

# Jornal Panfletus

## Jornalismo Verdade

www.jornalpanfletus.com.br

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

Desde agosto de 2001 - Número 1.034 - 19/12/2024 a 09/01/2025 - Dist.Gratuita - Contato: (31)98578-4257 (Ângelo) / (31)98632-8731 (Leticia) / (31) 98880-3046 (Cassiano)

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

### GESTÃO JULIANO DUARTE: Juliano Duarte e Sônia Azzi são diplomados prefeito e vice-prefeita de Mariana; posse será na Arena Mariana no dia 1ª de janeiro

Prefeito Eleito com 63% dos votos válidos afirma que cerimônia de posse será na Arena Mariana.



3557-1240



98611-2963



GÁS DULICO



**Ofertas Imperdíveis**

Transforme curiosidade em rendimento.

Sicredi



Endereço: Av. Getúlio Vargas, 6 - Centro, Mariana



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

ÚLTIMA EDIÇÃO DE 2024

**2025 ESTÁ LOGO ALI: Saúde, segurança, educação, água na torneira e dignidade é o que esperamos do novo governo**

**Que 2025 seja o ano do êxito. Que seja o ano da justiça social e de investimento maciço em políticas públicas que gerem resultados.**

Agradeço todos os leitores, colunistas e colaboradores que acompanharam nossa linha editorial e publicitária. Sou um profissional que vai direto ao assunto e uso minha total independência para opinar sobre todos os temas que interessam principalmente você que nos acompanha.

As pessoas podem concordar ou não com o que relato, mas o certo é que faço questão de não deixar dúvida em relação a honestidade, a verdade, a imparcialidade e a sinceridade com que transmito o conteúdo sobre os fatos narrados aqui e produtos apresentados em nosso hebdomadário. Agradeço o carinho e prestígio ao longo do ano e entrego um abraço apertado a todos os leitores que nos acompanharam neste 2024, seja pelo impresso, portal, programa Direto da Redação ou em nossas plataformas digitais. E nunca esqueçam que não há valor que pague a liberdade e a independência.

Contudo, o ano de 2024 teve eleições. Ao receber o diploma que oficializou a vitória nas urnas, o prefeito eleito e diplomado de Mariana, Juliano Vasconcelos Duarte (PSB), ressaltou: "Democracia,

por definição, é o governo do povo, por meio da eleição de seus representantes. Mas precisamos ir além dos dicionários. O povo quer mais do que simplesmente eleger seus representantes, o povo quer participação ativa nas decisões de governo".

É nesse clima de conciliação e de reconstrução pós-fragmentação em relação a instabilidade política vivenciada em Mariana que a população marianense se prepara para retomar a normalidade democrática e a tão esperada estabilidade de uma gestão eleita democraticamente com mais de 63% dos votos válidos. A aposta é que as novas configurações governamentais iniciadas durante a mais tensa campanha eleitoral da nossa história (como a inédita formulação de um partidão do PSDB – CIDADANIA) impulsionem também modelos atualizados de participação social, de monitoramento da democracia e, sobretudo, de acompanhamento crítico do que está ocorrendo no município.

Ademais, o fato é que estamos nos reconectando às bases de um possível governo que vai buscar

solidez, mas ao mesmo tempo, experienciando uma nova sociedade fortemente marcada pelos aprendizados recentes. O que vivemos nestes últimos quatro anos pede que atuem de forma ímpar e que a gestão Juliano Duarte seja sólida, cumprindo principalmente com o seu plano de governo apresentado na justiça eleitoral.

Para tanto, temos (todos nós, cidadãos brasileiros) o enorme desafio em 2025 de reconstruir o tecido social diante da decepção de parte da sociedade que não se sente representada, não se identificando com o campo progressista. A resistência ao diálogo, principalmente após um longo período de "instabilidade" e a necessidade de um árduo trabalho para renovar as políticas públicas, depois de tantos anos de muita turbulência.

Agora, voltando ao fluxo natural da vida democrática, com as diferenças mais visíveis, precisamos preservar os valores essenciais. Democracia não é consenso; nela, é fundamental que saibamos lidar com os conflitos. É importante entender quais pontos e pautas comuns permitem

um caminho de construção compartilhado, mesmo sem concordância na totalidade. Nesse contexto, colocam-se como um dos grandes desafios os diálogos com públicos estratégicos e tão heterogêneos como a juventude.

Há anos, existem movimentos em Mariana que atuam no enfrentamento das desigualdades socioespaciais, e a premissa de que o território importa norteia esse árduo trabalho. Neste momento tão emblemático da nossa história recente, é fundamental que tenhamos condições de construir juntos uma nova forma de diálogo com a participação e a presença de todos, e que o ano de 2025 seja esse ano.

Portanto, é hora de apagarmos as fronteiras e permitirmos trocas reais de construção e participação que nos façam trilhar um caminho para a redução das desigualdades e que nos leve a um município efetivamente mais justo. Que 2025, seja esse ano! Feliz Natal! Que tenhamos um novo ano de êxito, progresso e sucesso

## SENTIMENTOS DE NATAL

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



O Natal é, sem dúvida, uma das celebrações mais esperadas do ano. Enfeites iluminam ruas e casas, canções preenchem os ares e um sentimento de união parece invadir corações. Contudo, ao observarmos a essência deste momento, surge uma pergunta essencial: estamos realmente celebrando o Natal ou apenas nos rendendo às convenções sociais e ao apelo consumista que o acompanha? Qual é, afinal, o verdadeiro sentido desta festa tão importante para a humanidade?

Celebrar o Natal é celebrar a Graça divina que se manifesta na encarnação de Jesus Cristo. O nascimento em Belém é a revelação de um Deus que se faz vulnerável, que escolhe um estábulo simples e pobre como seu primeiro lar humano. Esse gesto nos convida à gratidão: não pela abundância material, mas pelo dom da vida, pela solidariedade e pela presença de Deus em nossa história.

Jesus nos ensina que a verdadeira riqueza está em partilhar, em amar e em perdoar. A Teologia da Graça nos lembra que o amor de Deus não é

comprado nem conquistado, mas livremente dado. Assim, o Natal é um convite à gratidão por este presente incomparável: a reconciliação com Deus e com o próximo.

A história de Jesus também é uma história de resiliência. Desde o início, sua família enfrentou adversidades: a pobreza, o exílio e a perseguição de Herodes. Esse contexto nos recorda que o Natal não se resume às circunstâncias externas, mas à capacidade de perseverar com esperança, confiando no amor de Deus.

O perdão também é central no Natal. A chegada de Jesus simboliza o começo de uma nova aliança, marcada pela misericórdia e pela superação de ofensas. Celebrar o Natal é abrir o coração ao perdão, é deixar de lado ressentimentos e reencontrar a paz.

Infelizmente, muitos de nós nos deixamos levar pelo apelo do consumo e pela superficialidade que cercam o Natal. A busca desenfreada por presentes, as festas grandiosas e o foco nas aparências acabam

ofuscando a mensagem central do nascimento de Cristo. Como disse um amigo sabiamente: "No Halloween, pessoas boas se vestem de más; no Natal, pessoas más se vestem de boas." Essa observação é um chamado à reflexão: estamos vivendo a autenticidade do Natal ou apenas encenando um espírito de bondade passageiro?

O Natal não deve ser uma ocasião para aparências ou encontros que acontecem apenas por obrigação. É melhor celebrá-lo com poucas pessoas, mas de forma sincera e autêntica, do que com multidões em um ambiente marcado pela hipocrisia.

Jesus nasceu em um contexto de simplicidade e vulnerabilidade. Esse exemplo nos convida ao desapego: de bens materiais, de vaidades e de relações superficiais. O verdadeiro Natal é aquele em que celebramos a fraternidade, a sinceridade e o amor autêntico. É uma oportunidade de viver a gratuidade do amor de Deus, refletida em nossos gestos para com os outros.

Ao nos reunirmos neste Natal, que possamos

deixar de lado as superficialidades e nos concentrar no que realmente importa: a presença do outro, o acolhimento, a partilha e a alegria que nasce do amor autêntico. Que nossos encontros sejam marcados por sinceridade, e que possamos fazer do Natal não apenas uma data no calendário, mas uma experiência de transformação e esperança.

Celebrar o Natal é celebrar o extraordinário no cotidiano, é reencontrar o sentido da vida na simplicidade do amor que se doa. Que este Natal seja uma experiência de graça, gratidão, resiliência e perdão. E que possamos, acima de tudo, viver a mensagem de Cristo em sua plenitude: um amor que transforma, acolhe e restaura.

Feliz Natal, na sua forma mais autêntica e verdadeira!



## REALIDADE ESPERANÇOSA

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

Ando pelas ruas de pés-de-moleque embebecida pelo cenário natalino emoldurado por guirlandas nas iluminadas sacadas dos casarões, praças e lojas. Céu nublado com nuvens cheias; nuvens cercam o espaço celeste. Momentos de reflexão e de prantos. Paro, sento-me no banco da praça. Respiro fundo. Deixo o pensamento correr solto, por alguns instantes. RespirAR... Soltar o ar pelas narinas; deixar as lembranças escorregarem. Tempos difíceis. Colhi frascos generosos de ingratidão neste ano. A vida é assim, mesmo.

"Eis a ingratidão mais forte que a valentia fere o próprio sangue..."

Creio, amigo Tyller, autor deste haicai sobre ingratidão, que esta passagem nos faz pensar na força

feroz dos ingratos, que vem no mesmo status de um "golpe." (...) Lembrei-me desta troca de saberes. Tyller, meu ex-professor de Literatura no ICHS/UFOP, é um homem elegante, culto e dedicado às traduções e à produção de poesias, ensaios, artigos... há tanto que se aprender com as pessoas cultas, éticas e educadas. Continuei pensando nas benfeitorias do professor... Uma senhora elegante e discreta sentou-se ao meu lado. Sorri. Ela retribui meu sorriso, dizendo que seu otimismo morreu. E de supetão, me perguntou se eu estava otimista ou pessimista com o mundo. Lembrei-me de Suassuna, ao responder a pergunta de um jornalista sobre o otimismo, disse que não se considerava um sujeito otimista (quem é otimista é tolo), enquanto o pessimista tem inclinação para a

amargura. Dessa forma, "sou uma realista esperançosa." Respondi a senhorinha com este aforismo que tanto aprecio. Ela me olhou com uma expressão incrédula, para depois concordar comigo. Abriu a bolsa e me entregou uma caixinha embrulhada com capricho.

"É sua."

"Minha?."

"Presente que comprei para a minha filha que faleceu há três anos..."

Abracei-a, segurando o pranto. Abri o embrulho com o coração aos saltos. Era um pingente de Nossa Senhora Aparecida com pedras incrustadas de cristal. "Minha mãe se chamava Aparecida."

Não compartilhei com a senhorinha que eu estava nostálgica, também. Saudosa dos natais e finais de

ano passados na casa de meus saudosos pais. Foram quarenta e oito anos... A gente deve continuar sabendo que a vida é assim: todos vão; uns mais cedo, outros mais tarde. E a gente deve continuar honrando os momentos compartilhados e a história dos nossos pais, avós. Deus tem mistérios que serão revelados em momentos especiais de nossas vidas, às vezes num encontro inesperado... Nosso encontro na Praça Gomes Freire, foi o toque sutil de Deus. Uma filha e uma mãe saudosas de seus entes queridos, recebem a visita da realidade esperançosa, tão adequada para contracenar com as guirlandas e sacadas iluminadas do tempo natalino.

A ingratidão? Que os ingratos se sentem nesta praça e sorvam vagarosamente o espírito de paz derramado das luzes de Natal!

Jornal Panfletu's LTDA

Expediente

Entre em contato com o Jornal Panfletu's

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

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

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

Impressão:



# PEC 6X1: Como o fim da escala 6x1 pode impactar a vida do empresário?

**Especialista avalia mudanças na jornada de trabalho e seus reflexos para o setor empresarial.**

A proposta da PEC 6X1, que prevê o fim da escala de trabalho 6x1 e limita a jornada semanal a cinco dias, traz implicações significativas para o ambiente corporativo. Essa mudança busca alinhar a legislação trabalhista brasileira com padrões que privilegiam a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também gera desafios para as empresas, especialmente em setores que dependem de operações contínuas.

Nara Rodrigues, mestre em Direito Empresarial e especialista em gestão financeira, explica que a alteração exige ajustes estratégicos. “Empresas que operam em horários estendidos ou fins de semana terão que avaliar a contratação de novos colaboradores para suprir a demanda nos dias de folga adicionais. Essa adaptação pode gerar aumento de custos fixos, impactando a margem de lucro, especialmente para pequenos empresários”, afirma.

### Contratação, direitos trabalhistas e custos operacionais

O fim da escala 6x1 obriga empregadores a reorganizarem seus quadros de horários, ampliando a necessidade de contratações. “Empresas que dependem de turnos ininterruptos, como no varejo e em indústrias, precisarão de reforço no quadro funcional, o que impacta diretamente a folha de pagamento e os custos relacionados, como encargos trabalhistas e benefícios”, destaca Nara Rodrigues.

Por outro lado, a mudança também traz benefícios em termos de conformidade com padrões internacionais de direitos trabalhistas. A redução da jornada pode melhorar a produtividade dos funcionários, que tendem a apresentar maior bem-estar e engajamento.



Contudo, a especialista alerta: “Esses ganhos só serão perceptíveis com planejamento adequado e equilíbrio entre a demanda operacional e a força de trabalho disponível”.

Empresários devem ainda observar os impactos nos lucros. Setores que dependem de altos volumes de mão de obra, como o alimentício e de serviços, podem sentir mais dificuldade em ajustar os custos às novas exigências legais. “É

essencial realizar análises de viabilidade financeira e buscar soluções criativas, como a adoção de tecnologias que aumentem a eficiência”, sugere Nara Rodrigues.

A PEC 6X1 também reacende discussões sobre o funcionamento em finais de semana e feriados, exigindo que empresas que operam nesses períodos revisem contratos e políticas internas. Para a especialista, “essa adaptação pode ser

encarada como uma oportunidade para repensar processos e equilibrar demandas com estratégias mais modernas de gestão de pessoas”.

Com debates ainda em andamento, é fundamental que os empresários acompanhem de perto a tramitação da PEC 6X1 para se preparar para os possíveis cenários e garantir a sustentabilidade de seus negócios no novo contexto tributário.

**É MARIANA FAZENDO**  
*História!*

**23**  
**DE DEZEMBRO VOCÊ JÁ TEM UM COMPROMISSO!**  
Inauguração do novo Complexo Integrado de Saúde.

Um projeto cuidadosamente planejado para suprir 100% da demanda de urgência e emergência da cidade. Um avanço sem precedentes na qualidade de vida e no bem-estar do povo marianense.

**E você não pode ficar de fora desse momento histórico! Dia 23/12, às 19h.**

Realização:



Neste momento especial,  
queremos expressar nossa  
gratidão a todos que  
fizeram parte da nossa  
jornada ao longo de 2024.

A cada parada,  
construímos histórias.  
A cada destino, nos  
aproximamos ainda mais  
de vocês: nossos  
passageiros,  
colaboradores e parceiros,  
que são a verdadeira  
energia que move  
nossa empresa.

Que este Natal seja  
iluminado pela paz e  
alegria, e que o Ano Novo  
traga ainda mais motivos  
para seguirmos juntos  
pelos caminhos da vida!

**Feliz Natal e  
Boas Festas!**



Boas  
Festas

# RECONHECIMENTO: Patrimônio da Humanidade Unesco no Triângulo Mineiro e Alto Paranaíba

**Minas Gerais, com sua diversidade geográfica e cultural, abriga dois grandes biomas, o Cerrado e a Mata Atlântica, separados em parte pela imponente Cordilheira do Espinhaço.**

O reconhecimento do Queijo Minas Artesanal como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco é uma conquista que enaltece não apenas o produto, mas também os territórios, as comunidades e os modos de vida que sustentam essa tradição secular. Minas Gerais, com sua diversidade geográfica e cultural, abriga dois grandes biomas, o Cerrado e a Mata Atlântica, separados em parte pela imponente Cordilheira do Espinhaço. Essa formação natural, além de moldar a paisagem, influencia diretamente a cultura alimentar mineira, estabelecendo condições para o desenvolvimento de um queijo singular, em que o terroir se reflete na textura, no sabor e no aroma.

A paisagem cultural onde se inserem os modos de fazer o Queijo Minas Artesanal é um ambiente fecundo, no qual a agricultura familiar desempenha um papel central na produção e no consumo sustentáveis. A partir dessa prática, fortalece-se o tecido socioeconômico local, combatendo a pobreza, a fome e as desigualdades. Os saberes transmitidos entre as gerações envolvidas na produção do queijo consolidam não apenas um produto reconhecido internacionalmente, mas também um instrumento de democratização da renda e de melhoria da qualidade de vida. É nesse horizonte que o queijo deixa de ser apenas um alimento para assumir um papel de resistência, inovação e inclusão, refletindo o equilíbrio delicado entre a natureza, o trabalho humano e o



conhecimento acumulado ao longo de séculos.

Nos territórios produtores inseridos no Cerrado, como a região de Araxá, que reúne Araxá, Campos Altos, Conquista, Ibiá, Pedrinópolis, Perdizes, Pratinha, Sacramento, Santa Juliana, Tapira e Uberaba, o cuidado artesanal e o manejo sustentável do gado resultam em um queijo de sabor equilibrado. Nesses lugares, a produção não só mantém viva a herança cultural, como também atrai o turismo, gerando oportunidades e promovendo o desenvolvimento regional.

Já no Triângulo Mineiro, incluindo Uberlândia,

Araguari, Monte Carmelo, Cascalho Rico, Indianópolis, Nova Ponte e Tupaciguara, a tradição queijeira encontra solos férteis e saberes profundamente enraizados, permitindo a produção de queijos marcantes, que conectam a identidade local à riqueza do bioma cerrado.

No Alto Paranaíba, com cidades como Patos de Minas, Serra do Salitre, Carmo do Paranaíba, Coromandel e Presidente Olegário, a produção queijeira expressa a essência desse ambiente singular. Serra do Salitre, por exemplo, atua como elo entre diferentes territórios, reforçando o papel

estratégico da região na integração de inovação e tradição. Na Serra da Canastra, compreendendo Bambuí, São Roque de Minas, Medeiros, Delfinópolis, Piumhi, Tapiraí e Vargem Bonita, o turismo de experiência se soma à produção de queijos excepcionais. Aqui, visitantes podem vivenciar o processo produtivo e mergulhar nas paisagens naturais, estabelecendo uma relação mais profunda com o território e seu patrimônio.

Assim, o título da Unesco não apenas celebra a excelência gastronômica do Queijo Minas Artesanal, mas também reafirma a importância do ambiente cultural e ecológico no qual se desenvolve. Ao valorizar esses territórios e as práticas que eles abrigam, Minas Gerais consolida seu papel singular, inserindo-se em um grupo restrito de apenas sete países do mundo a possuir um patrimônio alimentar dessa natureza.

Cada pedaço de queijo carrega o sabor da diversidade, da memória e da identidade, refletindo o papel central da agricultura familiar e do saber tradicional no fortalecimento das economias locais. Trata-se, portanto, de um patrimônio vivo que, ao conciliar produção e sustentabilidade, comprova que o alimento pode ser, simultaneamente, fonte de nutrição, inclusão social e empoderamento cultural.

Leônidas de Oliveira

Secretário de Estado de Cultura e Turismo de Minas Gerais

## KOMBUCHA: Oficina de produção de Kombucha com Jabuticaba é aprovada em Cachoeira do Campo

**Na última terça-feira, (10/12), a Casa de Cultura de Cachoeira do Campo recebeu a “Oficina de Produção de Kombucha com Jabuticaba”.**

A oficina ofereceu uma introdução teórica sobre o kombucha, abordando sua origem, benefícios à saúde e o processo de fermentação. Os participantes tiveram a oportunidade de aprender, como preparar kombucha utilizando jabuticaba, uma fruta típica da região, reconhecida por seu sabor único e propriedades nutricionais.

O evento foi conduzido por Crésio Magela Viana, mestre kombucheiro da Evolve Kombucha. “A kombucha é milenar e essa ideia de fazer a kombucha de jabuticaba é muito legal, porque é um terroir da cidade. A kombucha oferece essa condição de você poder fazer um produto da cidade que atende, desde o público infantil até uma pessoa de idade. Então eu acho



que é um produto que vai vir, vai ficar e daqui a pouco vai virar referência de Ouro Preto”, explica.

Noel Antônio Pedro participou da oficina representando a Associação de produtores artesanais de Catas Altas (Aprovart). “Viemos aprender a fazer esse produto diferenciado que a gente está levando para a cidade da gente, para receber os turistas. Eu nunca tinha experimentado e a gente está levando para Catas Altas”, comenta Noel, que já faz licor e geleia de jabuticaba.

Organizada pelo Lions Clube de Cachoeira do Campo, a oficina faz parte do Projeto “Jabuticaba Ouro Preto – A Pérola Negra para o Desenvolvimento Produtivo e Econômico Local” financiado pelo Fundo de Desenvolvimento Econômico de Ouro Preto (FUNDES), aprovado pelo Conselho de Desenvolvimento Econômico de Ouro Preto (CONDES), pelo projeto atender três eixos do Plano de Apoio a Diversificação Econômica de Ouro Preto (PADE): empreendedorismo, turismo e agropecuária. O projeto ainda tem

apoio da Agência de Desenvolvimento Econômico e Social de Ouro Preto (ADOP), Sumo da Terra, Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Tecnologia, Secretaria Municipal de Cultura e Turismo e Secretaria Municipal de Agropecuária.

### Projeto Pérola Negra

O projeto “Jabuticaba Ouro Preto – A Pérola Negra para o Desenvolvimento Produtivo e Econômico Local” visa fortalecer a jabuticaba como um produto internacional, transformando-a em um símbolo econômico para a região de Ouro Preto. Com este projeto, duas ações estão sendo realizadas em Ouro Preto: a primeira é transformar a região em um Arranjo Produtivo Local (APL), o que significa que a jabuticaba poderá se tornar um símbolo de identidade e desenvolvimento para Cachoeira do Campo e adjacências; e a segunda é que a região obtenha a certificação de Identificação Geográfica (IG), agregando ainda mais valor aos produtos derivados desta fruta.

Os melhores imóveis estão aqui!

**Arena**  
EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS  
CRECI 24258 | PJ 5671

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

imobiliariasarena.com.br

**SHOW PRÊMIOS**  
Associação de Produtores de Jabuticaba

12 prêmios em cheques de **R\$ 235,00 cada**

Como participar?  
Já é associado? Regularize suas parcelas e você já estará automaticamente concorrendo.

Ainda não é associado? Esta é a sua oportunidade! Associe-se agora e participe!

Data do sorteio: 20 de dezembro de 2024  
Horário: 19h30  
Transmissão ao vivo pela Rádio Mariana FM

## MARIANENSE FUTEBOL CLUBE: entidade conduz entrega da medalha meritória a personalidades em noite de gala

Entrega da Medalha Meritória do Marianense Futebol Clube.

No último dia 13/12, sexta-feira, às 19h, o Marianense Futebol Clube entregou a Medalha Meritória do Marianense Futebol Clube. É a primeira vez que esta comenda é entregue pelo Clube. Entre outras autoridades, prestigiaram o evento o Vice-Prefeito de Mariana, Cristiano Vilas Boas e o Deputado Federal e ex-prefeito de Mariana, Duarte Júnior.

Receberam a Medalha Meritória as pessoas: José Paulo de Souza, Olegário Wilson de Lima, Orlando Müller Filho, Rose Mary Vieira Peixoto e Vanderlei Eustáquio Machado.

A Especial Comenda Meritória do Marianense Futebol Clube foi entregue para a Sociedade Musical União XV de Novembro. A entidade recebeu, ainda, um pix no valor de R\$ 500,00.

E, por fim, recebeu o Eminente Colar



Marianense Futebol Clube, o Desembargador Dr. Pedro Aleixo Neto.

Todos os agraciados receberam o livro "Mãos que contam histórias", da jornalista Thalia Gonçalves, que fala de tradições e memórias de Cachoeira do Brumado.

Em seu pronunciamento, o Presidente do Marianense Futebol Clube, destacou a atuação dos agraciados em prol da sociedade marianense. Exaltou a União XV de Novembro como um patrimônio inestimável do povo de Mariana. E, ao final, ressaltou as qualidades do Dr. Pedro Aleixo Neto, à luz da vida de seu avô, o marianense Pedro Aleixo. Lembrou a coragem de Pedro Aleixo ao se posicionar contra a publicação do Ato Institucional n.º 05, sendo impedido de assumir a Presidência da República, além de ser preso e perseguido pelo regime de exceção.

ENTRADA

**FACILITADA**



IMAGEM ILUSTRATIVA

**Lotes Moderno**  
 Você encontra AQUI!

Entre contato pelo Telefone ou WhatsApp  
 31.99749.2323 / 31.3558.1211

INFORMAÇÕES POR EMAIL  
 LOTEAMENTO NOVO HORIZONTE MARIANA@GMAIL.COM



# NATAL EM OURO PRETO: Neste domingo (22), receberemos o último grande Cortejo Natalino do ano

Distritos e bairros recebem a visita do Papai Noel; confira programação da semana.

O Natal de Ouro Preto, que se iniciou em 23 de novembro, vem encantando moradores e visitantes do Brasil e estrangeiros com seus espetáculos e atrações natalinas. O evento, que conta com o patrocínio da Cemig, foi responsável pela ornamentação de Ouro Preto, com uma árvore de 22 metros de altura, a maior das cidades históricas. Além da decoração que mescla a sutileza das luzes de Natal com o drama da arquitetura colonial e barroca da cidade patrimônio, proporcionando visuais deslumbrantes aos moradores e turistas, a programação do evento também é outro grande atrativo, repleta de celebrações que unem o clima e aconchego do Natal às tradições e cultura do Natal da Mineiridade do Governo de Minas.

Ao longo da última semana antecedendo o Natal, Ouro Preto receberá inúmeras comemorações e eventos, como a Projeção Iluminada Cemig, que une tecnologia, luz e história, corais natalinos e cortejos. Durante a semana, o Papai Noel em pessoa irá visitar os bairros Padre Faria, Santa Cruz e São Cristóvão, além dos distritos de Cachoeira do Campo e Antônio Pereira. Com um toque de magia

natalina, haverá neve na Rua São José, e a Casa do Papai Noel estará aberta para visitação e fotos com o bom velhinho. A programação completa e em detalhes você pode conferir no site <https://nataldeouropreto.com.br/>

Contudo, o evento mais esperado da semana é o último Cortejo Natalino do ano. Às 20 horas do domingo, dia 22 de dezembro, após a concentração dos participantes, o cortejo partirá da Praça Tiradentes acompanhado da Fanfara do Marília até o Largo da Alegria, na rua São José, centro da cidade. O cortejo contará com a participação muito especial do Papai Noel e seus elfos ajudantes. O Grinch, que é fã número um do Natal, também não vai perder o cortejo e levará com ele o Mickey, Minnie, Pato Donald e Pateta. "O evento será repleto de luzes, música e alegria; você e sua família não podem perder", comenta Gilson Antunes, coordenador do evento e diretor da Holofote.

De acordo com Felipe Guerra, secretário de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Tecnologia, toda essa atmosfera única proporcionada pelo Natal de Ouro Preto é um grande atrativo turístico nesta época do ano. "Em 2023, o Natal de Ouro Preto e suas atrações



Foto: Ane Souza / Divulgação

# COMPROU, CHEGOU!

TELE-ENTREGA

3557.3876 | 3558.6575  
3558.6937 | 98733.2455

DROGA REDE

Av. Getúlio Vargas, 6 Centro - Mariana/MG

impares foram responsáveis pela movimentação de aproximadamente nove milhões de reais durante o evento. E este ano, graças à expansão do evento e suas atrações, é esperada a circulação de 90 mil pessoas e, com isso, o aumento da injeção financeira no trade turístico, favorecendo a diversificação econômica na região. As comemorações do Natal de Ouro Preto se estenderão até o dia 06 de janeiro de 2025", explica.

#### Programação

##### 19 de dezembro de 2024 (quinta-feira)

20h00 – PROJEÇÃO MAPEADA

Local: Fachada do Passo Pizza Jazz – R. São José, 56 – Centro histórico

##### 20 de dezembro de 2024 (sexta-feira)

18 às 20h00 – CASA DO PAPAÍ NOEL

Local: Casa de Gonzaga – Rua Cláudio Manoel, 61 – Centro histórico

19 às 19h30 – NEVE NA CASADOS CONTOS

Local: Rua São José, 12 – Centro histórico

20h00 – CORTEJO DE VELAS E CORO DE NATAL OURO PRETO

Local: Saída da Igreja Nossa Senhora de Lourdes, no Bairro Bauxita

##### 21 de dezembro de 2024 (sábado)

18 às 20h00 – CASA DO PAPAÍ NOEL

Local: Casa de Gonzaga – Rua Cláudio Manoel,

61 – Centro histórico

18 às 18h30 – NEVE NA CASADOS CONTOS

Local: Rua São José, 12 – Centro histórico

20h00 – PROJEÇÃO ILUMINADA CEMIG

Local: Fachada da Igreja de São Francisco de Assis

##### 22 de dezembro de 2024 (domingo)

11h00 – PAPAÍ NOEL EM CACHOEIRA DO CAMPO

Local: Igreja Matriz Nossa Senhora de Nazaré

13h00 – PAPAÍ NOEL NO BAIRRO SANTA CRUZ

Local: Praça Lírios do Campo

15h00 – PAPAÍ NOEL NO BAIRRO SÃO CRISTÓVÃO

Local: Galpão 17 (Antiga Garagem Cristo Rei) – Em frente ao Supermercado Farid

17 às 17h30 – NEVE NA CASADOS CONTOS

Local: Rua São José, 12 – Centro histórico

20h00 – PROJEÇÃO ILUMINADA CEMIG

Local: Fachada da Casa da Baronesa – Praça Tiradentes

20h00 – CORTEJO NATALINO

Local: Casa de Gonzaga ao Largo da Alegria

Cortejo natalino com Fanfara do Marília e Animadores Ouro Preto, com participação do Papai Noel, elfos, Grinch, Mickey, Minnie, Pato Donald e Pateta.

## CONTAD

Assessoria Contábil

CRC 012641/O-7

3557.1609 | 98670.1609

Rua Senador Bawden, 12 - Centro - Mariana/MG

## ECONOMIA CRIATIVA E ECONOMIA VERDE devem ser novos eixos do PADE

**Felipe Guerra, secretário de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Tecnologia, aponta que o PADE é uma política pública pioneira criada em 2021 para impulsionar a economia de Ouro Preto.**

Na última semana, foi realizado o Workshop de Revisão do Plano de Apoio à Diversificação Econômica (PADE), com a participação do Conselho Municipal de Desenvolvimento Econômico e Sustentável de Ouro Preto (CONDES), setor produtivo, sociedade civil, Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) e Instituto Federal Minas Gerais Campus Ouro Preto (IFMG).

De acordo com Felipe Guerra, secretário de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Tecnologia, o PADE é uma política pública pioneira criada em 2021 para impulsionar a economia de Ouro Preto. "Nós avaliamos todos os resultados do PADE, grandes resultados positivos de uma política pública para a diversificação econômica, geração de emprego e renda do município de Ouro Preto. Estamos também fazendo uma revisão de algumas ações para os próximos quatro anos", afirma.

Jorge Adílio, presidente do CONDES, explica que alguns eixos tiveram o nome trocados e foi incluído o eixo da economia criativa. "Foram debatidas ações e oportunidades de Ouro Preto na



diversificação da economia. Foi uma tarde muito produtiva, discutindo a revisão do PADE. Eu acho que o Ouro Preto ganha muito com isso, muito além daquilo que nós já realizamos com esse plano", explica.

Entre as mudanças, o eixo de aproveitamento de rejeitos teve seu nome alterado para Economia Verde, um modelo econômico que busca o desenvolvimento sustentável, que tem como objetivo reduzir os riscos ambientais e a escassez de recursos naturais. Jorge explica que a minuta do workshop será analisada na próxima reunião do CONDES para deliberar sobre as mudanças.

**Dessa forma, o CONDES vai avaliar sobre a mudança dos eixos do PADE:**

Agropecuária e Desenvolvimento Rural  
Economia Verde  
Empreendedorismo e Inclusão Produtiva  
Inovação e Tecnologia  
Turismo

Além dos eixos citados, foi proposta a inclusão do sexto Eixo Estratégico relativo à Economia Criativa

## TEMPLO HISTÓRICO: Miguel Burnier celebra a restauração da Igreja Sagrado Coração de Jesus

**Após um processo de restauração que incluiu melhorias no entorno, o templo histórico volta a ser um espaço de celebração, memória e convivência para a comunidade.**

No último sábado (14/12), a Igreja Sagrado Coração de Jesus, no distrito de Miguel Burnier, foi oficialmente entregue após um processo de restauração que preservou sua estrutura histórica e revitalizou seu entorno. A restauração inclui melhorias no paisagismo, drenagem e pavimentação,

transformando o local em um espaço renovado para a celebração da fé e a convivência comunitária.

As intervenções realizadas não apenas preservam a essência da igreja, mas também valorizam a área ao redor, com a introdução de novos elementos de paisagismo, drenagem e pavimentação, proporcionando



um ambiente mais acessível e acolhedor. O projeto é parte do programa Patrimônio Vivo, que visa fortalecer a identidade cultural de Ouro Preto, conectando passado e futuro.

Flávio Malta, Secretário Municipal de Cultura e Turismo, falou sobre a importância da restauração para a comunidade local: "Essa entrega representa muito mais que a recuperação de um espaço físico. Ela resgata nossa história e cria um ponto de encontro renovado para todos. A restauração é um símbolo de como a preservação do patrimônio pode contribuir para o fortalecimento da nossa identidade e para o bem-estar da população."

A cerimônia contou com a presença de autoridades municipais, representantes da Gerdau, da Arquidiocese

de Mariana, e membros da comunidade. O evento também foi enriquecido por apresentações da Corporação Musical Sagrado Coração de Jesus e Maria, além de uma tradicional performance do Congado, que trouxeram ainda mais brilho à ocasião.

O trabalho de restauração é um reflexo do compromisso de Ouro Preto com a valorização do patrimônio histórico e cultural, e também do investimento contínuo nas áreas de saúde, educação e infraestrutura, visando o desenvolvimento sustentável da região.

"A igreja não é apenas um espaço de fé, mas também um ponto de união para a comunidade. Com essa restauração, conseguimos garantir que ela continue a ser um local de celebração e convivência para as gerações futuras," completou Flávio Malta.

Drogarias

# Ultra Popular

A farmácia mais barata do Brasil!

**ESTAMOS FAZENDO ENTREGA!**



**TELE-ENTREGA**

<p><b>UNIDADE I</b></p> <p>☎ 3558-1031</p> <p>98733-2454</p>	<p><b>UNIDADE II</b></p> <p>☎ 3557-4498</p> <p>98556-1609</p>
--	---

 @ultrapopularmariana  
 Ultra PopularMariana

#ULTRAPOPULAR

MATRÍCULAS ABERTAS 2025

Berçário Educação Infantil

☎ (31) 58329105

Rua André Carolina, 286 - Centro - Mariana

@governaomariana

A melhor escola pertinho de você!



# 16ª EDIÇÃO DO ENCONTRO DE SABERES DA UFOP: Projeto de Assessoria Comunitária, conveniado com o poder executivo de Ouro Preto, se apresenta no Encontro de Saberes da UFOP

**Projeto de Assessoria Jurídica Comunitária da UFOP fortalece alcance e impacto com apresentação no Encontro de Saberes.**

Na quarta-feira, 11 de dezembro, a Assessoria Jurídica Comunitária (AJC), um projeto de extensão do curso de direito da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), conveniado com a Prefeitura de Ouro Preto, desde junho de 2023, se apresentou na 16ª edição do Encontro de Saberes da UFOP.

O evento, que aconteceu do dia 9 ao dia 11 de dezembro, teve como tema “Conhecimento, Inovação e Demandas Sociais”, o objetivo do Encontro é integrar as atividades realizadas na Universidade, por meio de seminários e mostras nas áreas de ensino, pesquisa, extensão e internacionalização. Sendo assim, um espaço de divulgação e visibilidade é concedido aos projetos inscritos e, para a AJC, como um projeto comunitário, a oportunidade tem grande valor. Voltado para o auxílio jurídico à comunidade de



Ouro Preto e seus distritos, com o pressuposto de atendimento para pessoas vulneráveis, a participação da AJC em eventos que aumentem o alcance de seus serviços tem muitos pontos positivos. Além disso, com a parceria com a Prefeitura de Ouro Preto, conforme destacado pela coordenadora docente do projeto, Natália Lisboa, “nós conseguimos atingir lugares que antes a gente não ia, como distritos e bairros distantes do centro e da universidade, estamos ampliando os atendimentos com a parceria”, declarou a coordenadora.

Atualmente, o impacto do projeto é crescente e busca informar as pessoas com um entendimento cada vez melhor sobre seus direitos perante a lei, tanto na sede, quanto nos distritos, uma parceria importante e um serviço tão necessário à população de Ouro Preto.

## SAÚDE: A cada 100 pessoas que têm tétano, cerca de 30 morrem

**Alerta é do Ministério da Saúde.**

A cada 100 pessoas que adoecem de tétano, cerca de 30 morrem. A informação é do Ministério da Saúde. Em nota, ele reforça que a principal forma de prevenção contra a doença é a vacinação, gratuita e disponível no Sistema Único de Saúde (SUS).

A imunização deve ser realizada conforme recomendações do Calendário Nacional de Vacinação em serviços de atenção primária ou em centros de referência para imunobiológicos especiais (CRIEs), no caso de pessoas que apresentam condições clínicas especiais.

**Confira, a seguir, os esquemas vacinais recomendados para o tétano:**

- crianças menores de 7 anos: três doses da vacina penta, administrada aos 2, 4 e 6 meses de vida, além de reforços aos 15 meses e aos quatro anos com a vacina tríplice bacteriana (DTP);
- pessoas com sete anos ou mais (crianças, adolescentes, adultos e idosos): a vacinação desses grupos deve considerar o histórico vacinal contra o tétano. Para quem tem esquema vacinal completo, doses de reforços estão indicadas a cada dez anos. Em casos onde há ferimentos graves, o intervalo deverá ser reduzido para cinco anos;



- gestantes: uma dose da vacina tríplice bacteriana acelular – tipo adulto (dTpa), a cada gestação, a partir da 20ª semana. Se necessário, a gestante também deverá completar o esquema vacinal contra o tétano, com a administração da vacina dupla bacteriana – tipo adulto (dT), que pode ser administrada a qualquer momento da gestação.

“A atualização da vacinação contra o tétano em gestantes, a cada gestação, além de proteger a mãe contra a doença, tem como meta prevenir o tétano neonatal que pode acometer recém-nascidos, até os

primeiros 28 dias de vida”, destacou o ministério. “Gestantes, trabalhadores rurais e da construção civil, idosos e pessoas que sofreram ferimentos recentes, devem manter a proteção em dia.”

**Viajantes**

Para quem for viajar para locais onde a vacina contra o tétano não esteja disponível ou onde é exigida a prescrição médica, a orientação é atualizar com antecedência o esquema vacinal, caso necessário. “Atenção para a necessidade de reforço, a cada dez

anos, da última dose do esquema completo ou da última dose de reforço”.

**Como é a doença**

O tétano é uma doença aguda, não contagiosa, de ocorrência mundial. Segundo o Ministério da Saúde, a enfermidade representa sério problema de saúde pública, sobretudo em países com baixas condições socioeconômicas e educacionais.

A doença é causada pela bactéria *Clostridium tetani*, presente no solo, na água, em objetos enferrujados como pregos, madeiras e agulhas e em fezes de animais, entre outros. “A bactéria pode entrar no organismo, especialmente pelas mãos ou pés do indivíduo, por meio de cortes, perfurações ou feridas contaminadas”.

O tétano afeta o sistema nervoso, provocando contrações musculares intensas. Em casos graves, pode causar a morte. “Além da vacinação, a prevenção da doença também requer a utilização de equipamentos de proteção individual (botas, luvas e capacetes) para evitar a ocorrência de acidentes durante a prática de atividades profissionais ou domésticas”, finaliza o Ministério da Saúde.



**Para você Associado Sindicato Metabase Mariana, saiba que, com a apresentação da carteirinha, você obterá descontos nas lojas parceiras do Sindicato. Toda semana postaremos mais parceiros.**



**Não fique só, fique sócio.**

## CONCESSÃO DE BPC para pessoas com autismo sobe 250% em três anos e acende alerta

Só em 2022, a concessão do benefício para pessoas com autismo subiu 57,5%; em 2023, o crescimento foi de 58,4%.

O aumento expressivo nas concessões de Benefício de Prestação Continuada (BPC) para pessoas com autismo acendeu um alerta no governo de Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e foi o que motivou o Executivo a propor mudanças no conceito de deficiência para ter direito à ajuda federal.

A medida enfrenta resistências no Congresso Nacional e deve ser derrubada do projeto de lei em tramitação. Mas a avaliação de técnicos do governo envolvido na elaboração do pacote é que existe um problema grave a ser enfrentado, sob pena de o crescimento descontrolado de gastos com o BPC levar a cortes em outras áreas, inclusive no Sistema Único de Saúde (SUS).

O governo ainda estuda possíveis saídas para o impasse, como propor que o benefício seja obrigatório para deficiências graves e, para os demais casos (leves ou moderados), haja uma reserva orçamentária com limite. Assim, estas famílias seriam contempladas à medida que houvesse recursos disponíveis (como ocorre no Bolsa Família). Não há, porém, garantia de acordo com os parlamentares.

O tema é considerado delicado. Além de ser um tabu na esquerda, a discussão do BPC para pessoas com deficiência envolve um público sujeito a vulnerabilidades.

A percepção dos técnicos, no entanto, é que algumas famílias que hoje estão no programa, recebendo um salário mínimo (R\$ 1.412), poderiam ser atendidas por outras políticas do governo, como o próprio Bolsa Família (cujo pagamento mínimo é de R\$ 600).

Dados do Ministério de Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome mostram que o número total de benefícios do BPC para pessoas com deficiência concedidos pela via administrativa subiu 30,6% entre o fim de 2021 e setembro de 2024. No grupo dos diagnosticados com transtorno do espectro autista (TEA), a expansão foi de 247,5% no mesmo período.

Só em 2022, a concessão do benefício para pessoas com autismo subiu 57,5%. Em 2023, o crescimento foi de 58,4%. Em 2024, a alta já



está em 39,4%, faltando dados relativos a três meses para obter o balanço final do ano. As taxas são bem maiores do que as registradas nas demais doenças.

Na tentativa de reverter essa trajetória, o governo Lula propôs mudar o conceito de pessoa com deficiência no âmbito do BPC. Passaria a ter direito ao benefício apenas a pessoa "incapacitada para a vida independente e para o trabalho" ou seja, em situação de invalidez.

Especialistas classificaram a mudança de retrocesso em relação ao modelo biopsicossocial implementado em 2015, que avalia a deficiência sob diferentes aspectos, incluindo fatores psicológicos, limitações de desempenho e restrição de participação.

Técnicos que participaram da formulação do pacote de contenção de gastos reconhecem que a alteração no conceito de deficiência não foi a melhor saída, mas alertam que o problema é real e precisa ser enfrentado.

O diagnóstico é que a adoção do modelo biopsicossocial abriu margem para avaliações subjetivas, sobretudo quando se trata de transtornos comportamentais. Hoje, eles respondem por 844,8 mil beneficiários, cerca de um terço do total de 2,75 milhões de concessões administrativas para pessoas com deficiência. Dentro desse grupo, os beneficiários

diagnosticados com autismo somam 289,5 mil.

Uma possível saída, na visão do governo, seria manter o atual conceito de deficiência, mas reformular o BPC de forma que a concessão seja obrigatória para casos graves. Para os demais, haveria uma reserva orçamentária pré-determinada na prática, o benefício deixaria de ser obrigatório para deficiências de grau leve ou moderado, que ficariam sujeitas a uma "fila de espera" e disponibilidade de valores.

O modelo ainda está em discussão, mas, sem uma correção de rumos, as despesas com o BPC, orçadas em R\$ 112,9 bilhões para 2025, poderiam em alguns anos ultrapassar os gastos com o Bolsa Família, que deve custar R\$ 166,3 bilhões no ano que vem.

A advogada Carolina Nadaline, presidente da União de Mulheres Autistas, Mães, Neurodivergentes e Apoiadores (Umana) e especialista em direito da pessoa com deficiência, critica a abordagem do governo sobre o tema. Em sua avaliação, a proposta parte do pressuposto equivocado de que a população está agindo de má-fé.

"Mais uma vez, a gente incorre na pergunta errada e na resposta errada. A gente sempre vê, quando se trata de autismo, que a resposta caminha sempre para fraude, para desacreditar famílias e achar que o diagnóstico está sendo utilizado para algum benefício ilícito", afirma.

Nadaline, que é pessoa com autismo e tem um filho com o mesmo diagnóstico, diz que a alta nas concessões de BPC para pessoas com TEA se deve muito mais à uma subnotificação do transtorno no passado. Hoje, com mais acesso a informações e profissionais capacitados, maior número de pessoas estão recebendo o diagnóstico.

"O tratamento de autismo é caro, e as famílias são vulneráveis. Há perda de capacidade financeira, uma das pessoas da família necessariamente tem que parar de trabalhar para poder cuidar da criança", afirma. "Com esta reforma que se pretende, estamos falando de colocar essas pessoas numa situação de absoluto desamparo."

A avaliação dos transtornos comportamentais não é a única preocupação do governo, que teme também os efeitos do crescente protagonismo judicial na implementação do BPC. Juntos, esses dois fatores poderiam levar a um "terreno infinito" de concessões do benefício, na visão de um técnico do governo.

Hoje, o governo paga 710 mil benefícios a pessoas com deficiência instituídos pela Justiça. Além do crescimento acelerado (entre 10% e 20% ao ano), 98% dos benefícios não têm a indicação do código Classificação Internacional de Doenças (CID). Em uma analogia, é como se o governo estivesse pagando o Pé-de-Meia (bolsa para incentivo à permanência no ensino médio) a um aluno sem saber em qual série ele está matriculado.

As decisões judiciais também costumam adotar critérios mais flexíveis para auferir a renda da família. Há casos de descontos de gastos com transporte por aplicativo ou supermercado, sem que haja padrão ou previsão legal.

O projeto de lei do governo busca atacar esses dois problemas, exigindo a indicação do código CID nas decisões judiciais e proibindo o abatimento de parcelas da renda sem previsão expressa na legislação. Na avaliação do governo, essas medidas devem ter apoio do Congresso.

**LUSA**  
MATERIAL DE CONSTRUÇÃO

**QUAL É A SUA PRIORIDADE NA HORA DE CONSTRUIR?**  
TUDO ISSO VOCE ENCONTRA AQUI!

- ✓ Preço
- ✓ Praticidade
- ✓ Agilidade
- ✓ Qualidade

Endereço: Av. Manuel Leandro Corrêa, 252 - Mariana, MG  
Telefone: (31) 3557-1772

Neste Natal que a luz do amor e da paz brilhe na sua casa, e o Ano Novo traga muitos dias felizes e prósperos!

Thiago Cota - Deputado Estadual

**ATENA**  
CORRETORA DE SEGUROS

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

Sabedoria é fazer seguro no lugar certo

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

**AUTO POSTO SUCESSO**  
ESTAMOS ABERTOS 24H

AVENIDA MANOEL LEANDRO CORRÊA, 252 - MARIANA - MG  
(31) 3557-1772

**Paloma Carolina**

MÉDICA VETERINÁRIA FISIATRA  
FISIOTERAPIA E ACUPUNTURA DE CÃES E GATOS

(31) 38401-0070  
@palomacarolina.vet  
Rua Bom Jesus 30, Barra Preta

# PARCERIA: Igreja São Francisco de Assis de Mariana terá apresentação musical especial de Natal

Com patrocínio da Cedro Mineração, concerto natalino do grupo Octeto Terra Sonora acontece no dia 21 de dezembro, às 20h.

**Recanto do Animal**  
**TUDO PARA O SEU PET EM UM SÓ LUGAR!**  
 3557-1008

**POITO PERSEVERANÇA**  
**O melhor PREÇO da região**

**AO LADO DA CHURRASCARIA BONANZA**  
 Rua Ouro, nº 99E  
 Bairro Morre Santa Cego  
 CEP: 35.423.030 - Mariana - MG

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

**Outlet das Tintas**  
 As melhores marcas com os menores preços

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

(31) 3560-3200

**LARA ETRUSCO**  
 ORTODONTISTA - DENTISTA

Clinico geral  
 Implantodontia  
 Próteses  
 Ortodontia  
 Endodontia

ATENDIMENTO PARTICULAR E CONVÊNIO

31 39850-2200  
 R. Marçal C. Afreide, nº 14  
 Sala 06 - Mariana, MG  
 (11h-19h) (11h-19h) (11h-19h)



A histórica cidade de Mariana, em Minas Gerais, prepara um presente especial para seus moradores e visitantes neste Natal. No dia 21 de dezembro, às 20h, a Igreja São Francisco de Assis, no coração da cidade, será palco de um concerto natalino inesquecível, promovido pelo grupo musical Octeto Terra Sonora, com patrocínio da Cedro Mineração.

Com um repertório repleto de clássicos natalinos que tocam o coração, a apresentação promete emocionar e unir as pessoas em um momento de fé e celebração. A iniciativa é uma oportunidade única de vivenciar a magia do Natal em um ambiente histórico e acolhedor.

A Cedro Mineração, ao apoiar o evento, reafirma seu compromisso com Mariana e com a valorização da cultura local. "Para nós, investir na cultura é mais do que apoiar eventos. É um compromisso com as pessoas e com o desenvolvimento da comunidade onde atuamos. Esse concerto é um exemplo de como a arte e a tradição podem transformar e fortalecer os laços de uma cidade. Estamos honrados em fazer parte desta celebração", declara Lucas Kallas, presidente do Conselho da Cedro Participações.

"O Natal é um tempo para renovar a esperança e fortalecer os laços comunitários", destaca Padre Geraldo Buziani, pároco da Catedral de Mariana. "Este concerto é um presente para a nossa cidade, que nos convida a refletir sobre o verdadeiro significado do Natal e a celebrar a vida em comunidade."

O Octeto Terra Sonora, formado por talentosos músicos de Mariana, Ouro Preto e Belo Horizonte, traz à tona a rica tradição musical de Minas Gerais. Com um repertório que inclui obras como as Matinas de Natal, do século XIX, e o clássico "Jesus, Alegria dos Homens", de J.S. Bach, o concerto promete ser uma experiência única para todos os presentes.

"É com grande alegria que apresentamos este concerto natalino à comunidade de Mariana. Nossa intenção é levar a beleza da música clássica a todos, conectando o passado ao presente e celebrando a tradição natalina", afirma o músico Vitor Gomes.

A Bacco's Eventos, responsável pela realização do evento, se dedicou a criar uma experiência memorável para o público. "Escolhemos cuidadosamente cada detalhe para garantir que este concerto seja um sucesso. A Orquestra Terra Sonora tem uma conexão especial com a nossa região e certamente irá encantar a todos", afirma Frederico Turner, gerente Comercial da empresa. Ao lado da Cedro Mineração, que apoia iniciativas que valorizam a arte e a cultura local, essa parceria fortalece os laços comunitários e enriquece a tradição de Mariana.

O evento será realizado pela Lei de Incentivo à Cultura, apresentado pelo Festival Brasil, do Ministério da Cultura e do Governo Federal União e Reconstrução.

O Concerto Natalino da Igreja São Francisco de Assis de Mariana acontece na Praça Minas Gerais, dia 21 de dezembro às 20h. o evento é aberto ao público e gratuito.

**TEMOS VAGAS**

Frentista  
 Atendente  
 Cozinheira  
 Motoboy (Horário Fixo)

Deixe o seu currículo na Sacada Convênio

Av. Marçal Leandro Coimbra, 403, São Pedro, Mariana - MG

## MANDATO: Vereador Ediraldo Ramos entrega emenda impositiva ao Lar Santa Maria

Emenda foi destinada com o objetivo da contratação de um psicólogo para atender as demandas da entidade.

Na manhã da última quarta-feira (18/12), o vereador Ediraldo Ramos (PSB) realizou uma visita ao Lar Santa Maria em Mariana para conhecer um pouco das necessidades da entidade. Na oportunidade, fez a entrega de mais uma emenda impositiva, onde fez um repasse para contratação de um psicólogo para atender às necessidades psicológicas dos idosos.

“é muito importante que a sociedade marianense fique atenta a atuação do Lar Santa Maria, é importante que todos façam sua parte e ajudem a entidade a desenvolver seu trabalho com qualidade, mas para isso é preciso que os poderes constituídos sejam sensíveis e façam seu papel de apoiar e incentivar projetos que influenciem no desenvolvimento do Lar Santa



Maria. Meu objetivo enquanto parlamentar é sempre proporcionar o que for possível para o desenvolvimento da entidade em Mariana.” Pontua Pinico que destinou emenda impositiva para o Lar Santa Maria.

### Sobre o Lar Santa Maria

O espaço foi fundado em 1992, sempre oferecendo modernidade e qualidade no acolhimento de idosos socialmente vulnerabilizados. Atualmente, a instituição atua em parceria com todos os Serviços Públicos do Município de proteção, garantia e defesa dos direitos das pessoas idosas. Realizando um trabalho de atenção e cuidados de saúde 24h por dia, cotidianamente.



**Clínica Dr. Gustavo Marchetti**  
VIEIRA & SÁBIO

**Oftalmologia clínica e cirúrgica**

Catarata Refrativa Pterígio Consulta de rotina

(31) 3500-2764 (31) 3558-8889

Tv. Salomão Ibrahim da Silva, 41  
Centro, Mariana - MG, 35420-081

## DIREITOS HUMANOS: Minas Gerais amplia combate à violência contra a mulher com protocolo Fale Agora reformulado

Governo planeja expandir a iniciativa para o interior e ampliar capacitações em 2025.



O protocolo Fale Agora, do Governo de Minas, passou por uma reformulação significativa em 2024, ampliando sua atuação no enfrentamento a diferentes formas de agressões contra mulheres no estado. A proposta agora é expandir a atuação em 2025, levar o programa a novos municípios e fortalecer a interiorização das capacitações, abrangendo mais pessoas e diversificando os espaços atendidos.

Criado em 2023 pela Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (Sedese-MG), o programa de prevenção a abusos em espaços de lazer e turismo agora inclui casos de violência doméstica e familiar, assédio sexual no trabalho, violência política e institucional, feminicídio, entre outros. O objetivo é fortalecer a rede de apoio e promover a conscientização sobre os direitos das mulheres.

A secretária de Desenvolvimento Social, Alê Portela, considera que a ampliação do Fale Agora é um passo importante para garantir a proteção das mulheres em todos os espaços da sociedade. "A reformulação do Fale Agora reforça nosso compromisso com o enfrentamento à violência contra as mulheres. Acreditamos que a prevenção deve ser a base de nossas ações", diz.

"Ao capacitar cidadãos e estabelecimentos, estamos criando uma rede de proteção mais forte, onde cada pessoa tem um papel fundamental na criação de um ambiente seguro e acolhedor para as mulheres", declara a secretária Alê Portela.

O Fale Agora capacita cidadãos e estabelecimentos para identificar, prevenir e acolher vítimas de violência, garantindo o encaminhamento adequado para os serviços públicos.

### Reformulação

A ampliação do Protocolo Fale Agora foi implementada pela Sedese-MG, por meio da Subsecretaria de Política dos Direitos das Mulheres (SUBPDM). O êxito das ações realizadas em espaços como Arena MRV, Estádio Mineirão, Arena Independência e BH Stock Festival, além do aumento da demanda por novas capacitações, tornaram evidente a necessidade de expandir a abrangência do programa.

"Queremos quadruplicar o número de capacitações, com foco na interiorização do projeto, incluindo clubes, estádios e escolas", prevê Joana Coelho, subsecretária de Política dos Direitos das Mulheres da Sedese-MG.

Com capacitações técnicas, campanhas de conscientização, rodas de conversa, contribuições midiáticas e materiais informativos, o Fale Agora reforça o compromisso do Governo de Minas com a promoção e defesa dos direitos das mulheres.

Na nova fase, o programa conta com a participação ativa de órgãos da rede de atendimento à mulher em situação de violência, como a Defensoria Pública (DPMG), o Ministério Público (MPMG), o Tribunal de Justiça (TJMG), a Polícia

Militar (PMMG), a Polícia Civil (PCMG) e outras organizações especializadas, o que garante a continuidade das capacitações nos estabelecimentos.

### Capacitações e setores atendidos em 2024

Em 2024, o Fale Agora expandiu a atuação para diversas cidades de Minas Gerais, oferecendo capacitações. A iniciativa esteve presente em grandes eventos e estabelecimentos locais, alcançando 14 cidades mineiras, como Juiz de Fora, Uberlândia, Sabará, Itaipocérica e Contagem.

No Carnaval, mais de 20 blocos, como Baianas Ozadas, Charangueiras, Funk You, Bartucada e Maria Pretinha, também participaram, ampliando a rede de proteção durante o evento. Além disso, no setor esportivo, o programa alcançou clubes como América-MG (masculino), Atlético-MG (feminino) e Cruzeiro (sub-15 e sub-17).

Quem esteve nas capacitações elogia o aprendizado. "Participei da capacitação há alguns meses e achei muito importante. Antes, ficávamos perdidos sobre como agir em casos de violência contra a mulher. Agora, sabemos acolher, encaminhar e lidar com essas situações de forma mais clara e tranquila. Esse aprendizado é essencial tanto para o nosso trabalho quanto para a vida", elogia Camila Salles, assistente de eventos da Arena MRV. O Programa Fale Agora oferece capacitação gratuita, disponível no site da Sedese-MG.



**FISIOPOSTURAR**  
CLÍNICA DE FISIOTERAPIA E PILATES

- Ortopedia
- Neuro
- RPG - reeducação postural global
- Liberação miofascial
- Ventosaterapia
- Taping esportivo e pós operatório
- Pilates
- Drenagem linfática pós operatório

Endereço: Rua azaléia - 14 - Jardim dos Inconfidentes / Telefone: WhatsApp 31-98572-2533



**COMÉRCIO DE METAIS GS**

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

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

# IPVA EM FEVEREIRO: Lei que adia pagamento do IPVA de Minas Gerais para fevereiro é aprovada

Texto foi aprovado em 2º turno na quinta-feira (12/12) e segue para sanção do governador Romeu Zema (Novo). Nova lei deve entrar em vigor já em 2025.

O Imposto sobre a Propriedade de Veículos Automotores (IPVA) em Minas Gerais deve passar a ser cobrado em fevereiro a partir de 2025, e não mais em janeiro, como é feito atualmente.

O projeto de lei que adia o pagamento foi aprovado em segundo turno na Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG) nesta quinta-feira (12/12) e agora segue para sanção do governador Romeu Zema (Novo), que tem prazo de 20 dias para que a medida já comece a

valer em 2025.

De acordo com a nova regra, o imposto poderá ser pago a partir de fevereiro, em até três parcelas mensais. O projeto, de autoria do deputado Alencar da Silveira Jr. (PDT), foi aprovado com alterações.

Além de alterar o mês de cobrança do IPVA, o texto também facilita a regularização de dívidas. A medida foi incluída a partir do substitutivo nº 1, de autoria do deputado Ulysses Gomes (PT).

A partir de agora, caso o proprietário do veículo esteja com o imposto atrasado e já inscrito na dívida ativa, o pagamento realizado será imediatamente comunicado à Advocacia-Geral do Estado (AGE). Assim, o nome do devedor será retirado dos cadastros de inadimplência, evitando maiores problemas de crédito.

Outra novidade é que, durante fiscalizações de trânsito, se for constatado apenas o não pagamento do IPVA ou de outros encargos, o

condutor poderá quitar o débito na hora, usando um sistema bancário eletrônico.

O intuito é evitar que o veículo seja removido por falta de pagamento, caso essa seja a única irregularidade encontrada.

Uma outra proposta de emenda do deputado Ulysses Gomes pretendia manter o pagamento do IPVA para locadoras de veículos no mês de janeiro, mas foi rejeitada. Assim, essas empresas também pagarão o tributo a partir de fevereiro.

## BAIRRO TAQUARAL OURO PRETO: Mais um grupo de pessoas recebe indenização da Prefeitura por desapropriação

O poder executivo vem trabalhando por essa política urbana e na gestão de risco do Município com comprometimento e empenho, garantindo mais segurança para os ouro-pretanos.



Foto: Peterson Bruschi / Divulgação

O prefeito Angelo Oswaldo assinou, na última terça-feira, 16 de dezembro, os Termos de Desapropriação dos imóveis situados em áreas de riscos muito alto (R4), do Bairro Taquaral, e o pagamento das devidas indenizações para que essas famílias possam se instalar em locais mais seguros. A Prefeitura vem trabalhando por essa política urbana e na gestão de risco do Município com comprometimento e empenho, garantindo mais segurança para os ouro-pretanos.

Angelo falou das áreas que foram ocupadas de maneira desordenada e destacou o programa Reurb, que foi criado para orientar o crescimento urbano e dar suporte

à população na busca por locais mais seguros de moradia: “estamos indenizando as pessoas para que tenham condição de deixar o risco. Entramos agora no período chuvoso, e esse recurso vai possibilitar que essas pessoas se dirijam a um local firme para viverem com segurança”.

A ação se deu por meio da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Urbano, Habitação e Cidadania, de acordo com o processo de Regularização Fundiária (Reurb), e os títulos foram entregues a nove contemplados, que serão indenizados pelos imóveis. Camila Sardinha, secretária de Desenvolvimento Urbano e Habitação, comentou com entusiasmo sobre esse

trabalho e considerou o êxito das ações, inclusive pelo envolvimento da população: “a gente vem trabalhando, há dois anos, nessa história e estamos muito felizes por isso. A população também já entendeu que a política urbana e também a gestão de risco é feita de mãos dadas, construída junto com a população”.

Em nome dos nove indenizados, Roseli Tavares, uma das desapropriadas, agradeceu ao governo do Angelo e a todos os envolvidos para que esta ação acontecesse. O evento contou com autoridades do Legislativo e do Executivo municipal, além de membros da sociedade civil.

**ARANTES**  
móveis

**Rack e Painel Vertex para tv de até 65"**

Telefone: 35573733 / 971944913

Endereço: Arantes Móveis - Rua Aleijadinho - 391 - Centro Gonçalves Center: Rua Diamantina, 376- Cabanas

**30 ANOS**

**betonita**

CONSTRUINDO HISTÓRIAS!

www.betonitaconcreto.com.br

@betonita.concreto

**AGORA TEMOS ALMOÇO**

MARMITEX P: R\$ 15,00

MARMITEX G: R\$ 18,00

SELF SERVICE: R\$ 20,00

AV. DO CAFETE, 700, CENTRO, MARIANA - MG

ACEITAMOS TODAS CARTAS DE CREDITO E BOMBAZINHA

VISA, MASTERCARD, NUBANK, LOJA 24 HORAS, PIX, DINHEIRO

NO RECANTO DO FAZENDEIRO VOCÊ ENCONTRA O MELHOR!

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

3557-2457

@RECANTODOFAZENDEIRO

Desejo que o seu **Natal** seja mágico e encha seu coração de esperança para o **Ano Novo**.

Boas Festas!

Angelo Oswaldo - Prefeito de Ouro Preto



## Indicações

Marcelo Pereira Rodrigues Filósofo, escritor (18 livros), editor da

Revista Conheça-te e MPR Edições, agente literário, palestrante e mental coach para o futebol / e-mail: nosmpr@hotmail.com

### Indicações

Tempos corridos estes. Se, nesta euforia Natal você se dedica a sair um pouco de casa, refestelar-se no sofá para assistir a um bom filme ou ler a um bom livro, deixo aqui duas excelentes sugestões para que dê um trato cultural na sua vida.

#### Livro

*Ele está de Volta*, do escritor alemão Timur Vermes. Romance super divertido. Na Berlim de 2011, Adolf Hitler acorda em um terreno baldio e se surpreende com a Alemanha contemporânea, comandada por uma chanceler alemã que veio do lado oriental (onde já se viu isso?!), e mulher!, reservando para Angela Merkel adjetivos poucos lisonjeiros. O engraçado do livro é que no tempo todo Hitler

não é mais levado a sério, e todos que com ele têm contato supõe que o dito cujo é um ator e que trabalha com humor. Daí o passo para que ele participe de um programa de TV (comandado por um imigrante turco na TV alemã), o que causa ojeriza a Hitler antes de ter o seu próprio programa. Quando precisa de um médico, estranha o fato do sobrenome do doutor ser romeno e por aí vai. O interessante no livro é que as críticas contundentes de Hitler aos não arianos são cruelmente reais. Mesmo sendo um romance divertido, não deixa de descrever a problemática da imigração em solo alemão nos dias de hoje, onde uma pretensa tolerância é velada e ficam sim resquícios xenofóbicos. Só adiantando, até o final das 300 páginas ninguém atentar para o fato de que é próprio Hitler quem

está interagindo com eles (claro, eles aventam até para a possibilidade de um ator ter feito plástica para ficar idêntico). Guardadas as devidas diferenças (obviamente quanto ao enredo), mas senti que a estrutura deste romance e a do meu *Corda sobre o Abismo* avanta o tempo todo para o aspecto surreal da trama, motivo pelo qual devo ter lido este *Ele está de Volta* dando boas gargalhadas. Nota 10 de excepcional!

#### Filme

*Scarface*, escrito por Oliver Stone e dirigido por Brian de Palma. Clássico do cinema, este filme de 1983 apresenta Tony Montana, exilado cubano em Miami e que de lavador de pratos em uma lanchonete se transforma no poderoso

chefão do tráfico de drogas, trabalhando primeiro como preposto e depois eliminando o antigo chefe. Ai é que a arte encontra a sua forma: o ator é Al Pacino (sem adjetivos). O filme conta também com as participações de Mary Elizabeth Mastrantonio, Steven Bauer e Michelle Pfeiffer (simplesmente linda!). Para ouvidos mais sensíveis, atente-se para o elevado número de palavras (conta-se 226 "Foda-se" no filme), as cenas de uso exagerado de cocaína e outras delinquências. Motivo pelos quais *Scarface* foi vetado pela censura em alguns países. Mas enfim, que a violência fique só na película e de mais a mais, assistir a um clássico estrelado por Al Pacino é imperdível, além de a história ser muito verdadeira e possível. Filme nota 10!

## 60% DE CAPACIDADE PRODUTIVA: Samarco dobra capacidade de produção e afirma que até 2028 deve alcançar os 100%

Aumento da capacidade produtiva marca nova etapa da retomada gradual de produção de forma eficiente, segura e sustentável.

A Samarco dobra sua capacidade produtiva instalada com a reativação do Concentrador 2 e a implementação de mais uma planta de filtragem de rejeitos no Complexo de Germano (MG), a apresentação ocorreu na segunda-feira (16/12), quando concluiu mais uma etapa do plano de retomada operacional gradual. Com esse avanço, a empresa estima alcançar a produção de 15 milhões de toneladas de pelotas e finos de minério em 2025. Esse volume representa o dobro da produção registrada no início da retomada em 2020.

Para essa nova etapa, a Samarco também reativou mais uma usina de pelotização, no Complexo de Ubu (ES), em agosto deste ano. A empresa fez uma série de investimentos em novas tecnologias, seguindo o planejamento pautado pela segurança e sustentabilidade, com aportes que somam R\$ 1,6 bilhão.

*"O ano de 2024 marca a consolidação da nossa estratégia de retomada operacional e a sustentabilidade de nosso negócio. A ampliação da capacidade produtiva nos reposiciona novamente entre os principais players do mercado transoceânico de pelotas de minério de ferro"*, destacou o presidente da Samarco, Rodrigo Vilela.

O próximo passo será alcançar 100% da capacidade produtiva instalada até 2028. O projeto para essa fase contempla o retorno da operação do Concentrador 1, em Germano, e das Usinas de Pelotização 1 e 2, em Ubu, além da construção de uma nova planta de filtragem em Minas Gerais.

#### Atualização tecnológica

A Usina de Pelotização 3 (P3), que recebeu atualização tecnológica, tem operado com excedente de minério da Usina de Pelotização 4, em operação desde dezembro de 2020, otimizando processos. O Concentrador 2 também passou por aperfeiçoamento tecnológico, atividades



Foto: Luiz Filipe Nascimento / Divulgação

eletromecânicas e de integridade estrutural, seguindo normas regulamentadoras de segurança, saúde e meio ambiente. A melhoria permite a ampliação da filtragem do minério e o aumento da produção.

O Complexo de Germano também passa a contar com uma nova planta de filtragem de rejeitos para empilhamento a seco, estrutura que garante mais segurança e que permite que grande parte da água extraída seja reutilizada nas operações da empresa, reforçando práticas de sustentabilidade.

#### Gestão e Pessoas

O envolvimento das lideranças e equipes da Samarco também foi um diferencial para o plano de retomada operacional. Para isso, a empresa investiu em programas de porta de entrada para atração de novos empregados, processos de gestão para engajamento das equipes, treinamentos, além de oferecer cursos técnicos e profissionalizantes para alavancar o desenvolvimento das comunidades onde a empresa atua em Minas Gerais e no Espírito

Santo.

Para alcançar a capacidade produtiva instalada de 60% foram mobilizadas cerca de 3 mil pessoas, entre próprias e contratadas, priorizando grupos minorizados e moradores das regiões onde a Samarco atua. Atualmente, a Samarco conta com mais de 15 mil profissionais.

*"Chegamos a essa nova etapa com indicadores de segurança em linha com os padrões internacionais, reforçando nosso compromisso com as pessoas. Também avançamos com inovação e sustentabilidade, buscando o aumento da eficiência das plantas de beneficiamento do minério para reduzir a geração de rejeitos"*, destacou o diretor Técnico e Projetos, Reuber Koury.

#### Sustentabilidade

As iniciativas de inovação e sustentabilidade incluem ainda projetos para ampliação da utilização do rejeito arenoso, que atualmente já

é aplicado na fabricação de concreto, além do aproveitamento do ultrafino em pavimentações ecológicas. Além disso, a empresa utilizou mais de 3 milhões de toneladas de rejeito arenoso gerado nas obras de descaracterização da Barragem do Germano entre janeiro e outubro deste ano.

Esses projetos reforçam o compromisso da empresa em garantir a destinação adequada e aumentar formas de valorização do rejeito com investimento em inovação e incentivo à economia circular. O aproveitamento de rejeitos é ainda uma oportunidade de contribuir para o atingimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) relacionados à indústria, inovação e produção sustentável.

Outra inovação diz respeito ao uso de bio-óleo nas usinas de pelotização no Espírito Santo, projeto pioneiro que está sendo desenvolvido para substituição gradual do gás natural na matriz energética da empresa, contribuindo para o processo de descarbonização do setor de mineração.



**PENSOU EM MÓVEIS PLANEJADOS? PENSOU NA MODULAR PLANEJADOS**

Móveis sob medida que refletem sua personalidade.

R. Piau, 606 - São Sebastião Marista - MG

MODULARPLANEJADOS



**NOSSOS SERVIÇOS**

**PAPELARIA**

- Emissão de boletos diversos;
- Agendamento de Passaporte;
- Agendamento de Identidade;
- Emissão do CNIS;
- Emissão do G.P.S;
- Contratos;
- Currículos;

Virtual



**PROMOÇÃO**

**LAVAGEM DE EDREDOM**

**2 EDREDONS POR**

**R\$ 59,90**

eLav

# SEGURANÇA: Minas promove a devolução de mais de 300 celulares recuperados em ação da Polícia Civil

**Na iniciativa Tá Entregue, proprietários foram convidados a comparecer ao Instituto de Identificação para a formalização da entrega dos aparelhos.**

O governador Romeu Zema participou, na quinta-feira (18/12), da ação promovida pelo Governo do Estado e a Polícia Civil de Minas Gerais (PCMG) de restituição de 337 celulares recuperados na ação Tá Entregue, que tem como objetivo reaver aparelhos com registros de furto, roubo ou extravio em Belo Horizonte.

O chefe do Executivo estadual comemorou o sucesso da ação, realizada pela primeira vez em Minas Gerais. "É uma notícia duplamente boa, porque além de nós termos reduzido em mais da metade esse tipo de crime no estado nos últimos anos, aqueles que tiveram o aparelho roubado ou furtado têm agora a oportunidade de revê-los, como está acontecendo hoje", ressaltou Romeu Zema.

Para a formalização da entrega dos aparelhos, realizada no Instituto de Identificação de Minas Gerais (IIMG), os proprietários dos telefones foram acionados, via WhatsApp, entre os dias 10 e 17/12, com informações sobre o procedimento. A PCMG disponibilizou no site da instituição uma nota com orientações.

As pessoas que receberam essas mensagens podem verificar a autenticidade clicando no banner disponível na página principal do site da Polícia Civil, ou no menu principal, por meio do ícone Tá Entregue. Elas serão direcionadas a uma página onde foi disponibilizado um campo para preenchimento do CPF ou CNPJ do proprietário do celular. Caso o aparelho tenha sido recuperado, é exibida na tela uma



mensagem de confirmação, além das instruções sobre como recebê-lo.

Os celulares não resgatados em 18/12 serão encaminhados ao Departamento Estadual de Investigação de Crimes Contra o Patrimônio (Depatri), que ficará responsável pela devolução a partir de 23/12/2024. A unidade policial, com atendimento ao público de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h, está localizada na Avenida Amazonas, 7.025, bairro Nova Gameleira, em Belo Horizonte.

"O que recomendamos a todas as vítimas é que sempre certifiquem a autenticidade dessa intimação enviada via Whatsapp e através do site da Polícia Civil", alertou a chefe da Polícia Civil de Minas Gerais, Leticia Gamboe.

A delegada também acrescentou que, a partir de agora, essas entregas de celulares serão realizadas de forma sistemática pela instituição em todo o estado.

### Boletim de ocorrência

O governador Romeu Zema também lembrou da importância de se registrar o boletim de ocorrência, para que, caso o aparelho seja recuperado, seja possível fazer a restituição.

"Fica o meu apelo para que as pessoas façam o BO, pois caso contrário, a Polícia Civil não tem como localizá-los e informá-los que o celular foi roubado. Fica o alerta para sempre tomar os cuidados devidos para evitar esse tipo de incidente", ressaltou o governador.

### Alívio

A recuperação do celular traz alívio e sensação de justiça para as vítimas, como é o caso da assistente financeira Dayse Cristina Luz, 40 anos, que no início do ano foi assaltada dentro do ônibus e teve seu celular levado quando voltava do trabalho.

"Quando eu recebi a notícia pelo Whatsapp fiquei até incrédula, já tinha perdido as esperanças de encontrá-lo. Esta iniciativa da Polícia Civil é muito legal. Estou bastante feliz com a ação", afirma.

A faxineira Andréia Moreira dos Santos, de 42 anos, teve seu aparelho roubado no Centro de Belo Horizonte e registrou um boletim de ocorrência. Hoje, ela estava entre os que aguardavam para receber o celular de volta.

"Eu fui direto no posto da polícia que tem ali na Praça Sete e fiz o boletim de ocorrência na esperança de encontrarem meu celular e até para me resguardar, porque hoje em dia a gente tem conta e várias informações pessoais no aparelho", comentou.

### Pioneirismo

O projeto estratégico para a recuperação de celulares em grande escala foi executado pela primeira vez pela Polícia Civil do Piauí, em 2023. Em setembro deste ano, uma comissão da PCMG esteve no estado piauiense para conhecer os protocolos que envolvem a execução do projeto, contribuindo dessa forma, para o êxito da ação em Minas Gerais.

Queridos amigos de Mariana 🌟

Neste Natal, que a luz do amor e da esperança ilumine seu caminho. Que cada momento seja repleto de alegria e que a paz esteja presente em seu coração e em sua casa. Que possamos celebrar com gratidão as bênçãos recebidas e compartilhar sorrisos e abraços calorosos com aqueles que amamos.

Lembre-se de que o verdadeiro espírito natalino está na união, na generosidade e na bondade. Que possamos espalhar essa magia não só nesta época, mas durante todo o ano!

Feliz Natal e um Ano Novo repleto de realizações e felicidades! 🎄❤️

Beijo no coração

Feliz Natal e um Ano Novo cheio de prosperidade, muita alegria e sucesso todos os dias!

Ediraldo Ramos - Vereador da Primaz de Minas

Cuidamos do maior patrimônio da sua empresa: Os seus colaboradores

**P<sup>2</sup> EPI**

Venha fazer seu orçamento:

(31) 3360-6200

Avenida do Comércio, 2348 - São Sebastião, Mariana - MG

FisioCare

Atendimento de Fisioterapia

**DOMICILIAR**

Conheça mais

(31) 98239 4879

VII ANIVERSÁRIO MACHADO 50

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

Obrigado por fazer parte da nossa história

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

(31) 3557-1582

www.vanderleimachado.com.br

Associação de Saúde - Rua Manoel de Castro Machado, 95 - Centro - Praça Dom Elói de Oliveira, 3105 - São Pedro

Clínica Prática de Saúde - Rua Bernardino de Campos, 53 - Jacaré - Rua Tereza de Jesus, 3104 - Vila Formosa

## SEBRAE aponta que 65% dos MEIs preveem crescer em 2025

Segundo o levantamento, os números são promissores mesmo diante de um cenário de taxa Selic em alta.



andamento de 2024 estão concentrados na indústria, com 41%, seguida por serviços com 37% e pelo comércio com 35%.

**MEIs pretendem adotar estratégias para ampliar negócios**

Para o presidente do Sebrae, Décio Lima, os números projetados para 2025 são extremamente promissores e indicam que o empreendedor brasileiro se mantém otimista apesar da alta da taxa Selic.

“O volume recorde de empregos, o fortalecimento do poder de compra das famílias e a retomada da indústria nacional são apenas alguns dos dados que animam o dono do pequeno negócio a se manter acreditando na economia brasileira e na melhoria da sua empresa”, comenta.

Segundo ele, outro aspecto identificado na pesquisa confirma isso: 68% dos microempreendedores entrevistados disseram que pretendem adotar novas estratégias em 2025 para estimular as vendas.

**Confira os setores:**

Comércio (71%); Serviços (70%); e Indústria (61%).

**As estratégias mais citadas pelos MEIs para alavancar os negócios em 2025 foram:**

investir em propaganda; aumentar a variedade de produtos e serviços; investir em cursos e treinamentos; reduzir preços ou oferecer descontos; e ainda aumentar os prazos de vendas ou oferecer parcelamentos.

“Esses números são a expressão daquilo que o empreendedor brasileiro é em sua essência: alguém que acredita no Brasil e que acorda todos os dias para colocar a economia em movimento”, diz Décio Lima.

Pesquisa realizada pelo Sebrae em parceria com a Fundação Getúlio Vargas (FGV) aponta que seis em cada dez microempreendedores individuais (MEIs) em todo o Brasil acreditam que o próximo ano será ainda melhor que 2024.

De acordo com os dados, 37% dos microempreendedores individuais (MEIs) em todo o Brasil continuam otimistas com a economia nacional. Para eles, este ano foi melhor para o próprio negócio do que em 2023. Já para 26%, este ano foi igual a 2023. Já para 30% dos entrevistados o ano foi pior.

Mais especificamente, por setores econômicos, os microempreendedores mais otimistas com o

## NATAL 2024 EM MARIANA: Sugestões de horários para o comércio neste fim de ano

Confira o cronograma da ACIAM/CDL como sugestão de horário de funcionamento do comércio em Mariana.

É importante destacar que esses horários são apenas sugestões e, independente da decisão de cada empresa, as leis trabalhistas devem ser respeitadas. Por este motivo, consulte a contabilidade responsável pela empresa para se informar sobre horas extras, banco de horas e compensações.

É a ACIAM/CDL Mariana promovendo o comércio marianense.

SUGESTÃO DE HORÁRIO de natal			
01. DEZ.	SEM EXPEDIENTE	23 E 24. DEZ.	00 ÀS 21H
02 A 06. DEZ.	00 ÀS 19H	25. DEZ.	FERIADO
07. DEZ.	00 ÀS 13H	26 E 27. DEZ.	00 ÀS 19H
08. DEZ.	FERIADO	28. DEZ.	00 ÀS 13H
09 A 14. DEZ.	00H ÀS 19H	29. DEZ.	SEM EXPEDIENTE
15. DEZ.	SEM EXPEDIENTE	30 E 31. DEZ.	00 ÀS 19H
16 A 21. DEZ.	00 ÀS 21H		
22. DEZ.	00H ÀS 19H		

## ACIAM/CDL MARIANA participa de evento em que a Samarco anuncia os 60% da capacidade produtiva

Na última segunda-feira (16/12) a ACIAM/CDL Mariana esteve presente no plano de retomada operacional da Samarco.

O novo concentrador é ainda mais moderno e garante um aumento da capacidade de produção, alcançando os 60%. Essa conquista une eficiência e tecnologia para o setor de mineração, trazendo melhorias para os municípios em que estão no entorno da mineradora.



# Feliz Natal e Próspero Ano Novo

Que o amor de Cristo nos guie e nos inspire neste Natal, no Ano Novo e em toda os dias de nossa vida.

Que cada um de nós sinta o espírito natalino e se preencha com toda a fé e equilíbrio necessários para começar mais um ano novo em paz.

Juliano Duarte & Família



# INOCENTES? MPF recorre de sentença que absolveu Vale, Samarco e BHP e executivos pelo rompimento da barragem de Fundão

O MPF questiona principalmente o argumento de que as provas apresentadas não permitiriam a identificação das condutas específicas de cada acusado.

O Ministério Público Federal (MPF) apresentou na segunda-feira (16/12) um recurso contra a decisão judicial de primeira instância que absolveu as mineradoras Samarco, Vale e BHP e executivos em ação penal relacionada ao rompimento da barragem de Fundão, em Mariana (MG), em novembro de 2015.

Em novembro, a Justiça Federal em Ponte Nova absolveu a Samarco e suas controladoras Vale e BHP em processo no qual são acusadas de terem responsabilidade criminal direta no colapso da barragem.

A juíza Patrícia de Carvalho decidiu absolver as três mineradoras e 21 pessoas, incluindo ex-executivos e técnicos, "devido à falta de comprovação de atos individuais que determinassem a responsabilidade criminal direta pelo desastre", segundo o Tribunal Regional Federal da 6ª Região (TRF6).

Em comunicado, o MPF disse que pediu a condenação da Samarco, Vale e BHP Brasil, além da Vogbr Recursos Hídricos e Geotecnia e mais seis executivos e técnicos. São apontados os crimes de inundação, poluição com resultado morte e danos a unidades de conservação.



O rompimento da barragem de rejeitos de minério de ferro da Samarco em Mariana (MG) deixou 19 mortos, centenas de desabrigados e atingiu comunidades, florestas e rios, incluindo do rio Doce até o mar do Espírito Santo.

O MPF questiona principalmente o argumento de que as provas apresentadas não permitiriam a identificação das condutas específicas de cada acusado que levaram ao rompimento da barragem, afirmou o órgão.

O procurador da República Eduardo Henrique de Almeida Aguiar, responsável pelo recurso, argumenta que os crimes ambientais de maior envergadura não ocorrem pela conduta de uma pessoa isolada, mas, em regra, pela atuação de uma grande empresa, com complexa estrutura organizacional, nas quais várias pessoas colaboram.

Para o procurador, diferente do que entendeu o juízo de primeira instância, o MPF teve êxito em comprovar que todos os réus, na posição de garantidores, omitiram-se e que as suas omissões incrementaram o risco da operação da barragem, levando aos resultados lesivos ao meio ambiente e às populações, afirmou o órgão.

## COMPROMISSO: Mais uma barragem da Vale deixa o nível de emergência e tem condição de estabilidade atestada

A barragem Campo Grande, localizada na mina Alegria, no município de Mariana (MG), teve seu nível de emergência encerrado pela Agência Nacional de Mineração (ANM) na última segunda-feira (16/12/2024).



A estrutura recebeu Declaração de Condição de Estabilidade (DCE) positiva, atestando a sua segurança.

A melhora das condições de estabilidade foi possível graças ao avanço do processo de descaracterização, que está previsto para ser concluído em 2026. A barragem Campo Grande é uma das 30 estruturas incluídas no Programa de Descaracterização de Barragens a Montante da Vale, que recebeu mais de R\$ 10 bilhões em investimentos desde 2019.

A retirada de nível de emergência da barragem Campo Grande foi realizada pela ANM e devidamente comunicada pela Vale aos órgãos reguladores e fiscalizadores competentes. A estrutura permanecerá em nível de alerta e recebendo acompanhamento dos órgãos competentes até que haja a conclusão de toda a documentação necessária, conforme a legislação vigente.

### Gestão e Segurança de Barragens

A Vale tem trabalhado fortemente para aprimorar a gestão e

segurança das suas barragens e contribuir para um ciclo mais sustentável da mineração no Brasil, mais seguro para as pessoas e para o meio ambiente.

Ao todo, 16 barragens da empresa deixaram o nível de emergência desde 2022. Das 15 que ainda mantêm algum nível de emergência, nenhuma delas opera recebendo mais rejeitos. Além disso, todas as barragens construídas pelo método a montante estão em processo de descaracterização. As estruturas são monitoradas permanentemente e recebem ações contínuas para aprimorar a segurança.

A Vale aderiu ainda ao Padrão Global da Indústria para a Gestão de Rejeitos (GISTM), que tem o objetivo de garantir dano zero às pessoas ou ao meio ambiente durante todo o ciclo de vida das barragens. Lançado em 2020, a partir de uma iniciativa do Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (UNEP), dos Princípios para o Investimento Responsável (PRI) e do Conselho Internacional de Mineração e Metais (ICMM), foi o primeiro padrão global do setor mineral e um marco mundial

para a segurança de barragens.

As principais barragens da Vale são monitoradas 24 horas por dia e 7 dias por semana pelos Centros de Monitoramento Geotécnico (CMGs) da empresa, além de receberem inspeções regulares de equipes internas e externas, que agem prontamente quando são necessárias ações preventivas ou corretivas.

**CONTAD casa & clean**  
Seu casa em brilhar!  
Serviços de Limpeza e Cuidado diário:  
Cozinhas, Lavandários e Pisos  
Jardins e Zebalões  
Beds e Cuidadores  
Maturista executivo  
3560-5897  
99741-8453  
6980000000000000

**ATRAPOPENS**  
SUA SAÚDE NAS MÃOS DOS MELHORES PROFISSIONAIS  
ESPECIALIDADES:  
• Acupunturista  
• Cardiologista  
• Clínica Geral  
• Endocrinologista  
• Especialista em Coluna e Dor  
• Fisioterapeuta  
• Fonoaudióloga  
• Ginecologista / Obstetra  
• Neurocirurgião Neuroinfantil  
• Neurologista  
• Nutricionista  
• Oftalmologista  
• Ortopedista e Traumatologista  
• Otorrinolaringologista  
• Psicólogo Infantil / Adulto  
• Psiquiatra  
• Urologista  
Agende sua consulta pelo telefone ou whatsapp  
(31) 3557-4096  
3558-6670  
98810-0238  
ACESSO TAMBÉM:  
atrapopensmariana@gmail.com  
Clínica Médica Atrapopens

**CENTRO RR AUTOMOTIVO**  
Alinhamento 3D  
Balanceamento  
Serviços e Peças  
Injeção Eletrônica  
Limpeza de Bicos  
Freios  
Troca de Óleo  
Embreagem  
Parte Elétrica  
Correla Dentada  
31 3558-5437  
31 98404-7292  
rrcentroautomotivo2015  
RR CENTRO AUTOMOTIVO  
Av. Nossa Senhora do Carmo, 155 - Vila do Carmo - Mariana / MG

**Assistência**  
Sorriso com confiança. Cuidado do seu sorriso com especialistas.  
ESPECIALISTAS EM ORTODONTIA E IMPLANTODONTIA ENTRE OUTROS PROCEDIMENTOS, COM ATENDIMENTOS HUMANIZADO E PERSONALIZADO.  
AGENDE SUA AVALIAÇÃO  
(31) 98470-4898  
RUA HENRIQUE DA SILVA, 442 - CENTRO - MARIANA - MG

# TRILHAS HISTÓRICAS, DESAFIOS MODERNOS: Trail da Virada conquista a Primaz de Minas

A 4ª edição do Trail da Virada, realizada no último domingo (15/12), transformou Mariana em um verdadeiro palco de aventuras.

A prova, que explorou as trilhas históricas da cidade, combinando natureza exuberante e desafios técnicos, reuniu mais de 500 atletas em busca de superação e imersão na rica história da região.

Com opções de 9 km e 21 km, além da contagiante corrida kids, o evento atendeu a diferentes perfis de corredores. A largada, sob um sol radiante, foi marcada por uma energia contagiante, impulsionando os atletas a desbravar as paisagens e superar seus limites.

Ao cruzar a linha de chegada, a emoção tomou conta da cerimônia de premiação. Na categoria de 21 km, o pódio masculino foi composto por Maurício dos Santos da Silva, Juliano da Conceição dos Santos, Moisés Fernando dos Santos, Esser Milagres e Willian de Paula Silva. Já no feminino, as cinco primeiras colocadas foram Thaís de Jesus Arcaño, Elizette Mol, Silvania, Juliana do Parto Couto e Flávia Alves Moreira. Na prova de 9 km, as atletas Joséli Maria Ferreira, Vitória Rita Viégas Cardoso, Liege da Silva Walter, Angela Maria Alves de Souza e Claudiomara Eva dos Anjos completaram o pódio.

Além da competição, o evento ofereceu uma experiência completa aos participantes. Um café



da manhã especial, patrocinado pelo Farid Supermercados, recepcionou os atletas com alegria e disposição, preparando-os para os desafios que viriam. Ao longo do percurso, pontos de hidratação e frutas mantiveram os corredores energizados, enquanto a trilha, animada por música ao vivo, criou uma atmosfera vibrante e contagiante.

O sucesso do Trail da Virada destaca o potencial turístico e esportivo de Mariana. A cidade histórica, com sua rica cultura e natureza exuberante, proporcionou um cenário perfeito para o evento, atraindo atletas de diversas regiões que, além de competir, puderam vivenciar a história e a hospitalidade da cidade.

Com cada edição, o Trail da Virada se consolida como um dos eventos mais aguardados do calendário esportivo da região. A organização já anuncia novidades para a próxima edição, que promete ser ainda mais emocionante, com novos desafios e atrações para todos os públicos.

O Trail da Virada só foi possível graças ao apoio de patrocinadores e parceiros. A organização agradece a todos que contribuíram para o sucesso do evento e convida a todos para a próxima edição, onde a aventura e a história se encontrarão mais uma vez.



## CENTERCEL

VENDA E ASSISTÊNCIA TÉCNICA EM CELULARES E COMPUTADORES

(31) 98308-9755

# SEU CELULAR QUEBROU?

**TRAGA EM NOSSA LOJA QUE RESOLVEMOS!**

*FAZEMOS TODOS OS TIPOS DE REPARO NO SEU CELULAR*



**PRECISA DE UM CELULAR NOVO?**

TEMOS EXCELENTES OPÇÕES AQUI! VENHA CONFERIR!



*-Vendas de produtos & Acessórios*

*-Vendas de celulares*

*-Assistência técnica e muito mais*





- Mega Hair
- Mechas
- Cílios
- Manicure
- Cortes
- Penteados
- Make



Rua do Catete, 427 -Centro, Mariana

O empreendedor **Samarco Mineração S.A.**, em Recuperação Judicial, nos termos do art. 30 da Deliberação Normativa Copam nº 217, de 2017, torna público que solicitou à Unidade Regional de Regularização Ambiental Fundação Estadual de Meio Ambiente Licença de Instalação e Operação para a Estrutura de Contenção de Sedimentos Dique1010, para atividades ou empreendimentos não listados ou não enquadrados em outros códigos, com supressão de vegetação primária ou secundária nativa, pertencente ao bioma Mata Atlântica, em estágios médio e/ou avançado de regeneração, sujeita a EIA/RIMA nos termos da Lei Federal nº 11.428, de 22 de dezembro de 2006, exceto árvores isoladas, localizado no município de Mariana/MG, Classe 2, conforme solicitação no Sistema de Licenciamento Ambiental nº 2024.03.04.003.0001668. O requerente informa que o Estudo de Impacto Ambiental (EIA) e o Relatório de Impacto Ambiental (RIMA), encontram-se à disposição dos interessados na forma digital pelo link [www.samarco.com](http://www.samarco.com). Mais informações acerca do requerimento para a realização de Audiência Pública podem ser obtidas no site <http://sistemas.meioambiente.mg.gov.br/licenciamento/site/consulta-audiencia>.



Compra - Venda - Administração - Avaliação de imóveis



**IGC**  
Imobiliária Geraldo Carvalho Ltda.  
PJ nº 4732

Imóveis em Mariana, Ouro Preto e região

Geraldo Carvalho

(31) 3557-2004 / 99961-3043  
98484-9353

E-mail: [contato@imobiliariageraldocarvalho.com.br](mailto:contato@imobiliariageraldocarvalho.com.br)  
Site: [www.imobiliariageraldocarvalho.com.br](http://www.imobiliariageraldocarvalho.com.br)

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



**NUTRIÇÃO EM DIA** com Fabiana Avellar é nutricionista graduada pela UFOP inscrita no CRN 9: 10643;

**Pós graduada em Obesidade e Emagrecimento e em Nutrição Funcional / Mestre em Estudos Culturais Contemporâneos (ênfase em práticas alimentares contemporâneas). Tem mais de 10 anos de prática em atendimentos clínicos auxiliando em tratamentos de emagrecimento, diabetes, hipertensão e outros distúrbios nutricionais. Atendimentos: Rua Wenceslau Braz, 748 - Centro, Mariana/MG. Instagram: @fabs\_avellanutri**

**EXCESSOS E OMISSÕES DO FIM DE ANO COLOCAM A SAÚDE EM RISCO: NÃO ESMOREÇA NOS HÁBITOS CARROS-CHEFES DA SAÚDE**

No transcorrer de um ano quase inteiro com a rotina incluindo a prática de atividade física regular com foco na manutenção da saúde, eis que de repente dá o ar da graça o último mês do calendário: dezembro! E com ele vem um período associado a férias, recessos, confraternizações, folgas, entre outras coisas. Sem hipocrisia: tem circunstância melhor? Troca de presentes, celebrações, ceias fartas, horas e horas de divertimento regadas de prazeres, muita comida e bebida boa, exaustos, pouco tempo de sono...

Inevitavelmente, isso tudo deixa um preço. Mergulhar deliberadamente apenas na curtição e deixar de lado as rotinas de cuidado do fator saúde e bem-estar é uma atitude vilã.

Solidariamente ao organismo, imagine por um momento como fica o metabolismo com essa montanha russa de oferta alimentar e mudança de rotina? É claro que ele vai desregular!

São várias as mudanças que o fim de ano traz na vida das pessoas. Além das confraternizações que normalmente impactam no peso corporal, dada a quantidade de alimentos calóricos que

pululam no período, surge a grande falta de tempo, cansaço, preguiça, etc., motivos que tentam induzir a jogada de toalha para o exercício físico e outros cuidados.

O acúmulo de muitas responsabilidades em dezembro (comprar presentes, agendar as férias, finalizar os trabalhos, terminar a faculdade, ocupar o tempo livre das crianças, organizar a ceia, dentre outras) acaba deixando muitas pessoas estressadas e ansiosas. O estresse de final de ano também precisa ser saudável. Se passar dos limites o organismo pode reagir, seja com crises alérgicas e até com problemas no estômago, por exemplo. Na percepção de cansaço, é melhor relaxar e fazer o possível para aliviar o estresse.

Medidas simples podem ajudar a focar e persistir no que é bom para o corpo sem atrapalhar a passagem pela época. Não dá para esquecer a rotina já estabelecida e, para quem ainda nem começou nesse valioso costume, é hora de estabelecer um acordo definitivo com si próprio e colocar em foco somente a execução contínua dele.

- 1 Mantenha o ritmo.**  
 Não pule refeições. É importante continuar ingerindo pequenas porções de alimentos várias vezes ao dia e permitir no planejamento, inclusive durante as ceias. Consuma mais carne branca, saladas de vários tipos e em menor quantidade as receitas mais encorpadas.
- 2 Modere no consumo de álcool.**  
 Imponha um limite de quantidade de bebida alcoólica que será consumida. Alcool em excesso, além de fazer mal à saúde, leva você a desistir mais facilmente de dieta e tendê-la a comer muito mais.
- 3 Não esgote nas dívidas.**  
 De presentes, as viagens, a ceia e tudo o mais que envolve o fim de ano também podem fazer você perder o sono nos próximos meses: dias de festas. O ideal é planejar todos os gastos antecipadamente. Assim as chances de ficar no vermelho diminuem.
- 4 Evite acumular responsabilidades.**  
 As responsabilidades nesse época aparecem com força total, o que acaba deixando muito gente estressada e ansiosa. O organismo pode reagir com crises alérgicas ou com problemas no estômago, por exemplo.
- 5 Durma bem e faça exercício.**  
 Procure manter uma rotina o mais saudável possível, ainda que seja um mês atípico. A falta de descanso adequado e o sedentarismo são vilões não só para a saúde do coração, mas para o esqueleto. Além disso, a concentração, a memória e a imunidade podem ficar prejudicadas.
- 6 Menos açúcar e gorduras.**  
 Diminua a ingestão de açúcar alguns dias antes do Natal e adote uma alimentação mais equilibrada com uma quantidade de gorduras boas. Evite ao máximo as carnes vermelhas e os pães.

É ideal que a atividade física não seja colocada de lado nesse período e haja comedimento no consumo da grande variedade alimentar. Também não pode entrar em recesso o zelo com o fator sono, gestão do estresse e demandas. É importante ter em mente que o aspecto concentração, equilíbrio e imunidade ficam prejudicados com essa avalanche de mudanças que aparecem com força total neste período, podendo até haver abertura de suscetibilidade para doenças como a gripe. Vale pontuar, também, que malabarismos e estratégias de compensação não funcionam.

Se fosse para falar apenas uma coisa para você, eu diria: excessos e omissões em qualquer época colocam a saúde em risco. Não reduza a intensidade dos hábitos carros-chefes da saúde, principalmente no fim de ano. Procure manter uma rotina a mais ajustada possível, ainda que seja em um período atípico.

Ver o retorno do seu esforço nessa época desafiadora será um estímulo importante para já transformar positivamente o próximo ano a caminho!

**10 ANOS DE MUITO SUCESSO DA EMPRESA FORTALEZA MACON**



**Endereço: Rodovia dos Inconfidentes, 165 - São José, Mariana - MG**



## Almoço especial Atrapopens



**Faça seu agendamento / Telefone: 35574096 (whatsapp)**



**DO INÍCIO AO FIM**

**TEMOS TUDO  
QUE SUA OBRA  
PRECISA**

**Telefone: (31) 3558-5353**

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

## CREDIBILIDADE: IPREV Mariana conquista o Troféu Ouro 15 anos - o “Oscar da Previdência”

O IPREV Mariana conquistou o Troféu Ouro 15 anos- Prêmio Nacional de Boas Práticas de Gestão Previdenciária, na categoria Médio Porte, promovida pela ANEPREM- Associação Nacional de Entidades de Previdência dos Estados e Municípios.

A premiação da ANEPREM, é um reconhecimento à dedicação dos gestores e equipes que se destacam pela excelência na administração dos Regimes de Previdência no Brasil. Neste ano, 2.144 previdências próprias, entre estados e municípios, participaram do edital e concorreram ao certame.

A premiação foi entregue na última quarta-feira dia (11/12), durante o 23º Congresso Nacional de Previdência. O Prêmio é considerado o “Oscar da Previdência” e busca estimular, reconhecer e



premiar os institutos que desenvolvem boas práticas de gestão previdenciária, por meio de ações de transparência, equidade, ética, responsabilidade corporativa e social e inovação.

Para a solenidade e participação do Congresso, estavam presentes a Diretora Presidente do IPREV, Elizangela Lana, a diretora Administrativa Financeira, Betânia de Paula, o servidor do Instituto Diego Couto, as Conselheiras Luciana Pyra e Mayra Soragi além de Flávio Rocha, membro do Comitê de Investimentos.

## SOLIDARIEDADE: Equipe de Saúde realiza o 1º Natal Solidário da Reabilitação

A ação contou com vacinação, distribuição de presentes e animadores para as crianças.

Na última sexta-feira, dia 13, aconteceu o Natal Solidário no pátio da Policlínica Municipal, com a participação da comunidade. Essa ação faz parte de mais um projeto voltado para a saúde da população de Ouro Preto.

O Setor de Reabilitação oferece tratamentos e processos de reabilitação e adaptação nas áreas auditiva, física, intelectual, além de atuar nas áreas motora, respiratória, neurológica, cardiovascular, vestibular, pélvica e linfática, através da fisioterapia. Além disso, o setor conta com terapeutas ocupacionais e fonoaudiólogos, que oferecem suporte na adaptação auditiva.

Para Paola Amorim, coordenadora do setor de reabilitação do município, a ação, além de promover a confraternização com a comunidade, proporciona cuidados às pessoas. As crianças da comunidade São Cristóvão também marcaram presença no evento.



Durante o evento, foram disponibilizadas gratuitamente todas as vacinas do Plano Nacional de Imunização, beneficiando crianças, adolescentes e idosos, com destaque para as vacinas contra gripe e COVID-19. Nélia Maria, de 61 anos, aproveitou a oportunidade para atualizar sua carteirinha de vacinação. “Não percam essa chance. Vamos prevenir problemas futuros”, destacou.

A ação também contou com a participação de animadores vestidos como personagens queridos pelas crianças, como o Mickey, o Pato Donald e elfos fantasiados, que resgataram brincadeiras com o público infantil.

Entre as atividades oferecidas estavam pintura facial, distribuição de pipoca, algodão-doce e churros, além de brincadeiras com escorregador inflável, pula-pula e sorteio de presentes para encerrar o evento em grande estilo.



**NATAL DE LUZ DE MARIANA.**

Uma Tradição Iluminada pela Cedro Mineração!  
 Pelo terceiro ano, a Cedro Mineração tem o orgulho de apoiar o Natal de Luz de Mariana, trazendo brilho e alegria para as festas de fim de ano.  
 Junte-se a nós na celebração do espírito natalino, que promove esperança e união para todos.

**FELIZ NATAL**

**CEDRO MINERAÇÃO**

Boas Festas e um Próspero Ano Novo!

# ACONTECEU NA FUPAC MARIANA

Final de curso é hora das bancas de defesa dos Trabalhos de Curso ou Trabalhos de Conclusão de Curso. Estamos na semana de consagração do processo

de pesquisa e de defesa dos trabalhos realizados. Neste período, são 32 trabalhos que passaram por processo de orientação e que foram

submetidos às bancas. Parabéns a todos envolvidos neste processo desde o projeto até a aprovação, essa é somente a parte visível, o grosso do trabalho está no

processo como um todo e só quem participou sabe a luta vencida!!! Para saber mais, siga no instagram: @fupacmariana e @nextic.fupacmariana



## VESTIBULAR

# DI REI TO

**SEU CAMINHO**  
*passa por aqui*

**PROVA AGENDADA**

**INSCRIÇÕES EM:**  
(31) 3557-2933 | (31) 98829-3696  
WWW.FUPACMARIANA.COM.BR  
CONTATO@FUPACMARIANA.COM.BR

R. Antônio Alves, nº 7B - São Cristóvão, Mariana - MG



FELIZ

# Ano Novo!

2024 foi pouco para mostrar tudo aquilo que ainda podemos realizar ao seu lado, cliente amigo. 2025 entrará para a história!

Jornal **Panfletu's**

A farmácia **mais barata** do Brasil!

Drogarias **Ultra Popular**

## ESTAMOS FAZENDO **ENTREGA**

### HORARIO DE FUNCIONAMENTO:

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

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

#### UNIDADE I

☎ 3558-1031  
98733-2454 📍

#### UNIDADE II

☎ 3557-4498  
98556-1609 📍