



Arquivo Pessoal

Reforma fiscal e tributária em pauta

Política pública fiscal e a reforma tributária. Jamir Calili (foto), colunista do JC inicia uma reflexão sobre o tema. "O Brasil carece de várias reformas institucionais que poderiam aumentar a produtividade e a eficiência no mercado. Entre essas reformas, com certeza está a reforma tributária que está para ser votada no Senado Federal depois de ter passado por aprovação da Câmara dos Deputados. Saiba mais na [Página 2](#)



O domingo será nublado. Não vai chover. Os prognósticos são do Climatempo.



Jornal da Cidade

GOVERNADOR VALADARES E REGIÃO LESTE DE MINAS

www.jornaldacidadegv.com.br

ANO III NÚMERO 557

GOVERNADOR VALADARES, DOMINGO, 10 DE SETEMBRO DE 2023

PREÇO DO EXEMPLAR R\$ 2,00



Foto de Leonardo Moraes Divulgação Secom PMGV

O melhor da semana

DESFILE DE SETE DE SETEMBRO EMOCIONOU O PÚBLICO NA AVENIDA MINAS GERAIS - [PÁGINA 3](#)

GENTE DE SUCESSO



DAY CANGUSSÚ

A coluna Gente de Sucesso, da jornalista Fagnar Coelho, mostra o sucesso da lindíssima empreendedora Day Cangussú (foto), fundadora da marca autoral Luxurius. Após um longo período de estratégias, definições de conceitos, valores, atributos e propósitos, a marca está prontíssima para abrir as portas do Ateliê projetado pelo arquiteto Caio Bastos, que inseriu na arquitetura da nova loja referências de moda da própria marca Luxurius. [Página 5](#)

COLUNISTAS



JÚLIO AVELAR

Júlio Avelar fala sobre os bastidores da política, destaca pessoas que são importantes para a cidade, e ainda dá as dicas para o almoço de domingo. [Página 11](#)

JULIANA PIO

E aí, tá sabendo? No próximo domingo (17/9) Juju embarca para uma semana no Spa Pousada da Serra, no Pico da Ibituruna. Serão dias de descanso, tratamentos estéticos, relaxamento, atividade física, alimentação balanceada e muito mais... Então, vá à [Página 6](#)

CASAL GRACIOLLI

Aninha e Fernando Graciolli mostram alguns flashes da semana, como a celebração das Bodas de Prata do casal Lissandra Rocha e Ernani Soares Rocha, dois queridos no meio educacional e empresarial de GV. E outros flashes imperdíveis. [Página 9](#)

Reprodução da Internet



ISABELLA: O CASO NARDONI

Vitor Matos de Souza, que escreve sobre cinema no JC, analisa o documentário Isabella Nardoni, que está sendo exibido na Netflix. "O documentário explora algumas nuances da família da mãe de Isabela trazendo sentimentos e emoções relatadas na produção e alguns depoimentos das autoridades envolvidas como o promotor, advogados de defesa, delegados, testemunhas, dentre outros". Leia mais na [Página 4](#)

SETEMBRO AMARELO

Sérgio Fonseca fala sobre o Setembro Amarelo, campanha que busca trazer o diálogo e prevenir o suicídio. Segundo ele, 90% dos suicídios poderiam ser evitados com ajuda psicológica e médica. A maioria deles é causada por doenças mentais que são aproximadamente 60% das pessoas que morrem por suicídio não buscavam ajuda. ". Leia mais na [Página 11](#)



POLÍTICA
**Jamir
Calili**

“Hoje o Brasil tem uma carga tributária estimada em 33,9% do PIB, o que nos aproxima dos países que compõem a OCDE, Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico, formado principalmente por países desenvolvidos.

Política pública fiscal e a reforma tributária — parte 1

O Brasil carece de várias reformas institucionais que poderiam aumentar a produtividade e a eficiência no mercado. Entre essas reformas, com certeza está a reforma tributária que está para ser votada no Senado Federal depois de ter passado por aprovação da Câmara dos Deputados. Ao contrário do que muitos querem transparecer, não é um debate novo. As propostas de reforma tributária que estão em pauta, principalmente a oriunda do texto da Proposta de Emenda Constitucional n. 45, é de 2019. Mas o tema não é novo nas duas casas legislativas que compõem o Congresso Nacional brasileiro, sendo que a primeira proposta de simplificação foi apresentada em 1987 pelo IPEA, Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Deputado que alega que foi pego de surpresa com a temática ou é deputado de primeiro mandato, uma vez que a proposta da PEC n. 45 foi aprovada pela CCJ em 2020, ou deixou o tema de lado sem dar a devida atenção a ele, embora seja tema de primeira ordem para o desenvolvimento econômico nacional.

Para gente ter uma ideia o nosso Código Tributário Nacional decorre de um Decreto-lei de

1966 e boa parte da estrutura tributária que temos decorre das ideias concebidas neste período. A Constituição de 1988 praticamente alçou o Direito Financeiro e o Direito Tributário a status constitucional, sendo que poucas coisas foram alteradas de lá para cá. Os principais efeitos de uma boa reforma tributária seriam: a) a redução dos custos de conformidades das empresas, tornando-as mais competitivas, estimulando o investimento e dando margem para que as escolhas empresariais fossem focadas em questões dos negócios e não em questões jurídicas-contábeis; e b) garantiria uma melhor e mais forte distribuição do ônus fiscal, promovendo eficiência e equidade nas relações tributárias.

Hoje o Brasil tem uma carga tributária estimada em 33,9% do PIB, o que nos aproxima dos países que compõem a OCDE, Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico, formado principalmente por países desenvolvidos. Mas quando comparamos a carga tributária brasileira com a dos países de renda média, estimada em 21,5%, o peso tributário brasileiro salta aos olhos. Ademais, o custo de conformidade das empresas, ou seja, o tanto que as empresas

gastam para dar conta de calcular os impostos e cumprir obrigações tributárias acessórias é estimado em 1.501 horas de trabalhos anuais. A estatística nacional mais conservadora diz que pelo menos 600 horas são gastas nessas questões. Seja uma ou outra métrica superamos as 317 horas médias dos países latino-americanos, o que comprova a complexidade do nosso sistema.

“Mas não é só o sistema tributário que é regressivo. O gasto público brasileiro, igualmente, favorece classes altas. Há muitos benefícios tributários que favorecem as classes mais altas e gastos públicos que acabam favorecendo servidores de alta patente ou setores mais ricos da sociedade.

Não fosse só isso, o nosso sistema tributário é extremamente regressivo, penalizando principalmente a classe média brasileira. A regressividade se encontra principalmente nos impostos sobre consumo (mas não só neles). De todo o imposto arrecadado, 42% incidem sobre o consumo, muito superior à média da OCDE que é de 33%. Mas não é só o sistema tributário que é regressivo. O gasto público brasileiro, igualmente, favorece classes altas. Há muitos benefícios tributários que favorecem as classes mais altas e gastos públicos que acabam favorecendo servidores de alta patente ou setores mais ricos da sociedade. O des controle da dívida pública é um desses elementos que alimenta grandes fundos de investimento.

Ademais, um outro problema que decorre da complexidade do sistema é a existência de múltiplas legislações sobre os impostos federais, estaduais e municipais o que faz com que sejamos um dos países com maior volume de ações judiciais com temas tributários e o maior volume de recursos em discussão entre os países ocidentais. Isso tem pelo menos três problemas a serem considerados: a) gastos privados e públicos com demandas judiciais; b) instabilidade da jurisprudência tributária que faz com que casos similares ganhe decisões distintas a depender do local onde a demanda é ajuizada ou do momento em que ela é decidida; c) um volume enorme de recurso prescreve e acaba favorecendo atitudes anticoncorrenciais.

Como o leitor já deve estar percebendo, apresento aqui um diagnóstico das razões pela qual devemos levar a sério a reforma tributária e de alguma forma apoiar esse debate. Quanto às soluções e críticas à proposta em discussão farei nos próximos dois artigos dominicais. Uma coisa é certa, nunca vai existir uma reforma perfeita ou que contemple todos os aspectos. A pergunta que eu me faço e que eu convido o leitor a fazer é: essa reforma vai deixar o sistema melhor do que o anterior? Se a resposta for sim, e vermos nas próximas colunas, já valeria

Jamir Calili é professor da UFJF/GV e vereador em Governador Valadares, MG

► NA PRAÇA, NA PONTE, NA LAGOA, NA AVENIDA. PARA ONDE A GENTE OLHA

É OBRA DA PREFEITURA

VALADARES 100% PAVIMENTADA

VALADARES RECUPERA VIAS

NOVA CASTELO BRANCO

NOVA AVENIDA JK

NOVA SINAL LEITE

REVITALIZAÇÃO DA LAGOA SANTA

PONTE PROFESSOR LUIZÃO

VALADARES NO CAMINHO CERTO

PREFEITURA MUNICIPAL DE GOVERNADOR VALADARES

/prefeitura_gv @prefeitura_de_valadares valadares.mg.gov.br

Desfile de 7 de setembro emocionou o público

O desfile cívico deste ano lembrou os das escolas de samba com recuo de bateria, fantasias e performance das alas, emocionando o público na Avenida

O desfile cívico do Sete de Setembro deste ano lembrou o desfile das escolas de samba com performance dos integrantes das alas, fantasias e até recuo de bateria. Em Valadares o tema foi “Pátria de Paz”, o nome foi escolhido para trabalhar a cultura de paz entre as crianças e adolescentes em razão dos últimos ataques nas escolas. Trinta e nove instituições divididas em quatro alas (agentes da Justiça, da Paz, da Solidariedade e da Cooperação) participaram do desfile dentre elas: agentes de segurança, escolas, atletas e várias entidades da sociedade civil.

O público lotou as arquibancadas e o gradil em torno da avenida, com bandeirinhas de papel e celular na mão para registrar todos os momentos. No ar drones registravam em tempo real o desfile para transmitir no facebook da prefeitura. A fanfarra do Colégio Tiradentes abriu o desfile da ala Agentes da Justiça, em que desfilaram os órgãos de segurança. Enquanto os militares desfilavam, a fanfarra ficou no recuo tocando e em seguida tornou a entrar na avenida, desta vez, trazendo os alunos do Colégio Tiradentes.

Outro destaque do desfile deste ano foram as performances de alguns grupos como o da tropa de choque da polícia, Cia de Teatro Ka-

tarriso e grupo da terceira idade Comunidade Viva em Ação. Dentre as alegoria, chamou atenção a da Escola Municipal Adélia Ribas que trouxe as ações da Secretaria Municipal de Educação. Enquanto adultos se encantavam com os pequenos desfilando, a criançada ia ao delírio com a presença dos bonecos de personagens infantis do Expresso da Alegria.

Para a balconista Euzélia José de Miranda o desfile deste ano foi especial. “Venho todos os anos. Gosto de ver os militares desfilando e esse ano o meu rapaz desfilou pelo Tiro de Guerra então foi ainda melhor. Também gostei de ver os bichinhos do trenzinho. Tinha até a Chiquinha do Chaves. Achei o desfile deste ano mais bonito e animado que o do ano passado”, contou.

A servidora pública Natália de Souza Oliveira trouxe pela primeira vez o filho Eduardo de três anos para ver o desfile. “Ele está achando muito legal. Vibrou com a banda do Colégio Tiradentes e com os bonecos do trenzinho. Achou o máximo os meninos camuflados do Tiro de Guerra. Agora é esperar para ver a vovó que vai desfilar com o Nasf (Núcleo de Apoio à Saúde da Família)”.

Morando há dois anos em Valadares o belo-horizontino aposentado Severino Sampaio veio pela primeira vez assistir aos dois netos desfilarem. “Vim prestigiar meus netos e também vim pela festa. Para mim todas as alas estavam maravilhosas. Achei muito bonito e organizado”, falou emocionado.

Para o secretário municipal de Cultura, Esporte, Lazer e Turismo, Kevin Figueiredo, o Sete de Setembro é a data que reforça a nossa identidade. “Estamos aqui para celebrar o nosso amor pelo Brasil e o nosso objetivo é zelar para que este amor à pátria cresça cada vez mais”, afirmou.

O prefeito André Merlo destacou a importância de comemorar a independência do nosso país. “Fora a pandemia todos os anos nós comemoramos o sete de setembro. Quero agradecer a presença de vocês demonstrando o civismo, o patriotismo, o respeito a nossa pátria. Enfim, nós entendemos que independente de quem esteja no poder a pátria é nossa. Então, nós vamos comemorar a paz no nosso Brasil, a paz nas nossas escolas, a paz na nossa sociedade e vamos curtir a liberdade do Brasil”, conclamou. Também prestigiaram o desfile os deputados federal, Hercílio Coelho Diniz, e estadual, Enés Cândido; além de diversas autoridades municipais.

Divulgação Leonardo Morais Secom PMGV



Os jovens atiradores do Tiro de Guerra, na Avenida



Os policiais da Polícia Penal fizeram bonito durante o desfile



Crianças assistindo ao desfile. Esperança de um Brasil de paz

ADESIVAÇÃO DE

FROTA

E MUITO MAIS!





CELSO

COMUNICAÇÃO VISUAL

(33) 988485-0235

(33) 3271-7749

Marechal Floriano, 654

Loja 10 - Centro

O Frigoleste em nome
do seu diretor Rodrigo Lima,
agradece a diretoria
da União Ruralista Rio Doce pelo sucesso
e parceria durante a realização da
52º EXPOAGRO 2023







CINEMA
Vitor Matos de Souza

O documentário explora algumas nuances da família da mãe de Isabela trazendo sentimentos e emoções relatadas na produção e alguns depoimentos das autoridades envolvidas como o promotor, advogados de defesa, delegados, testemunhas, dentre outros.

Isabela: O Caso Nardoni

A Netflix não vive apenas de filmes e produções cinematográficas. Há espaço também para documentários e estou para dizer que os documentários originais da plataforma são mais interessantes e te prendem até mais que os filmes.

Claro que existe exceções, mas até hoje nunca me decepcionei com seus documentários, já os filmes...

Estou pensando em fazer uma série aqui na coluna analisando os principais e mais emblemáticos casos criminais aqui no Brasil. E a Netflix de fato tem um leque interessante que irá, sem dúvidas, me auxiliar nisso. Existem inúmeros documentários e até filmes que retratam esses casos. Hoje irei falar de um que deixou o Brasil de cabelo em pé, estou me referindo ao Caso Nardoni.

No dia 29 de Março de 2008 a Polícia Militar é surpreendida com uma ocorrência, no mínimo, estranha. Uma pequena garota havia sido atirada da janela de seu quarto do nono andar do Edifício London, que fica situado na Vila Guilherme em São Paulo.

Assim que chegaram no local, imediatamente a polícia científica foi acionada e a primeira hipótese era de que um maníaco qualquer havia invadido o local e simplesmente atirou a menina Isabela da janela sem muitos motivos. Aliás, sem motivo algum, pois não havia sequer sinais de arrombamento no apartamento, tampouco a subtração de algum bem da família.

Com o avanço das investigações, a polícia chegou a uma conclusão um tanto quanto amarga. E

ela dizia que ninguém havia entrado no apartamento a não ser a própria família, e que alguns sinais de sangue na casa bem como equimoses (pele roxeada) no corpo de Isabela levava a uma responsabilização do seu pai e sua madrasta.

Iniciava então uma jornada jurídica um tanto quanto melindrosa porque havia inúmeras contradições nos depoimentos, ausência de provas cabais e o mais intrigante, mesmo diante de atenuações ofertadas pela lei, o casal não confessou o crime até hoje, passados quinze anos de seu cometimento.

É claro que eles foram condenados, mas pelo fato deles apresentarem bom comportamento e atividades que auxiliam na progressão da pena, hoje o casal contempla a modalidade de prisão semiaberto.

O documentário explora algumas nuances da família da mãe de Isabela trazendo sentimentos e emoções relatadas na produção e alguns depoimentos das autoridades envolvidas como o promotor, advogados de defesa, delegados, testemunhas, dentre outros. Nenhum integrante da família Nardoni e da família Jatobá participaram do documentário embora tenham sido convidados.

Por ser uma produção original da Netflix, esse documentário fará parte do catálogo enquanto a plataforma estiver operando. Essa é a recomendação da semana, espero que gostem.

Vitor Matos de Souza e cinéfilo

SUMMONS on COMPLAINT FOR DEPENDENCY PURSUANT TO G. L. c. 119, § 39M		Docket No. MI23A1039SJ	Commonwealth of Massachusetts The Trial Court Probate and Family Court
Jucelia Goncalves De Oliveira	, Plaintiff	Middlesex Probate and Family Court	
Geraldo Pinheiro Dos Santos	, Defendant "Parent One"		
If applicable:	, Defendant "Parent Two"		
To the above named Defendant:			
You are ordered to appear at the Middlesex Probate and Family Court for a hearing on this Complaint for Dependency Pursuant to G. L. c. 119, § 39M.			
Information about the hearing:			
Motion			
Date: 09/06/2023			
Time: 02:00 PM			
Place:			
You are hereby summoned and required to serve upon:			
Danilo Jose Brack, Esq.			
whose address is:			
BRACKLAW LLC			
648 Central St			
2nd floor			
Lowell, MA 01852			
your answer, if any, to the complaint for which is herewith served upon you, within 7 days after service of this summons upon you, exclusive of the day of service. You are also required to file your answer to the complaint in the office of the Register of this Court at Middlesex Probate and Family Court, either before service upon plaintiff or plaintiff's attorney, if represented by counsel, or within a reasonable time thereafter.			
WITNESS, Hon. Maureen H Monks, First Justice of this Court.			
Date: August 22, 2023			
 Register of Probate			
CJP 36 (12/5/19)			



pitágoras Anhanguera

PITÁGORAS AGORA É ANHANGUERA!

ESCANEE O QR CODE



GANHE AGORA UMA BOLSA DE ESTUDO



ESPAÇO

SICOOB
CREDICOPE

PROMOÇÃO CAPITAL PREMIADO

Uma promoção para cooperados de todo o Brasil!

TODO DIA

PRÊMIOS DE 10 MIL*
PONTOS COOPERA.

PARTICIPE E CONCORRA.

DE 1º DE AGOSTO A 10 DE OUTUBRO DE 2023

A cada R\$ 200 na Conta Capital, você ganha uma chance e concorre aos prêmios todos os dias e ao sorteio final.

- 1 Acesse o site.
- 2 Confira seus códigos.
- 3 Insira no painel da sorte.
- 4 Descubra na hora se ganhou!

SORTEIO FINAL

60 PRÊMIOS**

São mais de
10 MIL
PRÊMIOS.



43 Motos

17 Carros



Imagens meramente ilustrativas.

Rua Paulo Deslande, 58 - Vila Isa
Governador Valadares/MG
Tel.: (33) 99802-5743 | 99873-2997 | 99873-2671



Escaneie e
fale com
seu Gerente.





Juliana Pio.

Juju... Juliana Pio (@eu.julianapio) uma profissional múltipla! Jornalista, publicitária, palestrante, docente, colunista, entre tantos outros trabalhos na área de Comunicação, Marketing, Branding e Moda onde atuo há 20 anos. Diretora da Pio. (@pio.consultoria) crio conexões de valores entre marcas e clientes, de diversos segmentos, em várias cidades. Quer fazer parte da nossa coluna? É só chamar! Beijás...

EMPORIUM DAS
GULOSEIMAS

Sua festa começa aqui!

📞 @emporiumdasguloseimas

☎ (33) 3272.8724

📍 Rua Afonso Pena, nº 3059 | Centro, Gov. Valadares - MG

#JujuNoSpa

No próximo domingo (17/9) Juju embarca para uma semana no Spa Pousada da Serra, no Pico da Ibituruna. Serão dias de descanso, tratamentos estéticos, relaxamento, atividade física, alimentação balanceada e muito mais... Vocês vão poder acompanhar a minha rotina de bem-estar pelo meu Instagram (@eu.julianapio). Gostou da ideia? Quem sabe você não embarca nessa semana de autocuidado? Mais informações é só entrar em contato com o Spa Pousada da Serra (anúncio no rodapé dessa coluna). Bora? Só vem...



Mais uma...

Não é para qualquer pessoa! Juju foi surpreendida na sessão para finalizar a tattoo na última sexta-feira. O Rafael (que já foi meu tatuador, mas é dono da agenda mais lotada da cidade) acompanhou sua esposa, Mari (minha atual tatuadora) nessa sessão fantástica. É claro que foi sucesso estamos falando de duas referências! Tô me axany! Os dois queridos estarão participando no próximo dia 22, do GV FashionTour... Sucesso! Segue lá @tattoomariolopes @tattoorafaelcunha @tattooartevida_

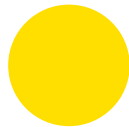


Família linda!

A psicóloga, Andréia Araújo de Souza Avelar e o fisioterapeuta, Raphael Avelar Nunes, com os filhos, Henrique Souza Tebas de Avelar e Beatriz Souza Avelar. No click em comemoração aos 4 anos dessa linda princesa! Parabéns!



Vem chegando o Verão...



Felicidades! - O Jornal da Cidade deseja toda felicidade para os nossos leitores e amigos, Silvério Pinto e Vera Lúcia, que estão comemorando 48 anos de casamento. Parabéns!



Descanso - As fofas, Carminha Luz e Sayonara Calhau em viagem. Aproveitem! Beijás!

Contagem regressiva...

É nessa semana o OdontoVales. No click especial na noite de lançamento, o assessor, Maurício Serpa e a Dra. Stella Braga. Sucesso!

Êta Juju

"Só você tem o poder de recomendar sua vida sempre que desejar."

Dra. Yara Costa



Referência!

A advogada, Dra. Yara Costa.

MUNDO DAS BATERIAS

Baterias para diversos segmentos automotivos!

Check-Up, entrega e instalação em valadares gratuita!

24 PLANTÃO HORAS

Atendemos valadares e região!

Mundo das Baterias
mundodasbaterias@gmail.com
Rua Euclides da Cunha, 305 - Centro
Cep: 35010-100 - Gov. Valadares - MG
☎ 33 98718-8069

Parcelamos em **3X** sem juros
VISA MasterCard

Você é sua marca!

No próximo dia 19 estarei ministrando um Workshop para as sócias do Clube das Potências com o tema "Você é sua marca". Agradeço a treinadora comportamental, mentora e idealizadora do Potencial Extraordinário, Ludy Farias. Obrigada!



ACOMPANHAMENTO MÉDICO, TRATAMENTO ESTÉTICO, EDUCADOR FÍSICO, ACOMPANHAMENTO COM PSICOLOGO E MAIS.

📅 17 de setembro
a 24 de setembro

📍 Pousada da Serra
Governador Valadares

📷 @spapousadadaserragv

Faça a sua inscrição

Para mais informações
(33) 3271 4146
☎ (33) 98425 6061



Cultura



LITERATURA
**Amaury
Silva**

O POETA DA DÚVIDA

Dúvidas, como deixar que não surjam no percurso humano, trata-se de missão impossível. Podem ser contributos para o crescimento e amadurecimento em todos os sentidos. Mas, o chamado ciclo ultrarromântico da literatura conduziu a dúvida a um patamar de motivação e fonte do sofrimento e angústia. Um mergulho interior que se alimenta da ausência de perspectiva. Se há nomes mais modernos para esse estado, certamente se encaixa no perfil de Álvares de Azevedo, autor pertencente à segunda geração romântica na literatura do Brasil.

Vida efêmera como um sopro, entre 1831 e 1852, marcada desde a infância pela inafastável dor da perda pela perda de um irmão mais novo. Aluno prodígio, já aos 16 anos cursava Direito na famosa instituição do Largo de São Francisco. Passou a traduzir Byron e Shakespeare, escrevendo seus textos ao longo da jornada acadêmica.

E a saudade da família que ficara no Rio de Janeiro, significou o mote para a inundação na tristeza que coordenou seus escritos iniciais e parece que nunca abandonou o autor, até sua morte precoce aos 20 anos, vítima de doenças pulmonares. Uma espécie de epitáfio ou réquiem, o poema *Se Eu Morresse Amanhã*, constitui um marco da explosão romântica, que é nutrida pela incompletude da vida que devora, e a atração vinculativa, que não permite um desate simples: *Se eu morresse amanhã, viria ao menos / Fechar meus olhos minha triste irmã; / Minha mãe de saudades morreria / Se eu morresse amanhã!*

/ Quanta glória pressinto em meu futuro! / Que aurora de porvir e que amanhã! / Eu perderei chorando essas coroas / Se eu morresse amanhã!

E na revelação do outro é que o amor romântico poético contrasta com a limitação das dores de alma e vida, para fornecer os subsídios que pavimentam o belo e o conforto para o ser amado, trazendo como consequência a realização de quem ama. Donatários ambos, para compensar a existência dos desejos. No poema *Meu Desejo*, Álvares enumera sua disposição de oferta a quem ama: *Meu desejo? era ser a luva branca / Que essa tua gentil mãozinha aperta: / A camélia que murcha no teu seio, / O anjo que por te ver do céu deserta.... / Meu desejo? era ser o sapatinho / Que teu mimoso pé no baile encerra.... / A esperança que sonhas no futuro, / As saudades que tens aqui na terra.... / Meu desejo? era ser o cortinado / Que não conta os mistérios do teu leito; / Era de teu colar de negra seda / Ser a cruz com que dormes sobre o peito.*

Lira dos Vinte Anos, publicada em 1853, obra póstuma do autor é, possivelmente, seu livro mais conhecido. Álvares de Azevedo entona o cântico poético dos amores, que ao mesmo tempo reflete o desejo carnal e idealiza a mulher como anjo. Essa observação pode ser anotada no poema *Por mim?* - quando o poeta coloca em dúvida se a mulher amada teria suspirado por ele: *Teus negros olhos uma vez fitando / Senti que luz mais branda os acendia, / Pálida de langor, eu vi, te olhando, / Mulher do meu amor, meu serafim, / Esse amor que em teus olhos refletia... / Talvez! — era por mim?*

E a morte, tema recorrente de Álvares, também se faz presente em *Lira dos Vinte Anos*, com a frustração da dúvida originária do amor não vivido. Lembrança de morrer é uma das mais magníficas construções poéticas brasileiras, que não pode faltar em aula ou boa prosa sobre literatura: *Quando em meu peito rebentar-se a fibra, / Que o espírito enlaça à dor vivente, / Não derramem por mim nem uma lágrima / Em pálpebra demente. (...) Se uma lágrima as pálpebras me inunda, / Se um suspiro nos seios treme ainda, / É pela virgem que sonhei!... que nunca / Aos lábios me encostou a face linda!*

Na prosa, Álvares de Azevedo deixou-nos *Noite na Taverna*, uma nova formatação que se aproxima da versão moderna do romantismo, com mistura do plano real e fenomenal fantástico; multiplicidade de narradores e uma variação de episódios e temas, abrindo-se o vácuo da vastidão. Há corrupção, flagelo, excludente de ilicitude



Caricatura de Álvares de Azevedo, do desenhista Lula Palomanes, reproduzida da Internet

de estado de necessidade, sentimentos reputados vis e expostos sob uma condição humana captura por elementos sobrenaturais, enfim, estórias e histórias horripilantes que surgem contadas no ambiente de uma taverna. Mais uma vez, a dúvida encontra o afago de não se saber certeza, como parece que ter cuidado de apreender e libertar toda a esfera existencial e criativa de Álvares de Azevedo.

Amaury Silva é Juiz de Direito, professor da Faculdade de Direito Vale do Rio Doce e aficionado do universo literário.



Parabéns

UNIVALE!

MEDICINA VETERINÁRIA conquistou

NOTA MÁXIMA NO MEC

Nós, da Diretoria Executiva da Cooperativa Agropecuária Vale do Rio Doce, parabenizamos a Universidade Vale do Rio Doce e sua mantenedora Fundação Percival Farquhar pela marca histórica alcançada em seu curso de Medicina Veterinária, a nota 5 no Ministério da Educação (MEC)!

Somos conhecedores das batalhas travadas para que a implementação do curso fosse concretizada. Acompanhamos de perto o desabrochar dessa iniciativa e temos a honra de ter participado ativamente dela. O início de tudo pode ter sido dispendioso, mas a nota 5 coroou a essência dessa respeitada universidade: o pioneirismo, a dedicação incansável e a preocupação constante em inovar e possibilitar o desenvolvimento humano contínuo!

Cooperativa e Univale: Parceria que dá certo!





Fagner Coelho

GENTE DE SUCESSO

Luxurius New Era Exuberante como você nunca viu!

A coluna Gente de Sucesso tem a honra de mostrar o sucesso da lindíssima empreendedora Day Cangussú. Uma nova era se inicia na marca autoral de moda festa Luxurius, fundada e dirigida por Day Cangussú. Após um longo período de estratégias, definições de conceitos, valores, atributos e propósitos, a marca está prontíssima para abrir as portas do Ateliê projetado pelo arquiteto Caio Bastos, que inseriu na arquitetura da nova loja referências de moda da própria marca Luxurius, trazendo um ateliê com arquitetura inovadora e conceitual — algo antes nunca visto na cidade, exibindo ao público o resultado do rebranding conduzido pela publicitária Aminy Gusmão, com redesign da identidade visual assinado pelo designer Halisson Pablo.

A Luxurius acredita que toda mulher é digna de se sentir uma estrela de Hollywood. Por isso, Day decidiu fazer um coquetel de relançamento com o tema “RED CARPET”. Trata-se de um evento exclusivo para clientes, que será realizado no próprio ateliê, no próximo dia 14 de setembro.

Nessa ocasião, Day apresentará a nova marca, o novo espaço e, é claro, a nova coleção, com desfile de modelos que serão produzidas pelo Studio Rafael Cezary - Cabelo e Maquiagem. As convidadas, ainda, ficarão sabendo em primeira mão do projeto de responsabilidade social da marca, que dialoga diretamente com o propósito de “despertar a exuberância que há em cada mulher”.

“Queremos construir um futuro onde a moda fashion festa seja mais inclusiva. Não importa como minha cliente chega até a Luxurius. Para mim e para a minha equipe, o importante é como ela sai. Trabalhamos fortemente a palavra ‘exuberância’, que é um

dos principais pilares da nova marca”, afirma Day Cangussú.

Pode-se adiantar que o “R” ao contrário, no logotipo, indica que a marca anda na contramão da mesmice do comércio convencional.

Confira a narrativa da Luxurius O que há em comum entre você e as estrelas de Hollywood, que desfilam em red carpets mundo afora? Vale a reflexão:

Uma estrela de Hollywood lida com questões pessoais, assim como você; uma estrela de Hollywood tem inseguranças, bem como você; uma estrela de Hollywood passa por momentos delicados, e você também. Somos todas mulheres em busca de realizar desejos. Desejos realizados requerem comemorações especiais. Comemorações especiais pedem looks mulher”.

Uma mulher exala exuberância por meio de um andar confiante, um olhar marcante e um belo sorriso. É impossível se sentir especial com um salto desconfortável, um vestido apertado, ou uma maquiagem que não ressalta sua beleza. Que nos perdoem as básicas, mas, para nós, exuberância é fundamental!

Luxurius Brand — sinta-se singularmente exuberante! Nós, do Jornal da Cidade, estamos lisonjeados pela credibilidade do nosso trabalho, e por nos escolher para falar um pouquinho da sua história nessa caminhada de sucesso. Desejamos que sua marca registrada seja sempre essa elegância da moda, sofisticada e com alto estilo.

Continue praticando infinitamente a mistura da conduta do bem e do atendimento de excelência. Sucesso, cada vez mais, à Day Cangussú Luxurius. **Fagner Coelho é jornalista e escritora.**



Day Cangussú fundou a Luxurius acreditando que toda mulher é digna de se sentir uma estrela



Day Cangussú quer construir um futuro onde a moda fashion festa seja mais inclusiva



Aniversários

Ontem foi aniversário do Emerson Francisco Vicente. Amanhã aniversaria o administrador atuante na Azul, Maurício Serpa e na terça-feira o Ricardo Ferreira. Parabéns!

Coluna
FERNANDO E ANINHA
GRACIOLLI



Somos Fernando e Aninha Graciolli. Temos 36 anos de casados. Atuamos nos segmentos educacional e de calçados, amamos a nossa família e essa cidade maravilhosa. Fernando atuou em diversos jornais e é Mestre em Inovação e Gestão Empreendedora. Aninha é pós-graduada em Docência do Ensino Superior e digital influencer. Gostamos de estar com a família e amigos, viajar, festas, restaurantes e botecos. Contamos com a colaboração de vocês para tornar ainda melhor este espaço. Não coloque limites em seus sonhos, coloque fé! Contatos: @aninhagraciolli @colunasocialnoticias



Completando 25 anos de casados, Bodas de Prata. Parabéns ao casal amigo, reitora da Univale Lissandra Rocha e o administrador Ernani Soares Rocha.



Turma do vôlei no Arena CS23, entre eles Teddy Willianns, que comemora seu aniversário na terça-feira!



Vem aí, GV Fashion Tour, evento que ficará na história da cidade e esses são os organizadores. Na foto estão: Jaqueline Andrade, Mayara Zavagli, Américo Miranda, Camila Bretas e no centro da foto, a embaixadora do evento, Sinara Neves.



Dr. Felipe Salmen, especialista em transplante capilar, transplante de barba e sobrancelha, além de tratamentos clínicos avançados. Em breve inaugura nova clínica. Sucesso!



Completando 15 anos de casados, Wanessa Zambom e Leonardo Gomes. Parabéns ao casal!



Raycleiner Kaiser mudou o visual e ficou ainda mais bonita.



Hoje é aniversário do assessor político e criador de conteúdo digital Bruno Ferreira Santos. Parabéns!



Essa foto é para você que tem receio da faceta em resina. Olha o trabalho da Dra Karyne Oliveira!



Os queridos primos Marquinho Lima, que atua com corretagem de imóveis, e seu irmão, jornalista Tim Lima, ladeando a mãe Marilene Cunha Lima. Marquinho aniversariou na última sexta-feira.



SOCIEDADE

JÚLIO AVELAR



luciolamedicina.com.br @@luciolamedicina

f/Lucciola-Medicina in br.linkedin.com/

Rua Quatorze, 275 - Ilha dos Araújo 33 3278.3534 98813.0254

BRITO PRÉ-CANDIDATO A PREFEITO DE GV I

Na manhã da última sexta-feira, quem me liga é o ex-Vice-Prefeito e ex-vereador de GV City Geremias Brito. Conversa vai e conversa vem, Brito disse que está pensando em ser pré-candidato a eleição municipal do ano que vem. Não disse a que, se a prefeito ou a vereador. No entanto, deixou bem claro que não acredita na reeleição de pelo menos 70% dos atuais vereadores e que está aí para compor no que for melhor para a cidade.

BRITO PRÉ-CANDIDATO A PREFEITO DE GV II

No entanto, Brito que já provou amargamente ser vice, e foi vice-prefeito de Elisa Costa no seu primeiro mandato e o grupo do PT, à época, não deixava ele fazer nada, apenas com um gabinete no 4º andar e 2 assessores e pronto. Mas ele chegou, inclusive, ser ativo como Secretário Municipal do Meio Ambiente. Na conversa com esse colunista que nunca deixou de ser político, Brito deixou transparecer que pode compor numa chapa de novo, a ser vice ou quem sabe a prefeito, nunca com a esquerda.

BRITO AINDA NO PDT

Geremias Brito está ainda no PDT, mas se considera desconfortável na legenda da qual é o primeiro suplente de Paulinho Costa ou Kátia Reis. Brito foi até bem votado nas últimas eleições, passou dos 1.400 votos, mas não se elegeu. Os mais chegados a ele dizem que ele não se sente muito à vontade numa composição com Paulinho Costa e deve deixar o partido até o final do ano.

PAULINHO NO PSDB

Os mais íntimos do vereador Paulinho Costa juram de pés juntos que ele deixa o PDT já, já. Há quem também encavale os dedos e jure que Paulinho quer o PSDB de Bonifácio Mourão. Mourão, já foi prefeito duas vezes, deputado estadual três vezes por GV City, e embora não seja candidato à Prefeito, tem prestígio e voto no eleitorado valadarense, porque foi um bom administrador, tocador de grandes obras que ninguém mais o superou.

PAULINHO NO PL

Ainda tem alguns que garantem que Paulinho pode até ir para o PL do deputado estadual Coronel Sandro, que por sua vez, deve ser o pré-candidato natural a Prefeito de GV City. Em conversa com este colunista, que recebeu o convite para ir para o PL, Cel. Sandro garantiu democracia no partido e se o grupo achar outro nome forte para a disputa ele cede e apoia.

GRANDE PERDA I

Faleceu neste início de setembro o ambientalista muito querido por todos,

Gilson Essenfelder, que nunca foi aproveitado por político para a área do meio ambiente, até porque ele sempre foi muito rígido nesta área e não assinaria qualquer documento e nunca aceitaria ser pau mandado como muito os são. Gilson criou uma grande chácara na Ilha Brava com a maior plantação de palmeiras de toda parte do Brasil e algumas especiais raras do mundo. Cara fechada, meio que emburrado, era de uma gentileza e de um coração de ouro.

GRANDE PERDA II

Esta semana que finda, a última da tradicional Família Perim, de Alegre no Espírito Santo, em Governador Valadares, dona Ruty também nos deixou. A vimos com muita saúde no velório do seu irmão Benito, há pouco mais de um mês. Também a cidade perdeu no final de agosto, Fernando Coelho, o "Nandão do Vôlei", figura tradicional do esporte de nossa cidade, um apaixonado e que levou o nome da cidade Brasil a fora por muito tempo nos anos 80 e 90. Também num trágico acontecimento tirou a vida de Fernando Pimenta Metzker Junior filho do casal amigo Fernando Pimenta Metzker e Conceição.

UNIÃO BRASIL COM ISÁ E SEM AZAR!

Foi o próprio Cabo Isa (já reformado na Polícia Militar) que me disse que está formando uma chapa especial para disputar as vagas das 21 cadeiras no Legislativo Valadarense no ano que vem. Isá garante que daqui pra frente não vai dar azar, é o Presidente ainda, que por enquanto, do Partido União Brasil e já levou para o lado dele o maleável Walber, que já foi assessor parlamentar do ex-vereador Chiquinho do Santa Rita e do atual Paulinho Costa.

EITA DIREITA!

A direita brasileira tá que tá. Mandou nas redes sociais que os brasileiros ficassem em casa no 7 de Setembro. E até os 60 milhões que votaram no Presidente Lula ficaram em casa. Em Brasília, então, foi um fiasco a presença pública.

ESGOTO A CÉU ABERTO, ALÔ, MINISTÉRIO PÚBLICO!

Na Avenida Bela Vista com a Rua Xavante, no Bairro Bela Vista, em GV City, os moradores já não sabem o que fazer e como convencer os responsáveis pelo esgoto a céu aberto, e dar um jeito na "porcariada" que está neste trecho. A diretora da Creche João Domingos Fassarella já esteve pessoalmente conversando com o pessoal do SAAE e há três meses, nada de estancar esse esgoto que está deixando as crianças e moradores em estado febril de saúde. Alô, Promotor Público Dr. Randal Bianchini, o senhor é autoridade no assunto, valadarense nato e... Ajuda aí!



Carolina Bicalho de Avelar, excelente veterinária



Formatura do Primeiro Semestre de 2023, Faculdade Pitágoras Anhanguera de GV. Formando em Engenharia Elétrica, Rafael de Melo Tintori, filho de Hercílio Tintori e Irene de Souza Tintori



Ângela Barroso, fazendeira, elegante e sempre sorrindo



Luciana Vieira enfeitando a coluna

Dicas de almoço, hoje!

Por ser domingo, a Panificadora "Bom Pão Mineiro", da Avenida Lisboa, 38, do Grã-Duquesa, fica aberta até as 12h, com pães frescos e uma infinidade de doces, bolos e salgados. **Hoje, para almoço, estão abertos até as 14h, o "Lagoa Grill", da minha amiga Janaína Silva, com um frango assado delicioso, ambos na Avenida José Ivair Ferreira Matos, no bairro Santo Agostinho.** Tem o delicioso salpicão, tropeiro, batatas fritas, torresmo no "Galeto Frango Assado", do Silvinho, na Rua Leonardo Cristino, que faz entrega. **Temos no "Sabor Mineiro", que fica na Avenida Minas Gerais em frente à rotatória para o bairro Grã-Duquesa: frango assado, pratos deliciosos, um empadão de dar água na boca, atende por telefone e também pelo ifood.** Neste mesmo endereço, temos o "Bar Santa Fé", com os melhores tira-gostos que você precisa saborear, esse, aberto de manhã até à noite. **À noite, a dica e saborear aquele peito de franco clic no "Splash", que atende por telefone 3021-1176 e fica a Avenida Rio Doce ao lado da Igreja Batista Moriá.** E saborear as pizzas deliciosas da "Pizzaria Bonanza", que atende ifood e pelo telefone 3275-3717 e agora está instalada nas ruas Afonso Pena com Pedro II. **E de segunda a sábado, o "Restaurante Bom Paladar", nas avenidas Veneza com Itália, tem comida caseira de qualidade, faz entrega e encomenda de marmitas mensais.**

Boa "semana para todos e estamos de segunda a sexta das 11h às 12h10m na TV Rio Doce ao vivo Programa Júlio Avelar", transmissão também ao vivo pelo nosso facebook "Julio Tebas De Avelar". Fale com a gente no Instagram: @juliotebasdeavelar e no WhatsApp 33 99989-9200.



“ Não existe uma maneira certa de se identificar alguém em uma crise suicida, mas detectar estes avisos pode ser a diferença entre a vida e a morte. Lembre-se de que, especialmente se muitos deles aparecerem ao mesmo tempo, você pode conversar com a pessoa sobre suicídio, o que pode ajudar.

SUICÍDIO NÃO É ESCOLHA

Setembro Amarelo é uma campanha que busca trazer o diálogo e prevenir o suicídio. 90% dos suicídios poderiam ser evitados com ajuda psicológica e médica. A maioria deles é causada por doenças mentais que não são aproximadamente 60% das pessoas que morrem por suicídio não buscavam ajuda.

Existem certos fatores de risco que aumentam as chances de alguém apresentar pensamentos e tentativas suicidas. São eles:

- Tentativas anteriores;
- Abuso de substâncias;
- Ter entre 15 e 35 anos ou mais de 75 anos;
- Histórico de suicídio familiar;
- Falta de vínculos sociais e familiares;
- Doenças terminais ou incapacitantes;
- Desemprego;
- Declínio social;
- Divórcio; Estresse continuado.

O que não fazer se alguém próximo tem pensamentos suicidas? NÃO Condenar

Não julgue a pessoa. Você não sabe pelo que ela está passando e ela está pedindo ajuda, portanto busque não decepcioná-la. Dizer que o suicídio é covardia ou fraqueza não é nem verdade, nem ajuda.

NÃO Banalizar

Lembre-se de que a maneira como sentimos as coisas é diferente para todo mundo. Aquilo que a pessoa com pensamentos suicidas está sentindo é só dela e se está levando-a a sentir-se daquela maneira, é porque é sério. Não banalize nenhum deles.

NÃO Dar opinião

Pensamentos suicidas não são questão de opinião. Dizer que é “falta de Deus” ou que a pessoa “quer chamar atenção” não ajuda, só piora.

NÃO Brigar

Os pensamentos suicidas são um sintoma e não uma escolha. Fazer a pessoa sentir-se culpada só piora a situação.

NÃO USAR Frases de incentivo

Dizer para a pessoa “pensar positivo” ou que “a vida é boa” não ajuda. A pessoa com pensamentos suicidas pode sentir-se ainda pior por não conseguir sentir-se melhor, achando que a culpa disso é dela, quando não é.

Como ajudar?

Caso perceba sinais de alerta de suicídio ou alguém próximo entre em contato para pedir ajuda, algumas coisas podem ajudar:

Escute .Encontre lugar apropriado e particular e escute o que a pessoa tem para falar. Deixe ela saber que você está lá para ouvir e apoiar e escute. Este não é o momento para oferecer soluções práticas, mas sim para escutar e estar lá pela pessoa, dando à ela a certeza de que ela não está sozinha.

Incentive-a a busca ajuda profissional

Abrir-se com alguém próximo é um primeiro passo importante, mas a ajuda profissional faz grande diferença e é onde é possível iniciar um tratamento. Ofereça-se para acompanhar a pessoa em uma consulta.

Mantenha o contato

Acompanhe a pessoa, mantenha o contato e fique por perto. Esteja lá para a pessoa e a apoie em sua doença e tratamento.

Em caso de crises

Se você acha que a pessoa está em perigo de se machucar no momento, entre em contato com profissionais de emergência e busque atendimento, ou

consulte um familiar da pessoa para que ela fique segura.

Sinais de alerta

Existe o mito de que a pessoa com pensamentos suicidas não dá sinais, mas isso não é verdade e aqueles próximos podem perceber. É extremamente raro que um suicídio ocorra sem sinais. Esta lista mostra alguns destes avisos, mas eles não devem ser considerados isoladamente.

Não existe uma maneira certa de se identificar alguém em uma crise suicida, mas detectar estes avisos pode ser a diferença entre a vida e a morte. Lembre-se de que, especialmente se muitos deles aparecerem ao mesmo tempo, você pode conversar com a pessoa sobre suicídio, o que pode ajudar.

Existem alguns mitos sobre o tema que atrapalham os profissionais de saúde e aumentam os riscos de pessoas com pensamentos suicidas ficarem sem ajuda. Ter estas coisas em mente pode ajudar você a saber quais mitos sobre o suicídio podem ser prejudiciais:

Quem ameaça não faz

Normalmente as pessoas não se suicidam sem aviso. Elas comunicam sua intenção antes do ato, às vezes em tom de brincadeira, às vezes falando sério, mas raramente sem aviso. Portanto é importante perceber que ameaças de suicídio podem ser sérias.

Suicidas não procuram ajuda

Pessoas com pensamentos suicidas procuram sim por ajuda. Acabar com a própria vida é uma medida desesperada, quando a pessoa acredita estar sem opção para acabar com seu sofrimento.

Sobreviventes de suicídio estão a salvo

Pelo contrário, as chances de alguém tentar suicídio depois de uma tentativa frustrada são maiores do que antes. A recuperação de uma tentativa de suicídio é um momento em que se deve prestar atenção no paciente.

Não se deve falar de suicídio

Pelo contrário, falar de suicídio é o ideal. Conversar com alguém que tem pensamentos suicidas sobre o ato não irá fazer com que a pessoa se mate, mas abrir espaço para diálogo e informações que podem fazer toda a diferença e salvar uma vida.

Não há como impedir

Há como impedir, em qualquer momento. Mesmo que a decisão já tenha sido tomada pela pessoa que sofre. Sempre há como impedir e sempre existe tratamento possível para aliviar o sofrimento psicológico.

Quem planeja se matar quer se matar

Quem planeja um suicídio não quer acabar com a própria vida, mas sim com a dor e o sofrimento que faz com que estes pensamentos surjam. Ninguém deseja acabar com a vida simplesmente porque não quer mais ela.

Melhora de humor significa desistência de suicídio

Como já falamos em sinais de alerta, uma melhora significativa e repentina de humor pode ser um sinal de que a pessoa tomou a decisão de acabar com a própria vida. O conflito parece resolvido e isso dá sensação de alívio para a pessoa, portanto é importante buscar ajuda.

Quem se suicida é fraco

Este é um dos mitos sobre suicídio mais problemáticos, especialmente porque ajuda a alimentar a ideia de que doenças psicológicas não são doenças. O suicida é alguém que sofre muito e não consegue enxergar esperanças. Não tem nada a ver com força ou fraqueza e dizer isso só piora.

A grande maioria das mortes por suicídios podem ser evitadas e o diálogo sobre o assunto é o melhor jeito de fazer isso. Se você ou alguém que você conhece possui pensamentos suicidas, incentive a procurar ajuda.

INDICADOR PROFISSIONAL

IMPLANTE DENTÁRIO Dr. Francisco Loures

- Implantes de última geração
- Implantes de carga imediata
- Prótese sobre implantes de porcelana
- Prótese total retida por implantes (dentadura)
- Protocolo BRANEMARK
- Enxerto ósseo em bloco parafusado
- Regeneração óssea guiada
- Cirurgia para elevação de seio maxilar
- Credenciado para uso de osso do banco de tecidos músculo-esquelético

Rua Barão do Rio Branco, 136 - Centro - 33 3271-5715 / 3277-9778

Arthur de Paula Alves Barbosa
OAB-MG 119.515

João Batista Filho
OAB-MG 133.689

José Barbosa Neto Fonseca Suett
OAB-MG 51.250

Lucas Pereira Cunha
OAB-MG 113.199

Advocacia Empresarial e Compliance Trabalhista e Contratual

TEL: 33 3277-1516 | 99958-1516
www.barbosaecunha.com.br | cunha@barbosaecunha.com.br

RUA ISRAEL PINHEIRO, Nº 4316, B LOURDES, GOV. VALADARES - MG | CEP: 35032-180

Implantes - Próteses - Estética

DRA. AMANDA MENDES
CRO-MG 47.748

DRA. ELIZETE MENDES
CRO-MG 13.266

Cuide do seu sorriso com a nossa família.

(33) 99708-5184
Avenida Lisboa, 693, Grã Duquesa

JK Móveis

Semi-Novos e Novos
COMPRA-VENDA E TROCA

Joaquim
(33) 3275-8152 (33) 99831-9354

Aceitamos cartões: VISA

Cômoda JL 100% MDP
R\$ 390,00 a vista/dinheiro/pix
no cartão R\$ 460,00

Cômoda Munique 100% MDF Corrediça telescópica
R\$ 490,00 a vista/dinheiro/pix
no cartão R\$ 570,00

Av. Jk, 2135 (em frente ao Coelho Diniz) - Gov. Valadares - MG

PRONTA ENTREGA “TUDO NOVO”

Cômoda de R\$ 250,00

Colchão Solteiro R\$ 220,00 (33) 3021-2195

Armário R\$ 380,00 (33) 3275-8152

Cama Box Solteiro R\$ 390,00 (33) 99103681

Casal R\$ 590,00 (33) 99319354

Multi-Usos R\$ 340,00

Baby Cascão e Cestinha para Sorvete

Só aqui você encontra fresquinha e de qualidade.

33 9 9946.4505
33 9 9806.1962

www.jornaldacidadegv.com.br

QUANDO O ASSUNTO FOR SEGURANÇA, PODE CONTAR COM A GENTE.

- CONTROLE DE ACESSO
- BRIGADISTA PROFISSIONAL CADASTRADO
- PORTEIROS
- VIGIAS

(33) 99939-6033 @joadsonacjr

Joadson Caciano
Pós-Graduado em Gestão de Segurança Pública e Privada

TE SERVIR É A NOSSA MISSÃO.



DEM DO CAMPO COM
Gi Xavier

“Os humanos não podem consumir leite de vaca!” Fato ou desinformação?

Com o turbilhão de informações que recebemos hoje em dia, muito se diz sobre tudo a todo o tempo. Você já deve ter ouvido falar que o leite é inflamatório, que tem hormônios, causa doenças, que os humanos não devem consumi-lo, dentre tantos outros absurdos. Mas, será que isso é uma verdade? Procuramos quem entende do assunto para nos esclarecer essas dúvidas.

Conversamos com a pesquisadora Dra. Milena de Oliveira Simões (CRN9: 30846) que é mestre e doutora pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), nutricionista pela Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), atuante na área de Nutrição Clínica com ênfase em Emagrecimento e Hipertrofia e docente nos cursos de graduação em Nutrição e Medicina da Universidade Vale do Rio Doce (Univale).

Segundo Dra. Milena “diversos estudos demonstram os benefícios do leite independentemente da fase de vida do ser humano. O leite e seus derivados contribuem para o fornecimento de macros e micronutrientes, em especial na infância, onde o crescimento da massa óssea está em fase crítica. Ainda na infância sua ingestão está associada a redução do risco de obesidade infantil. Além disso, uma boa ingestão de cálcio desde cedo é uma forma importante para prevenção da perda óssea na fase sênior, que pode resultar em osteoporose. E quando o assunto é ingestão de cálcio, a bebida e seus derivados ainda são algumas das fontes mais importantes do nutriente”.

Uma das polêmicas dos últimos dias que deu burburinho na internet são os boatos que humanos adultos não devem consumir leite. Porém, Dra. Milena nos explica que em adultos, estudos demonstram que a ingestão de produtos lácteos melhora a composição corporal e facilita a perda de peso durante a restrição energética. Associam também, seu consumo com fatores protetores contra doenças como sobrepeso, obesidade, diabetes tipo 2, câncer, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares.

Ainda segundo a doutora, apesar de, “atualmente, tentarem culpar o leite por diversos sinais e sintomas negativos a manutenção da saúde e do bem-estar, não existe fato baseado na ciência de que o mesmo pode causar algum risco à saúde do ser humano, exceto em algumas condições clínicas específicas como intolerância à lactose ou alergia as proteínas do leite de vaca. O leite e seus derivados, de acordo com as diretrizes nutricionais existentes, podem ser benéficos em todas as idades. É importante ressaltar ainda, que todos os benefícios citados à cima, foram comprovados por meios de estudos de alta qualidade metodológica e rigor científico.”

Deste modo, ela reforça que, profissionais éticos, não usam de “terrorismo nutricional” e sim atuam com responsabilidade e uma nutrição baseada em evidências científicas.

Por fim, podemos tomar nosso leite de todo dia tranquilamente, que seu consumo e/ou de seus derivados são importantes e fazem parte de uma alimentação variada e rica em nutrientes.

Confira a entrevista em vídeo com a Dra. Milena, detalhando as Fake News sobre o leite, e ainda com várias dicas de consumo no nosso Instagram @jornaldacidadegv.



Arquivo Pessoal



Diversos estudos demonstram os benefícios do leite independentemente da fase de vida do ser humano. O leite e seus derivados contribuem para o fornecimento de macros e micronutrientes, em especial na infância, onde o crescimento da massa óssea está em fase crítica.

Dra. Milena de Oliveira Simões



Reprodução da Internet

Na foto ao lado, a Dra. Milena de Oliveira Simões, que fala sobre os benefícios do consumo do leite, ilustrado acima

Quantidade de consumo diário de leite para uma dieta saudável de um adulto:

FONTE	QUANTIDADE POR PORÇÃO 200 A 240ML
Guia Alimentar para a População Brasileira – Ministério da Saúde (2006 - 2014)	3 porções por dia
Dietary Guidelines for Americans 2020-2025	2 porções por dia
Harvard University (2011)	1 a 2 porções por dia

Observações:

- Apesar do consumo de leite e derivados serem recomendados também em guias internacionais, para os brasileiros, recomenda-se seguir o “Guia Alimentar para a População Brasileira”. A Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO) recomendam há mais de 20 anos que cada país elabore guias alimentares baseados em alimentos de acordo com sua cultura, clima, vegetação, condições sociais etc. Esses guias devem, em última instância, orientar e estimular as pessoas a adotarem estilos de vida mais saudáveis e a fazerem escolhas alimentares mais adequadas.
- Mundialmente, a maioria dos estudos, recomendam que o leite de vaca não seja incluído na alimentação antes dos 12 meses de idade.



ACHADOS

As influencers e empresárias Aline Estevam e Adriana Almeida movimentam a semana com mais uma edição do Bazar de Achados no Filadélfia, dias 15, 16 e 17 de setembro. Apesar de julho ter sido marcado por uma queda de 4,3% nas vendas do varejo, os economistas acreditam que com o lançamento do Desenrola Brasil, já na segunda quinzena do mês vai garantir reflexos positivos no futuro, e o jogo deve virar. Pensando nisso, as meninas não perdem tempo e estão realizando um evento que ajuda quem precisa vender e, atrai quem quer comprar pelo menor preço.

MENOR PREÇO

Segundo as influencers a ordem é dar descontos. Elas querem que os consumidores vivam uma experiência positiva e apostam em descontos de até 70%, sem essa de aumentar antes para diminuir depois. O evento também tem compromisso social, já que vai pedir um litro de eventos para entrar e vai doar tudo para o Abrigo Esperança. Nessa linha de ajudar a comunidade onde elas estão inseridas, as meninas já começam a doação em 500 litros de leite que elas mesmo vão doar. Então quem for não pode fazer feio, tem que levar um litro de leite.

POSSIBILIDADES E PARCERIAS, E DAÍ?

A UFJF fez um evento na sede da Ardoce e convidou prefeitos de toda região, para apresentar atuação por meio do Campus Governador

Valadares, o que pode resultar em possíveis parcerias com os municípios, já que ele quer integração com a região. Dos associados da Ardoce estiveram presentes Raimundo Penaforte, de Itanhomi e Presidente da Ardoce, Rafael França, de Alpercata, Aroldo Miranda, de Capitão Andrade e Juarez da Silva, de Galileia. Dá pra acreditar, que de toda região só esses prefeitos participaram? Inacreditável o nível dos gestores que temos, devido a importância dada a um evento como esse. Fica a ideia de que para os prefeitos da região possibilidades e parcerias não são importantes.

BOM SENSO

A etiqueta exige bom senso na hora de escolher o compromisso a cumprir, diante de uma agenda dupla. Fiquei pensando, tirando um encontro com o Governador ou com o Presidente, o evento da UFJF deveria estar no topo das prioridades, se o foco dos gestores forem os cidadãos que os elegeram. Mas, não parece, nem ser prioridade e nem ser o foco. Por lá estiveram também o deputado Leonardo Monteiro e o vereador Jamir Calili. Senhores, conscientizem seus prefeitos da importância dessa entidade que é a Universidade Federal de Juiz de Fora e do poder de fogo dela.

ENFIM

Eu já falei aqui, várias vezes, que sou a favor do estacionamento Rotativo Zona Azul, que precisa voltar, e já falei que a Afonso Pena precisava expulsar ônibus e caminhões das vagas de estacionamento para fazer o trânsito fluir. Pois, o governo municipal fez melhor, acabou com o estacionamento a direta, na parte mais crítica da Afonso Pena e eu bato palmas. Mas, sinto informar que, os motoristas só vão respeitar quando começarem as multas. Nem faixa nem sinalização adianta. A semana toda tinha gente estacionada e nem aí pras mudanças. Mas, de qualquer forma a iniciativa foi muito boa.

ENQUANTO ISSO

Se você ainda não ouviu o Podcast Alexandre, produzido por Thais Bilenky com a trovão Mídia e a Revista Piauí, corre no seu tocador predileto e ouça... Sexta, pós-feriado, o setor de saúde estava as moscas. Quase ninguém nos consultórios, mas gente chegando e sendo a tendido na hora. Acreditem, meu médico não atrasou, sai de lá e fui ao consultório do Farid e consegui fazer um ultrassom na hora e sem marcar e o Carlos Chagas estava uma benção. Quem foi atrás e atendimento, onde abriu, se deu bem... Em tempo, o comércio de Valadares precisa pensar mais na jornada do cliente e garantir experiências melhores para quem faz a opção de compra pelo seu estabelecimento... O Cid quer delatar e o Xandão validou a delação. Aliás foi uma semana tensa no STF, porque nem eu acreditei na decisão do Tofolli declara provas da Odebrecht impréstáveis e na sequência manda investigar criminalmente procuradores da Lava Jato. Sei que tem muita coisa errada lá, mas estamos indo num caminho que pode nos levar a um buraco ainda maior do que já estamos... Em Valadares o Setembro Amarelo é marcado por várias palestras do Grupo de apoio a enlutados por Suicídio, o Gaes/GV em escolas e instituições públicas e particulares. Prevenção é tudo, porque a vida é sempre a melhor escolha... O Governo precisa dar um jeito na gestão do Fies. Universidades e Alunos não estão suportando erros, taxas e recorrência de programa fora do ar, além dos atrasos... Jackson Lemos deixou a Secretaria de Planejamento... Os que já se consideram pré-candidatos na corrida eleitoral para a Prefeitura e Valadares já estão em movimento e equipes já estão sendo montadas... Aproveite o domingo e uma ótima semana, com ótimos negócios.

#Vacinese #usealcoolgel #cuidedequemvoceama #cuidese #sejagente #valorizesuasaudemental #democrasiempre #vivademocracia #hostilidade #fakenewsnao

Valéria Alves é jornalista com 30 anos de profissão e proprietária da Óbvio Comunicação Integrada, empresa com 24 anos de mercado. Comunicóloga com graduação em Jornalismo e Publicidade & Propaganda (2001), Mestre em Gestão Integrada do Território (2020) pela Univale. Contato: valves@obvioci.com.br



A busca por alternativas para evitar perdas com abacates que não atendiam aos padrões do mercado fez com que José Carlos investisse em uma agroindústria familiar para o processamento da fruta

Agroindústria familiar de São Sebastião do Paraíso investe em linha de produtos derivados do abacate

AGÊNCIA MINAS

O engenheiro agrônomo e produtor rural José Carlos Gonçalves, do município de São Sebastião do Paraíso, no Sudoeste mineiro, foi além no uso das tecnologias desenvolvidas pela Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais (Epamig). Aproveitando o trabalho pioneiro realizado pela empresa na extração do azeite de oliva, ele decidiu aproveitar o conhecimento para produção do óleo de abacate e investiu em uma linha de cosméticos à base do ingrediente.

A busca por alternativas para evitar perdas com abacates que não atendiam aos padrões do mercado fez com que José Carlos investisse em uma agroindústria familiar para o processamento da fruta. “Esses frutos, que não eram impróprios para o consumo, mas que possuíam alguma característica que não agradava aos revendedores e consumidores, chegavam a representar 20% do que era colhido”, relembra.

Disposto a se dedicar à cultura, após a aposentadoria, e de volta a sua cidade natal, São Sebastião do Paraíso, o agricultor buscou opções para aproveitar ao máximo a produção que iniciou na década de 1980 em Cajuru, no estado de São Paulo, e que, posteriormente, expandiu para suas propriedades em Minas Gerais.

“Há uns dez anos, eu soube que a Epamig estava realizando extração de azeite de oliva, em Maria da Fé, e que o método de centrifugação poderia ser usado também para a extração do óleo de abacate. Entrei em contato com eles, peguei 12 caixas de abacate (seis da variedade Margarida e seis da variedade Breda), coloquei na caminhonete e fui até lá. Fiquei lá por dois ou três dias e obtivemos o azeite, daí eu falei vamos em frente”, conta.

Produção do azeite

Pioneira na extração de azeite de oliva extravirgem no Brasil, a Epamig começou a testar a extração do abacate pelo método de centrifugação para garantir o uso do maquinário em períodos de entressafra da oliveira. A colheita de azeitonas se concentra entre os meses de janeiro e abril.

Carlos Alberto Gonçalves, filho de José Carlos, afirma que esse contato inicial foi fundamental na fase de implementação do projeto. “A Epamig foi uma grande parceira nossa no desenvolvimento da tecnologia. Essa é uma troca de experiências muito válida, na qual a instituição disponibiliza o conhecimento, que ajuda a gente a se desenvolver. Atualmente, caminhamos com as próprias pernas, mas somos muito gratos à Epamig pelo que fizeram e fazem por nós produtores rurais”.

Para a diretora-presidente da Epamig, Nilda Soares, possibilitar

o surgimento e a estruturação de novas cadeias produtivas faz parte da missão da empresa. “A proposição de soluções e inovações tecnológicas é parte do trabalho da Epamig. Estamos aqui para atender às demandas do produtor e da extensão rural, de modo a contribuir para o desenvolvimento agropecuário de Minas Gerais. Na cadeia produtiva do azeite de oliva, oferecemos tecnologias do cultivo à disponibilização do produto aos consumidores e também alternativas para a entressafra, como é caso do azeite de abacate”.

Agroindústria e empreendedorismo

Carlos Alberto Gonçalves lembra que o começo da empresa Flor do Abacate não foi fácil. “A gente queria fazer um lagar (ambiente e conjunto de máquinas que fazem extração) industrial, mas não havia muitas informações. Mesmo a Epamig tinha, à época, uma extratora de pequeno porte. Não tínhamos de quem copiar. Fizemos contato com uma marca italiana especializada nesses equipamentos, mas os custos para a implantação da agroindústria eram inviáveis, cerca três milhões de euros”.

A decisão, então, foi realizar um projeto próprio. “Contratamos um engenheiro químico e um engenheiro civil para a implantação do projeto físico e fomos aos poucos comprando o maquinário, despoldadora de uma indústria, centrífuga de outra, equipamentos de inox usados, tanques e trocadores. Fomos descobrindo o processo no caminho”.

A obtenção do azeite também teve percalços. “Não foi algo que deu certo no início. O abacate tem uma propriedade que amarga quando a temperatura sobe durante a extração. Temos que manter a temperatura ambiente. Hoje temos um processo que ainda demanda melhorias, mas que nos permite levar bons resultados para a mesa do consumidor”, afirma.

O azeite foi o primeiro de uma linha de produtos derivados que busca aproveitar ao máximo as potencialidades do abacate. “A gente realmente agrega valor quando pega um abacate e transforma em azeite, mas isso não é suficiente para manter uma indústria desse porte. Hoje temos um negócio que é altamente sustentável, a gente não perde nada. Temos a produção de cosméticos com o azeite de abacate e, recentemente, inauguramos uma fábrica de sabonete e xampu sólido. A lenha da caldeira vem do abacate e do café. Temos energia fotovoltaica que supre toda a nossa demanda. O que sobra de polpa é usado como adubo, e o caroço do abacate deu origem a um larvívica

natural, já patenteado, para o combate ao *Aedes aegypti* (transmissor de arboviroses como dengue, zika, chikungunya e febre amarela). Além disso, desenvolvemos o projeto de uma maionese de abacate, já aprovado pela Anvisa.

Cosméticos e mineiridade

A elaboração de cosméticos teve início quando a esposa de Carlos Alberto foi convidada para trabalhar com a família. Fonoaudióloga e exercendo a profissão por 25 anos, Júnia Gonçalves conta que no começo teve um certo receio e passou a conciliar as duas atividades. “O convite veio do senhor José Carlos e, confesso, me deu um certo desconforto, por trabalhar em família e em uma área desconhecida. Mas o fato de termos um projeto de alcance futuro, para as próximas gerações da família, me incentivou a participar. Fiquei encarregada do desenvolvimento de cosméticos e fui estudar”.

Júnia relata que os cosméticos que utilizam azeite de oliva na formulação foram uma inspiração inicial. “A gente tinha visto alguma coisa, pouca coisa na verdade, sobre isso. Então pensamos, o senhor José Carlos e eu, por que não o abacate? Algo tão tropical, tão brasileiro. Começamos nossas tentativas e demorou um certo tempo para chegarmos ao primeiro produto”, detalha.

O coordenador do Programa Estadual de Pesquisa em Olivicultura da Epamig, Luiz Fernando de Oliveira, destaca que os cosméticos são uma ótima alternativa para agregar valor à produção. “O azeite de abacate tem em sua composição uma grande concentração de ácido oleico, que é uma gordura insaturada, e também um alto teor de polifenol, duas substâncias bastante desejadas pela indústria cosmética”.

Hoje a marca Avolovers possui uma gama de produtos veganos, que inclui hidratantes corporais para os pés, para as mãos e para os lábios, linha facial e capilar, vendidos em loja própria e pelo site. “Acredito que os nossos produtos têm uma forte associação com a origem, despertam esse orgulho de ser mineiro, de ser paraense”, afirma Júnia.

A família Gonçalves já prepara um novo empreendimento em São Sebastião do Paraíso. “Estamos com o projeto arquitetônico em andamento e já preparando o cardápio de um restaurante temático, no qual todas as preparações usarão o azeite de abacate”, adianta Carlos Alberto. “O que a gente ganha, a gente investe aqui em Minas, na indústria, no bem-estar dos nossos empregados. Sou paulista, mas sou filho de mineiro e pai de mineiras. Estou aqui há 30 anos, me sinto mineiro e tenho orgulho disso”. AGÊNCIA MINAS



RELIGIÃO

**Tohrú
Valadares**

O primeiro Mandamento

Caríssimo leitor (a), Jesus tornou perene os Dez Mandamentos como lei moral. Quando o jovem lhe perguntou o que era necessário fazer para ganhar o céu, Ele disse: “Se queres entrar para a vida, guarda os mandamentos. Não matarás, não adulterarás, não roubarás, não levantarás falso testemunho, honra pai e mãe” (Mt 19,16-19).

O primeiro dos Mandamentos se refere a Deus. “Amarás o Senhor, teu Deus, de todo o coração, de toda a alma e de todo o entendimento” (Mt 22,37). Estas palavras seguem as do Antigo Testamento: “Escuta, Israel, o Senhor, nosso Deus, é o único” (Dt 6,4-5). O primeiro preceito abrange a fé, a esperança e a caridade, pois, quando se fala de Deus, fala-se de um ser constante, imutável,

fiel, perfeitamente justo. Então, devemos necessariamente aceitar suas palavras e ter nele uma fé e uma confiança plenas. Nossa vida moral encontra sua fonte na fé em Deus. São Paulo fala da “obediência da fé” (“O justo viverá pela fé” Rm 1,17), como da nossa primeira obrigação. Ele vê no “desconhecimento de Deus” o princípio e a explicação de todos os desvios morais.

De fato, os males deste mundo têm a sua causa mais profunda numa vida sem Deus, como hoje acontece. O Papa João Paulo II disse que o homem hoje “vive como se Deus não existisse”; e Bento XVI que “Deus foi expulso do mundo” e a pouco Papa Francisco disse: “como seria belo se cada um de vós pudesse, ao fim do dia, dizer: hoje realizei um gesto de amor pelos outros!” A verdadeira riqueza não está nas coisas, mas no coração. Como ser feliz sem o auxílio e proteção de Deus? Expulsamos Deus das famílias, das escolas, das universidades dos clubes, do comércio, das fábricas, das praças, das ruas, das redes sociais... E queremos ser abençoados por Ele? É uma grande incoerência. Ninguém é feliz de verdade se não vive segundo as santas leis de Deus, diga-se de passagem, abrange até mesmo aqueles céticos quanto sua divindade. “Feliz a nação cujo Deus é o Senhor”, grita o salmista.

Hoje o discurso que ouvimos é sobre os “direitos do homem”, mas muitos se esquecem dos “direitos de Deus”. Esse direito é que prescreve o Primeiro Mandamento. Ele condena o politeísmo e as

formas de idolatria. Amar a Deus é crer e esperar somente Nele, e amá-lo acima de tudo. Adorar a Deus, orar a Ele, oferecer-lhe o culto não faz de você um fraco, pelo contrário, destaca em ti a humanidade divina do amor. Ele disse aos Apóstolos: “Quem vos ouve, a mim ouve; quem vos rejeita, a mim rejeita; e quem me rejeita, rejeita Aquele que me enviou” (Lc 10,16).

São faltas graves contra o amor a Deus, contra o Primeiro Mandamento: colocar qualquer coisa ou pessoa no lugar de divindade, infelizmente é o que mais vemos atualmente, a carência crescente, a falta de amor pelo próximo, a terceirização das responsabilidades (individuais ou coletivas), enfim, tudo em primeiro lugar, menos o divino, até o momento em que as coisas não saem como deveriam. Quando vem a tribulação, aí sim, lembra-se do senhor, com o desespero, o desejo pela cura. Portanto, não sejamos tão malfeitores, “em tudo daí graças, porque esta é a vontade de Deus em Cristo Jesus para convosco” (1 Tessalonicenses 5,18). Para os que creem, vamos amar a Deus sobre todas as coisas, aos demais, amai ao próximo como a ti, pode confiar, a vida será muito melhor. Paz&Bem.

TOHRU VALADARES bacharel em Teologia, Filosofia, Licenciado em Ciências da Religião, Psicólogo, Pós-graduado em aconselhamento Cristão e Capelania, mediação de conflitos, filosofia Religiosa e ecopedagogia.

MAU EXEMPLO

Semáforo da Rua Pascoal de Souza Lima é alvo de vândalos

Quando o vandalismo entra em jogo, quem perde é toda a população. A prática não é novidade em Valadares, mas a indignação é sempre a mesma e agora o alvo foi o semáforo localizado na Rua Pascoal de Souza Lima, quase esquina com a Avenida JK, com o furto dos cabeamentos. A Secretaria Municipal de Obras e Serviços Urbanos (SMOSU) já acionou a empresa responsável para a reposição do material, no entanto, o prejuízo quem arca são os contribuintes, já que a prática gera prejuízo aos cofres públicos. A Prefeitura adverte que a depredação de espaços públicos é crime passível de punição, de acordo com a Lei nº 2.848/40, artigo 163, que prevê detenção de 6 (seis) meses a 3 (três) anos e multa. Denúncias podem ser feitas pelo whatsapp do Departamento de Trânsito: (33) 3221.7496.



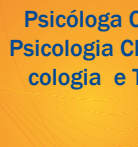
CONSULTÓRIO

**“APREN-
DENDO
A LIDAR”**

UMA REFERÊNCIA NO DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DO TDAH - TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE E SUAS COMORBIDADES NO LESTE DE MINAS GERAIS.



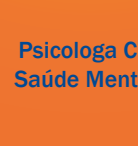
Leonardo Sandro Vieira CRP: 43928-04
Psicólogo Clínico, Diretor do Consultório Aprendendo a Lidar, Doutorando em Educação, Mestre, Especialista em Terapia Cognitiva de Esquemas Pós Graduando em Neurologia e Neurociências. Foco atendimento Adolescente e Adulto.



Aline Guimarães CRP:72098-04
Psicóloga Clínica Associada, Pós-graduada em Psicologia Clínica, especializando em Neuropsicologia e Terapia Cognitivo Comportamental - Foco em Atendimento Infantil (Crianças de 0 a 12 anos)



Bruno Vilar CRP: 72007-04
Psicólogo Clínico Associado, Pós-graduando em Terapia Cognitivo Comportamental - Foco em Atendimento Adolescente e Adulto.



Carla Reis: CRP 29862-04
Psicóloga Clínica Associada, Pós-graduada em Saúde Mental - Foco em Atendimento adulto e idoso.

Contamos com a tecnologia avançada do Neurofeedback, sendo uma metodologia da neurociência para eletroencefalograma (mapeamento cerebral) e neuromodulação, indicado para tratamento de diversas demandas de saúde mental inclusive TDAH.

(33) 99859-3083

R. Barão do Rio Branco, 708 - Centro
(ao lado do Hospital São Lucas)



Pão de Forma
Visconti Tradicional
400g

3,99

Arroz Tipo 1
Extra Palmares
Pacote 5kg

19,90

Feijão Carioca
Anchieta ou Conquista
Pacote 1kg

4,49

Óleo de Soja Liza
Pet 900ml

4,99

Alcatra Extra
Fresquinha kg

27,99

Cerveja
Brahma Mega
Latão 550ml

3,99

Ofertas válidas de sexta, sábado e domingo 08 a 10/09/2023 ou enquanto durarem os estoques.