



saúde
&
estilo

www.saudeestilo.com.br

Lazer e conhecimento
ao alcance de sua mão!

Itabira | João Monlevade | Sta M^a de Itabira

Março 2023 | Ano 6 | N^o60



8 COISAS QUE AS MULHERES
AMAM, MAS NUNCA VÃO PEDIR
A UM HOMEM PARA FAZER Ver Pág. 03

BELEZA Pag. 03

ODONTOLOGIA Pag. 04

CURIOSIDADES CARROS Pag. 05

MATÉRIAS EXCLUSIVAS Pag. 07

 **DRA. MARGARIDA GUERRA**
Médica Veterinária CRMV - MG 3031

3831 3982
99963 5474

CONSULTÓRIO
VETERINÁRIO

TOPA TUDO



31 99781-0102

Rua Prof. Virgílio Quintão, 990 - 12 de março - Itabira/MG

 **Revisa Pneus auto center**

Rua Israel Pinheiro, 578 - Major Laço
Itabira Minas Gerais

- PEÇAS E SERVIÇOS
- PNEUS
- ALINHAMENTO
- BALANCEAMENTO
- TROCA DE ÓLEO
- SUSPENSÃO

31 3833 4150

16 DE MARÇO
DROGARIA & PERFUMARIA

3831 5054
97185 6776

Rua João Camilo de Oliveira Torres, 21 Loja 12 - Juca Rosa
www.farmacia16demarço.com.br

Clínica veterinária **Mundo Animal**
Agora com veterinário
PET SHOP

 (31) 3831-1702
Av. João Pinheiro, 194
Centro - Itabira-MG

 **Só Sorriso**
Implante e Estética

RT: LAURA CARVALHO
CRO-MG- 40.713

31 3831-2301 | 9 8941-4889

Rua Juca Machado, 141 - Centro - Itabira
(Em frente a Igreja da Graça - entre a Dismacon e o Sicoob).

 **CHAPÉU DE JAVALI**
Distribuidora de Itabira & Domíngos

chapeu_javali
(31) 9.9796 - 2681

Rua José Basílio Caetano, 728
São Cristóvão - Itabira/MG

 **JK**

MÓVEIS SOB MEDIDAS E PLANEJADOS ALTO PADRÃO DE QUALIDADE

@jkmovéisplanejados2
jksnhosplanejados@gmail.com
(31) 9 8694-5125 // (31) 9 8842 1761
RODRIGO RAFAEL
RUA DONA VITALINA, N^o40 - LAMBARI - SANTA MARIA DE ITABIRA, MG

 **NAYARA**
BOUTERIAS

31 9 8494 3081
@bijusnayaraitabira

Rua Prof. Virgílio Quintão, 238 - Caminho Novo

Deposito **FERMAO**
material de construção
3851-6850

Rua Duque de Caxias, 139
Bairro José Eloi

 **Faynner Photos**

@faynner_photos
(31)99506-0136

 **Cia da Empada**
A empada mais famosa de Itabira

3831-5500

Av. João Pinheiro, 336 A - Centro - Itabira/MG

TRECOS

Fone: 3834-4463
lojastrecos@bol.com.br
Rua Raimundo de Souza, 62 - Bela Vista - Itabira - MG

SAUDENSE
MECÂNICA E AUTO PEÇAS

99417 4184 | 99556 8390

Av. Wilson Alvarenga 3, Loja 2, Belmonte

CENTRO DE FORMAÇÃO DE CONDUTORES

MOURA



cfcmoura@yahoo.com.br

Tel. (31)3838-1116
Rua Casemiro Andrade, n^o190
bairro Centro - Santa Maria de Itabira

Tel. (31)99731-1116
Av. Amir Soares de Carvalho, n^o74
bairro São Cristóvão - Ferros/MG

PASSEAR COM O CACHORRO NOS DEIXA EM FORMA

O exercício é uma das atividades mais saudáveis e importantes que podemos realizar, já que nos permite estar em forma, ter uma boa saúde, prevenir diferentes tipos de doenças, aliviar o estresse e acima de todas as coisas, melhorar a condição física, que é um dos aspectos mais decisivos se queremos levar uma vida saudável.

Passar com o cachorro nos deixa em forma

Algumas pessoas com problemas de sedentarismo enxergam o exercício mais como um problema do que como uma solução, pelo cansaço que representa realizar uma atividade que ao princípio vai gerar dores musculares. Estas pessoas acreditam que se elimina a possibilidade de sentir qualquer tipo de diversão enquanto se exercitam.

No entanto, diante deste delicado problema, diferentes especialistas recomendaram uma atividade bem efetiva em relação ao que se refere a resultados e entretenimento, já que melhora o estado físico e funciona como uma solução espetacular para evitar e sanar o estresse.

Não sabe qual é esta atividade física? Pois se trata nada mais e nada menos do que passear com o cachorro. Ainda que pareça impossível de acreditar, o melhor amigo do homem também pode ajudar a nos colocar em forma, além de ser o companheiro perfeito para sair para caminhar. Se você estiver surpreso, não se preocupe! Aqui vamos conhecer os aspectos mais importantes sobre este fato.

Benefícios de passear com o cachorro

Existem duas coisas que se instituem como as principais bases deste assunto: por um lado, caminhar durante pelo menos 30 minutos, melhora a qualidade de vida, enquanto que por outro, se você mora com um cachorro é necessário e obrigatório levá-lo para caminhar, pelo bem de sua saúde, o que pode ser muito útil para a motivação, se você for daqueles que necessitam de um pequeno empurrão.

Sair para caminhar com seu cão é uma atividade que oferece numerosos e saudáveis benefícios, estes são alguns deles:

- Ajuda a queimar calorias e a manter o coração saudável e fortalecido.
- Alivia o estresse e melhora o estado emocional, já que quando se caminha com a companhia de um cão é possível desfrutar não somente da vizinhança e da presença dele, mas também da felicidade que o cão sente ao ser levado para passear.
- Ajuda na diversão, pois o cachorro nos torna muito mais ativos. Quando sair com seu pequeno amigo a algum lugar em que ele possa brincar e desfrutar, você não vai aguentar e vai acabar sendo o companheiro dele em brincadeiras caninas.
- Minimiza a recusa em praticar atividades físicas, pois diferente dos outros exercícios físicos, nos quais se pode estabelecer um horário fixo, sair com seu cachorro é algo que simplesmente não se pode decidir, porque quando ele necessita se exercitar, você deve levá-lo.

- Permite a interação com outras pessoas. Isto é muito importante para se distrair!
- Exercita a parte superior e inferior do corpo, ao ter que segurar a coleira e caminhar.

O cachorro também se

beneficia quando você entra em forma com ele

Por ser um companheiro que necessita de exercício, atenção e carinho, levá-lo para passear representa para ele um prazer inigualável que oferece numerosos benefícios.

Estes são alguns deles:

- Ajuda a queimar calorias.
- Mantém a saúde, tanto física como mental, já que quando o cão sai para caminhar ou realizar qualquer tipo de atividade, ele se sente muito mais feliz e fortalecido.
- Aumenta a expectativa de vida.
- Os mantém ativos durante a velhice, devido a ao fato de que se é um costume passear com o cachorro, este vai seguir buscando a se exercitar quando tiver mais idade.
- Os ajuda a conhecer outros cães e outras pessoas, o que é muito importante. Você sabia que a socialização previne problemas como a agressividade e a depressão?

As raças de cachorro que mais gostam de se exercitar

Se você ainda não conta com a companhia de um destes maravilhosos amigos e desejacaminhar e se exercitar com eles, aqui vamos deixar uma pequena lista das raças que mais amam o exercício.

- Dálmata
- Pastor Alemão
- Labrador Retriever
- Husky Siberiano
- Pastor Australiano
- Border Collie
- Doberman

Se seu desejo é entrar em forma da maneira mais divertida, você só deve sair para passear com seu cachorro. Por que não começar já? Entrar em forma com seu cachorro vai ser ótimo para seu mascote e para você.

Fonte: (Meus Animais)



MADE IN ROÇA
AGROPECUÁRIA E PET SHOP
31 2840 4055 | 9 7237 0238
Rua Prof. Virgílio Quintão, 1011 - Água Fresca

HOSPITAL
Animal
DE ITABIRA 24h

31 3066 4669

Rua Desembargador Drummond, 05
Campestre - Itabira/MG

EXPEDIENTE:

REPORTAGEM: 31 99739 7676 | DIAGRAMAÇÃO: 31 98605 5345

FAZEMOS COBERTURA DO SEU EVENTO E FESTA DE ANIVERSÁRIO!

8 COISAS QUE AS MULHERES AMAM, MAS NUNCA VÃO PEDIR A UM HOMEM PARA FAZER



Muitas mulheres mostram-se difíceis e “frias”, mas a verdade é que poucas são as que resistem a um gesto romântico, mesmo que não admitam!

Seja um café da manhã na cama, um passeio surpresa, ou um simples bilhete a dizer “te amo”, são estas pequenas coisas que fazem com que as mulheres se derretem completamente por um homem.

Por isso meninas, compartilhem com os seus crushes este artigo, para que eles saibam como te conquistar ainda mais sem que vocês tenham de lhe dizer diretamente.

Mas se for homem, então presta bem atenção ao que deve

fazer, pois ela NUNCA te dirá!

1. CAFÉ DA MANHÃ NA CAMA

Quem é que não gosta de ser acordada com o cheirinho a torradas e café acabado de fazer logo pela manhã? Então se tudo isto nos for levado à cama, ainda melhor.

2. VIAGEM ROMÂNTICA

Por muito que as mulheres digam que não gostam dessas coisas “melosas”, a verdade é que nenhuma mulher resiste a uma escapadinha romântica surpresa. Mesmo que seja um simples passeio pela montanha

3. SAÍDAS À NOITE

Muitos casais com relacionamentos de longa duração que vivem juntos deixam de sair à noite ao fim de algum tempo, até mesmo para irem ao cinema. Fiquem em casa, nem que seja deitados no sofá a ver um filme e a comerem umas pipocas, passa a ser rotina. Mas a verdade é que nenhuma mulher, por muito que goste de ficar em casa, suporta isso durante muito tempo. Por isso, saiam os dois... vão ao cinema, jantar fora no restaurante preferido dela, conhecer o último bar que abriu na cidade, ou simplesmente dar um passeio noturno no parque.

4. RECEBER FLORES NO TRABALHO

Este gesto “poderoso” não só é absolutamente adorável como demonstra que o homem não tem receio de demonstrar os seus sentimentos.

5. TRABALHO DOMÉSTICO

As tarefas domésticas não devem ser apenas exclusivas da mulher, já que quando um casal vive junto, a casa é dos dois e não apenas dela. Por isso, o homem deve sempre contribuir com a sua parte. Enquanto ela cozinha, ela põe a mesa para comerem; ela coloca a roupa a lavar, ele estende; ela faz a cama, ele aspira; e por aí fora. É tudo uma questão de trabalho em equipe, e não há mulher que resista a um homem assim.

6. COMPRAS EM CASAL

Todas as mulheres sabem o quanto os homens detestam ir às compras conosco, e ok... nós percebemos porquê! Por isso, não existe nada de mais atrativo quando um homem nos convida a ir às compras com ele

7. BILHETES DE AMOR

Quem é que não gosta de descobrir um bilhete com uma mensagem de amor? Nem que diga um simples “te amo”, já é o suficiente para uma mulher ficar completamente derretida. Até porque isso é um sinal de que “ele” pensou nela!

8. ELOGIOS EM PÚBLICO

Ouvir um elogio, principalmente em público, aumenta automaticamente nossa auto-estima.

Fonte: (Fãs da Psicanálise)

UNISOCIAL VAI AO PEDREIRA, EM ITABIRA, MG, E LEVA AÇÃO SOLIDÁRIA AOS MORADORES

COBERTURA SAÚDE E ESTILO

Dezenas de pessoas passaram uma tarde bem especial neste domingo, 26/02/2023, no Pedreira, em Itabira, MG. O bairro recebeu o UniSocial, evento que levou aos moradores cortes de cabelos, aferição de pressão arterial, espaço recreativo para crianças, tenda da beleza, doações de roupas e cestas básicas, e, a cima de tudo, a Palavra do SENHOR. O pastor Márcio Aschi falou da importância deste tipo de mobilização: “Nós levamos o alimento físico e o melhor, o alimento espiritual”.

O UniSocial aconteceu simultaneamente em muitas cidades do Brasil, onde a Igreja Universal do Reino de Deus está presente. Para colaborar com os próximos eventos do UniSocial, procure uma Universal e doe alimentos que serão destinados às ações mensais realizadas pela igreja.

Em Itabira a IURD está localizada na Avenida Carlos Drummond de Andrade, 600, Centro e em João Monlevade na Praça Sete, Centro.

Da Redação



Tele Uteis:

Polícia Militar - 190 | Bombeiros - 193 | Disque Denúncia - 181 | Denúncia contra violência às mulheres - 180 | Costureira: Rosário 31 9 8679-7316

ENTENDA COMO O CUIDADO COM A SAÚDE BUCAL PODE PREVINIR DOENÇAS



Os dentes são cobertos por um revestimento externo duro chamado esmalte. Todos os dias, uma fina camada de bactérias chamada placa dental se acumula nos dentes. As bactérias na placa produzem ácidos que podem prejudicar o esmalte e causar cáries. Escovar e passar o fio dental pode prevenir a cárie, mas uma vez que uma cavidade se forma, para evitar mais danos, um dentista deve corrigi-la com um preenchimento.

É importante usar creme dental com flúor para proteger os dentes da cárie. Caso a pessoa estiver em um risco maior de cárie dentária (por exemplo, boca seca por causa de uma condição tem ou medicamentos que toma), ela pode estar precisando de mais flúor. O dentista ou higienista dentário pode indicar um tratamento durante uma consulta ou o uso de um gel específico.

Há uma maneira certa de escovar e passar o fio dental. A recomendação diária é:

- Escovar suavemente os dentes por todos os lados com uma escova de cerdas macias e creme dental com flúor e substituir a escova a cada três a quatro meses;
- Usar pequenos movimentos circulares e movimentos curtos para frente e para trás;
- Escovar com cuidado e delicadamente ao longo da linha da gengiva;
- Escovar levemente a língua ou use um raspador de língua para ajudar a manter a boca limpa;
- Limpar entre os dentes com fio dental ou um produto similar. Isso remove a placa e restos de comida que uma escova de dente não consegue alcançar;
- Lavar a boca depois de passar o fio dental.

Pessoas com artrite ou outras condições que limitam o movimento das mãos podem ter dificuldade para segurar e usar uma escova de dente. Algumas dicas úteis são usar uma escova de dente elétrica ou à bateria, comprar uma escova com uma alça maior e prender o cabo da escova à mão com um elástico largo.

Consultar um dentista se escovar ou passar o fio dental fizer com que as gengivas sangrem ou machuquem a boca. Caso tenha problemas para passar o fio dental, um suporte para o objeto pode ajudar. Além disso, pedir ao médico para instruir para o uso correto do fio dental.

*Foto destaque: Saúde bucal afeta todo o corpo. Reprodução/iStock
Fonte: (Lorena)*

CRECI-PJ 3464



**Portal
Imóveis**
Entre e se realize.

Venha para a Portal

A Portal Imóveis agradece os clientes a parceria ao longo desses 16 anos. Trabalhamos para realizá-los.

OPORTUNIDADES

Apartamento Sala, bairro Bela Vista
03 quartos, banho social, cozinha
planejada, área de Lote Belvedere
serviço c/ wc \$85.000,0

Portal Imóveis Creci/MG 3464
3834-0608/98837-8500

COMO FUNCIONA O SISTEMA DE FRENAGEM DOS VEÍCULOS?

Caverley
 Motores e câmbios automáticos
 31 3852 8784
 31 99384 5801
 Av. Armando Fajardo, 456 - Loanda - João Monlevade/MG



Você pode até não ser um especialista em mecânica ou um profundo conhecedor de carros, mas certamente sabe que o sistema de freio é um dos mais importantes dos veículos e, por essa razão, merece toda atenção e cuidado por parte do motorista.

No entanto, apesar da grande importância que os freios têm sobre o quesito segurança, nem todo mundo sabe qual o momento certo de realizar as manutenções. Por exemplo, uma dúvida bastante comum é sobre a troca das pastilhas de freio.

Qual seria a hora certa de substituí-las? Quais sinais indicam que elas não estão boas? Você sabe? Se não, fique tranquilo, pois preparamos este artigo para responder essas e outras perguntas sobre o tema!

A seguir, listamos 6 indícios no seu carro que mostram que está na hora de trocar as pastilhas de freio. Continue a leitura e descubra como garantir a segurança do seu automóvel e também a sua!

1. QUILOMETRAGEM ALTA

Em geral, o desgaste da pastilha de freio tem uma relação bem próxima com a quilometragem do carro. Afinal, é natural que quanto mais se roda com o veículo, mais se utiliza os freios e, conseqüentemente, maior será a degradação das pastilhas, certo?

Tendo isso em mente, se está em busca do carro ideal e pretende adquirir um veículo seminovo, por exemplo, avaliar a quilometragem é importante não só para saber o estado do motor do carro. Na prática, a quilometragem também serve para avaliar a condição das pastilhas, dos discos de freio e de diversos outros componentes mecânicos.

Geralmente, as pastilhas têm uma vida útil de 30 mil a 40 mil km. Assim, se o carro que você pretende comprar, ou já comprou, está com uma quilometragem acima desse valor, é recomendado checar as pastilhas e fazer a substituição.

2. LUZ INDICATIVA ACESA NO PAINEL

Essa é, sem dúvida, a forma mais fácil de saber se as pastilhas de freio do carro estão em boa situação. No entanto, não são todos os modelos de veículos que contam com o sensor capaz de alertar sobre a deterioração delas — o que é uma pena, já que esse sistema é uma mão na roda, concorda?

Porém, se o seu automóvel tiver tal recurso, fique sempre atento às indicações do painel. Assim, caso a luz indicativa das pastilhas esteja acesa, certamente é hora de substituir tais componentes importantes. A tecnologia está aí para auxiliar. Então, não ignore esse sinal e faça a troca o quanto antes.

3. RUÍDO AGUDO AO FREAR

Esse é, talvez, um dos sintomas mais comuns de que as pastilhas de freio do carro já não estão funcionando bem. A presença de um ruído agudo ao frear significa que a superfície da pastilha apresenta um desgaste excessivo e já atingiu a parte metálica.

Assim, o som agudo que você ouve nada mais é do que o atrito do metal da pastilha com o disco. Nesse tipo de situação, a solução é apenas uma: trocar as pastilhas. É importante lembrar que a demora na substituição pode danificar o disco de freio, já que ele não é feito para suportar o atrito com superfícies metálicas.

4. DIFICULDADE PARA FREAR O CARRO

Tentou fazer uma frenagem mais brusca e notou que o carro demorou mais do que o normal para parar completamente? Fique atento, pois esse é um forte indicativo de que está na hora de trocar as pastilhas de freio.

Na prática, quando as pastilhas estão em bom estado, a frenagem ocorre de maneira mais eficiente, já que a superfície da pastilha, feita de um composto especial, consegue promover o atrito necessário sobre o disco de freio, desacelerando o carro com mais rapidez.

Por outro lado, quando as pastilhas já estão desgastadas ou danificadas, a eficiência da frenagem tende a cair bastante. Assim, após o acionamento do pedal do freio, a distância percorrida pelo carro será maior, o que representa um grande risco à segurança — especialmente em emergências, quando há a necessidade de frear o carro bruscamente.

5. PEDAL DO FREIO MUITO BAIXO

Outra situação que pode indicar que está na hora de trocar as pastilhas de freio do seu carro é quando o pedal está muito baixo. Ou seja, se, ao pisar no freio, você tem a sensação de que o pedal está descendo mais do que o normal ou sem firmeza, é recomendado checar as pastilhas.

Isso acontece porque as pastilhas podem apresentar um nível de desgaste muito elevado. Dessa forma, o vão entre a pastilha e o disco aumenta. Logo, ao pisar no pedal, as pinças precisam percorrer um espaço maior para se fechar e fazer com que as pastilhas entrem em contato com a superfície do disco. Embora outros problemas com o freio também possam fazer com que o pedal fique baixo, há uma grande probabilidade de que a causa seja a pastilha de freio. No entanto, é sempre importante investigar melhor, com o auxílio de um mecânico.

6. PRESENÇA DE SUJEIRA NA PARTE INTERNA DAS RODAS

Como você deve saber, as pastilhas de freio desempenham sua função a partir do atrito com o disco. Assim, é natural que haja um desgaste nessa peça todas as vezes que o freio é acionado — afinal, são duas superfícies rígidas fazendo contato.

Desse modo, conforme os freios vão sendo utilizados, uma espécie de poeira vai se depositando nas rodas do carro, especialmente na parte interna. Esses resíduos, na realidade, são gerados pelo uso da pastilha, isto é, são partículas do material que a compõe.

Então, ao notar que há uma grande quantidade de sujeira nas rodas, isso pode ser um indicativo de que já ocorreu uma grande deterioração do composto presente na superfície delas. Assim, caso perceba outros sinais, pode ser a hora de trocar as pastilhas, ok?

Fonte: (meucarronovo)

JOGO DOS 7 ERROS



XIII! O CEBOLINHA RESOLVEU PESCAR TUDO MESMO! E VOCÊ? JÁ "PESCOU" ONDE ESTÃO OS SETE ERROS ENTRE AS FIGURAS?



1-ÁGUA DO AZUL; 2-OLHO DO PEIXE; 3-CABO DA VARA; 4-BARRANCO À DIREITA; 5-TRONCO DA ARVORE; 6-ÁGUA DO ANJINHO; 7-MATINHO À DIREITA

PIADINHA

DENGUE



Palavra de Deus

COMO ACEITAR JESUS COMO SEU SENHOR E SALVADOR

Agora mesmo, onde quer que você esteja, dirija-se ao Senhor Jesus em oração. Diga-lhe que, a partir deste momento, você quer crer nEle e peça-lhe perdão pelos seus pecados.

Solicite-lhe de maneira concreta para entrar em sua vida. Diga a Ele que a partir de agora Ele será seu Senhor e Mestre, e que de hoje em diante você está entregando a direção de sua vida a Ele

Agradeça ao Senhor Jesus Cristo por Ele ter morrido na cruz em seu lugar e por ter pago sua culpa. Agradeça-lhe também que Ele ressuscitou dos mortos para dar a vida eterna a você. Em João 1.12 está escrito: "Mas a todos quantos o receberam deu-lhes o poder de serem feitos filhos de Deus, a saber, aos que crêem no seu nome". Receba a salvação pela fé e de coração agradecido!

Testemunhe de sua fé a outras pessoas. Leia diariamente a Bíblia e procure comunhão com outras pessoas que também são crentes em Jesus. Busque uma igreja evangélica fundamentada na pregação da mensagem bíblica.

Fonte: (amoremlinks.net)



ITABIRANOS SÃO DESTAQUE NO TIRO ESPORTIVO NO MINEIRO E NO BRASILEIRO



(Atletas Keiler, Erivelton, Elvis e José Henrique)

Atletas itabiranos do tiro esportivo foram destaques no ano de 2022. O esporte que cada vez mais tem crescido em praticantes no país tem apresentado vários atletas que são ótimos atiradores.

O tiro esportivo esteve presente nos Jogos Olímpicos desde a primeira edição, em 1896, em Atenas. Até 1964, em Tóquio, somente os homens participavam.

Em 2022, 09 atletas do Clube Voraz, de Itabira, MG, foram destaques nas competições mais relevantes do ano, os Campeonatos Mineiro e Brasileiro.

CONFIRA ALGUNS ATLETAS E SUAS COLOCAÇÕES NOS CAMPEONATOS DE 2022

Erivelton Bastos de Oliveira: Campeão mineiro/Categoria Light 2022/Modalidade Saque Rápido e TRP (Tiro Rápido Preciso) e 3º lugar no Saque Rápido/Categoria Light

Elvis Sousa da Silva: 3º lugar no Mineiro na modalidade Light Sênior/TRP e 3º lugar na modalidade Light Sênior/NRA (National Rifle Association)

José Henrique Santos Ferreira: 1º lugar no Mineiro/Categoria Revolver(Geral) e 1º lugar no Mineiro/Categoria Revolver (Sênior)

Keiler Coelho Lage Procópio: 3º lugar no Mineiro/Categoria NRA/TRP e 4º lugar no Mineiro Saque Rápido NRA/ TRP

O clube Voraz é hoje considerado uma escola preparatória de atiradores.

Não podemos esquecer que há 100 anos, no dia 03 de agosto de 1920, o Brasil subia ao topo do pódio olímpico pela primeira vez. O feito na categoria do tiro esportivo, nos jogos da Antuépia, na Bélgica. Nesse dia, Guilherme Paraense conquistava a primeira medalha de ouro para o Brasil na história dos Jogos Olímpicos.

Da Redação

SNIPERS DA PRESSÃO REALIZAM SEU PRIMEIRO CAMPEONATO DE 2023

O grupo de tiro esportivo Snipers da Pressão, iniciou as competições de 2023. O campeonato de número 18 aconteceu na comunidade Martins, pertencente a São Gonsalo, Minas Gerais. O evento foi disputado no Haras EBS, onde atletas do tiro esportivo participaram nas modalidades carabina 4.5 e 5.5. Local de muita beleza e recheado de uma galera que competia, mas, bem mais que do isso, se reuniu no intuito de confraternizar.

O Snipers da Pressão fazem, aproximadamente, um torneio mensal e, cada vez, num lugar diferente, e não se trata de um circuito, mas sim de proporcionar aos integrantes, muitas das vezes, passeios nos locais mais lindos desta região.

As carabinas utilizadas no dia foram dos modelos spring (mola ou gas ram). O tiro esportivo tem crescido no país a cada ano e não podemos esquecer que há 100 anos, no dia 03 de agosto de 1920, o Brasil subia ao topo do pódio olímpico pela primeira vez. O feito na categoria do tiro esportivo, nos jogos da Antuépia, na Bélgica. Nesse dia, Guilherme Paraense conquistava a primeira medalha de ouro para o Brasil na história dos Jogos Olímpicos.

O campeonato foi realizado pelo grupo de tiro esportivo Snipers da Pressão. Para participar do grupo Snipers da Pressão interessados devem chamar inbox no Facebook Itabira Snipers da Pressão (para ser comunicado do próximo evento, ser maior de idade, possuir carabina com nota fiscal e, claro, ter caráter idôneo.



Da Redação

FERNANDA VASCONCELLOS MOSTRA SEU BEBÊ NA PRAIA PELA 1ª VEZ

A atriz Fernanda Vasconcellos deixou os fãs encantados ao mostrar um lindo clique de seu bebê conhecendo o mar pela 1ª vez. A famosa é mãe de um pequeno garotinho. Romeo é fruto de seu relacionamento com o ator Cássio Reis com quem ela é casada.

O herdeiro do casal está com seis meses de vida. Ele é o primeiro filho da artista e o caçula do ator. Cássio é pai do jovem Noah que está com 15 anos de idade. Ele é fruto de uma antiga relação com a atriz Danielle Winits. Eles se separaram em 2010. Apesar de não estarem mais juntos o ex-casal possui um bom convívio em nome da criação do herdeiro.

Fernanda Vasconcellos está curtindo muito a fase de mamãe de primeira viagem. Ela, inclusive, costuma compartilhar com os fãs diversos momentos da família com o herdeiro. Recentemente, ela publicou um registro em que aparecia brincando com o filhote no colo.

Na ocasião, a famosa se derreteu pelo pequeno ao fazer uma linda declaração para ele. "Você endoideceu meu coração. Endoideceu! E agora o que é que eu faço sem o seu amor? E agora o que é que eu faço sem um beijo teu?", declarou a famosa.

Já na manhã desta terça-feira (24), Cássio Reis encantou ao mostrar seu bebê com Fernanda Vasconcellos conhecendo a praia pela 1ª vez. Acontece que o casal tirou alguns dias de férias e embarcaram para a Bahia com o pequeno Romeo.

Na bela imagem compartilhada nas redes sociais, o ator surgiu com o herdeiro no colo, enquanto o papai todo orgulhoso apresentava o mar a ele. Na legenda Cássio celebrou o momento do filho.

"Os encontros que a vida proporciona. Hoje Romeo, foi o dia que escolhemos para você conhecer o mar. O sol brilhava para te receber e abençoar no mar da Bahia. Esse encontro foi lugar muito especial para gente", escreveu ele.

Nos comentários, fãs e admiradores do casal deixaram muitas mensagens de carinho na bela foto. "Aproveitem família linda", disparou um seguidor. Outro internauta elogiou: "Que lindos". E ainda um terceiro fã desejou: "Sejam bem-vindos na minha terra".

Fonte: (Bebê Mamãe)



Gráfica Carneirinhos

Gráfica e Editora

graficacarneirinhos@gmail.com

3851-7937 / 98617-4122

Av. Celso Vargas, 699 - Santa Bárbara - João Monlevade/MG



www.nova93fm.com.br

(31) 3831-2818

NA BOA
Lan House
3834-4452

TONI LANTERNAGEM
31 3834 3319
31 9 8597-0402
Rua Gameleira, 67 - Hamilton

JUNINCAR
COMPRA-VENDE-TROCA-FINANÇIA
www.junincar.com.br 3852-6878
Av. Gentil Bicalho, 34 - Carneirinhos

TOLDOS BRILHO DO SOL
Toldos - Capotas - Cobertura Residenciais e Comerciais
97152-5073
98701-5231
Av. Prefeito J. Guerra, Bairro Praia n. 422

Burracharia e Oficina Souza e Santos
Serviço de Mecânica e borracharia em automóveis, camionetas, vans e caminhões.
31 9 9547 6560
Rua, 7 n.º 20 - Barroiro - Habira/MG

Divino Pastel
O pastel mais gostoso da cidade acompanhado com caldo de cana e muito mais.
VENHA CONFERIR!
31 98984 4491
Rua Desembargador Drummond, 03 - Carmoeste (em frente à praça)

9.8552-5394
Assistência Técnica
Eletrônicos e acessórios
Guegue TecceL