência de Montes Claros, Marcelo Abraão Gomes Oliveira destaca o retorno positivo desse envolvimento. "Participamos com o intuito de trazer proximidade entre as pessoas, vinculando seus negócios e sua vida financeira a uma instituição com mais de 100 anos de existência e que tem o propósito de construir ao lado da comunidade uma sociedade mais próspera. Ficamos muito felizes ao ver o quanto as pessoas têm se conectado a nossa cooperativa," comentou.



MATRÍCULAS ABERTAS 2025

A melhor escola pertinho de você!

Berçário
Educação Infantil!

(31) 983298105

Rua Andre Corsino, 298 - centro - Mariana
 @sonekinhakids






CONTAD

Assessoria Contábil

CRC 012641/D-7

3557.1609 | 98670.1609



Rua Senador Bawden, 12 - Centro - Mariana/MG

LARA ETRUSCO
CONTOLOGIA - DENTISTAS

- Clínica geral
- Implodontologia
- Proteses
- Oftodontia
- Endodontia

ATIVIDADES PARTICULARES E CONVÊNIO



(31) 9980-2281
 R. Marçal C. Alhade, nº 96
 Jd. São José - Mariana, MG
 CEP: 35400-000

Clínica Dr. Gustavo Marchetti

Oftalmologia clínica e cirúrgica

Catarata

Refrativa

Pterígia

Consulta de retina

(31) 3500-2784
 (31) 3500-6889

Tv. Salete (Ibrahim da Silva), 41
 Centro, Mariana - MG, 35429-001

INVISTA EM VOCÊ!

PILATES E TREINAMENTO PERSONALIZADO

AMBIENTE AREJADO E CLIMATIZADO!
 E EQUIPAMENTO PERSONALIZADO!

@STUDIOPLATES_ESSENCE

RUA BELLO HORTA ALVARO, 51 - GRANITE S. - (31) 9722-1199

RETA FINAL ELEIÇÕES MUNICIPAIS 2024: Candidato a prefeito em Mariana Bruno Teixeira destaca ações apresentadas durante o período de campanha

Com o povo trabalhador e a juventude Bruno e Patrícia encerram a última semana de campanha.

Contra os coronéis de Mariana e bilionários da Mineração, Mariana governada pelos trabalhadores! Assim foi o mote de campanha do PSTU em Mariana. Nesta reta final de campanha, os candidatos às eleições de 2024 pelo PSTU, Bruno Teixeira para prefeito e Patrícia Ramos como vice, fazem uma retrospectiva pela positiva do que foi caminhar pelos bairros da cidade, conversar com trabalhadores, moradores, com a juventude, visitar as diversas ocupações, distritos próximos e importantes polos culturais da cidade.

Desde o período pré-eleitoral e durante a abertura e funcionamento do Comitê eleitoral, foi de muita importância as plenárias chamadas e construídas por diversos apoiadores da classe trabalhadora, com o objetivo de construir um programa de governo para a cidade de Mariana que significasse efetivamente soluções de problemas emergentes da população.

O lançamento das candidaturas do operário da mineração Bruno Teixeira e da professora Patrícia Ramos foi aprovada não só na Convenção Política Partidária do PSTU, como também ratificada pelo TSE, não sofrendo nenhuma forma de interdito, como vem acontecendo nos últimos anos com diversos candidatos. Afinal Mariana teve em sete pleitos consecutivos dezessete prefeitos temporários, numa verdadeira bagunça política e que tem deixado a população indignada, descrente de que haja alternativa e de que alguma política pública vá ter alguma continuidade!

Em seu programa, Bruno e Patrícia chamam os trabalhadores a se organizarem e darem valor às soluções que apresentam para seus problemas e a pressionarem autoridades para comprometerem-se a resolvê-los. Em várias oportunidades, nos programas de rádio e nas mídias locais explicam a importância da independência da classe trabalhadora e da constituição dos



Conselhos populares para efetivamente combaterem a indignância e dependência a estes coronéis locais. “A Realidade enfrentada pelo povo trabalhador de Mariana é o retrato do Capitalismo em decadência,” afirma Teixeira.

Por diversos dias e em vários momentos participaram das mobilizações populares que se enfrentaram com o descaso de anos para com os problemas do Saneamento Básico na cidade, principalmente a falta d'água, a não estruturação do SAAE e o controle político de abastecimento pelos caminhões pipa. Problemas que foram motivos de fechamento de ruas e bairros, reuniões com o SAAE e até chamada da população para as reuniões ordinárias na Câmara de Vereadores.

Dentro desta linha do descaso das inúmeras gestões municipais e da negligência das Mineradoras com a cidade, outra reclamação é sobre a carestia no setor imobiliário que torna impossível a permanência de famílias de trabalhadores e de estudantes da universidade na cidade, uma vez que não há planejamento de estruturas para absorção de uma população flutuante agigantada. Seja aquela que vem em busca de trabalho e melhoria de vida como demanda de expansão das mineradoras, seja a estudantil com a ampliação do segundo campus, o ICSA e seus novos cursos.

Os problemas se avolumam com este modo de governar pulverizado e em subserviência a quem de fato governa, ou seja, as bilionárias mineradoras e os coronéis locais. Com exemplos de crime contra comunidades e biomas e até de improbidade administrativa, aqui fica difícil posarem de “gente de bem”, simples e acima de qualquer suspeita! Como moradores e trabalhadores da cidade, os candidatos Bruno Teixeira e Patrícia Ramos se preocupam

com esse contraste entre os poucos enriquecidos de um lado e o aumento da população em situação de rua de outro. Nenhuma tratativa séria desta questão está pautada. O que se vê é a ausência tanto de debates quanto de políticas públicas que lhes dê acolhimento e tratamento assertivo, menos preconceituoso e que reforcem as equipes de tratamento institucionais que já existem.

Como todos nós, observamos as dificuldades no enfrentamento das contínuas e criminosas queimadas na região em tempos de seca, a destruição ambiental sistemática, a ausência de um hospital público de referência, o aumento e descontrole das violências, seja no trânsito, nos bairros, nos pequenos comércios, até a persistência da violência doméstica contra mulheres e população LGBTI, por exemplo. Junto a população, seguem vendo os recursos públicos sendo utilizados em obras inacabadas, sem critérios definidos de utilidade pública, sem respeito ao definido nos diversos planos diretores, sem consulta pública e transparência devida.

Nesta última semana os candidatos participaram dos programas nas rádios e mídias locais, em sabatinas, entrevistas e debates, quando tiveram a oportunidade de apresentarem com maior clareza e precisão as diferenças que o programa apresentado pelo PSTU tem com as demais candidaturas. “Somos a candidatura verdadeiramente de esquerda nestas eleições, por apresentarmos um programa construído junto com e para a classe trabalhadora, pela juventude e pelos pequenos empresários. Mariana precisa dessa alternativa que só a classe trabalhadora independente, organizada em Conselhos Populares pode construir! Revolucionário e Socialista dessa vez, vote 16”, complementa o candidato.

SOLIANE DIAS
Noivas

Seja uma noiva produzida por Soliane Dias

solianedias_

INDAIA
transportes e turismo

www.indaiaturismo.com.br

NO RECANTO DO FAZENDEIRO
VOCÊ ENCONTRA O MELHOR!

MODA COUNTRY
- BONÉS
- CHAPÉUS
- BOTINAS
- CANIVETES
- CINTOS
- FIVELAS
- E MUITO MAIS!!!

3557-2457
@RECANTODOFAZENDEIRO

Recanto do Animal

TUDO PARA O SEU PET
EM UM SÓ LUGAR!

3557-1008

TEMOS
TUDO PARA
O SEU EVENTO

- Cerveja
- Caixa térmica
- Gelo
- Carnes nobres
- Carvão
- Refrigerante
- E muito mais...

3557-1008
R. Manoel Luiz de Almeida, 100 - 35560-000
Mariana - MG

VISA Mastercard Zickel

ELEIÇÕES: Inteligência artificial é um risco no período eleitoral?

Pesquisa aponta aumento de 900% no número de vídeos online utilizando deepfakes.

A tecnologia de deepfake, que utiliza inteligência artificial e pode ser usada para criar vídeos, áudios e imagens falsas com uma aparência extremamente realista, tem se tornado uma preocupação crescente, especialmente nas redes sociais. Esse avanço tecnológico, que inicialmente parecia inofensivo, agora levanta questões sobre desinformação e manipulação.

No Brasil, o Tribunal Superior Eleitoral (TSE), atento aos riscos dessas tecnologias nas eleições, decidiu proibir o uso de deepfakes nas eleições municipais de 2024. De acordo com a Kaspersky, houve um aumento de 900% no número de vídeos online utilizando deepfakes para aplicar golpes em 2023.

Recentemente, o bilionário Elon Musk, dono da rede social X, compartilhou um vídeo manipulado envolvendo a vice-presidente dos Estados Unidos, Kamala Harris, demonstrando o potencial perigoso dessa ferramenta.

O vídeo em questão mostrava uma narração falsificada de Harris, onde ela supostamente fazia declarações ofensivas e inverídicas sobre o presidente Joe Biden. Embora o vídeo tenha sido originalmente postado como uma "paródia", a



republicação de Musk, sem o devido esclarecimento, gerou confusão entre os usuários. Com mais de 130 milhões de visualizações, o caso exemplifica como deepfakes podem ser facilmente disseminados, alimentando desinformação e influenciando a opinião pública, especialmente em tempos de eleições.

A inteligência artificial por trás dos deepfakes funciona aprendendo padrões de voz, expressões faciais e gestos de uma pessoa real, criando conteúdos falsos que parecem autênticos. Esse tipo

de manipulação já não se limita a celebridades ou figuras públicas, mas pode atingir qualquer pessoa, colocando em risco reputações e até a segurança pessoal.

Preocupações

O advogado especialista em direito digital pela FGV, Lucas Maldonado D. Latini, alerta que a falta de uma legislação pode deixar brechas para que deepfakes sejam utilizados de forma maliciosa, seja para fins políticos, econômicos ou pessoais. Até o

momento, a única legislação que rege sobre a temática é a Resolução 23.732/2024, do TSE, que disciplinou o uso de IA nas eleições deste ano e apenas tem incidência no contexto eleitoral.

O Marco Civil da Internet (Lei nº 12.965/2014) estabelece que as redes sociais e outros provedores de aplicações não são automaticamente responsáveis pelo conteúdo gerado por terceiros. Em vez disso, essas plataformas só podem ser responsabilizadas se não agirem para remover o conteúdo após receberem uma ordem judicial ou uma notificação específica.

Quando uma plataforma recebe uma dessas notificações, ela precisa agir rápido para evitar que esse material se espalhe ainda mais. Se não fizer isso, pode acabar sendo responsabilizada pelos danos que o conteúdo causar.

Mas identificar e remover conteúdos enganosos, como deepfakes, não é nada fácil. Com tanto material sendo compartilhado a todo momento, muitos desses vídeos e imagens são tão bem-feitos que é difícil saber se são reais ou não. Isso pode fazer com que as plataformas demorem ou até falhem em responder de forma adequada, complicando ainda mais o combate a esse tipo de conteúdo.

LEGIÃO DA BOA VONTADE: Quem luta contra a fome precisa de você

Apoie essa causa!

Os melhores imóveis estão aqui!

Arena
EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS
CRECI 24258 | FJ 5671

@arenaimobiliarias | 3558-5295 | (31) 98814-3911

imobiliariasarena.com.br

Mais de 64 milhões de brasileiros não têm comida suficiente em casa (Dados do IBGE — abril/2024). Lutar contra a fome é responsabilidade de todos. Por isso, cada gesto importa, e cada centavo faz a diferença. Com qualquer valor ou doando alimentos, você pode ajudar a Legião da Boa Vontade (LBV) a transformar a vida de milhares de famílias.

A LBV acredita que a solidariedade pode transformar vidas e amenizar o sofrimento das pessoas que mais que precisam de ajuda. Por isso, ela promove ações permanentes que visam o combate à fome.

Além de seu trabalho diário nas mais de 80 unidades socioeducacionais espalhadas pelo país, a Legião da Boa Vontade promove a sua tradicional campanha Natal Permanente da LBV — Jesus, o Pão Nosso de cada dia!, que está em plena mobilização para arrecadar alimentos não perecíveis. Os alimentos vão compor as mais de

40 mil cestas (totalizando mais de 700 toneladas de mantimentos), a serem entregues em dezembro em mais de 200 municípios brasileiros, beneficiando não apenas as famílias atendidas diretamente pela LBV, mas também aquelas assistidas por organizações parceiras.

Cada cesta contém itens como arroz, feijão, óleo de soja, açúcar, café, leite em pó, farinha de mandioca, fubá, farinha de milho, macarrão, extrato de tomate, biscoito e sal. O custo de cada cesta é de R\$ 160,00, incluindo embalagem e logística. Há várias formas de colaborar com a LBV: via PIX (pix@lbv.org.br), pelo site www.lbv.org.br,

Juntos, vamos levar alimento e esperança para muitas famílias, garantindo a elas um Natal digno e sem fome!

Acompanhe as ações realizadas pela LBV acessando @LBVBrasil no Facebook e no Instagram.

Maranata Cabelos
CORTE E COLORAÇÃO NATURAL + TENDÊNCIAS + PERECAS + CUIDADO COM O CABELLO ALISSO E ESTRECHADO + RECEBIDOS PARA SIÇOS + NUNCA DE JEMBO NA ATACADO A PARTIR DE 500 + CEC

31 9 8449-1207
maranatacabelos2

R. Dercs Jossa, 91 - Mariana-MG
Praça Casarão Alvim, 21 - Barra, Ouro Preto

Compra - Venda - Administração - Avaliação de Imóveis

IGC
Imobiliária Geraldo Carvalho Ltda
PJ nº 4722

Imóveis em Mariana, Ouro Preto e região
Geraldo Carvalho
(31) 3557-2004 / 99961-3043
98484-9353
E-mail: contato@imobiliariageraldocarvalho.com.br
Site: www.imobiliariageraldocarvalho.com.br

Av. Manoel Leandro Corrêa, 15 - Loja 9 - Centro - Mariana-MG

Outlet das Tintas
Suas melhores tintas com os melhores preços

Economize!
Não pinte sua casa sem antes fazer um orçamento aqui.
COBRIMOS QUALQUER PREÇO DE MINAS

(31) 3560-3200

IMÓVEL SEMPRE GARANTIDO
MATERIAL 6X SEM JUROS
EMPREGA GRÁTIS

ESTAMOS CONTRATANDO
VAGA PARA ATENDENTE
HORÁRIO: 15H ÀS 23H

DEIXAR O CURRÍCULO NA LOJA:
RUA DO CATETE, 700, CENTRO, MARIANA - MG

AUTO POSTO SUCESSO
ESTAMOS ABERTOS 24H

AVENIDA MANOEL LEANDRO CORRÊA, 403,
BARRA PRETO, MARIANA-MG
(31) 3557-1344

ELEIÇÕES MUNICIPAIS 2024: Plano de governo do candidato à prefeitura de Mariana, Roberto Rodrigues, destaca que a missão é promover o futuro da Primaz

Plano de governo do candidato Roberto Rodrigues aponta que o município de Mariana vai avançar 50 anos em apenas 4.

Mariana, uma cidade rica em história e cultura, merece retomar seu lugar de destaque no cenário nacional e internacional. Com esse objetivo, a coligação "Caminhando Juntos, Criando Futuro" se apresenta com a missão de promover um futuro mais próspero para todos. Nosso plano de governo é um compromisso de transformar a cidade, avançando 50 anos em apenas 4, com foco na melhoria da qualidade de vida, no desenvolvimento urbano e na inclusão social.

Desenvolvimento Urbano e Infraestrutura

Nossa prioridade será concluir obras essenciais e melhorar a mobilidade urbana. Investiremos na iluminação pública, na conclusão do Centro Administrativo e na implementação de um



plano de acessibilidade abrangente. A reestruturação do transporte público, com novas licitações e a possível introdução do táxi-lotação, será fundamental. Além disso, promoveremos a criação de ciclovias integradas e o compartilhamento de bicicletas via aplicativos, incentivando formas de transporte sustentáveis.

Saneamento Básico

Vamos revitalizar o SAAE, ampliando as estações de tratamento de água e construindo novas ETA's em áreas estratégicas. A implantação de um plano emergencial para períodos de seca e o fortalecimento do controle de consumo individual são essenciais para garantir a sustentabilidade dos recursos hídricos. Também daremos atenção especial ao tratamento do esgoto e à descontaminação de áreas afetadas, como a Cachoeira do Brumado.

Desenvolvimento Rural

Buscamos revitalizar o campo, com programas de eletrificação, acesso à internet nas zonas rurais e melhorias na infraestrutura agrícola. A reativação de projetos como a Patrulha Mecanizada e a promoção de campanhas de vacinação in loco irão fortalecer a agricultura familiar. Promoveremos também a diversificação da economia rural, incentivando novas fontes de renda e fixando as famílias na zona rural.

Educação

A educação será uma das nossas principais bandeiras. Implementaremos tecnologias de informação e comunicação (TICs) nas escolas, democratizando a gestão escolar e valorizando os profissionais da educação. Expandiremos a infraestrutura escolar para garantir acessibilidade, criando vagas adicionais em creches e pré-escolas, além de implantar programas voltados para a educação profissional em parceria com instituições como SENAI e UFOP.

Cultura e Turismo

Nosso objetivo é transformar Mariana em um polo turístico e cultural, elevando a cidade ao status de Patrimônio Cultural da Humanidade. Implementaremos roteiros turísticos inovadores, como o da Mineração, e reestruturaremos o calendário cultural local. A criação de um sistema virtual permitirá ao turista acessar facilmente todas as atrações da cidade, desde o patrimônio histórico até a gastronomia e as manifestações culturais.

Esporte

O esporte será uma ferramenta de integração e desenvolvimento social. Reestruturaremos o calendário esportivo municipal, criando programas inclusivos para pessoas com deficiência e idosos. Mariana será promovida como referência no esporte coletivo e individual, incentivando também modalidades esportivas de natureza, que além de gerar renda, fortalecerão o turismo esportivo.

Saúde

A saúde em Mariana será revitalizada com a ampliação do Programa Saúde da Família e a melhoria das estruturas de atendimento. Nosso compromisso é garantir que todos os cidadãos tenham acesso a cuidados médicos de qualidade, independentemente de sua localização.

Este plano de governo é bem estruturado, abrangente e demonstra um forte compromisso com o desenvolvimento sustentável e inclusivo de Mariana. A abordagem multidisciplinar, que integra aspectos urbanos, rurais, educacionais, culturais e esportivos, é fundamental para o progresso da cidade. O texto está claro e acessível, facilitando o entendimento das propostas. Além disso, a criatividade nas soluções apresentadas, como a integração tecnológica no turismo e na educação, demonstra uma visão inovadora e moderna para o futuro de Mariana.



bom mesmo é poder ver o teu

SORRISO de satisfação

Endereço: R. Sete Lagoas, 20 - cabanas
 Telefone: (31) 3558-4354 Mariana - MG



30 ANOS

betonita

CONSTRUINDO HISTÓRIAS!

www.betonitaconcreto.com.br
 @betonita.concreto



O plano assistencial São José está com você em **todos os momentos da vida**

Apenas R\$ 45,00 por mês

Associação J. F. de S. com um de nossos representantes
 (31) 3557-1999
 (31) 9997-5041



Drogarias

Ultra Popular

A farmácia mais barata do Brasil!

ESTAMOS FAZENDO ENTREGA!

TELE-ENTREGA

UNIDADE I ☎ 3558-1031 98733-2454
 UNIDADE II ☎ 3557-4498 98556-1609

@ultrapopularmariana
 Ultra PopularMariana

#ULTRAPOPULAR



COMPROU, CHEGOU!

TELE-ENTREGA

☎ 3557.3876 | 3558.6575
 ☎ 3558.6937 | 98733.2455

DROGA REDE

Av. Getúlio Vargas, 6 Centro - Mariana/MG

TRÊS DIAS PARA AS ELEIÇÕES: Canais de atendimento do TRE podem te ajudar a se preparar para as eleições

Saiba como buscar informações e orientações da Justiça Eleitoral mineira.

Estamos a três dias do 1º turno das Eleições 2024, mas ainda dá tempo de você buscar informações da Justiça Eleitoral para tirar todas as suas dúvidas

PENSOU EM MÓVEIS PLANEJADOS ? PENSOU NA MODULAR PLANEJADOS

Móveis sob medida que refletem sua personalidade.

R. Piauí, 696 - São Sebastião Mariana - MG

(31) 99623-0715



sobre as eleições municipais. Na reta final para o primeiro turno, o Disque-Eleitor, a Ouvidoria e a assistente virtual Bel estão prontos para te ajudar!

Por esses canais, você pode consultar a situação do seu título e o local de votação, pedir orientações sobre a ordem de votação e sobre o referendo da bandeira de Belo Horizonte, tirar dúvidas sobre o e-Título e justificativa, entre outros assuntos.

Disque-Eleitor

O serviço conta, atualmente, com 43 atendentes. Os telefones são 148 e (31) 2116-3600. Até o dia do segundo turno (27/10), o atendimento é das 7h às 19h, todos os dias da semana. No dia 6 de outubro, será a partir das 6h30, com o reforço de mais 17 atendentes.

Ouvidoria

A Ouvidoria do TRE-MG tem a função de defender os direitos e garantias fundamentais do cidadão e

promover o aprimoramento dos serviços prestados pela Justiça Eleitoral, por meio do recebimento de reclamações, denúncias, sugestões e elogios.

Bel

O TRE-MG tem uma assistente virtual, a Bel. Conversando com ela, você encontra links para conferir o seu local de votação, acessar canais de denúncia de irregularidades e esclarecimentos sobre episódios de desinformação, consultar orientações para mesários e justificar a ausência às urnas.

Outros canais

O TRE-MG também incentiva que você consulte sempre os canais oficiais da Justiça Eleitoral mineira para ficar por dentro de tudo sobre as eleições municipais de 2024. Nosso site e perfis de redes sociais estão cheios de informações e orientações para tirar todas as suas dúvidas e te ajudar a conhecer mais o processo eleitoral.

COMÉRCIO DE METAIS GS

COMPRA E VENDA DE SUCATA, MATERIAIS (FERROSOS E NÃO FERROSOS), LATINHA, METAL, BATERIA, ALUMÍNIO EM GERAL E SUCATA DE FERRO

Telefones:
(31) 98251-6976 / (31) 98742-0598 / (31) 98893-2948

POSTO PERSEVERANÇA

O melhor PREÇO da região

AO LADO DA CHURRASCARIA BONANZA
Rua Ouro, nº 998
Bairro Morro Santa Gogo
CEP: 35.423.030 - Mariana - MG

O SOU MAIS MARIANA JÁ ESTÁ NO AR, ACESSE: SOUMAISMARIANA.COM.BR

ATENÇÃO: Mesários devem cadastrar o CPF como chave PIX para receber o auxílio alimentação

O registro deve ser feito até o dia 4 de outubro.



Nas Eleições 2024, o pagamento do auxílio alimentação às mesárias e mesários será feito apenas por PIX. Para receber o valor, a pessoa precisa ter o CPF cadastrado como chave PIX em qualquer instituição bancária autorizada pelo Banco Central.

Por questões operacionais e de segurança, o Banco do Brasil, parceiro da Justiça Eleitoral, só aceita a chave

do tipo CPF. Quem não tem uma chave PIX cadastrada ou usa uma chave que não seja o CPF precisa fazer o cadastro até a próxima sexta-feira, 4 de outubro.

Minas Gerais contará com cerca de 203 mil mesárias e mesários para garantir o funcionamento de quase 51 mil seções eleitorais. Cada um deles receberá auxílio alimentação de R\$60 para cada turno trabalhado.

ELEIÇÕES MUNICIPAIS 2024: Veja as propostas do plano de governo do candidato à prefeitura de Mariana Juliano Duarte

Construção do Centro Administrativo Municipal e apoio na construção da sede administrativa da Câmara Municipal são propostas do candidato a prefeito, Juliano Duarte.

Convocação imediata da Conferência da Cidade, para definir os rumos do Município a médio e longo prazos, obras prioritárias, sistema público de transporte e investimentos essenciais. Fortalecimento dos Conselhos Municipais e da Ouvidoria municipal; Restabelecimento do Conselho de Administração do SAAE e do Conselho Municipal de Saneamento Básico; Implantação da Ouvidoria da Saúde e da Educação como canais de comunicação direta com o cidadão.

Construção do Centro Administrativo Municipal e criação de unidades regionais de atendimento à população nos bairros mais populosos e distritos. Apoio na construção da sede administrativa da Câmara Municipal; Implantação da Escola Municipal de Governo, para qualificação do servidor e formação continuada nas áreas primordiais do governo. Instituir o Fundo de Participação no Futuro, com aporte de recursos para assegurar a continuidade das políticas públicas em caso de crises no cenário da mineração.

Instituir unidade administrativa de gestão do Patrimônio Municipal com cadastro efetivo dos bens imóveis, áreas verdes e áreas de uso comum, propiciando adequado zelo com os bens públicos de qualquer natureza. Adequação do espaço do Almoarifado Central da Prefeitura e construção da garagem municipal. Instituir um setor único, dentro da Secretaria de Planejamento, para captação de recursos e prestação de contas de convênios e recursos vinculados.

Criar o setor de qualidade e eficiência, que será responsável pelo monitoramento de metas de governo, fazendo cumprir o planejamento de gestão instituído no Plano de Governo, Plano de Contratações Anual, Plano Plurianual e Leis Orçamentárias Anuais. Otimizar as ferramentas de transparência ativa, mantendo o cidadão atualizado em tempo real acerca de todas as ações do governo. Promover a transformação digital da administração pública, digitalizando todos os processos físicos e instituindo software de gestão de processos, visando otimizar a transparência, dar celeridade e eficiências aos processos administrativos, além de eliminar o uso de papel, contribuindo com o meio ambiente a reduzindo despesas; Criar o setor de parcerias público privadas, concessões, desestatização e desburocratização.

Otimizar o planejamento de médio e longo prazo, visando garantir a



viabilidade dos investimentos estruturantes do município; Criação do setor para gerir o Programa de Modernização Administrativa, Desburocratização, Parcerias Público Privada, Concessões e Privatizações. Reformulação do Portal da Transparência, trazendo acesso mais simples e linguagem mais didática, facilitando o direito à informação e o controle social por parte da municipalidade; Implantar ferramentas de transparência ativa, que permitam ao cidadão ter acesso simples e fácil aos dados da administração e aplicação dos recursos públicos.

Implantar painéis da transparência em prédios públicos estratégicos, de modo a apresentar mensalmente à população os dados da gestão pública de forma clara e didática; Promover parcerias institucionais para promover a capacitação permanente dos servidores públicos; Implantar ferramentas de compliance na gestão pública municipal, visando otimizar a transparência e integridade dos atos administrativos; Desenvolver ou implantar ferramentas tecnológicas de monitoramento e cumprimento das metas de governo.

ATENA
CORRETORA DE SEGUROS

CONSÓRCIO - FINANCIAMENTO - AUTO - RESIDENCIAL - EMPRESARIAL E VÁRIOS OUTROS PRODUTOS PARA VOCÊ

Sabedoria é fazer seguro no lugar certo

Rua Prof. Waldemar de Moura Santos, 142 / Centro - (subida para Câmara Municipal)
 Telefone: (31) 3558-6375 / 9.8888-6375 / 9.8228-6024
 Facebook: ATENA Corretora De Seguros / Email: corretora@atenaseguros.com.br

SABE O CALÇADO QUE VOCÊ PROCURA COM QUALIDADE E O MELHOR PREÇO?

VOCÊ ENCONTRA NA AMELO CALÇADOS QUE AGORA TEM CREDIÁRIO PRÓPRIO!

CREDIÁRIO!
CREDIÁRIO!
CREDIÁRIO!
CREDIÁRIO!

PARCELE SUAS COMPRAS EM ATÉ 5X SEM JUROS

amelo.

COMPRE PELO WHATSAPP:
31 97193-5102

RUA FREI DURÃO, 256

Cuidamos do maior patrimônio da sua empresa:
Os seus colaboradores

P² EPI

Venha fazer seu orçamento:
☎ (31) 3580-6368

Av. Antônio de Góes, 304B - 14º - Sabãozinho, Mariana - MG



VII ANIVERSÁRIO 50

Há mais de 50 anos a nossa família vem se dedicando a cuidar da sua!

Obrigado por fazer parte da nossa história

- Exames de rotina
- Pré-natal
- Sexagem fetal
- Teste de paternidade
- Teste do Pezinho
- Intolerância ao Glúten
- Intolerância à Lactose
- e muitos outros!

(31) 3557-1582

www.vanderleimachado.com.br

Mariana/MG: Rua Marechal de Castro Alencar, 85 - Centro - Praça Dom Cecílio de Oliveira, nº 21 - Vila Pedra

Duro Preto/MG: Rua Benedito Guimarães, 85 - Bairro: Rua Sarmiento, nº 34 - Vila Sarmiento

MÊS DE OUTUBRO: seja bem-vindo!

Andreia Donadon Leal. Mestre em Literatura e Doutora em Educação. Membro da ALACIB e da Academia Marianense de Letras. Contato: deiadonadon@yahoo.com.br



Três eventos importantes para o mês de outubro: o Dia das Crianças, o Dia de Nossa Senhora Aparecida, padroeira oficial do Brasil e o Descobrimento das Américas. Todas essas comemorações têm sua importância e singularidade para diversos grupos; entretanto o feriado nacional deve-se ao Dia de Nossa Senhora Aparecida.

Há inesgotáveis homenagens à Nossa Senhora Aparecida. Meu sobrenome, por exemplo, é Aparecida. O nome de minha mãe é Aparecida. A mãe de minha mãe, não se chamava Aparecida e sim Emília, mas também era crente nos milagres da Padroeira do Brasil, e acredito fervorosamente que essa devoção tenha passado de geração a geração. Há muita fé na santa, que realizou inúmeros milagres, entre eles, a liberação do escravo Zacarias que havia fugido de uma fazenda no Paraná e foi capturado no Vale do Paraíba. Conta a lenda que

Zacarias ao ser preso pediu autorização para rezar diante da imagem. Rezou com tanta fé que as correntes que prendiam seus pés e pulsos romperam-se imediatamente. Outra história, a que mais me encanta e fascina, é a cura da menina cega, que ao aproximar-se da Basílica, olhou em direção a Nossa Senhora e conseguiu vê-la nitidamente, mencionando a beleza da imagem para sua mãe. Foi curada pela santa.

O Dia das Crianças é data comemorada no calendário de outubro. Pais homenageiam filhos com presentes, abraços e mimos. Ser criança é privilégio; é ter alma imaculada; é acreditar nos sonhos e, sobretudo na palavra e no exemplo dos adultos. Ser criança é passagem efêmera e sempre fica o desejo de retroceder no tempo, quando estamos na fase adulta. São lembranças nostálgicas esses momentos que não retornarão, no entanto, todos carregam dentro de si, independente da idade, uma criança no coração.

Às vezes, ela se liberta, quando estamos com filhos, sobrinhos ou alunos, e nos tornamos crianças para participar das brincadeiras, com esses seres esplêndidos, que carregam no corpo e na alma, uma energia inesgotável. Muitos heróis fazem parte do mundo lúdico e real das crianças: pais, personagens de desenho, de filmes; professores, tios, irmãos, avós... Tenho boas recordações desse período: excelentes heróis de carne e osso que marcaram minha maneira de ser, pensar, agir e falar. Influenciaram-me nos primeiros passos pelas veredas da vida. Não faltou fantasia, pois cabeça de criança tem imaginação fértil. Com o passar dos anos, essa fantasia se transforma em sonhos; com trabalho e obstinação, sonhos se transformam em realidade...

A Padroeira do Brasil continuará seus designios abençoando crianças, jovens, adultos e idosos. Será exemplo, na essência dos

milagres e em sua benevolência infinita para com o próximo.

Que todos tenham uma feliz e proveitosa fase-infantil. Aos pais, aos professores, aos tios, aos amigos e aos avós: sejam exemplos. Bem filosofou Albert Schweitzer: "dar o exemplo não é a melhor maneira de influenciar os outros – é a única". A vida não é um mar de rosas para a maioria dos pais, e nem sempre é possível fazer e dar tudo o que eles almejavam para os filhos. A realidade é dura, e não sobra tempo suficiente para sonhar, falar de coisas mágicas e especiais para nossas crianças. Mas é possível acreditar que podemos tentar re/criar outra imagem de um mundo reconstruído de criatividade infantil, de amor, proteção, atenção e educação para construção de uma vida plena, feliz, lúdica e poética.

EMPREGO E MEIO AMBIENTE devem ser prioridades do governo, dizem os mais jovens

Levantamento detecta opinião de quem tem entre 18 e 24 anos sobre quais devem ser as áreas que merecem mais atenção.

Na hora de escolher uma prioridade para o governo, quem tem entre 18 e 24 anos acompanha a opinião geral em muitos aspectos, mas, nos últimos meses, cresceu a preocupação entre esse público sobre dois temas importantes: emprego e meio ambiente.

Essa é uma das conclusões da última pesquisa RADAR FEBRABAN, realizada entre os dias 9 e 15 de setembro, com 2 mil pessoas nas cinco regiões do país, pelo Instituto de Pesquisas Sociais, Políticas e Econômicas (IPESPE).

Ao serem indagados sobre quais deveriam ser as áreas para que o Governo Federal deveria dar mais atenção nos próximos meses, os entrevistados entre 18 e 24 elegeram também a saúde como principal prioridade, a exemplo do que ocorre em todas as demais faixas etárias da pesquisa. Porém, entre os mais jovens, a diferença entre a primeira escolha (saúde, 27%) e a segunda (emprego e renda, 26%) é a mais curta em toda a pesquisa.

Isso porque nessa faixa etária, ao contrário das demais, a preocupação com o emprego aumentou (era de 24% no levantamento anterior, em julho; portanto, subiu 2 pontos percentuais nos últimos dois meses).

Comparativamente, entre 25 a 44 anos o índice se manteve o mesmo (24% em julho e agora em setembro); e de 45 a 59 anos, ocorreu a mesma coisa (20% nas duas pesquisas). Entre os entrevistados mais



velhos, a partir de 60 anos, essa menção ao emprego como prioridade caiu de 23% para 17%.

Na média geral, a preocupação com emprego e renda recuou um ponto percentual (23% na pesquisa anterior e 22% agora, em setembro).

Meio ambiente

Outro tema que ganhou importância na opinião dos mais jovens foi o meio ambiente. Aqui, a tendência acompanha a percepção geral de que as questões ambientais e climáticas precisam ser mais prioritárias, diante das queimadas que afetam milhões de pessoas.

Em julho, entre os que tinham de 18 a 24 anos, o meio ambiente foi citado como prioridade por 5% dos entrevistados. Em setembro, esse índice passou para 10%.

Na média geral, essa preocupação com o meio ambiente subiu também de 5% para os atuais 10% da pesquisa RADAR FEBRABAN mais recente (o dobro de citações).

Saúde permanece sendo a maior preocupação (30%) como área prioritária para ações do governo federal, na visão dos brasileiros. Foram citados ainda emprego e renda, inquietação central de 22% dos entrevistados; educação (11%); inflação e custo de vida (também 11%); segurança (7%) e fome e pobreza (3%).

CONTAD
casa & clean

Sua casa vai brilhar!
com limpeza em homenagem à padroeira

Serviços de Limpeza e Cuidado diário
Cozinhas, Lavanderias e Passadeiras
Jardineiros e Zeladores
Babós e Cuidadoras
Motorista executivo

Contato: 31 3640-5877 / 31 95741-8453

PROMOÇÃO
LAVAGEM DE EDREDOM
2 EDREDONS POR

R\$ 59,90

eLav

CENTRO RR AUTOMOTIVO

Alinhamento 3D ✓
Balanceamento ✓
Serviços e Peças ✓
Injeção Eletrônica ✓
Limpeza de Bicos ✓
Freios ✓
Troca de Óleo ✓
Embreagem ✓
Parte Elétrica ✓
Correia Dentada ✓

31 3558-5437
31 98404-7292

rrcentroautomotivo2015
RR CENTRO AUTOMOTIVO

Av. Nossa Senhora do Carmo, 155 - Vila do Carmo - Mariana / MG

AULA DE MÚSICA É AQUI!

Matriculas abertas!

Mais informações:
31 3558-2867

Free Som
A Sua Escola de Música

ZEINHO SALETE: Projeto de Lei é aprovado por unanimidade entre os vereadores de Mariana e segue para sanção do prefeito municipal

Projeto de autoria do vereador Zezinho Salete equipara os pacientes renais crônicos às Pessoas com Deficiência no âmbito municipal.



O plenário da Câmara Municipal de Mariana aprovou, na última segunda-feira (30/09), por unanimidade, o projeto de lei nº 101/2024, que equipara os pacientes

renais crônicos às Pessoas com Deficiência no âmbito municipal. A matéria foi apresentada pelo vereador Zezinho Salete (PSDB) e posteriormente assinada pelo

vereador Zé Sales (PDT).

Na prática, o PL estende aos pacientes nefrológicos os benefícios e prioridades já previstas na legislação municipal para as

Pessoas com Deficiência. O projeto segue para sanção do prefeito Celso Cota Neto (PSDB).

ATRAPÓPENS

SUA SAÚDE NAS MÃOS DOS MELHORES PROFISSIONAIS

Agende sua consulta pelo telefone ou whatsapp

(31) 3557-4096
3558-6670
98810-0238

ACESSE TAMBÉM:
atrapopensmariana@gmail.com | Clínica Médica Atrapopens

ESPECIALIDADES

- Acupunturista
- Cardiologista
- Clínica Geral
- Endocrinologista
- Especialista em Calos e Dor
- Fisioterapeuta
- Fonoaudióloga
- Ginecologista / Obstetra
- Neurocirurgia Neuroinfantil
- Neurologista
- Nutricionista
- Oftalmologista
- Ortopedista e Traumatologista
- Otorrinolaringologista
- Psicólogo Infantil / Adulto
- Psiquiatra
- Urologista

FisioCore

Atendimento de Fisioterapia **DOMICILIAR**

Conheça mais
(31) 98239 4879

Líder gás
35574000
(31)986840291

REVENDA AUTORIZADA **SUPERGASBRAS**

APP PEDIR GÁS

GANHE R\$ 15 DE DESCONTO

CUPOM: PRIMEIRACOMPR



Contrata-se

ESTAMOS CONTRATANDO
AJUDANTE de Motorista



Intessados entrar em contato pelo

Telefone: (31) 3558-5353

Endereço: R. Cônego Amando, 285 - SÃO JOSÉ, Mariana - MG

O QUE ESTÁ ACONTECENDO COM NOSSAS CRIANÇAS?



A pandemia intensificou mudanças que de fato já estavam em curso, e o resultado disso é preocupante. O aumento do déficit de atenção e das crises de ansiedade em crianças em idade escolar é um sinal de alerta que pais e professores não podem ignorar. As tradicionais brincadeiras de rua, como amarelinha, pique-esconde e pique-pega, estão sendo rapidamente substituídas pelo uso excessivo de tecnologias, como celulares e jogos online. Essa troca prejudica o desenvolvimento social e cognitivo, limitando interações fundamentais para o raciocínio lógico e a capacidade de lidar com frustrações. E, no meio disso tudo, até a famosa frase “nem o methiote não arde mais” parece ilustrar como nossas crianças estão vivendo em um mundo mais digital, mas menos humano e afastado das sensações que até então auxiliavam na construção dos indivíduos como adultos. Precisamos refletir sobre os efeitos dessa

transformação no cotidiano e buscar resgatar o equilíbrio entre o novo e o antigo.

A falta de socialização no mundo real está criando um ambiente de isolamento e sobrecarga mental. É urgente que repensemos a forma como crianças estão vivendo e aprendendo. O desafio agora é equilibrar o digital com o presencial, resgatar brincadeiras simples e saudáveis, e preparar as novas gerações para um futuro em que a tecnologia não substitua o contato humano. Pais e educadores têm um papel crucial nesse resgate, pois, se não agirmos agora, as consequências podem ser profundas e duradouras. Um experiente e *bon vivant* colega de trabalho sempre me lembra, em nossas habituais discursões sobre temas diversos e até filosóficos, que o cenário atual da saúde mental dos jovens, e da real responsabilidade dos pais e tutores que criaram um mundo superprotetor e excessivamente confortável — quase artificial, ele costuma finalizar dizendo que parte da “culpa” por essas características comuns entre os jovens de hoje é da geração passada, ou seja,

da nossa própria geração, que de fato engloba os pais. Somos nós que construímos esse ambiente, frequentemente recorrendo à famosa frase: “na minha época era diferente”. No entanto, deixo aqui uma breve provocação: será que, ao protegermos demais, não estamos também fragilizando as futuras gerações? Há uma frase de um provérbio oriental no qual desconheço o autor mas que começa a fazer sentido: “Homens fortes criam tempos fáceis e tempos fáceis geram homens fracos, mas homens fracos criam tempos difíceis e tempos difíceis geram homens fortes.”



FIVE street

RUA BOM JESUS N° 650 BARRO PRETO
E RUA DO CATETE N° 49 CENTRO
WHATSAPP (31)98404_1772



AGORA TEMOS ALMOÇO

MARMITEX P: R\$ 15,00
MARMITEX G: R\$ 18,00
SELF SERVICE: R\$ 20,00

RUA DO CATETE, 700 CENTRO, MARIANA-MG
ADM: 011 9111 9111

VISA, Mastercard, Ticket, etc.



Paloma Carolina

MÉDICA VETERINÁRIA FISIATRA
FISIOTERAPIA E ACUPUNTURA DE CÃES E GATOS

(31)98404-0530
@palomacarinola.evpr
Rua Bom Jesus 30, Barro Preto

GEMAR 134: Mariana cede casa para atividades de escotismo na cidade

A Prefeitura de Mariana cedeu um imóvel no bairro Santana para sediar as atividades do Grupo de Escoteiros de Mariana – Gemar 134



O casarão está na área de preservação do Parque do Cruzeiro, que está em processo de revitalização pela Secretaria Municipal de Meio Ambiente. O termo foi assinado pelo prefeito Celso Cota e publicado no Diário Oficial desta segunda-feira (30/09). O período de vigência é de cinco anos.

Gemar 134

O Grupo de Escoteiros foi fundado em

2016 e tem como objetivo o desenvolvimento de jovens, amparado no respeito para com o próximo e na preservação ambiental. “O escotismo tem tudo a ver com o local em que estamos cedendo, porque além dos princípios morais, estamos falando de valorização de práticas sustentáveis e de educação ambiental”, frisa o prefeito Celso Cota.

Conforme o diretor-presidente do

Gemar 134, Luiz Gabriel a conquista precisa ser muito celebrada. “Vamos fazer o nosso melhor e estar sempre alertas para que esse projeto seja útil para a comunidade de Mariana”, destaca. Atualmente o grupo se reúne em uma área aberta no Instituto de Ciências Humanas e Sociais (ICHS) e conta com a ajuda de voluntários para armazenar os materiais de uso das atividades.

SAMARCO E PREFEITURA DA PRIMAZ: Mariana vai receber R\$ 80 milhões de contrapartida socioambiental

O valor é uma contrapartida socioambiental para o desenvolvimento mineral de território marianense.



R\$ 80 milhões é o valor do acordo firmado entre a Prefeitura de Mariana e a Mineradora Samarco conforme “Declaração de Conformidade” publicada no diário oficial desta segunda-feira (30). De acordo com o prefeito Celso Cota, o recurso irá custear projetos de infraestrutura e de preservação do patrimônio.

“R\$ 10 milhões serão utilizados na

preservação do nosso patrimônio e R\$ 70 milhões serão direcionados para o progresso estrutural da Primaz”, frisa. O valor é uma contrapartida socioambiental para o desenvolvimento mineral de território marianense, com licenciamento aprovado nos Conselho Municipal do Patrimônio Cultural (Compat) e Conselho Municipal de Meio Ambiente (Codema).

Valorização dos distritos

Foi firmado, junto ao Instituto Estadual do Patrimônio Histórico e Artísticos de Minas Gerais (Iepha), uma compensação em Santa Rita Durão, com a restauração das igrejas do Rosário e Nossa Senhora de Nazaré. Além disso, a Casa de Rótulas também será recuperada. A previsão é de que as ações comecem em 2025.



SETEMBRO AMARELO

O PAPEL DO CAPS MARIANA E SUA IMPORTÂNCIA



No mês dedicado à conscientização e às ações do Setembro Amarelo, a FUPAC-Mariana publicará uma série de entrevistas com profissionais que atuam na área da saúde mental e em projetos de acolhimento para pessoas em sofrimento psíquico.

Nesta edição, o psicólogo, Coordenador da Rede de Atenção Psicossocial de Mariana-MG (RAPS), Jesse Catta Preta, responderá às nossas perguntas sobre o papel e o atendimento do CAPS.

Para saber mais: Por que Setembro Amarelo?

De acordo com a Associação Catarinense de Psiquiatria, a cor da campanha foi adotada por conta da trágica história que a inspirou. Em 1994, um jovem americano de apenas 17 anos, chamado Mike Emme, tirou a própria vida dirigindo seu carro amarelo. Seus amigos e familiares distribuíram no funeral cartões com fitas amarelas e mensagem de apoio para pessoas que estivessem enfrentando o mesmo desespero de Mike, e a mensagem foi se espalhando mundo afora.

Em 2013, Antônio Geraldo da Silva, presidente da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), deu notoriedade e colocou no calendário nacional a campanha internacional Setembro Amarelo. E, desde 2014, a ABP em parceria com o Conselho Federal de Medicina (CFM) divulgam e conquistam parceiros no Brasil inteiro com essa linda campanha. O dia 10 deste mês é, oficialmente, o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, mas a iniciativa acontece durante todo o ano. Atualmente, o Setembro Amarelo® é a maior campanha anti-estigma do mundo! Em 2024, o lema é “Se precisar, peça ajuda!”, conforme o site oficial da campanha: <https://www.setembroamarelo.com/>

Importante: Caso você ou alguém que você conheça sinta a necessidade de apoio e acolhimento, ligue para o número 188 do Centro de Valorização da Vida (CVV). Se preferir, procure uma Unidade de Saúde ou o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) na sua cidade.

Vamos à entrevista:

Quais os principais serviços e atividades oferecidos pelo CAPS, no geral?

(Jesse Catta Preta) Os CAPS são serviços de atendimento à urgência e crises em saúde mental. Em suas unidades, são acompanhados os pacientes que se encontram em crise e os casos mais graves. Por se tratar de um serviço que funciona no modo de “portas abertas”, a população em geral também é atendida, avaliada e mantida em tratamento, ou encaminhada para outros serviços da rede, de acordo com a necessidade do paciente.

Nas unidades de CAPS, além dos atendimentos individuais, são oferecidos grupos e oficinas terapêuticas. Além disso, para os pacientes que necessitam, as unidades funcionam no modo PD (Permanência Dia), onde eles passam o dia no

CAPS para participarem de atividades, consultas e acompanhamento durante esse período, sendo oferecidos alimentação e medicação.

Baseado no movimento da Luta Antimanicomial, são oferecidas também atividades que promovem a inserção e ressocialização dos sujeitos, tendo o tratamento em liberdade como base, entendendo-se que os pacientes devem estar nos espaços públicos, garantindo seus direitos como cidadãos.

E como o CAPS Mariana atende especificamente as necessidades de saúde mental da população local?

(Jesse Catta Preta) O CAPS recebe as mais diversas demandas em saúde mental. Cabe ao CAPS acolher, avaliar e pensar no tratamento de cada um dos possíveis pacientes.

Mas é importante ressaltar que o CAPS não é o único equipamento público responsável e habilitado para tratar as demandas em saúde mental. Na Rede Municipal de Saúde, a Atenção Primária em Saúde, o Pronto Atendimento Municipal e o Hospital Geral também podem ser caracterizados como serviços da RAPS (Rede de Atenção Psicossocial).

Dentro dessa lógica, os CAPS devem assumir as crises e urgências em saúde mental e encaminhar os casos mais leves para acompanhamento na Atenção Primária (lógica do tratamento no território); já os casos mais graves muitas vezes necessitam de serviços onde o paciente em crise consiga pernoitar, como o Pronto Atendimento e o Hospital Monsenhor Horta (onde a RAPS possui dois leitos de retaguarda em saúde mental credenciados pelo Ministério da Saúde).

Quais são os desafios enfrentados pelo CAPS na atenção à saúde mental no município? Quais são as principais demandas e necessidades da comunidade em relação à saúde mental?

(Jesse Catta Preta) Hoje, o principal desafio enfrentado pelo CAPS é a dificuldade na reposição de profissionais afastados e perdidos nos últimos tempos. Mas outros problemas existem, como a necessidade de reestruturação física das unidades, melhorando as condições de atendimento e a permanência dos pacientes no local durante o período de funcionamento, por exemplo.

Apesar de ser um serviço voltado para as urgências em saúde mental, o CAPS atende as mais diversas demandas. No entanto, é preciso diferenciar e filtrar o que realmente necessita da intervenção do CAPS e o que pode ser cuidado pelos outros componentes da rede municipal de saúde. Casos leves podem e devem ser acompanhados pelos postos de saúde do território do paciente, através das equipes de Estratégia de Saúde da Família (ESF).

O SUS não oferece nem preconiza a psicoterapia como tratamento público e, de fato, não há estrutura de profissionais para isso em nenhum município do Brasil, considerando a frequência e duração desse tipo de tratamento. Muitas vezes isso frustra a população, mas existem alternativas eficazes e funcionais que não necessariamente passam pelo atendimento nos CAPS.

No CAPS de Mariana, quais os serviços específicos e como atua no acolhimento e tratamento de pessoas em risco de suicídio?

(Jesse Catta Preta) Não existe um serviço específico na RAPS de Mariana para tratamento de pacientes com risco e/ou tentativa de autoextermínio. Todo paciente que passa por acolhimento, ou chega à unidade por encaminhamento ou demanda espontânea, será avaliado e, se constatado risco, será tratado por um técnico em saúde mental e por um psiquiatra, de acordo com a sua necessidade.

Sempre que o paciente manifesta a possibilidade de autoextermínio (suicídio), ele receberá todo o suporte (terapêutico e medicamentoso, se necessário) durante o período que for preciso.

Porém, o cuidado deve ir além do serviço prestado pelo CAPS, pois o sujeito pode se sentir frágil a qualquer momento e em qualquer lugar.

Uma escuta atenta e empática é tão fundamental quanto qualquer outra etapa do acompanhamento. Além disso, essa escuta pode ser feita por qualquer pessoa disposta a ajudar, uma vez que nem sempre há um CAPS por perto.

Como é a abordagem do CAPS, especificamente, em relação à prevenção ao suicídio durante o Setembro Amarelo?

(Jesse Catta Preta) A campanha do Setembro Amarelo aparece como um momento de reflexão sobre um tema que deve ser sempre lembrado. A rotina de lidar com as possibilidades, tentativas e até mesmo com suicídios consumados faz parte do dia a dia do CAPS, e os profissionais lidam com essas demandas constantemente. O sofrimento mental, independentemente de levar ao pensamento suicida ou não, existe em todos os lugares e em todos os momentos. Além disso, nenhum sofrimento deve ser desmerecido ou desconsiderado, pois se trata de um sentimento que está dentro de cada indivíduo, cada um com seu peso e sua proporcionalidade. A escuta empática é o primeiro passo para ajudar a acalmar o sujeito e direcioná-lo para o tipo de tratamento adequado.

Hoje não existe uma definição científica sobre o impacto da campanha do Setembro Amarelo em relação à taxa de suicídios. Existem estudos que indicam tanto diminuição quanto aumento dos números de casos nesse período. Isso demonstra que o tema deve ser constante nas discussões e, principalmente, nas ações realizadas pelo setor público e privado, sempre considerando as orientações de profissionais da área e priorizando as necessidades sociais e econômicas do território em questão.

Quais são os sinais de alerta que os profissionais de saúde mental devem observar em pacientes que podem estar com ideação suicida?

(Jesse Catta Preta) Muitas vezes, antes do suicídio de fato, são notadas etapas que, se não abordadas, podem levar à consumação do ato: ideação ou pensamento suicida, planejamento, tentativa e suicídio. A ideação, muitas vezes, aparece como a primeira dessas etapas. Não menos importante que as outras, deve ser ouvida e trabalhada com o sujeito para entender suas origens e prevenir as etapas seguintes. O planejamento ocorre após a fase de ideação, quando o sujeito constrói internamente o método para executar o suicídio. Na etapa da tentativa, como o nome diz, o sujeito age na tentativa de tirar a própria vida e, se bem-sucedido, ocorre o ato em si.

Nem todos os sujeitos passam necessariamente por todas essas fases. Da mesma forma, nenhuma delas deve ser menosprezada ou desconsiderada, entendendo que todas refletem

um sofrimento intenso e externado pelo paciente.

Você poderia explicar como as famílias podem ser integradas no tratamento e suporte às pessoas com ideação suicida?

(Jesse Catta Preta) Além das atividades terapêuticas oferecidas aos pacientes, o CAPS também realiza grupos de familiares. Nesse grupo, os familiares dos pacientes e a população em geral têm um espaço coletivo para conversarem sobre as dificuldades e possibilidades de lidar com os pacientes e as demandas em saúde mental. Além disso, hoje é ofertado um grupo de Alívio e Apoio, como uma oportunidade de escuta e diálogo sobre qualquer tipo de sofrimento em saúde mental.

Existem programas específicos no CAPS voltados para adolescentes e jovens em situações de vulnerabilidade emocional?

(Jesse Catta Preta) Assim como no CAPS I (adulto), o CAPSij (Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil) atua em casos de urgência e sofrimento intenso em saúde mental, porém com a especificidade da faixa etária do público atendido. E assim como em toda a rede, a atenção é voltada para o que acarreta sofrimento ao sujeito. Muitas vezes, o adoecimento mental tem outros tipos de sofrimento ou violações de direito como base: muitos pacientes apresentam condições sociais e econômicas precárias, sendo vítimas de violências que, por si só, já podem desencadear outros tipos de sofrimento.

O CAPS trabalha sobre os sintomas apresentados, atuando sob a perspectiva psicossocial para condução, estabilização e alta do paciente. Pelo fato de vários transtornos mentais serem persistentes, muitos pacientes tendem a estabilizar e, com o passar do tempo, retomar acompanhamento sistemático no CAPS até que consigam obter a alta temporária do serviço.

Quais os desafios mais comuns que vocês enfrentam no atendimento de pacientes com problemas graves de saúde mental?

(Jesse Catta Preta) A maior dificuldade no tratamento enfrentado pelos pacientes mais graves ou em crise são os espaços adequados para acolher esses pacientes. Muitas vezes, apenas o CAPS consegue manejar bem esses pacientes e, nos momentos em que o CAPS não está funcionando, faltam locais que consigam lidar com as crises.

É necessário implementar programas de qualificação e educação contínua nos equipamentos públicos para que todos consigam lidar melhor com os pacientes de saúde mental e seus momentos de crise. Além disso, os familiares são fundamentais nesse processo, pois entende-se que a casa do paciente deve ser seu local de proteção e acolhida.

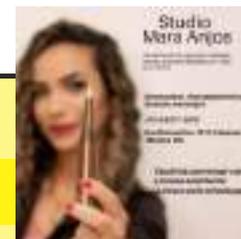
Muitos pacientes sofrem com o preconceito, pois a grande maioria da população não tem dimensão do sofrimento vivido por esses pacientes. Compreender os processos do adoecimento mental é fundamental para que todos consigam lidar de maneira mais adequada com esses sujeitos.

Que mensagem você deixaria para a comunidade sobre a importância da busca por ajuda profissional em momentos de crise?

(Jesse Catta Preta) A busca por ajuda deve ser constante e não apenas no momento de crises. Essa busca não precisa necessariamente ser em um serviço de saúde ou de urgência em saúde mental. Qualquer pessoa disposta pode oferecer suporte. Procure um amigo, um parente, um vizinho, um namorado etc. Sua rede de apoio pode ser sua rua, seu bairro...

Esteja atento aos seus sentimentos e não desconsidere nenhum deles. Muitas vezes, nosso corpo dá sinais que precisamos ouvir e respeitar, pois eles refletem o que estamos sentindo e, às vezes, não entendemos a dimensão disso.

Jesse Catta Preta
Psicólogo e Coordenador da Rede de Atenção Psicossocial de Mariana-MG



Coluna da **Leticia Aguilari**  @leticiaaguilar_

Por aqui agora vocês acompanham toda semana uma receita nova, horóscopo e muitas outras novidades!!!

Receita da semana: TORTA FÁCIL DE LIQUIDIFICADOR

Ingredientes

- 2 ovos
- 1 e meia xícara de leite
- Meia xícara de óleo
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 cenoura ralada
- 1 lata de milho-verde
- 1 xícara de queijo muçarela ralado
- Queijo parmesão ralado a gosto

Modo de Preparo

- Em um liquidificador, coloque 2 ovos, 1 e meia xícara de leite e meia xícara de óleo. Bata por 2 minutos.



- Em seguida, adicione 1 xícara de farinha de trigo e 1 colher de sopa de fermento em pó. Bata até obter uma mistura homogênea.
- Despeje metade mistura do liquidificador em uma forma untada e enfarinhada.
- Adicione 1 cenoura ralada, 1 lata de milho-verde e 1 xícara de queijo muçarela ralado.
- Em seguida, coloque o restante da massa e acrescente queijo parmesão ralado a gosto.
- Leve ao forno preaquecido a 180 graus Celsius por aproximadamente 40 minutos ou até ficar dourada.
- Sirva em seguida.

BROWNIE DE CHOCOLATE

Modo de Preparo

- Em uma tigela coloque os ovos e o açúcar e bata com a ajuda de fouet ou garfo;
- Em seguida adicione a manteiga e o achocolatado em pó;
- Misture tudo e depois adicione a farinha de trigo;
- Mexa a massa até que fique homogênea;
- Despeje a massa em uma forma



- untada com achocolatado em pó;
- Leve para assar em forno pré-aquecido a 180°C por 35 minutos.

Ingredientes

- 2 xícaras de achocolatado em pó
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de açúcar
- 200g de manteiga
- 4 ovos

BOLO FIT DE BANANA COM AVEIA E UVA-PASSA

Ingredientes

- 4 bananas-nanicas em pedaços
- 4 ovos
- 1 xícara (chá) de óleo (200 ml)
- 2 xícaras (chá) de aveia em flocos sem glúten
- 1 xícara (chá) de uvas-passas escuras
- 2 colheres (sopa) de fermento químico
- Canela em pó para polvilhar

Modo de Preparo



- Bata os pedaços de banana com os ovos e o óleo no liquidificador até triturar bem.
- Despeje sobre os demais ingredientes misturados em uma tigela, mexendo até incorporar.
- Disponha em forma de bolo inglês ou de sua preferência untada com óleo.
- Asse em forno médio preaquecido (180 °C) por cerca de 30 minutos ou até dourar.
- Desenforme morno, polvilhe com canela e deixe esfriar.

Mensagem da semana

Muitas vezes perdemos oportunidades por não acreditarmos que podemos ir mais longe, como quando as coisas não saem de acordo com o esperado, ou quando seu tempo foge entre suas mãos e nada dá certo. E agora, o que fazer?

Agora é o momento de agir. Desafie a si mesma e faça do tempo o seu aliado; coloque para fora as suas qualidades e use suas habilidades, assim você pode fazer a diferença nesse exato momento.

Acredite que você pode ser mais, se dar mais. Creia no seu sucesso e não crie obstáculos na sua mente, mas comece agindo! Você tem talentos, só precisa exercitá-los. Não deixe que o medo de errar detenha você e a faça parar no tempo, mas seja corajosa, acredite no seu potencial!

A melhor hora para tomar atitudes, para mudar as coisas e fazer tudo dar certo é quando tudo está indo contra você, pois o melhor impulso para a falta de coragem é a ação. Não fique sentada se lamentando, levante-se e faça algo!

A farmácia
mais barata
do Brasil!

Drogarias
Ultra
Popular



ESTAMOS FAZENDO
ENTREGA

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

Segunda a sexta-feira
8h às 20:30h | Entregas de 8h às 20h

Sábado:
8h às 14h | Entregas de 8h às 13:30h

UNIDADE I
☎ 3558-1031
☎ 98733-2454

UNIDADE II
☎ 3557-4498
☎ 98556-1609

@ultrapopularmariana Ultra Popular Mariana