



saúde & estilo

www.saudeestilo.com.br

Lazer e conhecimento ao alcance de sua mão!

Itabira | João Monlevade | Sta Mª de Itabira

Agosto 2023 | Ano 6 | N°65



TEMPO SECO: 10 DICAS PARA CUIDAR DA IMUNIDADE E DA PELE DE CRIANÇAS E ADULTOS

Ver Pag 03

BELEZA Pag. 03

ODONTOLOGIA Pag. 04

CURIOSIDADES CARROS Pag. 05

MATÉRIA EXCLUSIVA Pag. 07

DRA. MARGARIDA GUERRA
Médica Veterinária CRMV . MG 3031

3831 3982
99963 5474

CONSULTÓRIO VETERINÁRIO

SOLAR ENERGY
ENERGIA SOLAR

REDUZA SUA CONTA EM ATÉ **95%**

Kátia Figueiredo
(31) 9 9733-5319

BANCA POPULAR
CREDITADORA
SANTIDADE EM CÉDULAS

Vmc
Acessórios
(31) 9 97430779

Brinquedos e Eletrônicos

Santa Maria de Itabira

16 DE MARÇO
DROGARIA & PERFUMARIA

3831 5054
97185 6776

Rua João Camilo de Oliveira Torres, 21 Loja 12 - Juca Rosa
www.farmacia16demarco.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).

Revisa Pneus auto center

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

Rua Israel Pinheiro, 578 - Major Lage Itabira Minas Gerais 31 3833 4150

CONCEITO PLANEJADOS

31 9 8694 6126
31 9 8842 1761

Rua Dona Vitalina, 40 - Lambari - Santa Maria de Itabira/MG

NAYARA
BOUTIQUE

31 9 8494 3081
@bijusnayaraitabira

Rua Pref. Virgílio Quintão, 238 - Caminho Novo

Deposito **FERMAC**
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
lojatrecos@bol.com.br
Rua Raimundo de Souza, 62 - Bela Vista - Itabira - MG

Guegue Teccel

(31) 9.8552-5394

- Assistência Técnica
- Eletrônicos e acessórios

CENTRO DE FORMAÇÃO DE CONDUTORES
MOURA

31 3838-1116
Rua Casemiro Andrada, n°190
bairro Centro - Santa Maria de Itabira

31 99731-1116
Av. Amis Soares de Carvalho, n°74
bairro São Cristóvão - Ferros/MG

O GRANDE ENCONTRO TERÁ NOVO LOCAL EM 2023. VETERINÁRIOS, EMPRESÁRIOS DOS RAMOS DE RAÇÕES E PET SHOPS SE PREPARAM PARA O ENCONTRO DE CÃES E CRIADORES

O evento mais gostoso e família de Itabira, MG, está chegando. Encontro de Cães e Criadores vem com força total para 2023, e neste ano em novo local.

Criado de 2009, que teve duas edições na Praça do Areão, desta cidade, em 2011 chegou à Praça do Campestre, inaugurando a série de eventos naquele local, uma vez que naquela época não aconteciam nada expressivo nesta praça. O Encontro de Cães e Criadores foi o primeiro grande evento na tão querida Praça do Campestre.

No entanto, em 2023, o evento vai para ao Praça do Rotary, bairro Amazonas, uma vez que a Prefeitura de Itabira, está com um projeto de revitalização das praças do município, dando à estas lindas estruturas e bem mais preparadas ao público que ali for passar momentos agradáveis.

Para 2023 empresas de sucesso dos ramos de veterinárias, casas de rações, pet shops e empresas nacionais dos ramos de rações uniran-se para, mais uma vez proporcionarem aos presentes um domingo de lazer. Nest dia ainda acontecerão shows, desfiles de cães e sorteios de brindes.

O Encontro de Cães e Criadores é uma realização do Saúde e Estilo com promoção exclusiva da Rádio Antártida, 93,3 FM.

Da Redação



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



12º ENCONTRO DE CÃES & CRIADORES
20 AGO 2023 9H ÀS 13H
PRAÇA DO ROTARY
(BAIRRO AMAZONAS) EM ITABIRA/MG

SHOWS ACÚSTICOS COM **Ricardo Artista** E CONVIDADOS!

DESFILE DE CÃES (EXCLUSIVO)
STANDS COM: VETERINÁRIOS E PET-SHOP'S
ESPAÇO KID'S

LEVE SEU CÃOZINHO PARA CONFRATERNIZAR!
CONCORRA A PRÊMIOS
COMPRE EM UM DOS PATROCINADORES DESTE EVENTO PARA CONCORRER A SUPER PRÊMIOS

POR AMOR AOS CÃES PATROCINAMOS ESSE EVENTO

Quatree
Rede **mimo's**
O PET SHOP QUE MIMA SEU PET
Rua Oreste e Góes, 28, Lt. 3 - Mercado
☎ 9 8802-7450

HOSPITAL Animal
(31) 3066-4669 DE ITABIRA 24h
Rua Desembargador Drummond, 05, Campestre

AniDog
BOMDOG
acãochego
CANIL GARRA
PRODUÇÃO NOVA33PM

(31) 3759-5542
(31) 9 8242-7519

www.canilgarra.com.br

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!

TEMPO SECO: 10 DICAS PARA CUIDAR DA IMUNIDADE E DA PELE DE CRIANÇAS E ADULTOS



Após uma série histórica de frio, com várias cidades batendo recordes de baixas temperaturas, uma onda de calor invadiu o país. E nesse sobe e desce de temperaturas, a saúde das crianças e dos adultos sofre bastante. Casos de gripe, espirros, tosse, coriza e rinite alérgica se tornaram mais frequentes, o que pode ser perigoso em época de pandemia, alertam os especialistas.

O líder médico da infectologia do Hcor, Guilherme Furtado, em São Paulo, ressalta a importância de fortalecer o sistema imunológico, principalmente para quem esteve gripado. Ele orienta os pais a evitar locais fechados, sem circulação de ar e, em casa, a deixar os ambientes bem ventilados e manter o ar umidificado, para dificultar a permanência dos vírus no ar. Dormir bem, beber muita água e manter uma alimentação balanceada são outros cuidados que o médico recomenda.

Além das questões respiratórias, é preciso atenção também aos problemas dermatológicos. A reação mais comum da pele ao tempo seco é a pitíriase alba, segundo a dermatologista Adriana Biagioni, de Belo Horizonte. A doença se manifesta por manchinhas brancas na pele, que podem causar coceira. “As pessoas costumam confundir com micose ou incidência de vermes, mas é simplesmente a pele pedindo hidratação”, esclarece Adriana.

Outra doença desencadeada pelo tempo seco é a dermatite atópica, comum em crianças, que, por não produzirem o sebo que hidrata a pele com a composição adequada, costumam ficar

com lesões em locais específicos, como a parte anterior dos joelhos e dos cotovelos. “A dermatite atópica é uma doença geralmente causada por fatores genéticos e que aparece a partir dos três meses de vida, podendo sumir depois”, diz a dermatologista.

Para proteger a pele desses problemas, hidratação é fundamental. Mais do que a própria hidratação tópica (diretamente sobre a pele), é importante que as crianças sejam hidratadas de dentro para fora, de acordo com a dermatologista Moema Lisboa. Segundo ela, o consumo de água e de frutas e verduras com alto teor de líquido nesses períodos continua tão essencial quanto no verão.

A seguir, listamos algumas dicas simples, dadas pelos especialistas, que podem fazer a diferença quando se fala em incrementar o sistema imunológico e cuidar da pele para evitar o ressecamento e o aparecimento de lesões. Confira.

Dicas para não adoecer em períodos de tempo seco e quente

1. Umidifique o ambiente. Isso torna mais difícil para os vírus permanecerem no ar. Mas não exagere, pois muita umidade pode favorecer o surgimento de fungos.

2. Fique atento ao sono. Dormir poucas horas ou ter um sono de má qualidade pode afetar o sistema imunológico. As citocinas, proteínas liberadas durante o sono, desempenham um papel importante na capacidade do corpo de combater infecções.

3. Garanta uma boa hidratação do corpo. Beber

muita água ajuda a eliminar as toxinas do corpo e mantém o muco do trato respiratório mais fluido.

4. Siga uma alimentação balanceada. Manter uma dieta saudável e equilibrada, rica em alimentos integrais, frutas e vegetais frescos, nozes e sementes é importante para um sistema imunológico saudável o ano inteiro. Isso porque grande parte do sistema imunológico está no trato digestivo, e, portanto, é essencial manter o bom funcionamento da flora intestinal.

5. Promova a prática de atividades físicas. Exercícios leves e regulares são bons tanto para o sistema imunológico quanto para a saúde mental. Atividades físicas aumentam o fluxo sanguíneo fazendo os glóbulos brancos circularem melhor pelo corpo.

6. Reserve tempo para passeios ao ar livre. O contato com a natureza é essencial, principalmente, para as crianças, trazendo diversos benefícios à saúde. Se está difícil sair de casa, vale fazer atividades na varanda do apartamento, no térreo ou no quintal, quando possível.

7. Na hora do banho, atenção à temperatura da água. Ela deve ser morna. Cuidado também com o excesso de tempo debaixo do chuveiro, visto que a água quente resseca a pele. É importante não exagerar no uso do sabonete – prefira os de glicerina. Quem toma mais de um banho por dia, deve usar sabonete somente em uma das vezes. A toalha não deve ser friccionada na pele e sim passada apenas de forma a absorver a água.

8. Após o banho, use hidratantes próprios para cada idade. Os mais indicados são aqueles sem corante nem perfume, compostos de ureia, lanolina, manteiga de karité ou glicerina.

9. Evite roupas de tecidos sintéticos; as de algodão são mais adequadas.

10. Em casos de rinite, lave as narinas com soro fisiológico. Há também a a formulação em gel, para hidratar a região. Para esse e outros problemas respiratórios, consulte sempre o médico antes de usar medicamentos.

(Colaborou Daniele Franco)
Fonte: (Canguru News)

ALIMENTAÇÃO INADEQUADA E O ESTRESSE DO DIA À DIA PODEM PREJUDICAR A SAÚDE BUCAL



A alimentação inadequada e o estresse provocado pela vida moderna são alguns dos fatores que mais prejudicam a saúde bucal. Provocado pela tensão emocional e pelo fechamento inadequado da boca, estima-se que o bruxismo – hábito de apertar e ranger os dentes – atinja 15% da população. O problema provoca fortes dores de cabeça, desgaste dos dentes e distúrbios da articulação têmporo-mandibular – ATM (articulação próxima do ouvido).

O desgaste dos dentes pode chegar a atingir o nível da gengiva. Em alguns casos levando até a perda do elemento dental e a degenerações permanentes da ATM. “Os sintomas mais comuns dessas alterações são zumbido e dor na região próxima do ouvido, dores de cabeça, enxaquecas e, em alguns casos, estalidos articulares e vertigens. O diagnóstico diferencial deve ser feito em conjunto pelo Otorrinolaringologista, Neurologista e Cirurgião Buco-Maxilo-Facial”, explica o cirurgião buco maxilo facial Dr. Alessandro Silva.

A saúde bucal também pode ser comprometida com a utilização de drogas de uso mais freqüente atualmente, como os antidepressivos, o lítio e os medicamentos imunossupressores. Todos podem provocar grandes danos à boca e à dentição e seu uso deve ser acompanhado de consultas periódicas ao dentista. Nesses casos, a higiene oral deve ser mais reforçada.

Outros prejuízos à saúde podem ser provocados pelo abusivo apelo

estético da sociedade. Disfunções como a bulimia, por exemplo, provocam o desgaste do esmalte e a erosão dos dentes em razão dos ácidos estomacais que, durante os vômitos auto induzidos, passam pela boca. Os dentes ficam com uma aparência gasta e amarelada.

DICAS PARA MANTER A SAÚDE BUCAL

A higiene bucal é a melhor forma de manter a saúde da boca. Use sempre uma escova macia depois das refeições. O uso do fio dental diariamente também é recomendado. Exames e limpeza dos dentes e remoção das placas bacterianas devem ser freqüentes e podem ser necessários durante o tratamento de vários problemas bucais e dentais. A visita ao dentista deve acontecer pelo menos uma vez por ano.

Evite o fumo e o álcool e alimente-se de forma saudável. É recomendável diminuir o consumo de açúcar, sal e gorduras, assim como condimentos e alimentos ásperos e ácidos. Beba bastante água.

“De uma forma geral evitem os excessos e o uso de dispositivos que podem trazer traumatismos a sua boca. Os excessos de qualquer forma devem evitados, principalmente na alimentação. Evite o consumo excessivo de alimentos ácidos, evite o consumo desnecessário de medicamentos. Quanto menor for a exposição a ingredientes prejudiciais, melhor será a qualidade bucal”, recomenda o especialista.

Fonte: (Viva Bem)

CRECI-PJ 3464



**Portal
Imóveis**

Entre e se realize.

17 anos
com você!

Av. Mauro Ribeiro Laje, 43B - Lj3 - Ed. Santorini - Esplanada da Estação - Itabira/MG | 31 3834-0608 | 3835-1474 | 9 8527-0431

OPORTUNIDADES

<p>CASA Bairro: Praia Sala, copa, 03 quartos c/ armário, banho social, cozinha planejada, área de serviço e garagem p/02 carros. R\$ 390.000,00</p>	<p>Área: 250m² - plano R\$ 85.000,00</p>
<p>LOTE Bairro: Flamboyant</p>	<p>APARTAMENTO Bairro: Juca Batista Sala, 02 quartos, banho social, cozinha planejada, área de serviço e 01 vaga de garagem. R\$ 135.000,00</p>

Portal Imoveis Creci/MG. 3464 | 3834-0608/98837-8500

SAIBA A IMPORTÂNCIA DE TER UM MECÂNICO DE CONFIANÇA

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



Quando investimos em um carro, sabemos que há diversas preocupações além das parcelas do automóvel. Por isso, manter um carro não é uma tarefa fácil, principalmente para quem não tem noção alguma de mecânica.

É aí que entra a importância de ter um mecânico automotivo de confiança, que garanta um preço justo e de qualidade nos serviços do seu carro.

Mas por que ter um mecânico automotivo de confiança?

Para ajudá-lo e garantir que qualquer problema no seu carro seja solucionado o quanto antes e de maneira correta.

Arriscar um conserto sem ter noção ou propriedade no assunto pode ser muito perigoso e danoso ao seu carro. Além de ser um tanto quanto imprudente, já que pode causar danos reais tanto ao seu carro quanto ao trânsito.

Mecânicos bons e de confiança podem passar um diagnóstico muito mais preciso, sem enrolações ou enganações. Por isso, devemos valorizar essa profissão tão importante e significativa. Sem eles, imagina só a quantidade de carros parados e sem conserto?

Assim como em qualquer outra profissão, um bom mecânico precisa passar por cursos técnicos ou profissionalizantes e atualizações constantes sobre o assunto. Isso porque os veículos renovam constantemente e só experiência e anos de trabalho não são suficientes para garantir um bom conserto do seu carro.

Por que procurar apenas um mecânico certificado?

Importância do mecânico

Há pessoas nesse ramo que não se importam em tirar vantagem quando percebem que seu cliente não tem conhecimento sobre o assunto. Por isso, muitas vezes, arrumam problemas onde não existe para que o orçamento fique ainda maior.

Assim, é de extrema importância pesquisar um mecânico certificado e com boas referências no mercado.

Estamos em 2021, os carros estão cada vez mais completos e tecnológicos. Ou seja, é necessário confiar em um mecânico que esteja sempre se atualizando e se especializando em veículos tanto antigos quanto atuais.

Como escolher um bom mecânico?

Se você não tem ideia de onde começar, uma boa alternativa é pedir indicações. Faça pesquisas, pergunte aos seus amigos e familiares e vá em mais de um profissional.

Conforme você faz pesquisas mais aprofundadas e vai em mais de um profissional, há mais chances de sentir segurança. .

Atente-se

Quando estiver pesquisando, procure se atentar em algumas coisas, por exemplo: o que ele está te passando é, de fato, o que será feito no seu automóvel?

Depois que o orçamento for passado, converse com outros profissionais para saber se as informações batem.

Outras características, como: humildade, proatividade, simpatia e persistência também expressam qualidades de um bom profissional.

É claro que a proatividade é importante em qualquer profissão. Mas isso também significa que o mecânico muito provavelmente terá mais atenção e cuidado com o seu automóvel. Isso também será possível de analisar numa visita à oficina para saber se ela é boa e de confiança.

Mecânicos automotivos que costumam ser minuciosos e atentos a detalhes são ótimos profissionais. Eles prezam por ir a fundo nos problemas e, dessa forma, detectam outras oportunidades de conserto do seu automóvel.

E, por último, não esqueça: um seguro auto de qualidade é de extrema importância para te socorrer em momentos imprevisíveis.

(Ingl.) A cortada, no tênis	São 24 num dia Paridade	Cardápio	Sigla do Acre	Curso hídrico	Uma raça de cães	Assi- natura
A camada muscular do coração						
Atribuir título por mérito						Lubri- ficante
Transpirar			Árvore de marcenaria Enfiar			
Pau de bandeira				Doença (Pop.) Cri-cri		
Celebração de casamento	Dar o seu palpite	Doença respiratória Arredio				Fictício
			Grande saguão Costurar			
Pagar em prestações						Desacerto
Tolo				(Mús.) A nota D Feito por ti		
Pronome demon- strativo feminino				Sofrer de (Quím.) O cianogênio		
Entusi- asmo	(Fig.) Limitar, restringir					
			Que não tem valor			

PIADINHA



Palavra de Deus

AS 7 QUALIDADES DO ESPÍRITO DE DEUS

Durante Seu ministério na Terra, o Senhor Jesus sempre Se preocupou em preparar os discípulos para o que estava por vir. Por isso, Ele fez questão de alertá-los de que não estaria para sempre com eles, mas rogaria ao Pai que os enviasse o Consolador, para que não ficassem sós.

“O Espírito de verdade, que o mundo não pode receber, porque não o vê nem o conhece; mas vós o conheceis, porque habita convosco, e estará em vós”. João 14.7

Somente aqueles que vivem em obediência à Palavra de Deus podem recebê-IO.

Caráter de Deus

Durante a Palavra Amiga, transmitida pela Rede Aleluia e pelo Facebook, o Bispo Edir Macedo destacou que é pelos frutos do seu caráter que a pessoa sabe se tem ou não o Espírito Santo.

“Quando a pessoa recebe o Espírito de Deus, ela vive 100% em função da vontade de Deus”, enfatiza.

O Bispo destaca ainda a profecia de Isaías, que fala da descida do Espírito de Deus sobre o Senhor Jesus, a fim de capacitá-IO para Sua missão na Terra:

“E repousará sobre ele o Espírito do Senhor, o espírito de sabedoria e de entendimento, o espírito de conselho e de fortaleza, o espírito de conhecimento e de temor do Senhor.” Isaías 11.2

Capacitação Espiritual

É isso que precisa acontecer com todos que desejam ser alguém na vida. Não basta investir na formação intelectual, é preciso, sobretudo, investir na formação do caráter de Deus. Isto é, em ter os pensamentos do Altíssimo e manifestá-lo ao mundo da forma que o Senhor Jesus fez.

O Bispo Macedo esclarece que Deus concedeu essa Plenitude de Espírito ao Senhor Jesus. Por isso, Jesus tinha poder, sabedoria, conhecimento, fé, entendimento. Ele entendia as pessoas. Quando a mulher adúltera ia ser apedrejada, por exemplo, Ele veio com uma palavra que desarmou todos aqueles acusadores. Eles se sentiram insignificantes diante daquela situação e abandonaram as pedras, as acusações e foram embora.

As qualidades do Espírito de Deus

Então, quando a pessoa tem o Espírito Santo, assim como Jesus, ela manifesta dentro dela as 7 qualidades do Espírito de Deus:

1 – A Plenitude da grandeza de Deus – quem tem o Espírito de Deus tem a plenitude da grandeza de Deus dentro de si.

2 – Sabedoria – O Espírito de sabedoria é Quem torna a pessoa sábia. Não se trata da sabedoria deste mundo, mas a sabedoria que vem do Alto.

3 – Entendimento – O Espírito de entendimento dá à pessoa compreensão das coisas espirituais. Ela tem o seu intelecto aberto, é sensível à voz de Deus. Ela consegue facilmente discernir a voz do Espírito Santo dentro dela, guiando as suas escolhas, de acordo com a vontade de Deus. “Quantas pessoas leem a Bíblia e não entendem nada? Isso acontece, porque elas ainda não receberam o Espírito Santo. No entanto, quando a pessoa tem o Espírito Santo, ela lê a Bíblia e entende perfeitamente o que Deus quer falar com ela”.

4 – Conselho – A pessoa que tem o Espírito de Deus tem o Espírito de conselho. Ela sabe aconselhar a pessoa aflita de acordo com a necessidade dela. Qualquer que seja a aflição, qualquer que seja o problema: quem tem o Espírito de conselho sempre terá uma palavra que vai ao encontro da necessidade do aflito.

5 – Força e fé – O Espírito de fortaleza é Quem torna a pessoa intrépida, fervorosa e de uma fé inabalável. “É o Espírito que a faz levantar o que está caído. Faz a pessoa que está prostrada reverter a situação e se levantar. Ela tem ânimo para enfrentar as lutas e vencê-las”.

6 – Conhecimento: O Espírito do conhecimento proporciona ao batizado com o Espírito Santo o conhecimento que o mundo desconhece. Porque é o Espírito do Criador que conhece todas as coisas. Ele lhe dá conhecimento de coisas que as pessoas mais letradas deste mundo não têm e não podem ter, porque não O conhecem.

7 – Temor – Não é medo, é temor, respeito, reverência. Quando a pessoa tem o Espírito do temor, ela tem o Espírito que a faz compreender o quanto insignificante ela é e quão grande é Deus.

Por: Jeane Vidal
Fonte: (Universal)

ITABIRA SEDIA 1º CAMPEONATO DE PLINKING. A PRODUÇÃO FOI DOS SNIPERS DA PRESSÃO



Os Snipers da Pressão realizaram o primeiro campeonato de plinking de Itabira, MG.

O grupo pratica o tiro esportivo, porém em 23 de julho de 2023, promoveu um apenas de plinking.

O plinking é uma expressão em inglês que refere-se ao "tiro recreativo", feito por diversão, onde os alvos são, geralmente, tampinhas de garrafas, latinhas e outras coisas que são usadas apenas para brincar com uma espingarda de pressão, estilingue, armas de bolinha, etc.

Para esta primeiro estilo de torneio foram colocadas 12 provas, que os atiradores tiveram alvos fáceis, como uma garrafa pet, e os difíceis, como cortar linha e acertarem alvos caindo.

Embora tenha sido um dia de tiro recreativo, os atletas se esforçaram para mostrarem suas capacidades de exímios atiradores,

O Brasil ganhou sua primeira medalha olímpica no tiro esportivo, em 03 de agosto de 1920, nos jogos de Antuépia, na Bélgica, onde o brasileiro Guilherme Paraense era o campeão.

Da Redação

UNP PROMOVE EVENTO DE APRESENTAÇÃO DO SEU TRABALHO PARA MEMBROS E CONVIDADOS DA IGREJA UNIVERSAL, EM ITABIRA/MG

Aconteceu na manhã deste domingo, 30 de julho de 2023, em frente à Igreja Universal do Reino de Deus, na cidade de Itabira, MG, um Café da Manhã especial para membros e convidados da Igreja, cujo intuito era apresentar o trabalho do UNP.

O evento ficou a cargo do grupo UNP (Universal dos Presídios) e foi realizado no estacionamento da Igreja, onde integrantes do grupo montaram uma tenda com banners de suas atividades. E para quem por ali passou ainda teve direito a um delicioso café da manhã. A iniciativa partiu do Pastor Flávio Lima, responsável por Igrejas Universal, desta região, que a cada semana incubiu um grupo para uma super apresentação.

A Igreja Universal do Reino de Deus faz Evangelização em cadeias, presídios e penitenciárias através do grupo UNP, que também auxilia familiares de detentos, no que se é possível. Além do UNP, a Igreja possui diversos grupos voltados para cada necessidade da população, tais como Grupo Saúde, que leva A Palavra do Senhor nos hospitais, Calebe que atende a melhor idade, UFP (Universal Nas Forças Policiais), que se faz parceiro das forças policiais com palestras de fé, e tantos outros grupos.



Em Itabira, a Igreja Universal fica na avenida Carlos Drummond de Andrade, 600, Centro e em João Monlevade, na Praça Sete, Carneirinhos. Procure uma delas e faça parte de um grupo de ajuda aos necessitados.

Da Redação

12º ENCONTRO DE CÃES E CRIADORES

20 de Agosto de 2023

Shows, Praça de Alimentação, Stands,
Espaço Kids e muitos cãezinhos

Praça do Rotary em Itabira, MG



CANTORA IRLANDESA SINÉAD O'CONNOR MORRE AOS 56 ANOS



Morreu, aos 56 anos, a cantora irlandesa Sinéad O'Connor. A artista prepara um novo álbum e uma turnê que passaria por três continentes. Sinéad ganhou fama em todo o mundo com a música Nothing Compares To You, composta por Prince. A causa da morte da cantora não foi informada.



Fonte: (R7)

ATLETAS DO TIRO ESPORTIVO DE CARATINGA SÃO DESTAQUES NO CAMPEONATO MINEIRO



Atletas da cidade de Caratinga, MG, foram destaques no tiro esportivo, nesse final de semana, durante suas participações no campeonato mineiro. Arquimedes Moreira Filho ficou em 1º lugar na categoria Master, conseguindo 300 pontos, e Elizangela Sacramento, ambos do Clube Guardiões do Caparaó, também ficou em 1º lugar, na categoria Feminino, atingindo 316 pontos.

Conheça um pouco da história das atletas:

Arquimedes Moreira Filho, 56 anos (06/11/1966), natural de Santa Rita do Itueto/MG, residindo em Caratinga/mg a 42 anos. Começou ainda criança no esporte do tiro, e atira em torneios e campeonatos a mais de 30 anos.

Ficou 08 anos afastado do Esporte do Tiro devido a um acidente no qual ficou privado por este tempo de andar.

Com sequelas, voltou a praticar o Tiro Esportivo (único esporte para o qual não há contra indicação médica para o mesmo) e desde então participa de torneios e campeonatos locais, regionais e estaduais.

É atleta Filiado à FMGTE – Federação Mineira de Tiro Esportivo, tendo já há muitos anos o CR – Certificado de Registro, junto ao Exército como atirador.

Junto à FMGTE atira e representa o Clube Guardiões do Caparaó, clube

pelo qual ficou em 1º Lugar na Cat. Master, conquistando um total de 300 pts na prova de papel a 10 mts que consta de 30 disparos no último dia 15 e 16 de julho de 2023.

Elizangela Aparecida Frutuoso Pereira, que no mesmo campeonato também ficou em 1º Lugar na Cat. Feminino, com 318 pts, é de Sacramento/MG, e também representa o Clube Guardiões do Caparaó. Sua pontuação fez dela a atleta de melhor pontuação este mês em todo o Estado de Minas Gerais.

Elizangela é atiradora a cerca de 10 anos, e tem diversas Medalhas e Pódiums no Campeonato Mineiro pela FMGTE, bem como também junto Confederação Brasileira de Tiro Esportivo - CBTE, onde inclusive conquistou o 1º Lugar no Campeonato Brasileiro no ano passado, superando atletas de todo o Brasil e trazendo esta conquista para nossa região.

Elizangela é de uma família de atiradores, seu esposo (Luciano Pereira), como ela, é também atirador com diversas Medalhas e Pódiums pela FMGTE e CBTE. A filha do Casal, Brenda Pereira, é atiradora destaque da Seleção Brasileira de Tiro Esportivo, representando o Brasil em competições Nacionais e Internacionais com passagens em diversos países.

Parabéns Arquimedes e Elizangela, o Brasileiro espera por vocês.

Da Redação

ARBITA
A Associação Recreativa dos Ferroviários de Itabira
(31) 3831-2201
clubearbita@yahoo.com.br
Rua Vereador Osório Martins de Souza, 168

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

Gráfica Carneirinhos
Gráfica e Editora
graficacarneirinhos@gmail.com
3851-7937 / 98617-4122
Avenida Getúlio Vargas, 6996 Santa Bárbara - João Monlevade/MG

CORTINAS & CIA
Cortinas e Persianas
Rua Calunga, 29 - Jaraguá - BH

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

Borracharia e Oficina Souza e Santos
Serviços de Mecânica e borracharia em automóveis, caminhonetes, vans e caminhões.
31 9 9547 6560
Rua 7 número 20 - Barreiro - Itabira/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, 01 - Campeste (em frente à praça)

REI DOS PNEUS
AUTO CENTER
31 3850 6212
31 9 9843 2389
Av. Armando Fajardo - 3720 - Cruzeiro Celeste João Monlevade/MG

NA BOA
LAN HOUSE
3834-4452