

Mais

ANO III - Nº 36 - Setembro de 2015

www.revistamais.com



Cultura

Tradição do antigo tropeiro do Mineirão não acabou; prato, agora, é vendido fora do estádio

Gente

Conheça o irreverente Lacarmélio Alfeo, criador do gibi mineiro "Celton", vendido nos sinais de BH

A força do fisiculturismo em Betim

É cada vez maior o número de betinenses que aderem à modalidade definição muscular; Uarlei, Mary e Genildo são alguns dos atletas da cidade que se destacaram em competições no último ano

20 anos
em **Betim**



PUC Minas

Presente na comunidade para transformar histórias.

Há duas décadas, a PUC Minas está presente em Betim de maneira atuante e participativa. Uma história de transformação na vida dos estudantes e da comunidade, unindo a pesquisa e a extensão ao trabalho comunitário, por meio de uma contribuição científica, social e cultural. E essa integração cria outras oportunidades para o futuro.



* Não descartar este panfleto em vias públicas.

CIRCO BROADWAY

Apresenta

Patati Patatá



Dias:

1ª Semana: 04, 05, 06 e 07
2ª Semana: 11, 12 e 13
3ª Semana: 17, 18 e 19
de Setembro

ESTREIA

04 DE SETEMBRO

Com este panfleto, crianças
de 02 a 12 anos só pagam

R\$ 10,00

(na cadeira lateral)

**PROMOÇÃO
PARA MÊS DE
SETEMBRO**

* Promoção válida somente para os Shows de Patati Patatá

*Sucesso em
toda América Latina
agora em Betim!*

Local:



Monte Carmo
SHOPPING

Estacionamento Gratuito.

Maiores Informações:

Produção Circo Broadway:

(31) 8695-6433 OI | (31) 9298-8513 TIM

www.patatipatata.com.br



www.revistamais.com

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

Diretor-geral		Geraldo Eugênio de Assis geraldoassis@assispublicacoes.com.br
Diretora-executiva e editora		Daniele Marzano Reis danielemarzano@assispublicacoes.com.br
Redação		Daniele Marzano, 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 mil 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)**

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

BoleÁgua FITNESS

Treinamento Funcional

BetiQuim

2015

AQUI É VOCÊ QUEM
DÁ O VISTO!

4 de setembro a 4 de outubro



PASSAPORTE
PARA O SABOR



SE BEBER NÃO DIRIJA

Realização:



/BETIQUIM

WWW.BETIQUIM.COM.BR

Patrocínio:



nove



Cor&Arte



Multiplicar



Apoio: seven ID

Maís



FUNARBE

Geraldo Eugênio de Assis



Muito mais do que força física

A SUPREMACIA DO EQUILÍBRIO MENTAL de algumas pessoas pode servir como fonte de inspiração e de motivação para muitos de nós. E não se trata de um atributo nato, privilégio de quem é mais forte do ponto de vista emocional. É um aprendizado, algo que se conquista às vezes arduamente, com a renúncia de muitos prazeres ofertados pelo mundo. Mas a tarefa requer disciplina, foco e dedicação. Exemplo desse estilo de vida está em quem pratica o fisiculturismo, tema de nossa reportagem de capa desta edição, que desmistifica alguns pré-conceitos da sociedade e nos apresenta uma forma de viver mais saudável, que interfere positivamente na maneira de lidar com os desafios e as dificuldades. Assim, o corpo sarado que os atletas adquirem é mera consequência.

Nossa *Conversa Refinada* deste mês é outro exemplo de conduta corajosa, que vem desfazendo estigmas e colecionando vitórias de batalhas que não são pessoais, mas de praticamente todo o público LGBT. Muito interessante o nosso papo com o pastor Gregory Rodrigues, de apenas 24 anos, que, depois de protagonizar o primeiro casamento homoafetivo realizado em Belo Horizonte, fundou a igreja Benção e Vida.

Virando a página, você sabia que o aroma do perfume que você usa pode interferir em seu comportamento? O especialista em aromaterapia Eugênio Martins nos explica que sim e nos apresenta os benefícios da técnica alternativa à medicina tradicional.

E, no mês em que se comemoram os 50 anos de existência do Mineirão, o Gigante da Pampulha, trazemos a história do famoso tropeiro servido por décadas no local. Tem alguém aí com saudade de degustar o tradicional prato? Para quem ainda não sabe, aquele tropeiro continua sendo comercializado no entorno do estádio, no bairro Planalto. O bar Tropeiro 13 virou restaurante, mas lá a iguaria ainda é preparada à moda antiga. A matéria feita por Lislely Alvarenga não só traz o endereço da nova casa como nos ensina a receita do tropeiro.

Bom, para finalizar, uma novidade. A partir desta edição, publicamos a coluna social de Guilherme Moreira, que nos mostra os bastidores de baladas top de BH e região, além de eventos com famosos e personalidades de todo o Brasil. Espero que gostem! ■

“É um aprendizado, algo que se conquista às vezes arduamente, com a renúncia de muitos prazeres ofertados pelo mundo. Mas tarefa requer disciplina, foco e dedicação. Exemplo desse estilo de vida está em quem pratica o fisiculturismo.”

Edição 35



Mais na Rede



MAIS INSTAGRAM

O ganhador do desafio da última edição, com o tema #MeuPainaMais, foi wsouza92. 🍷



Próximo desafio: em homenagem ao Dia das Crianças, que está próximo, poste uma foto sua com seus filhos (as) ou com seus sobrinhos (as) ou afilhados (as) (#MeusFofinhosnaMais). As fotos selecionadas irão para o Facebook, e a mais curtida será publicada na edição de outubro. Não se esqueça de que só conseguimos visualizar todos de perfis desbloqueados no Instagram. #revistamais 🍷

www.revistamais.com

facebook.com/RevistaMaisBetim

[@revista_mais](https://www.instagram.com/revista_mais)

[@Mais_Betim](https://twitter.com/Mais_Betim)

(31) 9102 - 8231

Cartas do leitor

SOBRE A MATÉRIA DE CAPA, "A MAIS NOVA GLOBAL É DE BETIM"

Embora não goste do programa "Domingão do Faustão", fico muito feliz por saber que uma betinense se destacou entre tantas concorrentes. Parabéns à Francielle e também à Ohana, nossos dois orgulhos, que levaram o nome de Betim para todo o Brasil!

Silvana Matos Pereira

SOBRE A MATÉRIA "A MATERNIDADE PEDE LICENÇA"

Gosto muito desse tipo de matéria porque dá voz às pessoas que lutam para conquistar algo, no caso, as mães.

Gilda de Souza

SOBRE A CONVERSA REFINADA COM O ONCOLOGISTA CHARLES DE PÁDUA

Muito bacana esta entrevista. Para quem já teve casos de câncer na família, como eu, é um alento ler um título como este ("O câncer não é nossa sentença de morte"). Parabéns ao médico pelo trabalho desenvolvido na cidade!

Jair Ribeiro

SOBRE A MATÉRIA "NAMORADINHO DA NOVA MPB"

Incrível como esse menino é bom de serviço. Já assisti a alguns shows dele na praça. Que bom que a **Mais** trouxe essa história. Torço pelo sucesso dele!

Sirley de Jesus

AQUI

SABOR TEM HORA CERTA



MÚSICA AO VIVO TODAS AS
QUINTAS E SEXTAS



HAPPY HOUR



CURTA NOSSA PÁGINA

[WWW.FACEBOOK.COM/RAPAGRILL](https://www.facebook.com/RAPAGRILL)

AV. EDEMEJA MATTOS LAZZAROTTI 695
CENTRO • BETIM

AO LADO DO FRIGONEMA

10 Conversa Refinada

Protagonista do primeiro casamento homoafetivo de BH, o pastor Gregory Rodrigues apresenta a igreja que fundou, Benção e Vida

14 Saúde e Vida

Saiba como os diferentes aromas podem contribuir para combater alguns males e estimular o autoconhecimento

18 Talento

O dançarino e coreógrafo Marcus Lobo é o mais novo artista betinense a ganhar visibilidade na telinha da Globo

Fotos: Luciano Reis



36

Arquivo Pessoal



22

22 Capa

Fisiculturistas de Betim acumulam títulos de competições importantes e fazem crescer o número de adeptos da modalidade

32 Bom Exemplo

Thamara Quirino, Flávia Freitas e as Pérolas de Minas transformaram a dor da luta contra o câncer em solidariedade

36 Gente

A irreverência de Lacarmélio Alfeo, criador do famoso gibi vendido nos sinais de trânsito da capital, "Celton"

38 Cultura

Saiba qual é o novo endereço do prato mais tradicional e comercializado por décadas dentro do Mineirão

Foto Capa: Augusto Martins



O PESCOÇO TAMBÉM MERECE ATENÇÃO

O TEMPO PASSA E, LOGO, aparecem suas marcas. Além do rosto, outra região que denuncia o envelhecimento é o pescoço, com o surgimento das temíveis rugas circulares, da flacidez e da papada.

Há como retardar o envelhecimento do pescoço com cremes hidratantes e protetores solares. Existem várias opções de tratamentos dermatológicos não cirúrgicos para o rejuvenescimento do pescoço, com o objetivo de melhorar a textura da pele, atenuar a formação das rugas, reduzir a papada (queixo duplo) e, principalmente, estimular o colágeno. Mas, em alguns casos, apenas a cirurgia plástica pode suprir a necessidade. Por isso, uma avaliação médica deve sempre ser realizada antes de se decidir por qualquer método, para se estar ciente do real resultado a ser alcançado.

Independentemente da idade, a hidratação é fundamental para mantermos a pele jovem e saudável. Um novo método de hidratação intensiva que vem ganhando destaque nos últimos congressos de dermatologia é o conceito Skin Booster®. Consiste na aplicação de um novo tipo de ácido hialurônico (mais fluido do que o usado nos preenchimentos) em diversos pontos da pele para hidratar de forma homogênea e mais eficaz, atenuando rugas e marcas finas e melhorando a firmeza da pele.

Outra técnica que não tem indicação por idade, mas, sim, pela intensidade de força muscular do pescoço de cada pessoa, é a aplicação da toxina botulínica (Botox®, Dysport®), capaz de atenuar e prevenir as rugas circulares que vão se formando ao longo dos anos e de definir o contorno mandibular, alongando o pescoço. Essa técnica tem recebido o nome de Efeito Nefertite e vem ganhando um grande número de adeptos devido aos excelentes resultados.

A luz intensa pulsada, além de tratar as rugas finas e as manchas escuras, também trata a coloração avermelhada provocada pelo sol, com o benefício de estimular um pouco de colágeno, melhorando já uma discreta flacidez.

Para os pacientes que já começaram a se incomodar com o acúmulo de gordura abaixo do queixo, a radiofrequência multipolar pode ser usada, pois promove um aquecimento da pele e da gordura do subcutâneo, resultando tanto na melhora da firmeza da pele, pela estimulação do colágeno, como na redução da gordura da região.

“Há como retardar o envelhecimento do pescoço com cremes hidratantes e protetores solares. Existem várias opções de tratamentos dermatológicos não cirúrgicos para o rejuvenescimento do pescoço, com o objetivo de melhorar a textura da pele, atenuar a formação das rugas, reduzir a papada (queixo duplo) e, principalmente, estimular o colágeno.”

Para as pacientes cuja perda do contorno mandibular pela flacidez já é nítida e cujas marcas do pescoço já estão bem visíveis, o alvo de tratamento é, com certeza, o colágeno. As duas técnicas que mais estimulam a produção de colágeno são o laser de Co2 fracionado e a aplicação dérmica profunda de ácido polilático.

Um simples teste que ajuda a verificar o grau de flacidez cutânea é pinçar levemente uma pequena porção da pele da região em estudo, puxar suavemente e soltar. A lentidão do retorno da pele à posição inicial é diretamente proporcional ao grau de flacidez. Peles mais “firmes” voltam rapidamente à posição normal, e as mais “flácidas” demoram mais. Esse teste também serve para ajudar a se perceber a melhora da qualidade da pele após a realização dos tratamentos. O importante é estar em sintonia perfeita com seu corpo, sua alma e seu espírito! ■

***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.**

Um símbolo religioso na luta LGBT

Apesar da pouca idade, o pastor Gregory Rodrigues, 24 anos, tem como bagagem uma estreita relação da religiosidade com a causa do movimento gay. Defensor de uma igreja efetivamente inclusiva, o religioso, que ficou famoso internacionalmente por protagonizar o primeiro casamento homoafetivo oficializado na Justiça de Belo Horizonte – e também o primeiro divórcio –, fala sobre como enfrenta o preconceito de sua sexualidade



Lisley Alvarenga

REVISTA MAIS – Como foi o processo para o senhor se tornar um pastor?

GREGORY RODRIGUES – A minha formação pastoral começou desde o berço. Meu chamado ministerial veio da minha família, que é extremamente religiosa e tem uma formação católica. Nasci em um berço cristão e, desde criança, tive contato com a fé e fui ativo na Igreja. Mas minha preparação para me tornar um pastor veio por causa de minha sexualidade. Meu sonho de infância era me tornar padre, porém, como comecei a me descobrir homossexual, tive medo de viver uma vida hipócrita, ingressar em um seminário, terminar uma vida sacerdotal e, depois, viver uma vida dupla. Isso era algo que eu não queria.

Então, o senhor aceitou bem sua sexualidade?

De forma alguma. Eu tinha medo de me assumir por causa da minha família, do que eles iriam falar e pensar. Tanto que busquei uma igreja evangélica, em Belo Horizonte, escondido dos meus pais, na tentativa de deixar de ser gay. Na época, eu tinha uns 15 anos. Vi naquilo uma oportunidade de não ser uma vergonha para minha família. Mas, ao contrário, quando busquei ajuda na igreja evangélica, eu me descobri ainda mais como gay. Durante o período em que eu fazia os cursos da igreja, acabei conhecendo uma pessoa, que era filho de um pastor, com quem tive um relacionamento escondido por alguns meses.

Os membros da igreja e seus pais descobriram esse relacionamento?

Sim, tudo começou no Dia dos Namorados. Meu companheiro na época e eu estávamos em um shopping, com sacolas de presentes, quando nos encontramos com uma tia. Ela me perguntou quem ele era, e eu respondi que era “meu amigo”. No outro dia, minha avó me procurou dizendo que, “se meu pai descobrisse que eu estava com desvio de conduta, ele ia me matar”. Daí, minha família me mandou fazer acompanhamento com uma psicóloga evangélica. Só que, depois de um tempo, descobri que contava todas as minhas confidências para minha família. Quando soube disso, me assumi de vez. Na igreja, quando descobriram minha sexualidade, não aceitaram, e isso virou um escândalo. Somente me procuraram (anos depois) quando eu dei uma entrevista em uma rádio contando minha história e eu citei o nome da igreja. Vieram me questionar por que eu havia dado aquelas declarações, afirmando que eles não tinham preconceito e queriam saber ainda com quem eu tive esse relacionamento na igreja. Claro que eu me neguei a revelar o nome da pessoa.

Conte-nos um pouco mais sobre a reação de seus pais.

Papai me torturou psicologicamente durante 15 dias quando

soube de minha sexualidade. Um dia, ele me buscou com minha mãe, me levou para o trabalho de minha avó e me deu uma surra. No mesmo dia, tentei suicídio. Lembro que cheguei em casa, tomei uma cartela de Rivotril (remédio que induz ao sono). Mamãe que me encontrou caído na sala de casa, desacordado. Depois disso, papai e eu passamos um mês inteiro sem conversar, até que, no dia do meu aniversário, ele me ligou. Hoje, nos respeitamos, mas temos uma relação mais distante. Já mamãe, depois de um tempo, mudou seu posicionamento a meu respeito.

Quando isso aconteceu?

Quando ela percebeu que eu não era uma pessoa promíscua, mas tinha uma postura respeitosa perante a sociedade. Na época, eu tinha uns 16 anos. O medo dos pais quando descobrem que os filhos são gays é que eles vivam na promiscuidade. A gente sabe que, querendo ou não, assim como ocorre no mundo heterossexual, no mundo gay também existe a promiscuidade. A questão é que, quando isso acontece a pessoa hetero, não assusta tanto os pais. Ainda há muito machismo. Para a maioria dos pais (homens), se o filho é “pegador”, por exemplo, é uma coisa boa.

Decidiu então criar sua própria igreja porque não se sentia acolhido nas demais igrejas evangélicas?

Sim. Quando eu era da Igreja Batista, não havia um preconceito aberto, mas era aquela coisa: “olha, nós te amamos, mas você tem que mudar”. No meu caso, digo que nem isso eu tive porque, quando procurei um pastor dentro da igreja para me ajudar, ele disse que eu tinha que ir para a Igreja Universal porque eu estava com o demônio no corpo. Com isso, aca-

bei conhecendo outras pessoas, de outras religiões, como a umbanda e a kardecista, até que me apresentaram a Igreja da Comunidade Metropolitana (ICM), fundada em 1968, nos Estados Unidos. Foi nessa congregação que entrei em contato com a teologia inclusiva, que mostra que Deus não faz acepção de pessoas, que a Bíblia condena a sexualidade promíscua, mas que ela não condena o relacionamento homoafetivo baseado no respeito e na fidelidade.

Nessa igreja, o senhor foi bem-aceito?

Sim, mas, infelizmente, a igreja inclusiva ainda tem certo preconceito ministerial. Apesar de, nesse meio-termo, eu já ter sido consagrado pastor, pelo Ministério Shekinah Mundial (igreja que me deu a oportunidade de me preparar e me capacitar nas áreas de guerra espiritual, libertação, cura interior, adoração e aconselhamento), eles disseram que eu teria de passar por todo o processo novamente e que, se eu quisesse fazer parte da igreja como pastor, teria que ser como membro inicialmente. O problema é que, quando você limita uma



pessoa que tem chamado ministerial, não a possibilitando de pregar, você mata a fé dessa pessoa. Daí conheci o pastor Anderson, quem ajudei a fundar a Igreja Inclusiva Manancial. Lá, eles me receberam como pastor.

Por que saiu da Manancial?

Depois que ganhei visibilidade na mídia, como protagonista do primeiro casamento homoafetivo de Belo Horizonte, em janeiro de 2013, e, infelizmente, como o protagonista também do primeiro divórcio, houve uma indisposição junto à liderança da igreja, que não gostava que eu falasse sobre determinadas questões. Essa situação me incomodou muito, pois penso que Cristo nos criou para termos liberdade de expor nossas ideias, assim como está previsto na Constituição Federal. Acabei pedindo meu desligamento e saindo amigavelmente.

Foi então que o senhor criou a Igreja Apostólica Benção e Vida?

Sim. Orei muito e pedi a Deus para trazer para Belo Horizonte uma igreja inclusiva, mas sem muita doutrina instituída por homens. A igreja não pode ser um tribunal, mas deve, sim, ser um hospital. As pessoas querem colocar cabresto nos membros e ditar o que eles devem ou não devem fazer. Essas atitudes não seguem padrões bíblicos, são doutrinas humanas. Mas, antes de se tornar Igreja Apostólica Benção e Vida, ela nasceu, em 2014, com o nome de Comunidade Inclusiva Fonte de Água Viva (Cifav).

Por que o nome mudou?

Na época, como eu não tinha condições financeiras de bancar a estrutura da igreja, fizemos apenas um culto. Depois disso, como eu havia me divorciado, resolvi morar em Portugal. Voltei depois de um ano e três meses, quando as coisas começaram a fluir. Conheci o evangelista Moisés Soares, uma pessoa abençoada, que semeou a primeira oferta do aluguel da Cifav. Contudo, recebemos uma notificação extrajudicial informando que existia uma igreja com o nome parecido, no interior de Minas. Para evitar possíveis aborrecimentos, preferimos alterar o nome do ministério para Benção e Vida.

Atualmente, a igreja Benção e Vida tem quantos seguidores?

Em média, cada culto, que ocorre todos os sábados, reúne de 20 a 25 pessoas.

Qual a diferença da Benção e Vida para outras igrejas ou cultos?

Somos uma igreja bíblica e nos pautamos nela. A nossa igreja recebe o membro como ele está e não tenta mudá-lo para que ele faça parte dela. Somos inclusivos, não permissivos, mas sabemos que quem convence do pecado e do juízo é o Espírito Santo. Nosso papel é apenas o de orientar, guiar e, quando preciso, ir atrás das ovelhas desgarradas.

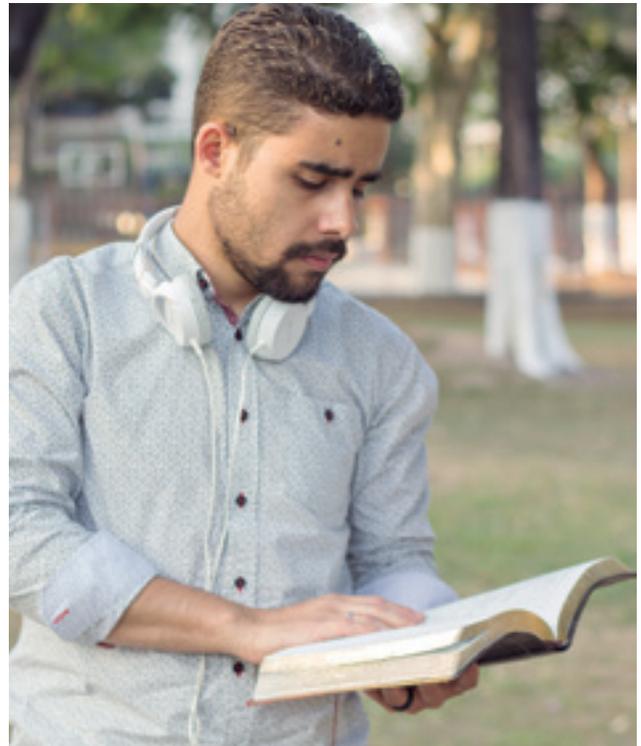
Como avalia as igrejas que afirmam que homossexualidade é um pecado ou uma doença?

Quem está à frente dessas igrejas são pessoas que precisam

de mais estudo teológico, de interpretação bíblica correta. São pessoas que pregam a palavra de Deus, que salvam muitas vidas através de seus ministérios, porém fundamentam-se em uma interpretação bíblica errônea sobre diversos temas, incluindo a homossexualidade.

Então, a Bíblia aceita a homossexualidade?

Sim. A Bíblia é inclusiva e permite a homossexualidade, está comprovado em suas passagens. Temos que ler a obra tendo como chave hermenêutica Jesus, e somente Ele. Também precisamos ler a Bíblia conforme o contexto histórico em que vivemos.



Qual sua opinião sobre o pastor Silas Malafaia, que faz tantas críticas à homossexualidade? Ele, recentemente, disse ter repulsa quando presencia um beijo gay?

Amo o pastor Silas, ele lá e eu aqui. Não gosto de falar sobre ele, mas acredito que ele precisa ler mais a Bíblia e conhecer mais o que ela é realmente. Penso que, assim como outros pastores e líderes que pregam contra a homossexualidade, ele precisa ter mais amor ao ministério dele porque Jesus não fez acepção de pessoas. Ao contrário, ele se sentou com prostitutas e, antes de morrer, disse para um ladrão que ele estaria ao seu lado no paraíso.

Para o senhor, a pessoa nasce homossexual?

Eu acredito que sim. Não há estudos que comprovem isso, mas digo por experiência própria. Eu me descobri assim, desde a infância.

Já teve alguma experiência sexual com uma mulher?

Sim, uma vez, com uma amiga, mas prefiro não comentar.



Depois de se divorciar, encontrou outra pessoa?

Sim, inclusive estamos juntos há oito meses e pretendemos nos casar em breve. Ele me viu pela televisão, me adicionou pelas redes sociais e veio do interior de Minas para me conhecer.

Qual sua opinião sobre a reivindicação do movimento LGBT em prol do Projeto de Lei da Câmara 122, de 2006, mais conhecido como Lei Anti-homofobia?

Infelizmente, esse projeto foi engavetado, mas acho que ele deveria ter sido votado e aprovado, claro que com algumas ressalvas. A proposta garantiria direito a uma sexualidade vivida com mais respeito no Brasil. Muitos de nós ainda vivemos o preconceito na pele, sem uma legislação a nosso favor. Betim, por exemplo, tem um trabalho excepcional para garantir os direitos dos homossexuais, com o Movimento Gay de Betim, através de seu presidente, Cléber Eduardo. Mas, se houvesse uma legislação federal, não seria necessária uma diferente para cada município ou Estado.

Quem é o Gregory por detrás dos púlpitos?

Sou digitador pela Federação Nacional dos Surdos devido a uma deficiência auditiva. Sou uma pessoa muito reservada e discreta. Adoro ficar em casa com meu companheiro, assistindo a um filme e comendo pipoca. O Gregory é uma pessoa família, que valoriza o relacionamento, que se preocupa com seus pais e com seus irmãos. Não bebo, não fumo e não gosto de balada. Sou uma pessoa carente, emotiva, choro com facilidade e amo cozinhar.

Considera-se um bom cozinheiro?

Quem prova da minha comida não reclama. Não sou um master chef, mas me arrisco muito e sou bem elogiado.

Como é sua participação no “TV Verdade”, programa televisivo da TV Alterosas?

A primeira participação aconteceu por um convite do apresentador, Ricardo Carlini, um grande amigo que abriu as portas para o meu ministério. Hoje, sempre que há um assunto envolvendo a homossexualidade, ele me chama para participar.

Quais são seus projetos futuros, tanto no âmbito pessoal como no profissional?

Depois de terminar minhas graduações em teologia e em história, pretendo me casar, ter uma vida mais estruturada, poder ajudar minha mãe e, futuramente, adotar filhos. Como pastor, pretendo ser uma referência no cenário teológico nacional inclusivo. Também sonho ter um programa de TV, em que eu possa falar sobre a homossexualidade como algo natural, sendo um canal de benção para toda a sociedade.

Para finalizar, que conselho daria para um gay/LGBT que está lendo esta entrevista e passando por um momento conflituoso?

Gostaria que essa pessoa soubesse o seguinte: por mais que sofra, por mais que seja rejeitada e que não seja compreendida, existe um lugar que a recebe da forma como ela é. Na igreja Benção e Vida, estamos de braços abertos para recebê-la. Que essa pessoa saiba que existe um Deus que quer acolhê-la e ensiná-la a como ter uma vida de santidade, aceitando-a como ela é. ■



**O SONHO DA CASA PRÓPRIA
AO SEU ALCANCE.**

 alberesimoveis alberesimoveis.com.br

Av. Marechal Rondon, 108 . lj 3 . Brasiléia . Betim
antonio@alberesimoveis.com.br

**PEQUENA
ENTRADA**

PARCELAS
A PARTIR DE

R\$ 600

APARTAMENTOS

A PARTIR DE

105 MIL

EM BETIM
E REGIÃO

IMÓVEL FINANCIADO COM A
DOCUMENTAÇÃO INCLUSA.

3532.2956

9762.4782 (vivo) 

8514.8013 (oi)

9114.7397 (tim)

Banho de cheiro para o corpo e a alma

O especialista em terapias holísticas Eugênio Martins explica que a aromaterapia é uma alternativa à medicina tradicional que atua na causa dos problemas das pessoas



Óleos essenciais são capazes de estimular o autoconhecimento e combater alguns males à saúde física e emocional

Viviane Rocha

OS ESTÍMULOS SENSORIAL, mental e emocional através de cheiros agradáveis tornaram-se uma alternativa para aliviar tensões na sociedade moderna. Desde problemas de insônia até distúrbios emocionais podem ser tratados com a aromaterapia. Segundo o especialista em terapias holísticas Eugênio Martins, a técnica consiste no uso de óleos essenciais com inúmeras finalidades. “A aromaterapia é uma terapia natural em que óleos vegetais e minerais são utilizados em inalações, massagens, aromatização de ambientes e, até mesmo, ingeridos”, explica. A terapia holística é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde

como complementar, não substituindo a medicina tradicional.

A aromaterapia é um braço da fitoterapia, ramo que aplica os princípios ativos de plantas em tratamentos terapêuticos. Os aromas atingem diretamente o sistema límbico do cérebro, unidade responsável pelas emoções e pela memória. “Os cheiros remetem a lembranças e memórias afetivas. São aromas que provocam mudanças e energizam”, ressalta. Além disso, a técnica não é invasiva e proporciona, em sessões que duram por volta de uma hora, sensações agradáveis à pessoa. “É, acima de tudo, uma terapia prazerosa”, completa.

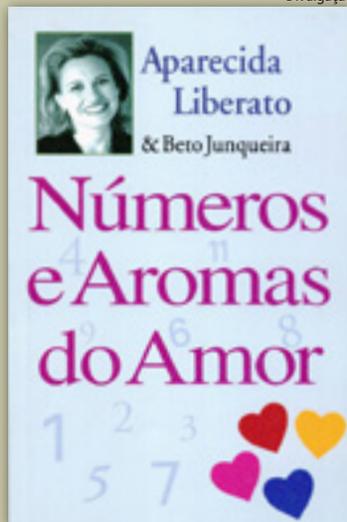
Em princípio, não há contra-indicações da aromaterapia, mas Eugênio prefere aliar a técnica a outros tipos terapêuticos para que os resultados sejam

AROMAS ADEQUADOS PARA CADA NÚMERO

Em 2001, a numeróloga mais conhecida do país, Aparecida Liberato, lançou o livro “Números e Aromas do Amor”, que aponta os aromas mais adequados às energias dos números na busca de um romance marcado pela harmonia. Segundo Aparecida, a inspiração veio da própria natureza. “Esse foi um estudo que começou a partir da observação de como a vida se manifesta no reino vegetal e de como tudo é parecido com a vida de um ser humano: nascimento, crescimento, reprodução, morte e mudança. “Fizemos um curso de aromaterapia e mergulhamos no universo dos aromas e dos óleos essenciais. Daí decidimos vincular alguns dos óleos essenciais a relacionamentos”, explica.

A numerologia é uma ciência que estuda os números e sua influência sobre o indivíduo. “A data de nascimento de uma pessoa, por exemplo, indica suas características

Divulgação



Livro da numeróloga Aparecida Liberato, lançado em parceria com a empresa mineira de perfumes Água de Cheiro, apresenta os óleos essenciais que equilibram as características de cada número – descubra o seu no quadro na página 16 –, permitindo um melhor entendimento entre as pessoas

de personalidade, as quais, é claro, influenciam na maneira como ela se relaciona. Os números resultantes da data de nascimento vão de 1 a 11, não contando o 10, que é o mesmo que 1. Com o conhecimento das propriedades dos óleos essenciais, relacionamos cada número a um óleo”, diz. “A ideia era buscar os óleos essenciais que equilibrassem as características de cada número, permitindo, assim, um entendimento maior entre as pessoas”, completa.

Em uma parceria com a numeróloga, a empresa mineira Água de Cheiro, paralelamente ao lançamento do livro de Liberato, lançou perfumes que tinham um elemento de cada número na composição das fragrâncias. Aparecida afirma que a forma de usar os óleos é livre. “Uma maneira interessante de utilizar os aromas dos óleos essenciais é colocá-los em aromatizantes de ambiente ou mesmo passá-los na pele”.

otimizadas. “Quando inicio o tratamento, procuro conhecer um pouco a pessoa e sua história, o porquê de seu interesse pelo tratamento, bem como seu objetivo, para definir a terapia mais adequada à situação”, relata. Combinações podem

ser feitas, por exemplo, com cromoterapia (terapia das cores) e reiki (energia através das mãos).

Há oito anos atuando como terapeuta holístico, Eugênio percebe que a busca pela técnica tem sido cada vez maior. “A

vida dos dias atuais é muito agitada, e a aromaterapia é uma alternativa à medicina tradicional que atua diretamente na causa dos problemas que a pessoa enfrenta”, conta. Segundo ele, os tratamentos derivam do que há disponível na natureza, ajudando >>

33 lojas em todo o Brasil. Duas delas bem perto de você, aqui em Betim.

STALKER
Seja Você Mesmo

Metropolitan Shopping Betim
Monte Carmo Shopping.

#usestalker
www.stalker.com.br

TESTE

Calcule seu número pessoal e descubra qual óleo essencial vai beneficiar sua vida amorosa:

Para calcular o número pessoal, é necessário somar todos os números da data de nascimento. Exemplo: uma pessoa nascida em 25/09/1976 deve somar 2+5+0+9+1+9+7+6. O resultado, 39, é somado novamente. Ou seja, 3+9 = 12. Por fim, somam-se 1 e 2. Pronto, tem-se 3 como resultado final. Portanto, o número dessa pessoa é 3. Importante lembrar que a soma do número pessoal vai de 1 a 9, sendo 10 igual a 1. Não se soma o 11, pois é considerado especial. Do 12 em diante, somam-se normalmente os números.

Número 1: alfazema (*Lavandula officinalis*)

– provoca a diminuição da ansiedade e da impaciência

Número 2: jasmim (*Jasminum officinale*)

– ajuda a diminuir a timidez e traz otimismo e confiança

Número 3: alecrim (*Rosmarinus officinalis*)

– contribui para clarear a mente

Número 4: patchuli (pogostemom patchouli peletier) – promove a confiança e a sensibilidade

Número 5: gerânio (*Pelargonium graveolens*) – diminui a inquietação, trazendo tranquilidade

Número 6: ylang ylang (*Cananga odorata Hook et Thoms*) – gera uma sensação de paz,

diminuindo mágoas e ressentimentos

Número 7: cedro (*Juniperus virginiana*) – promove o relaxamento e facilita a reflexão

Número 8: petit grain (*Citrus amara*)

– diminui a irritabilidade e favorece a compreensão

Número 9: hortelã-pimenta (*Mentha piperita*) – desanuvia as ideias e coloca a pessoa em sintonia com a realidade

Número 11: pau rosa (*Aniba rosaedora ducke*) – elimina o estado de confusão mental e libera a energia criativa

o indivíduo a se reconectar com ela para resolver conflitos internos que interferem em sua saúde física e emocional. “A aromaterapia atua de forma mental, emocional, corporal e energética, já que uma pessoa é influenciada pelo ambiente e vice-versa”, informa o especialista.

BENEFÍCIO TAMANHO FAMÍLIA

A professora e esteticista Patrícia Valerian costuma pesquisar terapias alternativas, tendo já utilizado o óleo essencial de lavanda para regularizar o sono de seus dois filhos, Shayene Freitas, hoje com 27 anos, que sofria de insônia, e Shawan Freitas, com 20, que tinha o sono mais agitado. “Eu pingava uma gotinha no travesseiro deles e funcionava”, recorda-se. “É relaxante e dá um sono delicioso”, conta. Ela própria é adepta da técnica quando está muito agitada ou estressada por causa da rotina de trabalho.

Para os momentos de intimidade com o marido, Patrícia costuma colocar no difusor que fica no quarto do casal algumas gotas do óleo essencial de Ylang Ylang. “É um óleo afrodisíaco e que tem um perfume muito gostoso. Além disso, é ótimo para abrir o apetite”, brinca.

EM CASA

Eugênio afirma que o óleo de hortelã-pimenta, quando inalado, combate a dor de cabeça, e o óleo de maracujá possui ação calmante, sendo indicado para pessoas eufóricas. Em casa, os óleos podem ser utilizados em difusores elétricos e ou artesanais dentro do quarto, por exemplo, para que a pessoa tenha um sono mais tranquilo. “Dormir com o aroma de um óleo essencial (lavanda ou manjerona) favorece o sono”, finaliza. ■



Shopping do FAZENDEIRO

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

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

(31) 3531-3025 / 3531-2424

Fazemos Entregas



Toda LINHA 2016 com emplacamento GRATIS.

*Não contempla seguro e IPVA.

**Dafra
Maxsyn 400i**
R\$ 24.990,
à vista

- Ar quente direcional para as pernas.
- Pedaleira do garupa retrátil
- Cavalete central e freio de estacionamento
- Iluminação no interior do bagageiro
- Contato da ignição com trava



**Dafra
Citycom 300i**
R\$ 16.990,
à vista

- Rodas de liga leve aro 16"
- Freios a disco
- Injeção eletrônica
- Transmissão automática CVT

**Dafra
Next 250**
R\$ 13.790,
à vista

- Design arrojado
- Injeção eletrônica
- Freios a disco
- Única da categoria com 6ª marcha



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



**BANDEIRANTES
MOTORS**

 Respeite a sinalização de trânsito.

OFICINA AUTORIZADA DAFRA

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





A arte nos pés de Marcus Lobo vem sendo reconhecida no cenário da dança nacional há um bom tempo, tendo ele já feito diversos trabalhos sob o crivo do mestre Jaime Arôxa

Um viciado pela dança

Dançarino e coreógrafo, Marcus Lobo é mais um dos talentos de Betim que ganharam visibilidade nacional ao entrar para a disputa do “Dança dos Famosos 2015, do” quadro do programa global “Domingão do Faustão”

Lisley Alvarenga

QUEM SE DEPARA, PELA PRIMEIRA VEZ, com o dançarino Marcus Lobo, 23 anos, um homem alto, esguio e com um visual bastante descolado, não imagina que, por trás dessa imagem imponente, existe um homem sensível, extremamente ligado à família e muito simpático. O betinense, morador do bairro PTB, é o mais novo queridinho da cidade. Assim como outros talentos locais, ganhou visibilidade nas telas da Rede Globo nos últimos tempos. É ele o professor e o parceiro de dança da atriz e humorista Mariana Santos, sucesso em “Zorra Total”, com

quem disputa a edição 2015 do “Dança dos Famosos”, quadro do programa do Faustão. É lá que também temos o prazer de ver, todos os domingos, a irmã caçula dele, Camila Lobo, que encanta os telespectadores com sua doçura e ritmo contagiantes.

Provavelmente, neste momento, o leitor, ao saber que eles são irmãos, aventará a seguinte possibilidade: “Ele conseguiu ser dançarino no ‘Dança dos Famosos’ por causa da irmã”. Mas, essa, caro leitor, é uma suposição totalmente equivocada. A arte de Marcus Lobo vem sendo reconhecida no cenário da dança nacional há um bom tempo, tendo passado pelo crivo de ninguém mesmo que Jaime Arôxa, coreógrafo e dançarino considerado um dos grandes mestres da dança de salão no Brasil. “Quando Camila e eu resolvemos montar nossa escola de dança, no PTB, há quatro anos, apareceu a oportunidade de fazermos um workshop de dança em Belo Horizonte. Na época, dávamos aula em outra escola de Betim, onde, com a ajuda de meu professor, Léo, aprendi grande

BATE-BOLA

Família: tudo na minha vida

Paixão: a dança

Estilo de dança: samba

Hobby: sair para dançar

Preconceito: existe, mas não podemos deixar que nos abale

Parceria: Camila

parte do que sei hoje. No workshop, encontramos pessoas de renome da dança no país, como Jimmy de Oliveira, do Rio, Mosquito, de São Paulo, e o nosso grande mestre, Jaime Arôxa. Quando ele nos viu dançar, nos convidou para irmos ao Rio de Janeiro para participarmos do espetáculo dele “Viva Brasil”. Ficamos maravilhados com a oportunidade, não pensamos duas vezes e fomos. Em seguida entramos para a companhia de dança dele, no Botafogo, mesmo bairro em que fomos morar”, conta o dançarino.

Pouco tempo depois, Marcus conquistou visibilidade e passou a figurar em importantes apresentações na capital carioca. “Fiz parte do elenco de outras peças do Jaime, como “Rio de Vários Sambas”, “Um Pouco de Tudo e Muito de Mim” e “Com o Brilho do seu Olhar”. Participei também, junto com Camila, da comissão de frente do desfile da Mocidade, em 2013; fiz parte da comissão de frente da União da Ilha, em 2014, e, neste ano, desfilei pela Portela. Também fiz outros trabalhos, como musicais e participações no quadro ‘Os Imitadores’, todos no programa do Faustão. Atuei ainda em diversas apresentações do “The Voice Brasil”. Inclusive, na última edição, dancei com a Claudia Leitte”, revela Lobo.

EMPURRÃOZINHO DE IRMÃO

Mesmo em meio a esse corre-corre, Marcus foi peça fundamental para alavancar a carreira da irmã, sua grande parceira de dança. Ele conta que coincidências da vida, um dia depois de Camila receber a notícia de que havia ficado em segundo >>



Sintonia perfeita

Rejuvenesça neste inverno!

ANVISA nº 10354340050



IPL QUANTUM

Clareamento de manchas e vasinhos.

ANVISA nº 10343650037



SPECTRA

Melasma, poros, acne e remoção tatoou.

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

SPLEENWEB

lugar no concurso que escolheu a nova Globeleza, ele se encontrou com Sylvio Lemgruber e Bianca Moreira Barchi, coreógrafos do Balé do Faustão, em um hotel em São Paulo, onde o dançarino acabou de finalizar um musical. “Comentei o trabalho da Camila com eles, e, como, na época, estava ocorrendo uma audição musical do balé, eles disseram que poderiam encaixá-la na seletiva. Senti, naquele momento, que Deus estava planejando algo maior para Camila. No Natal do mesmo ano, ela recebeu a notícia de que havia sido aprovada e de que seria a mais nova bailarina do Faustão. Foi uma felicidade enorme, um sonho realizado para ela e para a nossa família”, orgulha-se Marcus.

Dois anos depois de Camila se firmar como bailarina do Faustão, Marcus também foi selecionado para participar do “Dança dos Famosos”, como parceiro de dança de Mariana Santos. Lobo confia que, inicialmente, não imaginava que a atriz seria sua parceira no palco do dominical. “Achei que seria a Agatha Moreira ou a Maurren Maggi, por elas serem mais altas. Mas fiquei muito feliz. A Mari é uma mulher que me surpreende o tempo inteiro. Ela pega a coreografia muito rápido, está sempre disposta a aprender. Uma pessoa extremamente simpática e carismática”, elogia o professor. Para se preparar para a disputa dominical, Marcus e Mariana ensaiam duas horas por dia, de terça-feira a sábado, nos estúdios do Projac, no Rio de Janeiro. Parece pouco tempo, mas, segundo ele, o suficiente para a dupla conseguir treinar cada nova coreografia. “Na primeira apresentação, por exemplo, fechamos a coreografia na quarta-feira. No restante dos dias, somente treinamos para aprimorar os passos”, explica.

Na primeira apresentação do casal, ao som do ritmo baladão, eles foram bastante elogiados pelos júris técnico e artístico. Para as próximas coreografias, que terão ritmos variados Marcus diz que, mais uma vez, dará o seu melhor, sempre focado no enredo da história da dança e sem esquecer, claro, de investir nos passos de efeito, que chamam a atenção e agradam ao público. “O que a gente tem que tentar fazer é chegar a um meio-termo para sur-



Assim que concluir o “Dança dos Famosos 2015”, Marcus planeja abrir sua própria escola de dança, um sonho antigo que vem tentando concretizar: “A arte foi feita para quem sonha muito. Por isso, tenho vários sonhos.”

prender as pessoas com as acrobacias, mas não deixando de lado a noção rítmica”. Perguntado sobre com qual ritmo ele tem mais afinidade, Marcus é categórico: o samba. “É a minha grande paixão. Mas gosto sempre de frisar que, acima de tudo, amo a dança, amo me movimentar. A dança é tudo na minha vida. Nunca consegui ter muita disciplina com outros esportes, como tenho agora com a dança. Não me imagino vivendo sem trabalhar com ela. Imagino-me, sim, já idoso, indo para os bailes para ficar dançando a noite inteira. Eu sou dança, ela é uma droga na minha vida”, brinca.

Para quem sonha em dançar, mas não acredita no seu potencial, Marcus faz questão de salientar que “a dança é democrática e pode ser praticada por todas as pessoas, de todas idades”. “Digo sempre que o talento vai até a página 3 de um livro. Você pode ser supertalento, mas, se não tiver dedicação, como todos têm que ter para qualquer profissão, o seu talento não irá evoluir, ficará estagnado.

Para dançar, tem que ter sacrifício, você tem que se jogar. Acredito que eu e Camila nascemos com um talento para a dança, mas também nos dedicamos a ela. Por isso, qualquer pessoa, tendo nascido ou não com esse dom, pode ser tornar um bom dançarino, basta se dedicar e correr atrás do sonho. A dança é perfeita, ela abraça todo mundo”, reforça.

SONHO DE INFÂNCIA

Apesar de, atualmente, dedicar-se ao “Dança dos Famosos” e desejar finalizar o quadro com uma vitória ou pelo menos uma ótima performance, Marcus diz que tem outros planos. Um deles é participar do musical “Rei Leão”. “Desde criança, acho maravilhoso. Mas esse é apenas um deles. A arte foi feita para quem sonha muito. Por isso, tenho vários sonhos. Outro é montar minha escola de dança, um projeto que venho desenvolvendo e que devo concretizar no ano que vem. Agora, é hora mesmo de organizar os sonhos para dar conta de tudo”, conclui. ■



TODO DIA UM BOM MOTIVO PARA SER SAUDÁVEL!



FLEISHEGGS
Clara de ovo pasteurizada e refrigerada

R\$ 12,90



MATCHA VIA TERRA
Sab. limão, abacaxi e original

R\$ 22,50



PASTA DE AMENDOIM FIRST
Pasta de amendoim integral com whey protein

R\$ 35,90



BARRINHA DO BEM
Cranberry e cacau.

R\$ 3,75



RITTO 7 CEREAIS
7 cereais integrais + quinoa + linhaça Mãe Terra

R\$ 12,90



CACAO WHEY
Whey protein hidrolisado Essential Nutrition

R\$ 109,90



MOLHO CHEFF HENRIQUE FOGACA
Chipotle e maracujá

R\$ 17,90



SUCO JUXX
Suco de cranberry

R\$ 13,99



PAÇOCA COM WHEY PROTEIN
Tablete de amendoim com Whey First

R\$ 2,69

Ofertas válidas até dia 30/09/2015 ou até darem os estoques.

(31) 3532-7547

mercadoverde_naturais   /mercadoverdenaturais

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

Fotos: Augusto Martins



cleber paranhos

O treinador físico e empresário Cleber Paranhos é quem iniciou de forma efetiva a prática do fisiculturismo em Betim, há quatro anos; além de competir, ele prepara a equipe Paranhos Team

IDADE: 35 ANOS

Profissão: treinador físico e empresário

Equipe: Paranhos Team

Há quanto tempo compete: desde 2011

Principais títulos: bicampeão mineiro em 2012 e 2013 top 4 no campeonato brasileiro, top 3 no evento internacional Arnold Class, em 2013, e top 3 no campeonato mineiro de 2014

Categoria atual: Sênior até 85 kg

Meta: treinar mais pessoas e ajudar a construir uma história bonita do fisiculturismo em Betim

Ídolo: Arnold Schwarzenegger e Phill Heath

Patrocínio e apoio: Academia Razão do Corpo, Natural Gourmet, Natural Suplemento e Bodybuilders e Suplementos

Fisiculturismo ganha força em Betim

Definição muscular, equilíbrio mental e disciplina estão fazendo a cabeça – e o corpo – de muitos betinenses, que transformaram seu físico para competir e se tornaram fisiculturistas de destaque nos cenários estadual e nacional da modalidade



mary paranhos



IDADE: 38 ANOS

Profissão: empresária

Equipe: Paranhos Team

Há quanto tempo compete: desde janeiro de 2014

Principais títulos: campeã no Body Contest Brasil, na categoria Wellness até 1,68 m, vice-campeã mineira (2015) e top 3 no mesmo campeonato, na categoria Wellness Master, todos em 2015

Categoria atual: Wellness fitness até 1,68 m

Meta: contribuir para o fortalecimento do fisiculturismo na cidade

Ídolo: Eva Andressa

Patrocínio e apoio: Academia Razão do Corpo, Natural Gourmet, Natural Suplemento e Bodybuilders e Suplementos

Mary Paranhos não gostava de malhar há até pouco tempo, mas decidiu encarar o desafio de competir e viu seu corpo e seu estilo de vida modificarem completamente

Daniele Marzano

PARA MUITOS, é algo feio de se ver, até mesmo assustador; para outros, no entanto, sobretudo para os adeptos, é a perfeição da forma física. Estamos falando dos corpos preparados para o fisiculturismo, ou *bodybuilding*, prática de definição dos músculos com fins competitivos. A modalidade vem se fortalecendo no Brasil e ganhando, cada vez mais, um número maior de competidores. Seus praticantes participam de competições realizadas em níveis até internacionais, sendo algumas delas prestigiadas por personalidades reconhecidas mundialmente, como é o caso do ator Arnold Schwarzenegger, uma

lenda na história do fisiculturismo e cujo nome cedeu a um dos campeonatos mais importantes da atividade, o Arnold Class.

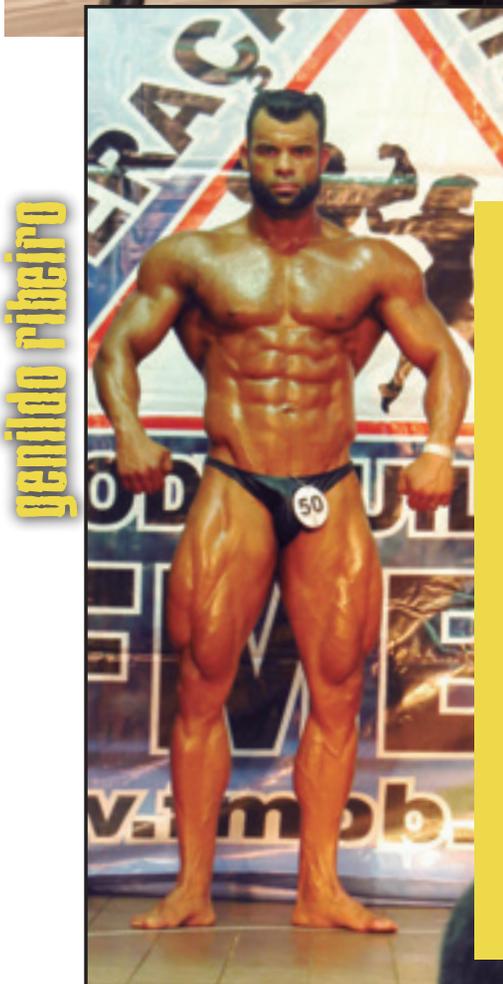
Ao Brasil, esse tipo de treinamento físico, sob um mais viés moderno, surgiu no século passado – a maioria dos registros históricos sinaliza os anos 1940. Em Betim, a prática ganhou notoriedade há somente quatro anos. Por aqui, quem iniciou a atividade de maneira mais efetiva foi o empresário, treinador físico e fisiculturista Cleber Paranhos, de 35 anos, que, depois disso, mudou completamente sua vida e também a de mais alguns atletas da cidade, os quais, hoje, se destacam em campeonatos estaduais e brasileiros, fortalecendo a modalidade na região. Cle-

ber, com formação em teologia, conta que nunca havia pensado em se tornar profissional. “Eu e Mary (esposa e atleta há um ano) tínhamos o sonho de abrir um negócio próprio. Daí, decidimos abandonar nossos empregos – eu era metalúrgico e ela, vendedora – para montar uma loja de suplementos esportivos. E assim fizemos. Felizmente, a coisa deu certo e, sete anos depois, partimos para a segunda loja em Betim. O mais bacana de tudo é que, sem que soubéssemos, naquela época, já estávamos caminhando para o fisiculturismo e, conseqüentemente, para um novo tipo de vida”, relata.

E o ponto de partida para essa mudança radical, não só do físico, mas, sobretudo, >>>

do estilo de vida parece enredo de novela. “Era janeiro de 2011. Estávamos de férias numa praia do Espírito Santo e nos deparamos com um grupo de pessoas com o corpo sarado. Foi um choque. Eu e Mary sentimos muita vergonha por estarmos meio fora de forma e, principalmente, porque trabalhávamos no ramo de produtos esportivos. Portanto, tínhamos que ser exemplo. Então, fizemos um trato: assim que chegássemos a Betim, começaríamos uma dieta alimentar para emagrecer”, recorda-se o treinador. Pouco tempo depois, Cleber conheceu o preparador de atletas Sidney Nunes, o Bicudo, de Belo Horizonte, que foi apresentado pelo amigo e também atleta Frank Miguel. “Em três meses de treinamento com Sidney, consegui obter um resultado excelente. E, com isso, meu objetivo inicial havia sido cumprido. Mas o que eu não poderia imaginar é que minha missão como treinador e atleta estava apenas começando. Isso porque, um dia, resolvi acompanhar Frank em um campeonato de fisiculturismo do qual iria participar e fiquei muito empolgado com o espetáculo que vi. Daí, Frank e Mary começaram a me incentivar a entrar para esse mundo. Eles diziam que eu tinha estrutura para competir. Resultado: três meses depois, participei do meu primeiro campeonato. Fiquei na última colocação, mas motivado a voltar”, conta o treinador. Daí em diante, Cleber intensificou seu treinamento, que, da capital mineira, transferiu-se para Betim, mas sempre sob a orientação de Bicudo. “Passei a treinar com o foco de competir, e, depois, alguns amigos aderiram. Porém, percebi que a cidade não possuía um local com equipamentos e flexibilidade de horários que me atendesse para esse tipo de prática. Foi aí que pensei em montar um estúdio. Felizmente, como os planos de Deus eram maiores para mim, o projeto cresceu para uma academia, que instalamos no centro da cidade, em julho de 2012”, lembra.

E, mesmo focado nos negócios, Cleber seguia treinando. Tanto que, nesse mesmo ano, tornou-se campeão mineiro (em abril), na categoria Class 4, e top 4 no campeonato brasileiro, na mesma categoria. A coleção de títulos só estava no início. Pouco menos de um ano depois, em 2013,



genildo ribeiro

Desde criança, Genildo Ribeiro, o Tiko, sonhava ser fisiculturista; há três anos, entrou para o Paranhos Team e realizou seu sonho

IDADE: 32 ANOS

Profissão: coordenador geral e estudante de educação física

Equipe: Paranhos Team

Há quanto tempo compete: desde 2012

Principais títulos: vice-campeão mineiro em 2012 e 2013, nas categorias Class 3 e Fisiculturismo Clássico, top 3 no campeonato brasileiro em 2015, na categoria Class 3, e campeão mineiro em 2015, na mesma categoria, além de Overall (“o melhor de todos” da categoria)

Categoria atual: Class 3

Meta: ser campeão brasileiro, sul-americano e mundial

Ídolo: Kai Greene e Cleber Paranhos

Patrocínio e apoio: Academia Razão do Corpo, Natural Gourmet, Natural Suplemento e Bodybuilders e Suplementos

Arquivo Pessoal

mais vitória à vista – na mesma categoria, Cleber foi bicampeão mineiro.

Se, no começo, Cleber não almejava títulos, anos depois, esse era o resultado que conseguia em cada desafio a que se propunha. O maior deles até hoje foi do primeiro campeonato internacional realizado no Brasil, ainda em 2013, após ele ter mudado de federação e também de categoria. Na etapa classificatória, que ocorreu em São Paulo, em 2014, Paranhos ficou entre os três melhores entre 14 atletas, tendo sido classificado para o 1º Arnold Class ocorrido no país, em que ocupou a sétima posição, na nova categoria, a sênior 85 kg. Já em 2014, ele foi top 3 no campeonato mineiro, na categoria atual. “Mas o grande prêmio para mim não foi ficar bem colocado. Competir com figuras lendárias do fisiculturismo, como Isaac Balbi, sem dúvida, foi minha maior conquista”, revela.

PARCERIA

Enquanto Cleber despontava nas competições de fisiculturismo, sua esposa,

Mary Paranhos, 38, tomava conta dos negócios e, mesmo gerenciando as lojas de suplemento e a academia todos os dias, Mary não aderiu à malhação, o que incomodava Cleber. “Como havia adotado um novo estilo de vida, que exigia disciplina e mudança de hábitos, seria legal Mary me acompanhar, não para ser atleta, mas, simplesmente, para ser uma parceira nos treinos e na alimentação, embora ela já seguisse uma dieta. “Eu ia a todas as competições, torcia por ele, ajudava em tudo e dava a maior força. Ele sempre falava comigo para mudar de vez meu corpo. Brincava dizendo que queria ter uma mulher sarada. Mas nem isso me fazia querer treinar. Não gostava de malhar. E não basta as pessoas quererem a sua mudança. Tem coisas que só você pode fazer por você. Assim, no início de 2014, me analisando em frente ao espelho, após ter emagrecido 14 kg sem atividade física, percebi a necessidade de mudança, quando dei início às atividades”, confessa Mary.

Nesse meio-tempo, muitas pessoas de

Betim, homens e mulheres, passaram a procurar Cleber querendo ser treinadas por ele. Até que se formou uma equipe, a Paranhos Team. E, em meados de 2014, já dono de alguns títulos, Cleber percebeu que estava sem uma representante feminina na equipe para participar dos campeonatos. “Como eu adoro desafios, sugeri a ele me tornar essa representante”, conta Mary, que, em um ano, mudou sua vida com treinos e dietas e, em quatro meses, se preparou com foco em competir, tendo conquistado três títulos em 2015, ano de sua estreia como atleta. Em julho deste ano, na cidade de Juiz de Fora (MG), a empresária se tornou campeã do 1º Body Contest Brasil, na categoria Wellness até 1,68 m; 20 dias depois, na mesma categoria, Mary foi vice-campeã mineira e top 3 na categoria Wellness Master, no mesmo campeonato.

A parceria do casal é tão solidificada que os resultados positivos sobre o palco em que as competições se realizam trouxeram a eles prosperidade no trabalho. “Como »

OBA!

O Mixirica chegou a Betim

Venha conhecer o Mixirica alimentação saudável 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



Treinando há apenas um ano como fisiculturista, Uarlei Tuta, também do Paranhos Team, já se tornou campeão mineiro, na categoria Class 2

uarlei tuta



Arquivo Pessoal

IDADE: 28 ANOS

Profissão: vendedor

Equipe: Paranhos Team

Há quanto tempo compete:
há um ano

Principais títulos:
campeão mineiro em 2015,
na categoria Class 2

Categoria atual: Class 2

Meta: ser campeão brasileiro

Ídolo: Kai Greene

Patrocínio e apoio: Academia Razão do Corpo, Natural Gourmet, Natural Suplemento e Bodybuilders e Suplementos

ENTENDA AS COMPETIÇÕES

AS FEDERAÇÕES

Os campeonatos oficiais realizados no Brasil são organizados por duas federações: a International Federation Bodybuilding (IFBB) e a National Amateur Body-Builders Association (Nabba), algo como Associação Nacional Amadora de Fisiculturistas. Desde 2013, o IFBB no Brasil sedia o evento internacional Arnold Class, com a presença do ator e um dos atletas mais admirados na história do fisiculturismo Arnold Schwarzenegger. Talvez por isso, o IFBB seja a federação de mais visibilidade no país, segundo os próprios atletas afirmam. Em competições de ambas as entidades, os homens se apresentam descalços e com sunga, e as mulheres, de biquíni e salto alto. O que basicamente diferencia as duas são as modalidades de cada e os quesitos de avaliação dos competidores. Enquanto a IFBB divide suas categorias por peso e idade, a Nabba o faz por altura e idade. Para serem avaliados, os atletas exibem poses em exposições individuais ou em grupo. Os quesitos julgados pelo júri são volume, simetria, proporção e definição muscular. Os julgamentos seguem quatro etapas, que se subdividem em diversas apresentações:

- 1 Quarto de Volta (Symmetry Round):** apresentação em pé, semirrelaxada, de frente, de costas e laterais. Aqui, o atleta não deve posar.
- 2 Round das Poses (Muscularity Round):** sete poses são executadas – de frente duplo bíceps, de frente expansão de dorsais, de lado peitoral, de costas duplo bíceps, de costas expansão de dorsais, de lado tríceps e de frente abdômen e coxa.
- 3 Posing Round:** é o show individual, com música por 1 minuto e meio, sendo o momento de se apresentarem os pontos fortes e se esconderem os fracos. Ao fim desta etapa, o atleta terá sua nota definida.
- 4 Pose Down:** apresentação livre de todos os atletas de uma mesma categoria. Dura de 30 a 60 segundos, e não há contagem de pontos.

CATEGORIAS IFBB

- Fisiculturismo (masculino)
- Fisiculturismo Clássico (masculino)
- Men's Physique (masculino)
- Fitness Coreográfico (masculino)
- Fitness Coreógrafo (feminino)
- Bodyfitness (feminino)
- Biquíni Fitness (feminino)
- Women Physique (feminino)
- Wellness Fitness (feminino)

CATEGORIAS NABBA

- Class 4
- Class 3
- Class 2
- Class 1
- Júnior
- Master
- Bodybuilding feminino
- Figure Class 2
- Figure Class 1
- Miss fitness

consequência das conquistas no fisiculturismo, a procura pela orientação de Cleber aumentou, e nos sentimos motivados a abrir a terceira loja de suplementos – localizada no centro – e a segunda academia em Betim – no bairro Ingá Baixo. “Mas, embora sejamos fisiculturistas e treinemos pessoas para essa prática, nossas academias visam o resultado de todos, oferecendo diversas modalidades, não apenas o fisiculturismo. Usamos a experiência que temos de transformação para motivar as pessoas a alcançarem seus objetos”, explica Cleber, que hoje é também educador físico.

O LEGADO

Além dos títulos e de um novo estilo de vida, Cleber e Mary conquistaram alguns amigos e parceiros de treinamento, que também se tornaram atletas e campeões. Um deles é o estudante de educação física Genildo Ribeiro dos Santos, de 32 anos, que, desde criança, quando vivia em Manuel Vitorino, no Estado da Bahia, sonhava pisar no palco de uma competição de fisi-

culturismo. “Eu queria tanto ficar forte que treinava com os amigos no fundo do quintal, com pesos improvisados, fabricados por nós mesmos”, conta Genildo, chamado pelos amigos de Tiko. Morando em Betim desde 2004, no bairro Laranjeiras, o atleta, que é casado, pratica o fisiculturismo há três anos e, embora quisesse realizar o sonho de ficar forte para poder participar das competições, buscou na atividade outros benefícios que ela oferece: disciplina, dedicação, perseverança e foco. “É uma prática que exige 100% da gente. É tudo ou nada”, revela Tiko, que já subiu ao palco para exibir a forma sete vezes, tendo se destacado em todos os campeonatos de que participou e se sagrou campeão mineiro neste ano, na categoria Class 3. “Nessa noite, fui o melhor de minha categoria e o melhor de todos, o chamado overall”, orgulha-se o atleta, que, também neste ano, foi top 3 no campeonato brasileiro, na mesma categoria, em Aracaju (SE).

“Foi a realização de um sonho estrear bem no brasileiro”, relata Tiko, que lamenta >>>

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

ta a falta de incentivo à prática. Por não ter conseguido patrocínio, o atleta não pôde participar do mundial de 2015, realizado na Itália, para o qual foi classificado. Contudo, ele não perde as esperanças. “Acredito que o fisiculturismo ainda será mais valorizado em nosso país, assim como ocorre em outros lugares, a exemplo dos Estados Unidos. Enquanto isso não acontece, sigo treinando e contribuindo com minha equipe para, no futuro, me tornar campeão brasileiro, sul-americano e até mundial”, pontua Tiko, que, carregando o título mineiro, já é motivo de muito orgulho para moradores de sua cidade natal, segundo ele revela. Tiko finaliza a entrevista à reportagem reconhecendo o apoio de Cleber Paranhos e da Razão do Corpo, uma de suas patrocinadoras. “Sem o treinamento dele e a ajuda da academia, a realização desse meu sonho não seria possível”.

Outro integrante da equipe Paranhos é Uarlei Diniz Lana, o Tuta. Aos 28 anos e treinando há um, focado em seu objetivo de competir, ele já obteve o primeiro lugar do campeonato mineiro, na categoria Class 2, realizado em abril de 2015. “Já conhecia o Cleber e a Mary há muitos anos, quando comprava suplementos na loja deles. Na época, eu já frequentava academia, pois sempre gostei de treinar pesado. No fundo, sonhava poder viver aquele momento mágico que é subir ao palco e participar de uma competição de fisiculturismo. Até que, um certo dia, os dois me convidaram para treinar com eles, e eu fui. Isso faz mais ou menos um ano”, conta Tuta, cuja maior dificuldade já enfrentada, conforme ele diz, é conseguir se preparar para o campeonato, já que os gastos são altos e não há muito incentivo à modalidade. Por outro lado, muitos frutos positivos ele já colheu depois que se tornou fisiculturista, como disciplina e foco, atributos que acabou adotando em sua rotina diária. “Independente de nossas condições financeiras, se temos uma meta, devemos lutar até o fim para alcançá-la. É assim que levo minha vida. Não vejo obstáculos pela frente, apenas motivação e humildade sempre”, declara Tuta.

MULHERES NO PÓDIO

E quem pensa que as competições de



brenda moreira

Brenda Moreira, de apenas 18 anos e treinando há dois, destacou-se neste ano como top 3 no campeonato mineiro, na categoria Biquíni Fitness



Fotos: Arquivo Pessoal

IDADE: 18 ANOS

Profissão: estudante

Há quanto tempo compete: há dois anos

Principais títulos: top 3 no campeonato mineiro de 2015

Categoria atual: Biquíni Fitness

Meta: seguir no fisiculturismo, mas subindo de categoria (próxima: Wellness)

Ídolo: Roberta Zuniga e Eva Andressa

Patrocínio e apoio:

Academia Expressão, Academia Bem-Estar Fitness, Exlen Nutrition, Dr. Johnson Nutrição Esportiva, Glamour Fitness, Angélica Fabrícia Espaço de Beleza, Salão da Ju e Labelle Centro de Estética e Beleza.

fisiculturismo atraem mais homens do que mulheres está enganado. Em Betim, além de Mary Paranhos, pelo menos duas outras atletas vêm se destacando e ocupando as primeiras colocações em campeonatos da modalidade. A jovem Brenda Moreira, de apenas 18 anos, é um exemplo. Moradora do bairro Betim Industrial, ela malha desde os 16, mas foi aos 17 sua estreia em campeonatos de fisiculturismo. Todavia, o destaque veio neste ano, quando ela foi top 3 no campeonato mineiro, na categoria Biquíni Fitness. “Já havia feito de tudo, futebol, futsal, vôlei, basquete, muai-thay, mas me apaixonei pela musculação e pelo estilo de vida saudável que o fisiculturismo requer de nós, atletas. Quem decide seguir com essa prática já sabe que ela demanda gastos altos – com inscrições, anuidade, roupas e calçados, tinta para o corpo e custos de viagens – e não oferece grandes premiações – geralmente, ganhamos suplementos e o troféu, mas, para nós, isso não é o mais relevante. O esporte oferece a satisfação interna e alimenta nossos

sonhos, nos proporcionando a superação a cada dia”, confessa Brenda, que, depois de dois anos de treinamento, acredita estar mais preparada para enfrentar os desafios da vida. “A vaidade do fisiculturista não está apenas por fora, mas, principalmente, por dentro. A atividade, com certeza, ajudou a elevar minha confiança e minha autoestima. Enfim, o fisiculturismo é essencial em minha vida. Ele me faz feliz, e é isso o que importa”, afirma.

Outra fisiculturista de Betim que já coleciona títulos é a personal trainer Ludmila Marcil, de 33 anos. Ela treina há mais de dez anos, mas pratica a atividade há pouco mais de um, tendo se tornado vice-campeã Bodyfitness no brasileiro de 2015. Ainda neste ano, havia sido campeã Bodyfitness e overall (“a melhor de todas” da categoria) no mineiro. Ludmila se diz tão apaixonada pelo que faz que não vê as dificuldades impostas pela prática, nem mesmo o preconceito que existe, sobretudo em relação às mulheres. “Quando fazemos o que gostamos, com amor e dedicação, tudo se torna

prazeroso”, declara a personal, que se prepara agora para representar Betim e o Brasil no mundial, a ser realizado na Hungria, em novembro próximo. O vice-campeonato brasileiro, conquistado neste ano, é que lhe garantiu essa vaga. Outra vitória que a atleta almeja é a abertura de uma academia no município. “Devo começar essa nova empreitada em novembro próximo. O local já está reservado, fica no Brasileia, perto da prefeitura”, informa a futura empresária.

DIETA RESTRITA

Além da dedicação em relação aos treinos que o fisiculturismo exige, muito importante também é a alimentação dos atletas. A dieta, segundo eles, deve ser seguida à risca, pois é ela que os auxilia na perda de gordura e na definição muscular. As refeições, de seis a oito por dia, são à base de proteína, carboidrato e gorduras boas, livres de açúcares e gorduras ruins. “Comemos muito frango e clara de ovo, fontes de proteína, e evitamos frituras e doces”, conta Ludmila.

Cleber Paranhos explica que, quando os atletas estão no chamado período off, após os campeonatos, a dieta é mais aberta, podendo haver o “dia do lixo” uma vez por semana, em que se pode comer de tudo ou, para alguns, apenas uma refeição livre no dia. Nesse período, eles ficam com um percentual de gordura corporal que varia de 8% a 12%. Já na fase anterior às competições, entre três e quatro meses antes, eles iniciam uma dieta fechada, sendo que, no dia do campeonato, até mesmo a água é cortada, para se evitar a retenção de líquidos no organismo. Além disso, eles nutrem o corpo com suplementação, sais minerais e polivitamínicos. No dia das competições, já preparados, os fisiculturistas contam chegar ao percentual de 3% de gordura para subirem ao palco.

POLÊMICA

Sobre o uso de anabolizantes, todos os atletas são categóricos em afirmar que se trata de um assunto delicado. “É um tema muito relativo e polêmico. Os meus resul- >>>



IDADE: 33 ANOS

Profissão: personal trainer

Equipe: treina sozinha

Há quanto tempo compete: há um ano e meio

Principais títulos: campeã mineira em 2015, na categoria Bodyfitness, e vice-campeã brasileira em 2015, na mesma categoria

Categoria atual: Bodyfitness

Meta: representar Betim e o Brasil no mundial deste ano, a ser realizado na Hungria, em novembro próximo; e abrir uma academia ainda neste ano

Ídolo: Nicole Wilkins e Marissol Rios

Patrocínio e apoio: P&B Comunicação, Salão Jaluza, Claro Solar Betim e Espaço La Belle



A personal trainer Ludmila Marcil conquistou o vice-campeonato brasileiro, na categoria Body Fitness, o que lhe garantiu vaga para disputar o mundial, em novembro, na Hungria

tados são frutos de minha dedicação diária com dieta e treinamentos intensos há dois anos, e não dois meses. Não faço apologia ao uso de anabolizantes para resultados rápidos, pois sei o quanto me esforço diariamente, e é isso que tento mostrar para as pessoas. Seus resultados são reflexos de sua dedicação”, afirma Brenda. “É importante haver sempre um acompanhamento profissional de um especialista, seja nutrólogo, seja endocrinologista”, acrescenta Cleber. ■



TEL: (31) 2571-1527
(31)9874-1795



facebook
daivpizetta@hotmail.com

Promocionais



Abadás



Uniformes Profissionais



Uniformes Esportivos



ACESSE O SITE:

www.betimsilkuniformes.com



SOBRE HUMOR, AMOR E OUTROS DILEMAS

NASI E CRESCI OUVINDO PIADAS, assistindo a programas humorísticos na televisão, rindo, com a pureza de criança, de brincadeiras que ouvia em toda parte. Achava que tudo o que vinha do bom humor, e que me fazia rir, tinha que ser bom. De fato - feliz que era -, carregava nos lábios um sorriso permanente, como se tudo acontecesse para o meu divertimento.

Tudo foi mudando com o tempo. Primeiramente, percebi que meu sorriso, que alguns achavam bonito, incomodava outros. Depois, percebi que, quando debochavam de mim, da minha lentidão nos esportes, da facilidade com que as lágrimas vinham aos meus olhos, das chacotas sem fim que faziam com meu nome de dia de semana, nada parecia assim tão engraçado.

Foi apenas mais tarde que concluí que piadas podiam ser racistas, machistas, xenófobas, homofóbicas e que grupos sociais inteiros podiam ser segregados pelo “bom humor” de pessoas felizes consigo mesmas. Conheci o *bullying* e descobri que as brincadeiras de alguns podiam transformar histórias de vida em tragédias diárias, em desejos de vingança e em chacinas terríveis.

Mas o bom humor não é desejável então? Não é saudável? Há um limite para a livre expressão do pensamento? Acho — como Einstein — que tudo é relativo. Assediar uma criança, mais frágil, e submetê-la a constrangimento através de *bullying* é uma prática imperdoável, ainda que praticada por outras crianças. Piadas racistas hoje são crime. Brincadeiras machistas — e vice-versa — são de mau gosto e despreparam relações afetivas. Os debates sobre a homofobia têm que ser encarados hoje



com renovada seriedade, perdendo os ares de caricatura e deboche.

Outro dilema da época é o que procura estabelecer o limite entre a liberdade de opinião, a pluralidade religiosa e o humor. Isso porque brincadeiras feitas com algumas religiões mobilizam grupos e Estados para uma situação de conflitos de natureza bélica, com mortes, atentados, reações midiáticas e igualmente armadas, a demonização de setores que não são assim tão maus e a beatificação de outros que não são assim tão puros.

O que me parece é que o respeito é um aprendizado difícil, implicando aceitação das diferenças e compreensão de que ninguém detém uma única verdade. Mas é no amor, quero crer, que está a ques-

tão mais importante, porque significa que podemos acolher o sentimento do outro sem pretendermos magoá-lo e que sofreremos se o fazemos sofrer.

Nestes tempos em que brincadeiras simples são globalizadas tão rapidamente, em que crianças aprendem com novas mídias e escrachos tomam dimensões globais, temos que refletir sobre os limites de nossas manifestações. O respeito e o acolhimento dos sentimentos devem ser o balizamento e o limite mais importante na agenda de nossas ações. E se não tivermos isso? Bem, nesse caso, precisaremos de leis. ■

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

Corrente do bem

Conheça cinco mulheres que transformaram a luta contra o câncer em solidariedade e se tornaram fonte de esperança para muitos

Luna Normand

A ESTUDANTE Thamara Paola Quirino, 23 anos, descobriu que tinha câncer em março de 2014, após quase dois anos sentindo mal-estar, pressão alta, enjoos e disfunções hormonais. Depois da confirmação do diagnóstico vieram os dias de luto, os questionamentos e o início da luta. Em vez de se esconder e enfrentar tudo sozinha, no entanto, ela preferiu compartilhar seu tratamento em um blog e tentar ajudar outras pessoas na mesma situação.

Atitudes como essa são cada vez mais comuns em nossa sociedade. Transformar a dor em solidariedade e fonte de esperança tem se tornado projeto de vida de gente que busca amenizar o sofrimento de doentes e familiares com a simples troca de informação e um pouco de afeto e de atenção.

Thamara escreve diariamente sobre dicas de eventos, cuidados com o corpo e a pele, alimentação e maquiagem, mas são suas amarrações de lenços que fazem sucesso na internet e entre pacientes com câncer. "Ao colocar a peruca pela primeira vez, eu me senti muito desconfortável, incomodada. Ela arranhava o couro cabeludo, que estava muito sensível. E outro fator ruim foi a sensação de 'mentira' que eu senti quando me vi usando uma. Todos



Thamara Quirino está fazendo sucesso na internet com as amarrações de lenços que propõe desde que passou a fazer tratamento contra o câncer, descoberto em março de 2014



A jornalista Flávia Freitas adaptou a história da campanha que idealizou, Quinta do Bem, em revista em quadrinhos; na foto, Flávia no lançamento da HQ na Casa Acolhida Padre Eustáquio, que recebe crianças com câncer de outras cidades

sabiam que eu não tinha cabelos. Por isso, decidi assumir isso de uma forma muito natural”, conta.

A ideia de criar o blog surgiu após ela compartilhar esses e outros momentos nas redes sociais, demonstrando que é possível, sim, manter a autoestima elevada mesmo com a quimioterapia. Para colocar o projeto em prática, Thamara teve a ajuda da irmã, PollyQuirino, e das amigas Vanessa Luiza, responsável pelas artes gráficas e pelas fotografias, e Thaíse Lopes, pelas maquiagens. “Meu objetivo

é motivar mulheres com a autoestima baixa, em tratamento de câncer ou não, a se cuidarem. Procuo mostrar a elas que é possível estar bem consigo mesma em todos os momentos e que não é porque estamos sem cabelos e com a pele mais sensível que não podemos ficar lindas. Claro que podemos!”, afirma.

O trabalho tem rendido bons frutos. Com menos de 30 dias no ar, o site (www.thamaraquirino.com.br), lançado em julho, já contabilizava mais de 3.000 acessos. Além disso, ele tem rendido

participações de Thamara em programas de televisão, como o “Moda & Estilo”, da Globo Minas, bem como publicações de textos em diversas mídias e muitos compartilhamentos em outros blogs que abordam a luta contra o câncer. “Muitos pacientes, seus familiares e mesmo pessoas que não estão doentes fazem questão de enviar depoimentos de histórias e agradecem pela motivação que recebem com meus posts. Me sinto muito feliz. Representa uma missão e me traz muita gratidão. A cada nova história que conheço, »

PIZZA GIGANTE

PREÇO pequeno R\$ 29,00

Faça a retirada da sua pizza gigante por valor promocional no restaurante. Faça seu pedido.

3596-0124

Prefere entrega na sua casa? Consulte taxa de entrega.

Praça José Lino da Silva, 20 - Brasília - Betim

Restaurante Alcachofra Alcachofra



me sinto ainda mais motivada a continuar lutando pela minha vida e incentivando outras pessoas a também lutarem. Percebo que, por mais árdua que seja a batalha, é o modo como você a enfrenta que faz a diferença”, ressalta.

Thamara Quirino faz planos para o futuro. Entre os projetos estão parcerias com instituições para a divulgação de eventos, arrecadação e distribuição de lenços, além da oferta de cursos de maquiagem para pacientes. “Também estou e preparando um espaço para receber convidados, fazer vídeos e continuar levando a motivação aonde ela for necessária”, antecipa a blogueira.

DOAÇÃO

Foi a partir da perda de pessoas que tanto amava que a jornalista Flávia Freitas, 32, resolveu levantar a bandeira da solidariedade e ajudar o próximo por meio de uma ação de cidadania. Ela é idealizadora da Quinta do Bem, campanha que, há quatro anos, incentiva o cadastro de medula óssea e contribui para aumentar as chances de salvar a vida de pacientes que precisam do transplante.

Flávia acompanhou e sentiu toda a dor do câncer duas vezes: a primeira, quando o irmão mais velho, Anderson, morreu vítima da leucemia, 15 anos atrás. Em 2011, foi a vez da prima dela, Ana Paula, perder a batalha para a mesma doença. “A campanha, criada em Betim, teve o objetivo de encontrar um doador que pudesse salvar a vida de Ana Paula e de outras pessoas que precisam do transplante. A ideia surgiu no dia em que minha prima soube que não tinha doador compatível na família. O dia era uma quinta-feira. Por isso, o nome Quinta do Bem”, explica.

Desde então, o gesto de solidariedade se tornou missão para a jornalista. Todas as quintas-feiras, ela propõe a dezenas de mulheres o uso do lenço na cabeça e a homens, o uso de uma fita vermelha no braço, que são os símbolos da campanha. Para divulgar a ação, as pessoas postam e compartilham nas redes sociais as fotos usando os acessórios.

A adesão à campanha foi imediata, e a Quinta do Bem ganhou apoiadores e voluntários de várias partes do Brasil e até ex-



Arquivo Pérolas de Minas

Tendo em comum a vitória contra o câncer de mama, Ana Carolina, Denise e Maria Luiza decidiram se unir para ajudar mulheres em tratamento e criaram o projeto Pérolas de Minas

CONHECIMENTO QUE SALVA VIDAS

Que tal uma aula sobre câncer de mama? É o que propõe o grupo Pérolas de Minas, criado, em março, por três mulheres que compartilham a mesma história: elas venceram o câncer de mama. Foi assim que a administradora Ana Carolina Calabró, 40 anos, a confeitadeira Denise Paiva, 38, e a administradora Maria Luiza de Oliveira, 53, se conheceram e decidiram, por meio das próprias experiências, falar sobre a doença para mulheres em tratamento ou não. “Depois da superação, sentimos a necessidade de levar palavras de apoio, informação e nossos depoimentos para as pessoas. A maioria não tem nenhum conhecimento sobre o câncer de mama. Sendo assim, fica muito difícil entender o que irá acontecer durante o tratamento e quais são os direitos que temos nesse período”, afirma Maria Luiza.

As três promovem, por conta própria, lanches em casas de apoio, onde falam da vida pós-tratamento e da importância da detecção precoce da doença, além de darem dicas para quem está passando pela quimioterapia. “Alertamos as mulheres sobre sintomas, como nódulo endurecido e inversão do mamilo, e a respeito da importância de se fazer a mamografia. É ela que vai identificar algum problema. Esse é o exame indicado pela Sociedade Brasileira de Mastologia, e, diante de qualquer dúvida ou alteração, recomendamos procurar o médico”, contam.

O Pérolas de Minas participa de projetos que visam arrecadar fundos para instituições que acolhem pacientes com câncer, como o recente Bazar MMartan, em Belo Horizonte, que teve parte da renda revertida para crianças em tratamento do câncer acolhidas pela Casa Aura. “O grupo é a realização de um sonho, e o retorno é o melhor possível. É muito bom ler ou ouvir alguém dizer que você o ajudou esclarecendo a doença e, com isso, diminuir o medo. É um amor incondicional poder ajudar o próximo a enfrentar esse momento de dor, que nos deixa frágeis e debilitadas. Acredito que isso seja compartilhar amor”, diz Maria Luiza.

Ela lamenta, no entanto, a falta de empenho e visão de algumas instituições e empresas, que só procuram o grupo por ocasião da campanha Outubro Rosa, realizada, todos os anos, no mês de outubro. “É uma pena, pois a doença surge todos os dias. Um alerta para a detecção precoce pode salvar uma vida”, destaca.

Exatamente para levar informação a muito mais mulheres, Maria Luiza já vislumbra novos caminhos. “Queremos tornar o projeto um instituição jurídica e, depois, abrir uma casa de apoio a mulheres em tratamento”, revela. Por enquanto, o acesso ao Pérolas de Minas pode ser feito apenas pelo Facebook ou por e-mail (perolasdeminasgerais@yahoo.com.br).

terior, uma página no Facebook e um blog, o ocomuniquebem.blogspot.com. “A Quinta do Bem é uma campanha social, voluntária e sem fins lucrativos. As ações realizadas contam com o apoio de familiares, amigos, seguidores da campanha, empresas e instituições”, afirma Flávia.

Com o crescimento da campanha, a jornalista passou a receber convites para palestrar voluntariamente em escolas, universidades, empresas e instituições. Foi numa dessas palestras que ela teve a ideia de transformar a história da campanha em revista em quadrinhos, “A Liga da Quinta do Bem”, a primeira de Minas Gerais que transforma a luta contra a leucemia em animação. “Os primeiros exemplares para o lançamento foram impressos com recursos próprios. A história retratada na revista narra casos de meu irmão e da minha prima, que, infelizmente, faleceram por causa da doença. Seu formato lúdico e didático busca divulgar a importância da doação de medula óssea e também sensi-

bilizar e informar as crianças e os jovens sobre o cadastro de doadores feito nos hemocentros, contribuindo para que o público infantojuvenil seja multiplicador da campanha”, diz.

O reconhecimento da Quinta do Bem veio no ano passado, com a indicação de Flávia Freitas para o Prêmio Bom Exemplo, uma iniciativa da Globo Minas, em parceria com a Fundação Dom Cabral, a Federação

das Indústrias do Estado de Minas Gerais (Fiemg) e o jornal O Tempo, a condecoração com a comenda mérito da Saúde do Estado de Minas Gerais como cidadã voluntária parceira do SUS e o convite para ser madrinha do Outubro Rosa. Apesar dos prêmios, ela diz que a participação e o apoio das pessoas são o que fazem a campanha acontecer. “Digo que a Quinta do Bem não é da Flávia, é de todos que participam dela, porque a gente não faz nada sozinho. A Flávia, pela história familiar, passou a ser um agente de mobilização, mas a campanha se faz por todos que abraçam a causa”, salienta.

E de onde vêm a força e a inspiração para continuar? “Desses encontros e experiências que a Quinta do Bem me proporciona. São muitas histórias emocionantes, e já não consigo mais mensurar quantas pessoas fizeram o cadastro, são centenas. Torço para que a campanha possa tocar e sensibilizar cada vez mais pessoas para essa causa”, comemora. ■

SERVIÇO

Como saber mais sobre esses projetos:

Thamara Quirino
(www.thamaraquirino.com.br)

Quinta do Bem
(ocomuniquebem.blogspot.com)
ou pelo Facebook

Pérolas de Minas
(perolasdeminasgerais@yahoo.com.br)
ou pelo Facebook

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





O irreverente quadrinista Lacarmélio, autor da revistinha em quadrinhos "Celton", já lançou 35 gibis; venda nos sinais sustenta a família e o sonho de seguir com a publicação

O herói das montanhas

Com a identidade secreta de Celton, personagem de aventuras por Belo Horizonte, o quadrinista Lacarmélio Alfeo ganha a vida produzindo e vendendo revistas em quadrinhos nos sinais de trânsito de capitais como BH, Rio e São Paulo

Luna Normand

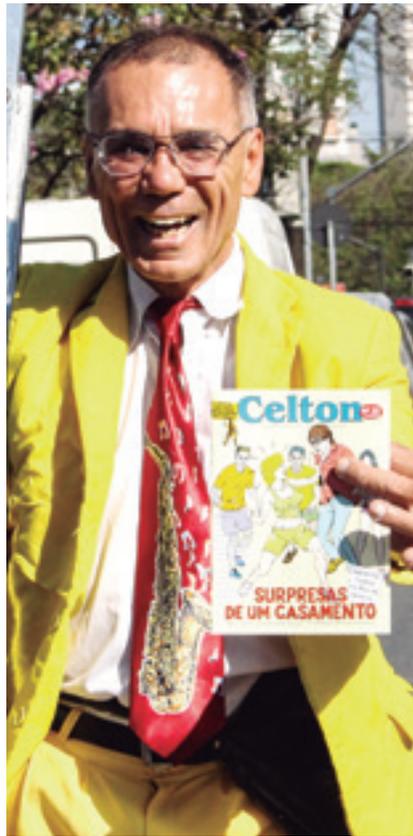
Já imaginou se tornar herói de revista em quadrinhos e criar as suas próprias histórias com roteiros inspirados no seu cotidiano? É o que faz, todos os dias, o quadrinista Lacarmélio Alfeo de Araújo, de 56 anos, também conhecido pelo nome do seu personagem mais famoso, Celton, um mecânico cheio de superpoderes. Além de criar as histórias, Lacarmélio as edita e vende os exemplares nos semáforos do trânsito engarrafado de Belo Horizonte. Tudo isso de um jeito irreverente e único — ele se veste com um

terno amarelo e extravagante e está sempre com um estandarte nas mãos, no qual anuncia sua publicação.

Celton – o personagem – nasceu em 1981, mas emplacou mesmo em 1998. Até então, os poucos exemplares das histórias em quadrinhos eram vendidos em bares e na porta de faculdades Belo Horizonte. Lacarmélio resolveu então reformular a publicação e apostar nas vendas na rua. “Não dava para viver do gibi. Por isso, trabalhava como designer gráfico. Pagava a gráfica com o meu salário, mas, um dia, vi que a situação estava ficando ruim e decidi parar de produzir. Foram quase seis anos sem publicação até que percebi que não aguentava mais ficar sem fazê-la. Eu era apaixonado por isso. Analisei como poderia sustentar a revista, e foi aí que experimentei o sinal de trânsito”, recorda-se.

Com temas bem brasileiros e histórias criativas, que misturam humor e sátira, o herói caiu no gosto dos belo-horizontinos, e Lacarmélio, finalmente, passou a viver do que mais gosta de fazer. O hobby que se transformou em trabalho surgiu ainda na infância, na cidade de Itabirinha de Mantena, a 426 km da capital, para onde o escritor se mudou em 1972, aos 13 anos. “Com 6 anos, eu já escrevia histórias e fazia roteiros. A primeira matéria que me despertou interesse na escola foi o português, mas só estudei até o segundo ano do segundo grau (atual ensino médio). Vim para Belo Horizonte com minha família para minha mãe trabalhar. Imediatamente, fui para a rua vender mexerica, picolé, doces e loteria. Também fui engraxate. Por isso mesmo, vender minhas revistinhas na rua não foi uma novidade. Eu já sabia muito bem como era isso”, diz.

É o escritor quem realiza todo o processo de produção do gibi, que envolve muita pesquisa, dedicação e força de vontade. Ele se inspira no dia a dia de grandes metrópoles, como Belo Horizonte, São Paulo e Rio de Janeiro – cidades onde vende a publicação, que retrata sobretudo conversas informais com as pessoas, cenário político e repercussão de noticiários. As histórias relatadas não têm periodicidade, variando de acordo as circunstâncias. “Quando eu viajo para vender, fico um tempo sem criar novas



O título de maior sucesso do “Celton” e que vendeu 80 mil exemplares é “O Combate da Sogra contra o Capeta”; o sucesso de Lacarmélio nas ruas de BH já rendeu a ele participações em programas como “Fantástico” e “Globo Repórter”



revistas. Já estou em BH, elas saem mais rápido. Se erro a receita, que é fazer uma revistinha que não bomba, aí o bicho pega. Algumas também exigem pesquisas que não estavam no cronograma, e isso faz com que uma nova história demore a surgir”, conta.

Já são 35 gibis produzidos e publicados por conta própria. Os poucos anúncios, segundo ele, não pagam os gastos. Por isso, é preciso batalhar e vender. Entre os títulos já comercializados estão “A Lenda da Loira do Bonfim”, a “História da Origem de BH” e o mais famoso deles, “O Combate da Sogra contra o Capeta”, do qual Lacarmélio garante já ter vendido mais de 80 mil cópias. “Essa revista bombou em Belo Horizonte. Nessa aventura, a sogra morre e vai para o inferno, e o capeta passa um aperto com ela”, revela.

GANHA-PÃO

Cada exemplar era vendido a R\$ 4, mas, atualmente, os gibis não têm preço definido. O quadrinista diz que cansou de ser xingado. “Tinha gente que falava que estava caro. Agora, as pessoas pagam o que querem”, informa sem revelar o preço médio que fatura por revista. É com o dinheiro das vendas diárias que ele sustenta a esposa e o filho, de 12 anos. O quadrinista também fatura com os convites que recebe para palestrar em empresas. Nesses encontros, o escritor conta sua história de vida, fala sobre vendas e iniciativas em momentos de crise, ou, como ele mesmo diz, “sobre quando o bicho pega”. “Qualquer negócio passa por situações difíceis. Digo que, se as pessoas não tomam as providências corretas, o negócio afunda”, ensina.

Tanta dedicação já rendeu a ele participações em programas como “Fantástico” e “Globo Repórter”, além de dezenas de matérias em jornais e revistas pelo país. Lacarmélio, no entanto, não se deslumbra com a fama. “Muita gente pensa que eu sou rico só porque apareço na televisão, mas não sou. Trabalho com isso porque gosto e também porque preciso pagar minhas contas”, ressalta.

O segredo do sucesso, ele diz, está na mistura de paixão, dedicação e profissionalismo. “Eles foram e são fundamentais para meu sucesso. Se eu perder um deles, minha revista acaba, e isso só vai acontecer quando eu morrer”, garante. Lacarmélio antecipou para nossa reportagem o título de seu próximo gibi, inspirado no cenário político atual. “Os Ratos de Brasília” deve ser lançado em breve. ■



A receita mágica do famoso tropeiro do Mineirão é herança de família, passada de geração para geração, que não revelam o segredo do molho de tomate nem do tempero da carne

CA magia da tradição

A receita tipicamente mineira, que conquistou até os paladares mais exigentes, faz parte da identidade cultural do Estado e ajuda a contar um pouco da história do grandioso estádio de Minas, que comemora 50 anos

Lisley Alvarenga

DIA 5 DE SETEMBRO DE 1965. O Gigante mineiro abria seus portões para primeira vez para receber o primeiro jogo de sua história: River Plate, da Argentina, versus seleção mineira. A arena, é verdade, não estava lotada, mas o boato que se espalhou na capital na época, dias antes da inauguração, de que a construção foi malfeita não conseguiu tirar o brilho daquele que se tornou uma paixão dos mineiros. Seja atlético, seja cruzeirense, seja americano, não há quem não sinta emoções inexplicáveis quando entra em contato com um dos maiores palcos do futebol nacional e internacional, o Estádio Governador Magalhães Pinto, o Mineirão. E a experiência de ir a esse esplendoroso estádio vai além, ganhando aromas e sabores inesquecíveis, sobretudo para quem desfruta do famoso tropeiro.

Marco na história da culinária mineira, o tradicional prato, que era servido no estádio antes da reforma de 2010, mudou. Muitos torcedores alegam que ele perdeu a magia e o sabor insuperáveis. Mas, polêmicas à parte, quem nunca ouviu falar do tropeirão? Era nesse bar, localizado na entrada do portão 13, que

CINCO DÉCADAS EM GRANDE ESTILO

Para comemorar o aniversário de 50 anos em grande estilo no dia 5 de outubro, o Mineirão ganhou selo, carimbo e cartão-postal. O selo, que compõe o conjunto filatélico, contém a fotografia do “novo” Mineirão visto de cima. O cartão-postal reproduz a mesma imagem. Em ambos, há os dizeres referentes à data: “Cinquentenário do Estádio Governador Magalhães Pinto - Mineirão”. Já o carimbo comemora-

tivo é composto por grafismo em alto contraste, que reproduz as formas do Mineirão também visto de cima, com as características típicas do projeto arquitetônico do estádio. A construção faz parte do conjunto arquitetônico da Pampulha, projetado por Oscar Niemeyer. O carimbo fará parte do acervo do Museu Nacional dos Correios, em Brasília, para servir como fonte de pesquisa e registro.

os repórteres. Era mágico. A gente olhava todos nos olhos, dava atenção. Hoje, as coisas lá são muito diferentes”, constata.

MUDANÇA DE ENDEREÇO

O saudosismo de Eliane se justifica. Logo após a reforma do estádio, a família resolveu criar asas e não renovou o contrato com a administração. Assim, o Tropeiro do 13 mudou de endereço, funcionando hoje no bairro Planalto, com status de restaurante. “Como os bares teriam que seguir um estilo tropeiro *gourmet* para atender a uma exigência da nova administração do local, preferimos continuar fazendo o tradicional prato fora do Mineirão”, explica a empresária. “Confesso que, quando saí, senti muito. Nos primeiros meses, perdi oito quilos. Fiquei apaixonada”, completa.

Quem é frequentador do estádio sente falta dos tempos de glória e também do molho de tomate irrigando a couve e do “zoiudo”, como é apelidado o ovo frito por cima do tropeiro. “Quando fui ao estádio pela primeira vez, em 1989, foi paixão à primeira vista. Achei o tropeiro uma delícia, mas muito diferente do prato que é vendido lá hoje”, conta a cruzeirense Janete Reis, 58 anos, para quem a tradição do tropeiro do Mineirão acabou.

No restaurante do Planalto, é óbvio, não há torcedores aos gritos, pratos, talheres e feijão voando sobre as cabeças a cada gol, mas Eliane tenta compensar o alvoroço das emoções futebolísticas mantendo a qualidade do prato. “Confesso que não esperava que o torcedor do Mineirão nos buscasse. Foi uma grata surpresa. Todos os dias, vendemos o tropeiro, que continua sendo nosso carro-chefe, mas incrementamos o cardápio com pratos diferentes”, informa Eliane.

A boa-nova vem se espalhando entre os mineiros, que, diante da nostalgia do antigo tropeirão, têm agora destino certo após os jogos. “O tropeiro faz parte da história do estádio, e a mudança para um preparo mais industrializado fez com que a cultura do local perdesse um pouco de sua identidade. A reforma trouxe melhorias, mas, nesse quesito, houve uma perda. Por isso, quando tenho vontade de degustar o prato, vou ao restaurante da Eliane”, conta o atleticano Christiano Rocha, 34. Para Bruno Carvalho, 32, também torcedor rubro-negro, apesar de o tropeiro do Mineirão ter ficado mais saudável, ele perdeu sua essência, a de ser uma comida tipicamente mineira. “O sabor não é o mesmo. Quando vou lá, só se estou com muita fome é que como dentro do estádio”, salienta. ■



RECEITA DO TROPEIRO DO 13

INGREDIENTES

1 kg de feijão cozido, sem tempero e sem muito caldo
2 kg de torresmo frito
2 molhos de couve bem picada
600 g de bacon
600 g de linguiça calabresa
2 molhos de cebolinha picada
2 cebolas grandes picadas
600 g de farinha de mandioca torrada
300 ml de gordura de porco
Tempero de alho a gosto

MODO DE PREPARO

Frite o bacon e a linguiça calabresa em uma panela. Depois, tempere a gosto (geralmente, uma colher de sopa de alho). Despeje todo o feijão, sem caldo, e desligue o fogo. Em seguida, acrescente a farinha, mas mexa pouco para o feijão não virar um tutu. Adicione a cebolinha com a cebola. Agora, é só servir acompanhado de arroz, couve, ovo frito e bife de lombo gordo, assim como era feito no Mineirão.





PROAÇÃO FASHION DAY 2015 REÚNE CELEBRIDADES EM BH

No dia 19 de agosto, o Proação Fashion Day, evento beneficente mais querido da moda mineira, reuniu celebridades, empresários e autoridades no Minascentro, em BH. Dezesete grifes desfilaram suas criações para o verão 2016 ao som de Toni Garrido, Luiza Possi e Simoninha. Toda a renda foi doada para a entidade Proação, que trabalha com educação de crianças.

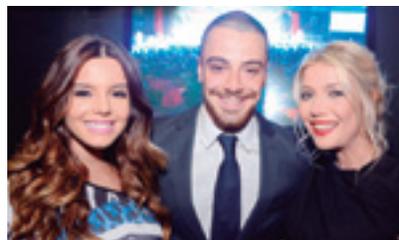


Fotos: Washington Nettos

A presidente do Proação, Ângela Proença, a modelo Renata Kuerten, o produtor artístico do evento, Alex Moreira, o ator Felipe Titto e a diretora da entidade, Márcia Prudente



O empresário Luciano Bellini, a apresentadora Fernanda Keulla, da TV Globo Minas, e a ex-modelo Carol Caetano



A atriz Giovanna Lancellotti, o ator Felipe Titto e a cantora Luiza Possi



Bruno Soares

EM DESTAQUE

Na noite do dia 25, os empresários Kiko Gravatá e Ralph Marcellini, sócios da boate NaSala, considerada uma das melhores de BH no quesito "pra dançar". A casa completou 15 anos comemorando sucesso absoluto.



Benedita Comunicação/Divulgação

A modelo Andressa Suíta, a atriz Mariana Rios, o ator Bruno Gissoni e Adriana Birolli durante a edição do Proação de 2014



Benedita Comunicação/Divulgação

Rogério Flaussino cantou no Proação do ano passado

PREMIAÇÃO

O empresário Pedro Lobo, dono da boate Secreto, situada na Savassi, indicado para concorrer a uma premiação realizada em Minas. A casa é frequentada por políticos, famosos e empresários da capital.

NOVO CONCEITO I

Localizado no interior de uma casa estilo hiper, no bairro Cidade Jardim, o *The Collection* é um ambiente que traz um novo conceito em entretenimento em Belo Horizonte, reunindo design, moda, publicidade, sofisticação e exclusividade.

NOVO CONCEITO II

Entre as novidades, o *The Collection* oferece ambiente com galeria de arte, estúdio de tatuagens e um *lounge* com espaço *gourmet*, indicado para pessoas comuns, mas conectadas com o que há de melhor. Recentemente, a casa recebeu o Festival Internacional de Cerveja e Cultura (Ficc). O responsável pela casa é o RP Matheus Menezes. O local abre sempre às quintas e sextas.

NOVO CASAL

A estudante de direito da PUC Betim Rebeca Martini já fala em casamento com Lucas Agmar, empresário de BH herdeiro da Construtora Agmar, uma das mais tradicionais da capital, que realiza empreendimentos de alto padrão. Rebeca será uma advogada das mais requisitadas, já que cuida de vários casos da Justiça mineira. Sucesso ao novo casal!



Oscar Resende, Sérgio Murilo Braga, Gilberto Marques de Sá, Luís Cláudio Chaves e Antônio Fabrício Gonçalves



Gabriela Moraes, Roosevelt Ribeiro, Maria José Silva e Gilberto Marques de Sá



Hebert Resende, Edson de Oliveira e Sandro Figueiredo, do Banco Bradesco, com Gilberto Marques de Sá e as recepcionistas do evento



Carolina Franco, Gilberto Marques de Sá e Maria José Silva

16º Baile da OAB

A revista Mais registrou a 16ª edição do tradicional baile da OAB subseção Betim, que se realizou no Clube Atlético Rodoviário, no sábado 15 de agosto. Mais uma vez, advogados da cidade, políticos e empresários se reuniram para prestigiar a festa, que ofereceu o repertório variado da banda Via Láctea e delícias do bufê Tia Iza. Parabéns à OAB pela organização do evento!



Gustavo Cheick e Carolina Melo



O casal Herculano e Jane Maria de Oliveira



Isabella Saraiva e Allan Augusto, Gabriel Alves, Tiago da Costa, Taciane Silva e Jhone Santos



O casal Gil e Terezinha Jerônimo

Fotos: Miriam Olivell



Agência Versailles Model e Ateliê Mariane Ribeiro



A mestre de cerimônia Márcia Meira e Edwagner, do grupo Sonnatta



Stúdio Diego Fonseca Cabelo e Maquiagem



Matheus Chagas e Rodrigo Assis, da Promove Assessoria e Eventos

4ª edição do Chá da Tarde

No dia 26 de julho, mais uma edição do Chá da Tarde reuniu noivas e fornecedores do segmento de casamento. O encontro, realizado no espaço Michele Mazzini, em Belo Horizonte, foi organizado pela Promove Assessoria e Eventos e pelo Grupo Sonnatta. O evento simula uma festa, com a oferta de bufê e baile, para os presentes, durando em torno de quatro horas. É um espaço em que o público interage por meio das várias intervenções dinâmicas que ocorrem. Os fornecedores que participaram: Espaço Michele Mazzini, Scott Drinks, Convite Ma Cheri, Buffet Festa com Arte, Fotografia Miriam Olivell, Maquiagem e Cabelo Diego Fonseca, Hotel Ouro Minas, Ateliê Mariane Ribeiro, Boate La Fiesta By DJ Jadson, Mestre de Cerimônias Márcia Meira, Banda Girus, Decoração Antonelle Decor, Móvel Talher de Prata, Adega Minas Gerais, Agência de Viagens Graça Tour, Animação Camaleão, Filmar Filmagens Aéreas, Wendel Decore, SushiKai Comida Japonesa e Leandro Camilo Advogados.



Fotos Miriam Olivell



Banda Girus



Decoração Antonelle Decor



Animação Camaleão



Grupo Sonnatta



Paulo Heleno e Gerson Gomes



Dora Arpini e Ricardo Moreira



Demétrios Ribeiro, Cíntia Ferreira e Maria dos Santos



Rafael Batista, Juliano Moreira e Tereza Vale



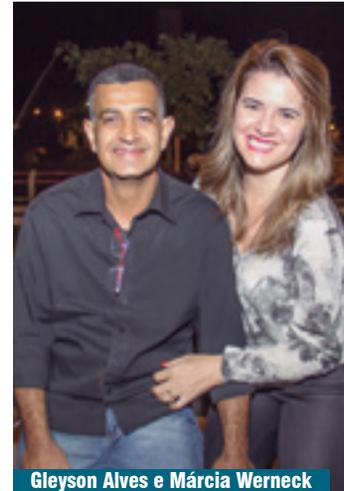
Daniela Silva, Flávia Eva e Kátia Araújo



Fred Shreeyberg e Tiago Átila

Inauguração do Rapa Grill

Mais uma novidade gastronômica em Betim é o Rapa Grill, inaugurado no dia 6 de agosto, no centro da cidade, ao lado do Frigonema. O local, ideal para se fazer uma *happy hour*, abre de segunda a sexta-feira, das 17h às 23h. Além de se deliciar com os saborosos espetinhos e cerveja gelada, às quintas e sextas os presentes podem curtir o som de uma música ao vivo, com variado repertório: moda de viola, sertanejo universitário, pop rock nacional e internacional. Vale a pena conhecer!



Gleyson Alves e Márcia Werneck



Mariana Fortunato, Polyana Martins e Deise Ferreira



Roseane Lobenwein, Emerson Araújo, Alessandra e Luana Lobenwein



Guilherme Oliveira, Camila Martins, Luana Nishimoto e João Arthur Porto



Wellington Pereira e Anderson Simão

Pode até parecer pouco tempo...
E é mesmo, mas são

3 anos

de história e muita satisfação.

Obrigado aos nossos clientes,
amigos e parceiros que fazem
parte da nossa história.

sevenID
COMUNICAÇÃO

www.sevenid.com.br



A chegada do casal à recepção



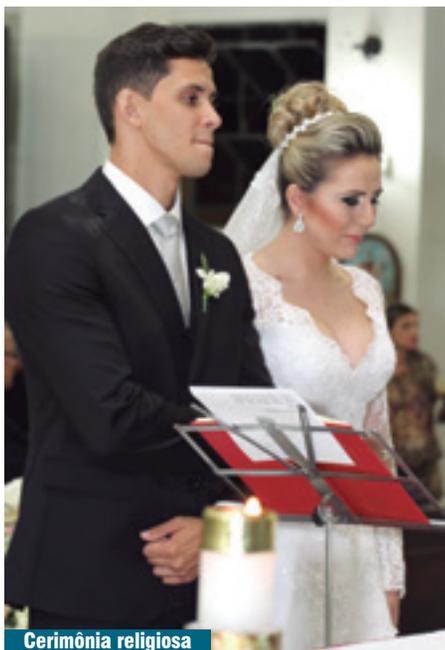
Os pais do noivo, José Geraldo Farias e Maria da Conceição Farias, com o casal



O irmão do noivo, Leôncio Caetano Farias, Daiane, Lucas, e a namorada de Leôncio, Rafaela Braga



O casal com as avós paternas: Ermelinda Shmidt Halaiko (de vermelho), avó de Daiane, e Lourdes Cândida de Farias (verde), avó de Lucas



Cerimônia religiosa

Casamento de Daiane e Lucas Farias

Foi na noite de 8 de agosto o enlace matrimonial de Daiane Halaiko Farias e Lucas Fernando Abreu de Farias, filho do administrador regional do Teresópolis, José Geraldo Farias, mais conhecido como Zé da Padaria. A cerimônia religiosa aconteceu na Igreja São Gonçalo, em Contagem, e a recepção, no Buffet Ilustre, em Betim. Felicidades ao casal!



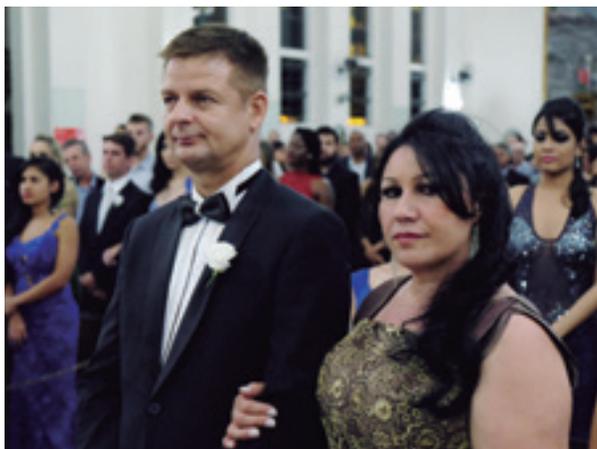
Lucas e Daiane com os padrinhos



Daiane com as madrinhas



Daiane Halaiko Farias



Os pais da noiva, Arnaldo Schmidt Halaiko e Cleusa Mendes da Silva



Os noivos na festa



Os noivos com a irmã de Daiane, Júlia Victória Mendes





Robson Foca e Luciana Trindade



Túlio Rocha, Luciana Trindade e Bruno Gomes



Maris Normand, Fred Zerlottini, Leornado Meira e Luciana Trindade



Daniella Melo e Eduardo de Figueiredo



João Rocha e Elaine Gonçalves

1ª Feijoada Solidária

No domingo 16 de agosto, aconteceu em Betim a 1ª Feijoada Solidária, cuja renda foi revertida para o resgate e o tratamento veterinário de cães de rua. O evento ocorreu no Buffet Ilustre. Foram oferecidas aos convidados feijoadas tradicional e vegana. O público presente pôde se divertir com música ao vivo, bingo e sorteios. Parabéns aos organizadores pela causa do evento!



Fabrício Cardoso, Ana Paula Santos, Fabinho e Débora Helena Cardoso



Cintia Calmon, Kris Cassaro e Letícia Cassaro de Brot



Vanessa Rezende e Izabella Braz



Luciana Trindade e Karina Cunha



Antônia e Flávia Freitas



Cléber Eduardo e Geraldo Assis



Cléber Eduardo e Márcia Dutra



Valesca Dominik



Cléber Eduardo e Gilberto Sá



Cléber Eduardo e Gregory Rodrigues

6º Prêmio LGBT/MGB

Pelo sexto ano, o Movimento Gay de Betim (MGB) realiza a entrega do Prêmio de Direitos Humanos e Cidadania LGBT. A edição 2015 ocorreu no auditório da OAB Subseção Betim e contou com a presença de empresários da cidade, vereadores e autoridades municipais. Um dos homenageados neste ano foi o diretor-geral do Grupo Assis Publicações, que edita as revistas *Entrevias* e *Mais*, Geraldo Eugênio de Assis.



Malagueta Bloco Carnavalesco



Cléber Eduardo e Ronaldo Araújo



Profissionais do Serviço de Prevenção e Assistência a Doenças Infecciosas (Sepadi)



Lilica & Tigor

Venha participar da 1ª Festa Lilica e Tigor Betim.

Você vai se divertir muito com as atrações:

- Tirolesa;
- Muro de Escaladas;
- arborismo;
- Salãozinho;
- X Box;
- Piscina de Bolinhas;
- Tombo Legal;
- Totó;
- Disco Hockey;
- Camarim com Fantasias;
- Cama Elástica;
- Circuito de Atividades;
- Pintura Facial;
- Buffet Infantil e adulto;
- Mesa de Doces e Guloseimas;

Quando?
27/09/2015
DAS 16:00
às 20:00

Saiba como participar desta festa inesquecível!

☞ Telefone: 31 3117 1317
☞ Whatsapp: 31 7578 0063





Daniel Costa, Wanderson Gomes da Silva, Carlaile Pedrosa, Marcão Universal, Kleyverson Rezende e Palmerinho



Marcão Universal, Pimenta da Veiga e Divino Lourenço

Cidadania Honorária, Honra ao Mérito e Mérito Desportivo

A Câmara Municipal de Betim, mais uma vez, promoveu na cidade a solenidade de entrega de diplomas de Cidadania Honorária, Honra ao Mérito e Mérito Desportivo. O evento se realizou na noite de 21 de agosto, no auditório Ady Rosa de Freitas, no Centro Administrativo João Paulo II. Indicado pelo vereador Léo Contador, o diretor-geral do Grupo Assis Publicações, responsável pelas revistas **Entrevias** e **Mais**, Geraldo Eugênio de Assis, foi contemplado com o título de Cidadania Honorária, pelos serviços prestados à cidade, entre eles o realizado pela equipe de resgate Anjos do Asfalto, da qual Geraldo faz parte. O grupo apoia os órgãos responsáveis no socorro a vítimas de acidentes automobilísticos na BR 381.



Elza Marques e Ademir de Almeida Pinto



Eutair Santos com representante da Associação Afrocultural Betim Cor Brasil



João José, Erlinda Maria Silva e Marilene Torres



Wanderson Gomes da Silva e Daniel Costa



Erasmus da Academia e Carlos Alberto Clarindo de Souza



Em destaque, Kleyverson Rezende e Klebinho Rezende; ao fundo, Carlaile Pedrosa e vereadores



Léo Contador e Geraldo Assis



Amauri Marco Modesto e Vinícius Resende

AQUI SUA VOZ É OUVIDA E FAZ DIFERENÇA

REUNIÕES DA CÂMARA ABERTAS AO PÚBLICO

Existe um lugar onde você pode manifestar as suas opiniões, acompanhar o trabalho dos seus representantes e contribuir para a transformação da cidade. É a **Câmara Municipal de Betim**. Todas as semanas, os vereadores realizam reuniões abertas ao público para discutir e aprovar leis e definir melhorias para toda a população.

PARTICIPE! TODA TERÇA-FEIRA, A PARTIR DAS 15H.



**CÂMARA
MUNICIPAL DE
BETIM**

Av. Governador Valadares, 241
camarabetim.mg.gov.br

oBoticário

Confraria Malbec.
Um lugar para homens
que têm muito a dizer.
confrariamalbec.com.br



Malbec
Deixe sua marca



Estilo de vida



Visual



Destinos



Perfil

