

Lulistas e bolsonaristas tentam virar votos no segundo turno em P. Alegre



PÁGINA 6



PÁGINA 5

Cultura de P.A lança Chamamento Público para apoio de blocos no Carnaval 2027

PÁGINA 8



PÁGINA 3

Prefeitura terá operação especial de ônibus durante Agita P.A



PÁGINA 8

ATENÇÃO GESTOR LEI Nº 14.230/2021

PUBLICAÇÕES OBRIGATÓRIAS

A negativa de publicidade dos atos oficiais constitui ato de **IMPROBIDADE ADMINISTRATIVA**

É obrigatório a publicação das matérias legais e atos oficiais que envolvem processos licitatórios em Diários Oficiais e em jornais Diários de grande circulação



Tecnologia e integração garantem respostas rápidas e reforçam segurança em P. Alegre

Em duas ocorrências recentes, atuação conjunta entre o sistema de videomonitoramento do CIDS e a Polícia Militar permitiu identificar veículo com suspeita de clonagem e acompanhar suspeito de furto até a prisão em flagrante

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

Investir em segurança pública significa fazer com que a tecnologia se transforme em resultado nas ruas. Em Pouso Alegre, ocorrências recentes demonstram, na prática, como a combinação entre monitoramento inteligente, gestão rápida da informação e integração entre as forças de segurança tem contribuído para respostas mais ágeis e efetivas à população.

O sistema do Centro Integrado de Defesa Social (CIDS) – Monitoramento, vinculado à Secretaria Municipal de Segurança Pública, os operadores utilizaram as câmeras municipais para acompanhar o deslocamento de um suspeito de furto até que a Polícia Militar realizasse a abordagem e a prisão em flagrante. A informação chegando mais rapidamente a quem pode agir.

Para a Prefeitura, esse é um dos principais resultados dos investimentos realizados no sistema de monitoramento e na integração com as forças de segurança. Não é sobre instalar equipamentos, a proposta é construir uma estrutura capaz de transformar dados e imagens em informações úteis para auxiliar as equipes



responsáveis pela segurança da população.

Resposta real e eficiente

Por volta das 10h25 na manhã desta terça-feira (13), o caminho foi inverso, demonstrando justamente a integração entre as instituições. O

COPOM acionou o CIDS para auxiliar no acompanhamento de um furto ocorrido em um estabelecimento comercial na Rua Comendador José Garcia.

Os operadores iniciaram imediatamente as buscas pelas câmeras e visualizaram o momento em que o suspeito

deixava o local. A partir daí, acompanharam seu deslocamento até a Rua Sapucaí e atualizaram a Polícia Militar com as informações obtidas pelo sistema.

Com esse apoio, a equipe policial realizou a abordagem e efetuou a prisão em flagrante

te minutos após o furto. O suspeito foi conduzido à autoridade de Polícia Judiciária para as providências legais.

Tecnologia, informação e integração

O resultado do monitoramento municipal não depende apenas das câmeras. Tecnologia, operadores preparados, fluxo de informações e integração com quem atua nas ruas precisam funcionar de maneira conjunta.

O Monitoramento atua 24 horas por dia, prestando apoio às forças de segurança e contribuindo para o acompanhamento de ocorrências, identificação de situações suspeitas e compartilhamento de informações. A estratégia adotada pelo mu-

nícipio busca fazer com que o investimento em tecnologia seja percebido pela população não apenas na existência de câmeras e equipamentos, mas principalmente na capacidade de gerar respostas.

Segurança também é qualidade de vida

Para a administração municipal, ampliar a segurança significa cuidar da rotina de quem trabalha, empreende, estuda, circula pelas ruas e constrói diariamente a cidade.

A Prefeitura de Pouso Alegre, por meio da Secretaria Municipal de Segurança Pública, segue fortalecendo o monitoramento, a tecnologia e a cooperação entre as instituições responsáveis pela segurança.



Reverendo Dionísio larga na frente na disputa pela Presidência da Câmara

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

O líder do governo Dimas (Republicanos) na Câmara, Reverendo Dionísio (Republicanos), se encaminha para ser o presidente da casa legislativa em 2027. Um grupo de 9 vereadores liderado por ele já protocolou a chapa para disputar o comando da Mesa Diretora no próximo ano. A eleição que definirá o novo presidente ocorre no dia 15 de dezembro, última sessão ordinária do ano.

A chapa é composta por Reverendo Dionísio como presidente; Oliveira Altair (Republicanos) como 1º vice-presidente; Rogerinho da Policlínica (Avante) como 2º vice-presidente; Elizelto Guido (PSD) como 1º secretário; e Hélio Carlos de Oliveira (PT) como 2º secretário.

A chapa ainda é apoiada pelos vereadores Davi Andrade (Avante), Odair Quincote (União), Ely da Autopeças



(PSD) e Fred Coutinho (Republicanos).

Embora Reverendo já reúna ampla maioria para ser conduzido ao comando da Casa, o jogo ainda não está completamente definido. Como dito, a eleição

só ocorre na última sessão ordinária do ano. Até lá, mesmo parlamentares que hoje integram ou apoiam a chapa podem rever seus posicionamentos, o que abriria espaço para uma chapa liderada pela oposição avançar.

Se o quadro se consumir, seria mais uma vitória do governo Dimas no legislativo, já que a chapa conta com o apoio do prefeito, ainda que não seja integralmente formada por governistas.

Câmara aprova criação do Programa de envelhecimento ativo em P. Alegre



DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

A Câmara Municipal de Pouso Alegre aprovou, em segunda votação, nesta terça-feira, 13 de outubro, o Projeto de Lei nº 8.435/2026, que institui o Programa “Envelhecimento Ativo” no município. De autoria do vereador Rogerinho da Policlínica, a proposta busca promover a qualidade de vida da pessoa idosa, prevenir situações de vulnerabilidade e estimular a participação e o convívio social.

Entre as ações previstas estão oficinas e atividades lúdicas, passeios culturais e

educativos, bailes, rodas de convivência, práticas de atividade física e iniciativas de orientação sobre saúde, cidadania e direitos da pessoa idosa. As atividades poderão ser realizadas em centros comunitários, unidades de assistência social e outros espaços públicos adequados, com a participação de profissionais de diferentes áreas.

De acordo com o projeto, o programa também pretende combater o isolamento social, fortalecer vínculos familiares e comunitários e estimular a autonomia, a independência e o protagonismo das pessoas idosas. O projeto segue para a sanção do Prefeito.

EXPEDIENTE	JORNAL DIÁRIO	Jornalista Responsável	Central de atendimento
Circulação Regional	WhatsApp: (35) 9 9177 3475	Donizeti de Lima Cazelato	ao assinante e cliente
Rua BOM JESUS, 790 - Centro	email: jordiario@gmail.com	MTb MG 09856 JP	Horário de
Pouso Alegre - MG	redacao@jornaldiarioregional.com.br	Associado ao Sindijori (Sindicato	funcionamento:
CEP: 37550-007	site: www.jornaldiarioregional.com.br	dos Proprietários de Jornais,	De segunda à sexta-feira
Telefones: (35) 3421.1945	facebook: jornaldiariopa	Revistas e Similares do Estado	das 8 às 17 horas
Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores, não coincidindo necessariamente com a opinião do jornal		de Minas Gerais)	

P. Alegre pode receber fábrica de autopeças com investimento de R\$ 120 milhões

Nova indústria da paranaense Vetore deverá produzir componentes para motores e reforça a presença do município no setor automotivo

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

Pouso Alegre pode ganhar mais um importante reforço para sua economia, com a chegada de uma indústria que prevê investir R\$ 120 milhões na instalação de uma fábrica de autopeças. A empresa paranaense Vetore Autopeças avança nos preparativos para implantar uma unidade no município, com foco na produção de componentes para motores e no atendimento aos mercados de Minas Gerais e São Paulo.

O investimento representa mais um movimento de expansão do setor industrial na cidade, que vem atraindo empreendimentos ligados à cadeia automotiva e ampliando sua importância como polo econômico do Sul de Minas.

Terreno já foi adquirido em Pouso Alegre. A Vetore já adquiriu um terreno no município e possui CNPJ ativo na cidade. Informações ligadas às negociações apontam ainda para a existência de um protocolo de intenções com a Prefeitura. O



novo investimento foi confirmado pelo secretário municipal de Desenvolvimento Econômico, José Carlos Costa.

A área prevista para a instalação da fábrica fica nas imediações da Estrada dos Ferreiras, próximo à unidade industrial da farmacêutica Biolab.

Apesar dos avanços nas

tratativas, o projeto industrial ainda está em elaboração. Até o momento, não foram divulgadas informações oficiais sobre o tamanho da estrutura, a capacidade de produção, o número de empregos que poderão ser gerados ou o prazo para o início das operações.

Com sede industrial em Quatro Barras, no Paraná, a

Vetore Autopeças atua na fabricação de componentes para sistemas de motorização de veículos leves, veículos pesados e máquinas agrícolas.

Entre os produtos fabricados pela companhia estão bombas d'água, bombas de óleo, carcaças e peças fundidas. A empresa atende clientes do setor automotivo, in-

cluindo grupos como Iveco e Stellantis.

Uma eventual operação em Pouso Alegre poderá aproximar a fabricante de importantes mercados consumidores e fortalecer a presença de fornecedores de componentes automotivos na região.

A possível chegada da Vetore ocorre em um momento de expansão dos investimentos industriais em Pouso Alegre.

No início de setembro, o município recebeu o primeiro centro de distribuição de peças exclusivo do Iveco Group no Brasil. O empreendimento

contou com investimento de R\$ 93 milhões.

Com a perspectiva de mais R\$ 120 milhões destinados à instalação da fábrica da Vetore, a cidade poderá ampliar sua participação na cadeia automotiva, reunindo operações de distribuição e fabricação de componentes.

Além do impacto econômico, a implantação da nova unidade também desperta expectativa em relação à geração de empregos e às oportunidades para fornecedores locais. Esses números, porém, ainda dependem da definição do projeto industrial.



Miguel Tomatinho promove pelo sexto ano a Festa das Crianças no Colina Santa Bárbara

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

A quadra poliesportiva do bairro Colina Santa Bárbara foi palco de um dia especial de alegria e diversão no último 12 de outubro, feriado de Nossa Senhora Aparecida e Dia das Crianças. Pelo sexto ano consecutivo, o vereador Miguel Tomatinho organizou a festa, proporcionando momentos de lazer, brincadeiras e confraternização para as crianças e suas famílias.

O evento foi marcado por muita diversão, comidas, brincadeiras e pela participação da comunidade, reforçando a importância do trabalho conjunto para promover momentos especiais para os pequenos. A iniciativa também contou com o apoio de parceiros e patrocinadores, fundamentais para tornar a celebração possível mais uma vez.

Entre os apoiadores estão Padaria Noronha, Supermercado Maneco, Agropecuária Cinco Estrelas, Supermerca-



do Santa Rita, Condor Print, Auto Peças Magalhães, Empresa Prática, Matervan (Casa de Material de Construção), Unishop Jardim América, Ice Bom, Copasa e Urban 35.

Miguel agradeceu a todos que contribuíram para a realização da festa, destacando a importância da união entre apoiadores, colaboradores e comunidade para levar alegria

às crianças. A celebração reafirmou o valor de iniciativas que fortalecem os laços comunitários e garantem às famílias momentos de convivência, acolhimento e felicidade.

Engavetamento com seis veículos deixa passageira ferida na MG-290



DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

evitar a batida, provocando o engavetamento.

Um engavetamento envolvendo cinco carros e um conjunto veicular de carga deixou uma passageira ferida na tarde desta quarta-feira (14), na MG-290, em Ouro Fino, no Sul de Minas. O acidente aconteceu por volta das 14h, na altura do km 53, no sentido Inconfidentes/Ouro Fino.

De acordo com a Polícia Militar, os veículos de passeio estavam parados na rodovia devido à realização de obras na pista quando ocorreu a sequência de colisões.

Segundo os relatos colhidos no local, o motorista do conjunto veicular de carga tentou desviar dos veículos que estavam parados, mas não conseguiu

evitar a batida, provocando o engavetamento. Uma passageira de um VW Polo ficou ferida. Conforme a ocorrência, ela sofreu uma fratura nasal, constatada após avaliação médica, e recebeu atendimento da equipe da concessionária responsável pela rodovia.

Os veículos envolvidos foram retirados do local pela concessionária e posteriormente liberados aos respectivos condutores.

A sinalização existente no trecho em obras foi apontada como um possível fator contribuinte para o acidente. No entanto, segundo a Polícia Militar, não há uma conclusão definitiva sobre as causas do engavetamento.

O acidente envolveu, ao todo, seis veículos.

ATENÇÃO GESTOR

LEI Nº 14.230/2021

PUBLICAÇÕES OBRIGATÓRIAS

A negativa de publicidade dos atos oficiais constitui ato de

IMPROBIDADE ADMINISTRATIVA

É obrigatório a publicação das matérias legais e atos oficiais que envolvem processos licitatórios em Diários Oficiais e em jornais Diários de grande circulação

GARAGEM BRINDES

Cerâmica

Long Drinks, Taças - Canecas de Chopp

Canecas de Cerâmica, Vidro, Acrílico e Alumínio

Acrílico em Silk e Transfer

Vidro Sublimado

Personalização por

Termotransferência, Silk Screen e Jateamento

facebook.com/garagembrindes

e-mail:garagembrindes@gmail.com

LAVA JATO AUTO BRILHO

LAVAGEM EM GERAL

Carros - Motos - Caminhões

Trator - Máquinas - Bicicletas

(35) 99816-0436 (Henrique)

@henrique_lopesrodrigues

Rua Alferes Augusto Gomes de Medela, 560 - Jd Noronha

P O U S O A L E G R E



O melhor presente é
ajudar a construir o futuro.

- ✓ mais oportunidade
- ✓ mais qualidade de vida
- ✓ maior desenvolvimento

Cemig atinge a marca de 160 unidades do Exército atendidas com energia renovável em dez estados

DA REDAÇÃO
jordiariorio@gmail.com

A Cemig venceu processos licitatórios conduzidos pelo Exército Brasileiro no Mercado Livre de Energia para o fornecimento de energia limpa, renovável e rastreável a 160 unidades consumidoras distribuídas em dez estados brasileiros. A contratação amplia a presença da companhia no segmento público e reforça sua atuação como uma das principais comercializadoras de energia do país.

As unidades atendidas estão localizadas em Minas Gerais, Rio de Janeiro, Mato Grosso do Sul, Rio Grande do Sul, Pará, Pernambuco, Rondônia, Goiás, Distrito Federal e Amazonas, abrangendo organizações militares estratégicas em diversas regiões do território nacional. A operação contempla serviços completos de gestão de energia, incluindo a representação dos consumidores junto à Câmara de Comercialização de Energia Elétrica (CCEE), suporte nos processos de migração para o Mercado Livre, execução das obras de adequação técnica e acompanhamento especializado da gestão dos contratos de energia.

Para o vice-presidente de Comercialização da Cemig, Sérgio Lopes, o fornecimento de energia para as Forças Armadas demonstra a capacidade da companhia de oferecer soluções seguras e competitivas.



“Atender uma instituição da dimensão do Exército Brasileiro reforça a credibilidade da Cemig no Mercado Livre de Energia. Além da competitividade econômica, oferecemos aos nossos clientes previsibilidade, segurança operacional, energia renovável certificada e uma estrutura especializada de relacionamento que acompanha todas as etapas da gestão energética”, afirma.

Os contratos também fortalecem a atuação da Cemig junto ao setor público, segmento que tem buscado alternativas para aumentar a eficiência dos gastos com energia elétrica e ampliar a adoção de fontes re-

nováveis. No modelo varejista, a companhia assume a gestão das obrigações setoriais junto à Câmara de Comercialização de Energia Elétrica (CCEE), simplificando a operação para os clientes e permitindo que as instituições foquem em suas atividades principais.

A presença nacional da Cemig no Mercado Livre de Energia vem crescendo de forma consistente. Atualmente, a companhia atende centenas de unidades consumidoras de órgãos públicos e instituições em diversas regiões do Brasil, incluindo clientes do setor de defesa, saneamento, educação e administração pública.

De acordo com Sérgio Lopes, essas contratações ocorrem em um momento em que a confiabilidade e a solidez financeira dos fornecedores ganham ainda mais relevância para os consumidores.

A Cemig possui cerca de 14% de participação no Mercado Livre de Energia brasileiro e é a maior comercializadora varejista do país. Nesse ambiente de contratação, consumidores podem negociar livremente as condições de fornecimento de energia, obtendo maior previsibilidade de custos, flexibilidade contratual e acesso à energia proveniente de fontes renováveis certificadas.

Regularização de imóveis pode ficar mais rápida com novo projeto em Pouso Alegre



DA REDAÇÃO
jordiariorio@gmail.com

Os vereadores aprovaram em primeiro turno, na sessão desta terça-feira, 13 de outubro, o Projeto de Lei nº 8.416/2026, de autoria do vereador Dionísio Pereira. A matéria, que ainda será votada mais uma vez, apresenta diretrizes para a Política Municipal de Regularização Fundiária Urbana (REURB), além de autorizar a contratação de uma empresa especializada para promover a regularização.

Segundo o projeto, serão priorizados núcleos consolidados, áreas de interesse social, famílias de baixa renda, entre outras situações. Já entre as diretrizes previstas estão a identificação permanente dos núcleos urbanos, a utilização de geotecnologias, a desburocratização e a atualização do cadastro imobiliário.

O projeto prevê também a realização de mutirões, campanhas e ações que contribuam para a regularização. O objetivo da matéria é dar mais agilidade ao processo de regularização de imóveis.

Projeto de lei permite a escolas privadas aderir a modelo cívico-militar



DA REDAÇÃO
jordiariorio@gmail.com

Conhecido por impulsionar pautas conservadoras na Câmara de Vereadores de Pouso Alegre, o vereador Fred Coutinho (Republicanos) apresentou aos colegas e conseguiu aprovar em primeiro turno nesta terça-feira, 13, o Projeto de Lei nº 8.138/2025, que prevê a possibilidade de colégios particulares adotarem o modelo de gestão cívico-militar no município.

A proposta obteve 11 votos favoráveis e dois contrários. De acordo com o texto da matéria, a adesão ao modelo será opcional. As instituições de ensino privadas que tiverem interesse deverão assinar um termo junto à Prefeitura, cabendo a cada escola arcar integralmente com os custos de implantação e manutenção, sem uso de verbas públicas.

O autor da proposta defendeu que a medida oferece uma alternativa de gestão focada na disciplina, na ordem e no civismo para as instituições que desejarem seguir essa linha.

Por outro lado, parlamentares contrários ao projeto argumentaram que a medida é ineficaz. A vereadora Livia Macedo (PCdoB), que votou contra ao lado do vereador Hélio Carlos (PT), apontou que as escolas particulares já possuem autonomia e não dependem de autorização legislativa para mudar o modelo pedagógico ou de gestão.

Segundo a parlamentar, a ausência atual desse formato nas redes privadas decorre da avaliação de que o modelo não apresenta a eficácia desejada pelas instituições.

Para virar lei, a proposta ainda precisa ser votada em segundo turno no Plenário da Câmara Municipal.

Operação da PC prende quatro suspeitos de homicídio em Itajubá

DA REDAÇÃO
jordiariorio@gmail.com

Quatro homens foram presos pela Polícia Civil nesta quarta-feira, 14, em Itajubá, no Sul de Minas. Os suspeitos, de 24, 26, 37 e 38 anos, são investigados por envolvimento em um homicídio registrado em dezembro de 2025, no bairro Vila Isabel.

A ação foi coordenada pela Delegacia Regional do município e cumpriu quatro mandados de prisão temporária, além de quatro mandados de busca e apreensão.

Durante o cumprimento das ordens judiciais, as equipes apreenderam cerca de 350 munições de calibres variados e uma pistola calibre .380.

Segundo a instituição, os



quatro investigados foram levados ao Presídio de Itajubá e estão à disposição do Poder

Judiciário. As apurações prosseguem para identificar outros possíveis envolvidos no crime,

além de verificar se os detidos têm relação com outros delitos no município.

CHEGOU A HORA DE VOLTAR ÀS AULAS EM GRANDE ESTILO!

GRANDES MARCAS E O MENOR PREÇO!

LISTAS COMPLETAS DAS ESCOLAS DE POUSO ALEGRE E REGIÃO COM DESCONTO ESPECIAL!

R. BOM JESUS, 790 - CENTRO, POUSO ALEGRE

LISTA COMPLETA EM ATÉ 6x SEM JUROS

COMPRE PELO WHATSAPP (35) 98439-8484

PENSANDO EM ALUGAR UM CARRO?

As menores tarifas estão aqui!

0300 210 5151 | aluguebrasil.com.br

POUSO ALEGRE (35) 3422-9600 AV. VICENTE SIMÕES, 143

Projeto de Dalmo pode garantir novas diretrizes de apoio a pacientes com AVC em Minas Gerais

Proposta estabelece diretrizes para prevenção, atendimento, tratamento, reabilitação e inclusão social de pessoas acometidas por acidente vascular cerebral em Minas Gerais

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

O Projeto de Lei nº 179/2019, de autoria do deputado estadual Dalmo Ribeiro, foi aprovado pela Assembleia Legislativa de Minas Gerais e agora aguarda a análise do governador para sanção.

A proposta estabelece diretrizes para a adoção, pelo Estado, de medidas de apoio às pessoas acometidas por Acidente Vascular Cerebral (AVC). Entre elas estão o incentivo a campanhas educativas sobre sintomas, prevenção e tratamento, além da qualificação e treinamento das equipes de saúde para o atendimento de urgência.

O texto também prevê diretrizes para ampliar o acesso a medicamentos, procedimentos diagnósticos e terapêuticos, fortalecer a reabilitação e a inclusão social dos pacientes e incentivar estudos sobre o AVC por meio de parcerias com hospitais, universidades e instituições de pesquisa.

Para Dalmo Ribeiro, a aprovação representa uma etapa importante de um projeto voltado

tanto ao atendimento de quem sofre um AVC quanto à prevenção e à informação da população.

“É uma conquista muito importante. O AVC exige rapidez no atendimento, mas o cuidado não termina depois da emergência. Precisamos pensar também na recuperação, na reabilitação, na inclusão e, principalmente, na prevenção. Trabalhamos para construir uma proposta que possa fortalecer esse atendimento em Minas Gerais e melhorar a assistência às pessoas e às famílias que enfrentam essa situação.”

O parecer da Comissão de Saúde ressalta ainda a relevância do tema e aponta que o AVC permanece entre as principais causas de morte no país. O próprio documento destaca a importância de ações de orientação à população sobre sintomas, prevenção e procura rápida pelo serviço de saúde.

Dalmo destacou que agora a expectativa é pela sanção da proposta. “Agradeço aos deputados que compreenderam a importância desse projeto e contribuí-



ram para sua aprovação. Agora aguardamos a sanção do governador para que essas diretrizes possam se transformar em mais um instrumento de fortalecimento da atenção às pessoas acometidas pelo AVC em nosso Estado.”

Apresentado originalmente em 2019, o projeto passou pelas etapas de análise das comissões e tramitação na Assembleia. No texto analisado em segundo turno, a Comissão de Saúde manifestou-se favoravelmente à aprovação da matéria.

Lulistas e bolsonaristas tentam virar votos no segundo turno em P. Alegre

Corpo a corpo nas ruas, carreatas, adesivações, foco nos indecisos e na terceira via. Lulistas e bolsonaristas tentam virar votos em Pouso Alegre na reta final da disputa presidencial



DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

A exemplo do que ocorre em todo o país, lulistas e bolsonaristas se mobilizam em Pouso Alegre para buscar votos decisivos na eleição presidencial mais acirrada desde a redemocratização do Brasil. De perfil conservador, Pouso Alegre destinou 56,4% dos votos para Flávio Bolsonaro e 34,2% para Lula no primeiro turno.

Na tentativa de reverter o quadro ou ao menos reduzir a diferença, lulistas apelam para o corpo a corpo nas ruas, a conversa tete a tete para virar votos e na reprodução das grandes mobilizações de esquerda que vem ganhando corpo no país desde o final do primeiro turno.

Já os bolsonaristas focam em manter a mobilização em atos de campanha tradicionais como carreatas, adesivações e, mais recentemente, com o que eles chamam de ‘bloquinhos’, uma estratégia liderada pelo deputado federal Nikolas Ferreira para fazer frente à mobilização de rua lulista.

Tanto lulistas quanto bolsonaristas já realizaram mobilizações e pequenos atos ao longo dos últimos dias. Mas as lideranças têm se empenhado em dois principais para esta reta final. Lulistas convocaram um ato para o próximo

sábado, 17, às 15h. A concentração parte de frente do Senai e segue até a Praça da Catedral.

Entre os bolsonaristas, o grupo ligado a Nikolas Ferreira em Pouso Alegre (MG), marcou para o dia 24 de outubro, véspera da votação o evento ‘Bloquinho 22 em apoio a Flávio Bolsonaro’. O ato ocorrerá na Praça João Pinheiro a partir das 19h.

Bolsonaristas querem repetir boa votação do primeiro turno. Como ocorreu no primeiro turno, os atos da direita em Pouso Alegre se desenrolam a partir de dois grupos principais: um mais ligado a Nikolas Ferreira e outro ao PL e Direita Minas. Formalmente, porém, foi Nikolas Ferreira quem assumiu a campanha de Flávio Bolsonaro em Minas.

Como explica Alba Junqueira, que coordenou a campanha de Nikolas em Pouso Alegre no primeiro turno, a estratégia para a cidade no segundo turno é aquela cuidada aos municípios em que Flávio Bolsonaro alcançou as votações mais expressivas: “O trabalho é manter a mobilização por meio de adesivações, carreatas e bloquinhos, fortalecendo a articulação com as lideranças municipais e incentivando a população a participar do segundo turno”, pontua.

Ainda conforme a liderança, outra frente de atuação é o diálogo com os eleitores “da terceira via, com quem votou em branco ou anulou o voto e com aqueles que não compareceram às urnas. Minas Gerais registrou aproximadamente 3,74 milhões de eleitores ausentes, 268 mil votos em branco e 393 mil votos nulos no primeiro turno”, calcula.

O grupo ligado ao PL e Direita Minas apostou em carreatas e adesivações nos últimos dias e tem se reunido para planejar novas ações. A ala parece a mais otimista. De acordo com o vereador Fred Coutinho (Republicanos), eles já estão providenciando um “mini trio elétrico para dia 25 (...) Em caso de vitória, faremos uma carreata e uma mobilização na Vicente Simões”, projeta. Consultar Atlas

Lulistas montam comitê, e apostam na conversa um a um para virar voto

Os grupos lulistas montaram um comitê central para reforçar a campanha de Lula no segundo turno em Pouso Alegre. O ‘Comitê Popular do Lula’ é o mesmo que serviu de QG para a campanha a deputada estadual da ativista Pâmela Vindilino (PT) no primeiro turno.

No espaço estão se reunindo voluntários, coletivos e lideran-

ças progressistas da cidade. A estrutura da mobilização é descentralizada. Grupos de estudantes, por exemplo, se reúnem para ir a feiras livres e fazer corpo a corpo nas ruas. A estratégia é conversar com os eleitores, um a um. Cada voto conta. Nas redes sociais, as lideranças convocam mais voluntários para se juntar à mobilização.

A vereadora Livia Macedo (PcdoB) contou que a maior parte das mobilizações tem ocorrido de forma independente. O fenômeno não é exclusivo de Pouso Alegre. O movimento surpreendeu lideranças progressistas de todos os países. A manifestação que ocorreu na Avenida Paulista no dia 11, reunindo centenas de milhares de pessoas, por exemplo, não foi convocada pela campanha de Lula, mas por estudantes e grupos de fãns.

Foi como ocorreu com um ato independente em frente a Catedral no dia 9. Na convocação pelas redes sociais o aviso: “Tem muita gente nessa cidade que pensa como você e acha que está sozinha. Hoje é dia de se encontrar e mostrar que a gente é muito mais do que parece. Vem com a família, chama os amigos e traz o que tiver: bandeira, cartaz, camiseta vermelha e disposição”.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CONCEIÇÃO DOS OUROS - AVISO DE LICITAÇÃO – CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA - Nº 013/2026 - PROCESSO LICITATÓRIO Nº 190/2026 - Contratação de empresa para pavimentação de estradas vicinais do Município de Conceição dos Ouros – MG, conforme contrato de financiamento BDMG nº 431.507. As Propostas Serão Recebidas das 08:30 horas do dia 19 de outubro de 2026 até às 08:29 horas do dia 09 de novembro de 2026. A licitação ocorrerá no dia 09 de novembro de 2026 às 08:30 horas. As propostas e eventuais impugnações serão recebidas EXCLUSIVAMENTE por meio eletrônico no endereço: <https://www.portaldecompraspublicas.com.br/>. Conceição dos Ouros, 15 de outubro de 2026. Luís Fernando Rosa de Castro - Prefeito Municipal.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CONCEIÇÃO DOS OUROS - AVISO DE LICITAÇÃO - PREGÃO ELETRÔNICO - Nº 055/2026 - PROCESSO LICITATÓRIO Nº 191/2026 - Contratação de empresa para eventual e futura aquisição de ração para cães adultos e coleiras para cães, destinadas ao atendimento das ações de manejo, proteção e bem-estar animal realizadas pelo Município de Conceição dos Ouros/ MG. As Propostas Serão Recebidas das 08:30 horas do dia 19 de outubro de 2026 até as 08:15 horas do dia 04 de novembro de 2026. A licitação ocorrerá no dia 04 de novembro de 2026 às 08:30 horas. As propostas e eventuais impugnações serão recebidas EXCLUSIVAMENTE por meio eletrônico no endereço: <https://conceicaodosouros.licitapp.com.br/>. Conceição dos Ouros, 15 de outubro de 2026. Luís Fernando Rosa de Castro - Prefeito Municipal.

Prefeitura municipal de Delfim Moreira- MG
Processo 86/2026 – Dispensa de Licitação nº 29/2026 -Torna público o Aviso de Contratação para Contratação de empresa especializada para o fornecimento de grama esmeralda e postes de madeira tratada destinados aos campos de futebol localizados nos bairros Sertão Pequeno e Pitangal, em atendimento às necessidades da Secretaria Municipal de Turismo, Cultura, Esportes e Lazer. Julgamento de propostas às 09:00h do dia 23/10/2026. Apresentação das propostas do dia 19/10/2026 até as 23:59 h do dia 22/10/2026. Para todas as referências de tempo será observado o horário de Brasília – DF. Editais e informações complementares na sede da Prefeitura Municipal, no Setor de Compras e Licitações pelo telefone (35) 9 9988-1817, ou no site www.delfimmoreira.mg.gov.br – Salvador Zaia Rodrigues dos Santos – Agente de Contratação.

Prefeitura municipal de Delfim Moreira- MG
Processo 85/2026 – Dispensa de Licitação nº 28/2026 -Torna público o Aviso de Contratação para Contratação de empresa especializada para fornecimento e instalação de 2 (dois) sombreiros metálicos para cobertura de veículos, destinados a abrigar 1 (um) veículo por unidade, em atendimento a Emenda Impositiva Individual nº 21.1/2025, conforme especificações técnicas deste Termo de Referência, a serem instalados nos seguintes locais:
a) Unidade 1: Unidade de Saúde da Família do Bairro Sertão Pequeno;
b) Unidade 2: Unidade de Saúde da Família do Bairro Barra. Apresentação das propostas do dia 19/10/2026 até as 10:00h do dia 23/10/2026. Julgamento de propostas às 13:00h do dia 23/10/2026. Para todas as referências de tempo será observado o horário de Brasília – DF. Editais e informações complementares na sede da Prefeitura Municipal, no Setor de Compras e Licitações pelo telefone (35) 9 9988-1817, ou no site www.delfimmoreira.mg.gov.br – Salvador Zaia Rodrigues dos Santos – Agente de Contratação.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOÃO DA MATA-MG. Aviso de Licitação. Pregão Eletrônico – Sistema de Registro de Preços nº 019/2026. Processo Administrativo nº 115/2026. Objeto: CONTRATAÇÃO DE EMPRESA PARA FORNECIMENTO DE MATERIAL DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO, EM ATENDIMENTO ÀS NECESSIDADES DO MUNICÍPIO DE SÃO JOÃO DA MATA/MG.. O edital na íntegra encontra-se disponível no sítio eletrônico www.saojoaodamata.mg.gov.br, na plataforma eletrônica www.portaldecompraspublicas.com.br e no PNCP – Portal Nacional de Contratações Públicas. Maiores informações poderão ser obtidas através do setor de licitações pelo telefone (35) 9 9976-6437 ou pelo e-mail: licitacao@saojoaodamata.mg.gov.br. A sessão pública ocorrerá às 09h01min do dia 29 de outubro de 2026 na plataforma eletrônica www.portaldecompraspublicas.com.br. São João da Mata (MG), 15 de outubro de 2026. Rosemiro de Paiva Muniz - Prefeito Municipal.



Ozonioterapia estética: o uso do gás de ozônio em tratamentos estéticos

CLÁUDIO PRADO
jordiário@gmail.com

Os tratamentos estéticos que usam gases, como a ozonioterapia estética, conquistaram seu espaço no mercado e chamam a atenção por serem menos invasivos do que uma cirurgia. Ainda assim, antes de apostar neles é preciso conhecê-los melhor

O QUE É A OZONIOTERAPIA?
Para falar sobre o assunto, buscamos uma especialista que comenta que a ozonioterapia se trata de “uma prática integrativa e complementar. É um potente antioxidante, anti-inflamatório, analgésico e desintoxicante que estimula o sistema imunológico”. Além disso, cita que o procedimento “consiste em administrar o gás de ozônio medicinal, composto por 3 átomos de oxigênio, melhorando a oxigenação e circulação nos tecidos”.
A biomédica também fala sobre o uso nos tratamentos estéticos, comentando ser comum “a aplicação local (intramuscular) para tratar gordura localizada, celulite, flacidez, estrias, acne e melasma. Também é parte da terapia capilar, trata olheiras e é usada na lipo de papada”. Ela conclui dizendo que a ozonioterapia “também é usada via retal e na auto-hemoterapia menor, com ação sistêmica para desinflamar, desintoxicar o organismo, diminuir o estresse oxidativo celular e ajudar a acelerar o



metabolismo”.

COMO FUNCIONA A OZONIOTERAPIA NA ESTÉTICA
A biomédica explica que a ozonioterapia pode ser feita por “aplicação local (injeção intramuscular em alguma parte do corpo), uso de óleo ozonizado (passado no corpo), via retal (com o gás inserido no reto) e auto-hemoterapia menor (com retirada de 3 a 5 ml de sangue, misturado ao ozônio para depois injetar o sangue ozonizado)”.

CONTRAINDICAÇÕES E RISCOS
Sobre contraindicações, a biomédica diz que “os pacientes com maior propensão a queloides e portadores da síndrome G6PD devem evitar o tratamento estético com ozônio”. Além disso, grávidas e lactantes não devem fazer a ozonioterapia estética.

Corena também lembra que a terapia tem baixos riscos, já que o ozônio se transforma rapidamente em oxigênio. No entanto, ela menciona os seguintes riscos:
Intoxicação por dose excessiva; Infecção no local da aplicação por falta de assepsia correta; Embolia – no caso da aplicação intravenosa;



Necrose local – devido a oxidação; Reação de Herxheimer – um efeito colateral que causa sintomas semelhantes a uma gripe forte.
Como você pode ver, a ozonioterapia estética ajuda em diferentes questões, porém, é importante buscar por um profissional qualificado e tirar suas dúvidas sobre o procedimento.

Liberação miofascial: a técnica que reduz os desconfortos da dor muscular

CLÁUDIO PRADO
jordiario@gmail.com

A liberação miofascial consiste em uma técnica que ameniza as dores musculares causadas por tensão”. O método é realizado por meio de pressões sobre o local da dor, com o objetivo de “liberar a fâscia (tecido fibroso que recobre os músculos do corpo)”. Como aponta a especialista, com a liberação, é possível, sim, prevenir lesões.
Além disso, ela acrescenta que, atualmente, “essa técnica é comumente incorporada à fisioterapia para relaxar a musculatura, melhorar a disposição e a agilidade. Para quem treina, ajuda a melhorar o rendimento em séries de exercícios intensos. É indicada para pessoas que sofrem com dores musculares crônicas ou agudas, praticantes de atividades físicas ou para quem tem alguma patologia que provoque dor muscular”.
Entre os fatores que causam o enfraquecimento da fâscia, estão: o uso incorreto da musculatura, estresse e problemas emocionais. Desse modo, a liberação miofascial também é sobre qualidade de vida e bem-estar.
Dentre os benefícios da liberação miofascial estão: Aumenta a mobilidade articular e a consciência corpo-



realizada por fisioterapeutas, educadores físicos e massoterapeutas, desde que esses saibam realizar a técnica.
Durante o procedimento, você poderá sentir um pouco de dor, pois o procedimento manipula regiões que estão sensíveis, irritadas e tensio-

nadas. Além disso, a técnica pode ser realizada com o auxílio de um rolo específico para liberação, pantufas, ventosas e outros instrumentos.
A liberação miofascial pode te ajudar no dia a dia, melhorando seu humor, disposição e produtividade.

Suco de tomate: benefícios e receitas que te farão adotar o consumo



O suco de tomate impacta positivamente a saúde, sendo uma ótima opção para inserir em dietas.
O tomate “é um ingrediente muito utilizado em dietas de emagrecimento, pois por conter baixa caloria, tem propriedades diuréticas, muita água e vitamina C, melhorando o sistema imunológico e a absorção do ferro nas refeições”.
O suco de tomate é uma bebida pouco calórica, pois 300 ml de suco de tomate puro tem apenas 46 kcal, por esse e todos os outros benefícios, ele também é excelente para o emagrecimento. É melhor priorizar tomates frescos e caseiro para fazer esse suco, pois eles não contêm conservantes, e deve ser ingerido logo após o seu preparo, pela manhã.
Dentre os benefícios estão: Anti-inflamatório natural: o suco de tomate possui ação anti-inflamatória. Para ela “o suco de tomates é rico em betacaroteno, flavonoides e ácidos fenólicos”, isso significa que “esses antioxidantes trabalham para neutralizar os radicais livres nocivos responsáveis por danos às células, melhorando a saúde visual, dos cabelos, da pele e aumentam a saúde óssea”.
Contribui para regularização da pressão arterial: O suco auxilia na regularização da pressão arterial. Também é rico em potássio, um mineral que ajuda a regular a pressão

arterial. Por conter bastante água, o tomate também ajuda no efeito diurético. Além disso, o suco evita fraqueza e câibras musculares durante atividades físicas intensas.
Contribui para boa saúde do coração: Outro benefício salientado é a melhora na saúde do coração. Isso acontece porque a bebida tem alto teor de licopeno, que auxilia a circulação sanguínea e previne doenças cardíacas. O suco também é uma ótima fonte de fibras, pois possui vitaminas B3 e B6, que ajudam diretamente no controle do colesterol e previnem possíveis problemas mais graves, como derrame.
Auxilia na redução de peso: O suco pode colaborar no processo de emagrecimento. Por melhorar o funcionamento digestivo, o tomate auxilia na eliminação de líquidos, diminui o inchaço e acelera a eliminação de toxinas internas, promovendo o aumento na quebra de gordura, porque é capaz de acelerar o metabolismo.
Auxilia na prevenção de câncer de próstata: O suco ajuda a prevenir o câncer de próstata, pois “o pigmento carotenoide encontrado nos tomates exerce uma potente ação antioxidante no organismo, protegendo as células do efeito dos radicais livres, principalmente as células da próstata”. Logo, não deixe de recomendar também o suco de tomate aos amigos.

Tratamento especializado para

MICROVASOS

Pernas livres de VASINHOS

35 99898-6710

Luciana Hoehne
MASSOTERAPIA - ESTÉTICA
E COSMETOLOGIA

acabamentos

Comemorando **34 anos**, na arte de revestir valorizando seu imóvel

Porcelanatos, laminados, vinílicos, portas e metais

Rua Bom Jesus, 795 - Centro - Pouso Alegre/MG 35 3425-3535 35 99810-6586

JORNAL DIÁRIO

Acesse no site

www.jornaldiarioregional.com.br

Cultura de P.A lança Chamamento Público para apoio de blocos no Carnaval 2027

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

A Prefeitura de Pouso Alegre, por meio da Secretaria Municipal de Cultura, tornou público o Edital de seleção de blocos carnavalescos para receberem apoio estrutural e logístico do Poder Público Municipal nos termos da Lei Municipal 7.026/2025, visando incentivar as diversas formas de manifestações culturais do “Carnaval de Pouso Alegre 2027”, a se realizar nos espaços públicos do Município no período de 30 de janeiro a 09 de fevereiro de 2027.

O objetivo é fomentar a participação dos blocos locais e organizar, com antecedência, a estrutura necessária para o “Carnaval de Pouso Alegre 2027”. O apoio oferecido pelo município envolve itens como banheiros químicos, tendas, palco, sonorização, limpeza de área pública, fechamento de vias, ambulância e demais serviços previstos no edital, condicionados à disponibilidade orçamentária e análise técnica.

Prazos do Chamamento Público:

- * Lançamento do Edital - 15/10/2026



- * Inscrições - 16/10 a 26/10/2026
 - * Seleção (3 dias úteis) - 27/10 a 29/10/2026
 - * Resultado preliminar de Seleção - Até 30/10/2026
 - * Recursos (2 dias úteis) - 03/11 e 04/11/2026
 - * Análise dos recursos - Até 06/11/2026
 - * Resultado definitivo de Seleção - Até 09/11/2026
 - * Assinatura do Termo de Compromisso e Concessão de Apoio Estrutural - Até 13/11/2026
- As inscrições são gratuitas

e devem ser feitas pelo Portal de Autoatendimento do Município de Pouso Alegre (<https://pousoalegre.atende.net/autoatendimento>), a partir do seu cadastro de pessoa física ou jurídica.

O processo seguirá critérios técnicos que consideram aspectos como acesso do público à programação e infraestrutura, atuação e histórico, atividade do bloco, diversidade, inclusão, acessibilidade e sustentabilidade ambiental. Até 20 blocos poderão ser selecionados, conforme pon-

tuação e disponibilidade de apoio.

O edital está disponível no site oficial da Prefeitura de Pouso Alegre e no Mural de Publicação da Secretaria de Cultura. Demais informações podem ser obtidas com a Secretaria de Cultura por meio dos seguintes canais de comunicação:

- * E-mail: carnavalpmpa@gmail.com;
- * Telefone: (35) 3112-3879 - ramal 2
- * Whatsapp (35)99268-0221 (apenas mensagens).

Veja orientações sobre acesso, segurança, transporte e para shows do Agita P.A

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

A Prefeitura de Pouso Alegre, por meio da Secretaria Municipal de Comunicação Social, Lazer e Turismo, divulga orientações importantes para o público que vai participar do Agita P.A., neste sábado (17) e domingo (18). O evento celebra os 178 anos do município, com entrada gratuita, shows nacionais e atrações para diferentes públicos, na área de eventos da Festa do Peão, na saída para a MG-290. Para garantir a organização e a segurança das comemorações, os participantes devem observar as regras de acesso, os itens proibidos e as recomendações de transporte.

No sábado (17), os portões abrem às 19h. A programação musical começa às 20h30, com Beth Bacana, seguida pelo show de Bell Marques, às 22h30.

No domingo (18), a programação começa com o Pouso Alegre + Alegre – Matinê, das 11h às 15h, no mesmo espaço das comemorações. A atividade contará com uma área kids, com brinquedos e atrações preparadas especialmente para as crianças.

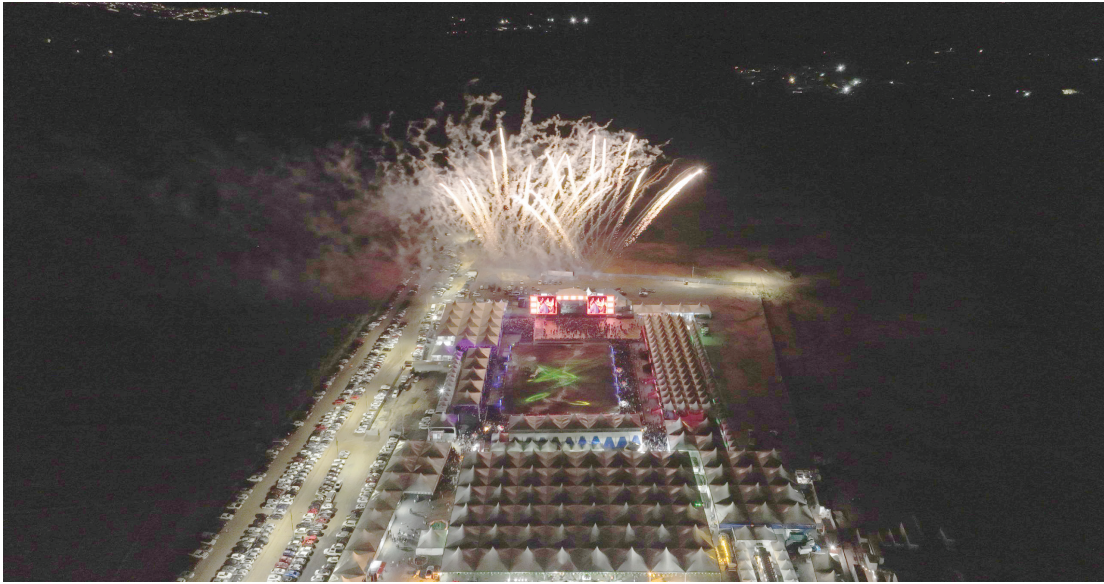
À noite, os portões abrem às 19h, com apresentação de Doctor XIP, às 20h30, Léo Santana, às 22h30, e Lary Kay, à meia-noite.

Toda a programação tem entrada gratuita.

A entrada de menores de idade seguirá regras específicas de acompanhamento e autorização.

Crianças de até 12 anos poderão entrar apenas acompanhadas pelos pais ou responsáveis. Já adolescentes de 13 a 17 anos poderão participar acompanhados pelos pais ou responsáveis ou mediante autorização por escrito dos pais ou responsáveis.

O acompanhamento poderá ser realizado por pais, familiares, tutores, curadores e detentores da guarda. Também será permitida a presença de um



acompanhante que não seja responsável legal, desde que possua autorização por escrito do responsável.

O evento não é recomendado para menores de 12 anos.

Acessibilidade e espaço reservado para pessoas com deficiência

O Agita P.A. contará com estrutura de acessibilidade para proporcionar mais conforto e segurança ao público. Entre os recursos disponíveis estão acesso exclusivo para pessoas com deficiência (PCDs), piso Easyfloor, banheiro acessível e uma área reservada em frente ao palco, identificada pela cor verde.

O espaço reservado é destinado a pessoas com deficiência física, auditiva, visual, intelectual, mental ou psicossocial, incluindo pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), deficiência múltipla e mobilidade reduzida.

Será permitido o acesso de um acompanhante por pessoa.

Para utilizar a área reservada, será necessário apresentar documentação de identificação, especialmente nos casos de deficiências não aparentes. O cordão de identificação, por si só, não será suficiente para autorizar o acesso ao espaço.

Itens proibidos no evento

Para garantir a segurança do público, não será permitida a entrada com armas de qualquer tipo, objetos e substâncias ilícitas, mochilas e malas de

qualquer tamanho, garrafas, latas, coolers, copos térmicos, guarda-chuvas e capacetes.

Também estão proibidos correntes grossas, objetos pontiagudos ou cortantes, fogos de artifício e de estampido, bastões de selfie, tripés, drones, câmeras profissionais e apontadores a laser de qualquer cor ou potência.

A entrada de animais e alimentos também não será permitida.

A Prefeitura orienta que os participantes confirmem os objetos que pretendem levar antes de sair de casa, evitando transtornos no acesso ao evento.

Transporte e segurança

Para facilitar o deslocamento e evitar congestionamentos e dificuldades para estacionar, a Prefeitura recomenda que o público dê preferência ao transporte coletivo, táxis, carros por aplicativo ou caronas.

Uma linha especial de ônibus estará disponível para facilitar o acesso às comemorações dos 178 anos de Pouso Alegre.

Para a ida ao evento, todas as partidas terão saída da Rua Duque de Caxias, pela Linha 223 – Condomínio Caminho das Montanhas, seguindo pela Rua Alferes Augusto Gomes de Medela. O desembarque será realizado ao lado do “Posto dos Macacos”, próximo ao espaço das comemorações.

Além da ampliação dos horários regulares, serão disponibilizados quatro ônibus especiais para o retorno do público

após o término da programação, com itinerários divididos por regiões da cidade.

* Carro 1 – Zona Sul: saída pela Avenida Perimetral, atendendo São Geraldo, Foch, Árvore Grande, Vergani, Parque Real, São Cristóvão, Santo Expedito, Jatobá e Morumbi.

* Carro 2 – Zona Norte: Jardim Brasil, Jardim Redentor, São João pela Rua Três Corações, Polivalente, Jardim Noronha, Duque de Caxias, Esplanada, Recanto dos Fernandes e Ribeirão.

* Carro 3 – Zona Leste: saída pela Rua Três Corações, atendendo São João, Duque de Caxias, Rua Comendador José Garcia, região da Faisqueira e Belo Horizonte.

* Carro 4 – Zona Oeste: saída pela Avenida Perimetral, atendendo Ipiranga, JK, Cidade Jardim, Portal do Ipiranga e Chaves.

No sábado (17), os ônibus especiais de retorno começarão a sair a partir das 00h30. Já no domingo (18), as saídas serão realizadas a partir das 2h30. O ponto de embarque dos ônibus especiais também será ao lado do “Posto dos Macacos”.

A orientação também é para que os participantes evitem dirigir após consumir bebidas alcoólicas, contribuindo para a segurança no trânsito.

Durante toda a programação, o Agita P.A. contará com monitoramento por câmeras, como parte das medidas de segurança adotadas para o evento.

Vagas exclusivas para PCD

Somos comprometidos com a **diversidade, igualdade e inclusão.**
Lei nº 8213/91

 Vale combustível Alimentação nas refeições Alojamento Salário compatível com o mercado**PARA SE CANDIDATAR**
ENVIE SEU **CURRÍCULO** PARA O E-MAIL:
MAIRA.PEREIRA@PAVIDEZ.COM.BR
COM O ASSUNTO: **NOME DA VAGA**
Ou entre em contato pelo telefone:
(35) 99970-3776

VOLTA ÀS AULAS

A vista com 10% de Desconto no pix ou dinheiro.

LISTA COMPLETA EM 10x SEM JUROS

COMPRE PELO WHATSAPP (35) 3422-2917

GRANDES MARCAS E O MENOR PREÇO!

AK PAPELARIA

@akpapel @akpapelaria

Acesse no site
www.jornaldiarioregional.com.br
35 3421-1945

OTREINO QUE FUNCIONA.

Saia da rotina e vivencie resultados rápidos com um treinamento funcional aliado a educação alimentar.
Faça parte da família Cross Experience. Aqui o treino funciona.

CROSS EXPERIENCE

PLANO FUNCIONAL À PARTIR:
R\$ 69,90 3X POR SEMANA **R\$ 99,90 ILIMITADO**

Cross Experience Noronha
(35) 9 9157-7576
R. Vereador José Rigotti, 63, Jardim América