

LANÇAMENTO DE “Causos da Roça e Estórias mais”



Na noite do último dia 10 de março no auditório do Sicoob Nossocrédito aconteceu o lançamento do novo livro do autor paraense Reynaldo Formaggio. “Causos da roça e estórias mais” nasceu em meio à série de reportagens que Formaggio realizou para o JS no caderno especial de aniversário dos 201 anos de São Sebastião do Paraíso. Conforme relata o escritor, a ideia surgiu de modo despretenso: “Ao conhecer as comunidades rurais do nosso município e principalmente seus moradores, ouvi de um deles um causo muito curioso e a partir de então comecei a indagar os demais entrevistados se tinham alguma estória para contar”. Com a coleta desses relatos Formaggio selecionou doze causos que compõem o livro e foram livremente trabalhados pela imaginação poética do autor. “Tem causos engraçados, alguns mais tristes e trágicos, mas quase todos possuem em comum a inocência do homem do campo, a memória de seus ancestrais e a lembrança de um tempo que parecia perdido, mas que ainda encontra eco justamente nessas pessoas simples e genuínas que nos receberam tão bem em suas casas, sempre com cafezinho coado na hora

e alguma quitanda recém forneada”. O livro possui 72 páginas e é ricamente ilustrado pela baiana Iris Pirajá, mesma artista que ilustrou “A Lenda da Maria Engomada”, do mesmo autor. Os causos que compõem o livro, quase todos recolhidos em nossa região, são os seguintes: *O palhaço da garupa, Gritos na mata, O menino passarinho, A porteira mal-assombrada, Corpo seco ou o dentista que nem o diabo quis, O sete orelhas, Um elefante no meu quintal, O casarão assombrado, O cachorro espichado, O bebê e o porco, O capetinha da porteira e O macaco violeiro.* Ainda de acordo com o autor a única exceção é “O Sete Orelhas”, história real que aconteceu há mais de 200 anos em uma saga de vingança que percorreu diversas localidades do interior mineiro. O autor da vingança, Januário Garcia Leal, era natural de Jacuí, por isso a história foi transformada em causo e incluída no livro. O “estórias mais” do título se justifica pela inclusão de dois causos passados na cidade, mas que mantêm a mesma aura de surpresa e mistério daqueles transcorridos no ambiente rural.



Para a viabilização de sua publicação o livro contou com o apoio do Sicoob Nossocrédito e do Projeto 6M. O presidente do Sicoob Nossocrédito, Leonardo Lima Diogo e o idealizador do Projeto 6M, Jair Corrêa Gomes estiveram presentes na noite de lançamento e teceram elogios ao autor e sua obra. Quem também proferiu palavras elogiosas foi a poetisa Dalila Cruvinel, presidente da Academia Sul-mineira de Letras e vice-presidente da APC, que prefaciou o livro.

O músico André Cruvinel se apresentou com canções selecionadas de seu repertório abrilhantando ainda mais a noite, pois além do lançamento, Formaggio completou mais uma primavera nesta data duplamente festiva. Para aqueles que desejarem conhecer de perto “Causos da roça e estórias mais”, o livro pode ser adquirido na Banca da Matriz, A Criativa Papelaria e Presentes e Abracadabra Brinquedos e Papelaria.

CHAVEIRO
Faim
CEL: 8844-2331
AV. MONSENHOR MANCINI, 238 - CENTRO
SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO - MG

paraisonet
sua internet sem limites.
Sem contrato de fidelidade | Sem taxa de adesão | Internet ilimitada
Rua Pimenta de Pádua, 971 - sl03, Centro (35) 3531-6200
www.paraisonet.com.br

SAÚDE

Síndrome do sono insuficiente pode levar a ansiedade e depressão

Dia Mundial alerta para prevenção e tratamento dos distúrbios

Por Daniella Almeida
Repórter da Agência Brasil
BRASÍLIA

O Dia Mundial do Sono, celebrado em 2023 nesta sexta-feira (17), tem como tema "O sono é essencial para saúde". A primeira comemoração da data ocorreu em 2008 a fim de chamar a atenção para a conscientização e promoção da saúde do sono.

Neste ano, o apelo global organizado pela Sociedade Mundial do Sono tem o objetivo de diminuir o peso que os problemas do sono provocam na sociedade, por meio da prevenção e do tratamento.

Neste dia, profissionais de diversas especialidades médicas de 70 países se organizaram para realizar atividades locais e nacionais que demonstrem que o sono é considerado pilar fundamental da saúde humana, tanto do corpo quanto da mente.

No Brasil, de 13 a 19 de março, profissionais de saúde estão participando de palestras, cursos e divulgação dentro de universidades. Já o público em geral tem à disposição informações online sobre a importância de dormir bem.

A Associação Brasileira do Sono (Abson), a Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS) e a Associação Brasileira de Odontologia do Sono (Abros) lançaram, em conjunto, a Cartilha da Semana do Sono - 2023 com explicações e dicas à sociedade.

A publicação mostra que é durante o sono que ocorrem as principais funções restauradoras, como reposição energética, hormonal, reconstituição de tecidos e sínteses de proteínas.

DISTÚRBIOS DO SONO

Existem mais de 100 distúrbios do sono. As três associações brasileiras associadas ao sono (Abson, ABMS e ABOS) afirmam que ter uma boa noite de sono vai contribuir para melhorar a qualidade de vida e pode reduzir o risco de doenças cardiovasculares (arritmias e hipertensão arterial) e diabetes; manter o peso corporal saudável, evitando a obesidade; fortalecer o sistema imunológico; liberar hormônios; consolidar a memória, concentração e aprendizado; regular o humor, diminuir o risco de depressão e ansiedade; reduzir o estresse; diminuir o número de acidentes,



Reprodução

como os de trabalho e de trânsito.

A fadiga causada pela privação do sono ou pelo sono de baixa qualidade pode sobrecarregar física, mental e emocionalmente, com alterações do humor. A psicóloga clínica comportamental e mestre em Medicina do Sono, Mônica Müller, explica a evolução dos quadros de má qualidade do sono, com quatro sintomas principais. "Na insônia inicial, a pessoa tem dificuldade para conciliar o sono. O segundo sintoma é a dificuldade de manutenção. O terceiro é a insônia terminal, com despertar precoce - o indivíduo acorda antes do horário desejado/programado e não consegue voltar a dormir. Por fim, o quarto sintoma é o sono não reparador, com queixas de fadiga, cansaço extremo, o que dificulta à pessoa funcionar [bem] durante o dia".

TRANSTORNOS COGNITIVOS

O sono de baixa qualidade pode dificultar a atenção, concentração, memória, o aprendizado, planejamento, a tomada de decisão, o raciocínio lógico, a imaginação, criatividade e capacidade de reter novas informações.

Com 23 anos de experiência no assunto, Mônica Müller tem percebido pacientes impactados pelo hábito nocivo da privação intencional do sono, provocado pelo acúmulo de tarefas. "São pessoas que trabalham até mais tarde, que utilizam a noite para fazer outras tarefas, que, muitas vezes, não conseguem se organizar durante o dia. Elas acabam se privando de sono, porque no dia seguinte precisam acordar cedo. Elas têm outros compromissos. Então, é preciso considerar que fadiga gera essa sobrecarga. E o sono de má qualidade, se é mantido durante muito tempo assim, vai repercutir negativamente no funcionamento tanto mental, quanto físico".

Mônica detalha algumas consequências negativas dessa chamada síndrome do sono insuficiente. "São alterações do humor, em especial para pessoas que apresentam predisposição ou já têm transtornos psiquiátricos, sendo os carros-chefe a ansiedade e a depressão. Ela cita ainda o transtorno do humor bipolar, onde a privação de sono é extremamente danosa e pode desencadear episódios de mania. A fadiga e o cansaço extremo precisam ser evitados a todo custo."

Mônica também fez uma associação direta de prejuízos cognitivos aos transtornos respiratórios, principalmente a apneia do sono, que é a interrupção da respiração por dez segundos ou mais durante a noite. O distúrbio é considerado grave e perigoso, pelo risco de óbito. "Nessa parada respiratória, a pessoa não tem uma boa oxigenação do sangue. Como consequência da dessaturação do oxigênio, acaba sendo levado gás carbônico ao cérebro. O prejuízo na circulação nessa área mata, literalmente, as células nervosas".

Nesta semana, a Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF) divulgou em fevereiro deste ano, que mostra que a baixa qualidade do sono representa 25% das

queixas nos consultórios de otorrinolaringologia no Brasil. O mapeamento, feito com 430 médicos de todo o país, considerou os atendimentos realizados por esses especialistas entre 2020 e 2023.

Quase 94% das queixas recebidas pelos otorrinolaringologistas estão relacionadas a roncos e à apneia obstrutiva do sono. O coordenador do Departamento de Medicina do Sono da ABORL-CCF, Danilo Sguillar, considera o percentual bastante expressivo. "Mais de 930 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem da apneia obstrutiva do sono". O médico enumera os efeitos nocivos da interrupção da respiração: "além da parada respiratória, os sinais mais comuns desse problema são o ronco alto, a sonolência diurna e as alterações cardiovasculares e metabólicas como pressão arterial elevada, arritmia e diabetes". Por isso, o ronco deve ser considerado sinal de existência de apneia.

A pesquisa da ABORL-CCF destaca que a faixa etária dos pacientes predominante está entre 40 e 65 anos de idade e há um predomínio (85,2%) do gênero masculino. As queixas em menor número aos otorrinolaringologistas são de insônia, bruxismo, sonolência excessiva e comportamentos como sonambulismo, terror noturno e pernas inquietas. Por isso, a categoria defende a boa respiração pelo nariz.

Durante a pandemia, o estudo revelou que a insônia ganhou destaque nos consultórios. Representou 47,7% das queixas, percentual maior que o das reclamações de ronco e apneia. O médico projeta um quadro de melhora.

Para quem já tem apneia, a otorrino especialista em Medicina do Sono em Brasília, Aliciane Mota, aconselha: "de forma geral, o paciente pode dormir de lado. A maioria se beneficia com o decúbito lateral, porque existe a apneia com um componente posicional. E quando você se coloca de barriga para cima, tende a ter mais apneia. Vale também levantar a cabeceira, não com travesseiro comum. Sugiro aqueles em formato triangular".

QUALIDADE DO SONO

Os especialistas explicam que a necessidade e o limite de horas de sono podem ser diferentes de pessoa para pessoa e são variáveis em cada fase da vida, conforme as alterações hormonais. Um recém-nascido, por exemplo, passa de 14 a 18 horas por dia dormindo, consideradas essenciais ao desenvolvimento, sobretudo, neurológico. Nas crianças, o sono contribui no crescimento.

Já a adolescência é caracterizada por uma situação passageira de mudança de padrão do sono. Nessa faixa etária, os adolescentes precisam dormir mais horas (de 8 a 10), com a tendência de dormir e acordar mais tarde. Em tese, os adultos necessitam, em média, de 8 horas de sono por dia. E com o avanço da idade, podem acordar mais vezes à noite e há maior propensão para dormir e acordar mais cedo. Durante o dia, os cochilos podem ser mais frequentes neste momento da vida.

O sono é dividido em duas fases: o sono não REM (Rapid Eyes Movement) e o sono REM. Os estágios do sono se alternam durante a noite. No sono não REM são quatro estágios:

- 1: Sono de transição: marcado pelo adormecimento. Nesta transição entre estar acordado e dormindo, há relaxamento dos músculos e pode ser caracterizado por cochilos;
- 2: Sono leve, com a diminuição dos ritmos cardíacos e respiratório e da temperatura corporal;
- 3: Sono intermediário: a atividade cerebral começa a diminuir e o corpo começa a entrar em um sono profundo;
- 4: Sono profundo: fundamental para o descanso do

corpo, com a liberação de hormônios e recuperação de células e órgãos.

Após o quarto estágio, o corpo caminha para o sono REM, com atividade cerebral intensa. É a fase dos sonhos, fixação da memória e o descanso profundo, essencial para a recuperação e o acordar disposto.

RECOMENDAÇÕES

Para dormir bem à noite, os médicos recomendam hábitos saudáveis de higiene do sono:

- ir para o quarto somente quando estiver sonolento (a), para não 'fritar' na cama;
- manter uma rotina regular de horários para deitar e se levantar;
- reduzir ruídos e manter o ambiente escuro à noite;
- se necessitar levantar no período noturno, usar lâmpadas adequadas nos ambientes, evitando a luz branca;
- manter a temperatura agradável no quarto;
- evitar o uso de medicamentos para o sono sempre prescrição médica;
- manter fora do quarto animais de estimação que podem atrapalhar o sono;
- cerca de duas horas antes de ir para a cama, evitar o uso de telas (TV, celular e computador);
- evitar alimentação pesada próximo ao horário de dormir;
- evitar o uso de bebidas alcoólicas e com cafeína, como café, chás preto, branco e mate, chocolate, guaraná e outros termogênicos;
- evitar alimentos com glicose
- praticar exercícios físicos regularmente, mas, evitá-los três a quatro horas de deitar;
- perder o excesso de peso corporal;
- não dormir em excesso durante o dia para acumular cansaço físico e mental para a noite
- não fumar;

Para quem já apresenta dificuldades para pegar no sono ou se manter dormindo:

- não permanecer muito tempo na cama acordado;
- ao acordar no meio da noite, evitar conferir o horário
- se tiver os pés frios, usar meias para dormir;
- não pensar em preocupações diárias ao se deitar;
- evitar discussões e polêmicas, no início da noite.

acqua sport
ESCOLA DE NATAÇÃO E MUSCULAÇÃO
NATAÇÃO PARA TODA AS IDADES.
VENHA NADAR SEM FAZER ONDA.
HIDROGINÁSTICA
PISCINAS AQUECIDAS E COBERTAS

(35) 3531-4336
Rua João Rossi, 55 - Jd. São José - São Sebastião do Paraíso - MG
ac.qua.sport@hotmail.com

paraisonet
sua internet sem limites.

Sem contrato de fidelidade | Sem taxa de adesão | Internet ilimitada

Rua Pimenta de Pádua, 971 -sl03, Centro (35) 3531-6200
www.paraisonet.com.br

RONALDO DUARTE
Música sertaneja raiz.
Animação de eventos, festas de aniversários, comemorações.
Contatos pelo telefone (35) 99259-8999

Centro de Estética
Bulgari
Manicure / Pedicure / Depilação
Estética Corporal / Estética Facial
Reiki / Terapia Multidimensional
(35) 3531-5182

COLUNA MG

Rede de Notícias do Sindijori MG
www.sindijoring.com.br

UBERABA QUER CONSOLIDAR POLO GÁS-QUÍMICO

Nesta semana a prefeita Elisa Araújo, iniciou uma extensa agenda em Belo Horizonte para tratar de assuntos relacionados ao gasoduto e investimentos que poderão vir na sua esteira, como planta de amônia, termelétrica e outras empresas que dependem do gás para produção, gerando emprego e renda para a população de Uberaba e região. Esse grande movimento é uma política de Estado que tem apoio da Fiemg e Governo de Minas, que aderiram à proposta da frente em prol do desenvolvimento econômico de Uberaba e região e de outros estados que poderão se beneficiar do gás. (**Jornal de Uberaba – Uberaba**)

<https://www.jornaldeuberaba.com.br/noticia/46255/uberaba-rumo-a-consolidacao-como-primeiro-polo-gas-quimico-e-de-biocombustiveis-do-brasil>

FABRICIANO FAZ CAMPANHA PARA IPVA

Embora seja um imposto estadual, 50% da arrecadação do IPVA vai para o município de origem do veículo, em Fabriciano, o recurso é destinado para obras de mobilidade urbana. Otimizar a tributação pública é fundamental para desenvolver a cidade, garantir investimentos e melhorar a vida do cidadão. Mas como aumentar a arrecadação, sem pesar no bolso do contribuinte? Para resolver esta questão, a Prefeitura de Coronel Fabriciano inicia uma campanha para incentivar o pagamento do IPVA (Imposto sobre Propriedade de Veículos Automotores). O objetivo é reduzir a inadimplência e aumentar o número de veículos emplacados na cidade. A iniciativa é encabeçada pela Secretaria de Governança Financeira e Orçamentária. (**Jornal Classivale – Ipatinga**)

<https://jornalclassivale.com.br/noticia/2409/fabriciano-faz-campanha-para-incentivar-pagamento-do-ipva-e-diminuir-inadimplencia-na-cidade>

ZEMA ANUNCIA OBRA RODOVIÁRIA

O governador Romeu Zema anunciou em Papagaios, na região Central do estado, início das obras de pavimentação de 45 quilômetros da rodovia MG-060, no trecho Papagaios-Pompéu. A intervenção, que contará com investimentos que podem ultrapassar R\$130 milhões, é a maior dentro de um conjunto de seis projetos rodoviários para a região atingida pelo rompimento da barragem em Brumadinho. Outra novidade apresentada pelo governador foi o depósito de R\$ 32 milhões para o fortalecimento da Saúde e da Assistência Social em 25 municípios da Bacia do Rio Paraopeba. (**Jornal Gazeta de Varginha – Varginha**)

<https://www.gazetadevarginha.com.br/post/governador-anuncia-obra-rodovi%C3%A1ria-e-repasse-de-recursos-para-25-munic%C3%A9pios-da-bacia-do-paraopeba>

POÇOS RECEBE ESPETÁCULO DE HOMENAGEM A ELIS

O espetáculo "De Coisas que Aprendi com Elis" estará em apresentação única no dia primeiro de abril, às 21 horas no Teatro da Urca, em Poços de Caldas. Protagonizado por Isabela Moraes, o projeto já esteve presente em alguns dos principais palcos do país, sempre com casa cheia e vibrante diante dessa arrebatadora homenagem a Elis Regina. O atual repertório dá destaque a compositores mineiros gravados pela Pimentinha e os ingressos têm preços populares de 20 reais (meia entrada) e 40 reais (inteira). A compra pode ser realizada pelo site Mega Bilheteria ou na portaria do teatro. (**Jornal Blog do Madeira – Varginha**)

<https://blogdomadeira.com.br/entretenimento-e-cultura/2023/03/15/pocos-de-caldas-recebe-espetaculo-que-homenageia-elis-regina>

PREFEITURA MONITORA TRANSPORTE

A Prefeitura Municipal de Araxá está unindo modernidade à educação. Para reforçar a segurança dos alunos que utilizam o transporte escolar rural diariamente, a Secretaria Municipal de Educação realiza o monitoramento dos trajetos de cada veículo escolar. O sistema de monitoramento é realizado via mapeamento por GPS desde 2021, gerando economia e transparência do serviço prestado. Com a instalação do sistema de rastreamento veicular, é possível controlar os deslocamentos e horários das paradas, verificar se a rota foi cumprida corretamente, receber alertas em caso de excesso de velocidade, acidentes, entre outras situações. (**Correio de Araxá**)

<https://www.correioaraxa.com.br/noticia/categoria/2/cidade/link/7449/monitoramento-digital-do-transporte-escolar-rural-reforca-a-seguranca-de-mais-de-500-alunos-em-araxa>

PROJETO TURÍSTICO APRESENTADO NO MUSEU MINEIRO

Com o objetivo de estruturar, capacitar e promover o turismo da fé no estado, o Governo de Minas Gerais, por meio das Secretarias de Estado de Cultura e Turismo (Secult) e de Desenvolvimento Social, Polícias Civil e Militar, além do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais, apresentou, no Museu Mineiro, o Plano Estadual de Bens Culturais da Fé e sua Promoção Turística e o projeto turístico Minas Santa para divulgar as programações da Semana Santa. As iniciativas visam posicionar Minas entre os principais destinos de fé do país por meio da divulgação e promoção de experiências desse segmento nas redes sociais e no Portal Minas Gerais, bem como com ações em feiras de expressividade nacional e Internacional. (**Jornal MG Turismo – Belo Horizonte**)

<https://mgturismo.com.br/plano-estadual-de-bens-culturais-da-fe-e-sua-promocao-turistica-e-projeto-minas-santa-sao-apresentados-no-museu-mineiro/>

SECRETARIA LANÇA EXPOSIÇÃO BAINHAS DE MARIA

A Secretaria de Turismo, Cultura e Patrimônio lançou a exposição Bainhas de Maria, um projeto de salvaguarda do patrimônio imaterial caeteense realizado pela Prefeitura de Caeté, em parceria com o Museu Regional, o grupo de bordadeiras do museu e o grupo Historiarte. A exposição ficará aberta para visitação no Museu Regional até 31 de maio, e tem como objetivo promover o reconhecimento e a valorização da Bainha Aberta, bem registrado no município de Caeté, além de difundir os conhecimentos e os traços característicos desse importante saber caeteense. Os bordados, produzidos em um trabalho conjunto entre os grupos de artesãs, apresentam o tema de Nossas Senhoras de Caeté. (**Jornal Opinião Caeté – Caeté**)

<https://www.opiniaocaete.com.br/cultura-lanca-exposicao-bainhas-de-maria-em-parceria-com-bordadeiras-da-cidade/>



Parabéns às gêmeas **SILVIA** e **SILVANA** Pádua pelo aniversário neste sábado, 18 de março. Desejamos a elas, muitas felicidades, saúde, paz e alegria.



O vereador **MARCOS VITORINO** aniversaria nesta segunda (20). A coluna o parabeniza.



ANIVERSARIAM:

• **Sábado dia 18**, Fátima Simoni Soares, professor José Wilson Amaral, Alessandro Luiz Soares, Fabiano Felix, Luciene Queiroz. Em Belo Horizonte, Maria Calzavara.

• José Antônio Pedrosa, empresário, agropecuarista, ex-prefeito de Arceburgo, aniversaria no dia 18.

• **Domingo dia 19** o engenheiro Dr. Álvaro Abrão Filho, Zé Renato Figueiredo, Claudio Passagem, Maria Leticia Gonçalves Firmino

A coluna cumprimenta Sra. Maria Olímpia Pimenta que muda de idade no dia 20.

• **Dia 21** - Elaine Cristina Dutra Borges, Ana Elizabeth Dowe, José Donizete Stefani.

• **Dia 22**, Dr. Evander José Vieira, Frank Rocha, em São Paulo o itamogiense Virgílio Pedro Rigonatti, empresário e escritor.

• **Dia 23** Marcos Eurípedes de Souza. Em São Tomás de Aquino, Tião Preto.

• **Dia 24**, Carla Lauria, Luiz Carlos Chicaroni, Zélia Rocha Rezende, Marcos Eurípedes de Souza, o músico e professor de música Maycon Priorato, e em São Tomás de Aquino, Diego Moreira. O paraisense Assis Monteiro, em Manaus.

NO NOSSO TIME, VOCÊ É CAMISA 10!

Para vencer a fãme, a L&V conta com sua direção para entregar mais de 1,2 milhão de camisetas a quem mais gosta.

DOE AGORA plv@lsv.org.br lsv.org.br

Dr. Eduardo Espósito de Faria

Oftalmologia

Clínica dos olhos, Microcirurgia ocular, Adaptação de lentes de contato

Rua Dr. Placidino Brigagão, 1646-Fone: 3531-4866

PARAÍSO em Seresta

APRESENTAÇÕES EM:

- Serenatas
- Serestas
- Eventos
- Comemorações

CONTATO: (35) 3531-4617 e (35) 3531-1897

PANIFICADORA JAPÃO

ACEITAMOS ENCOMENDAS DE PÃES - BOLOS - TORTAS - SALGADOS - PÃES DE QUEIJO

3531- 6133

Av.: Monsenhor Mancini, 434 - São Sebastião do Paraíso - M.G

COMUNICADO

Mudança de Endereço

DESDE 1976

A Relojoaria Pontual Paraíso

Informa a todos os Clientes e Amigos que a partir de 05/09/2022 estará atendendo em novo endereço.

Avenida Angelo Calafiori, 724 A

Bairro:Mocoquinha.Perto do Posto Colega.

(35) 9 8476-7514 TELEFONE (35) 3531-7557

pparaíso21.mercadoshops.com.br



ELITE
academia

UM NOVO CONCEITO EM MUSCULAÇÃO

FAÇA PARTE DO TIME ELITE. AGENDE SUA AULA EXPERIMENTAL GRÁTIS !!

AV. MONSENHOR MANCINI N-668 (35) 35318437 @ELITEACADEMIA_SSP

JOEL NA BALADA

"Túnel d o Tempo"



instagram.com/joelnabaladaoficial/ facebook.com/joelnabaladaoficial

1 Aninho Tulio Moraes Rodrigues "Tulinho"

O primeiro aninho de Tulio Moraes Rodrigues, o Tulinho que é a aniversariante do dia 07, foi comemorado no domingo, 05/03, na Churrascaria Dr. Carnes. Os pais Dr. Tulio Moraes Rodrigues, médico veterinário e a nutricionista Gabriela Reis Rodrigues reuniram suas famílias, padrinhos e amigos mais próximos para comemorar num delicioso almoço regado a churrasco e chope. Na mesa do bolo, uma linda decoração com docinhos e lembrancinhas que teve o tema Galinha Pintadinha.



Aproveitando o Ensejo foi comemorado os aniversários de Lúcio Antônio Ferrarez Vasconcelos 27/02, Luis Carlos Francisco 01/03 e Tulio Moraes Silva, aniversariante do dia 02



B-day Isis

Especiais cumprimentos a aniversariante do dia 13 de março, Isis Mafra Oliveira, estudante de fonoaudiologia que brindou seus 22 anos em grande estilo, em festa surpresa no sábado 11 na Chácara dos amigos Adriano Damasceno e Maria José, no Campo Alegre.



STRUTURAL
Vidros e Esquadrias

ESQUADRIA EM PVC
VIDRO TEMPERADO
ESQUADRIA EM ALUMÍNIO

Venha conhecer nosso showroom!
(35)3531-8405
Rua Cel. José Francisco de Paula, 95
Pq. Industrial I

Dr. Leticia de Oliveira
Clínica Médica e Nutricional

CRM MG 61254 | CRM SP 150231

- ✓ Neurologia clínica e intervencionista
- ✓ Clínica médica, saúde do adulto e do idoso
- ✓ Realização de MAPA e MPPA (monitoramento da pressão arterial em 24 horas)
- ✓ Atendimento presencial e online (telemedicina) e visitas domiciliares

Lucano Clínicas

Rua Tenente José Joaquim, n 555 - Centro
(35) 3531-2607 | 3531-4723
(35) 99962-8094

NANINA
PIZZARIA



APONTE A CÂMERA E ACESSE NOSSO CARDÁPIO DIGITAL

3531-5313
AV. ANGELO CALAFIORI, 241
SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO - MINAS GERAIS

Ouro Verde Tênis Clube



AQUI SUA VIDA É MAIS SAUDÁVEL!

Proteger quem a gente ama é nosso melhor investimento!

SOSEG
SEGUROS DESDE 1984

SEGURO DE VIDA | SEGURO AUTOMÓVEL | SEGURO RESIDENCIAL | SEGURO EMPRESA

EM NOVO ENDEREÇO
RUA DR. PLACIDINO BRIGAGÃO, 1.480 - CENTRO
SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO - MG (35) 3531-3604

Thuanny Straus
PSICÓLOGA
CRP 04/00005

Especializada em Psicologia Clínica
Fenomenológico Existencial

ATENDIMENTO PRESENCIAL E ON-LINE

AGENDAMENTOS: 99803-0062

CLÍNICA HUMANITÁ - Rua Tiradentes, 525 - Centro
São Sebastião do Paraíso - MG

MATSUDA



www.matsuda.com.br



instagram.com/joelnabaladaoficial/

facebook.com/joelnabaladaoficial

DIA 8
Comemoração Dia da Mulher OAB



Antes ao meu aniversário na comemoração do Dia da Mulher Advogada com os amigos Dr. Jessé, Dr. Sebastião, Dr. Cauê e Dr. Leonardo Diogo

Meu aniversário

Na companhia de pessoas especiais, grandes amigos que considero e tenho muita consideração, brindei mais um ano de vida. Ter amigos é um bem muito precioso, dar valor nas amizades sinceras e verdadeiras é o que levamos desta vida. Sinto-me privilegiado pelas boas amizades. Meu aniversário é em 9 de março, mas as comemorações foram até ao dia 14. A cada dia, a cada ano vivido que passa, para mim é uma dádiva, uma oportunidade. Celebro, brindo e agradeço a vida que Deus me deu, me proporcionou com sentimento de gratidão e sabedoria, sabedoria para entender que na vida há sempre motivo para sorrir, para viver, para agradecer! Dizem que "fazer aniversário é olhar para trás com gratidão e amor e para frente com fé". Fé, amor e gratidão precisam andar juntos, pois nos ajudam a encarar a vida de forma mais leve e feliz.

Sinto-me privilegiado pela vida que Deus me deu, por ter saúde, pelo que faço, pelo trabalho, respeito que as pessoas têm por mim, e pelo meu trabalho.

EMPÓRIO

SANTA FELICIDADE



CAFÉ COLONIAL

(31) 99984-6869

emporiosantafelicidade

Av. Monsenhor Felipe, 965
São Sebastião do Paraíso / MG

Agradeço também pela minha família, e pelas parcerias profissionais formalizadas.

A vida é bela, é única e é para ser vivida! Viva mais um ano vivido, só agradecer!

Nas fotos comemorações com amigos.

DIA 10
AMIGOS NO COQUETEL DA PRIME DRINK APP NO TERRAÇO LOUNGE



Samuel e Lucas, Delegado Regional Dr. Tiago Bordini e delegado Dr. Carlos Jr Brasil



Junia, Virginia, Ana Julia, Sara e Laís



Laís, Hélio, Livia, Ruan, Thaynara, Flaviane, Milena e Claudinho

DIA 11
Jantar e bolo surpresa na casa dos anfitriões do Lions Clube



Claudio Lauria, Paula Amaral, Joel, os amigos Carlos e Ione



DIA 10
Presente do amigo João Flavio Lemos de Moraes



DIA 12
Condomínio Campo Alegre na chácara dos amigos Adriano Damaceno e Maria José



Adriano Damaceno, Maria José, Joel na Balada e Luis Felipe

DIA 14
Chopani Choperia com os amigos



Joel, Zete Dias, Nandinho, Luiz Fernando Patricio, José Pedrosa e Lúcio Pimenta



QUEM ENTENDE DE CONSTRUÇÃO
FAZ BEM FEITO COM A CANTIERI.

www.cantieri.com.br

IMAGEM EXATA

ULTRASSONOGRRAFIA



✓ CENTRO ESPECIALIZADO EM ULTRASSOM
✓ MEDICINA FETAL E SAÚDE DA MULHER

@imagemexata
Rua da Bahia 455 ☎ 35 3531-7220
35 99261-0001

Farmácia anaterra

CONHEÇA OS EXAMES LABORATORIAIS REMOTOS DA HILAB

- ▶ **Gravidez**
Detecta os níveis de Beta hCG, hormônio responsável pela gravidez.
- ▶ **Hipotireoidismo TSH**
Analisa as alterações do hormônio produzido pela tireoide.
- ▶ **Vitamina D**
Detecta a deficiência de vitamina D no organismo.
- ▶ **Perfil Lipídico**
Mede os níveis de colesterol total (CT), HDL colesterol e triglicérides (TG) no sangue.

ENTRE OUTROS! PERGUNTE AO FARMACÊUTICO. @hilab

AV. ANGELO CALAFIORI, 613
AV. ANGELO CALAFIORI, 503 B
RUA PIMENTA DE PADUA, 1364

99155 8712 3539-4004

dadá supermercado

OFERTAS EXCLUSIVAS VIA WHATSAPP 98712-4143

OFERTA ESPECIAL

TERÇA DA CARNE

QUINTA MAIS

QUARTA VERDE

REDE SOCIAIS

Av. Oliveira Rezende, 500
São Sebastião do Paraíso - Minas Gerais

CEMED

CENTRO DE MEDICINA ESPECIALIZADA
Tel.: (35) 3531-1813 / cemedssp@hotmail.com

<p>Dr. José Garcia A. Filho CRM-MG 5513 PEDIATRIA - HOMEOPATIA ALERGIA - VACINA P/ ALERGIA</p>	<p>Dr. Fábio Fernando Bordini CRM-MG 34.571 OFTALMOLOGIA</p>
<p>Dr. Mario Oliva Rocha CRM-MG 14.126 NEUROLOGIA - CLÍNICA MÉDICA ELETROENCEFALOGRAFIA COMPUTORIZADA MAPEAMENTO CEREBRAL</p>	<p>Dr. Renato Silva Rossi CRM-MG 35.290 - ROE 42.362 CARDIOLOGIA ELETROCARDIOGRAMA TESTE ERGOMÉTRICO HOLTER DE E. C. G. - M R PA / MAPA</p>

Classificados

Fechamento: Quinta-feira, 15 horas

Número: 1871

IMÓVEIS

Corretor Alziro Freitas de Camargo

Creci 14167
(Vivo 35-9.9915-1593) - (Claro 35-9.8417-3949) (TIM 35-9.9157-3385 - Whatsapp)

PREÇOS	LOTES
R\$ 1.200.000	Área comercial, localizada em avenida com grande movimento, 2020m2
R\$ 55 mil	Terr Jd Hortensias, 200m2, esquina, topografia boa, rua asfaltada
R\$ 65 mil	Terreno Jd Diamantina 160m2, dois lados murados, rua asfaltada
R\$ 85 mil	Terreno Bairro Rosentina, 250m2, murado dos lados e fundo
R\$ 90 mil	Terreno São Judas, 250m2
R\$ 130 mil	Terreno Jd de Versalhes, 250m2
R\$ 115 mil	Terreno California Garden, 250m2, alicerce de muros prontos
R\$ 150 mil	Terreno 250m2 em Av comercial, todo murado
PREÇOS	RURALS
R\$ 85 mil	Chácara Cond Cachoeira, vazia, 2250m2, com escritura.
R\$ 220 mil	Chácara Cond Campo Alegre, 2250m2.
R\$ 230 mil	Sítio, 02 alqueires, casa boa, 02 tanque de peixes, piscina pequena, documentação ok
R\$ 270 mil	Chácara Cond Cachoeira, casa com 02 qtos, sala, cozinha, banheiro, árvores frutíferas, área de 2.250,00m2
R\$ 480 mil	Chácara Cond Cachoeira, casa com 03 qtos (suíte), sala, cozinha, banheiro social, varandas, árvores frutíferas, área de 2.600,00m2
R\$ 550 mil	Sítio 5+1/4 alqueires, casa simples, energia, água de mina, pasto
1,4 Milhões	Sítio 5,8 Alqueires, estrada p/São Tomás de Aquino, terra de cultura vermelha, água de mina, energ.elétrica, casa sede boa, área de churrasco, casa de caseiro, pomar, terreirão, barracão, tuiá, feito CAR.
PREÇOS	RESIDÊNCIAS
R\$ 105 mil	Casa Bairro Bairro São Judas, 02 qtos, sala, cozinha, banheiro social, laje, espaço para garagem, lavanderia coberta.
R\$ 130 mil	Casa Bairro Santa Tereza, 02 qtos, 02 salas, cozinha, banheiro, garagem e lavanderia cobertas.
R\$ 140 mil	Casa Lot São Sebastião, 02 qtos, sala, cozinha, banheiro social, lavanderia COB, terreno 180m2, espaço p/garagem
R\$ 150 mil	Casa Jd Alvorada, 03 qtos, sala, cozinha, 01 banheiro, garagem coberta
R\$ 160 mil	Bairro Diamantina, 02 dormit, sala, cozinha, banh soc, lavand.cob, garagem COB.
R\$ 200 mil	Casas Bairro São Judas, 03 residências independentes.
R\$ 210 mil	Casa Bairro Santa Tereza, 02 qtos, sala, cozinha, banheiro interno e exter, garagem e lavanderia cobertas.
R\$ 235 mil	Casa São José II, 02 qtos, sala, cozinha, banh.social, garagem 02 autos cobertos, lavanderia, área coberta nos fundos com cômodo e banheiro.
R\$ 250 mil	Casa Bairro Santa Tereza, 04 qtos (01 suíte), sala, cozinha, banh.social, garagem e lavanderia coberta, edícula, terreno 250m2
R\$ 270 mil	Casa São Judas, 03 qtos (suíte), sala, cozinha, banh.social, garagem e lavanderia cob
R\$ 320 mil	Casa Nova Bairro Santa Tereza, 03 qtos (suíte), sala, cozinha, banheiro soc, garagem e lavanderia cob.
R\$ 340 mil	Casa no centro, 02 dormitórios (01 suíte), sala, cozinha, banheiro social, lavanderia, garagem 03 autos

www.firenzeautomoveis.com.br
Firenze Automóveis
 COMPRA - VENDE - TROCA - FINANÇIA
 TELEFONES.: (35) 3531-8412 e 98413-1706
 AV. MONS. MANCINI, 842 VILA DALVA
 SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO M.G.
 firenze.automoveis@hotmail.com

HONDA BROS 160cc 3 MIL KM PRETA 2021 ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X	MONTANA 1.4 FLEX 2012 PRATA COMPLETA ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X	S10 LTZ 4x4 2013 DIESEL BRANCA ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X
C3 AUTOMÁTICO COMPLETO PRETO 2011 ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X	ONIX LTZ COMPLETO PRATA 2018 ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X	PALIO ATTRACTIVE 2013 4 PORTAS COMPLETO ENTRADA + FINANCIAMENTO EM ATÉ 48 X

VEÍCULO

• **HB20 SEDAN 1.6**, mecânico, cinza, 2015 42 mil km, única dona. Tratar 98706-9014

DIVERSOS

• **VENDO BANHEIRA MARCA JACUZZI**, cor branca, em ótimo estado de conservação. Incluso motor. Bom preço. Tratar com Cláudio, tel 35 3531-6008 no horário comercial.

• **FOGÃO DAKO SUPREME**: VENDE-SE, preto, 5 bocas, turbo cook, mesa de vidro temperado, forno duplo, semi-novo. Tratar 99263-8750 ou 92000-2234

• **DINHEIRO ANTIGO**: Compro, notas/cédulas antigas, cruzeiro e cruzados. Tratar (35) 98868-6720 – Antonio.

• **IMPRESSORAS – COMPRA E VENDE**: usadas laser e jato de tinta. Tratar pelo fone 3558-5492. Fazemos manutenção preventiva e corretiva. Técnico especializado. ÓTIMOS PREÇOS.

APARTAMENTO NO CENTRO:

Aluga-se com dois quartos, dois banheiros sendo um suíte, duas salas grandes, uma cozinha e uma área de serviço. Rua Pimenta de Pádua 1.418, em cima da Akatone Modas. Valor R\$ 1.200,00. Fone: 3531-4057 é 99217-1591

IMÓVEIS

• **ALUGA-SE PONTO COMERCIAL**: ideal para igreja ou outro tipo de comércio (somente com fiador), localizado na Vila Mariana rua Dr. João Caetano, 681. Tratar 99167-4154 ou 99120-8252

• **ALUGO LINDA CHÁCARA COM MOBILIA PARA MORADIA**: 3 dormitórios, sendo que uma suíte é com banheiro, sala, banheiro social, cozinha, varanda, despesas, lavanderia, garagem, jardim de inverno, churrasqueira, forno, fogão a lenha, pomar e jardim. TRATAR (16): 99992-3991

• **ALUGO LINDA CHÁCARA COM MOBILIA PARA MORADIA**: 3 dormitórios, sendo que uma suíte é com banheiro, sala, banheiro social, cozinha, varanda, despesas, lavanderia, garagem, jardim de inverno, churrasqueira, forno, fogão a lenha, pomar e jardim. TRATAR (16): 99992-3991

• **CASARÃO À VENDA EM JACUÍ**: Bem localizado expousada Embaúba, ainda montada com todo mobiliário, só reabrir. Com 06 suítes completas (três com banheiro de hidromassagem e uma com deck de madeira), 04 salas, 02 cozinhas uma com fogão caipira forno e churrasqueira internas, sala grande refeitório, lareira, TV por assinatura, Internet e Wi Fi, aquecedor solar, tudo isso na Casa - 1. Na Casa - 2 mais 04 suítes simples (uma com sala e cozinha), uma salão próprio para restaurante ou bar ou loja, com banheiro; pátio de estacionamento para 10 veículos, mais quintal (para expansão de mais suítes). Compre com a Rejane Imóveis em São Sebastião do Paraíso (035) 3531-7988; Fernando Miranda Jorge em Jacuí (35) 3593-1833 - 99971-1833.

• **VENDA OU PARCERIA DUAS GLEBAS RURAIS**: próximas à São Sebastião do Paraíso, uma com aproximadamente 6 alqueires (atrás do bairro Veneza II) e outra com aproximadamente 3 alqueires (próximo ao Parque Industrial II). Tratar diretamente com o proprietário através do Whats-App: 19 99811-4500.

• **VENDE-SE IMÓVEL NO CENTRO**: propriedade de excelente localização, constituída de duas casas de morada, anexadas, sendo uma na Trav. Tenente José Joaquim, 688, com garagem ao lado, e outra familiar, localizada à esquina na Rua Pinto Ribeiro n.º 465 e 475, e seus respectivos terreno medindo 15,00 m de frente e 21,70 m de lado totalizando 325 m². Tratar com Dirceu no Whatsapp/celular: (31) 99658-8554

• **VENDE-SE GLEBA DE TERRA PRÓXIMO A TERMÓPOLIS**: vende-se gleba de terra, sem benfeitorias, próxima à Estância Termópolis, nas margens da BR 265. Com água e facilidade de energia elétrica, são 5 (cinco) alqueires, vizinhos à plantação de café. Contatos: em SS do Paraíso - Rejane

• **VENDE-SE LOTES EM CONDOMÍNIO FECHADO**: lotes de 2000 m² cada, em condomínio fechado. Infraestrutura em estágio avançado. Área de lazer pronta para uso comum aos condôminos com piscina, salão de festas e churrasqueira. A 500m da entrada do aeroporto de Paraíso. Detalhes 99970-3311 (What sapp)

• **CHÁCARA NAS 3 FONTES**: aluga-se, barato, ótimo casarão avarandado do lado do Termas Clube. Tratar 99974-2305

REJANE IMÓVEIS
 Tornando seu sonho realidade!
 (35) 3531-7988
 Rua Pinto Ribeiro, 899 - Centro
 São Sebastião do Paraíso - MG
 www.rejaneimoveis.com.br

- ### CASAS
- Bairro: Califórnia Garden - Código: 1979 - Valor R\$ 480.000,00
Garagem para 2 carros, sala de estar, sala tv, banheiro social, 3 quartos sendo 1 suíte e closet, cozinha com sala de jantar integrada, lavanderia, jardim de inverno, área de churrasco com banheiro, portão eletrônico JetFlex, cerca elétrica e alarme, monitoramento de câmeras, armários planejados nos banheiros, cozinha e closet, encanamento preparado pra instalação de piscina. Terreno: 250,00m² / Área construída: 169,00m²
 - Bairro: Jardim São Geraldo - Código: 1978 - Valor R\$ 350.000,00
Garagem para 2 veículos, sala, 2 dormitórios, banheiro Social, cozinha, área de serviços coberta. Terreno: 129,14m² / Área construída: 69,69m²
 - Bairro: Vila Santa Maria - Código: 1891 - Valor R\$ 280.000,00
3 dormitórios, sala, cozinha, banheiro social, garagem para 1 veículo. Edícula 1 dormitório com banheiro, copa/cozinha, área de serviço conjugada. Terreno: 200,00m² / Área construída: 131,41m²
 - Bairro: Vila Santa Maria - Código: 1959 - Valor R\$ 660.000,00
Pavilhão superior: 2 dormitórios sendo 1 suíte, 1 banheiro, sala de estar e TV (ambiente amplo), cozinha (ambiente amplo), área gourmet. Pavilhão inferior: garagem coberta para 4 veículos, escritório, suíte em fase de acabamento, área de despensa, lance de escadas, reservatório de água pluvial com capacidade de 36m³ (36 mil l.). Terreno: 300,00m² / Área construída: 270,84m²
 - Bairro: Residencial Morumbi - Código: 1133 - Valor R\$ 105.000,00
Casa da frente: 2 dormitórios, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço coberta, garagem para 2 carros. Casa do fundo: 2 dormitórios, sala, cozinha, banheiro social, área de serviço. Terreno: 250,00m² / Área construída: 106,49m²
 - Bairro: Pq. São Judas Tadeu - Código: 1947 - Valor R\$ 280.000,00
3 dormitórios sendo 1 suíte, sala, copa/cozinha, lavanderia coberta, quintal amplo, garagem coberta para 2 veículos. Terreno: 206,00m² / Área construída: 100,00m²
 - Bairro: Jardim Bernadete - Código: 1946 - Valor R\$ 380.000,00
3 dormitórios sendo 1 suíte, banheiro social com banheiro, sala ampla, copa, cozinha ampla com balcão e armário embutido, garagem para 2 carros um atrás do outro, lavanderia coberta, construção no fundo com 2 cômodos e uma suíte. Terreno: 250,00m² / Área construída: 165,00m²
 - Bairro: Califórnia Garden - Código: 1297 - Valor R\$ 430.000,00
3 dormitórios sendo 1 suíte com closet, banheiro social, espaço amplo sendo sala/copa e cozinha com armários, área de lazer com espaço gourmet com churrasqueira, garagem coberta para 2 veículos e descoberta para + 2 veículos. Terreno: 250,00m² / Área construída: 145,14m²

- ### APARTAMENTO
- Bairro: Jardim Morada do Sol - Código: 1887 - Valor R\$ 350.000,00
4 dormitórios sendo 2 suítes, 1 banheiro social, 1 sala ampla com dois ambientes, cozinha completa e ampla com armários planejados em excelente estado de conservação, torneira com aquecimento, forno, cooktop e coifa, área de serviço ampla, 1 vaga de garagem com portão eletrônico. Área: 120,00m²
 - Bairro: Centro - Código: 378 - Valor R\$ 270.000,00
3 dormitórios sendo 1 suíte com armários de madeira, sala ampla em tacos, banheiro social, cozinha com balcão, área serviço com cômodo de despejo e banheiro, garagem para 1 veículo com portão eletrônico. Infraestrutura de câmeras, piscina, quadra, garagem com portão eletrônico. Área: 103,82m²
 - Bairro: Centro - Código: 1184 - Valor R\$ 530.000,00
4 dormitórios sendo 01 suíte, sala ampla, muito iluminada, com 2 ambientes, cozinha ampla com armários, lavabo, banheiro social, área de serviço ampla com cômodo de despejo e banheiro, garagem para 2 veículos. Área: 195,35m²

- ### TERRENO
- Lote à venda / Bairro: Jardim Europa
Medindo 378,11 m² / código: 1869. Valor: R\$ 157.500,00
 - Lote à venda / Bairro: Jardim Independência
Medindo 250,00m² / código: 1856. Valor: R\$ 140.000,00
 - Lote à venda / Bairro: Vila Santa Maria
Medindo 600,00m² / código: 1798. Valor: R\$ 380.000,00
 - Lote à venda / Bairro: Jardim Europa
Medindo 270,00m² / código: 1526. Valor: R\$ 135.000,00
 - Lote à venda / Bairro: Jardim Mediterraneo
Medindo 373,00m² / código: 1980. Valor: R\$ 170.000,00

OPORTUNIDADES

• **PRECISO DE VENDEDOR**: atuar na região de Paraíso/MG e Franca/SP – Área Pet Shop (roupa-pet) e na área infantil (moleton). Não precisa de veículos. Informações pelo fone 35 3591-4231 – Monte Santo de Minas/MG

• **ACOMPANHANTE HOSPITALAR E CUIDADORA**: com experiência e referências, nos finais de semana, Regina Miranda, tratar pelo fone 99971-7096 zap

• **ACOMPANHANTE HOSPITALAR E CUIDADORA**: com experiência e referências, nos finais de semana, Regislaine, tratar pelo fone 99931-7383 zap

• **CUIDADORA DE IDOSOS**: Tem ótimas referências e experiência. Com mais de 10 anos neste importante trabalho Social e Humanitário. Cidinha fone 99917-4260 durante a noite ou dia.

• **PANFLETEIRO**: Distribuo panfletos com honestidade e econômica. Tratar Rua Francisco Bruno, 100 ou pelos fones 3531-8747 ou 99103-5441 André Luiz Bozeli

ORAÇÃO

• LEIA OS SALMOS 33, 34 e 70 por 3 vezes ao dia, 3 dias consecutivos, PUBLICAR NO 4 DIA. Faça 2 pedidos difíceis e 1 impossível. Mesmo que não acredite, verá o que acontecerá. E.S.M. E E.S.D.

ALUGO LINDA CHÁCARA COM MOBILIA PARA MORADIA

 3 dormitórios, sendo que uma suíte é com banheiro, sala, banheiro social, cozinha, varanda, despesas, lavanderia, garagem, jardim de inverno, churrasqueira, forno, fogão a lenha, pomar e jardim.
 TRATAR FONE (16): 99992-3991

VENDE-SE CASA NO JARDIM DANIELA:

Área construída: 159 m2. Garagem coberta para 2 veículos, copa/cozinha integrados, 3 dormitórios sendo 1 suíte com armário embutido. Ampla área de serviços coberta com armários embutidos, quintal com espaço no fundo. Portão eletrônico, vídeo porteiro, câmeras e concertina. Valor: 460.000.00. Tratar 99848-7981

PANFLETEIRO
 DISTRIBUO PANFLETOS COM HONESTIDADE E ECONÔMIA.
 Tratar Rua Francisco Bruno, 100
 Fones 3531-8747 ou 99103-5441
 ANDRÉ LUIZ BOZELI



Os olhos da F1 estão voltados para Ferrari e Mercedes

Estamos apenas na segunda corrida do ano e os olhos da F1 estão voltados para Ferrari e Mercedes neste final de semana. A primeira é a mais direta adversária da Red Bull neste momento, mas ficou devendo na abertura do campeonato. A segunda tenta encontrar uma saída depois de insistir com um conceito de carro que não deu certo no ano passado. E vivendo o boom da corrida passada, no Bahrein, está a Aston Martin tirando o sono das duas. Lá na frente, a Red Bull apenas observa as três pelos retrovisores.

Um alento para Ferrari e Mercedes no GP da Arábia Saudita é o asfalto liso do Circuito de Jeddah que judia menos dos pneus, o oposto da 'lixa' que comeu a borracha de ambas no Bahrein. Sem o desgaste excessivo, aumentam as chances de, principalmente a Ferrari, andar mais próxima da Red Bull, como confia o chefe de equipe, Fred Vasseur, que disse acreditar que a escuderia italiana deverá estar mais próxima da Red Bull do que para a Aston Martin.

Mas o cenário não está sendo favorável e nem de tranquilidade nos boxes da Ferrari. Charles Leclerc vai perder dez posições no grid pela troca da segunda central eletrônica - cada piloto tem direito a duas por ano, e o monegasco já está na terceira. Não é só: Um rebulicão pelos lados de Maranello agitou os bastidores da F1 após o GP do Bahrein. David Sanchez, um dos principais engenheiros de aerodinâmica da Ferrari, se demitiu por conta própria e circularam rumores de que outros nomes importantes podem deixar a equipe, entre eles o diretor de corridas, Laurent Mekies, e Enrico Cardile, o diretor técnico. Ambos estão sob enorme pressão, aponta o jornal italiano "Corriere della Sera", enquanto Vasseur tenta apagar o incêndio garantindo que nenhuma das pessoas-chave vão deixar a equipe em breve.

A Mercedes precisa oferecer a Lewis Hamilton e George Russell um carro que permita ao menos lutar contra as Aston Martin de Fernando Alonso e Lance Stroll. Um novo projeto já está em estudos no túnel de vento, mas qualquer mudança significativa só deverá ser colocada no W14 em Ímola, sexta etapa do campeonato, em maio. Até lá Hamilton e Russell terão que se virar com o que tem em mãos, mas pelo menos o fantasma do asfalto abrasivo e as características do Circuito do Bahrein ficaram para trás.



Hamilton e Leclerc na Arábia Saudita. Olhos da F1 estão em Mercedes e Ferrari

O CIRCUITO JEDDAH CORNICHE

Às margens do Mar Vermelho, é a pista mais perigosa da F1. Algumas mudanças foram feitas para melhorar a segurança no velocíssimo traçado de 6.175 metros com 27 curvas e que não perdoa erros. A média horária em Jeddah só perde para Monza e é o segundo traçado mais extenso do calendário, atrás apenas de Spa-Francorchamps. É muita coisa para uma pista de rua. A corrida será noturna, iluminada por 2.000 luzes de led e a definição do grid, hoje, assim como a largada amanhã, acontecem às 14h, ao vivo na TV Band e Rádio Band News FM.

Como foi no ano passado?

Um atentado terrorista que explodiu um reservatório de combustível da Aramco, na sexta-feira pôs em risco a realização da prova. No sábado, Mick Schumacher, hoje piloto reserva da Mercedes, provou o gosto amargo dos muros de Jeddah com uma pancada violenta que por sorte saiu ileso. Sergio Pérez fez a pole position e a vitória foi de Verstappen depois de um duelo ferrenho com Leclerc.

Em quem mais ficar de olho?

Na Williams que evoluiu muito em comparação com o ano passado, no novato Logan Sargeant que fez estreia notória no Bahrein, na McLaren que andou para trás, mas o diretor técnico, James Key, acredita que o carro vai melhorar corrida após corrida com as atualizações que virão, em Fernando Alonso que foi a sensação na prova de abertura do campeonato com o 3º lugar com a Aston Martin, e na Red Bull, se tudo aquilo da primeira corrida foi em função das características da pista barenita, ou se o RB19 é mesmo um foguete assombroso.

ROTARY CLUB: Projeto Imagine Sorrisos Brilhantes

Na noite de quarta-feira (15/3) o Rotary Club de São Sebastião do Paraíso esteve no Lar Pedacinho do Céu, realizando um projeto de saúde e prevenção oral para crianças. O Rotary foi contemplado com o Projeto Distrital "Imagine Sorrisos Brilhantes", onde foram distribuídos Kits de prevenção da saúde bucal, contendo escova, pasta de dente e sabonete. O companheiro André Cruvinel, profissional cirurgião odontológico, palestrou, apresentou vídeos e orientou as crianças a forma correta de escovar os dentes, garantindo uma boa higiene bucal. Também participaram do evento os companheiros Adriano Borges, presidente da gestão 2033/23, Paulo Morais, Rejane Furtado, Josiane Dizaró e as damas da Casa da Amizade, Adriana Morais e Aline Cruvinel. Ao final, cada criança da instituição recebeu um kit de prevenção.



diskartucho informática e papelaria

IMPRESSORAS
Manutenção e Vendas

Recarga de Cartuchos e Toner

Canon brother xerox
OKI LEXMARK RICOH
hp EPSON

RUA JOAQUIM ROSA DE FIGUEIREDO, 111 (35) 3558-5566
www.diskartucho.com.br

ESTÁ VIAJANDO E AINDA NÃO SABE ONDE VAI FICAR?
HOSPEDE-SE NO HOTEL DAS ACÁCIAS!

As melhores acomodações,
um dos melhores cafés da manhã da região e muito conforto para você e sua família!

HOTEL DAS ACÁCIAS

Faça sua reserva pelo WhatsApp (35) 3531-1514!

ESTÚDIO
FOTOCENTER
Weddings
Desde 1970

AVENIDA ITÁLIA - 1200

(35) 99877-8630 JUCELINO
(35) 99833-7817 WALDEMAR
(35) 99756-2938 JOZI

@JUCELINO.DIAS STUDIO FOTOCENTER

Lançamento oficial marca início do Parlamento Jovem 2023 em Paraíso

O Parlamento Jovem 2023 em São Sebastião do Paraíso foi oficialmente iniciado na noite de quarta-feira (15). A cerimônia contou com a presença de vereadores, convidados e em torno de 30 jovens do ensino médio. Além de entender melhor como funciona o projeto, os debates e as viagens realizadas, os jovens já realizaram a primeira oficina, uma dinâmica prática para entender o funcionamento da política: eles tiveram que escolher 10 entre 30 profissionais para começar uma nova cidade.

Os presentes destacaram a importância da participação ativa dos jovens na política e deram as boas-vindas aos alunos. "O Parlamento Jovem faz um grande trabalho de conscientização sobre a importância da cidadania e da participação ativa na política. Parabéns pela coragem e pelo interesse em



saber mais sobre política, por desejarem participar da vida da nossa comunidade. Precisamos de jovens ativos e engajados para um futuro melhor para todos nós. Acredito no potencial de cada um de vocês", disse o presidente, vereador José Luiz das Graças.

Também estavam presentes a superintendente regional de Ensino, Maísa Barreto e o chefe de Instrução do Tiro de Guerra 04.025 - 1º sargento Ueder Lempe, vereadores Luiz de Paula, Maria Aparecida Cerize, Pedro Delfante e Vinício Scarano.

As oficinas do Parlamento Jovem 2023 acontecem todas as quartas-feiras, a partir das 19 horas, na Câmara Municipal. Os jovens interessados podem comparecer na segunda oficina, dia 22, ainda que não tenham participado do lançamento.

(Ascom Câmara Municipal)

Governadores defendem modernização tributária em carta de objetivos do Cosud

Sistema de tributação é apontado como um dos principais problemas enfrentados pelo setor produtivo no Brasil. Pacto federativo, equilíbrio de contas e papel das agências reguladoras também foram incluídos no documento

Trabalhar junto ao governo federal e aos municípios para aprovação de uma reforma tributária de base ampla, que aumente a eficiência econômica, é um dos principais compromissos firmados pelos governadores, neste sábado (4/3), no Rio de Janeiro, no último dia de programação do 7º Encontro do Consórcio de Integração Sul e Sudeste (Cosud).

Em carta aberta com os principais resultados e ações, Romeu Zema (MG), Cláudio Castro (RJ), Tarcísio de Freitas (SP), Renato Casagrande (ES), Eduardo Leite (RS), Ratinho Júnior (PR) e Jorginho Mello (SC) reforçaram os objetivos de simplificação das obrigações para os contribuintes e da adoção do princípio do

destino a partir da modernização tributária. Além de promover a justiça social, a modificação contribuirá para redução da regressividade e para a preservação da autonomia, em incentivo ao desenvolvimento local.

"A reforma tributária, se ela simplificar [a tributação], já é um avanço extraordinário. Estamos falando de cinco impostos que passariam a ser tributados de uma única vez no IVA [imposto sobre valor agregado]. Isso é uma grande conquista para qualquer empresário. Ao invés de fazer cinco sistemas de apuração, ele passa a ter um. Este, hoje, é exatamente um dos problemas que temos no setor produtivo no Brasil", alertou o governador Romeu Zema. Ele também defendeu as grandes reformas como caminho para um futuro melhor para os brasileiros.

DÍVIDA PÚBLICA
De acordo com a carta consolidada pelos governadores, "é



Reprodução

impensável que, num ambiente em que o crescimento econômico é muito inferior aos encargos dos contratos de dívida com a União, os estados paguem as dívidas e ainda invistam em infraestrutura, modernização e na manutenção dos serviços públicos essenciais".
Persistir neste compasso, conforme o documento, faria com que os estados perdessem "dinamismo econômico, gerando menos emprego e renda, dificultando o combate à redução da pobreza. A manutenção desta lógica é o 'perdem todos'", argumentam na carta os líderes estaduais.
"Os estados passaram a ter

as dívidas corrigidas pelo IPCA mais 4% ou Selic, o que for menor. Hoje, os Estados do Sul e do Sudeste respondem por 93% da dívida pública com a União, representando cerca de R\$ 630 bilhões e, em alguns casos, sua dinâmica se mostra insustentável", concluem neste tópico.

PACTO FEDERATIVO
Sobre o Pacto Federativo, os governadores entendem que, em um ambiente de democracia e diálogo, decisões ser tomadas após amplo debate e exposição ao contraditório. Neste sentido, os estados do Sul e Sudeste estão alinhados

do pedido para que certas medidas com impacto nas contas públicas estaduais não sejam mais estabelecidas pela União de forma unilateral.

"Nessa mesma linha, é importante que a União inicie o processo de compensação das perdas de arrecadação com o ICMS impostas pelas Leis Complementares nºs 192 e 194, respectivamente, de 11 de março de 2022, e 23 de junho de 2022, cujos efeitos somados impuseram, até dezembro de 2022, mais R\$ 45 bilhões de perdas aos Estados", sinalizam no documento, ressaltando o dever legal de o governo federal assegurar o equilíbrio das contas de estados e municípios.

AGÊNCIAS REGULADORAS

Por fim, os governos membros do Cosud manifestaram a importância do fortalecimento das agências de regulação, que desempenham um importante papel na regulamentação, controle e fiscalização de concessão de serviços públicos.

"É necessário também defender o respeito a marcos regulatórios que estão em plena vigência, após amplo debate da sociedade e aprovação

pelo Congresso Nacional. A segurança jurídica é premissa básica para que o Brasil continue a receber investimentos de longo prazo, necessários para o desenvolvimento da nossa infraestrutura. Destaque para a área de saneamento, cujo marco regulatório prevê a universalização dos serviços até 2033", enfatizam.

SEGUNDO CICLO

O próximo encontro do consórcio será realizado em Minas Gerais.

"Encerramos o primeiro momento do Cosud e, daqui a 90 dias, vamos iniciar o segundo ciclo em Minas Gerais", lembrou Romeu Zema. "Ficamos com reuniões suspensas durante praticamente três anos, já que nosso último encontro havia sido em janeiro de 2020, no Paraná, por conta da pandemia. É com muita satisfação que estamos retomando e estaremos, em Minas, aguardando a todos para as próximas atividades", afirmou.

O vice-governador Professor Mateus destacou a importância de, a cada encontro, se reafirmar o ambiente de cooperação entre os sete estados.

(Sup. Central de Imprensa)

Michell
ESPAÇO GOURMET

O bom gosto encontrou seu espaço!

Rua Dr. Placidino Brigagão, 1.448 Centro
São Sebastião do Paraíso - M.G.

Michell
/michellgourmet FONE 3531-2838

Mistura de biodiesel ao diesel passa a ser de 12% a partir de abril

Por **Andréia Verdélio**
Repórter da Agência Brasil
BRASÍLIA

O Conselho Nacional de Política Energética (CNPE) aprovou resolução que estabelece em 12% o teor de mistura obrigatória do biodiesel no óleo diesel fóssil, a partir do mês de abril, e o aumento para 15% de forma progressiva até 2026. Hoje, esse percentual é de 10%. A decisão foi tomada em reunião do CNPE, nesta sexta-feira (17).

Com a medida, a previsão é que haja aumento de 2 centavos no preço do diesel na bomba para o consumidor. "Fizemos estudos técnicos profundos para evitar que tivesse um impacto econômico muito grave no preço do diesel e, portanto, chegamos à conclusão que o número mais coerente [é de 12%], que não impacta praticamente nada, 1 centavo a cada 1% do aumento da composição [de biodiesel]", explicou o ministro de Minas e Energia, Alexandre Silveira, em entrevista após a reunião.

A mistura de biodiesel no diesel, assim como a mistura de etanol na gasolina, foi instituída com o objetivo de reduzir as emissões de poluentes

prejudiciais ao meio ambiente e à saúde da população. Em março de 2021, o CNPE autorizou a Agência Nacional do Petróleo, Gás Natural e Biocombustíveis (ANP) a elevar o percentual a 13%, mas a medida foi revista pelo governo Jair Bolsonaro na tentativa de frear o aumento de preço dos combustíveis.

Com a decisão de hoje, a adição de biodiesel subirá para 12% a partir de abril deste ano, 13% em abril de 2024, 14% em abril de 2025 e 15% em abril de 2026. "Sem prejuízo do CNPE, a qualquer momento, poder revisitar esses números", explicou Alexandre Silveira.

Segundo o ministro, a decisão visa equilibrar diversos aspectos, como as questões ambiental, produtiva e social. Enquanto a indústria do biodiesel e os ambientalistas esperavam um aumento mais acelerado desse percentual, a medida pesa no bolso do consumidor e é criticada pelo setor de transporte, que aponta falta de qualidade do biocombustível para misturas acima de 10%, o que causaria problemas mecânicos nos veículos, como a formação de borra nos motores.
Silveira explicou que é pa-

recificado em todo o mundo pela indústria automotiva que a elevação de biodiesel em até 15% não traz prejuízos para operação de motores e equipamentos com esse teor de mistura. "Estamos desenvolvendo estudos para poder darmos mais segurança no aumento do biodiesel, levando em consideração a balança técnica, comercial, mas, fundamentalmente, social, que é o grande espectro do governo do presidente Lula, combater a desigualdade no país", disse o ministro.

SELO SOCIAL

A medida vai ao encontro das diretrizes da Política Nacional dos Biocombustíveis (RenovaBio). Em vigor desde 2017, a política trata da expansão, de forma sustentável, da produção e uso do biodiesel, visando ao desenvolvimento regional, à inclusão social de pequenos produtores e à redução de emissão de gases causadores do efeito estufa.

Segundo o ministro, hoje, 86% do biodiesel consumido no país é fruto da soja ou de grande produtores. Por isso, também foi aprovado nesta sexta-feira pelo CNPE o retorno de um selo social, dado

à indústria pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário, que comprova a origem da matéria-prima utilizada para produção de biodiesel.

Silveira explicou que será obrigatória a compra de 20% de matéria-prima a partir de regiões do semiárido, que inclui norte de Minas Gerais, e do Norte e Nordeste do país. Segundo ele, isso acontecerá a partir de um cronograma, para garantir que haja oferta de insumos para que a indústria possa adquirir nesse mercado. "Ou seja, com aumento da participação da agricultura familiar no projeto do biodiesel", disse.

POLÍTICA DE PREÇOS

O CNPE, presidido pelo ministro de Minas e Energia, é órgão de assessoramento do presidente da República para formulação de políticas e diretrizes de energia. O conselho é composto por 16 ministros de Estado, dois membros da academia e dois membros da sociedade civil.

Segundo Silveira, na próxima reunião, ainda sem data definida, o grupo deve começar a discutir a política de preços dos combustíveis no Brasil.