



Caiçaras



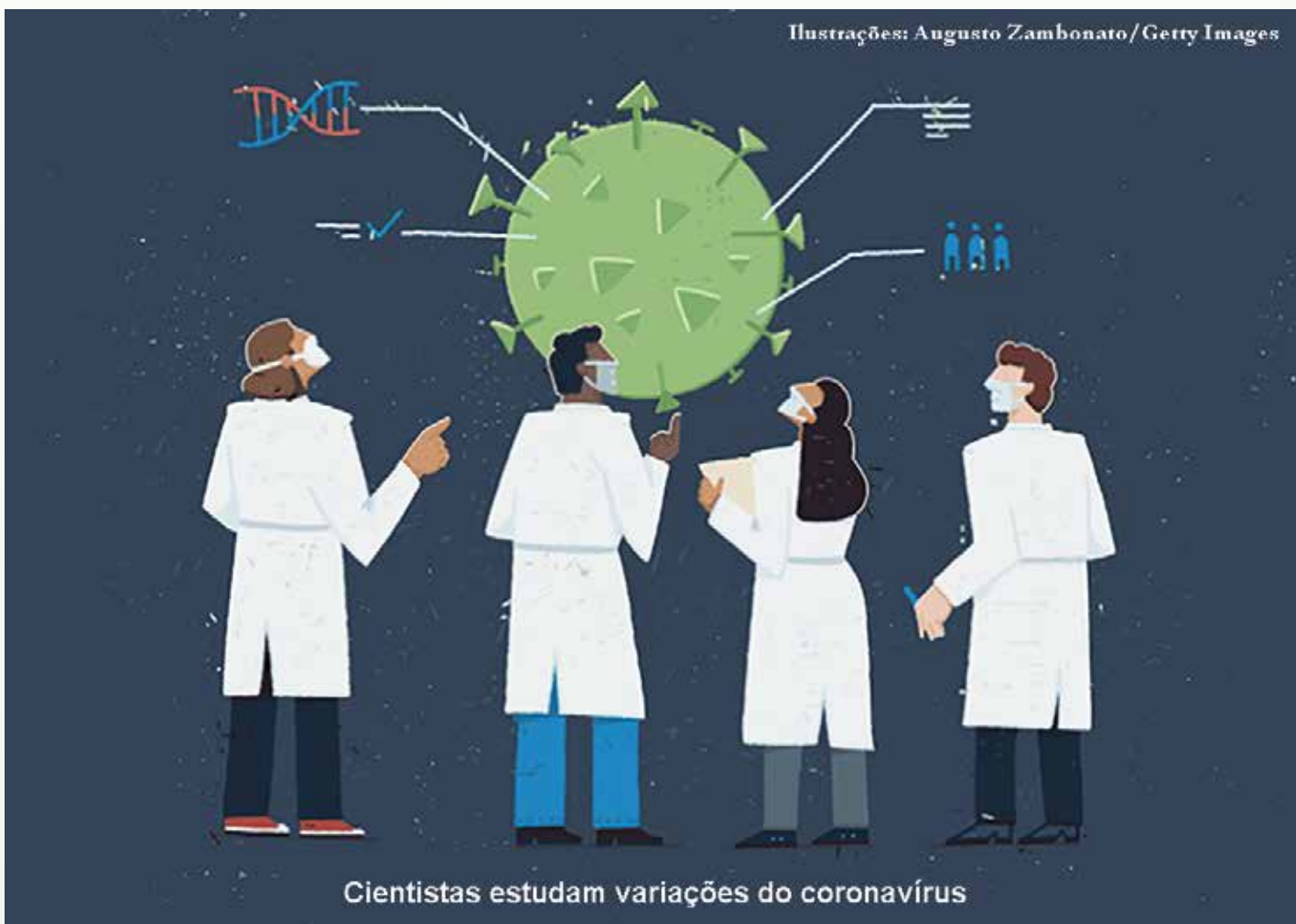
O melhor jornal da região

Edição 243 – Janeiro de 2021 - Tiragem: 5.000 Exemplares

Distribuição gratuita no bairro CAIÇARAS e em parte dos bairros: Carlos Prates, Padre Eustáquio, Monsenhor Messias, Jardim Montanhês, Aparecida e Santo André

Sequelas da Covid-19 vão além da fadiga, ressaltam especialistas

Estudo das sequelas ainda é prematuro pelo tempo de existência da pandemia no mundo. Pacientes que se recuperaram da Covid-19 podem ter sequelas graves de médio e longo prazo. É o que indica pesquisa feita por cientistas da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp). Dos 500 pacientes que participaram do estudo, 70% ainda enfrentam sintomas.



Realizado pelo Laboratório de Microbiologia Molecular da Universidade Favalore, em Novo Hamburgo (RS) e pelo Laboratório de Bioinformática (Labinfo) do Laboratório Nacional de Computação Científica (LNCC), em Petrópolis (RJ), o trabalho também possibilitou a identificação de uma linhagem do coronavírus sendo disseminada de forma generalizada no sul do país, qualificada como E484K. Ela foi encontrada inicialmente no Rio de Janeiro, em dezembro de 2020.

PÁGINA 4

Consumidores que adquiriram passagens aéreas internacionais em 2020 ainda não conseguem vislumbrar uma data para colocarem em prática seus planos adiados. Enquanto prossegue a incerteza quanto ao início da vacinação contra a Covid-19 e a consequente retomada dos voos internacionais e do acesso à rede hoteleira no exterior, o Governo Federal ampliou para 31/10/21, por meio da Medida Provisória (MP) 1.024/20, o prazo para a remarcação das passagens previsto pela Lei 14.034/20, que trata das medidas emergenciais para a aviação civil brasileira em razão da pandemia de Covid-19. O prazo anterior era 31/12/20.

PÁGINA 5

Andar a pé por aqui é um perigo, pois buracos e degraus não faltam pelos passeios. Inclusive crimes ambientais são cometidos com frequência. Basta verificar os tocos das árvores suprimidas nos passeios por moradores que querem apenas seus passeios livres das folhas e flores que caem.

PÁGINA 6

Que tal se planejar para curtir praias maravilhosas na Ilha da Magia? Isso mesmo! Florianópolis é uma ilha composta de 42 praias, cada uma melhor e mais bonita que a outra.

Art'Nobre
CAIXAS & EMBALAGENS
"Uma questão de Carinho"
LEMBRANCINHAS
(31) 3201-8824
GALERIA OUVIDOR - 4º andar

452

Embalagens/ Caixas / Fitas/ Laços
Adesivos / Sacos / Sacolas
LOJA DA FÁBRICA - ATACADO
Não aceitamos cartão / cheque

(31) 3464-7697 e (31) 98738-7714
Av. Pandiá Calógeras, 452 - Caiçara
Final da rua Vila Rica nº 2201 - BH - MG
Fabricação própria - Sede própria
Pronta entrega - Melhor preço do Brasil
Venha conferir e comprar
Você nunca viu nada igual - sempre
Novidades - fabricamos sob encomendas
Horário de funcionamento: 2ª - 6ª feira - 7:00 às 17:00
SÁBADOS ATENDIMENTO na
GALERIA OUVIDOR - 4º andar

Vovo Dudu
DESDE 1992

Padaria Móvel!

Cadastre seu celular na nossa Lista de Transmissão (WhatsApp)
E CONCORRA a uma linda cesta de café da manhã

SORTEIO DIA 26 DE FEVEREIRO
Mais detalhes em nossas redes sociais
Insta: padaria_vovo_dudu
Face: vovodudupanificadora

Maiores informações
Entre em contato:
(31) 98905-2818
(31) 3415-7671

PÁGINA 2

A romã tem feito parte da história da humanidade desde os tempos bíblicos, sendo mencionada no Êxodo, bem como em textos babilônios antigos. Na verdade, a romã é uma baga e cada fruta contém entre 200 e 1.400 sementes no seu interior. A polpa que cobre as sementes é o que nós geralmente comemos e bebemos, e é muito saudável!

We Speak
tfl/a
Idiomas

WE GIVE YOU WINGS!
Inglês online para falar de verdade!

Desconto especial para alunos iniciantes (nível 1) em qualquer idioma.

Locais de Distribuição do JORNAL DO CAIÇARAS

Pegue seu exemplar e tenha uma boa leitura.

E você ainda pode participar do Jornal do Caiçaras, anunciando seus produtos ou serviços, elogiando, criticando e sugerindo temas.



Padaria Alfa – Tel.: 3411-6440
Rua Frei Orlando 356 – Santo André

Padaria Yasmin – Tel.: 3411-9222
Rua Ciclopica, 91 – Caiçaras

Padaria Marcelino – Tel.: 3413-6872
Rua Boreal, 383 - Adelaide

Padaria Arte do Trigo - Tel.: 3462-6956
Rua Rosinha Sigaud, 807 – Caiçaras

Panificadora Padoka – Tel.: 3411-4277
Rua Belmiro Braga, 1362 – Caiçaras

Padaria Guadalajara – Tel.: 3462-5047
Rua Manhumirim, 1328 – Caiçaras

Padaria Vovó Dudu – Tel.: 3415-7671
Rua Itaguaí, 419 – Caiçaras

Canal Bike – 99826.4277 whats Deley
99186.1650 whats Wesley
Rua Antônio Peixoto Guimarães, 372
(avenida Canal) – Caiçaras

Padaria Gran Pane – Tel.: 3413-4279
Rua Engenho de Dentro, 750 - Alto Caiçaras

Padaria Papa Pão – Tel.: 3411-9233
Rua Rosinha Sigaud, 521 - Alto Caiçaras

Padaria Papão – Tel.: 3464-9805
Rua Satélite, 296 – Adelaide

Saúde & Bem Estar

O Suco de Romã e seus Benefícios à Saúde

O Editor: Marcia S.

A romã tem feito parte da história da humanidade desde os tempos bíblicos, sendo mencionada no Êxodo, bem como em textos babilônios antigos. Na verdade, a romã é uma baga e cada fruta contém entre 200 e 1.400 sementes no seu interior. A polpa que cobre as sementes é o que nós geralmente comemos e bebemos, e é muito saudável!

Valores nutricionais: as romãs são ricas em ácido elálgico, um antioxidante, e ácido puníco, um ácido graxo ômega-5, que beneficia a regeneração das células. O suco é uma grande fonte de vitaminas A, C e E, bem como minerais como cálcio, fósforo e potássio, entre outros.

Benefícios do suco de romã: utilizado por seus benefícios à saúde em todo o Oriente Médio e Ásia durante milênios, ele contém muitos nutrientes, como quercetina, que ajuda a proteger o corpo contra diabetes, câncer e doenças cardíacas.

Benefícios para o coração: o suco de romã ajuda a manter a saúde do coração porque influencia na elasticidade das artérias e reduz inflamações nos vasos sanguíneos. Reduz também arteriosclerose, uma das principais causas de doenças cardíacas. O suco também ajuda a reduzir o risco de entupimento das artérias, diminui os níveis de colesterol LDL e aumenta o HDL.

Mantém os níveis de açúcar no sangue: apesar de conter frutose, o suco de romã não eleva o nível de açúcar no sangue. Estudos demonstraram



que diabéticos que consumiram suco de romã durante duas semanas não apresentaram aumento de glicose no sangue.

Mantém a pressão sanguínea: o suco de romã reduz lesões e inflamações nos vasos sanguíneos, diminuindo a pressão. Também funciona como uma aspirina natural, afinando o sangue e, assim, melhorando sua circulação pelo corpo.

Proteção contra o câncer: os antioxidantes presentes no suco eliminam os radicais livres, inibindo o crescimento de células cancerígenas. Acredita-se que o suco de romã induz apoptose — uma condição em que as células cancerígenas se autodestroem. É considerado altamente benéfico para prevenir câncer de próstata, bem como bloqueador de aromatase — um hormônio que parece estar relacionado com o câncer de mama.

Acalma indisposições estomacais: o suco de romã tem sido utilizado para tratar de diarreia e disenteria desde tempos antigos. Ele aumenta a produção de enzimas que auxiliam na digestão. Acrescente uma colher de mel a um copo de suco de romã para prevenir indigestão.

a regular os movimentos dos intestinos.

Auxilia no processo de regeneração das cartilagens: o suco de romã é conhecido também por inibir enzimas que causam danos às cartilagens, diminuindo futuros problemas. O suco sem açúcar pode aliviar artrite e inflamações nos ossos. O consumo regular de suco pode prevenir a ocorrência do Mal de Alzheimer e outros problemas neurológicos, bem como dissolver cálculos nos rins e até mesmo auxiliar em casos de disfunção erétil.

Precauções: se você estiver tomando medicamentos para pressão sanguínea, as propriedades naturais do suco de romã para baixar a pressão podem causar problemas de pressão arterial muito baixa. Não beba suco de romã se você estiver gripado, com tosse e catarro. Assim como o tomelo, o suco de romã pode interferir com alguns tipos de medicamentos, especialmente estatinas (para colesterol), antidepressivos, medicamentos para AIDS e medicamentos analgésicos com substâncias narcóticas.

Previne anemia: a anemia é causada pela baixa produção de glóbulos vermelhos no sangue. Os altos teores de ferro no suco auxiliam o organismo a produzir mais glóbulos vermelhos. Também é considerado um ótimo remédio para olhos vermelhos e irritados. Basta colocar algumas gotas de suco nos seus olhos.

Melhora a digestão: quando se fala do sistema digestivo, o suco de romã faz maravilhas para o estômago e o fígado. Também ajuda a aliviar infecções do trato urinário, facilitando o curso da urina. Rico em fibras, ajuda

Agora que você sabe tudo isso sobre o suco de romã, está na hora de acrescentá-lo à sua dieta!

Accesse e saiba mais:
<https://www.tudoporemail.com.br/content.aspx?emailid=6193>

Advocacia Cível

Bancário – Consumidor – Família – Inventário

Roberta de Souza Aguiar

OAB/MG 83.036

email: roberta.souzaaguiar@outlook.com

31 99967-4300



Jornal de Integração Comunitária e Ecológica da Região Noroeste
Registrado no Cartório Jero Oliva em 19/12/94 sob o nº 959 - Livro B

JORNAL CAIÇARAS EIRELI
CNPJ: 71.078.968/0001-89

Redação: Rua São Feliciano, 73 - Bairro Caiçaras
Tels.: (31) 3415-8608 & 99657-6323 (Whatsapp)
E-mail: jornalcaicaras@gmail.com
jornalcaicaras@yahoo.com.br
www.jornalcaicaras.com.br

Editora Chefe: Nirma Damas
Reg. Profissional: MG07730JP

Estagiária de jornalismo - Thayane Domingos

Editoração Gráfica:
Esaú Gonçalves (31) 99378-5658
venturadesigner2015@gmail.com

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal

Julia's SALÃO SPA

Agradecemos pela oportunidade de poder prestar bons serviços nestes 51 ANOS no Bairro Caiçaras

PROMOÇÕES

- Unhas de gel e de fibra de vidro
- Novas propostas em tratamentos capilares (Ver Pacotes)

Venha aproveitar as promoções

Tel.: 3464-2216 | Telefax: 3411-1145 99831-2493

Rua Rosinha Sigaud, 1.324 - Caiçaras

Recanto da Limpeza

Limpeza e Descartáveis

As melhores marcas em produtos de limpeza à preço de fábrica pertinho de você.

Disque limpeza: (31) 3462-9818
recantodalimpeza@hotmail.com
Rua Icarai, 531 - Bairro Caiçara (BH)

Cresça e Apareça!

Divulgando sua Empresa em nossas redes sociais por um preço que você pode

30 dias no site no Facebook e no Instagram

Participe de impulsionamentos e sorteios semanais
Ligue agora e cadastre seu negócio ou empresa

(31) 3327-9608 & 99657-6323

E-mail: jornalcaicaras@gmail.com e jornalcaicaras@yahoo.com.br
www.jornalcaicaras.com.br

[f @jornalcaicaras](https://www.facebook.com/jornalcaicaras) [i](https://www.instagram.com/jornalcaicaras)



Coronavírus

A doença pode deixar sequelas graves de médio e longo prazo

Pacientes que se recuperaram da Covid-19 podem ter sequelas graves de médio e longo prazo. É o que indica pesquisa feita por cientistas da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp). Dos 500 pacientes que participaram do estudo, 70% ainda enfrentam sintomas.

POR MATHEUS MEIRELLES (matheus.meirelles@cnn.com.br)

As consequências, porém, são mais graves para pessoas que tiveram quadros avançados de coronavírus. A avaliação é que 20% dos contaminados apresentem algum tipo de complicação.

A infectologista do Instituto Emílio Ribas, Elisa Aires, presenciou um cenário crítico ao entrar na equipe de cuidados paliativos, que atende pacientes em recuperação.

“Nós temos visto muitos pacientes com fibrose pulmonar, que não conseguem sair da ventilação mecânica. Pacientes que ficam dependentes de diálise por lesão renal. E temos visto também pacientes com problemas cardíacos graves”, disse Elisa.

Vítima de complicações causadas pelo coronavírus, a chefe de cozinha Cláudia Kojima ficou 48 dias em coma. Ela acor-

dou sem os movimentos do corpo e hoje faz reabilitação.

“Eu entrei em pânico. Porque minhas pernas elas mexiam muito pouco e depois de um tempo, só. Meu tronco, eu não sustentava. Meus braços, eu não mexia. E eu sai do hospital com tetraplasia, né”, contou Cláudia.

Outro problema que tem aparecido é a trombose, como a que levou à morte o jornalista, escritor e cantor Rodrigo Rodrigues, que desenvolveu coágulos nos vasos cerebrais. No caso do empresário Felipe Zillo, de 36 anos, houve uma tromboembolia pulmonar, com inflamação na artéria que leva sangue do coração ao pulmão. Ele não tinha comorbidades anteriores e agora tem dificuldades de voltar a fazer exercícios.

“Por seis meses eu estou tomando o anticoagulante ainda, que é o tratamento para o tromboem-



bolismo, e estou fazendo fisioterapia. Como eu era um cara muito esportista, eu não estou podendo voltar literalmente para a prática esportiva. Então, estou tendo que ir aos poucos, indo bem devagar, até meu pulmão voltar a se acostumar, meu corpo voltar a se acostumar”, relatou Felipe.

Estudos alemães publicados nesta semana na revista Jama Cardiology alertam que, mesmo após

a cura, a Covid-19 pode afetar o tecido do coração. Cerca de 60% dos pacientes que participaram das pesquisas tinham complicações cardíacas mesmo após a cura do coronavírus.

O presidente do Conselho Diretor do InCor, cardiologista Roberto Kalil Filho, explica que quadros como esse também estão presentes em fases iniciais.

“A doença, na verdade,

é predominantemente pulmonar. Mas, o que vimos no decorrer dos meses é uma agressão ao coração, causando uma doença grave chamada miocardite. Aliás, os primeiros estudos da China, em Wuhan, mostraram que 7% das mortes foram por miocardite. E processos inflamatórios no músculo do coração também, numa fase inicial, e estudos recentes mostram que até para uma fase tardia”, destacou.

Para o diretor-científico da Sociedade Brasileira de Cardiologia, Fernando Bacal, os resultados dos estudos são um alerta para que médicos investiguem outros riscos da Covid-19.

“Também não é para gerar um alarde, mas é justamente para o clínico, o cardiologista, o médico infectologista que cuidou desse paciente durante a internação tenha ideia de que tem que fazer um eletro, um ecocardiograma mais tardiamente, da

mesma forma que se faz exame de imagem no pulmão, para ver se o paciente passou pela Covid-19 sem uma agressão que vai gerar um dano pra frente, que vai precisar de algum tratamento”, afirmou.

Outras sequelas mais brandas podem permanecer no médio e longo prazo. É o que explica a médica hematologista Indianara Brandão.

“Há pacientes que tiveram dor de cabeça que não cessa, uma fadiga, aquela indisposição no corpo. Antes conseguia fazer atividade física normalmente e hoje não consegue retomar as atividades por conta de dor no corpo, dores articulares”, destacou Indianara.

A Organização Mundial da Saúde alerta que a chance de sequelas aumenta em pacientes que tiveram permanência longa em Unidades de Terapia Intensiva e usaram aparelhos respiratórios.

Plano Municipal PBH de Vacinação contra a COVID-19



A Prefeitura de Belo Horizonte está recebendo as

vacinas contra a Covid-19 do Instituto Butantan e do laboratório Sinovac Biotech, além de 6.882 doses entregues diretamente pela Rede de Frios da Secretaria de Estado de Saúde para os hospitais Militar, Eduardo de Menezes e Júlia Kubitschek, da rede estadual.

A capital, agora, seguindo as orientações do Plano Nacional de Imunização contra a Covid, do Ministério da Saúde,

vai começar a distribuir as doses para os hospitais públicos e privados e serviços de urgência, possibilitando a vacinação de cerca de 63.000 pessoas, uma vez que o Ministério da Saúde considera uma possibilidade de 5% de perdas.

O primeiro grupo a ser vacinado em Belo Horizonte é o de profissionais de saúde.

Serão vacinados neste primeiro momento os profissio-

nais de saúde que atuam nos 49 Hospitais da rede pública, filantrópica e privada, além dos profissionais das nove Unidades de Pronto-Atendimento e do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU).

Planejamento

O Plano Municipal de Vacinação vai seguir as regras, de acordo com a lista preestabelecida pelas regras de

sanitização. Esta lista poderá ser consultada a qualquer momento nos canais da prefeitura. Em seguida será a vez dos grupos especiais, conforme descrição a seguir.

GRUPOS ESPECIAIS:

- 1. Uso de anti-agregantes plaquetários e anticoagulantes orais e vacinação;
- 2. Pacientes portadores de doenças reumáticas imunomediadas (DRIM);
- 3. Pacientes

oncológicos, transplantados e demais pacientes imunossuprimidos.

CONTRAINDICAÇÕES:

Gestantes, puérperas e lactantes; Hipersensibilidade ao princípio ativo ou a qualquer dos excipientes da vacina; Aquelas pessoas que já apresentaram uma reação anafilática confirmada a uma dose anterior de uma vacina COVID-19.

PROMOÇÃO FARMARCAS*

10 CARROS**

1 CASA**

60 MOTOS**

FARMARCAS Saiba mais: promocao.farmacas.com.br

*Promoção FARMARCAS 2020. Participação válida de 10/11/2020 a 29/11/2020. No cumprimento das regras de participação. Consulte Regulamento disponível no site do Instituto de Autorização no site promocao.farmacas.com.br. **Premios em espécie. Cada prêmio em espécie terá valor de R\$ 10.000,00 (dez mil reais). Os prêmios em espécie serão sorteados e entregues em até 30 dias úteis após a data de término da promoção. Os prêmios em espécie serão sorteados em 10/11/2020 e 29/11/2020. Os prêmios em espécie serão sorteados e entregues em até 30 dias úteis após a data de término da promoção. Os prêmios em espécie serão sorteados e entregues em até 30 dias úteis após a data de término da promoção.

Compre na Entrefarma, a partir de 1 Real você já concorre!

Entrefarma

Drogaria Santa Helena
Rua Icarai, 549 - Caiçara - Belo Horizonte/MG
(Em frente ao Laboratório São Marcos)

Disque Entrega:
(31) 3464-1293 / (31) 3464-3421
(31) 98652-1368

Amilton Barbosa
ID 1039905

@msdigital

@msdigital

@msdigital

Cadastre-se aqui e adquira os produtos Amakha Paris pela metade do preço
Conheça também nossos bônus de indicação

(31) 99340-9021
 (31) 3435-3960

Direito do Consumidor

Procon orienta sobre novo prazo para remarcação e reembolso de passagens aéreas

Medida Provisória 1.024/20 vale para voos cancelados entre 31/3/20 e 31/10/21

Consumidores que adquiriram passagens aéreas internacionais em 2020 ainda não conseguem vislumbrar uma data para colocarem em prática seus planos adiados. Enquanto prossegue a incerteza quanto ao início da vacinação contra a Covid-19 e a consequente retomada dos voos internacionais e do acesso à rede hoteleira no exterior, o Governo Federal ampliou para 31/10/21, por meio da Medida Provisória (MP) 1.024/20, o prazo para a remarcação das passagens previsto pela Lei 14.034/20, que trata das medidas emergenciais para a aviação civil brasileira em razão da pandemia de Covid-19. O prazo anterior era 31/12/20.

Na prática a MP permi-

te que os consumidores, em comum acordo com as companhias aéreas e agências de turismo, remarquem suas viagens sem que isso acarrete em despesas extras para os clientes. Além da remarcação, o consumidor pode optar pela disponibilização de crédito para uso ou abatimento na compra de outros serviços disponíveis nas respectivas empresas, em até 18 meses, ou mesmo outro acordo a ser formalizado entre as partes.

Se não houver interesse do consumidor em remarcar ou utilizar os créditos, o fornecedor deverá restituir os valores pagos em até 12 parcelas corrigidas pelo Índice Nacional de Preços ao Consumidor (INPC) contadas a partir

da data do voo cancelado, desde que ele tenha sido marcado para o período que vai de 19/03/20 a 31/10/21.

O coordenador do Procon da Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), Marcelo Barbosa, alerta para o fato de que pode haver multa contratual caso o cliente desista do voo previamente adquirido. “É importante que o consumidor verifique junto à empresa se haverá essa cobrança em caso de desistência”, afirma Barbosa. Na opinião do coordenador, a MP 1.024/20 não soluciona uma reclamação manifestada pelos órgãos de defesa do consumidor, que criticaram o prazo de 12 meses para o reembolso dos clientes em caso de



cancelamento dos voos pelas companhias aéreas. Nesse sentido, Marcelo Barbosa orienta que o consumidor entre em contato com seu fornecedor para buscar um acordo, seja para remarcação

da viagem, seja para o reembolso. Esse contato deve ser por escrito, de preferência por meio dos canais oficiais disponibilizados pelo fornecedor, sendo válidos também os registros de conversas via

e-mail, aplicativos e outras formas de comunicação virtual.

**Siga-nos no Twitter e no Instagram
Curta nossa página no Facebook**

Kobra cria mural inspirado em obras literárias como forma de incentivo à leitura no interior de SP

Mural inaugurado em Sorocaba é o primeiro no interior paulista. O menino que sobe as escadas para alcançar um livro simboliza o esforço pelo conhecimento — e os degraus vencidos a caminho dos sonhos, dos objetivos de vida.

A leitura nos leva a lugares mais altos, disse o artista.

Pela primeira vez o artista recebeu sugestões de internautas para desenvolver a obra. Uma pesquisa feita pelo Instituto Pró-Livro identificou que o Brasil perdeu quatro milhões e seiscentos mil leitores nos últimos quatro anos.

Eduardo Kobra é um dos artistas brasileiros mais renomados da atualidade. Conhecido por seus grandes e coloridos murais de grafite, em

2018 foi eleito personalidade do ano em Nova York pela revista Time Out. E não é à toa. Sua arte colore o espaço urbano de mais de 17 países ao redor do mundo, desde os Estados Unidos ao Malawi.

Com um ritmo de trabalho impressionante, Kobra consegue inaugurar diversos murais anualmente.

Eduardo Kobra é um dos artistas de rua mais conhecidos e populares

Foto: Divulgação



da atualidade e não para de inaugurar novos trabalhos.

Corona-vírus: uma lição para quem teve ou viu a doença de perto

A pandemia chegou avassaladora, contaminando milhares de pessoas ao mesmo tempo e espalhando o medo da morte. Algumas pessoas que tiveram a doença ou tiveram familiares contaminados relataram aqui o que vivenciaram, na intenção de alertar para a importância de todos seguirem as medidas sanitárias de prevenção ao corona-vírus. Seguir as recomendações sanitárias é fundamental, principalmente enquanto a população não estiver vacinada e a doença erradicada.

Carol... Me belisca para eu ver se é verdade! Essa é a impressão que tive quando o amor de minha vida faleceu e tudo que vivi e senti virou memória. Em 21/10 às 02:00 da madrugada faleceu meu esposo de 49 anos, pai de três filhas. O covid-19 levou ele embora. Ele não tinha nenhum problema de saúde. Era muito saudável. Quem o conhecia nem acreditou quando recebeu a notícia. As experiências com essa doença são as piores pos-

síveis. A gente só entende realmente quando vivenciamos e pode acreditar: você não deve querer isso! Eu também tive a doença e felizmente me recuperei, mas as sequelas, mesmo que leves, são péssimas. Minha concentração diminuiu, a memória falha, incômodos gástricos, falta de paladar sem previsão de retorno e os médicos, coitados sem muita certeza de nada para te falar. A única certeza que de fato, inclusive por experiência própria, faz a gente se proteger e proteger o próximo é usando a máscara, higienizando as mãos e mantendo a distância. Outra certeza absoluta é a empatia: nós, vítimas do covid-19 precisa da empatia de quem se dispõe a ajudar. O preconceito só causa dor, e pode ter certeza que quem causou essa dor não será esquecido. Enfim, a doença é real e sofrida: alguns tem a chance de passar por ela sem muitas perdas, mas outros ficam marcados para sempre. Cuidem se.

Mensagem no WhatsApp em 10/01/2021: Ei

amiga! Como vc está com a passagem do seu irmão? Ele estava doente?

Luiza... uma tristeza! Forte, 60 anos de idade e maratonista. Foi um grande susto! Foi Covid grave! Trinta dias na UTI.

Amiga: Morrer por covid é muito cruel! E tem gente que não acredita e até debocha! Uma pena!

Luiza: Muito cruel! Vc falou tudo! Irmão adorado. Já tínhamos combinado de ir à praia logo que fosse possível viajar com segurança. Vida que segue! Tenho muita fé!

João... minha família toda foi contaminada. Alguns tiveram que ser internados e intubados e dois faleceram. É muito difícil estar contaminado por um vírus desconhecido, que ainda não existe tratamento nem vacina, sabendo que a doença pode, rapidamente evoluir para a morte. E o pior é perceber o preconceito dos amigos e vizinhos que se afastam, até com uma certa razão, no intuito de se preservar. Foi muito cruel passar por esta situação.

Política

Câmara Municipal tem nova Mesa Diretora

Com maioria dos votos, Nely Aquino é reeleita presidente da Câmara de BH

A vereadora Nely Aquino (Pode) foi reeleita na sexta-feira (1º/1) para presidir a Câmara Municipal de Belo Horizonte no biênio 2021-2022. A parlamentar, que esteve no comando da Casa nos últimos dois anos, foi eleita com o apoio de 34 dos 41 vereadores, que adjetivaram sua gestão como competente, plural e conciliadora. Os vereadores Henrique Braga (PSDB), Reinaldo Gomes (MDB), Cláudio do Mundo Novo (PSD), Professor Juliano Lopes (PTC) e Wilsinho da Tabu (PP) foram eleitos, respectivamente, para os



Foto: Bernardo Dias/CMBH

cargos de 1º vice-presidente, 2º vice-presidente, secretário-geral, 1º secretário e 2º secretário da Mesa Diretora, e também exercerão os cargos pelos próximos dois anos.

A reunião ocorreu após a posse dos vereadores, prefeito e vice-prefeito.

O nome da parlamentar do Podemos foi escolhido em primeira votação, ao concorrer com a chapa “Mulheres de Luta”, encabeçada pela vereadora Professora Duda Salabert (PDT), e que agregou os partidos de esquerda como o PT (Macaé Evaristo e Sônia Lansky da Coletiva) e o PsoI (Bella Gonçalves e Iza Lourença). Ao discursar sobre sua reeleição, Nely lembrou a trajetória de mulher periférica e a conquista em ser a primeira vereadora a ocupar a presidência da Casa no exercício de primeiro mandato, e também a primeira a ser reeleita no posto. “A Câmara ainda tem sim um discurso machista, mas mostra que isso pode ser mudado, pois a maioria dos votos dados a mim veio dos homens”, declarou a presidente, que desatou ainda que irá zelar pela Câmara, e trabalhar para que a cidade tenha orgulho das pessoas que elegeu.



Sua Roupa, Tapete, Carpete, Cortina e Estofado de Cara Limpa.

BLAZER / PALETÓ	R\$ 21,00
CALÇA SOCIAL	R\$ 15,50
CAMISA SOCIAL ALGODÃO	R\$ 11,60
CONJ. FEMININO SIMPLES	R\$ 31,90
CORTINA SIMPLES mt LINEAR	R\$ 12,80
EDREDON / COBERTOR SOLTEIRO	R\$ 25,90
EDREDON / COBERTOR CASAL	R\$ 29,90
TERNO - EXCETO LINHO	R\$ 31,90
QUILO ECONÔMICO	R\$ 14,60
JAQUETA COURO / CAMURÇA	R\$ 59,90
TAPETE COMUM PELO BAIXO M2	R\$ 19,50
TAPETE COMUM PELO ALTO M2	R\$ 27,00
VESTIDO DE FESTA a partir de	R\$ 39,90

Desconto de 3% para pagamento antecipado

3411.2008
Av. Pres. Carlos Luz 525
3411.2126
Rua Carlos Góes 580
www.cbclavanderia.com.br



Boca no Trombone

Esta coluna é para dar voz ativa aos moradores que precisam fazer reivindicações e buscar soluções para seus problemas da região. Pronto, aproveitem!!!

Caminhar por aqui está cada dia mais perigoso

Por José Antônio

Calçadas bloqueadas por árvores e outros tipos de entraves não é privilégio do Bairro Caiçaras. É comum em outros bairros pela cidade afora, a não ser na zona sul e centro-sul. Estas são privilegiadas!



Outra coisa: frequentemente somos surpreendidos com quebra-molas quase invisíveis, como este na Avenida Canal, próximo à Escola Estadual Professor Francisco Brant. E não é só este. Ali mesmo tem mais, nas mesmas condições. E em outras

ruas tem mais, como na Rua Padre Pedro Pinto, entre vários outros, é só procurar que vai achar. A prefeitura bem que podia dar um jeito de resolver esses problemas.



Colaborador

Homenagens

Farmacêuticos

O papel do Farmacêutico no mundo é tão nobre quanto vital. O Farmacêutico representa o órgão de ligação entre a medicina e a humanidade sofredora. É o atento guardião do arsenal de armas com que o Médico dá combate às doenças. É quem atende às requisições a qualquer hora do dia ou da noite. O lema do Farmacêutico é o mesmo do soldado: servir.



Profissionais de saúde estão especialmente expostos à covid-19 e muitas vezes, para algumas pessoas, são quase invisíveis.

Um serve à pátria; outro serve à humanidade, sem nenhuma discriminação de cor ou raça. O Farmacêutico é um verdadeiro cidadão do mundo. Porque por maiores que sejam a vaidade e o orgulho dos homens, a doença os abate - e é então que o Farmacêutico os vê. O orgulho humano pode enganar todas as criaturas: não engana ao Farmacêutico. "O Farmacêutico sorri filosoficamente no fundo do seu laboratório, ao aviar uma receita, porque diante das drogas que manipula não há distinção nenhuma entre o fígado de um Rothschild e o do pobre negro da roça que vem comprar 50 centavos de maná e sene."

PARABÉNS a todos os Farmacêuticos!!!

SOLICITE OS SERVIÇOS DO

IPTU



COM TODA A SEGURANÇA E SEM SAIR DE CASA.

ACESSE **PBH.GOV.BR/IPTU**

A PREFEITURA DE BELO HORIZONTE OFERECE DIVERSOS SERVIÇOS DO IPTU PELA INTERNET. VOCÊ TEM MAIS FACILIDADE E CONFORTO, ALÉM DE EVITAR AGLOMERAÇÕES. **PAGUE SEU IPTU EM DIA. COM A PARTICIPAÇÃO DE TODOS, VAMOS FAZER UMA CIDADE CADA VEZ MELHOR.**

RECLAMAÇÕES CONTRA EVENTUAIS ERROS DE COBRANÇA

Devem ser feitas até 3 de fevereiro de 2021, no portal de serviços da PBH: **pbh.gov.br/iptu**

ATENDIMENTO PRESENCIAL

Somente para situações excepcionais. É necessário realizar agendamento prévio pelo **agendamentoeletronico.pbh.gov.br**



GOVERNANDO PARA QUEM PRECISA GOVERNANDO PARA QUEM PRECISA GOVERNANDO PARA QUEM PRECISA

Turismo na praia

Em qual praia quer passar as próximas férias?

Ninguém aguenta mais isolamento social e distanciamento social. A recomendação das autoridades é categórica: esta é a única solução para diminuir o nível de contaminação, de internação e de mortes enquanto a população não estiver imunizada.

Mas a população já começou a ser vacinada e logo teremos um pouco mais de liberdade. Poderemos sair e viajar, ainda com os protocolos sanitários mas, poderemos viajar.

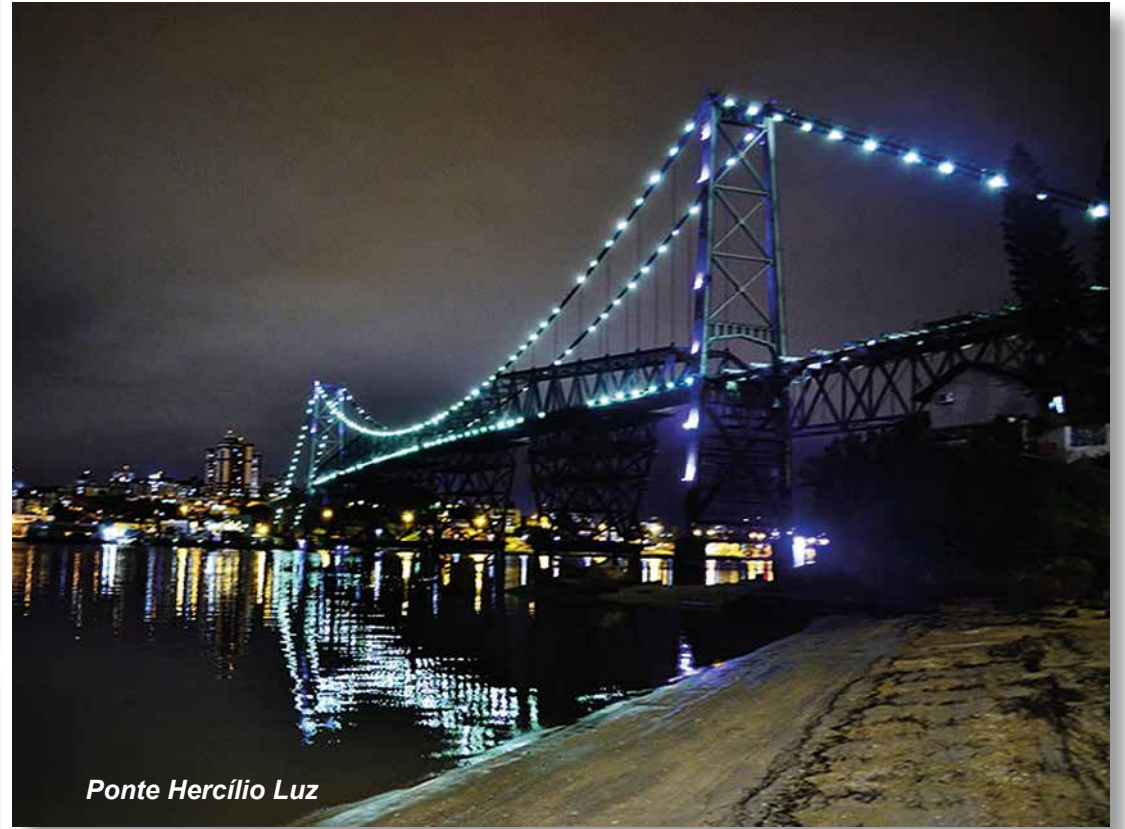
Que tal se planejar para curtir praias maravilhosas na Ilha da Magia? Isso mesmo! Florianópolis é uma ilha composta de 42 praias, cada uma melhor e mais bonita que a outra. Confira!



Florianópolis: a Ilha da Magia



Praia Jurerê Internacional



Ponte Hercílio Luz

Venha passar as Férias com a gente, conhecer e desfrutar dos encantos da Ilha da Magia

Viagem em veículo convencional e um delicioso passeio de Buguy na companhia de mineiros, obedecendo todos os protocolos sanitários e distanciamento social.

Estamos com condições e cuidados especiais.

Ligue agora, faça sua reserva e pague em 10x no cartão
(31) 3327.9608 – 99657.6323 whatsapp

Vai perder a oportunidade de passar sete dias numa Ilha com 42 praias maravilhosas?

Excursão para FLORIANÓPOLIS

Pacote de 7 dias

- Saída de Belo Horizonte dia **13/02/2021**
- Chegada dia **21/02/2021**
- Faça agora sua reserva: (31) 3327.9608
(31) 99657.6323 whatsapp

▶ TRANSPORTE COM LANCHE

▶ HOSPEDAGEM COM CAFÉ DA MANHÃ

▶ PASSEIO DE BUGGY CONHECENDO 4 LINDAS PRAIAS

Por apenas **R\$ 1.730,00**
em 10x no Cartão

Pousada a apenas 50 metros da praia Barra da Lagoa
Restaurantes e Trilhas a menos de 50 metros


Pousada Girassóis da Barra
Florianópolis
Levando você para uma inesquecível Férias!

 pousadagirassoisdabarra

Mais Informações: ☎(48) 9 9993.8554 | (48) 3207.5508