

FOLHA

POPULAR



Parabéns,
Paraisópolis!

Terra de Amílcar de Castro e
Carlos Gonzaga

Especial - Páginas 6 e 7



152 ANOS DE PARAISÓPOLIS

Parabéns,
PARAISÓPOLIS!



R. MONSENHOR JOÃO ARISTIDES, Nº 75 - LOJA 1
BAIRRO SANTO ANTÔNIO - CACHOEIRA DE MINAS
(35) 3472-2000 (35) 9 8404-2000



SEU ESPAÇO,
SUAS REGRAS.

Deixe-nos criar
móveis que se
encaixam no
seu estilo
de vida.



INNOVARA
MÓVEIS PLANEJADOS

35 98418-5314
@innovaramoveisplanejados

GRUPO MARISTELA MÓVEIS

ARLINDO
Corretor de Imóveis
CRECI - 22568 - 4ª região
CNAI - 25132

 /ArlindoFC

(35) 99894-3967 | 3472-2091 | 98439-6541
Rua Eduardo Tenório, 38
Centro - Cachoeira de Minas



Abastecimento, troca de óleo,
Calibragem, Borracharia,
Lavagem de Autos



**Posto
Santa Bárbara**

Rodovia MG 173, Cachoeira de Minas - (35) 3472-1143



PH BEBIDAS

ÁGUA E GÁS
(35) 9 9115-4611

"Adega do Paulinho"



Rua Oliveira Cobra, 389 - Centro
Cachoeira de Minas - MG

Opinião

Nossa Opinião

redacaofp@gmail.com

Parabéns, Paraisópolis

No próximo sábado, dia 25 de janeiro, Paraisópolis completa 152 anos de história e tradição com muitos motivos para celebrar. Emancipada em 1873, o município integra o Circuito Turismo Serras Verdes do Sul de Minas e é conhecida como “Terra do Vento” e “Joia Escondida do Sul de Minas”. Com clima interiorano, belos cartões-postais, atrativos culturais e gastronômicos, Paraisópolis tem se destacado em diversas áreas, tornando-se referência em segurança, preservação ambiental e qualidade de vida. Possui uma localização privilegiada. Está a 100 km do Vale do Paraíba, a 180 km de

São Paulo e a pouco mais de 200 km da região de Campinas. Paraisópolis possui dois filhos ilustres: Amilcar de Castro, artista plástico reconhecido e prestigiado em todo mundo e Carlos Gonzaga, artista que ficou reconhecido com a regravação da música Diana. O município integra o trajeto do “Caminho da Fé”, para quem sai de Águas da Prata (SP) e quer ir a Aparecida (SP) e é ponto de chegada da Ultramaratona BR-135 (Brazil 135 milhas). Cada vez mais escolhida por habitantes de grandes cidades em busca de tranquilidade e qualidade de vida, Paraisópolis segue

reafirmando seu compromisso com o bem-estar dos munícipes e sua contribuição para o desenvolvimento do estado. Há, certamente, muitos desafios pela frente, mas não podemos deixar de celebrar todas as conquistas já alcançadas, que nos inspiram em vislumbrar um futuro ainda mais próspero. Esperamos que, nos próximos anos, Paraisópolis continue se desenvolvendo, demonstrando toda a sua potência econômica e cultural. Parabéns a esta cidade que recebeu tão bem o jornal Folha Popular. Parabéns, Paraisópolis!

Padre Leandro

pasajoba@yahoo.com.br

Criacionismo? Evolucionismo?



Você já pensou nisso: De onde nós viemos? Qual a origem do ser humano? Para onde nós vamos? O que diz a religião sobre a criação do mundo e do ser humano? E o que fala a ciência? Quais as diferenças nas explicações?

Como tudo surgiu?

Para estas perguntas, há diferentes respostas. A origem do mundo e do ser humano é explicada à luz da fé e à luz da razão. Religião e ciência dão suas contribuições para nos ajudar a entender quem nós somos e de onde viemos. Cada uma delas segue um caminho para explicar a origem da vida humana na terra. A teologia busca compreender, à luz da fé, como surgiu o mundo existente e o ser humano. A ciência analisa a natureza e as leis que a regem para dar suas explicações e seu objetivo é chegar a resultados comprováveis, ou seja, provas concretas para suas respostas. A fé responde, baseada na Bíblia e na tradição cristã, que Deus criou o mundo, a mulher e o homem - o que se chama criacionismo. A ciência sustenta que o ser humano deriva de uma mesma matéria, que evoluiu até chegar àquilo que hoje conhecemos - o que se denomina evolucionismo.

Divergências

Devido a respostas diferentes para a existência do ser humano, surgem tensões ou “brigas” entre fé e ciência. A teologia quis comparar a primeira explosão, o Big bang, que teria dado origem a tudo o que existe, ao ato criador de Deus, conforme o que diz o livro do Gênesis capítulos 1 e 2, na tentativa de estabelecer diálogo com a explicação científica. Já a ciência utilizou o evolucionismo para negar a existência de Deus e rejeitar a dimensão espiritual do ser humano, impossibilitando o diálogo com a religião. Ciência e teologia têm seu campo próprio de atuação. A tensão começa porque uma quer interferir no campo da outra. Quando a fé no Deus criador foi confrontada com a nova visão de mundo, foi preciso buscar nova linguagem para apresentar esta realidade. A ciência demonstra a evolução como fato comprovado, embora haja lacunas. A teologia, sem negar esta constatação, tem que apresentar de maneira inovadora as propostas que a fé cristã tem para explicar a origem do mundo e dos seres humanos em linguagem que seja compreensível ao mundo atual, tão avançado nas ciências e na razão.

Palavra da teologia diante do evolucionismo

A teologia pode aceitar uma visão evolucionista que inclua a ação criadora divina. No caminho da evolução, Deus teria agido no interior com força potencializadora para gerar seres capazes de superação, em especial, o ser humano, dotado de inteligência e dimensão espiritual. Assim, o “corpo” seria produto da evolução e “espírito, alma” viria da criação divina? Essa seria uma visão mais aberta para estabelecer diálogo e oferecer pistas para desvendar o mistério que envolve o ser humano e tudo o que existe. Dessa maneira, se poderia dizer que a ação procriadora dos pais é potencializada pela ação transcendente de Deus, de tal maneira que o filho não seja só mais um indivíduo da espécie, que passou por evolução, mas uma nova pessoa, única e irrepetível, capaz de reconhecer a ação de um ser superior, Deus, na sua existência neste mundo.

CM
CASALECCHI
MADEIRAS

- PLACAS PARA ENTRADA DE SÍTIOS, CHÁCARAS, FAZENDAS E MAIS.
- PORTEIRAS SOB MEDIDA.
- TÁBUAS PARA CARNE.
- RELÓGIOS PERSONALIZADOS.
- MÓVEIS RÚSTICOS.



R. BELMIRO DA COSTA, 28 - CENTRO
CACHOEIRA DE MINAS/MG



@CASALECCHI_MADEIRAS

(35) 9 9984-2491 (TÉRCIO)
9 9904-1799 (JOÃO VÍTOR)



AUTO POSTO
CACHOEIRA

Qualidade BR Petrobrás

3472-1038

TEMOS GASOLINA



Joaquim de
Oliveira
e Família

Rua Prefeito João Belmiro da Costa, 120, Cachoeira de Minas

IGREJA
JESUS É A LUZ DO MUNDO



Rua Cônego Braga, N: 568, B: Bela Vista



Pr. Paulo Henrique

“
Amai o SENHOR, vós todos os seus santos.
O SENHOR preserva os fiéis, mas retribui
com largueza ao soberbo. Sede fortes,
e revigore-se o vosso coração,
vós todos que esperais no SENHOR.
”

Salmos 31. 23-24

Dias de Cultos:
Domingo às 19:00 horas
Quarta-feira às 19:30 horas



Jesus é a Luz do Mundo - MG

Plantões

Polícia Militar (Cachoeira de Minas):
(35) 99702-6996 / 190

Conselho Tutelar (Cachoeira de Minas):
Sede (35) 3472-1026 / Sobreaviso (35) 99702-6996

Polícia Militar (Conceição dos Ouros):
(35) 9 8445-6681 / 190

Conselho Tutelar (Conceição dos Ouros):
Sede (35) 3653-1055, 7:00 as 11:00 / 13:00 as 17:00
Plantão 98445-7834 (24 horas)



O jornal **Folha Popular** é publicado e distribuído gratuitamente em Cachoeira de Minas, Conceição dos Ouros e Paraisópolis. As opiniões dos artigos / colunistas / mensagens publicitárias aqui publicadas refletem unicamente a posição de seu autor, não caracterizando endosso, recomendação ou favorecimento por parte deste jornal ou quaisquer outros envolvidos nesta publicação.

FALE CONOSCO
redacaofp@gmail.com
(35) 9 9875-8147

EXPEDIENTE
Jornalista Responsável: Bernardino da Silveira Neto
Projeto Gráfico: Wilson Freitas
Impressão: Jornal Cidade de Rio Claro Ltda (19) 3526-1050
Tiragem: 5.000 exemplares

EDITADO E DISTRIBUÍDO POR
Empresa: Bernardino da Silveira Neto
CNPJ: 18.886.354/0001-40
Contato: (35) 9 9875-8147

Auro Oliveira

aurooliveira@yahoo.com.br

O pix e as narrativas

Em tempos de polarização, com a reascensão de um presidente extremista nos States, algumas redes sociais decidem se adaptar ao discurso de liberdade absoluta de expressão. A Meta, de Mark Zuckerberg, anuncia que vai eliminar a checagem de informações veiculadas no Facebook e no Instagram. Seguem o caminho de Elon Musk, dono do Twitter, renomeado X.

Enquanto isso, o governo brasileiro está às voltas com uma instrução normativa da Receita Federal (RF), revogada em 15/01, porém que deu muito o que falar, menos pelo conteúdo e mais pela manipulação política via redes sociais. A instrução determinava a extensão a algumas financeiras da obrigatoriedade de informar à RF volumes de movimentação financeira de seus clientes. Os bancos em geral já fazem isso, agora operadoras de meios de pagamentos (maquininhas) e cartões de crédito também devem fazê-lo. Além disso, os limites mensais de movimentação a serem informados passam de R\$2.000 para pessoas físicas e R\$6.000 para pessoas jurídicas para R\$5.000 e R\$15.000, respectivamente. Estes números são suficientes para mostrar que vai diminuir a fiscalização sobre um grande número de clientes de instituições financeiras. A Caixa, por exemplo, deve reduzir para menos da metade o volume de informações fornecidas. Os desafetos do governo, bem estabelecidos na rede, com grande número de seguidores, deturparam uma coisa que faz parte da rotina de um órgão de governo e, no melhor método Goebbels, espalharam que o governo decidiu taxar o pix. Eles sabem, mas desonestamente não informam que taxaço (criação de impostos) depende de lei, e quem aprova leis é o Congresso Nacional. A RF apenas cumpre o

que está determinado em lei. A última taxaço de movimentações financeiras foi a CPME, criada no governo FHC. Atualmente não existe nenhum projeto nesse sentido.

O pix é apenas uma dentre muitas formas de movimentação de contas. Desenvolvido a partir de 2016 (governo Temer), com a participação de um grande número de instituições no projeto, foi lançado no final de 2020, tendo se tornado o meio mais popular de transferências. O efeito prático é o mesmo do cartão de débito, da TED, do depósito em cheque ou em dinheiro. O que importa para eventual fiscalizaço não é o meio utilizado, mas os valores que entram nas contas. Isso não é novidade, mas a gritaria capitaneada por extremistas contra algo já normal, sim. Gente que esgrime versículos bíblicos é contra lei que criminalize mentiras. Há um verdadeiro culto da mentira com fachada religiosa. E gente mal informada pronta a acreditar em qualquer história da carochinha, sem verificar a coisa na fonte, existe aos montes. Por conta disso, por mais que o governo explicasse os fatos, que a imprensa séria nem sempre simpática ao governo dissesse o que realmente ocorre, o assunto ganhou proporções de histeria coletiva.

O problema não é a resolução da RF, destinada a combater sonegação fiscal de gente grande. O problema é a comunicação, e nesse ponto o atual governo não tem sido eficiente. No caso da falsa tributação do pix, o governo perdeu a batalha. Para muitos, a narrativa da taxaço colou. Novas batalhas virão, com novas narrativas fraudulentas. Recentemente, o governo trocou o secretário de Comunicação Social da Presidência da República. Veremos se o novo secretário conseguirá jogar melhor no campo minado das redes.

Dr. Paulo Henrique

@paulohareias

Inventário e Sucessões: Como se preparar para esse desafio em 2025

É unanimidade o desafio que todo brasileiro enfrenta ao encarar um processo de inventário. Além de ser um período emocional extremamente conturbado, a família encara um desafio enorme para se organizar financeiramente, se depara com diversos conceitos e gastos enormes para realizar em um curto espaço de tempo. A coluna de hoje, buscando nortear as dúvidas de um dos nossos leitores, abordará o tema inventário e sucessões: Como o meio jurídico tem se preparado para auxiliar os brasileiros nesta árdua missão? Hoje vamos pincelar sobre Holdings, doações e inventários judiciais e extrajudiciais. São vários conceitos, que incentivarão o leitor a procurar os seus direitos para se preparar melhor para um inventário.

Planejamento, proteção e poupança, os três “Ps” são extremamente importantes durante um planejamento sucessório, período que antecede o início de um processo de inventário. Talvez a primeira dica, pensando no inventário, seja a seguinte: Comece a se planejar antes do início de um inventário. Soluções como as Holdings Familiares estão se tornando cada vez mais comuns no dia-a-dia do brasileiro, pois, além de proteger o patrimônio, visam uma poupança de gastos futuros que contribuem para a manutenção dos bens da família. O ITCD, por exemplo, imposto devido ao estado após o falecimento de alguém, que se torna um vilão durante esse

momento, acaba se tornando um desafio menor do que aparenta, quando há uma Holding muito bem elaborada. Isso sem falar nos benefícios durante o recebimento de alugueis, etc.

E posso doar meu patrimônio em vida, o que a lei diz em relação a isso? O artigo 1.846 do Código Civil diz o seguinte: Pertence aos herdeiros necessários, de pleno direito, a metade dos bens da herança, constituindo a legítima. O que isso significa? Significa que o titular, poderá, ainda em vida, doar até 50% dos seus bens a um determinado herdeiro, ressalvado o direito dos demais herdeiros. É importante ressaltar, que se a lei não for obedecida, a doação poderá ser anulada judicialmente.

Por fim, tiro rápido. O que é um inventário judicial e um inventário extrajudicial? O inventário judicial é aquele realizado via processo na justiça estadual. Por exemplo, um inventário iniciado no Fórum de Cachoeira de Minas. Já um inventário extrajudicial, conhecido por ser mais célere/rápido, apesar de requerer o preenchimento de algumas condições, é realizado via cartório e exige que os herdeiros estejam alinhados, de acordo com a partilha dos bens. É ideal que os familiares busquem as melhores alternativas nos moldes de cada caso e, como vimos anteriormente, quanto mais cedo iniciado o seu planejamento, maior as chances de poupar gastos futuramente.

ACICAM

Tradição e Resiliência

A Minas Líder é um exemplo de empreendimento que une a tradição da família com a coragem de seguir em frente, mesmo com um problema global como a pandemia do Coronavírus!

Em conversa com Sabrina de Oliveira Costa, uma das sócias da distribuidora, conhecemos mais da história e dos desafios da Minas Líder, confira:

O que motivou vocês a começarem a trabalhar no ramo de material de construção? Nosso amado Pai já trabalha a muitos anos neste ramo, fomos então influenciados pelo sonho dele de incorporar o portfólio de produtos e serviços junto ao que ele já oferecia, tendo o privilégio de poder contar com toda expertise e “nome já consagrado no mercado” (conhecido por “Toninho do Nego”) para iniciarmos no ramo.

Quais foram os maiores desafios enfrentados no início da jornada empreendedora? Empreender no Brasil não é nada fácil, e acredito que qualquer colega empreendedor há de concordar conosco neste ponto, mas além deste principal desafio, ressaltamos a Pandemia, abrimos a loja enquanto vários outros comércios estavam fechando. Enfrentamos também a concorrência acirrada de uma cidade pequena e a dificuldade de construir uma equipe comprometida.

Qual é a importância da colaboração entre irmãos na gestão do negócio? Como é a dinâmica de trabalho entre vocês?

A colaboração entre nós é mais do que essencial, pois exercemos papéis distintos e totalmente complementares. Enquanto o Rodrigo atua com toda logística, eu, Sabrina, atuo com atendimento ao cliente, e juntos cuidamos do administrativo.

Quais são os principais produtos que vocês oferecem aos clientes? O que diferencia a Minas Líder das demais?

A Minas Líder atua do ponto inicial de uma obra, através de serviços de terraplanagem, passando por toda entrega do que chamamos de “parte grossa” que é a parte inicial da construção, então desde areia, blocos, terra, brita, tijolos,

etc., até o acabamento final. Outro serviço que oferecemos e consequentemente nos diferencia dos demais, é a caçamba de entulho para quem quer reformar. Alugamos a caçamba e levamos o entulho ao seu destino final. E por fim, como último diferencial no mercado é dar a possibilidade ao cliente de ser atendido pela Minas Líder do início ao fim de um projeto de construção, além de prezarmos por um atendimento de excelência e um preço imbatível no mercado.

Quais são os planos futuros para a Minas Líder em termos de expansão ou novos serviços? Se Deus nos guiar e abençoar nossos projetos, temos a intenção de expandir com novas unidades na região, além de incorporar partes de acabamento de luxo em nosso portfólio.

Que conselhos vocês dariam para quem está pensando em abrir seu próprio negócio? Assim como mencionado no início, acredito que não só em nosso ramo, mas de maneira geral a quem quer empreender, nosso conselho é ter persistência, pois empreender no Brasil diante de tantos desafios que temos, não é fácil.

Naturalmente terão momentos desafiadores e que também serão de muito crescimento e aprendizado, mas gostar do que se faz realmente faz a diferença. Partindo disso, finalizo com essa frase de Steve Jobs: “A única maneira de fazer algo excelente é amar o que você faz.”



Rua Ernane Guerzoni, 173 - Centro - Cachoeira de Minas
Tel: (35) 9 9125-3935.



Associação Comercial e Industrial de Cachoeira de Minas
Rua Padre Lupércio Pereira Simões, 42 - Centro - Tel.: (35) 9 9225-0800
acicamcm@yahoo.com.br
@acicamcachoeirademinas

OPORTUNIDADE DE NEGÓCIO

ARLINDO

Corretor de Imóveis

CRECI - 22568 - 4ª região
CNAI - 25132

(35) 9 9894-3967

3472-2091

9 8439-6541

Lote no bairro Beira Rio



ÁREA DO TERRENO: 200,00 M²

Valor: R\$ 120.000,00

Rua Eduardo Tenório, 38
Centro - Cachoeira de Minas

f /ArlindoFC



Sejam Bem-Vindos!

Atividades semanais:

Quarta-feira

- 20h00 - Estudo sistematizado da doutrina espírita com passe e água fluidificada.

Quinta-feira

- 19h00 - Sopa Fraterna (pública)
- 20h00 - Evangelho Segundo o Espiritismo com passe e água fluidificada.

Sábado

- 15h00 - Estudo do Livro dos Espíritos com passe e água fluidificada.

Venham conhecer a Doutrina Espírita, participando das reuniões de estudos oferecidos pela instituição! Serão todos muito bem-vindos!

Agendamento para atendimento fraterno:

(35) 98402-8433

Facebook - Celne Luz da Nova Era

Instagram: @celne_centroespirita

Jornal Folha Popular estreia coluna sobre nutrição, esporte e comportamento

O jornal Folha Popular ganha agora um novo reforço em seu time de articulistas com a chegada do nutricionista esportivo e personal trainer Kadu Barros, que irá comandar a coluna quinzenal “Transformação & Performance”. A coluna estreia na edição deste sábado, 18, com o tema “Alimentação e performance: como a dieta certa potencializa seus resultados”.

Nesta estreia, Kadu aborda como a alimentação tem um papel essencial na busca por uma vida ativa e na melhora do desempenho físico. Segundo ele, “uma dieta equilibrada não é apenas importante para atingir resultados estéticos, mas também para garantir energia nos treinos, otimizar a recuperação muscular e manter o organismo saudável a longo prazo”.

Atendendo há cerca de 4 anos de forma presencial e online, o paraisopolense é formado em Nutrição pela Una Pouso Alegre e em Educação Física



(bacharelado e licenciatura) pela ASMEC, em Ouro Fino. Ele possui especialização em **e m a g r e c i m e n t o** e hipertrofia, com trabalho focado no público que busca transformação corporal, embora também atenda pacientes com outras necessidades. Em consultório, Kadu Barros utiliza, para avaliar a composição corporal, o adipômetro (avaliação das dobras cutâneas), que oferece medições precisas e um acompanhamento detalhado. Há alguns anos, Kadu Barros tem se dedicado a escrever conteúdos sobre nutrição e treinamento em seu **I n s t a g r a m**: @kadubrnutripersonal. Mas

essa será a primeira vez que ele integra o time de colonistas fixos de um jornal regional.

“O propósito da coluna é motivar e orientar as pessoas a transformarem suas rotinas de forma saudável e com alta performance, seja para atingir metas específicas, melhorar a saúde ou aprimorar o condicionamento físico. Espero ajudar muitas pessoas com essa coluna”, destaca Kadu Barros.

Acompanhe a coluna “Transformação & Performance” quinzenalmente no Folha Popular e transforme sua rotina com dicas práticas de nutrição e desempenho físico!

Kadu Barros

 @KaduBrNutriPersonal

Alimentação e performance: como a dieta certa potencializa seus resultados

A alimentação tem um papel essencial na busca por uma vida ativa e na melhora do desempenho físico. Uma dieta equilibrada não é apenas importante para atingir resultados estéticos, mas também para garantir energia nos treinos, otimizar a recuperação muscular e manter o organismo saudável a longo prazo.

Algumas práticas simples que fazem toda a diferença:

Antes do treino: Consumir carboidratos de fácil digestão, como frutas (banana, maçã ou pera), tapioca, pão, batata-doce, combinados com uma fonte de proteína leve, como ovo, iogurte natural ou cottage. Outras

combinações possíveis incluem um shake com banana e aveia ou uma fatia de pão com pasta de amendoim, etc. O importante é garantir uma boa energia para os treinos sem causar desconforto digestivo.

Depois do treino: Priorizar alimentos ricos em proteínas para recuperação muscular, como frango, peixe, ovos, whey protein, etc. Esses alimentos podem ser combinados com carboidratos como arroz, macarrão, mandioca, batata inglesa ou quinoa. Para quem busca algo prático, um sanduíche de atum ou uma panqueca de aveia com whey também são opções eficientes.

Prefeitura faz terceira licitação para concessão dos boxes e lojas no Mercado Municipal de Paraísoópolis

Dos 39 espaços existentes no local, 23 já foram arrematados.

A Prefeitura de Paraisópolis recebeu, no último 10 de janeiro, novas propostas dos interessados na concessão de uso a título oneroso, mediante pagamento mensal, para exploração econômica de boxes e lojas no Mercado Municipal. Dos 25 espaços públicos disponíveis, nove foram arrematados por interessados físicos e jurídicos. O pregão para concessão do local, que é um bem público municipal, foi realizado no prédio da Câmara de Paraisópolis.

Os espaços públicos/boxes situados no Mercado Municipal são concedidos à iniciativa privada por valores a

partir de R\$ 23.241,52, pelo período mínimo de 10 anos, renováveis por mais 10 anos, além do aluguel mensal. Ao todo, o Mercado Municipal de Paraisópolis possui 39 espaços para licitação (31 boxes internos e 8 lojas externas). Após o terceiro processo licitatório, 23 locais já foram concedidos à iniciativa privada. As licitações anteriores ocorreram nos dias 18 de setembro e 25 de outubro.

De acordo com a Prefeitura de Paraisópolis, um novo pregão presencial para a concessão dos espaços públicos que não apresentaram licitantes deverá acontecer em breve, mas ainda sem data definida. O

interessado que fizer a maior oferta, conforme as exigências estabelecidas, vencerá a licitação.

O prédio do Mercado Municipal, que faz parte do patrimônio histórico de Paraisópolis, passou por uma ampla restauração. A obra foi iniciada em 13 de março de 2023 e custou aproximadamente R\$ 5 milhões aos cofres públicos. O Mercado Municipal foi reaberto no dia 12 de dezembro de 2024.

A inauguração oficial do Mercado Municipal será no próximo sábado, 25, aniversário de 152 anos de emancipação político-administrativa de Paraisópolis.

Número de casamentos e nascimentos reduz enquanto que o de mortes sobe em Cachoeira em 2024

Cachoeira de Minas teve queda nos números de casamentos e nascimentos em 2024, segundo dados do Portal da Transparência de Registro Civil. Por outro lado, os registros de mortes aumentaram. Segundo o levantamento, 87 crianças foram registradas no cartório cachoeirense até dia 20

dezembro. O nome mais registrado no cartório cachoeirense foi Helena, 3. No ano anterior, em 2023, foram 90 registros de nascimento. Em 2015, o total chegou aos 102 registros.

Em relação aos casamentos, também houve queda, de 60 em 2023 para 55 em 2024. Já as mortes subiram de 67 para 105

de um ano para outro. Neste ano, 2025, já são 2 nascimentos, 3 casamentos e 3 óbitos. O levantamento leva em conta dados de cartórios civis de todo o país no período de 1º de janeiro a 20 de dezembro. Ele está disponível no Portal Transparência do Cartório de Registro Civil.

Conceição dos Ouros registra mais nascimentos, casamentos e mortes em 2024

Conceição dos Ouros apresentou um pequeno aumento nos registros de nascimentos, casamentos e mortes. De acordo com os dados

divulgados pelo Portal
Transparência do Cartório de
Registro Civil, o município
teve 41 nascimentos, 29
casamentos e 33 óbitos no ano
de 2024. No ano anterior, em

2023, foram 29 nascimentos, 28 casamentos e 28 óbitos. Neste ano, Conceição dos Ouros ainda não apresentou registros de nascimentos, casamentos e óbitos.

Paraisópolis registra aumento de casamentos em 2024

Parasópolis registrou 117 casamentos em 2024, 23 a mais do que no ano anterior, quando houve 94 uniões formais, de acordo com os dados do Portal da Transparência do Registro Civil. Por outro lado,

houve queda em relação aos nascimentos e mortes. Foram 171 nascimentos e 173 mortes no ano passado. Em 2023, foram 182 nascimentos e 175 mortes. Os nomes mais escolhidos, em 2024, foram Miguel, Arthur e Isis.

Neste ano de 2025, Paraisópolis já registrou 6 nascimentos, 5 casamentos e 6 mortes. O levantamento está disponível no Portal Transparência do Cartório de Registro Civil.

Projeto de lei quer proibir soltura de fogos de artifício com barulho em Cachoeira

De autoria do vereador José Anderson da Costa, a proposta será analisada pelas comissões da Câmara antes de ser votado em Plenário.

Tramita na Câmara de Vereadores de Cachoeira de Minas um projeto de lei que proíbe o manuseio, a utilização, a queima e a soltura de fogos de artificios ruidosos no Município. O Projeto de Lei nº 01/2025, de autoria do vereador José Anderson da Costa (União Brasil), tem como objetivo de preservar o bem-estar social e o meio ambiente.

“Os fogos de artifício com estampido causam uma série de efeitos negativos, nocivos, a pessoas com deficiência, principalmente crianças autistas, recém-nascidos, idosos e a animais, notadamente os silvestres,

mas com destaque para cães e gatos”, explica o vereador José Anderson da Costa, na justificativa do projeto.

O projeto permite apenas os chamados “fogos de vista”, que produzem efeitos visuais com barulho de baixa intensidade. Eles poderão ser utilizados em comemorações pela prefeitura e por pessoas físicas e jurídicas. O descumprimento da lei acarretará a imposição de multa a ser fixada na sua regulamentação pelo Poder Executivo.

“Venho insistindo nesse projeto desde 2024 e estamos buscando sensibilizar os colegas. Penso no bem-estar dos autistas, dos

enfermos, das crianças e dos animais, que sofrem muito com o barulho dos fogos. Os fogos põe em risco a vida das pessoas e ainda promovem incêndios em matas. Não há benefícios", afirmou José Anderson da Costa, autor do projeto.

O projeto foi protocolado no dia 15 de janeiro e será lido em Plenário na próxima Sessão, em data a ser marcada. Em seguida passará pela análise e aprovação das comissões técnicas, como Comissão de Justiça e Redação antes de ser votada em Plenário. Entretanto, poderá ser sancionada ou vetada pela prefeita Mariastela Costa e Bustamante (União Brasil).



Cachoeira de Minas • Conceição dos Ouros • Paraisópolis



Jornal Folha Popular



TORNE SUA MARCA

 **VISÍVEL**

É AUMENTE SUAS VENDAS!

QUEM QUER VENDER MAIS ANUNCIA NO
FOLHA POPULAR!

5 MIL EXEMPLARES QUINZENAIS
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
JORNAL **IMPRESSO E DIGITAL**

ENTRE EM CONTATO E ANUNCIE

 **35 9 9875-8147**

REDACAOFP@GMAIL.COM

ANUNCIE AGORA!



WhatsApp: **(35) 9 9875-8147** - Bernardino Neto
redacaofp@gmail.com

Prefeitura implanta atividades de iniciação esportiva para crianças em Ouros

As aulas de futsal, vôlei e handebol são voltadas para crianças de 4 a 8 anos.

A Prefeitura de Conceição dos Ouros, através da Secretaria Municipal de Esporte, Cultura, Turismo, Eventos e Lazer, implantou, nessa semana, atividades de iniciação esportiva para crianças 4 a 8 anos. As modalidades são futsal, handebol e vôlei. Nas aulas, que são realizadas no Centro Educacional Christóvão Chiaradia, o professor dará diversas orientações sobre a prática das modalidades esportivas e promoverá o lazer e a saúde através da prática de atividades

físicas.

De acordo com a Secretária Municipal de Esportes, Aline Cristina da Costa, a proposta é tornar Conceição dos Ouros referência no esporte. “Nosso foco é atuar na formação de novas gerações de atletas, com a iniciação a partir dos 4 anos de idade, além de auxiliar na saúde das crianças com a prática esportiva”, disse. “É com muita alegria que implantamos essas atividades esportivas em 2025, dando possibilidade para dezenas de crianças. O esporte é a nossa



prioridade e investir em esporte é melhorar a qualidade de vida das pessoas. E isso pode começar desde cedo”, disse o prefeito Luís Fenando Rosa de Castro.

Todas as aulas são realizadas semanalmente, proporcionando oportunidades para o desenvolvimento físico e social dos participantes, além de promoverem o



espírito de equipe.

Atualmente, dezenas de crianças praticam as três modalidades esportivas, mas ainda há vagas disponíveis. As aulas são ministradas pelos

professores Clécio Carvalho Viana e Nelise Viana.

Mais informações e inscrições pelos seguintes números: (35) 9 8412-2764 e (35) 99809-3917.

1º Torneio Interno de Beach Tennis tem campeões definidos

Competição foi realizada no Zoro Beach, em Conceição dos Ouros, entre os dias 10 e 12 de janeiro.

Os campeões do primeiro Torneio Interno de Beach Tennis foram definidos nos dias 11 e 12 de janeiro, na quadra de areia do Zoro Beach, em Conceição dos Ouros. A disputa, que iniciou na sexta-feira, 10, contou com a participação de 30 participantes, totalizando 15 duplas que se enfrentaram em três categorias: Masculina, Feminina e Mista. Os três primeiros colocados foram premiados com troféus e receberam brindes doados pela academia Corpus Sport Fitness, de Cachoeira de Minas. Na categoria Feminina, Karina Moreira Mendonça Ribeiro e Carol Rosa Pires Viana venceram Adriane Ferreira e Nelise Viana por 6 sets a 3. E o terceiro lugar ficou com a dupla Marina Pires Viana e Isabela Moreira Ribeiro.

Na categoria Masculina, os campeões foram Rafael Santos Freitas e Igor Alexandre Corrêa Pereira após vitória sobre a dupla formada por João Gabriel Viana Castro Pereira e João Vitor Pereira, por 6 sets a 4. Luan Gabriel Ribeiro e Kuan Rangel ficaram com o terceiro lugar. Já na categoria Mista, João Vitor Pereira e Carol Rosa Pires Viana ficaram com o título após vitória por 6 sets a 4 sobre a dupla Nelise Viana e Edmilson Rezende. O terceiro lugar foi conquistado pela dupla formada por Ana Júlia Aparecida da Silva e Alexsander Roberto da Silva.

Sobre o esporte- O beach tennis é um esporte praticado em uma quadra de areia com raquete, bola e rede, que pode ser disputado individualmente ou entre duas duplas. O objetivo é passar a bolinha para o outro



lado por cima da rede com apenas um toque, sem deixar que ela caia do seu lado da quadra. O beach tennis beneficia a saúde mental e física. Como qualquer esporte, ele melhora o condicionamento físico dos seus praticantes, a resistência, concentração, ajuda na perda de peso e diminui o estresse.

Em Conceição dos Ouros, o esporte é praticado no Zoro Beach, localizado à rua Padre Morais Glória, rua sem saída próximo ao campo society do Zorobol. O Zoro Beach funciona todos os dias, nos seguintes horários: 7h às 21h. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone: (035) 9923-6834.

Obra da UBS do Bairro Rosário tem início em Cachoeira de Minas

Previsão de entrega da Unidade Básica de Saúde, segundo a Secretaria Municipal de Obras Públicas, Serviços Urbanos e Rurais, é de 12 meses.

A obra para execução da Unidade Básica de Saúde (UBS) do Bairro Rosário, em Cachoeira de Minas, teve início no último 12 de dezembro. A previsão de entrega da Unidade Básica de Saúde, segundo a Secretaria Municipal de Obras Públicas, Serviços Urbanos e Rurais, é de 12 meses. A UBS está sendo construída na Rua Padre Lupércio Pereira Simões esquina com a Rua Vereador Mauro Machado Homem com recursos do Governo de Minas Gerais. A vencedora do processo licitatório foi a empresa “Dias Alves Construções e Reformas Ltda”, de Santo André (SP) no valor de R\$ 1.591.740,86. A Unidade Básica de Saúde tipo II terá 503,39m² de área construída para atender uma população de 2.000 até 3.500 pessoas. A UBS terá área de espera e recepção, consultórios médico e odontológico, salas de procedimentos e administrativa.



A nova UBS também terá banheiros adaptados para portadores de necessidades especiais, copa, almoxarifado, abrigo externo para armazenamento de resíduos, e uma ampla área de embarque e desembarque de pacientes que necessitam de ambulâncias. Ela comporta duas Equipes de Saúde da Família (ESFs). Cada equipe é composta por médico, enfermeiro, auxiliar e/ou técnico de enfermagem e agente comunitário de saúde (ACS),

podendo ainda fazer parte do grupo o agente de combate às endemias (ACE), os profissionais de saúde bucal, como cirurgião-dentista e auxiliar ou técnico em saúde bucal, e outros profissionais que fazem parte da equipe multiprofissional, tais como fisioterapeuta, nutricionista etc. O credenciamento do município para aquisição da nova UBS foi realizado pelo ex-Secretário Municipal de Saúde, Jorge Leonardo Narcy.

Prefeitura de Cachoeira de Minas conclui projeto de reforma da ponte do Distrito do Itaim

A Prefeitura de Cachoeira de Minas através da Secretaria Municipal de Obras concluiu o projeto de reforma da ponte do Distrito do Itaim e informou que os trâmites do Processo Licitatório estão em andamento. A ponte, que é o principal acesso entre o distrito e o município de Pouso Alegre, foi interditado no último 25 de outubro, por problemas estruturais. Em comunicado divulgado pela Prefeitura de Cachoeira de Minas na última terça-feira, 14, o cronograma das obras será de 60 dias após emissão da Ordem de

Serviço. A obra de recuperação da ponte do Distrito do Itaim contempla a reforma da ponte, onde o tabuleiro será substituído e reparos serão realizados tornando a estrutura viável para tráfego, no comunicado, a prefeitura informou que “a construção de um novo desvio, de acesso ao local, epende de autorização do órgão ambiental”. “O objetivo é garantir que o principal acesso do distrito do Itaim ao município de pouso alegre seja liberado sem incorrer me irregularidades. A equipe responsável reforça que está trabalhando com grande

empenho para atende a demanda da comunidade de forma eficiente e dentro da legalidade”, diz a nota. Os motorista podem fazer ainda o trajeto do Distrito do Itaim a Pouso Alegre pelo bairro da Limeira, sentido a Pouso Alegre. Há também uma outra rota, mais utilizada pelos moradores do bairro Rocinha, Borges e Caxambu, que leva até a Rodovia Fernão Dias, próximo ao posto da Polícia Rodoviária Federal. A ponte do Distrito do Itaim foi construída pelo DER-MG há aproximadamente 14 anos.



Se você é Cliente G2.COM ou LINK1000
PARABÉNS!

VOCÊ JÁ TEM A MELHOR INTERNET FIBRA ÓPTICA DE CACHOEIRA DE MINAS E CONCEIÇÃO DOS OUROS E PODE DESFRUTAR DOS MELHORES BENEFÍCIOS!

SKY+ LIGHT

Paramount+

playkids+

DEEZER

looke

max

**AINDA NÃO É NOSSO CLIENTE?
ENTÃO NÃO PERCA TEMPO!**

VENHA FAZER PARTE DO GRUPO GL E TENHA
ACESSO AOS MELHORES CONTEÚDOS
DISPONÍVEIS NO MERCADO



ENTRE EM CONTATO E
CONTRATE AGORA!



CACHOEIRA DE MINAS-MG
(35) 9 9122-3219
CONCEIÇÃO DOS OUROS-MG
(35) 9 9132-0410

152 anos de Independência

A Freguesia de São José das Formigas, atual Paraisópolis, pertencia a Pouso Alegre. Ela foi desmembrada pela Lei nº 1882, de 15 de julho de 1872, passando a ser município autônomo. O seu território era formado, além da sede da então Vila, pelas Freguesias de São João Batista das Cachoeiras, Nossa Senhora da Conceição dos Ouros, Nossa Senhora da Consolação do Capivary e Sant'Ana do Sapucaí Mirim. Mas, a instalação oficial do município aconteceu em 25 de janeiro de 1873.

Quando ocorre a emancipação político-administrativa de um município, um distrito deixa de estar subordinado ao município de origem, tornando-se um novo município com total independência. O Município possui autonomia político-administrativa para eleger seus governantes, decretar e arrecadar tributos, aplicar suas rendas e organizar seus serviços.

No final dos anos de 1870, a Freguesia de Paraíso já possuía 232 casas de moradia, as igrejas de São José, Nossa Senhora

da Soledade, Nossa Senhora da Piedade, Nossa Senhora do Rosário e a de São Miguel.

No dia 25 de janeiro de 1873, na residência do Cel. José Viera Carneiro, aconteceu a posse do prefeito e dos vereadores. Nesse período, o agente administrativo, ou prefeito municipal, era o próprio presidente da Câmara Municipal.

No caso de Paraisópolis, o primeiro presidente da Câmara Municipal e, portanto, o agente administrativo, foi Tenente Cel. Francisco Gomes Vieira e Silva. A primeira legislatura era ainda formada por Luís Indalécio Ribeiro, no cargo de Secretário e por Tenente Antônio Ribeiro e Silva, Padre Antônio Caetano Ribeiro, Manoel Carneiro Santiago Sobrinho, João Pereira de Toledo e Tenente Ladislau Pereira de Carvalho, Vereadores.

A elevação à categoria de Cidade e sede de município aconteceu em 24 de dezembro de 1874, com a denominação de São José do Paraíso. O nome São José do Paraíso foi dado

em 1872 e perdurou por muitos anos, e, finalmente, em 15 de novembro de 1914, passa a se chamar Paraisópolis.

O atual prefeito de Paraisópolis é Éverton de Assis Ferreira. E a Câmara Municipal é formada por Antônio Félix Teixeira Neto (presidente), William Aparecido do Nascimento (vice-presidente) e Gamaliel de Medeiros Pinto Soares (secretário), tendo como vereadores Dimas Tadeu de Lima, Karina Angélica Marcondes, Marcos José das Neves, Maurício Jorge da Silva, Michele Aparecida Carvalho Nascimento e Sílvia Renata Teixeira Rodrigues.

O município possui uma extensão territorial de 332,4 km², fazendo divisas com Conceição dos Ouros, Brasópolis, São Bento do Sapucaí, Gonçalves, Camanducaia, Córrego do Bom Jesus e Consolação.. Sua população estimada pelo IBGE, no ano de 2022, é de 20.445 habitantes.

(Com informações: Paraisópolis de ontem e de hoje, de João Lopes de Paiva)



Consultório ODONTOLÓGICO



Dr. Marcos Morais Terra Siqueira
CRO16490



A cidade
que nos faz
abrir aquele
sorriso...

Parabéns
Paraisópolis

Paraisópolis
Trav. Alves de Lima, 235 - Centro
(35) 9 9731-0083

Conceição dos Ouros
Av. Barão do Rio Branco, 380 - Centro
(35) 9 9860-7232

Cachoeira de Minas
Rua Padre Sérgio, 400 - Centro
(35) 9 9733-2075

"Paraíso, terra adorada
Berço querido de um povo gentil
Paraíso é um encanto
Cidade linda do meu Brasil"

Parabéns,
Paraisópolis
pelos 152 anos de desenvolvimento!

moah
açaí shop

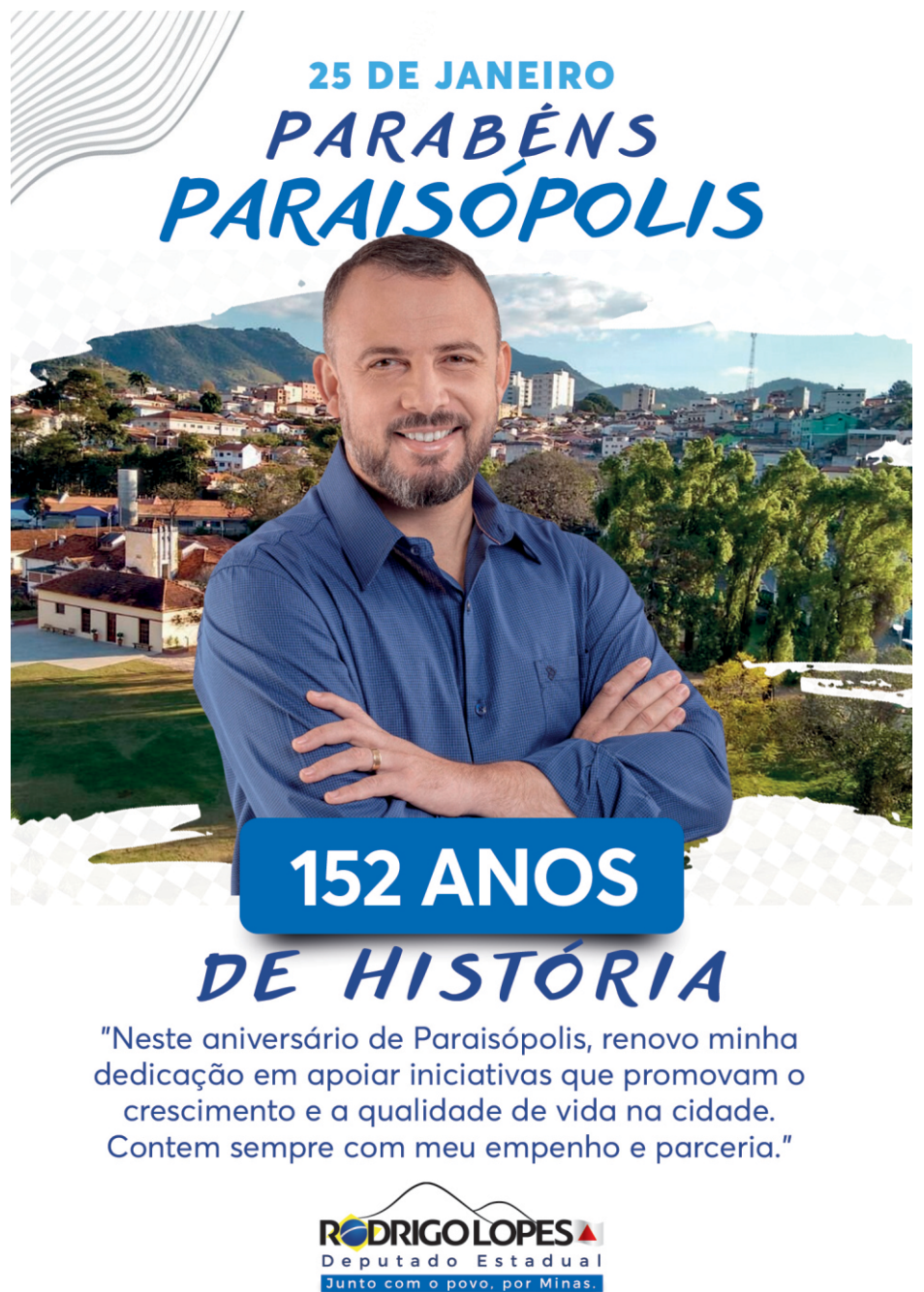
Praça Cel. José Vieira, 156 - Sala A
Centro - Paraisópolis/MG
(35) 9 9713-0616

Parabéns
PARAISÓPOLIS
152 ANOS

"Preciso de vocês para continuar a minha obra"
Centenário da Irmã Maria do Paraíso



Matrículas Abertas
www.colegiosantaangela.com.br



OUROS CONTRA A DENGUE



FAÇA PARTE DA SOLUÇÃO. VAMOS JUNTOS ACABAR COM O AEDES AEGYPTI!

ATENÇÃO AOS SINTOMAS:

DENGUE

- FEBRE ALTA
- DOR ATRÁS DOS OLHOS
- DORES MUSCULARES E ARTICULARES INTENSAS
- DOR DE CABEÇA
- MANCHAS NA PELE
- NÁUSEAS E VÔMITOS
- FRAQUEZA E PROSTRAÇÃO

CHIKUNGUNYA

- FEBRE ALTA
- DORES ARTICULARES INTENSAS E INCAPACITANTES
- INCHAÇO NAS ARTICULAÇÕES
- DORES MUSCULARES
- DOR DE CABEÇA
- MANCHAS NA PELE
- NÁUSEAS E VÔMITOS
- FADIGA

ZIKA

- FEBRE BAIXA (OU AUSÊNCIA DE FEBRE)
- MANCHAS NA PELE
- COCEIRA NO CORPO
- CONJUNTIVITE SEM SECREÇÃO
- DORES MUSCULARES E ARTICULARES LEVES

QUEM APRESENTAR ESTES SINTOMAS DEVE TOMAR MUITA ÁGUA, NÃO SE AUTO MEDICAR E PROCURAR UMA UNIDADE DE SAÚDE.

ELIMINAR OS CRIADOUROS DE OVOS E LARVAS, OU SEJA, RESERVATÓRIOS DE ÁGUA PARADA, É FUNDAMENTAL PARA A ELIMINAÇÃO DOS FOCOS DE DOENÇA.

BOMBAS DE INSETICIDA E FUMACÊ SÃO DANOSOS AO MEIO AMBIENTE, E MATAM APENAS OS MOSQUITOS ADULTOS. OS OVOS PODEM PERMANECER VIVOS FORA D'ÁGUA POR ATÉ UM ANO E MEIO, E A FÊMEA PODE BOTAR ATÉ 100 OVOS POR VEZ. OU SEJA, SE NÃO HOVER A HIGIENE CORRETA NOS DOMICÍLIOS, O FUMACÊ SÓ SURTIRÁ EFEITO POR UM CURTO PERÍODO.

PORTANTO, NÃO EXISTE FORMA DE EXTINGUIR A DOENÇA SEM A COLABORAÇÃO DE TODOS. MANTENHA SUAS CAIXAS D'ÁGUA, BEBEDOUROS DE ANIMAIS, E DEMAIS LOCAIS COM ÁGUA LIMPOS, E EVITE QUE ÁGUA SE ACUMULE EM CALHAS, GARRAFAS, PNEUS, E OUTROS OBJETOS. ESSA LUTA DEPENDE DE TODOS!

CASO HAJA UM LOTE SUJO NA SUA VIZINHANÇA, UMA DENÚNCIA PODE SER FEITA NO NÚMERO DO SETOR MUNICIPAL DE POSTURAS:  (35) 9 8445-4155.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
SAÚDE
PREFEITURA DE CONCEIÇÃO DOS OUROS

Administração 2025 a 2028
**MINHA CIDADE,
MEU ORGULHO!**

Sub-8 do Chute Inicial sagra-se campeão do Campeonato Regional de Futsal de Base de Brazópolis



É de Paraisópolis! A equipe da Escola de Futsal Chute Inicial conquistou o título do Campeonato Regional de Futsal de Base na categoria Sub-08. Em final disputada no dia 21 de dezembro, no Ginásio Municipal “Christóvan Chiaradia”, o time comandado por Nádia Braga Faria e

Milton Flauzino venceu a equipe do CRAS de São José do Alegre, nos pênaltis por 4 a 3 após empate no tempo normal em 2 a 2. Na contramão, as equipes Sub-10, Sub-12 e Sub-14 ficaram pelo caminho. O Sub-12 do Chute Inicial foi eliminado na semifinal pela equipe de São José

do Alegre, pelo placar de 2 a 0. E as equipes Sub-10 e Sub-14 terminaram a competição na primeira fase. A equipe Chute Inicial foi formada por 48 jogadores de Paraisópolis, 12 em cada categoria. **Sobre o evento-** O Campeonato Regional de Futsal, categorias de

Base, foi organizado pela Prefeitura Municipal de Brazópolis. A categoria Sub-8 teve a participação de 6 equipes: GM Futsal (Brazópolis), Lar das Crianças (Brazópolis), Kaique Cavichi (Brazópolis), São José do Alegre, Chute Inicial (Paraisópolis) e Alto da Glória (Brazópolis). E a

categoria Sub-10 foi disputada por 8 equipes: GM Futsal, Alto da Glória, Barcelona, Cruz Verra e Kaique Cavichi e Lar das Crianças, de Brazópolis, São José do Alegre e Chute Inicial, de Paraisópolis. Os times que compuseram a categoria Sub-12 foram GM Futsal, Alto da Glória, Bayer, Cruz Vera,

Kaique Cavichi e Brazucas, de Brazópolis, São José do Alegre e Chute Inicial, de Paraisópolis. E as equipes São José do Alegre, Chute Inicial (Paraisópolis), Alto da Glória (Brazópolis), GM Futsal (Brazópolis) e Real Madrid (Brazópolis) disputaram a categoria Sub-14.

Paulistano conquista primeiro lugar em maratona de alto nível no Caminho da Fé

Os atletas participantes da Ultramaratona Brazil 135 Ultra Journey, que saíram de Águas da Prata (SP), cruzaram a linha de chegada em Paraisópolis (MG) na tarde do último domingo, 12. Após 240 quilômetros de percurso, incluindo um trecho da Serra da Mantiqueira, o paulistano Eduardo Gouvêia foi o primeiro a completar a prova. Ele terminou a prova em 32h18min. Em seguida, completaram a prova o casal espanhol Carmen Maria Perez Serrano e Iván Penalba Lopes, no tempo de 32h39. O norte americano Bryce Carlson ficou em quarto lugar com o tempo de 41h11. O paulistano Luiz de Campos chegou em quinto lugar com 41h53min. A Ultramaratona Brazil 135 Ultra Journey foi criada em 2004 pelo Ultramaratonista Mário Lacerda. Conhecida internacionalmente, é considerada a prova de corrida a pé mais difícil do Brasil, e uma das mais difíceis do Mundo. A prova é toda realizada na Serra da Mantiqueira entre os estados de Minas Gerais e São Paulo. Neste ano, 185 atletas de 15 países participam da competição, entre eles, Argentina, Brasil, Colômbia, Espanha, Estados Unidos, Índia, Itália, Israel, Japão, México, Polônia, Portugal, Singapura, Ucrânia e Uruguai. A prova existe há 20 anos em parceria com o Caminho da Fé. Ela foi disputada em três



modalidades: solo, dupla ou quarteto. Durante a prova, os atletas passam por dez cidades: Águas da Prata, Andradadas, Barra, Crisólia, Ouro Fino, Inconfidentes, Borda da Mata, Tocos do Moji, Estiva, Consolação e finaliza os 240 km em Paraisópolis. Em 2025, a Ultramaratona teve o aumento da distância: as tradicionais 135 milhas (217km) passaram a ser 150 milhas (240km). Assim, o atleta que chegasse em Paraisópolis teria que percorrer mais 23km, em um trajeto de ida e volta, até o Distrito de Luminosa. Assim, então, finalizando a prova na Praça Monsenhor Dutra, em Paraisópolis. Entretanto, foram criados os Pontos de Decisão (PD). Os PDs são locais determinados pela organização da prova em que o atleta pôde decidir se finalizaria a corrida com determinada distância percorrida, sem caracterizar desistência, ou se seguiria no percurso. Os Pontos de Decisão foram em Inconfidentes (55 milhas), Tocos do Moji (80 milhas), Estiva (100 milhas), Paraisópolis (120 milhas) e Luminosa (135 milhas).

Desta maneira, os atletas que decidiram encerrar a prova em Inconfidentes, por exemplo, receberam a sua camiseta de Finisher (finalista) com a marcação da milhagem percorrida. A BR 135 é classificatória para a Ultramaratona Badwater, considerada a mais difícil do mundo. A prova é disputada no Vale da Morte, na Califórnia/(EUA) no mês de julho, quando as condições climáticas são extremas e as temperaturas podem chegar a 54°C. São classificados os atletas que concluíram a prova nas 100 milhas, 120 milhas ou 135 milhas. A Ultramaratona Brazil 135 Ultra Journey teve o apoio da Prefeitura de Paraisópolis através do Departamento Municipal de Esportes. **Caminho da Fé-** O Caminho da Fé é uma rota destinada a peregrinos e aventureiros que buscam desafios físicos e espirituais, atravessando belas paisagens naturais e cidades acolhedoras do interior de São Paulo e Minas Gerais. Inspirado no famoso Caminho de Santiago, na Espanha, no Brasil o percurso termina no Santuário Nacional de Nossa Senhora Aparecida.

Oriental deixa Copa BJ de Futsal após punição do Ressaca

O Ressaca, de Bom Repouso, foi punido por apresentar jogador com documento falsificado durante a partida contra o Oriental Futsal, de Paraisópolis, pela terceira rodada da 3ª Copa BJ Futsal. A partida entre Oriental e Ressaca seria realizada no dia 8 de janeiro, no ginásio do Colégio São José, em Pouso Alegre. Com a punição do Ressaca, o Oriental Futsal, que precisava fazer gols, acabou sendo eliminado antecipadamente da competição. O Oriental Futsal terminou na terceira colocação do Grupo A, atrás das equipes Os Cria e PEC, ambas de São



Sebastião da Bela Vista.

O grande campeão 3ª Copa BJ de Futsal foi Os Crias, que terminou de forma invicta após vencer Mineiros por 3 a 2. O Oriental Futsal teve a participação de 11 jogadores de Paraisópolis. **Sobre a competição-** A 3ª Copa BJ de Futsal foi

organizada por Gustavo Birzzotti e João Paulo Figueiredo com a participação de 16 equipes das seguintes cidades: Bom Repouso, Borda da Mata, Turvolândia, Santa Rita do Sapucaí, São Sebastião da Bela Vista, São João da Mata, Machado, Paraisópolis e Pouso Alegre.

Laranja Mecânica sofre revés para o Pitangueiras e deixa 1º Torneio de Futebol Alcides Ribeiro nas quartas

O time de Paraisópolis, Laranja Mecânica foi derrotado por 1 a 0 pelo Pitangueiras, de Pedralva, na manhã do último domingo, 12, sendo eliminada nas quartas de final do 1º Torneio de Futebol Alcides Ribeiro, realizado no campo do Resenha Futebol Clube, localizado no bairro Prainha, em Brazópolis. A competição, realizada no sistema de mata-mata, ou seja, perdeu está fora, teve como campeão o Bom Sucesso, que venceu, na final, o Pitangueiras, por 2 a 1. O Laranja Mecânica levou para a competição 14 jogadores de Paraisópolis. **Sobre a competição-** O 1º Torneio de Futebol Alcides Ribeiro foi organizado por Anthony Rosa, Douglas Valdizam e João Pedro Dias com a participação de 6 equipes: Resenha F.C.,



Teodoros, Serra F.C. e Bom Sucesso, de Brazópolis, Laranja

Mecânica, de Paraisópolis e Pitangueiras, de Pedralva.

Corrida de rua reunirá 650 atletas em comemoração ao aniversário de Paraisópolis

Em celebração ao 152º aniversário da Paraisópolis, que será no dia 25 de janeiro, a ACORPA (Associação de Corredores de Paraisópolis) promove neste domingo, 19, a 14ª Corrida, evento que reunirá 650 atletas de 38 cidades, valorizando e estimulando a prática esportiva. O trajeto começa e termina na Praça Cel. José Vieira, no Centro. Com percurso de 5,5 e 15,3 quilômetros, a prova é

destinada ao público amador e conta com premiação aos cinco melhores participantes no geral, envolvendo os sexos masculino e feminino. A competição premiará ainda os três melhores atletas de Paraisópolis e os três primeiros colocados PCD, categorias masculino e feminino, e as três maiores equipes. Além disso, haverá divisão de faixa etária e gênero, contemplando os três melhores de cada categoria. Os atletas passarão pelas

principais ruas e avenidas de Paraisópolis, incluindo pontos turísticos como o Centro Cultural Amílcar de Castro (antiga Estação).

Kits da corrida- Quem se inscreveu deve ficar atento à entrega dos kits, que será feita hoje, 18, das 16h às 19h, na Praça Cel. José Vieira. Vale lembrar que os kits da Corrida serão entregues até às 7h30 de domingo.

Os itens podem ser adquiridos pelo próprio atleta ou um responsável. É necessário

apresentar documento com foto e comprovante de inscrição.

A prova- A 14ª Corrida de Aniversário de Paraisópolis tem o apoio da Prefeitura através do Departamento Municipal de Esportes. Ela conta com a participação de atletas de Paraisópolis, Cachoeira de Minas, Conceição dos Ouros, Pouso Alegre, Santa Rita do Sapucaí, Córrego do Bom Jesus, Itajubá, Estiva, Extrema, Gonçalves e Santa Rita do Sapucaí.



Corrida de obstáculos "Paraíso Óbice" está com inscrições abertas

Estão abertas as inscrições para a quarta edição da corrida de obstáculos "Paraíso Óbice", uma prova ao estilo militar. A competição, realizada pela Prefeitura de Paraisópolis através do Departamento Municipal de Esportes, contará com entrega de medalhas para os 200 primeiros inscritos.

O Paraíso Óbice é um evento que reúne desafio e coragem para encarar corridas com obstáculo. Durante a prova, os participantes têm que rastejar por baixo de arames, atravessar por baixo de madeiras, saltar por obstáculos de madeira, escalar muros, transpor trincheiras, atravessar córrego com água, saída de poço, carregar troncos de madeira entre outros.

Os participantes são divididos em grupos de quatro integrantes. Caso o



grupo não tenha êxito ao realizar o obstáculo no tempo de cinco minutos, seus componentes passam para a próxima etapa, mas devem fazer burpees (exercício realizado em treinamento de crossfit).

Os interessados podem se inscrever através do link na página do instagram @esporteparaisopolis. A competição será realizada na Pista de Motocross, localizada a Avenida Egídio Dias de Carvalho, 157, no bairro Alto dos Fernandes, em Paraisópolis, às 7h, no dia 9 de fevereiro. As

inscrições custam R\$ 20,00 e serão realizadas até o dia 7 de fevereiro.

Em 2024, o Paraíso Óbice teve a participação de 384 pessoas das seguintes cidades: Paraisópolis, Brazópolis, Conceição dos Ouros, Congonhal, Gonçalves, Itajubá, Pouso Alegre, Sapucaí Mirim e Santa Rita do Sapucaí, em Minas Gerais e Santo Antônio do Pinhal, São Bento do Sapucaí, Taubaté, Campinas, Campos do Jordão, Guaratinguetá e Lorena, no estado de São Paulo.

Grupo Minas Capoeira oferece aulas gratuitas a comunidade em Cachoeira

O Grupo Minas Capoeira vem promovendo há 9 anos aulas de capoeira gratuitas para crianças, adolescentes e jovens de Cachoeira de Minas com o objetivo de difundir tradições culturais e promover a musicalidade, dança, arte e persuasão. Conduzida atualmente pela capoeirista Maiara Aparecida de Rezende, as aulas buscam respeitar as limitações dos alunos.

Os encontros acontecem as terças e quintas-feiras, das 19h às 20h, na quadra da Escola Estadual Senador Bueno de Paiva.

Ao participarem das aulas os praticantes têm a oportunidade de se familiarizar com a prática



da capoeira, além de conhecer a história desta arte ancestral. "A capoeira traz benefícios para o corpo, alonga os membros corporais, melhora os reflexos, ajuda na coordenação dos movimentos diários, fortalece a musculatura, melhora a postura, ativa a circulação sanguínea

corporal e cerebral e ajuda no equilíbrio emocional", destacou Maiara. Interessados em participar e conhecer um pouco mais sobre essa arte, é só comparecer às aulas ofertadas pela capoeirista Maiara Aparecida Rezende na quadra da Escola Estadual Senador Bueno de Paiva.

Projeto Skaterapia promove a inclusão de pessoas com deficiência em Paraisópolis



Já imaginou possibilitar a vivência do skate para as pessoas com deficiência física, auditiva, visual, intelectual ou múltipla? É essa a proposta do Projeto "Skaterapia", que foi implantado em novembro de 2024 na grade curricular da escola Pingos de Luz, da Associação dos Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Paraisópolis. A iniciativa, realizada com recursos do Fundo da Infância e da Adolescência (FIA), gerido pelo Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (CMDCA) da Prefeitura de Paraisópolis, possibilita a oportunidade de 77 jovens e adultos vivenciarem a emoção e adrenalina de se aventurar no skate.

De acordo com o professor Ramon Mendes, o projeto



busca contribuir para a melhora da condição física, equilíbrio, coordenação, flexibilidade e sistema cardiovascular dos jovens e adultos. "O skate está mudando a forma dessas pessoas se sentirem no mundo. Estamos mostrando para eles que o esporte é para todos. Os autistas, por exemplo, que sentiam muito medo, já estão mais seguros e até praticam sozinhos", explicou Ramon.

O projeto "Skaterapia" trabalha com o foco nas atividades esportivas, espirituais e culturais. As aulas teóricas lúdicas buscam contribuir com o desenvolvimento corporal e o desenvolvimento motor em preparação para a prática do skate. "O skate, que agora é um esporte olímpico, é utilizado para trabalharmos a

inclusão desses alunos e desenvolver também a coordenação motora e a socialização. A ação só tem a agregar para toda a comunidade escolar, com a integração e o aumento do rendimento pedagógico deles", disse o professor Bremer Alexandre.

O projeto acontece semanalmente e é acompanhado por uma equipe multidisciplinar, formada por Ramon Mendes, monitor credenciado pela Confederação Brasileira de Skate (CBSK); Ana Luísa Rangel, professora de Yoga Integral, terapeuta em medicina indiana e Bremer Alexandre, pedagogo e pós-graduando em Ensino e Arte. Para conhecer mais atividades do Projeto você pode acessar o instagram @projetoskaterapia.

Cachoeira de Minas tem torneio de Vôlei de férias

Serão realizados nos dias 26 de janeiro e 2 de fevereiro o Especial de Férias Voleibol 4 X 4 Feminino e Masculino, competição promovida pela PROCEMAS (Associação Pró-Cultura, Esporte, Meio Ambiente e Saúde) com apoio da Prefeitura de Cachoeira de Minas através da Secretaria Municipal de Turismo, Cultura, Esportes e Lazer. Neste ano, o Torneio reúne 18 equipes nas duas categorias. Todas as partidas serão realizadas no Centro Recreativo Esportivo Municipal

"Amélia Cândida de Faria", em Cachoeira de Minas. Segundo o presidente da PROCEMAS, Amauri Soares Pinto, o torneio busca incentivar a prática do vôlei e vida saudável.

Os times se enfrentam dentro do grupo, e os dois melhores de cada chave avançam às semifinais.

Os três primeiros colocados de cada categoria ganharão troféus e medalhas.

A competição conta com equipes de Cachoeira de Minas, Conceição dos Ouros, Paraisópolis, Santa Rita do Sapucaí,

Silvianópolis e Pouso Alegre, no Sul de Minas e Campos do Jordão, no interior de São Paulo.

Confira os grupos do campeonato:

Masculino- Grupo A (100 Passe, Polo, Polo Volley, Vôlei Paraíso e União) e Grupo B (Santarritense Vôlei, Trovões, NK Vôlei e VS Silvianópolis)

Feminino- Grupo A (Las Lobas, Amigas PA 2, Feras do Vale, Bonecas de Ferro 2, Panelinha) e Grupo B (Ouros Voleibol, Bonecas de Ferro, Cachoeira e Amigas PA 1)

Vereadores de Cachoeira de Minas conferem situação da frota municipal

Na tarde do último 10 de janeiro, os nove vereadores cachoeirenses estiveram na Garagem Municipal para conferir o estado de conservação da frota de veículos. A visita foi solicitada, por meio de ofício, pelo presidente do Legislativo de Cachoeira de Minas, vereador José

Anderson da Costa (União Brasil) a prefeita Maristela Costa e Bustamante (União Brasil).

Durante a visita, o diretor da Frota Municipal, Marcelo Pinto mostrou os veículos que precisavam de manutenção para que estejam em condições adequadas para atender a

demanda da população, principalmente no setor de Obras.

De acordo com os vereadores, a intenção é continuar à fiscalização dos investimentos feitos pelo município, cumprindo uma das funções do Poder Legislativo e garantindo a transparência a população.

Também participaram da visita ao prédio da Garagem Municipal, a prefeita Maristela Costa e Bustamante, a Secretária Municipal de Obras Públicas, Serviços Urbanos e Rurais, Eugênia Fernanda Costa e o Chefe de Serviços Públicos Urbanos e Rurais, Alex Raimundo Ferreira Rodrigues.



Vereadores de Cachoeira de Minas e Santa Rita do Sapucaí discutem demandas de infraestrutura

Foi realizada, na tarde do último 10 de janeiro, uma importante reunião entre os vereadores de Cachoeira de Minas e Santa Rita do Sapucaí. Durante o encontro, que aconteceu nas dependências da Câmara Municipal de Cachoeira de Minas, foram discutidas as demandas de infraestrutura em trechos dos bairros que fazem divisa entre os dois municípios. Entre os assuntos estavam o calçamento de um morro na fronteira de Cachoeira de Minas e Santa Rita do Sapucaí e o acesso ao



bairro Cachoeirinha, local em que já teve acidente com vítima fatal.

Além de todos os vereadores de Cachoeira de Minas, participaram do encontro a prefeita de Cachoeira de Minas, Maristela Costa e

Bustamante, o Diretor de Frota Municipal, Marcelo Pinto e os parlamentares santarritenses Antônio Otávio Silvério da Cunha (PDT), Miguel Garcia Caputo (PSDB) e João Felipe Evaristo Mota Carlos (PRD).

Radares de controle de velocidade na BR-459 começa a multar

Os radares instalados na rodovia BR-459, que estavam somente em modo educativo, começaram a multar no último 24 de dezembro, véspera de Natal. Os equipamentos são administrados pelo Departamento de Estradas de Rodagem de Minas Gerais e são de responsabilidade da concessionária EPR. O objetivo do retorno dos radares no trecho é diminuir os índices de acidentes com lesões graves e vítimas fatais. Os controladores de velocidade passam a medir a multa de acordo

com o limite estabelecido na rodovia. No trecho da rodovia BR-459 em Santa Rita do Sapucaí (MG), a velocidade máxima permitida é de 50 km/h. Os controladores de velocidade foram instalados em julho de 2024, e vinham fazendo um trabalho educativo, assim como o controle da velocidade dos veículos que passavam pelos pontos instalados, para estudos.

O retorno dos radares no trecho voltou a ser discutido após a morte da médica Luiza Diniz de Oliveira, no último 20 de maio de 2024. Luiza Diniz retornava do de serviço,

em Conceição dos Ouros, quando o carro em que estava foi atingido por uma carreta, que seguia em direção a Santa Rita do Sapucaí.

Os antigos equipamentos que estavam instalados no trevo foram retirados pelo Departamento Nacional de Infraestrutura e Transporte (Dnit), em janeiro de 2021, após o encerramento do contrato de licitação com a empresa de fiscalização. A intenção era substituir os antigos equipamentos, o que não aconteceu até outubro de 2023, quando a EPR passou a assumir o trecho.

SEGURO PARA trator

NÓS FAZEMOS

A partir de 10 x R\$ 100,00

SEGURADORAS PARCEIRAS:

- Porto
- Liberty Seguros
- Aliro seguro
- Allianz
- MSIG
- SOMPO SEGUROS
- azul
- SUHAI
- bradesco seguros
- ZURICH
- Itaú
- MAPFRE SEGUROS
- ituran
- YOKO MARINE SEGURODORA
- HDI Seguros

Chama no ZAP

12 3206.7812

www.minasvale.com

@minasvale.corretora

Rua Cel. Portugal, 158, Centro - Cach. de Minas/MG

MinasVale
Certificação Digital Seguros e Benefícios

Segura para você, sua família e sua empresa!

FINAL DE SEMANA PEDE Churrasco

No Supermercado **PAGUEMENOS** tem tudo que você precisa!

E se o churrasco for aos domingos, ainda temos os deliciosos pratos de acompanhamento: Feijão Tropeiro, Maionese e Salpicão.

Supermercado PAGUEMENOS

35 3472-2385 35 9 9856-2385

Rua Silvano Brandão 161 - Centro/Cachoeira de Minas-MG

TRAGA SUAS MOEDAS e ganhe!

TROQUE SUAS MOEDAS AQUI!

A cada 100 reais em moedas ganhe 5% do valor de volta!

Aproveite!

SALVE O NOSSO NOVO

WhatsApp

(35) 9 9924-1141

Padaria & Confeitaria Central

PRAÇA DA BANDEIRA, Nº 30 CENTRO - CACHOEIRA DE MINAS

(35) 3472-1058

FIQUE POR DENTRO DAS NOVIDADES!

Evento valoriza a cultura de rua em Conceição dos Ouros



Foi realizado no último 14 de dezembro, na Quadra de Esportes Joaquim Assis Ferraz (Zizinho), no bairro Cachoeirinha, a segunda edição do Street Arte SK8. O evento, organizado por Adriane Ferreira com apoio da

Prefeitura de Conceição dos Ouros através da Secretaria de Esporte, Eventos, Lazer, Cultura e Turismo, contou com recursos do governo federal por meio Lei Aldir Blanc. De acordo com Adriane Ferreira, o evento tem como objetivo estimular a ocupação

do espaço urbano e torná-lo uma opção de lazer. “O Street Arte SK8 celebra a cultura, a criatividade e a paixão pela arte urbana e sua capacidade de unir diferentes pessoas. Com estrutura inclusiva e acessível, o evento é fruto da demanda e trabalho dos agentes culturais



Foto: @pelosolhosdewill

da cidade. Essa ação apresenta a cultura de rua em suas variadas vertentes”, disse. Durante o Street Arte SK8 foi inaugurada a pintura artística na parede da quadra de esportes, realizada com a participação de crianças e moradores do bairro,

celebrando o folclore brasileiro. O evento contou ainda com batalhas de rimas, onde os artistas do município se reúnem e, de forma improvisada, rimam e se projetam para o mundo da arte. Além disso, foram realizadas

oficinas de tag e sticker e apresentações de capoeira, tai chi chuan e dos músicos JC e L2D. O movimento de cultura de rua de Conceição dos Ouros pode ser conhecido pelos seguintes instagrans: Drilifyart e guyspfilms.

Clube Recreativo Princesa Isabel Rosa de Ouro é inventariado como Patrimônio Histórico-Cultural pelo IEPHA

O prédio do Clube Recreativo Princesa Isabel Rosa de Ouro foi inventariado como patrimônio histórico e cultural pelo Instituto Estadual do Patrimônio Histórico e Artístico de Minas Gerais no último 26 de dezembro. A decisão pelo inventário foi aprovada pelo Conselho Municipal do Patrimônio Cultural do Município de Paraisópolis (COMPAC), por unanimidade. O processo teve início em julho de 2024 e atualmente o prédio é utilizado para atividades culturais.

O inventário tem como objetivo de preservar bens de valor histórico, cultural, arquitetônico e ambiental para a população, impedindo que venham a ser destruídos ou descaracterizados. Também facilita a liberação de recursos públicos para manutenção e recuperação de restauros arquitetônicos.

Após decisão favorável do Conselho Municipal do Patrimônio Cultural, foi criado um dossiê contextualizando o imóvel com a história da cidade e sua importância, ofertando assim dados relevantes para tal feito.

O assistente de lazer, cultura, turismo e patrimônio, Gabriel Couto, disse que há outros processos de tombamento em curso em Paraisópolis. “Tão



importante quanto tomar o Clube Recreativo Princesa Isabel Rosa de Ouro, é dar uma destinação adequada a esses prédios, onde agregam valor na história da cidade. A estrutura deles não é compatível com firmas ultramodernas, por exemplo, mas pode abrigar auditórios, centros culturais e bibliotecas”, disse Gabriel Couto.

Em Paraisópolis, entre os bens tombados estão o Centro Educacional e Cultural Amílcar de Castro (antiga Estação Ferroviária da Rede Mineira de Viação – 1914 a 1964), o Grupo Escolar Bueno de Paiva, o Casarão das Irmãs Carvalho, a Ponte de Ferro, a Represa do Parque Ecológico do Brejo Grande, o Paço Municipal Tancredo Neves, a atual sede do Departamento Municipal de Educação, a Antiga Sede da Administração Pública, entre outros.

O Clube Recreativo- Localizado na Avenida Guarda-Mor Carneiro, nº 224, o prédio do Clube Recreativo Princesa Isabel Rosa de Ouro foi fundado em 1964. Foi construído em um terreno de uma fábrica falida, que foi doado pelo Juiz José Grossi. As obras foram realizadas por Sebastião Henrique de Oliveira, José Elípio, Maria Conceição Resende, Valdomiro Resende, Sebastião Apolinário, Leonina Teodoro Rosam e Josino Procópio dos Santos.

A proposta era construir uma sede para as Festas do Dia 13 de Maio, que eram tradicionais em Paraisópolis. Na Festa de 13 de Maio, é homenageada a princesa Isabel Cristina Leopoldina Augusta Micaela Gabriela Rafaela Gonzaga, a Isabel do Brasil, conhecida como símbolo da “Abolição da Escravatura, participação esta contestada por historiadores.

Conceição dos Ouros realiza 1º Poeirão

No último 21 de dezembro, Conceição dos Ouros recebeu, pela primeira vez, um campeonato oficial de marcha do Cavalo Mangalarga Marchador. Promovido pelo Circuito entre Amigos JWE, de Pouso Alegre, o 1º Poeirão foi realizado no Parquinho José Wladimir de Souza Matos. Participaram 45 animais de marcha batida e marcha picada e éguas.

Foram realizadas 12 provas de marchas, divididas em categorias por idade do animal. O concurso de marcha tem por objetivo preservar e valorizar o andar característico da raça, bem como defini-lo uniformemente entre criadores e técnicos. Os jurados avaliam quesitos como: Estilo, Rendimento, Regularidade, Comodidade e Diagrama de Marcha.

Em todas as etapas os participantes foram premiados com troféus e ao final da competição o cavalo com maior



vitória recebeu o prêmio final.

Entre os vencedores estava o cavalo de marcha batida Rouxinol, pertencente ao ourense Paulo Onete Júnior. Ele recebeu o título em duas categorias, Cavalo júnior e Campeão dos Campeões de Marcha Batida.

Conforme a Associação Brasileira dos Criadores do Cavalo Mangalarga Marchador

(ABCCMM), atualmente existem aproximadamente 750 mil animais ativos, representando expressivamente o cenário do agronegócio brasileiro. Ainda em novembro, foram registradas 2.856 cobrições, totalizando 51.959 no ano. Também foram emitidos 4.574 registros no período, elevando o total de registros em 2024 para 58.778.



Óptica Atrativa
Sempre a frente da sua visão



ÓCULOS DE GRAU E SOLAR, LENTES, ARMAÇÕES,
ACESSÓRIOS E CONsertos EM GERAL.



Ronaldo Ferreira da Silveira
TÉCNICO ÓPTICO CROO-MG 1209771

☎ (35) 3472-2157 📞 (35) 9 9963-7090



Rua: Padre Gregório, 471, Centro - Cachoeira de Minas/MG
Fone: 3472-1625

OS MELHORES PREÇOS ESTÃO AQUI!!

RECEBA NOSSAS OFERTAS EXCLUSIVAS
PELO WHATSAPP
ENVIE UMA MENSAGEM PARA O NÚMERO
(35) 3472-1625
FAÇA SEU PEDIDO PELO ZAP E RECEBA NO
CONFORTO DA SUA CASA

 Acesse nossa página
Supermercado São Geraldo

TEMOS GELO AKY

 **Wi-Fi**
GRATIS



R\$ **2,90** Un.
Alface
Un.



R\$ **14,99** Kg
Mandioquinha salsa
Kg



R\$ **2,90** Un.
Tomatinho
Bandeja



R\$ **4,90** Kg.
Limão
Kg.

Faça seu cartão supercompras,
com ele você tem
até 40 dias para pagar suas compras!

**OFERTAS
VÁLIDAS DE:**
**17.01.2025
A 19.01.2025**
OU ENQUANTO DURAREM
OS ESTOQUES NO PERÍODO
DA PROMOÇÃO

Rede
ilustre
Supermercados