

Mais

ANO III - Nº 35 - Agosto de 2015 www.revistamais.com

Mais um talento de Betim ganha o Brasil

Depois de enfrentar 10 mil candidatas de todo o país, Francielle Pimenta vence concurso de dança e se torna bailarina do programa dominical da Globo "Domingão do Faustão"



Novidades

Abertura de quatro pubs na cidade traz de volta tradição das casas noturnas

Esporte

Luluzinhas no Pedal: elas encontraram a felicidade no ciclismo

~ Onde sabores viram amizade! ~

IV Festival de Buteco

São Joaquim de Bicas

2015

Circuito dos bares

01/08 à 29/08

Bar do Zoinho

Av. Rui Barbosa-411-Tereza Cristina
Tel 8257-1231

Sábado
01/08

Onde?  **Figado de boi com jiló**
jiló, figado de boi e tempero especial

Bar do Max

Av. Marcia Antônia 54-Tereza Cristina

Sexta
07/08

Onde?  **Tropeiro com Arroz Carreteiro**
Carne de sol, pimenta, cebola, feijão, linguiça, ovo e bacon

Sabor Caipira

Av. Rui Barbosa 162
Bicas Velha
3111-3675

Sábado
08/08

Onde?  **Palitinho Caipira**
Espetinho de salsicha, mussarela, bacon e filézinho de frango acompanhando batata ao molho verde e ovo codorna

Salgados Carminha

Rua Teixeira Lott 70
Santa Rita
3534-9987

Sexta
14/08

Onde?  **Mescladinho da Carminha**
Bolinho de mandioca, Kibe, espetinho de frango e coxinha

Pizzaria Saborear

Rua Francisco Lara 119
Tereza Cristina
3534-0610

Sábado
15/08

Onde?  **Frango a Saborear**
Coxa de Frango recheada ao molho de laranja acompanhado batata cozida com azeite e orégano.

Choperia Pau à Pique

Av. Rui Barbosa-400
Tereza Cristina
3111-1820/9681-0681

Sexta
21/08

Onde?  **Suã com arroz**
suã, arroz e temperos

Bar da Rubênia

Praça da Matriz 222-Bicas Velha
9769-4232

Sábado
22/08

Onde?  **Mandioca com Torresmo**
Mandioca com Torresmo

Vila Country do Espeto

Av. Antonio Gabriel Resende 22
Santa Rita

Sexta
28/08

Onde?  **Prato Country**
3 espetinhos: carne de boi, linguiça petisco acompanhado batata com orégano e pimenta biquinho

Choperia Maná

Av. José Gabriel Resende 220-Tereza Cristina
Tél. 3534-9221/9433-0669

Sábado
29/08

Onde?  **Macaxeira Maná**
Carne de sol e Mandioca

Patrocínio:

SL SuperLuna
supermercados
sempre o melhor para você!


UNOPAR BETIM
3511-0555

INOVA Car
CLUBE DE BENEFÍCIOS

JBM
João Bosco Móveis
3534-9326

LABORATÓRIO JOÃO PAULO
Qualidade, Confiança e Agilidade
www.laboratoriojoaopaulo.com.br

CERÂMICA IGUAÇU
Qualidade em primeiro lugar
3534-9282
DIREÇÃO: Rodrigo Amorim

Apoio:

Mais

SÃO JOAQUIM DE BICAS
PREFEITURA

VALE DO PARAÓPEBA

Betim
Bebidas

Risco
3034-8023

TV PÁVULO

GENTE

Realização



Festa de Encerramento
13/09
À partir das 12h-Estádio José Vieira Martins
Av. Rui Barbosa 600-S.J Bicas

Bandeirantes Motors. A nova concessionária Dafra de Betim.



Dafra. Todos os motivos para você sair acelerando.

- design moderno • preço justo • condições de pagamento imperdíveis
- baixo custo de manutenção • grande estoque de peças • ampla rede de concessionárias

31 2571.2937 / 2571.5690
2571.2895

AV. BANDEIRANTES, 1045 - CHÁCARA - BETIM/MG



Respeite a sinalização de trânsito.



**BANDEIRANTES
MOTORS**

OFICINA AUTORIZADA DAFRA

Toda linha DAFRA tem condições especiais para troca de peças e serviços de manutenção.





www.revistamais.com

 facebook.com/revistamaisbetim  [revista_mais](https://instagram.com/revista_mais)

Diretor-geral		Geraldo Eugênio de Assis geraldoassis@assispublicacoes.com.br
Editora		Daniele Marzano Reis danielemarzano@assispublicacoes.com.br
Redação		Daniele Marzano, Julia Ruiz, Lisley Alvarenga, Luna Normand e Viviane Rocha redacao@assispublicacoes.com.br
Diagramação		Assis Publicações e Eventos
Arte		Augusto Martins
Equipe de fotografia		Augusto Martins e Luciano Reis
Gerente Comercial		Poliana Silva polianasilva@assispublicacoes.com.br
Comercial		Sabrina Bittencourt
Financeiro		Laura Gomes
Revisão		Daniele Marzano Reis
Impressão		Gráfica Del Rey
Distribuição		Michael de Almeida
Tiragem		10.000 exemplares

Uma publicação da Autogestão, Publicidade e Consultoria Ltda.
CNPJ: 02.841.570/0001-30
Rua Cremerie, 216, Jardim Petrópolis - Betim/MG
CEP: 32655-080
Tel.: (31) 3593-0042

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

A reprodução total ou parcial de textos, fotos e artes é proibida sem autorização prévia.

A **MAIS** não se responsabiliza por textos opinativos assinados.

"As opiniões expressas nos artigos assinados são de responsabilidade de seus autores.

Informes publicitários são de responsabilidade das empresas que os veiculam, assim como os anúncios são de responsabilidade das empresas anunciantes."

Os valores citados nesta edição estão sujeitos a alteração sem aviso prévio.

Se você quer enviar alguma dúvida, sugestão de matéria ou opinião a respeito de algum assunto para esta seção, entre em contato pelo endereço contato@assispublicacoes.com.br



**PUMP
JUMP
PILATES
TÊNIS (quadra
de saibro)**

Treinamento
Funcional

Com tanta novidade, todos da casa vão querer malhar.

Natação
Hidroginástica
Hidroterapia
Musculação

NOVIDADE:
Zumba

Novas turmas e pacotes promocionais.
Agende uma avaliação e garanta já a sua
vaga. No BoleÁgua tem opção pra família
inteira ficar em forma!

3531.3783 Bairro Filadélfia . Betim



AGORA FICOU MAIS FÁCIL MANTER SUA VIDA SAUDÁVEL



INTEGRAIS ORGÂNICOS GRANEL
DIET SEM GLÚTEN SEM LACTOSE
LIGHT SUPLEMENTOS PADARIA FIT

**EM NOSSO ESPAÇO, VOCÊ TAMBÉM ENCONTRA
LANCHES RÁPIDOS. VENHA CONHECER!**

Av. Edmeia Mattos Lazzarotti, 2.610, Ingá Alto
Betim - MG

(31) 3532-7547

www.mercadoverdenaturais.com.br

mercadoverde_naturais  |  /mercadoverdenaturais

Geraldo Eugênio de Assis



O brilho das Minas

CHEIA DE GRAÇA E MOLEJO, a betinense Francielle Pimenta, vencedora do concurso “Bailarina do Faustão”, encantou o Brasil e fortaleceu a fama que Betim vem conquistando de revelar talentos por todo o país. A competente dançarina superou 10 mil candidatas, vindas dos mais longínquos lugares e, com uma singela modéstia, diz ter tido “sorte”. Nada disso: a morena tem é muito talento nos pés e jogo de cintura, literalmente, além de ser uma garota alegre, simpática e muito batalhadora – Fran, como carinhosamente é chamada pela família e pelos amigos, até vencer o concurso global, tinha uma rotina de trabalho pesada, tendo de dividir seu tempo entre três ofícios, um deles de assistência pedagógica a alunos portadores de deficiência. Uma iniciativa nobre, que faz crescer a admiração pela jovem dançarina.

É muito gratificante poder falar de coisas boas que surgem em nossas vidas. Mesmo enfrentando tantos problemas, advindos das mais variadas esferas e formas, as pessoas sempre encontram forças para lutar e conquistar seus ideais. Muita gente, assim como Francielle, ao subir e descer do ônibus para ir trabalhar todos os dias, ao sair do trabalho e correr para a escola, ao se levantar cedo e dormir tarde, enfim, ao repetir, diariamente, afazeres e obrigações, busca apenas realizar seus sonhos. Não é fácil chegar lá. É preciso ter força, coragem e fé, características que também não faltaram às outras participantes mineiras da competição, que se destacaram brilhantemente no palco do programa dominical. Entre as 12 finalistas, cinco eram de Minas. Um orgulho para nosso Estado. Parabéns a todas as mineiras e à querida Fran, em especial!

E nossa edição traz outro talento nascido em Betim: o cantor Juninho Braga, que, neste mês, lança seu primeiro CD, intitulado “Registros”, com o qual exhibe toda a brasilidade da música popular. Um encanto de pessoa e de artista. Conheça também o grupo de mulheres do município que se uniu para praticar ciclismo. As hoje amigas têm nome e sobrenome: Luzinas no Pedal. Que tal pegar carona com elas e pedalar um pouquinho rumo a uma vida mais saudável e, por que não, mais feliz? ■

“É muito gratificante poder falar de coisas boas que surgem em nossas vidas. Mesmo enfrentando tantos problemas, advindos das mais variadas esferas e formas, as pessoas sempre encontram forças para lutar e conquistar seus ideais.”

Edição 34



Mais na Rede

Cartas do leitor



MAIS INSTAGRAM

A ganhadora do desafio da última edição, com o tema #revistamaisnasferias, foi @natalia_antunes



Próximo desafio: poste uma foto sua com seu pai ou com quem considera como tal em homenagem ao dia deles, comemorado neste mês. As fotos selecionadas vão para o Facebook, e a mais curtida será publicada em nossa próxima edição. Não se esqueça de que só conseguimos visualizar fotos de perfis desbloqueados aqui no insta. #revistamais.

SOBRE A COLUNA DE DOMINGOS DE SOUZA

Domingos, muito bacana esta coluna. Parabéns! Pensar que o ser humano, em sua insanidade e maldade, é capaz de destruir a história do mundo, como fizeram os jihadistas na cidade de Aleppo, na Síria, destruindo os monumentos mais antigos do mundo, e, depois, em Palmira. É uma coisa muito triste de vivenciar. A maldade humana não tem limites.

Grijalva Maria de Campos

SOBRE A MATÉRIA "AFONSO PENA: UM NOME, UM IDEAL"

Parabéns à escola! Quem estuda lá é privilegiado! Uma instituição de muito respeito. É como se estivéssemos em nossa casa. Eu agradeço por ter

estudado lá. Uma verdadeira família. Hoje, mesmo já formada, como ex-aluna, sou muito bem-recebida na escola e tenho o prazer de ajudar a equipe de futsal da instituição.

Luana Oliveira

Estudei no Afonso Pena a vida toda. Tenho muito carinho pela escola e sinto muitas saudades.

Ivone Reis

Estudei nessa escola em sua época de ouro. Sinto muitas saudades desses bons tempos. A dona Amélia foi minha diretora. Parabéns!

Carla Magalhães

Escolha merecida. Parabéns à revista **Mais** e parabéns à Escola Estadual Afonso Pena, onde eu tive a honra de trabalhar!

Maria Regina do Amaral

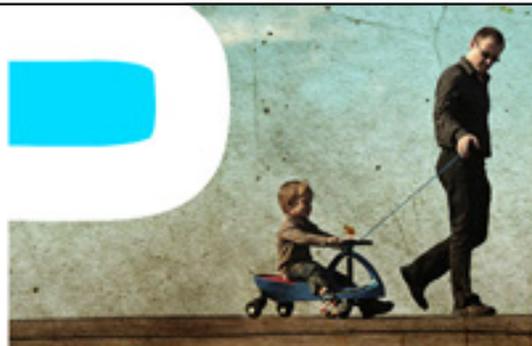
www.revistamais.com

facebook.com/RevistaMaisBetim

@revista_mais

@Mais_Betim

(31) 9102 - 8231



COMPRE E GANHE BONUS*

Compre.....	Bônus
149,00.....	19,00
199,00.....	29,00
249,00.....	39,00
299,00.....	49,00



STALKER

Seja Você Mesmo

Shopping Monte Carmo • Metropolitan Shopping • www.stalker.com.br

*Crédito dado em cartão presente. Promoção válida para Stalker Betim - MG.

*Promoção por tempo limitado. Válido enquanto durar o estoque. Imagens meramente ilustrativas.



10 Conversa Refinada

Presidente da Orcca, o oncologista Charles de Pádua fala da construção do hospital filantrópico para tratamento contra o câncer em Betim

14 Comportamento

Hora do Mamaço - Mobilização de mulheres visa reforçar a importância de uma licença-maternidade justa

18 Talento

Juninho Braga apresenta seu primeiro trabalho solo, o CD "Registros", com o qual mostra a brasilidade da música popular



22

Augusto Martins

Acervo Luluzinhas



30

Jéssica Nery



14

22 Capa

Conheça um pouco da intimidade de Francielle Pimenta, a betinense que venceu concurso de dança do "Domingão do Faustão"

30 Esporte

Mulheres se reúnem para pedalar, ficam amigas e criam o Luluzinas no Pedal, com mais de 150 integrantes

34 Novidades

Instalação de quatro *pubs* resgata tradição das baladas

Foto Capa: Augusto Martins



MULHER DE 30

QUANDO VOCÊ MENOS ESPERA, as primeiras ruguinhas começam a surgir, sua pele exige mais a aplicação de uma base no dia a dia, áreas de sombras vão se instalando sorrateiramente no seu rosto, a celulite parece que ganhou mais força e, ainda que você se alimente da mesma forma, a balança parece estar de pirraça com você! Não se preocupe: é simplesmente a chegada de mais uma década na vida. Sinal de que você está avançando em sua caminhada! É só usar as armas certas para vencer esses novos desafios e desfrutar de toda a beleza dos 30 anos!

Essas alterações surgem devido a várias mudanças no nosso organismo, principalmente em função do colágeno, o maior responsável pela firmeza e pela sustentação da pele, e que entra em um processo de degradação mais acentuado após os 30. Nosso metabolismo também fica mais “preguiçoso”, sendo vital uma dieta alimentar equilibrada associada à atividade física regular. Os danos solares acumulados nas primeiras três décadas começam a ser percebidos pela presença de sardinhas e manchas, além das irregularidades da textura da pele.

Alguns fatores podem acentuar esses sinais da idade, como o cigarro e o álcool, que atrapalham a microcirculação entre as células. Dormir pouco causa olheiras e rouba o tempo hábil para a renovação celular noturna. Geralmente nessa idade, a mulher já está posicionada no mercado de trabalho, desfrutando de certa independência financeira. Os sonhados filhos também já fazem parte da vida da maioria das mulheres nessa faixa etária, o que requer grande dedicação e horas de sono, exigindo muito mais disciplina nos cuidados com a saúde e a beleza. A flacidez abdominal, que se instala após as gestações, deve ser prontamente combatida com cremes à base de colágeno, com atividade física, para o fortalecimento da musculatura, e com radiofrequência, para estimular a formação de novas fibras de colágeno. Se novas estrias também surgirem, hoje em dia já existem tratamentos a laser com ótimos resultados.

Caso você ainda não tenha escolhido um dermatologista para te acompanhar nessa etapa, seguem algumas dicas básicas que fazem bem na rotina de cuidado da face de todo tipo de pele aos 30 anos:

1) Um bom sabonete deve ser usado na face pela manhã e à noite, preferencialmente com um pouquinho de ácido glicólico, mas sem prejudicar a hidratação da pele.

2) O uso de uma vitamina C não oleosa na face, no pescoço e no colo pela manhã, antes do protetor solar, tem efeito rejuvenescedor, clareador e antioxidante, complementando a ação do protetor solar diariamente.

“Não se preocupe: é simplesmente a chegada de mais uma década na vida. Sinal de que você está avançando em sua caminhada! É só usar as armas certas para vencer esses novos desafios e desfrutar de toda a beleza dos 30 anos!”

3) Use um bom filtro solar, dentro ou fora de casa, mesmo naqueles dias nublados e chuvosos.

4) Pode-se alternar um hidratante/antienvelhecimento com um ácido à noite para estimular a renovação celular e o clareamento, além de melhorar a textura da pele.

Alguns procedimentos podem ser indicados para suavizar os sinais que começam a incomodar nessa idade, como peelings, luz intensa pulsada, laser spectra, toxina botulínica, preenchimentos de ácido hialurônico, *skin boosters* (hidratação profunda da pele), dentre outros, mas é seu dermatologista quem deve avaliar e indicar o que melhor pode te atender. ■

*Membro da Academia Brasileira de Dermatologia e da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia, e diretora administrativa da Clínica Yaga Laser & Cosmiatria – adriana@yaga.com.br.

'O câncer não é nossa sentença de morte'

Modesto diante de seu grandioso trabalho, o médico oncologista Charles André Joseph de Pádua, 44 anos, dedica a vida a buscar a cura de seus pacientes e a melhorar a qualidade de vida das pessoas com diagnóstico de câncer. Betinense de coração, o presidente da Orcca, agora, une forças para efetivar no município um projeto pioneiro: construir o primeiro hospital filantrópico para tratamento contra o câncer

Lisley Alvarenga

REVISTA MAIS - Como a Organização Regional de Combate ao Câncer (Orcca) surgiu em Betim?

CHARLES DE PÁDUA - A ideia surgiu desde quando eu e o doutor Vitor Hugo (Silva Lopes Rodrigues, vice-presidente da Orcca) trabalhávamos no Hospital Regional, na década de 90. Na época, atuávamos como clínicos e, sempre quando atendíamos pacientes com o quadro possível de câncer, encaminhávamos para o Hospital da Baleia, em Belo Horizonte. Percebemos a necessidade de esses pacientes e de suas famílias terem um apoio durante o tratamento no município. Em 2005, ele e eu conseguimos efetivar o projeto em

cartório, mas, somente em 2009, após ter sido implantado na cidade o SUS (Sistema Único de Saúde), conseguimos a cessão desse terreno, pelo Cetus (Medicina Oncológica), no bairro Jardim Brasília, onde estamos até hoje. Elegemos uma assistente social para ficar à frente do projeto e fomos em busca de parceiros que pudessem financiar a reforma do imóvel. Ainda em 2009, inauguramos a sede e, na comemoração do Dia Nacional de Combate ao Câncer, no dia 27 de novembro, fizemos uma caminhada para chamar a atenção da população de Betim para o projeto. Um ano depois, a Orcca começou a ganhar um pouco mais de adeptos. Criamos um bazar para vendas de vestuário e instalamos o nosso telemarketing para captar recursos.



PERFIL

Charles de Pádua,

Idade: 44 anos

Formação: oncologista

Currículo: diretor de relações institucionais do Cetus, presidente da Orcca e diretor da Associação Médica de Betim



Como era a estrutura inicial da organização?

Era uma casinha muito modesta. Os cômodos eram escuros, muitos não eram pintados. Tínhamos um problema crônico de vazamento no telhado, e não havia acessibilidade nem condições para atender a pacientes com câncer. Além de mim, como presidente, e do doutor Vitor Hugo, como vice, contávamos com a colaboração do doutor Bruno Côrtes Aragão, que atuava, e atua até hoje, como tesoureiro, da enfermeira Maria Conceição Pazos y Lopez e de uma assistente social.

Como as coisas evoluíram de lá para cá?

Intensificamos o número de ações de divulgação do nosso trabalho. Hoje, sempre que podemos, melhoramos a estrutura da Orcca. Oferecemos medicamentos, cestas básicas, suplementos alimentares e fraldas gratuitas aos pacientes. Caminhamos ainda com a oferta de apoio de outros profissionais, nas áreas de psicologia, assistência social, nutrição e fisioterapia. Em breve, vamos oferecer serviços odontológicos. Através de uma parceria com a Prefeitura de Betim, também ofertamos cateteres de longa

permanência para pacientes que fazem quimioterapia. Contando com a ajuda de mais de dez profissionais, atendemos a uma média de 300 pacientes por mês.

Agora, o mais novo projeto da Orcca é construir o primeiro hospital filantrópico para tratamento contra o câncer em Betim?

Sim. A doação do terreno, uma parceira entre a Prefeitura de Betim e a Orcca, ocorreu no mês de julho. Esse hospital não será pensado para agora, mas para uma demanda do município daqui a 50 anos. >>>

Como será a estrutura dessa unidade hospitalar?

O terreno possuiu 34 mil metros quadrados e fica na Várzea dos Piriás, próximo ao bairro Sítio Poções, às margens da avenida Edmeia. A nova unidade deve contar com 40 leitos de CTI (Centro de Tratamento Intensivo), 200 leitos para internação, dez salas de bloco cirúrgico, e pretendemos ter um setor específico para o transplante de medula óssea. Enfim, o hospital vai prestar um atendimento completo aos portadores da doença, desde o diagnóstico ao tratamento médico, incluindo os apoios psicológico e de assistência social. Deverão ser gerados cerca de 2.000 empregos diretos e 1.000 indiretos.

Qual a previsão de inauguração?

A expectativa é que ele comece a ser construído daqui um ano. O problema é que o projeto arquitetônico ainda não foi elaborado, e seu custo é alto, girando em torno de R\$ 1,5 milhão.

Como vocês vão captar esses recursos?

Pretendemos envolver faculdades e universidades para fazermos um planejamento estratégico a fim de definirmos os próximos passos. O primeiro módulo a ser construído será dedicado ao diagnóstico, com um espaço para a realização de exames e biópsias, uma grande demanda da cidade. Vamos trabalhar com doações de pessoas física e jurídica, além de buscar o repasse de verbas em âmbitos municipal, estadual e federal.

Com dez anos de existência, a Orcca, hoje, é uma das grandes referências em Betim quando o assunto é oncologia. Qual o segredo para o sucesso desse atendimento?

Têm a ver com a energia positiva e com o carinho que nós transmitimos aos nossos pacientes. Quando você tem uma boa ideia, não interessando classe social, cor, partido político ou religião, foca e quer transmitir esse bem de uma forma carinhosa e atenciosa, descobre o segredo do sucesso. Quando você recebe um paciente e uma família de braços abertos, percebe que eles terão confiança e a tranquilidade de saber que estarão bem-assistidos. Felizmente, temos muitas pessoas que abraçam a nossa causa porque elas já sofreram aquilo na pele, e o sofrimento delas foi amenizado porque tiveram apoio. Um dia, elas estiveram ali recebendo a doação e, depois, voltaram para fazer o bem também.

O Brasil é considerado, atualmente, um dos polos de pesquisa em tratamentos contra o câncer. Como a Orcca contribuirá para esse cenário?

Sou pesquisador e já contribuo para várias pesquisas clínicas. Portanto, não tenha dúvida de que, dentro desse hospital, para que possamos ser referência, teremos que ter um processo educacional para receber alunos que possam fazer estágios e residên-

cia médica, além de um espaço para pesquisa de novos medicamentos para o tratamento e o combate ao câncer.

Podemos dizer que vivemos uma epidemia de câncer? Ou o aumento do número de casos está relacionado ao fato de estarmos vivendo mais?

A própria Organização Mundial da Saúde (OMS) já alerta sobre a epidemia que viveremos de casos de câncer, sobretudo por conta do aumento da expectativa de vida da população mundial. Se vivemos mais e, principalmente, com maus hábitos, a possibilidade de desenvolvermos câncer é muito maior. Não quer dizer que todas as pessoas que viverem mais terão a doença, mas, se não cuidarmos do nosso corpo ao longo de nossas vidas, ele tenderá a desenvolver mais doenças, como o câncer.

Quais são os avanços mais importantes em relação aos tratamentos?

Tivemos muitas coisas boas que surgiram nas últimas três décadas e, certamente, teremos nas próximas. Mas a melhora do tratamento e o advento de novas drogas ainda não superaram o diagnóstico precoce da doença. Esse, na verdade, é o grande avanço e, ao mesmo tempo, a grande dificuldade que ainda enfrentamos para combater o câncer. Um exemplo é a medicação do câncer do colo uterino, que foi incluída no rol dos medicamentos oferecidos pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária). Ele aumenta consideravelmente a expectativa de vida das mulheres, mas é caro. Cada aplicação gira em torno de R\$ 6.000 e não está disponível no SUS e nos convênios. Em contrapartida, o diagnóstico desse câncer é simples.

A oncologia vem evoluindo a passos rápidos?

Com muita tranquilidade e segurança, podemos dizer que as pessoas vivem muito mais hoje do que na década passada. E, agora, temos esquemas de tratamento muito mais agressivos contra a doença e menos agressivos contra a pessoa. Até aqueles que possuem doenças incuráveis têm vivido mais e com mais qualidade de vida. Porém, o grande empecilho contra o tratamento da doença é o custo, que ainda é muito alto. Infelizmente, temos que pagar, e caro, para ter essa medicação de ponta. Por isso, volto a dizer: é importante desenvolvermos os medicamentos, mas, acima de tudo, é preciso descobrir a doença de forma cada vez mais precoce.

O senhor acredita que a humanização da medicina está sucumbindo diante da tecnologia?

Esta é uma filosofia da Orcca e de todo o nosso corpo clínico no Cetus: é impossível uma coisa substituir a outra. A tecnologia e o carinho, o cuidado médico, podem e devem caminhar harmonicamente. Na Orcca e no Cetus, o foco é a humanização.



Como o senhor acredita que se manifesta o desinteresse, tanto por parte da classe política, quanto por parte da classe médica, por tais questões?

Não é fácil tomar conta da saúde pública. É um setor muito complexo, e cujos atores envolvidos nunca estão totalmente satisfeitos. É praticamente impossível resolver todos os problemas e agradar a todos. A máquina pública tem uma dificuldade muito grande de atingir o sucesso e, sendo assim, é sempre mais alvo de críticas do que um atendimento particular, que também tem seus problemas. Muitas vezes também, o usuário pouco sabe de seus deveres e responsabilidades.

Durante esses anos à frente da instituição, a história de algum paciente o marcou?

Presencio, todos os dias, histórias que vou carregar para o resto da vida. Mas uma que me chamou muita atenção foi a de uma criança de quase 2 anos que estava na enfermagem do Hospital da Baleia. Ela estava muito magra, não andava, não falava e não brincava. Tinha um tumor muito grande. Recordo que começamos o tratamento de quimioterapia dela numa sexta-feira. No domingo, aconteceu uma tempestade terrível em BH e a luz acabou na unidade. Foi um Deus-nos-acuda, pois os médicos de plantão ficaram preocupados com as crianças mais graves internadas. A equipe acabou se esquecendo dessa criança. Quando chegaram perto do bercinho para verificar como ele estava, viram-na acordada, comendo biscoitos. A partir daí, ela melhorou, adquiriu peso e aprendeu a andar e a falar. Apesar de os livros dizerem que não se curaria, eu acreditava na cura dela. Tinha muita esperança. Passaram-se os anos, e essa criança cresceu, mas, com 3 anos e meio, a doença voltou e ela acabou falecendo. Depois, encontrei com a mãe dela, que me agradeceu por tudo que eu havia feito por ela e pelo filho. Fiquei muito emocionado.

Como o senhor encara a morte?

A morte faz parte da vida. Sempre digo que não é a pior coisa que pode acontecer com alguém. Dependendo do grau de sofrimento, de como as coisas se desenrolam, a morte acaba sendo um grande alívio para o paciente. Sei que a família vai ficar eternamente com a lembrança e as sequelas de perder alguém, não podemos ser egoístas e querer manter as pessoas que amamos ao nosso lado a todo custo. É muito importante que entendamos que o fim daquela vida vai chegar.

O que o motivou a escolher a carreira médica?

Quando vim para Belo Horizonte estudar, aos 14 anos, gostava muito de trabalhar no computador. Então, acreditava que seguiria algo na área de informática. Porém, no meu primeiro ano no curso científico, me apaixonei por biologia. Sempre fui

muito curioso, e esse contato com o corpo humano me chamou muito a atenção.

Por que se especializou em oncologia?

Depois de me formar, decidi fazer uma especialidade clínica, como endocrinologia. Na época, estava no Hospital Odilon Behrens, onde conheci o doutor Vitor Hugo. Recordo que tive um paciente com diagnóstico de câncer no estômago, a quem eu gostaria de oferecer algo a mais, mas estava com as mãos atadas. Isso me frustrou muito. Comentei com Hugo, que me sugeriu fazer oncologia. Um tempo depois, ele me convidou para ser o primeiro especializando em oncologia do Hospital da Baleia, e aceitei.

O senhor é diretor de relações institucionais do Cetus, presidente da Orcca, diretor da Associação Médica de Betim e ainda atua numa clínica médica em Belo Horizonte e em Betim. Com tantos afazeres, como consegue conciliar vida profissional e pessoal?

Não é fácil. Meus filhos, às vezes, dizem que eu estou trabalhando muito, mas sempre digo: hoje muito menos do que antes. Quando meus filhos eram pequenos, lembrando que fui pai muito cedo, aos 19 anos, não pude dar tanto tempo a eles. Trabalhava demais. Teve uma época em que eu dormia apenas três noites em casa. Andava com uma mala no carro. Quando chegava em casa, cansado, os meninos queriam brincar, e eu não conseguia. Sei que eles sentiram bastante, mas, hoje, já adultos, são eles que não têm mais tempo de ficar comigo, pois todos têm outros compromissos. De qualquer forma, sempre que possível, reúno a família.

O que gosta de fazer nos momentos de lazer?

Descobri um hobby que me dá muita alegria: andar de moto. Comprei uma Harley Davidson e adoro pilotar. É um momento em que eu consigo extravasar, encontrar energias, me sentir bem. No motociclismo, a gente faz vários amigos, de toda classe social, de todo tipo profissional. É quando e onde todos nós somos iguais, e ninguém é melhor do que ninguém. São amizades que construímos ao longo da vida.

Para finalizar, que mensagem deixaria para uma pessoa que descobre hoje que está com câncer?

Tenha fé, esperança e pense positivamente. O câncer não é necessariamente nossa sentença de morte. Saiba que você não está sozinho nessa caminhada. Por isso, divida seus medos, suas frustrações. Da mesma forma que a gente sabe que o vírus é contagioso, a alegria, assim como a tristeza, também contagia. Precisamos trabalhar os aspectos positivos para que alcancemos o sucesso. ■





A quarta edição da Hora do Mamaço em BH reuniu dezenas de mães na Praça da Liberdade, no dia 1º; mobilização, com o tema “Amamentar e trabalhar: basta apoiar”, serviu para alertar sobre os benefícios da amamentação

A maternidade pede licença

Altamente benéfica, a amamentação propicia ao recém-nascido o alimento mais completo e necessário. No entanto, números alarmantes mostram que muitas das mães interrompem esse importante estágio de forma precoce porque precisam retornar a seus postos de trabalho. Para dar voz a todas elas, na primeira semana deste mês, a maternidade pediu licença, pois passava pelas ruas de várias cidades do país a Hora do Mamaço.

Julia Ruiz

A JORNALISTA DAYSE AGUIAR, de 25 anos, poderia ser considerada uma mulher de sorte. Mãe da fofíssima Melissa, de 2 aninhos, ela pôde se dedicar à pequena durante os quatro meses de licença-maternidade a que teve direito (é o período mínimo garantido por lei à iniciativa privada), com um *plus* de um mês das férias já vencidas. Sorte, porque esse tempinho extra ao lado da filha é algo raríssimo para os padrões brasileiros, que não chegam perto sequer dos 120 dias assegurados. De acordo com o Ministério da Saúde, a amamentação ocorre, em média, no Brasil, por apenas 54 dias. Em Belo Horizonte, esse índice é de 53,8 dias. O conceito

A empresária Gabrielle Faria, mãe do menino Hugo, é quem organizou a mobilização na capital mineira; objetivo principal era chamar a atenção dos governantes para a importância de uma licença-maternidade justa, saudável e com igualdade entre os gêneros



de sorte, no entanto, rapidamente cai pelos ares quando se tem noção de que a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo por um período mínimo de seis meses e cai ainda mais quando se tem noção de que, em outros países, o período de licença, concedido igualmente ao pai da criança, pode chegar a 1 ano e 4 meses.

Por entraves como esse, Dayse e outras dezenas de mães ocuparam a Praça da Liberdade (região Centro-Sul de BH), na manhã do dia 1º, para a Hora do Mameço, mobilização realizada pela quarta vez na capital mineira, que chama a atenção para os inúmeros benefícios da amamentação, bem como para as dificuldades que surgem quando esse processo tem sua integridade interrompida. A iniciativa, que ocorreu simultaneamente em várias cidades do Brasil e do mundo, faz parte do calendário de atividades da Semana Mundial do Aleitamento Materno, comemorada entre os dias 1º e 7 de agosto. Com o tema “Amamentar e trabalhar: basta apoiar”, o objetivo do evento, >>

PORTEIRA VELHA, O ESPAÇO IDEAL PARA O SEU EVENTO.

- CAPACIDADE MÁXIMA PARA 500 CONVIDADOS
- PLAYGROUND • ESPAÇO KIDS • ILUMINAÇÃO
- ESTACIONAMENTO PRÓPRIO (CAPACIDADE 200 VEÍCULOS)
- 1 FISCAL DE BANHEIRO • 1 COORDENADOR



Faça a sua reserva: 3592-3600
Rod BR 381 km 489 B. Santa Cruz / Betim
www.porteiravelha.com.br

ESPAÇO PARA EVENTOS



neste ano, foi promover uma conscientização sobre a importância de uma licença-maternidade mais justa, saudável e com mais igualdade entre os gêneros – hoje, os pais só têm direito a cinco dias para ficar com os filhos.

Como em todas as edições anteriores, a Hora do Mameço também pediu à sociedade uma visão mais humanizada sobre o ato de amamentar. “É preciso quebrar tabus muitas vezes até dentro do próprio lar, com amigos e familiares, que não encaram a amamentação como algo natural”, ressalta Dayse, que, desde a gestação de Melissa, é ativista das causas ligadas à maternidade. Além de compartilhar suas experiências como mãe nas redes sociais e no blog MelTamorfose, a jornalista, neste ano, aderiu ao evento. “A ideia de nos unirmos para conscientizar outras mães, bem como toda a sociedade, é bastante válida e nobre”, acredita.

CORRIDA CONTRA O TEMPO

Idealizadora da Hora do Mameço no Brasil, a pedagoga Simone de Carvalho afirma que o tema dessa edição é um “protesto subliminar”. “Não é possível apoiar e proteger a amamentação, um gesto tão singular e precioso para o bebê, desta forma: mulheres melindradas, sem tempo suficiente e espaço respeitoso para a extração do leite materno, com muitas delas tendo de utilizar uma bomba extratora, que exige manejo e, sendo mecânica, apresenta riscos. Tudo isso sob vergonhosa licença, que as obriga a uma separação tão precoce de seus pequeninos. Por isso, queremos conscientizar a sociedade de que o recém-nascido merece tempo digno para que se alimente da melhor forma, tendo sua mãe acessível nesse momento crucial de seu desenvolvimento”.

Simone, que é mãe de Rebeca, de 15 anos, e de Rafael, de 10, explica que apostou na ideia do mameço em razão do grande número de mães que buscam auxílio e orientação no momento do aleitamento. “Em nossa comunidade virtual Apoio Materno Solidário (AMS), é possível ler, diariamente, centenas de relatos de superação”.

Para conquistar esse objetivo, a AMS dispõe de um manifesto, que inclui uma petição eletrônica pela aprovação da Emenda



DA FOTOGRAFIA AO ATIVISMO

As imagens que você vê nesta reportagem são da fotógrafa Jéssica Nery, de 23 anos. Ela ainda não tem filhos, mas ama registrar o laço de amor das famílias, estilo de fotografia em que se especializou. E foi depois da exposição AMARmentar que Jéssica se inteirou mais sobre a causa. Ela ficou amiga das organizadoras da Hora do Mameço e decidiu contribuir com o evento, fazendo todas as fotos oficiais da mobilização. “Queria muito participar e ajudar, pois seria uma realização pessoal, como, de fato, foi. Estou muito feliz de fazer parte dessa iniciativa”.

nº 12, do Projeto de Lei 6.998/13, que prevê a ampliação da licença-maternidade para um período de 12 meses (para saber mais, acesse o site horadomameco.wordpress.com). Hoje, conforme a legislação vigente, o benefício é concedido a mulheres que trabalham e contribuem para o Instituto Nacional de Seguro Social (INSS). O período mínimo de afastamento é de quatro meses, e o máximo, de seis – este é assegurado apenas para os órgãos públicos. A iniciativa privada, porém, pode conceder esse mesmo tempo e até possui incentivos fiscais para isso. No entanto, nem todas as corporações optam pelo benefício. Quando retornam à sua ocupação profissional, essas mulheres têm o direito de, durante 15 dias, fazer duas pausas de 30 minutos por turno para coletar o leite ou amamentar os bebês. Entretanto, grande parte delas não pode contar com espaço adequado para ambas as alternativas.

Organizadora da Hora do Mameço em Belo Horizonte, a empresária Gabrielle Faria, 28, ressalta que os governantes precisam tratar esse tema com mais atenção. “Sabemos que até existem algumas empresas que apoiam as mães, criando espaço para que elas amamentem enquanto trabalham. Mas, nesse período, o bebê está indefeso e deve ser preservado de sair às ruas. Precisamos de apoio e de garantias para que a saúde dos nossos filhos seja preservada”.

Ela, que é mãe de Hugo, com 2 anos, e que integra o Grupo de Apoio à Gestante (Gestar) de BH, alerta sobre o que considera as principais dificuldades das mães atualmente: “falta de suporte, que inclui tirar o direito da mulher de amamentar onde ela bem entender, e falta de informações corretas sobre o aleitamento”.

DOSES DE AMOR E DE SAÚDE

Rico em proteínas, lipídeos, vitaminas, minerais, dentre outros nutrientes, o leite materno é o melhor, mais completo e importante alimento para a saúde do bebê. Diversos estudos já comprovaram que a amamentação é essencial para a formação do sistema imunológico da criança, prevenindo alergias, intolerâncias e, até mesmo, a obesidade. Fácil de ser digerido, o leite materno também é eficaz para



Ativista das causas ligadas à amamentação desde a gestação da filha, Melissa, a jornalista Dayse Aguiar participou do evento na praça, que também pretendeu pedir à sociedade uma visão mais humanizada sobre o ato de amamentar

a formação da flora intestinal do recém-nascido. O movimento de sucção que a criança faz para mamar contribui ainda com o desenvolvimento de sua arcada dentária. Além disso, de acordo com uma pesquisa da Universidade de Pittsburgh, nos Estados Unidos, o aleitamento materno pode ajudar a criança a ter melhor desempenho escolar.

Mas os benefícios da amamentação não se restringem ao bebê. Essa mesma pesquisa concluiu que o ato protege a mãe contra doenças cardiovasculares. Outros levantamentos mostraram que o aleitamento materno promove uma redução mais rápida de peso após o parto; ajuda o útero a recuperar seu tamanho normal, diminuindo o risco de hemorragia; e reduz a possibilidade de a mãe ter diabetes e câncer de mama e de ovário.

Por fim, a amamentação fortalece o vínculo entre mãe e filho, promovendo efeitos na saúde mental de ambos, ao propiciar um movimento psicológico positivo e contribuir com a diminuição do estresse.

A mamãe Helcilene Resende, mãe da Júlia, de 7 anos, e, há dois meses, mãe dos gêmeos Miguel e Matheus, tem a sensação de que, no momento da amamentação, o amor e o orgulho pelos filhos aumentam. "Muitas mães pensam que é perder tempo, mas penso que é o contrário. Ao amamentarmos, desenvolvemos um relacionamento com nossos filhos, passamos segurança e carinho para eles", diz. ■



Sintonia perfeita

Rejuvenesça neste inverno!

ANVISA nº 10354340050



IPL QUANTUM

Clareamento de manchas e vasinhos.

ANVISA nº 10343650037



SPECTRA

Melasma, poros, acne e remoção tatoó.

ANVISA nº 805200990001



POWERSHAPE PLATFORM

Flacidez facial e corporal.

ANVISA nº 10343650035



DUAL DEEP

Rugas, flacidez, manchas, estrias e cicatrizes de acne.

ANVISA nº 103576990003



ACQUAPEEL ADVANCED

Peelings químicos e microabrasivos.



Av. Juscelino Kubitschek, 474, Loja 4, Centro - Betim - MG

[ESTACIONAMENTO PRÓPRIO AO LADO]

yaga.com.br

31 2571-2575

SUPLEWEB

Namoradinho da nova **MPB**

Vindo de uma família de músicos e um dos mais consagrados intérpretes de mineiros, Juninho Braga mostra toda a brasilidade da música popular no primeiro trabalho solo de sua carreira, o CD "Registros"

O cantor já planeja gravar outro disco, desta vez com os irmãos Dudu e Ramon Braga. "Gostaria muito de registrar na própria música essa irmandade que temos na vida", revela

Lisley Alvarenga

FOI DURANTE ENCONTROS despreziosos na casa de amigos, nos botecos da esquina e nas animadas festas de família que um dos maiores talentos de Betim quando o assunto é música popular tipicamente brasileira nasceu. Dono de uma voz suave e aveludada, Tarcísio Eustáquio Braga Júnior, 36 anos, o Juninho Braga, como é conhecido, está para a nova MPB como Nara Leão para a bossa-nova ou Gal Costa para o tropicalismo. Contudo, antes de conquistar a chancela de ser uma das mais promissoras vozes de produção musical autoral do Brasil, esse talentoso músico teve que percorrer um longo percurso. “Somente de uns três anos para cá decidi mergulhar na arte de cantar e torná-la o meu ofício atual”, relata.

Desde os 13 anos, Juninho cantava em grupos de jovens e em bandas juvenis do município. A primeira vez em que o betinense, formado em publicidade e propaganda, mostrou seus predicados como intérprete foi no período em que participou da banda do Encontro de Adoles-



BATE-BOLA

Uma música...
“Resposta ao Tempo”, de Aldir Blanc e Cristóvão Bastos

Um gênero musical...
MPB

Um ídolo...
Maria Bethânia

Uma paixão...
cantar

O samba...
nunca vai morrer

O chorinho...
o clássico brasileiro



centes com Cristo (EAC), da Paróquia Nossa Senhora do Carmo. Na época, ele cantava em missas e eventos religiosos. Em 2002, o cantor foi convidado para fazer parte da banda ZAP, como vocalista, quando se encantou pela MPB. “Com essa formação, nos apresentávamos em bares e festas. Foi um período de grande aprendizado”, afirma. Anos depois, por um ano e meio, ele estudou técnica vocal com a cantora Andréia Amendoeiras, treinadora vocal do grupo Galpão, em Belo Horizonte.

Em seguida, surgiu o convite para o betinense integrar o Clube do Choro de Betim, consagrado grupo musical do qual ele faz parte até hoje. Nesse meio-tempo, Juninho integrou-se ao grupo Calofé, da capital mineira. Sua sintonia com a música popular ficou ainda mais estreita quando ele ingressou também para o Flor de Abacate, grupo mineiro de choro que se destaca pela interpretação e pelos arranjos de composições próprias e de autores como Pixinguinha, Hermeto Pascoal, Anacleto de Medeiros, Radamés Gnattali, Astor Piazzolla, Villa-Lobos, Tom Jobim, Edu Lobo e Ernesto Nazareth. »

AMOR VIDA
ALEGRIA FORÇA
REFERÊNCIA
HEROÍSMO
CUIDADO
CARINHO
AMIZADE
DIVERSÃO
APRENDIZADO
REFERÊNCIA PRESENTE
VALENTIA BONDADÉ
ENSINAMENTO
CORAGEM
SABEDORIA
TALENTO
EXEMPLO



PORTO SEGURO E ALDA DE
ALEGRIA ENSINAMENTO VIDA
COMPANHEIRISMO FÉ

FELIZ DIA DOS PAIS! Homenagem do Vereador Daniel Costa.

Vereador
**DANIEL
COSTA**



ÀS VEZES, TUDO QUE VOCÊ
PRECISA É DE UM AUMENTO.
DE QUALIDADE DE VIDA.

O que é ser bem-sucedido?
Para sua carreira, é fazer o MBA
de uma das melhores escolas
de negócios do país. Para sua
vida, é ter sua própria definição
do que é sucesso.

UNIDADE BETIM

MBA FGV

REFERÊNCIA PARA SUA CARREIRA.
REFERÊNCIA PARA SUA VIDA.

Cursos:

Gestão Empresarial
Gestão Financeira, Controladoria e Auditoria
Gerenciamento de Projetos

(31) 3594-3900 | www.ibs.edu.br



CONVENIADA

FGV IDE

Management
Corporativo
Online

Belo Horizonte - Cidade Jardim | Vetor Norte - BH | Betim | Contagem | Montes Claros | Governador Valadares | Teófilo Otoni

OBA!

O Mixirica chegou
a Betim

Venha
conhecer o Mixirica,
alimentação saudável
e sua vida muito
mais leve.
*fresh food
de verdade!*



mixirica
ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Avenida Arthur da Silva Bernardes, 281 (ao lado da sorveteria Salada), Ingá Baixo, Betim
Telefone: (31) 3595-6181 - www.mixiricafranquias.com.br

A mais nova global é de **Betim!**

Após revelar ao Brasil a dançarina Camila Lobo e os cantores Danilo Reis e Rafael, para citar os artistas mais recentes, a cidade está mesmo ficando conhecida por exportar talentos; a mais nova celebridade betinense é a professora de dança de salão Francielle Pimenta, que, no último domingo de julho, juntamente com outras duas dançarinas, venceu o concurso "Bailarina do Faustão", organizado pelo programa dominical da Rede Globo



PINGUE-PONGUE

Comida predileta:
macarrão

Cor preferida:
azul

Uma palavra que te define:
alegria

Hobby:
assistir a seriados

Ritmo que mais curte para dançar:
samba

Estilo de filme:
comédia

Música:
"Thinking Out Loud"

Ator/atriz:
Robert Downey Jr.

Cantor/cantora:
Sia

Um ídolo:
Wallace, jogador de vôlei do Cruzeiro

Uma frase:
"Vá na fé, e não na sorte"
(dita a ela por Marcello Melo,
parceiro na final do concurso)

Religião:
católica



Fran, como é carinhosamente chamada pela família e pelos amigos, com os pais, José Maria e Ronilda (acima) e as primas Isabeli e Valdirene (abaixo)



Daniele Marzano

COMO SE NÃO BASTASSE DANÇAR tudo aquilo a que muitos certamente assistiram em alguns domingos ao longo dos últimos dois meses, pela telinha da Globo, no programa "Domingão do Faustão", ela ainda é professora de inglês e, pelo menos até entrar para a rotina de ensaios exigida pela competição global, desempenhava uma outra função, ainda mais nobre: a de apoio pedagógico para alunos com deficiência. Moradora do bairro Santa Cruz, na

região do PTB, em Betim, município da região metropolitana de Belo Horizonte, a garota alegre, de apenas 22 anos, conquistou o país com seu ritmo contagiante e sua doçura encantadora. Antes de se mudar para São Paulo, onde, a partir deste mês, passará a morar, ela abriu as portas de sua casa para, ao lado da família e de amigos queridos, contar um pouco de sua trajetória rumo a uma carreira de sucesso que ela inicia.

Mesmo depois de ter vencido 10 mil candidatas em todo o Brasil e cerca de 300

de Minas Gerais, a morena diz não estar acreditando ainda no resultado. "A ficha não caiu. Eu me inscrevi porque muitos amigos e familiares insistiram comigo, mas, sinceramente, fiz sem nenhuma expectativa de ganhar porque sabia que teria milhares de excelentes concorrentes", declara. Mas se Francielle tivesse se agarrado a um histórico recente de sucesso que carrega – o grupo de dança da academia em que trabalhava, chamada Contato do Corpo, classificou-se em segundo lugar num concurso de dança exibido pelo SBT em 2014 >>>

—, talvez sua confiança na vitória tivesse aparecido. Mas a modéstia da moça é tanta que ela prefere chamar toda essa competência que corre no sangue e, sobre os palcos, transforma-se em magia de “sorte”.

“Sim, acho que tive um pouco de sorte. Na terceira fase, em que ficaram apenas 12 garotas, ensaiamos 18 músicas de vários ritmos. Num sorteio, algumas tiveram o direito de escolher os ritmos que dançariam no programa e com quem duelariam. Além de ter podido escolher, eu ainda desafiei a garota que por mais tempo ensaiou na semana, simplesmente por curiosidade. Queria ver o que ela tinha para mostrar depois de tanto treino. Podia ter perdido, mas soube, por outras meninas, que justamente o samba, ritmo que eu escolhi, era o que ela menos sabia. E, para finalizar, como parceiro de dança, me trouxeram o ator Marcello Melo, que é craque no samba e já ganhou o ‘Dança dos Famosos’”, conta a competente, sim, e não sortuda dançarina, afinal, para enfrentar 10 mil candidatas, não basta ter apenas sorte — é preciso muito jogo de cintura, literalmente.

CAMPANHA PARA A VITÓRIA

Enquanto Francielle, ainda que despretensiosamente, conhecia sua própria força vencendo, em São Paulo, cada fase, por aqui, a família dela provou que, mais uma vez, a competência de Fran, como é chamada em casa, está no DNA. Isso porque os pais da morena, José Maria e Ronilda, com a ajuda de parentes e amigos, não perderam tempo ao longo desses dois meses de concurso e pediram voto por todos os cantos de Betim. “Com o apoio de muitas pessoas, imprimimos cerca de 50 mil panfletos e 4.000 cartazes e saímos por todos os centros comerciais da cidade pedindo aos proprietários para colarmos em suas lojas, a fim que seus clientes pudessem ver a Fran ali estampada e votar nela no domingo seguinte. Além disso, com o auxílio do vereador Antônio Carlos, fizemos campanha também com carro de som. A cada fase da competição, a gente mandava fazer mais material e voltava aos mesmos lugares”, conta o pai, que é de Justiça e se dividiu, nesse período, entre o trabalho oficial e a mobilização pela vitória

Juliano Loureiro



ENTRE AS 12 FINALISTAS

FERNANDA PEDROSA, DE 19 ANOS, é estudante de engenharia química e modelo fotográfica. Não é dançarina profissional, mas tem a dança como o hobby predileto. Apesar disso, sempre sonhou fazer parte do balé do Faustão e, assim que soube do concurso, inscreveu-se. Para ela, a passagem pelo programa e a presença até a terceira fase permitiram o surgimento de novas propostas de trabalho e a valorização de seu passe. “Foi uma experiência única”, diz. Para manter o corpo e a saúde em dia, Fernanda malha pesado todos os dias, inclusive nos fins de semana, e mantém uma alimentação saudável. Ela considerou o resultado do concurso justo em partes. “A Francielle, além de ser linda e humilde, é merecedora, sim, devido ao seu talento com a dança. Mas, pelo fato de eu ter sido a primeira a se apresentar, não houve tempo hábil para votação de familiares e amigos, devido ao congestionamento do site”, declara. Fernanda é noiva e pretende se casar no ano que vem.

ria de Francielle. “Parecia mais uma campanha política. Só parávamos mesmo para dormir”, brinca José Maria.

A mãe, Ronilda de Souza, que é dona de casa, também fez sua parte. “Durante todos os dias de votação, eu acordava às 5h30 para ficar no computador votando

e só me deitava perto da meia-noite. A gente parava para comer e tomar banho praticamente”, relata dona Ronilda, para quem “tudo valeu a pena”, afinal, desde “o jardim de infância, Fran gostava muito de dançar”. “Ela sempre foi muito sapeca. Nós percebemos esse gosto dela pela

O BRILHO DAS MINAS

Celeiro de mulheres bonitas e talentosas, o Estado de Minas se destacou no concurso "Bailarina do Faustão". Das cerca de 300 mineiras que se inscreveram para a competição, várias foram selecionadas nas primeiras fases e cinco ficaram entre as 12 finalistas: Fernanda Pedrosa e Grazi Lizânia, de Belo Horizonte, Ana Carolina, de São Gotardo, e Stephanie Moura, de Uberlândia, além da Fran. Ainda passaram pelo palco do Faustão as mineiras Sabrina Toledo, Camila Galante e Ohana Marra, que também é de Betim.

A reportagem fez contato com as quatro finalistas para saber se a passagem pelo concurso e a participação até as fases finais foram importantes para a carreira e o que pretendem fazer com essa bagagem. Veja o que disseram e conheça um pouco de cada uma delas para entender por que Minas brilhou nos palcos da Globo.

dança e incentivamos: a colocamos no balé ainda criança", orgulha-se. E, para agradecer tanta ajuda de vizinhos, parentes e colegas, os pais, na companhia da própria Francielle, assim que a dançarina chegou de São Paulo, fizeram questão de retonar à maior parte dos lugares em que estiveram durante a campanha. "Somos muito gratos a todos. Infelizmente, não há tempo hábil de irmos com a Fran a todos os locais, pois ela já começa os ensaios no início de agosto, mas aproveitamos esta reportagem para agradecer aos que contribuíram para essa vitória. Que essas pessoas se sintam cumprimentadas", salienta o pai.

A rotina dos pais de Francielle foi a mesma da de outros integrantes da família, como a da prima de José Maria, Valdirene da Conceição, e até mesmo da filhinha dela, a Isabeli, de apenas 7 anos, que é apaixonada por Fran, como ela mesmo diz ao ser questionada sobre o que acha da prima que, agora, ficou famosa. "Eu amo a Francielle", declara. "Foi tão bonitinho ver

a Isabeli fazer campanha na escola dela, pedindo aos amiguinhos para votarem na Fran. Até num consultório médico a que fomos antes da final do concurso, ela, esportivamente, aproveitou a oportunidade: pediu ao doutor que nos atendeu para votar na prima querida", conta Valdirene.

Além da união da família de Francielle, destaca-se a fé que todos possuem. "Sempre colocamos Deus em primeiro lugar e fazemos nossa parte", enfatiza Valdirene, que faz questão de ressaltar a solidariedade e a educação com que a família de Fran foi recebida em todos os lugares. "Deixávamos os cartazes nas lojas e, quando voltávamos para colar outros, com as novas informações, tudo estava intacto, mesmo aqueles que ficaram pregados em postes ou virados para a rua nas portas do comércio. Isso nos impressionou bastante", conta Valdirene.

No dia da final, em 26 de julho, conforme contam os pais de Fran, foram organizadas verdadeiras centrais de votação em casas de parentes e amigos. "Utilizamos >>>

Realize seu evento no **ALCACHOFRAS** RESTAURANTE



**Buffet e
bebida liberada
R\$ 60,00
por pessoa***

Aniversários - Noivados - Casamentos - Bodas - Batizados - Eventos

Seu evento em um local seguro com amplo espaço temático, espaço kids, estacionamento e o atendimento que seus convidados merecem. Entre em contato conosco.

Praça José Lino da Silva, 20 Brasília

3596-0124

[f /restaurantealcachofra](https://www.facebook.com/restaurantealcachofra)

* Consulte condições

espaços que possuíam uma boa internet para votarmos o máximo de vezes no tempo permitido”, relata a mãe de Fran.

A presença da família na vida de Francielle é tão importante que, para a dançarina, a maior dificuldade enfrentada nos dias de competição foi ficar longe de seus entes mais próximos. “Encarar a pressão que um concurso desse porte nos oferece longe das pessoas que mais te apoiam é

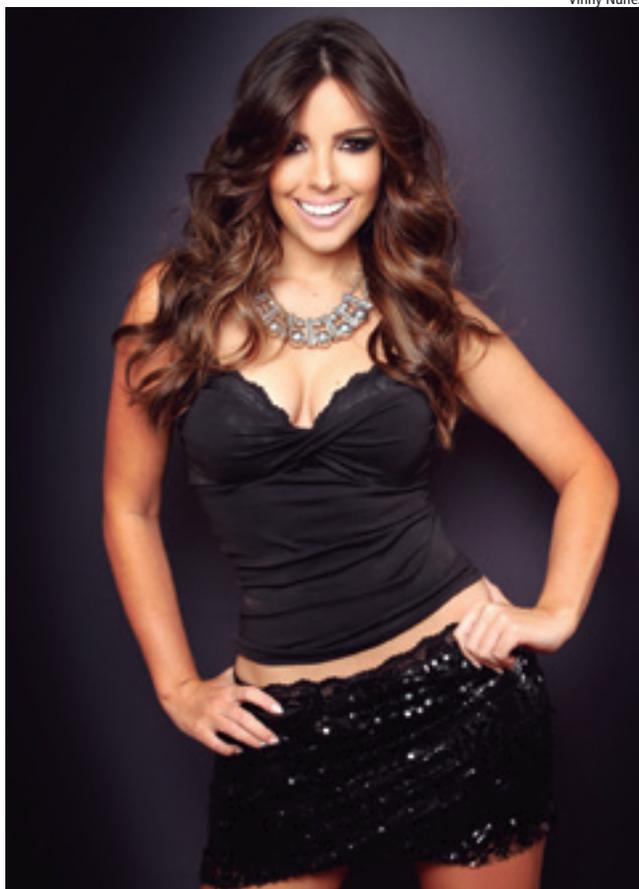
muito difícil. Se você comete um errinho, não tem volta”, diz.

SINTONIA COM O PAR E O RITMO

Francielle conta que a sintonia que teve com o parceiro de dança, Marcello Melo, foi preponderante para a vitória. “Acho que ninguém percebeu, mas, durante nossa apresentação, eu bati no nariz dele, coitado, mas ele, felizmente, soube

despistar bem. Sorte minha de novo”, brinca a dançarina. De acordo com ela, todas as finalistas ensaiaram várias horas por semana com coreógrafos da emissora e os parceiros. “A gente podia sugerir os passos, e o coreógrafo os aprimorava. Os parceiros também auxiliavam na criação da coreografia. Marcello me ajudou muito criando passos para a parte final da nossa dança”, revela a morena. As concorrentes

Vinny Nunes



Juliano Loureiro



OHANA MARRA, TAMBÉM DE BETIM, FICOU ENTRE AS FINALISTAS

A estudante de design de interiores Ohana Marra, de 21 anos e morando há dez em Betim, também merece aplausos, afinal ela chegou até a terceira etapa da competição de dança do programa “Domingão do Faustão”. “Foi uma grande conquista para mim. Estava vivendo um sonho!”, declara a garota, que, depois da experiência, pretende se dedicar ainda mais à dança e agarrar todas as oportunidades que surgirem para estar melhor preparada quando houver um novo teste. Satisfeita, Ohana conta que a participação no concurso já lhe trouxe algumas propostas de trabalho e, sobretudo, mais foco. “Agora, vejo a importância de se trabalharem conjuntamente o físico e o psicológico”, diz a estudante, para quem “Lorena, Brennda e Francielle mereceram ganhar porque se sobressaíram no quesito principal, que é a dança, fruto do talento e da experiência que possuem”.

ENTRE AS 12 FINALISTAS

ANA CAROLINA MELO, 29 ANOS, é atriz e trabalha no teatro, mas já brilhou na telinha, na novela da Record “Dona Xepa”. Nasceu em São Gotardo e morou um tempo no Rio. Hoje, vive em Boston, nos Estados Unidos. O contato com a dança ocorreu apenas na infância, quando fez jazz. “Como o concurso não exigia bailarinas profissionais, resolvi me inscrever, mas sem muita esperança”, conta. Para a atriz, desde o momento em que pisou na Globo até sua última participação, tudo mudou em sua vida. “É um aprendizado enorme, conheci pessoas maravilhosas, sou outra Ana hoje, mais forte, mais confiante”, relata a atriz, que adorou o resultado do concurso. “Modéstia à parte, nós, mineiras, arrasamos!”. Ao contrário de Fernanda, a atriz, que é solteira, não tem muita disciplina para academia e dieta. Por isso, vive brigando com a balança. Ana pretende continuar no teatro e na TV.



Amauri de Souza

ENTRE AS 12 FINALISTAS

GRAZI LIZÂNIA, 37 ANOS, da capital mineira, é *personal trainer*, formada em educação física e pós-graduada em musculação e condicionamento físico. Ela dança desde os 6 anos, tendo experiência em vários ritmos e estilos, dentre eles balé, jazz, dança do ventre, de salão, esportiva e folclórica (por conta deste último, já participou de festivais internacionais), além de capoeira. Atualmente, pratica *pole dance*. A participação no programa, segundo Grazi, que é solteira, foi maravilhosa. "Conheci pessoas encantadoras. Foi muito divertido", diz a *personal*. Sua classificação entre as 12 finalistas lhe deu mais notoriedade nos lugares por que passa. "Fico admirada com o carinho do público". Em relação ao futuro, ela diz que vai continuar trilhando seu caminho e se preparar para a despedida da faixa de rainha do Carnaval de BH 2015. "Também fui rainha em 2011 e em 2013". Sobre o resultado do curso, acredita ter sido correto. "Estou muito feliz com a vitória da Fran. Gosto muito dela e ela merece!".

contaram também com os conselhos das madrinhas – bailarinas que até então faziam parte do corpo de balé do programa. A madrinha do grupo a que pertencia Francielle era Luiza Módolo. As outras quatro profissionais são Carol Nakamura, Ivonete Liberato, Mirella Santos e Carla Prata.

E, por falar em sintonia, questionada sobre a convivência com as outras participantes e se tiveram contato com as bailarinas do Faustão e com o próprio apresentador, Fran afirma que isso "foi muito tranquilo". "Não tive nenhum problema. Ao contrário, fiz amizades que, tenho certeza, vou levar para sempre, como a que fiz com Carolina, de Brasília. "Já nos falamos depois da final, e ela quer vir a Betim para conhecer minha família. Vamos combinar de nos encontrar". Sobre as bailarinas do programa, Francielle revela que foram simpáticas e receberam as participantes do concurso de maneira positiva. Com relação ao contato mantido com o apresentador, Faustão, Fran conta >>>

Porteira Velha, o espaço ideal para seu evento.

Capacidade para até 500 convidados
Playground
Espaço Kids
Iluminação
Estacionamento próprio (200 veículos)



Agende seu evento:

3592 3600

Rod. BR 381 • Km 489

B. Santa Cruz • Betim

www.porteiravelha.com.br



Capa

"BAILARINA DO FAUSTÃO"

que esteve com ele apenas uma vez, quando ficou entre as 12 finalistas. "Ele é uma pessoa bacana. Deu umas dicas importantes de comportamento, considerando que quem vencesse o concurso teria os holofotes da mídia sobre si a partir de então".

O FUTURO

Embora Francielle ainda não esteja acreditando na vitória, a dançarina encara o novo emprego com firmeza e realismo. "Vejo esse trabalho como uma 'chave', que pode me abrir outras portas. Mas, até lá, vou estudar muito e me aperfeiçoar em São Paulo", revela Fran, que já planeja fazer um curso de teatro e buscar aprender novos ritmos e passos de dança.

Fran ainda não sabe como será sua rotina de trabalho na emissora, mas já foi informada de que ela e as outras duas vencedoras do programa, Lorena Improta, de Salvador (BA), e Brennda Martins, de Alvorada (RS), terão um ritmo mais puxado de ensaios neste início, visto que precisam aprender todas as coreografias executadas no programa, cerca de 70, segundo informação fornecida a ela pela produção.

BELEZA NATURAL

Acredite quem quiser, mas o corpão de Francielle Pimenta não foi adquirido depois de muita malhação e sacrifícios na hora de comer – ou de não comer. Talvez aqui a palavra "sorte" seja a mais apropriada para se usar, já que a moça declara nunca ter frequentado mais do que três meses de academia na vida. "Regime ou dieta então, só para engordar", confessa. Entretanto, a dançarina sabe que, daqui pra frente, o sistema será diferente. "Agora, com certeza, vou precisar me cuidar mais". ■

Higor Blanco



ENTRE AS 6 FINALISTAS

STEPHANIE MOURA, 25 ANOS, nasceu em Uberlândia, mas vive em Campo Grande (MS). Trabalha como *personal trainer* e foi atleta da ginástica olímpica por 12 anos, tendo sido nove vezes campeã dos Jogos do Interior de Minas (Jimi), campeã mineira no solo e terceira colocada no torneio nacional. Depois, voltou-se para o mundo *fitness* e se tornou Miss Bikini Brasil 2015. Ter ficado entre as seis finalistas, para a *personal trainer*, significa muito. "Estou contente com essa conquista. As pessoas me reconhecem na rua e parabenizam meu trabalho", revela. Stephanie, que é solteira, costuma manter uma dieta balanceada no dia a dia, mas não muito rígida. Ela planeja terminar uma pós e tentar testes internos para o balé.

**Shopping do
FAZENDEIRO**

BR 381 KM 434 (em frente ao Metropolitan Shopping) BETIM - MG

(31) 3531-3025 / 3531-2424

Fazemos Entregas

- Produtos Agropecuários
- Linha PET
- Butique Country
- Produtos de Piscina
- Inseticidas
- Defensivos Agrícolas





AUDACIOSAMENTE INDO ONDE NENHUM HOMEM JAMAIS ESTEVE...

NESTE ANO, FALECEU UM ATOR, LEONARD NIMOY, levando com ele um dos personagens favoritos do mundo da ficção científica: o Senhor Spock, da série "Jornada nas Estrelas". A memorável frase da abertura "O espaço, a fronteira final... Estas são as viagens da nave estelar Enterprise, em sua missão de cinco anos para explorar novos mundos, pesquisar novas vidas, novas civilizações, audaciosamente indo onde nenhum homem jamais esteve" mobilizou gerações e gerações em todo o mundo.

O universo das aventuras espaciais no cinema e na literatura traz à tona questões essenciais para a compreensão da vida, que desafiaram o homem real a se projetar no espaço em busca de informações sobre diversas questões. E a primeira delas? - Se nós estamos sós no universo. O passo mais importante desse projeto, até os nossos dias, foi a ida do homem à Lua, fato que ocorreu em 20 de julho de 1969. Ao pôr o pé na Lua, o astronauta norte-americano Neil Armstrong tornou-se o primeiro homem a pisar o solo de outro corpo celeste. Atualmente, ao contrário do que se pensava, sabe-se que a Lua tem água – e em volume surpreendente – nas formas de "orvalho", de gelo depositado no fundo escuro de crateras e, sobretudo, no interior de suas rochas.

Os últimos anos vêm se tornando ricos neste início de nosso nomadismo no espaço. A nave europeia Rosetta depositou o robô Philae, em novembro do ano passado, no cometa 67P/Churyumov-Gerasimenko e descobriu que ele poderia abrigar micro-organismos em abundância. Caso a tese seja confirmada, reforçará a teoria segundo a qual os cometas desempenharam um papel importante na aparição da vida sobre a Terra. A comunidade científica acredita que não apenas levaram água, mas, também, encheram os oceanos com moléculas complexas.

Os dados coletados pela missão Rosetta revelaram uma superfície preta, rica em materiais orgânicos complexos que abrangem o gelo. As imagens mostram grandes "mares" e lagoas que poderiam ser formados por água congelada coberta por detritos orgânicos e blocos. Todos esses elementos são "compatíveis" com a presença de organismos vivos microscópicos. É o que disse Max Willis, da Universidade de Cardiff e Chandra Wickramasinghe, diretor do Centro de Astrobiologia de Buckingham, durante uma reunião da *Royal Astronomical Society*, em Llandudno, no País de Gales.

De Marte também vêm novidades interessantes. O robô rover Curiosity, da Nasa, encontrou evidências de que pode existir

água em sua forma líquida próximo à superfície de Marte. O Planeta Vermelho, por sua distância do Sol, seria muito gelado para conseguir manter água na superfície, mas sais no solo podem diminuir seu ponto de congelamento, permitindo a formação de camadas de água bem salgada – como uma salmoura. Os resultados dão credibilidade à teoria que diz que as marcas escuras vistas nas imagens como paredes cheias de cratera poderiam ser formadas por água corrente. Essas descobertas recentes da Nasa foram divulgadas na publicação "Nature". Cientistas acreditam que finas camadas de água se formam quando os sais no solo, chamados de percloratos, absorvem vapor de água da atmosfera.

Em 14 de julho, a New Horizons, que viaja pelo espaço há mais de nove anos, atingiu a distância mais próxima de Plutão, 12,5 mil km. O feito deve ajudar cientistas a descobrirem mais detalhes sobre o corpo celeste e o chamado Cinturão de Kuiper. A sonda espacial viajou por quase 5 bilhões de quilômetros (a distância entre Plutão e a Terra) até chegar perto de Plutão.

Contudo, a grande novidade sobre a aventura humana no espaço não veio de um robô, nem de uma nave espacial, mas do Telescópio Espacial Kepler. A Nasa anunciou a descoberta do primeiro planeta do tamanho da Terra na órbita de uma estrela em zona habitável. Isso significa dizer que as condições permitem a existência de água líquida no planeta. Observações feitas com o Kepler é que propiciaram esse feito. A existência do Kepler-186F, como o planeta é conhecido, confirma que há outros do tamanho da Terra na zona habitável de estrelas que não sejam o Sol.

Mas, afinal, por que essas descobertas são tão importantes? A água é o componente biológico essencial para a manutenção da vida animal e vegetal. No entanto, existem organismos que, submetidos às condições sazonais do ecótopo onde estão inseridos, possuem homeostase (equilíbrio interno), conseguindo sobreviver sem água. Denominamos esse estado de anidrobiose, em que todas as reações metabólicas – nutrição, locomoção e reprodução – ficam suspensas, aguardando condições propícias para sua expressão. Assim, onde há água, em qualquer quantidade, de qualquer qualidade, pode estar presente a vida, a semente, que voltará a desabrochar no momento oportuno. ■

*Crítico de arte, professor de judô, estudioso de direito, filosofia, sociologia, história e psicanálise



Descanso após um longo pedal de Betim até a cidade de São Joaquim de Bicas

Pedale e seja

Quem pratica o ciclismo está no pelotão de elite quando o assunto é o percurso rumo a uma vida mais feliz. E não é só porque a atividade reduz o colesterol ruim (LDL), diminui a pressão arterial, melhora a respiração, aumenta a imunidade, contribui para a boa forma e regula o sono. Pedalar estimula a liberação de endorfina e aumenta os níveis de serotonina (hormônio relacionado à felicidade e ao prazer) no organismo. Se você ainda acha pouco, há, no mínimo, dois outros grandes benefícios praticamente inevitáveis: a descoberta de grandes amizades e a chance de contemplar belas paisagens. Pegue carona na história do grupo Luluzinhas no Pedal e se inspire para ferrar a bicicleta do porão da casa!

Julia Ruiz

A GERENTE DE QUALIDADE Jacqueline da Cruz Fortes, de 47 anos, não consegue conter o sorriso fácil e cativante nem quando tenta enumerar as vezes em que iniciou uma atividade física e, no meio do processo, desistiu. Ela passava, invariavelmente, pela mesma situação que, de acordo com estudo divulgado pelo Portal da Educação Física, é comum em cerca da metade das pessoas que começam algum tipo de exercício em academias, quadras ou clubes no Brasil: desmotivação e desistência entre o terceiro e o quinto mês de aula. “Eu pesquisava sobre natação, por exemplo, e esboçava um desejo de começar. Aí, meu marido me falava: para que você vai começar algo que sabe que não vai dar continuidade?”, recorda Jacqueline.

Ela, que chegou a sofrer de obesidade, passou por uma cirurgia bariátrica e, depois do período de recuperação (e de eliminar 42 quilos),



Cicloturismo na trilha verde da Maria Fumaça, em Diamantina

feliz

decidiu cortar de vez as asas do desânimo e dar a si mesma a oportunidade de cuidar da saúde por completo, encontrando prazer e satisfação nisso. E foi graças ao conselho de um amigo que Jacqueline encontrou numa bicicleta muito mais do que um meio de conquistar a boa forma. Ela achou, graças às duas rodas, uma verdadeira família, que a ajudou a se libertar do sedentarismo que aprisiona 46% dos adultos no Brasil (67,2 milhões de pessoas), segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A alegria em pedaladas tem nome e até uniforme: Luluzinhas no Pedal – grupo formado só por mulheres que encontrou no ciclismo uma paixão, um estilo de vida, um prazer à prova de desistências.

O “ano da guarda” de Jacqueline e das cerca de 60 mulheres que participam ativamente do grupo (são 150 no total) é a manicure e designer de sobrancelhas Luciane Magalhães Inácio, de 42 anos. Enquanto

pedalava com alguns homens – e se sentia muitas vezes constrangida perto dos colegas -, ela imaginou como seria bom praticar a atividade ao lado de amigas. E fez acontecer. “Desde janeiro de 2013, quando comecei, tinha o sonho de criar um grupo só de mulheres, pois, assim, todas poderiam compartilhar a enorme sensação de prazer e de liberdade que eu sentia. Pouco mais de um ano depois, fiz alguns convites e as meninas foram chegando. Com a participação delas, o sonho começou a se tornar realidade, e, por meio das redes sociais, outras mulheres puderam conhecer o grupo e se juntar a nós. Uma a uma, fomos divulgando nossos eventos e atraindo mais pessoas”, narra Luciane.

E um desses grandes apoios veio da recepcionista Débora de Oliveira, 27, que, amiga de Luciane também fora das trilhas e das pistas, investiu na ideia. “Em janeiro do ano passado, comprei uma bicicleta para

acompanhar a Lu nos treinos e nos passeios. Com muita garra e dedicação, pude ajudá-la a formar o Luluzinhas no Pedal”.

Com o “Lu” de Luciane, estava criada a identidade do time composto por mulheres de Belo Horizonte, Contagem, Betim, Florestal, Mateus Leme e até de Santos – sim, porque uma das integrantes se mudou para lá e acabou criando uma extensão do grupo na cidade do litoral paulista.

Da turma, quem se rendeu por último às Luluzinhas é justamente Jacqueline. “Foi em fevereiro deste ano. Eu estava recém-chegada a Betim e queria companhia para praticar esse esporte que ainda estava iniciando em minha vida. Participei então do meu primeiro ‘Pedal das Luluzinhas’ e, dali em diante, não parei mais”.

BEM-ESTAR QUE VICIA

Quem aprendeu a andar de bicicleta ainda criança deve se lembrar da sensação mágica de conseguir dar as primeiras pedaladas sem aquelas rodinhas auxiliares que garantem o equilíbrio do corpo. Ouvindo os relatos de Jacqueline, Luciane e Débora, não é difícil chegar à conclusão de que resgatar a atividade na fase adulta promoveu quase o mesmo sentimento de se livrar das rodinhas. A “pedalada libertadora” foi em circunstâncias diferentes, porém igualmente importante para as três. “Já usava a bicicleta como meio de transporte para o trabalho, até que um amigo me convidou para participar do passeio de um grupo. Eu me apaixonei pelo ciclismo naquele momento, e ali tudo começou a mudar”, descreve Luciane. “Quando fiz meu primeiro pedal de longa distância e pude conhecer lugares maravilhosos e diversas pessoas, firmando ali novas amizades, me dei conta do que a atividade estava me proporcionando. Como consequência, o ciclismo me ajudou a superar um grande problema de insônia”, afirma Débora.

“Participei de um passeio em Contagem, em que pude comprar minha bicicleta. Foi ali que descobri que pedalar é algo que está nas minhas veias e que os amigos que o ciclismo estava me apresentando se tornariam também minha família”, ressalta Jacqueline, que, hoje, alterna a atividade com o *cross fit* para adquirir mais rendimento sobre duas rodas. A dedicação é >>>

tanta que ela, juntamente com Débora e Luciana, integra a diretoria do Luluzinhas.

E, com tanta endorfina no corpo, ninguém quis saber de moleza. As pedaladas foram ganhando mais força, indo de pistas e trilhas da região metropolitana de Belo Horizonte até ciclos de viagem pela Estrada Real e eventos para cachoeiras em Minas Gerais. Atualmente, elas se encontram toda semana, além de promoverem eventos mensais, como o tradicional Pedal das Luluzinhas, sempre repleto de aventuras, no qual se reúnem profissionais e iniciantes.

Esses encontros, abertos à população, contam com equipes de apoio para dar suporte e acompanhamento aos iniciantes e, em grande parte das vezes, com um ritmo leve, permitindo que todos participem.

PEDALANDO RUMO À VITÓRIA

E, como era de se esperar, mais e mais pessoas foram se “viciando” no bem-estar proporcionado pelas pedaladas até que, em abril do ano passado, Luciane e companhia decidiram mostrar de vez que são uma equipe: elas mandaram fazer um uniforme rosa para que todos pudessem identificar o conjunto. “Em dezembro, participamos de um evento em Nova Lima que reuniu mais de 70 grupos de *mountain bike* e o qual vencemos como maior equipe uniformizada”, recorda-se Luciane.

O passo ainda maior veio em seguida. “Iniciamos o registro de marcas e patentes, que nos permitirá comercializar nossos produtos e promover eventos de maior porte no meio esportivo”, elucida a fundadora.

BENEFÍCIOS

A ciência explica que a atividade é uma das mais completas, podendo ser praticada por pessoas de todas as idades, sem restrições de condicionamento físico. Contrações cardíacas mais eficazes, tonificação de vasos sanguíneos, redução da gordura corporal, diminuição da glicemia, aumento da oxigenação do pulmão e dos tecidos, tonificação de músculos e melhora do desempenho aeróbico e cardiovascular são benefícios do ciclismo.

E, se grande parte dessas vantagens não se pode ver, todas elas se conseguem sentir. Quando questionadas sobre o que o ciclismo representa na vida de cada uma, Lucia-



Pedaladas do grupo em comemoração ao Outubro Rosa



Após os trajetos dos eventos, as Luluzinhas aproveitam para se confraternizar

ne, Jacqueline e Débora respondem quase que em coro: “liberdade, amizade, superação, ajuda mútua, qualidade de vida... vida!”.

EXPERIMENTE

Deu vontade de sair por aí pedalando? Então, uma ótima notícia para você: o próximo evento com a participação das Luluzinhas é o Pedala Betim, que será realizado no próximo dia 19, data em que se comemora o Dia Internacional do Ciclista. O evento terá início às 20h, com concentração às 19h30, no estacionamento do Ginásio Poliesportivo Divino Braga. Serão 10 km de percurso. Outras informações

podem ser adquiridas no site www.pedala-betim.com.br.

Agora, se você quer mesmo é se tornar uma Luluzinha ou acompanhar o dia a dia dessas ciclistas, acesse o endereço www.luluzinhasno pedal.com.br ou a página do grupo no Facebook (facebook.com/luluzinhasno pedal). Sentiu receio? Saiba que não há receita para entrar para o time. “Para ser uma Luluzinha, basta ter força de vontade, determinação e a paixão que rapidamente vai te acometer”, revelam Jacqueline, Luciane e Débora, que completam, brincando, que “amizade de ciclista é como miojo: bastam três minutos e pronto, entrou para a família”. ■



Desejo a todos que já foram abençoados com a chegada de um filho um feliz Dia dos Pais!

*Carlão Betim
Presidente do PTN Betim e da Rádio Betim Web*



*Buffet de lanches deliciosos,
sanduiches naturais variados,
pão quentinho a toda hora.*

Quer comer bem sem precisar sair do centro da cidade?

Chegou a padaria Ping Pão.



Excelente localização. Venha saborear essa novidade!

Av. Juscelino Kubitschek, 397, Centro - Betim - MG

(31) 2571-0006 - Estacionamento Próprio.

Unidades: Jaraguá | Santa Rosa | Dona Clara



Nove

Endereço: Alameda Maria Turíbia de Jesus, 87, Centro

Capacidade: 600 pessoas

Funcionamento: terças, quartas (esporadicamente), sextas e sábados, a partir das 22h

Cardápio: cervejas, destilados e drinks especiais. Tira-gostos variados.

Entrada: R\$ 30 reais (masculino) e R\$ 20 (feminino). Não é exigida consumação mínima. Com nome na lista, R\$ 15 (feminino) e R\$ 25 (masculino). Condições especiais para aniversariantes e convidados.



Luna Normand

AGORA, O BETINENSE não pode mais reclamar da falta do que fazer na cidade. É que uma velha tradição de Betim, a das casas noturnas, está de volta, fazendo com que o entretenimento no município viva um “boom” com a abertura, nos últimos meses, de diferentes espaços que oferecem diversão e boa música. Há opções para todos os gostos, desde o bom e velho rock, passando pelo sertanejo, pelo axé, pelo funk e pela música eletrônica. Quase simultaneamente, quatro desses ambientes se instalaram em Betim: Nove, Vogue, Bubble e Hope.

BALADA REQUINTADA

A Nove Parador Lounge nasceu do sonho do empresário Paulo Roberto Pinheiro, que, há cerca de três meses, resolveu abrir sua própria casa noturna após anos atuando como promotor de espaços como Caipirão do Lapinha, Clube do Chalezinho e Havana.

A *expertise* acumulada foi fundamental para a construção do conceito do espaço, local requintado e para um público diferenciado. “Betim passou recentemente por

Um ‘boom’ no entretenimento de Betim

Quatro casas noturnas se instalam na cidade, trazendo de volta a tradição das baladas e oferecendo opções de diversão ao público betinense

um momento de fechamento de uma das maiores referências em entretenimento da região, o Caipirão. Isso fez com que eu tirasse do papel a ideia que tinha de abrir um espaço só meu. E tem dado certo”, afirma.

A Nove tem capacidade para 600 pessoas e se divide nos ambientes camarote, pista, área para fumantes e área externa. Depen-

dendo da atração da noite, o público-alvo varia entre 18 e 40 anos. “Às terças-feiras, por exemplo, temos o forró, que atrai pessoas mais velhas. Já às sextas-feiras e aos sábados, o público é bem variado e eclético”, explica. Esporadicamente, às quartas-feiras, é realizada a “Festa Secreta”, que traz sempre um artista misterioso para animar a noite. “É

The Hope Pub

Endereço: avenida Arthur Bernardes, 127B, Ingá Baixo

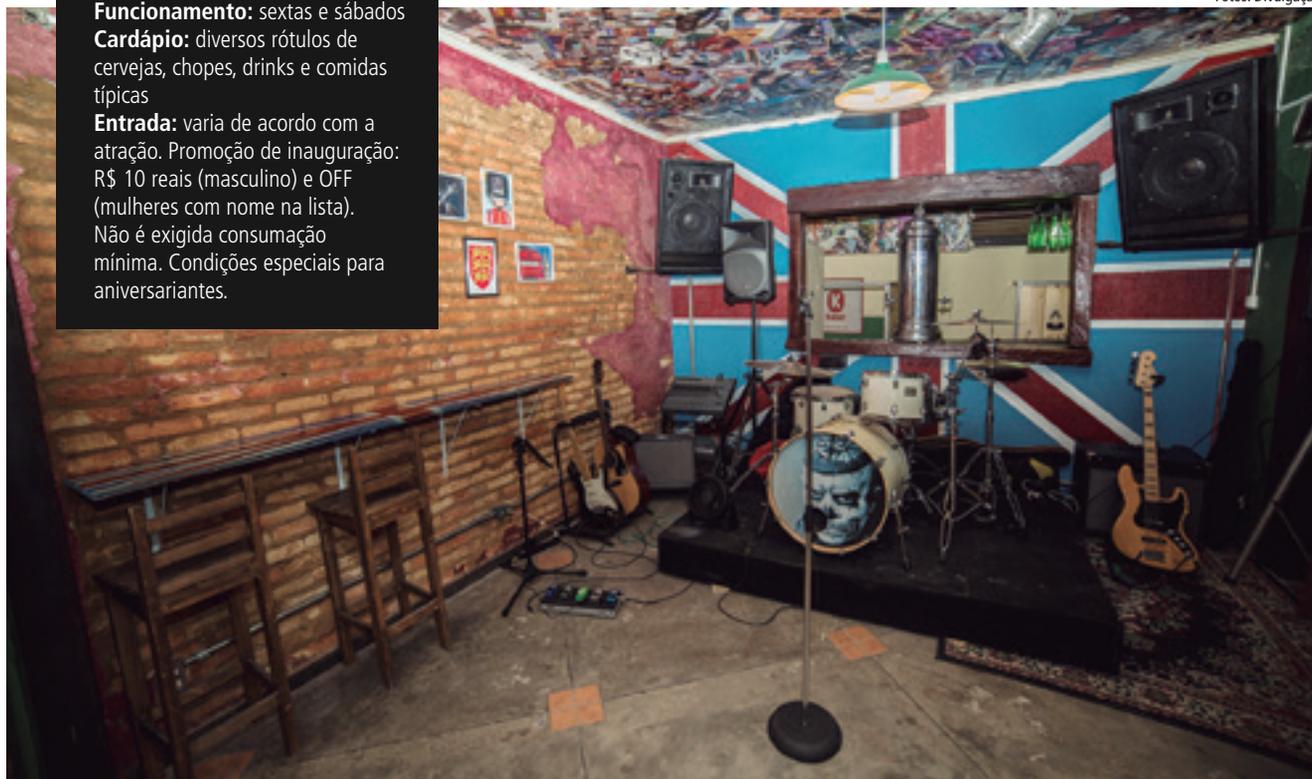
Capacidade: 120 pessoas

Funcionamento: sextas e sábados

Cardápio: diversos rótulos de cervejas, chopes, drinks e comidas típicas

Entrada: varia de acordo com a atração. Promoção de inauguração: R\$ 10 reais (masculino) e OFF (mulheres com nome na lista). Não é exigida consumação mínima. Condições especiais para aniversariantes.

Fotos: Divulgação



algo só para amigos. Por isso, só entra quem tem nome na lista. Minha intenção é que ela se transforme numa grande festa”, antecipa.

ATRAÇÕES

Pelo palco da Nove já passaram atrações de renome nacional, como Kiko Zambianchi, Catra e O Surto, além de artistas de Betim, como a dupla Danilo Reis e Rafael. Para Paulo, esse é um dos grandes diferenciais da casa: a possibilidade de oferecer um tipo de show que outras casas da região não conseguem.

Com estrutura de primeira e atrações de qualidade, a Nove tem como desafio mostrar para as pessoas que Betim tem lugar legal para se divertir. “Sou betinense, e acho que a cidade não está fraca de lazer. Ao contrário, hoje temos várias casas noturnas e três shoppings, além de praças e parques. Precisamos é acabar com o preconceito do betinense, que, muitas vezes, opta por sair para cidades vizinhas, não valorizando o que é dele”.

Na agenda para o segundo semestre estão a ampliação do camarote, que passará a ter capacidade para mil pessoas, e a mudança do piso do estabelecimento.

A HORA DO BOM E VELHO ROCK

Os fãs de clássicos do rock ganharam um ponto de encontro em Betim: no The Hope Pub, que trouxe para a cidade uma proposta inovadora de entretenimento. Idealizada para ter o formato de um legítimo *pub* inglês, a casa noturna apostou em um único segmento, o rock, e na demanda crescente por espaços do tipo.

O The Hope Pub é o segundo investimento no ramo da diversão dos empresários Priscila Martins de Lima, Wagner Lima Salerno e Thiago Rodrigues. Os três também estão à frente do Quatro Cantos Mexican Bar, no bairro Brás, especializado em gastronomia mexicana. O novo estabelecimento tem como foco a música e a cerveja, assim como os tradicionais *pubs* britânicos. O local funciona às sextas e aos sábados, a partir das 22h, e tem capacidade para 120 pessoas. “O espaço foi idealizado para atender à solicitação dos nossos clientes do Quatro Cantos, que sempre, ao saírem da casa, perguntavam se havia outro espaço na cidade com um estilo musical parecido”, conta Priscila.

A decoração do espaço remete a uma velha garagem, com a bandeira da Inglaterra ao fundo, recortes de revistas no teto e

quadros com fotos de grandes nomes do rock, como Freddy Mercury, do Queen. A inauguração ocorreu no dia 10 de julho e teve como atração a banda betinense London Eye. “O local é aconchegante, muito bem-decorado, com muita identidade e detalhes típicos. O cardápio também é interessante”, revela a cantora Ana Rock, vocalista da London Eye.

REPAGINADO

Antigo conhecido dos betinenses, o Café com Arte se modificou para dar lugar à Vogue, que abriu suas portas, há um mês, com um conceito pautado na pluralidade de estilos. O ambiente ganhou adaptações, como uma nova varanda na área externa e um bar central, formato que permitiu à casa funcionar em 360°. “A Vogue surgiu da vontade de se fazer um trabalho diferente na cidade. Nós vimos que havia um espaço no mercado que não estava sendo preenchido e uma evasão do público local para cidades vizinhas. Desenhamos a nova casa para atender a esse público, treinamos os funcionários e formamos uma equipe de marketing”, revela um dos sócios do empreendimento, Marcus Vinícius Barbosa. >>>

Novidades PUBS

O estabelecimento mescla estilos como o forró, o sertanejo e o pop rock, oferecendo opções para todos os gostos. Danniel Maestri, Dois Elementos e Fred & Geraldinho são alguns dos artistas que já se apresentaram no local, que tem capacidade para 350 pessoas, distribuídas em três ambientes – área externa, pista e lounge. No cardápio, há mais de 50 produtos e um mix de bebida completo. “Oferecemos também climatização e segurança, tudo conforme os padrões exigidos pelos órgãos competentes”, informa o empresário.

MARKETING

A Vogue também adotou um planejamento de marketing, que busca não só atrair público, mas ouvi-lo também. Por isso mesmo, foi criado um núcleo de relacionamento, para que os frequentadores possam fazer sugestões e reclamações. “Sempre quando montamos nossa agenda, fazemos um garimpo no mercado para ver o que as pessoas têm comentado. A opinião dos clientes é extremamente importante”, explica Barbosa.

CASA TECNOLÓGICA

O Bubbles Bar é uma casa moderna, com decoração requintada e ambiente agradável. O espaço surgiu no fim de 2014, também a partir do sonho antigo de um empresário, Marcus Soares de Castro, que queria trazer para Betim uma opção de lazer aconchegante e que agradasse a todos. Foi então que ele deu início ao projeto em local amplo, situado no bairro Alterosa, com 200 m² de área interna, dividida em três ambientes independentes, que comportam até 300 pessoas confortavelmente.

A tecnologia contribui para o sucesso do Bubbles Bar, que conta com a projeção de imagens em alta definição e iluminação ambiente, o que propicia um *layout* diferenciado tanto para quem está no interior da casa quanto para os que estão do lado de fora. A área externa possui varanda com mesas e cadeiras com altura elevada e vista para o bairro. O objetivo é permitir que os clientes se sintam em casa. “O Bubbles Bar foi pensado e planejado para oferecer uma experiência diferenciada aos seus frequentadores, inovando em decoração e acústica. Acredito que, quando há qualidade nos serviços ofertados aos clientes, eles tendem a prestigiá-los”, aposta.



Vogue

Endereço: avenida Arthur Bernardes, 127A, Ingá Baixo

Capacidade: 350 pessoas

Funcionamento: quintas, sextas e sábados, a partir das 21h

Cardápio: mais de 50 produtos e um mix de bebidas completo

Entrada: varia de acordo com a atração, mas os preços vão de R\$10 a R\$50. Não é exigida consumo mínima. Condições especiais para aniversariantes e convidados.

Bubbles Bar

Endereço: avenida das Acácias, 583, Alterosa

Capacidade: 300 pessoas

Funcionamento: sexta-feira, a partir das 22h30. Em breve, a casa abrirá aos sábados e domingos

Cardápio: mix completo de bebidas, combos e porções variadas

Entrada: varia de acordo com a atração. Não é exigida consumo mínima. Pagamento realizado em dinheiro e cartões de débito e crédito.



Por enquanto, a casa noturna funciona apenas às sextas-feiras, a partir das 22h30, oferecendo diversas opções musicais, como sertanejo, pop rock e samba. Tudo elaborado para agradar ao mais variado público. “Atrações como Alexandre Mendes, Samba Soul e mais, recentemente, o Ventania já passaram pelo nosso palco. No próximo dia 14 de agosto, a casa receberá a banda Manitu”, antecipa Marcos.

O cardápio conta com um mix completo de bebidas, combos variados e porções de todos os tipos. “Betim cresce em ritmo acelerado, e as diversas casas que iniciaram suas atividades no último ano provam a força do entretenimento local. Com certeza, o público de Betim e região pode esperar, todos os meses, uma programação diversificada na Bubbles, fomentando a diversidade cultural”, salienta o empresário. ■



A NOZ DA ÍNDIA

A VELOCIDADE COM QUE APARECEM novos produtos para emagrecimento tem sido muito grande. Diante disso, precisamos sempre agir com a razão, e não com a empolgação, afinal, existem fórmulas ou terapias que não podem ser utilizadas de maneira generalizada e irracional. A moda da vez é a noz da Índia, somente proveniente da Indonésia que está sendo atribuída como o mais novo e eficaz alimento no auxílio do emagrecimento. É preciso ter cuidado com seu uso, pois tem sido comercializada a versão tóxica, que pode desencadear sinais e sintomas graves. A versão utilizada para emagrecer possui o nome científico *Aleurites moluccana* e características peculiares, como maior parte do valor nutricional dividida entre carboidrato e gordura.

Até o momento, não existem estudos científicos que confirmem a eficácia na perda de peso. Contudo, na prática clínica, percebe-se que ela possui um efeito adjunto na terapia do emagrecimento, tanto como placebo, como na melhora do trânsito intestinal e dos níveis de colesterol (informação confirmada em estudos com ratos), bem como um efeito anti-inflamatório, não apresentando propriedades que aceleram o metabolismo ou moderam o apetite.

Portanto, ao se decidir pelo uso da noz da Índia, é necessário ter consciência da importância de seguir todas as recomendações. Essa semente pode ser, sim, uma grande ferramenta no auxílio da perda de peso, mas, de maneira isolada e sem uma dieta adequada e um estilo de vida saudável, ela não fará milagre.

E, atenção, apesar de ser natural, a noz possui contraindicações, não devendo ser utilizada sem a orientação de um nutricionista ou de um médico. Algumas pessoas podem apresentar

“Ao se decidir pelo uso da noz da Índia, é necessário ter consciência da importância de seguir todas as recomendações. Essa semente pode ser, sim, uma grande ferramenta no auxílio da perda de peso, mas, de maneira isolada e sem uma dieta adequada e um estilo de vida saudável, ela não fará milagre.”

sintomas desconfortáveis, dentre eles dor de cabeça, diarreia e cólica, por conta dos efeitos laxativo e diurético da semente. Se isso ocorrer, é de fundamental importância redobrar as atenções, aumentando-se a ingestão de líquido e de frutas. ■

*Médico esportivo e nutrólogo com especialização em nutriendocrinologia
Endereço: avenida Afonso Pena, 3.924, sala 306, bairro Mangabeiras
Contato: (31) 3234-7622 ou (31) 8408-4114

Reabilitação oral • Estética • Clareamento • Periodontia • Implantes • Ortodontia • Prótese • Endodontia



RARA
ODONTOLOGIA



Construindo
sorrisos!

Av. Edméia Matos Bazzarotti, 2794,
Inglês - Belim
Tel.: 31 3594-4686
www.raraodontologia.com.br
f /raraodontologia

Aconteceu

Fotos: Léo Lima



Dulce e as irmãs



Dulce com as Bisnetas Julia e Bianca



Dulce e os filhos, Renato, Júnio, Petrônio, Fernanda, Valéria, Eduardo e Cláudio



Dulce se diverte na pista de dança



Cristina Faria, Isabel Martins, Nádia Cardoso, Dulce e Michelle Bottrel

#Dulce80

Dulce Pinho de Brito comemorou seu aniversário de 80 anos com a família e os amigos no Sítio Bora Bora, no dia 1º de agosto. A festa foi embalada com o som do grupo Retrô e do Clube do Choro e contou com os serviços de Nayara Oliveira, do fotógrafo Léo Lima e das Meninas Eventos, responsáveis pela bela decoração do local. Ao lado, uma homenagem à aniversariante feita pela sobrinha Paula Máiran. Felicidades à dona Dulce!



Giorgiana Lima, Renata, Fernanda, Perla Brito, Mariana Torquato, Paula Máiran, Flávia e Juliana Brito



Cláudio, Dulce, Zezinho e Fernanda Brito



Dulce e os netos André, Camila, Thaís, Matheus, Jéssica, Gabriel, Pedro, Flávia, Daniela e Livia



Dulce



Vinícius, Monique, Vitor, Ivair, Léia e Débora Nogueira



Dulce dança com o sobrinho Carlinhos

“Dulce é nome de origem espanhola, que significa “mulher doce, amável”. E é o que é a nossa mineira Dulce de fato. Um verdadeiro *Ferreiro Rocher*. Belo, clássico, macio por dentro, crocante por fora. Sim, porque ela sempre fez de tudo para disfarçar, em vão, o recheio mole de seu coração generoso, repleto de amor pelo próximo. Uma mulher de fibra é a Dona Dulce. Forte, firme, dura na queda. Sem “mimimis”. Sem papas na língua. Pés no chão. Trabalhadora incansável. Assim, criou os sete filhos, que, até agora, lhe deram 12 netos e quatro bisnetos. Assim, superou as asperezas da vida, sem jamais ter desistido de lutar pelos seus.

Linda é a filha de Dona Marieta. Linda por dentro e por fora. De uma beleza ativa e incomum, que conquistou para sempre o coração do Batistão, companheiro da vida inteira, pai dos seus filhos, que Deus resolveu levar para junto Dele, mas que hoje vive nas lembranças saudosas de todos nós.

Como falar da Dona Dulce sem pensar na força de leoa que ela sempre demonstrou para defender a sua amada família? Doce, sim, mas também durona na defesa dos seus pontos de vista, atenciosa, útil, necessária, uma verdadeira matriarca. Quem nunca experimentou sua hospitalidade, sua comida temperada de amor, a mesa farta,

os seus dons de fada para os trabalhos e artes manuais?

Eis uma mulher e tanto a nossa Dulce - capaz de muitos sacrifícios pelos seus, graças ao bom senso e à solidez de seus princípios de lealdade e confiança. Muito exigente, mas também generosa. Com praticidade e disciplina, nada deixou faltar à família, principalmente o amor, que, com o tempo, se multiplica nas novas gerações e uma cada vez mais em torno dela os filhos, netos, bisnetos, familiares e amigos. Bem, hoje é dia de dizermos todos nós: Dona Dulce, obrigada por existir e parabéns pelos seus 80 anos!”

Paula Máiran



Com as cunhadas Maria do Socorro, Lígia e Maria José Brito



Dulce, Ivete, Wanda, Célio, Ivone, Almir, Ivair, Irene e Edmar Nogueira



Dulce ao lado da mesa de doces



Ana Rock e Marcos Faria, da banda London Eye



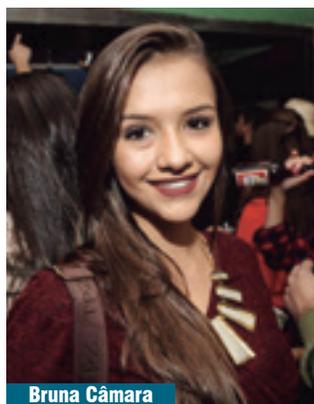
Leandro Lara, Érica Moller e Werley Santos



Flander Resende

Inauguração do The Hope Pub

Um local ideal para quem curte rock foi inaugurado em Betim, no dia 10 de julho. É o The Hope Pub, instalado no bairro Ingá Baixo (avenida Arthur Bernardes, 127B), que apostou nesse estilo musical para atender a uma demanda crescente por espaços voltados para esse segmento. Com capacidade para 120 pessoas, o local funciona às sextas e aos sábados, a partir das 22h. No cardápio, diversos rótulos de cerveja, chopes, drinks e comidas típicas. A banda betinense London Eye foi a atração que estreou no palco do pub para inaugurar o espaço.



Bruna Câmara



Dayse Giarola e Bruna Duque



Flávia Martins, Diego Augusto e Evellyn Fernanda



Renato Nicácio, Tiago Bittencourt, João Arthur e Antônio Alberes



Priscila Martins, Mariella Almeida e Júnia Vicente Silva



Leticia Tona, Tayla e Mayra Assis



Marlon Denis e Anderson Azevedo



Tayla Assis e Geraldo Malta

Mercado Verde

Com muito requinte e bom gosto, foi inaugurado, no sábado 1º de agosto, em Betim, o Mercado Verde, a mais nova loja de produtos naturais da cidade. Sob o comando da empresária Tayla Assis, além de oferecer aos clientes uma grande variedade de alimentos saudáveis, o Mercado Verde apresenta um diferencial: um espaço aconchegante para as pessoas fazerem um lanchinho fit especial, preparado na hora. Vale a pena conhecer!



Túlio Rocha, Rafaela d'Alcântara, Tayla Assis e Bruno Gomes



Arminda Sobrinho



Patrícia Gaspar e Marco Barone



Cíntia Ássimos, Rafael Martins e Gabriel Ássimos



Breno Souza, Bárbara Araújo, Janaina Nepomuceno e Larissa Carvalho



Geni, Laura, Tayla e Maria Assis



Posse dos presidentes das comissões distritais



Aluísio Pêgo, Cristina Abrantes, Geraldo Guimarães e Júlio César

Posse de governador e presidente do Rotary Club

No dia 4 de julho, a comunidade rotariana se reuniu no hotel Actual, em Contagem, para assistir à posse do governador do Rotary Internacional Distrito 4760, Marcos Pêgo, e do presidente do Rotary Club Contagem, Winder Almeida. Cerca de 600 pessoas participaram do evento, que contou com a presença de diversas autoridades, entre elas o prefeito de Contagem, Carlin Moura. Uma das atrações do encontro foi a apresentação da Banda Jovem do município. Parabéns aos novos gestores!



Vânia Miranda, Geraldo Guimarães, Winder Almeida e Carla Fonseca



Discurso do presidente do Rotary Club Contagem 2015-2016, Winder Almeida



Winder Almeida, Carla Fonseca, Franklin Mussa e Inéria Scarpelli



Beatriz Braga, Valseni Braga, Winder Almeida, Carla Fonseca, Ivo Andrade e Nélia



Diretor de protocolo do Rotary Club Contagem, Rogério Rigueira



Conselho diretor do Rotary Club Contagem 2015-2016



Aluísio Pêgo, Mara Delfim, Carla Fonseca e Winder Almeida



Irene Caíres, Júlio César da Silveira e Marcos Pêgo



Apresentação da Banda Jovem de Contagem



Marcos e Adriana Pêgo



Dannier Copertine e Robson Nunes



Anderson Azevedo e Lucy Siqueira



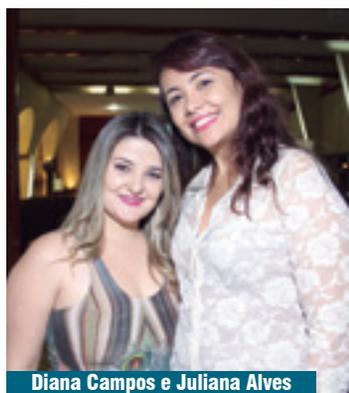
Daniela Freguglia e Wagner Freguglia



Luciana Azevedo, Caleb Azevedo, Adalberto Azevedo e Paulo César



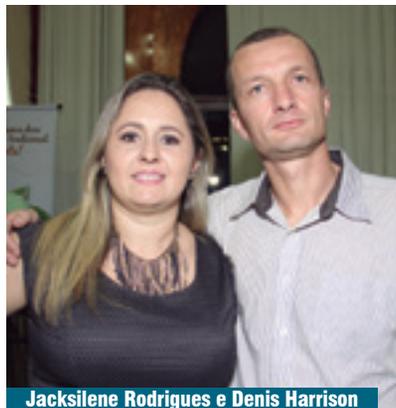
Jerusa Carlaile, Weder Ricardo, Anderson Azevedo, Marlon Dênis e Jacksilene Rodrigues



Diana Campos e Juliana Alves

Inauguração da franquia Café Caramello

No dia 29 de julho, Betim e Contagem passaram a contar com mais um empreendimento, o Café Caramello, marca do Espírito Santo que chega às duas cidades por meio do casal morador de Betim Anderson Azevedo Campos e Luci Paula Nunes Siqueira. Os franqueados, juntamente com a gestora do negócio, Cristina Pascoli Tongo, apresentaram o primeiro café em creme do Brasil à imprensa e a convidados, no espaço de eventos do restaurante Porteira Velha. Além de degustarem o produto, os presentes puderam ouvir a palestra “Grãos de Empreendedorismo”, proferida pela franqueadora. Parabéns ao casal e sucesso ao negócio!



Jacksilene Rodrigues e Denis Harrison



Gleide Calmon, Cíntia Calmon e Elia Calmon



Cristina Pascoli e Ivoneide Souto



Amante da Cozinha, campeão na categoria Feminino – em pé: Bruna Prates, Regina, Raryane, Bibi e Bruna Tavares; agachadas: Lisandra, Márcia Amante, Ângela e Aline



Construtora Maranoso, campeão na categoria Bananeira – em pé: Jessé, Régis, Dinho, Meinha, Paulinho e Robertinho; agachados: Luquinha, Macaco, Expedito, Paulinho, Dinei e Cuica



Sãozinha e Cia./Diretoria Esporte Bar, campeão na categoria Master – em pé: Clayton, Vaquinho, Leandro, Paulada, Gleisson e Bega; agachados: Jacaré, Emerson, Romário, Hudson e Helinho

Final de campeonato do Pingo D'água

No dia 28 de junho, encerrou-se a 49 edição do Campeonato Pingo D'água de Futebol Society. A festa de confraternização, que contou com show do Pagode do Rei, teve a participação de 1.200 associados do clube. Conheça os campeões do primeiro semestre de 2015:

- Categoria Novos: Nova Roma/Resende Despachante
- Categoria Master: Sãozinha e Cia./Diretoria Esporte Bar
- Categoria Bananeira: Construtora Maranoso
- Categoria Veteranos: Siges
- Categoria Feminino: Amante da Cozinha



Equipe Bar & Restaurante Macarrão



A equipe de arbitragem Alexandre, Alessandro e Adelson com o diretor de esportes Sandro Dinho



A equipe organizadora do campeonato, Palmerinho, Luciane Costa, Sandro Dinho e Rafaela Costa



Nova Roma/Resende Despachante, campeão na categoria Novos – em pé: Ed, Dênio, Rominho, Geovani, Luizinho e Jeferson; agachados: Luiz Carlos, Pá, Léo, Rafa e Juninho;



Siges, campeão na categoria Veteranos – em pé: Teixeira, Júnior, Caetano, Mixirica, Ninho e Silvão; agachados: Lazinho, Padeiro, Mazinho, Pereba e Osni

Aconteceu

Fotos: Acervo Mais Aventura



Romualdo Marriel e Anderson Cordeiro



Participantes do 3º Desafio MTB Sertão Diamante

Desafio Sertão Diamante

Durante os dias 18 e 19 de julho, cerca de 450 atletas do ciclismo enfrentaram uma incrível prova de resistência, de trabalho em equipe e de forças físicas e mental pedalando 173 km pelas ruas da cidade histórica de Diamantina. Atletas da Mais Aventuras fizeram bonito, com representantes no pódio em três categorias diferentes. Parabéns a todos!



Romualdo Marriel e Melina Carvalho



Pódio categoria Master



Leandro Souza e Hercília Najara



Ferreira e Alexandre Visagista



Rogério Peter, Anderson Cordeiro, Leandro Souza, Melina Carvalho e Hercília Najara



Melina Carvalho e Hercília Najara



Pódio categoria Dupla Mista



Pódio categoria Dupla Masculina



Hercília Najara, Israel Ferreira, Leandro Souza e Alexandre Visagista



Melina Carvalho

Copa Brou Bruto de Mountain Bike

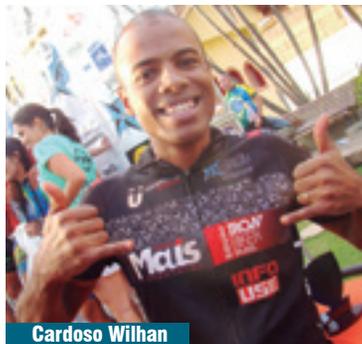
Mais de 400 ciclistas se reuniram para participar da primeira edição da Copa Brou Bruto de Mountain Bike, realizada em Itabirito, no dia 26 de julho. Atletas da equipe Mais Aventuras conquistaram o lugar mais alto do pódio na categoria Dupla Mista. Parabéns aos esportistas!



1º lugar com os atletas Adney Rocha e Hercília Najara



Adney Rocha, Anderson Cordeiro e Hercília Najara



Cardoso Wilhan



Alexandre Visagista e Melina Carvalho

Lugar de ser fiel é no motel

PEÇA SEU CARTÃO FIDELIDADE.

A cada cinco hospedagens, você GANHA a sexta*.

Os pinguins são animais que se mantêm fiéis por toda a vida.



pepper
MOTEL

(31) 3596.1755
Rua das Acácias . 56 .
(marginal da BR 381) . Betim





Arraiá Mais Aventuras

Mais de 150 convidados de diversos grupos de pedal e corrida de aventura abrilhantaram a confraternização julina da equipe Mais Aventuras, no dia 4 de julho, em Macacos. Uma quadrilha animada, com boa música e comidas típicas, contagiou todos os presentes.







Stefânia Rezende, Milvado e Suely Machado e Tiago Felipe



Stefânia com Fernanda Oliveira e Carlos Rafael



Senhor Lapinha com a esposa, dona Tereza

Nova Objettos

Pensando em proporcionar mais conforto, segurança e bem-estar aos seus clientes, a empresária Stefânia Rezende decidiu transferir sua requintada loja, a Objettos Casa e Presentes, para o Monte Carmo Shopping. A inauguração do novo espaço, que fica no primeiro piso do mall, ocorreu no dia 4 de julho e recebeu a visita de amigos e clientes.



Stefânia e Tiago Felipe com as filhas Clara (maior) e Laura



Inês, Maíra e Laura Rezende



Igor Rihuanini, Stefânia, Tiago, Carlos Lapinha e Marcos Raidan



Ana Maria Ragazzi e Lêda Resende



Carlos, Silvana e Natália Vilela, Inês Rezende, Fylé e Marcelino do Sindicato



Dênis e Bruna Diniz & Cotta com Stefânia Rezende e Fábio Alves

A man with dark hair, wearing a white shirt, is smiling and looking at a young boy. The boy is also smiling and looking at an open book held by the man. They are sitting on a light-colored, possibly stone or wood, bench. The background is a soft, out-of-focus outdoor setting.

Bons Exemplos de pai

*são como a vida:
na infância escutamos,
na adolescência contestamos,
mas na fase adulta seguimos.*

09 de Agosto - **DIA DOS PAIS**

Uma homenagem do Deputado Ivair Nogueira
a todos os pais de BETIM.

WWW. **IVAIRNOGUEIRA**.COM.BR

 /IvairNogueiradoPinho





Chegou Unimed Pleno.

Um jeito diferente de cuidar da sua saúde.

Já pensou em ter um médico que conhece tudo sobre você?
A Unimed pensou. E lançou o **Unimed Pleno**. Feito para você,
para a sua família e para todo tamanho de empresa.

Ligue **4020-4020** ou acesse **unimedpleno.com.br**
e aproveite as **condições especiais de lançamento***.

*Ligue 4020-4020 e consulte a equipe de vendas da Unimed-BH sobre as condições especiais de contratação ou acesse o site unimedpleno.com.br. Condições especiais até 22/8/2015. Data sujeita a prorrogação.

Unimed 