



saúde & estilo

www.saudeestilo.com.br

Lazer e conhecimento ao alcance de sua mão!

Itabira | João Monlevade | Rio Piracicaba | Itambé | Sta M^a de Itabira

Outubro 2025 | Ano 8 | N°91



CARLA MARINHO MODA FEMININA: ESTILO E QUALIDADE

Ver Pag 03

BELEZA

Pag. 03

ODONTOLOGIA

Pag. 04

CURIOSIDADE

Pag. 05

MATÉRIAS EXCLUSIVAS

Pag. 07

ATTITUDE
STUDIO FITNESS

NOSSOS SERVIÇOS
Atendimento personalizado de Treinamento Musculação, Emagrecimento e Hipertrofia

@attitude_fitness

(31) 9866-7066 Damor
(31) 9866-4425 Marinho

Rua Armando Costa Lago, 253
Major Lago de Branco

ÓTICA
NOVO MUNDO

VOCÊ VÊ A DIFERENÇA
TIAO DA ÓTICA

Loja 1: Rua Armando Batista, 11 - Centro / Fone: (31) 3852-4445
Loja 2: Av. Getúlio Vargas, 5128 - Centro / Fone: (31) 3852-2509

CAIAZAN
RADIADORES

31 3066-6113
31 97342-2630

Rua D, 65 - Gabiroba

BANCA POPULAR
MANUTENÇÃO EM CELULARES

Manutenção em celulares, acessórios e eletrônicos

9 8721-8903

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

EMB
FINANCIAMENTOS

3852-0829
9 8637-2022

www.embfinanciamentos.com.br

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).

VARDE
REMOÇÕES

SERVIÇO DE AMBULÂNCIA BÁSICA
PARTICULAR
COBERTURA DE EVENTOS

31 9 9608-7022

Mundo Animal
Agora com veterinário
PET SHOP

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

NAYARA
Bijuterias

31 9 8494 3081
@bijusnayaraitabira

Rua Prof. Virgílio Quintão, 238 - Caminho Novo

Deposito

FERMAC
material de construção
3851-6850

Rua Duque de Caxias, 139
Bairro José Eloi

CASA DE RAÇÃO

DUDUCAO

31 9 9976 0996
Av. Cauê - 172 - Bairro Campestre - Itabira

Cia da Empada
A empada mais famosa de Itabira

3831-5500

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

TRECOS

Fone: 3834-4463
lojattrecos@bol.com.br

Rua Raimundo de Souza, 62 - Bela Vista - Itabira - MG

DRA. MARGARIDA GUERRA
Atendimento Veterinário Domiciliar

- Consultas
- Exames - Vacinas
- Atendimento dermatológico

Cuidando do seu Pet com muito amor e carinho!

Tel.: 99963-5474

CHAVOSO MODAS

(31) 98604-8122 @chavoso_modas32

Casemiro Andrade, 349 - Centro

CARLA MARINHO
MODA FEMININA
31 985808651
@CARLAMARINHOMODAFEMININA

RUA MARCHELLO, JOFPE, 36 ÁGUA FRESCA - ITABIRA/MG

PERU MOURAS

99682-0926 / 99681-7526

14ª EDIÇÃO DO ENCONTRO DE CÃES E CRIADORES ACONTECE EM ITABIRA, MG



A cidade de Itabira, MG, há 100Km da capital mineira, teve um evento para apaixonados por cães e claro, por animais em geral. O 14º Encontro de Cães e Criadores aconteceu na Praça Acrísio, centro do município, em 14/09/2025. Como todos os anos, veterinários, empresários dos ramos de pet-shops e de outros seguimentos se uniram para proporcionarem um dia de lazer para a população com seus amiguinhos de 4 patas.

O evento teve apresentação de Muay Thai da equipe FTM, show com Ruan Pablo e Letícia, desfile de cães, espaço kids, aula de ritmos com a professora Isadora Lemos, apresentação da cadelinha Meg com o adestrador Carlos, sorteios de brindes e muitos, muitos cachorrinhos.

No palco, Anderson Fernandes(Dr Pet), João Victor(Cão Portado), Dra Margarida Guerra, Vereador Júber Madeira, Lourival Silva e Sara Amorim (FTM), Eduardo Azevedo(Dudu Cão), Wandrey Phelipe, José Geraldo da Portal Imóveis e o

radialista Anderson Rodrigo, falaram da importância deste evento.

Em 2025, o encontro contou com as parcerias de Dudu Cão, Cão Portado, Hospital Animal de Itabira, Mundo Animal, Dr Pet, Academia Corpo e Saúde, Snipers da Pressão, Dra Margarida Guerra, cantor Ruan Pablo, FTM Muay Thai Sara Amorim, Vereador Júber Madeira, Adestrador Carlos, A Creche do Papai (Locação de Brinquedos), Canil Garra, Saúde e Estilo e Rádio Antártida 93,3 FM.

A produção do Encontro de Cães e Criadores agradece a todos os parceiros, à Prefeitura Municipal de Itabira, ao radialista Heitor Bragança pela gentil cobertura do evento e já está trabalhando para a edição de 2026.

Da Redação



(Wandrey e Ruan Pablo)



(Wandrey, Livia, Dudu, Júber, Sara e Lourival)



(Ronniel Nascimento, Júber Madeira, Geraldinho e Anderson Rodrigo)



(José Geraldo da Portal Imóveis, Dra Margarida Guerra e Anderson)



(Um cidadão levou seu lindo cão pastor suíço)



(Livia Souza e Wandrey)



(Lindos Yorkshire e Shih-Tzu)



(Ruan Pablo, Anderson e Divino)



(Equipe Snipers da Pressão)



(Geraldinho, Karine e Anderson)



(Equipe A Creche do Papai)



(Equipe FTM)



(Vereador Júber Madeira e o Veterinário João Victor)



(Equipe Academia Corpo e Saúde)



(Adestrador Carlos e Meg)



(Radialista Heitor Bragança)

EXPEDIENTE:

REPORTAGEM: 31 99739 7676 | PUBLICIDADE: 31 99750 4962 | DIAGRAMAÇÃO: 31 98605 5345
FAZEMOS COBERTURA DO SEU EVENTO E FESTA DE ANIVERSÁRIO!

CARLA MARINHO MODA FEMININA: ESTILO E QUALIDADE



A chegada da primavera traz cores, leveza e renovação. E nada melhor do que atualizar o guarda-roupa para viver essa estação cheia de frescor e alegria. Pensando nisso, a Carla Marinho Moda Feminina, referência em estilo e bom gosto, lança sua nova coleção Primavera/Verão, repleta de peças que unem conforto, elegância e versatilidade.

A coleção aposta em tecidos leves e fluídos, estampas florais, peças delicadas e cores que são tendência para a estação.

Entre os destaques estão os vestidos longos para qualquer ocasião, conjuntos de short e camisa perfeitos para dias de calor e macaquinhos práticos para quem busca estilo aliado à praticidade.

Carla Marinho, proprietária da loja, comenta: “Queremos que nossas clientes sintam-se confiantes e lindas em todas as ocasiões. A coleção Primavera/Verão foi pensada para trazer peças que vão do casual ao elegante, com qualidade e preço justo.”

Além de oferecer peças atemporais e modernas, a loja também se preocupa com a experiência de compra do cliente na loja física e online proporcionando o melhor atendimento

Visite a Carla Marinho Moda Feminina e descubra como transformar seu guarda-roupa para esta temporada.

Fazemos envios para todo Brasil

WhatsApp 31 **9 8580-8651**

Siga também no Instagram
[@carlamarinhomodafeminina](https://www.instagram.com/carlamarinhomodafeminina)

Para conferir novidades, dicas de moda e
inspirações diárias.

Endereço Rua Marechal Jofre 36 Água Fresca
Itabira MG

Com informações: Carla Marinho

MANTER A HIGIENE DA BOCA EM DIA PODE AJUDA NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE INTESTINO

Entre as regras básicas de higiene pessoal é consenso que manter a boca limpa está nessa lista. A manutenção da higiene bucal é importante, porque é a maior porta de entrada de bactérias do corpo e, se esquecida, fungos e bactérias podem se proliferar, atingindo outros órgãos e suas funções. O que pode causar doenças sérias, como diabetes, problemas cardiovasculares e cânceres.

A OMS (Organização Mundial da Saúde) credita a saúde oral como um dos indicadores mais importantes para constatar a saúde em geral, o bem-estar e a qualidade de vida dos seres humanos. Por tudo isso, em 20 de março é comemorado o Dia Mundial da Higiene Bucal como uma forma de conscientização para a questão.

Quando a relação é com o surgimento de tumores, a higienização sempre foi associada ao surgimento de câncer na boca. De acordo com a Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer, os cânceres de lábio e cavidade oral estão entre os 20 mais comuns em todo o mundo, com quase 180.000 mortes a cada ano.

A coloproctologista Larisse Barbert explica que a boa saúde bucal também está relacionada com o câncer no intestino. "Nosso conhecimento atual é de que um desses fatores com papel importante na geração de mutação celulares são as bactérias do nosso intestino, a microbiota intestinal. Aí que entra o vínculo entre a cavidade oral e o aparecimento do câncer. Descobrimos que esses bichinhos que moram no nosso intestino têm uma relação muito grande com os bichinhos que moram na nossa cavidade oral", diz ela.

A médica ainda destaca: "algumas espécies que são nocivas e têm um papel ativo nessa transformação celular são encontradas no intestino e na saliva de pacientes com câncer. Essas bactérias têm a função na ativação do sistema imunológico, para aumentar fator de proliferação celular, ou na ação direta das toxinas bacterianas que são carcinogênicas."

O surgimento de tumores malignos no intestino acontece a partir da alteração no DNA das células que revestem o órgão. Essas mudanças celulares se dão pela somatória de fatores, que são a genética e as questões ambientais, como tabagismo e consumo de álcool.

"A falta de higiene bucal não causa o câncer do intestino, e sim está associada à doença. Assim como, o consumo de álcool, sedentarismo, tabagismo, obesidade estão associados ao aumento do risco. Chamamos atenção para o assunto, porque quem vai imaginar que a saúde bucal vai ser também uma forma de prevenir um câncer no intestino", ressalta Larissa.

No intestino humano estão presentes cerca de 130 mil espécies de bactérias e fungos e manter a flora intestinal saudável é ajuda na prevenção de tumores. "O que queremos ter é uma microbiota que seja saudável, que não seja inflamatória e não auxilie a genética ruim na transformação celular que leva

ao câncer", destaca a especialista.

A dieta também interfere na manutenção da saúde bucal e intestinal. "Para ter uma microbiota correta temos que acertar a dieta, que também vai prevenir os problemas na cavidade oral, já que cáries não aparecem só por falta de higiene. O consumo excessivo de carboidratos refinados, ou de açúcares, são fatores que desencadeiam problemas metabólicos que são associados ao aumento do câncer do intestino, obesidade, diabetes, que também fazem com que nossas células sejam estimuladas a proliferar", afirma Larissa Barbert.

Prevenção do câncer de intestino é fundamental

Além de manter a higiene bucal e uma dieta que não seja rica em açúcares, a prevenção de tumores no intestino se dá por meio de exames periódicos. Todas as pessoas, mesmo quem não tem sintomas ou não tenha histórico familiar, precisa fazer uma colonoscopia após os 45 anos. No caso de histórico familiar ou da presença de sintoma intestinal, o exame deve ser feito antes.

Esse exame é um procedimento que usa técnica semelhante a da endoscopia, por meio da imagem é feita verificação do intestino grosso e do reto.

"A periodicidade dos exames vai ser definida pelo médico, que vai analisar os fatores de risco, ver o histórico familiar e o resultado do exame, caso tenha a formação de pólipos, que precedem o câncer, a gente consegue fazer o diagnóstico e retirá-las durante a colonoscopia. Essas lesões são completamente assintomáticas, assim como os cânceres iniciais", orienta a médica.

Tecnologia em prol da saúde

Por enquanto, na área clínica a colonoscopia é a única usada para fazer o diagnóstico. Mas, é possível pensar que em alguns anos a análise das bactérias presentes na boca e no intestino poderá ser usada na detecção da doença.

"Com a tecnologia, conseguimos analisar o DNA das bactérias e mapeamos perfil de bactérias de cada pessoa. A partir daí, vamos nos pacientes que têm câncer ver quais as espécies estão sendo repetidas entre os doentes. Depois vamos nessas espécies e checamos as funções delas, daí chegamos nas espécies que têm o papel de alterar as células e chegar ao caminho de desenvolvimento do câncer", explica Larissa.

Além disso, a avaliação dos microrganismos podem futuramente auxiliar no tratamento. "Acho que o próximo passo é não só identificarmos qual é a bactéria, como dar um jeito matá-la. Por exemplo, tem alguns estudos que criam uma bactéria parecidas com as que fazem mal e acabam com elas. Como se fosse um probiótico", conclui Larissa Barbert.

Fonte: (R7)

OPORTUNIDADES

CASA

Bairro: Fenix Sala, 03 quartos, banho social, cozinha, área de serviço, quintal e garagem. R\$ 350.000,00

LOTE

Bairro: Flamboyant Área: 250m2 - plano R\$ 85.000,00

APARTAMENTO

Bairro: São Francisco Sala, 02 quartos, banho social, cozinha, área de serviço e 01 vaga de garagem. R\$ 280.000,00

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

CRECI-PJ 3464



**Portal
Imóveis**

Entre e se realize.

**19 anos
com você!**

A IMPORTÂNCIA DO ESPELHO RETROVISOR PARA UMA DIREÇÃO SEGURA

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

O espelho retrovisor é um item essencial para todos os automóveis. Não importa se são motos, caminhões ou carros populares, os espelhos contribuem diretamente para a segurança no trânsito.

No cotidiano das pessoas, porém, isso pode acabar passando despercebido por muitas vezes.

Além disso, os retrovisores externos encontram-se em locais extremamente expostos a choques e colisões e, por conta disso, acabam tendo maior propensão a quebrar.

Isso faz com que muitos brasileiros optem pela saída mais criativa e menos indicada: fazer remendos e consertos caseiros.

Visando evitar esse tipo de imprevisto, vamos explicar abaixo a importância do retrovisor para uma direção segura. Confira!

Quais são os tipos de espelho retrovisor existentes?

Os espelhos retrovisores são basicamente separados em dois tipos diferentes, com nomes autoexplicativos: os externos e os internos.

Os espelhos retrovisores externos são aqueles que ficam do lado de fora dos veículos, ao lado das janelas. Já os espelhos retrovisores internos posicionam-se no teto, entre o banco do motorista e do passageiro.

Para que serve cada tipo de espelho retrovisor?

Espelho Externo

Os espelhos externos têm a função de auxiliar motoristas principalmente no momento das trocas de faixas e ultrapassagem.

No entanto, também são extremamente úteis como referencial na hora de estacionar e fazer balizas.

Espelho Interno

Os espelhos internos, por outro lado, não contribuem na troca de faixas em rodovias, mas ajudam o motorista a ter uma visão dos veículos que estão atrás.

Outra valência dessa peça é o seu uso para visualizar tudo aquilo que está na parte de trás do veículo na hora de dar ré.

Por mais que ainda exista um grande costume de virar o pescoço e olhar para trás, é recomendável que se utilize o espelho retrovisor interno.

Como ajustar os espelhos de forma a ter maior segurança ao dirigir

Explicadas todas as funções dos espelhos retrovisores e, conseqüentemente, sua importância para uma direção segura, é hora de dar dicas mais práticas sobre o ajuste dessas peças.

Para os retrovisores externos, a ordem é ter a maior visão das pistas ao lado possível, evitando que o próprio carro cubra partes do espelho.

Isso diminuirá os pontos cegos e contribuirá para uma maior segurança do motorista.

O espelho interno, por outro lado, deve ser ajustado para mostrar todo o vidro traseiro do carro, ou pelo menos a maior parte dele possível.

É sempre bom lembrar também que esse ajuste ideal varia de acordo com a altura e o posicionamento do banco de cada motorista.

Portanto, antes de dirigir um carro com o qual você não está acostumado, estabeleça os espelhos de acordo com a sua preferência.

Destaque onde estão os verbos do quadro no Caça-palavras.

- | | | |
|------------|------------|----------|
| • AJUDAR | • CONHECER | • PENSAR |
| • AMAR | • ENSINAR | • QUERER |
| • ANDAR | • ENTENDER | • SENTIR |
| • APRENDER | • FAZER | • SONHAR |
| • BEBER | • MORAR | • VIVER |

F B M H F S U N B S F S O U O E O E R H H T
 R T H O E R H E I E I O R L A T M I B R D A
 T B N R I W D H E Y V N A P S S M T O E S O
 N E T S D F G H O O D A P T C E W E P D O C
 H H E E R S A Y A B C T R S S E L A I L T S
 N E O D V W F E O H A O E O Y E Q R E E M P
 R T H R R N W N U E L Y N N G N N U T E L E
 E S N E E I N T H U O E D H E I R T E V P N
 I C L E E D H E G R C E E A E D M O I R L S
 E O P L O G T N R H H E R R N C R V C R E A
 D I A M A M E D A A D S N N D B E B E R C R
 O P O J I T W E A O S F A Z E R H R A W F E
 R G B H U S R R T N E E D N E S L L W M S O
 C H O M T D L N O H D I E N Y E N S I N A R
 A D D E N W A L S A H A A O S H O F E T U R
 T O T W N M O R A R L F R S I W S E L H F A



As palavras deste caça palavras estão escondidas na horizontal, vertical e diagonal

CAÇAPALAVRA.COM.BR



Palavra de Deus

NÓS PODEMOS PARTICIPAR DO HALLOWEEN?

Muitas pessoas podem dizer que o Halloween e outras festas pagãs já perderam o caráter religioso, tornando-se apenas datas festivas e comerciais, e que, por isso, não há problema algum em participar dessas tradições.

Porém, pensar dessa maneira é um engano e é por isso que os espíritos malignos ainda encontram espaço para atuar na sociedade.

Símbolos

Essa festa traz uma grande simbologia e referências que são contrárias ao que Deus nos ensina na Bíblia.

Por exemplo, a abóbora – que traz dentro de si uma vela – é para afastar os maus espíritos durante esse período, “guiando as pessoas”, e foi inspirada na lenda de Jack O’ Lantern (uma alma penada); os morcegos representam o mundo das trevas, o que é sombrio e noturno; as bruxas realizam feitiçarias promovendo o mal na vida das pessoas; a aranha, que também é muito presente nas decorações, simboliza o alerta de perigos; as cores também trazem significados: o roxo, nesse contexto, representa a passagem entre a vida e a morte e o preto simboliza a escuridão; as fantasias surgiram da ideia de se “camuflar” entre o que havia de ruim nas ruas; até mesmo a expressão “Halloween” tem uma conotação espiritual maligna, que significa “All hallows eve” (“Véspera de todos os santos”, do inglês).

Ou seja, não tem como falar de Halloween sem fazer referências à atuação dos espíritos malignos na vida das pessoas.

A origem

Essa tradição começou por volta do século 5 antes de Cristo (a.C.), entre o povo celta – que vivia ao norte do Reino Unido, no continente europeu.

Para eles, o ano começava no dia 1º de novembro; e na noite do dia 31 de outubro eles comemoravam o festival de Samhain. Durante esse evento, os celtas acreditavam que os mundos dos mortos e dos vivos se uniam, por isso havia sacrifício de animais e era acesa uma fogueira em homenagem aos mortos.

O que a Bíblia diria sobre isso?

No livro de Colossenses, no capítulo 2, versículo 8, o apóstolo Paulo alerta os cristãos da cidade de Colossenses para que eles não sejam influenciados por filosofias e tradições humanas.

Igualmente, na carta aos Coríntios, Paulo fala que não podemos nos envolver, ao mesmo tempo, com o que vem de Deus e o que vem dos espíritos malignos.

“Não podeis beber o cálice do Senhor e o cálice dos demônios; não podeis ser participantes da mesa do Senhor e da mesa dos demônios. (...) Todas as coisas me são lícitas, mas nem todas as coisas convêm; todas as coisas me são lícitas, mas nem todas as coisas edificam.” 1 Coríntios 10.21-23

Portanto, não é aconselhável que aqueles que vivem na fé em Cristo, envolvam-se também com celebrações que são originadas pelo mal.

Por: Daniel Cruz

VIP CAR LANTERNAGEM E PINTURA AUTOMOTIVA. QUALIDADE E TÉCNICA EM ITABIRA, MG



O Saúde e Estilo esteve na manhã desta quarta-feira, 17/09/2025, no bairro Gabiroba, em Itabira, MG, onde conheceu a Vip Car, empresa dos ramos de lanternagem e pintura automotiva.

Excelência em restauração, a Vip Car, esta localizada na rua das Cantineiras, 268, Gabiroba.

A Vip Car também trabalha com polimento, cristalização, recuperação de para-choques e pequenos retoques.

Agende agora mesmo uma avaliação:
31 9 9974 2021

Da Redação

VALÉRIO EM ITABIRA RECEBE CAMPEONATO DE TIRO ESPORTIVO EM SETEMBRO



O Clube Valério, em Itabira, sediou um campeonato de tiro esportivo, na data de 27/09/2025. O torneio reuniu atletas de Itabira, com participações de outrars cidades, Rio Piracicaba e Santa Bárbara, que competiram em 5 provas. As carabinas utilizadas foram modelos springs (mola ou gas ram), nos calibres 4.5 e 5.5.

É válido ressaltar que, o Valério já possuiu uma equipe exclusiva de tiro esportivo que representava o clube em várias partes do Brasil.

O Valeriodoce Esporte Clube, popularmente conhecido como Valério, foi fundado em 22 de novembro de 1942 em Itabira, Minas Gerais, por funcionários da Companhia Vale do Rio Doce. O clube nasceu da iniciativa de trabalhadores da então empresa estatal Vale do Rio Doce, que mais tarde, ao ser vendida pelo governo, entregou o estádio do clube como presente.

O Estádio Israel Pinheiro, nome do campo do clube, foi palco de inúmeros clássicos e mantém até hoje a tradição de jogos neste local.

O campeonato foi organizado pelo grupo Snipers da Pressão, que tem promovido competições em vários clubes e cidades, desde seu início há 4 anos.

O Snipers da Presão agradecem à toda equipe do Valério que permitiu a realização deste evento: Presidente Executivo, João Mário de Brito, o Vice presidente Executivo, Antônio Lage, o Vice Presidente Administrativo, Antônio Carlos de Melo, o Vice Presidente Financeiro, Gustavo Portugal, o Vice Presidente Jurídico, Gabriel, o Vice Presidente Especializado, Edson do Carmo.

Da Redação

CHITÃOZINHO & XORORÓ SÃO INDICADOS AO GRAMMY LATINO 2025 COM O ÁLBUM JOSÉ & DURVAL

Celebrando 55 anos de carreira, a dupla Chitãozinho & Xororó foi indicada ao Grammy Latino 2025 na categoria de Melhor Álbum de Música Sertaneja com o projeto José & Durval. Lançado em setembro de 2024, o trabalho reúne 15 faixas inéditas e apresenta uma nova sonoridade ao repertório dos artistas, com participações especiais de nomes como Fresno e Simone Mendes.



Ícones da música brasileira, os irmãos somam agora oito indicações ao prêmio e já conquistaram seis estatuetas ao longo da trajetória. A última vitória na categoria sertaneja foi em 2022, com o álbum Chitãozinho & Xororó Legado.

“Que alegria imensa ver o nosso álbum José & Durval indicado ao Grammy como ‘Melhor Álbum de Música Sertaneja’. Esse projeto é muito especial para nós, porque carrega a nossa história, nossas raízes e toda a emoção de uma vida dedicada à música. Só temos que agradecer a cada um de vocês que fazem parte dessa caminhada com a gente. Vamos juntos nessa!”, celebram os artistas.

Sobre Chitãozinho & Xororó

Reis da música sertaneja, os irmãos atingiram a marca de 40 milhões de discos vendidos, 37 álbuns inéditos, onze DVDs, seis prêmios Grammy, centenas de discos de ouro, platina e diamante, programas de televisão e uma homenagem da X-9 Paulistana que contou sua história.

Fonte: (Virgula)

NOVA 93FM
www.nova93fm.com.br
(31) 3831-2818

Venha se qualificar com a gente!
Cursos Disponíveis

- Brigada Orgânica
- Bombeiro Civil / Brigada Profissional
- Primeiros Socorros (Aph)
- Direção Defensiva Teórico/Prática Veicular
- Off Road
- Treinamento de Rac's e Nr's
- Transporte Coletivo (100% online)
- Transporte Escolar (100% online)
- Transporte Emergência (100% online)
- Transporte Cargas Indivisíveis e MOPP (100% online)
- Básico de resgate veicular

NARDE
CONSULTORIA E TREINAMENTOS
31 9 9608-7022

Fayner Photos
@fayner_photos
(31)99506-0136

VIP SERTANEJA
31 3831-1771
31 3831-2461

A creche do Papai
Locação de Brinquedos

(31) 3760.1415
(31) 99449.1415 Referência em Itabira e Região
Aceitamos cartões VISA

CORTINAS & CIA
Cortinas e Persianas

Rua Calunga,29 - Jaraguá - BH

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

CHAVOSO MODAS

15% OFF

Leve esse cupom e ganhe o desconto

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

31 9 9897 0156
Estrada Itabira ao Dist. de Srª do Carmo km11
Mandembo, Itabira/MG

TONI LANTERNAGEM

31 3834 3319
31 9 8597-0402
Rua Gamaeleira, 67 - Hamilton

NA BOA
LAN HOUSE
3834-4452