

## 'Desconforto térmico' afeta montes-clarenses

Montes Claros está em estado de atenção devido à intensa onda de calor, com temperaturas de até 40 °C e umidade relativa do ar entre 20% e 30%. Essa situação traz impactos para a saúde pública, a agricultura e os recursos hídricos, exigindo cuidados especiais. Segundo especialista, é fundamental manter a hidratação, alimentação leve e adotar práticas que reduzam os desconfortos causados pelo calor e pela baixa umidade, como evitar atividades físicas nas horas mais quentes e melhorar a circulação do ar em ambientes fechados. **PÁGINA 3**

## Superação, saúde e resiliência

A campanha Outubro Rosa promove a conscientização sobre a prevenção do câncer de mama e útero, incentivando o autocuidado e a realização de exames. Em MOC, ocorre a 12ª edição da Corrida Outubro Rosa, com a participação de 1.200 atletas, em prol de pacientes carentes. O evento destaca a importância da atividade física na prevenção e recuperação de doenças, como o câncer. **PÁGINA 8**

ARQUIVO PESSOAL



Corrida é vista como um símbolo de superação

FREEPIK



Recomendação é evitar atividades físicas entre 10h e 16h, usar roupas leves e melhorar a circulação do ar

## Bazar Fundação Sara

A Fundação Sara realiza, nos dias 10 e 11 de outubro, um bazar em comemoração ao Mês das Crianças, com o objetivo de arrecadar recursos para o tratamento de crianças e adolescentes com câncer. O bazar oferece uma variedade de produtos, incluindo roupas, brinquedos e utensílios, com toda a renda revertida para a instituição. Iniciativa é vista como uma oportunidade de solidariedade, permitindo que a comunidade contribua. **PÁGINA 4**

DIVULGAÇÃO



Fundação Sara apoia famílias e está construindo o Hospital de Câncer

# Opinião

## Dia 12 de outubro é para brincar e ser feliz

Zackia Daura\*

Comemorado no dia 12 de outubro, o Dia das Crianças é uma data em sua homenagem que reforça a importância da garantia de seus direitos e nos convida a ampliar seus conhecimentos de forma lúdica e divertida.

A semana do recesso escolar e especialmente o dia das crianças pode ser uma oportunidade de viver experiências incríveis que vão fortalecer os vínculos, ampliar conhecimentos e exercitar a criatividade. É preciso olhar para além dos brinquedos e tecnologias e se perguntar: Qual o verdadeiro presente que a infância pode oferecer?

A natureza, em sua simplicidade exuberante, oferece inúmeras possibilidades onde a criatividade é o brinquedo mais valioso. Uma folha seca pode ser um barco em um rio cavado com as mãos, pequenos frutos incorporam animais de uma fazenda, galhos, pedras, terra, sementes, tudo pode compor o cenário enriquecendo o imaginário. Para quem mora no interior esse contato com a natureza é fácil e acessível, mas e para quem mora em grandes centros e que vem desenvolvendo o transtorno do "Deficit de Natureza"?\*

É preciso lembrar que a natureza está em toda parte, é o ar que respiramos, a água, o céu, as estrelas, a terra abaixo do concreto. O contato com a natureza é fundamental para a saúde mental e para nos lembrar de quem somos. Passeios ao ar livre em parques, jardins, zoológicos, planetários... podem ser uma boa opção para restabelecer esse contato.

Além disso, a infância é um terreno fértil para o despertar da sensibilidade artística e cultural. Visitas a museus para contemplar obras que contam histórias de outros tempos e mundos distantes. Visitas a galerias de arte ou monumentos podem abrir suas mentes para a infinita manifestação de sentimentos e expressões humanas. Diante de uma escultura, uma criança pode descobrir que a beleza pode ser tocada; diante de uma pintura, ela pode perceber que as cores e as formas falam.

É importante explorar outras culturas, mostrando que o mundo é diverso, muito maior que a bolha em que muitas vezes vivemos. Visitar feiras culturais, ouvir músicas de outros países, provar comidas diferentes — tudo isso são experiências que ampliam a visão de mundo de uma criança, ensinando-lhe que há mais de uma forma de viver, de se divertir e de ser feliz. O contato com outras culturas é uma viagem sem sair do lugar, assim como a literatura, com histórias que podem ser lidas ou contadas de uma forma mais dinâmica pelos pais. Um livro, para uma criança, é um portal para outros mundos, onde os animais falam, reis, rainhas, dragões e fadas atravessam as páginas. Ouvir e contar histórias é uma forma antiga de diversão que transcende gerações e culturas.

Assistir a um filme ou ir a uma peça infantil pode ser uma opção cultural divertida e enriquecedora. Brincar de teatro livre, dançar ao som de uma música inventada, pintar o cenário com os dedos, são exercícios de expressividade, cultura, criatividade e socialização que desenvolvem a imaginação e auxiliam na expressão de sentimentos por meio da expressão corporal.

A arte é a melhor forma de expressão do inconsciente. Possibilitar o acesso a materiais e técnicas expressivas é dar a criança o poder de criar universos inteiros e de trazer seus sentimentos contidos pra fora, para que possam ser processados e compreendidos.

Neste encontro entre o lúdico e o artístico, a criança se vê integrada ao todo, reconhecendo sua própria essência e as infinitas possibilidades de ser.

Diante de tantas possibilidades, no Dia das Crianças, podemos permitir que a imaginação seja o maior presente. Não se trata de negar a tecnologia e os brinquedos, mas de lembrar que a essência da infância está na liberdade de criar, imaginar e transformar o cotidiano em algo extraordinário.

No dia 12 de outubro que cada um possa acordar sua criança interior, brincar e ser feliz!

\*Escritora, artista plástica e produtora cultural

## Estimulando o desenvolvimento cognitivo infantil

Luciana Brites\*

A educação infantil representa uma fase crucial para o desenvolvimento cognitivo das crianças, caracterizada por uma intensa plasticidade cerebral. Possibilitar que a criança tenha acesso à diversidade de estímulos é primordial para que suas capacidades sejam desafiadas e aperfeiçoadas.

O estímulo das capacidades cerebrais através da diversidade de atividades como danças, músicas, brincadeiras, jogos, vídeos e consciência corporal, por exemplo, melhoram a cognição e incentivam a aprendizagem através do raciocínio, da reflexão, da abstração, da imaginação e do aperfeiçoamento das múltiplas linguagens.

O desenvolvimento cognitivo na primeira infância desempenha um papel crucial no sucesso escolar e na adaptação social futura. Durante essa fase inicial, o cérebro das crianças é altamente receptivo a estímulos, abrindo uma janela de oportunidade para o crescimento.

Por exemplo, a capacidade de resolver problemas, entender conceitos abstratos e desenvolver habilidades sociais começa a ser formada nos primeiros anos de vida por meio de estímulos apropriados. A leitura e a escrita são competências que começam a ser formadas no cérebro desde muito cedo ao serem estimulados pré-requisitos cognitivos primordiais, como a espacialidade e a consciência fonológica.

Além disso, através da estimulação cognitiva, promovem-se habilidades essenciais como a memória, a atenção, a linguagem e as funções executivas. Estas funções são os pilares fundamentais do aprendizado e do desenvolvimento pessoal.

Para que se tenha um desenvolvimento cognitivo de forma eficaz, pode-se realizar atividades por meio de

**O desenvolvimento cognitivo na primeira infância desempenha um papel crucial no sucesso escolar e na adaptação social futura.**

jogos de memória, exercícios de linguagem, tarefas focadas em atenção e desafios que estimulam as funções executivas. As atividades devem ser planejadas de forma lúdica e envolvente para maximizar o interesse e a participação das crianças.

Indico algumas atividades lúdicas para o desenvolvimento cognitivo como, por exemplo, jogos da memória, onde se utilizam cartões com figuras, números ou letras, virando-os para baixo e pedindo à criança que encontre os pares correspondentes. O objetivo é melhorar a memória de curto prazo e a concentração.

Na contação de histórias, leia uma história curta e, em seguida, faça perguntas sobre a narrativa, pois isso ajuda a melhorar a compreensão auditiva e a memória. Em atividades de desenho e pintura, forneça papel e lápis de cor ou tinta, pedindo à criança que desenhe algo específico. Nesta atividade, você irá estimular a criatividade e a coordenação motora fina.

Logo, viver em um ambiente saudável e que as estimulem é muito importante. Por isso, disponibilize materiais e espaços para fazer com que a criança se aproprie de estímulos que proporcionem avanços cognitivos.

\*CEO do Instituto NeuroSaber, psicopedagoga, psicomotricista, mestre e doutoranda em distúrbios do desenvolvimento pelo Mackenzie, palestrante e autora de livros sobre educação e transtornos de aprendizagem.

# O NORTE DE MINAS

## EXPEDIENTE

O JORNAL QUE ESCREVE O QUE VOCÊ GOSTARIA DE DIZER  
www.onorte.net

Uma publicação da Indyugraf  
CNPJ 41.833.591/0001-65

Gerente Administrativa:  
Daniela Mello  
daniela.mello@funorte.edu.br

Editor:  
Alexandre Fonseca

Editores-adjuntos:  
Ana Kariénina

Coordenação de redação:  
Adriana Queiroz  
(38) 98428-9079

Departamento Comercial:  
Júnior Lopes  
(31) 98466-5199  
(38) 3221-7215

comercial@onorte.net

Relacionamento com o assinante:  
(31) 3236-8033

Fale com a redação:  
jornalismo@onorte.net

Telefone: (38) 3221-7215

Endereço:  
Rua Justino Câmara, 03 - Centro  
Montes Claros/MG - f/jornalonorte

As criações intelectuais publicadas neste exemplar não podem ser utilizadas, reproduzidas, estocadas em banco de dados ou processo similar em qualquer forma ou meio mecânico, eletrônico, microfilmagem, fotocópia, gravação etc, sem autorização escrita dos titulares dos direitos autorais. Os textos das colunas assinadas não refletem, necessariamente, a opinião do jornal e são de inteira responsabilidade de seus autores.

## Saúde

# Calor e umidade baixa demandam cuidados em MOC

► A umidade na cidade está baixa, entre 20% e 30%, demandando cuidados

Larissa Durães

larissa.duraes@funorte.edu.br

Montes Claros entrou em estado de atenção devido à forte onda de calor, com temperaturas alcançando 40 °C, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). Além do calor extremo, a umidade relativa do ar atingiu níveis críticos, variando entre 20% e 30%, de acordo com alerta do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet). A previsão é de que essa condição persista nos próximos dias, trazendo impactos para a rotina da população e reforçando a necessidade de cuidados com a saúde pública.

“O momento atual pode ser classificado como uma calamidade pública, pois essas ondas de calor são atípicas para a nossa região, especialmente na intensidade que estamos enfrentando neste ano. Isso traz consequências prejudiciais tanto para a saúde quanto para a produção de alimentos e a recarga dos rios e aquíferos. É uma cadeia”, alerta o engenheiro agrícola Flávio Pimenta de Figueiredo.

Figueiredo destaca que os cidadãos devem estar atentos às altas temperaturas e à baixa umidade do ar. “Neste momento, a temperatura externa do meu carro está marcando 44 °C, o que é extremamente elevado, e a umidade relativa está baixa. Isso ocorre, porque a temperatura e a umidade são inversamente proporcionais, complicando a situação tanto para a agricultura quanto para a saúde

ROGÉRIA GÓES



Manter-se hidratado é essencial para todas as pessoas, independentemente de idade ou estilo de vida

humana. Além disso, essa baixa umidade indica que não teremos chuvas nos próximos dias”, avisa.

“A umidade relativa do ar está em torno de 20% a 30%, enquanto o ideal seria cerca de 60%. Para a ocorrência de precipitações, esse índice deve estar acima de 70% ou 80%. Apesar das previsões para os próximos dias, o cenário atual é perigoso. As altas temperaturas e a baixa umidade aumentam a evapotranspiração das plantas, elevando a demanda por água, o que agrava ainda mais a situação, considerando que os rios estão praticamente secos”, explica.

### CUIDADOS COM A SAÚDE

A médica Ariadna Janice Drummond Moraes destaca que, diante do impacto da baixa umidade na cidade, a população deve entender que essa condição é prejudicial à saúde. “O calor combinado com a baixa umidade aumenta a sensação térmica, o que pode prejudicar o funcionamento do nosso organismo e levar ao surgimento de diversas doenças. Por isso, é essencial cuidar da hidratação para mitigar os efeitos desse problema”, adverte.

Para enfrentar a baixa umidade em Montes Claros, a médica informa que

é fundamental que os moradores adotem práticas saudáveis. “A hidratação deve ser prioridade, com o consumo de água, sucos e chás gelados. Uma alimentação leve, rica em frutas e vegetais, deve ser preferida, evitando comidas quentes e excessos de açúcar”, aconselha.

Por fim, Ariadna diz que se deve evitar exercícios físicos nas horas mais quentes do dia, sendo das 10h até as 16 horas. “Optar por roupas leves, além de manter janelas abertas e usar ventiladores para melhorar a circulação do ar e minimizar os desconfortos causados pela baixa umidade” completa a médica.



**PRETO NO BRANCO**

Aldeci Xavier  
aldecixavier@gmail.com

## Caio Campeão

Um fato inédito nas eleições municipais deste ano aconteceu no município de São João do Pacuí. O prefeito reeleito, Caio Cunha (MDB), mesmo tendo sido candidato único, conseguiu talvez o maior índice de aprovação do país. Dos 3.303 eleitores que compareceram para votar, 2.885 eleitores, manifestaram apoio ao candidato. O índice equivale a 85%. Um outro fato inédito é de que dos nove vereadores eleitos, todos fazem parte do seu grupo político, sendo 4 do MDB, 2 do PT, 2 do PRD e 1 do PSD.

### Cultura da corrupção

No período da pré-candidatura alertei aos interessados na disputa proporcional de que se não tivesse estrutura financeira não era conveniente entrar no processo, ficando esperando o partido bancar “a brincadeira”. É fato que um ou outro consegue sobreviver, baseado no trabalho que construiu, mas é fato isolado. A este respeito não tenho dúvidas de que grande parte das campanhas sobreviveram às custas do aporte financeiro. Afirmar que houve compra de voto serei obrigado a provar judicialmente. Entretanto, as movimentações de determinados candidatos não deixam dúvidas. Aliás, enquanto não mudar profundamente a regra do jogo, tal prática será incapaz de ser extirpada do processo.

### PT e PL

Existe uma coincidência na política até difícil de acreditar. É o caso da participação do PL e PT nas eleições de Montes Claros. As duas agremiações que hoje no país estão em pontos extremos (direita e esquerda) acabaram sendo parceiras no pleito de 6 de outubro. É que o PL teve votação suficiente para eleger duas vereadoras, sendo Carol Figueiredo e Nêia do Criança Feliz. Acontece que Nêia não conseguiu o quociente eleitoral exigido pela lei eleitoral (20%) e acabou perdendo a vaga. Como o PT tinha a maior sobra, a vaga caiu no colo da vereadora Lara Pimentel do PT.

### PT saudações

Está mais do que na hora do PT repensar suas ações e principalmente o seu discurso. Continuar acreditando que a exploração da miséria e o ponto de convencimento do eleitorado não se aplica mais. As eleições em Montes Claros isso ficou demonstrado de forma clara. Estamos numa cidade de classe média e que converge todos os municípios do Norte de Minas e parte do Vale do Jequitinhonha e Mucuri. Por aqui a avaliação é feita em torno da cidade como um todo. O partido precisa melhor discutir suas candidaturas de forma antecipada e sem imposição. Para se ter ideia, em 1996, quando o partido lançou a chapa Petronilho Narciso, a agremiação conseguiu, naquela época, o apoio de 27% do eleitorado. Hoje depois de 28 anos o máximo que conseguiu foi 6,51%. Um outro fato interessante é que o deputado federal, Paulo Guedes conseguiu acumular a sua terceira derrota na disputa, fechando o seu ciclo. É preciso buscar renovação dentro do ninho petista.

## Cidade

# Fundação Sara organiza bazar para o 'Mês da Criança'

► Evento será realizado nesta quinta (10) e sexta-feira (11), em Montes Claros

**Leonardo Queiroz**

leonardoqueiroz.onorte@gmail.com

A Fundação Sara inicia nesta quinta-feira (10) um Bazar Especial em comemoração ao Mês das Crianças, visando arrecadar recursos para apoiar o tratamento de crianças e adolescentes com câncer assistidos pela instituição. O evento será realizado nos dias 10 e 11 de outubro, no Bazar Sara, situado na Rua Viriato Ribeiro de Aquino, n.º 45, Bairro Canelas II, em Montes Claros, com horário de funcionamento das 8h às 14h, excepcionalmente nesses dois dias.

O bazar contará com uma variedade de produtos, incluindo roupas, calçados, brinquedos, acessórios, livros e utensílios domésticos. Embora a edição seja especialmente dedicada às crianças, o evento oferecerá itens para todas as idades e necessidades. Davidson Batista, responsável pelo Bazar, destaca que as edições especiais são realizadas ao longo do ano para impulsionar a receita do bazar permanente da instituição.

“O Bazar Especial Mês das Crianças é

mais do que uma oportunidade para comprar itens de qualidade a preços acessíveis; é uma ação de solidariedade que impacta diretamente a vida de crianças e adolescentes com câncer. A cada edição especial, conseguimos arrecadar fundos que são integralmente revertidos para a assistência desses pacientes, garantindo que eles e suas famílias recebam o apoio necessário”, explica o coordenador do Bazar Davidson Batista.

“O Bazar promovido pela Fundação Sara, além de ser uma das mais belas e populares iniciativas da instituição, é também a oportunidade de ampliar a socialização, de o cidadão comum construir de alguma forma e renovar o armário com peças que talvez não fosse possível adquirir devido ao preço de loja das peças. Por tantos pontos positivos é que se tornou um evento tradicional para um público que aguarda a oportunidade ansiosamente”, comenta a atriz e jornalista Bella Lôpo que frequenta anualmente o evento.

Além de proporcionar presentes para os pequenos, o Bazar representa uma oportunidade valiosa para a comunidade contribuir com uma causa nobre. Toda a renda obtida será integralmente

FUNDAÇÃO SARA / DIVULGAÇÃO



No bazar, haverá uma diversidade de itens à venda, como roupas, calçados, brinquedos, acessórios, livros e utensílios para casa

destinada à assistência das crianças e adolescentes com câncer assistidos pela Fundação Sara.

### SOBRE A FUNDAÇÃO SARA

Fundada em junho de 1998 em Montes Claros, a Fundação Sara tem como missão oferecer apoio a famílias da região que enfrentam o desafio do câncer infantil. A ideia de criar uma instituição filantrópica surgiu após a luta da família de Álvaro e Marlene, que enfrentou a perda da filha Sara após mais de dois anos de batalha contra a doença. A história da pequena Sara sensibilizou muitas pessoas e gerou um movimento solidário que fortaleceu a fundação.

Ao longo dos anos, a Fundação ampliou sua atuação para incluir programas de diagnóstico precoce e contribuições significativas aos hospitais onde as crianças recebem tratamento. Em 2010, foi inaugurada uma filial na capital mineira. Desde sua fundação, mais de 1.500 famílias receberam apoio da instituição.

Atualmente, a fundação está construindo o Hospital de Câncer Sara Albuquerque em Montes Claros, um projeto pioneiro no Norte de Minas que será exclusivo para crianças e adolescentes. Para mais informações sobre o trabalho da Fundação Sara e como colaborar com essa causa importante, acesse [www.fundacaosara.org.br](http://www.fundacaosara.org.br).



## CONVERSA INTELIGENTE

Will Nunes  
willonorte@gmail.com

### Maurício desfilia do PL

Como o estatuto da Santa Casa não permite que o superintendente seja filiado em nenhum partido político, Maurício Sérgio desfilou-se do PL. Deixando por enquanto a militância partidária.

### Carol assume protagonismo

A vereadora eleita Carol Figueredo torna-se o grande nome do partido do ex-presidente Jair Bolsonaro na região do Norte de Minas. Além de indicar em breve o novo presidente do PL em Montes Claros, vai se aliar ao grupo situacionista que ganhou a eleição, com Guilherme Guimarães (UB). O anúncio deve ocorrer em breve.

### Arrumando as malas I

Nomes ligados a Humberto Souto que deixa o poder aos 90 anos, pode começar arrumar as malas. Serão trocados por indicações do deputado federal, Marcelo Freitas e do deputado estadual, Arlen Santiago. Deputados que terão forte influência no novo governo que toma posse em janeiro de 2025.

### Arrumando as malas II

Nos bastidores a relação dos contratados demitidos no fim de ano na prefeitura de Montes Claros vai deixar muita gente decepcionada. A partir de janeiro de 2025 partidos aliados vão querer a fatura indicando uma lista de supermercado.

### Arrumando as malas III

Nos nomes que deixarão o poder estão desde de bajuladores, bucha de canhão e aqueles que foram usados como boi de piranha.

### Oposição

Os candidatos derrotados na eleição para prefeito em Montes Claros-MG precisam repensar suas estratégias pensando em 2026. A eleição desse ano deixou claro que governo sem oposição, bem avaliado e com a máquina na mão leva imensa vantagem em uma campanha eleitoral cada vez mais curta e objetiva.

### Recomeço

O candidato derrotado na eleição municipal de Montes Claros-MG Délio Pinheiro (PDT) terá que recomeçar sua jornada política, reestruturando sua narrativa. Caso queira ter chance de eleição em 2026 como candidato a deputado federal.

Apresentador de TV e observador da cena política



**HOSPITAL DAS CLÍNICAS**  
Dr. Mário Ribeiro

- ☑ Atendimento Maternidade
- ☑ Cirurgia
- ☑ Oftalmologia
- ☑ Consulta Especializada

ATUANTE NA LINHA DE COMBATE A  
**COVID-19**

(38) 3218-8181 • 3218-8161  
[facebook.com/hcmarioribeiro](https://facebook.com/hcmarioribeiro)  
[instagram.com/hcmarioribeiro](https://instagram.com/hcmarioribeiro)  
[hcmarioribeiro.edu.br](http://hcmarioribeiro.edu.br)

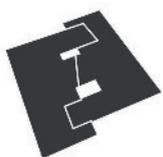


O melhor do ensino remoto com o melhor do presencial.

Graduação Digital  
Ensino virtual em tempo real!

funorte.edu.br

38 98407 1291



**FUNORTE**  
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Google  
for Education

**INSCREVA-SE**  
sem sair de sua casa!



# Traços & Versos



**Wendell Lessa**  
wendell\_lessa@yahoo.com.br

## A graça de Deus sobre Jonas – Parte 1

Nosso Senhor Jesus Cristo nos ensinou que “quem quiser salvar a sua vida perdê-la-á; e quem perder a vida por achá-la-á” (Mt 10.39; 16.25 – destaques nossos). Este é o maior paradoxo da vida cristã: morrer para viver. Só vale a pena viver por algo pelo qual vale a pena morrer. E só vale a pena morrer por algo pelo qual vale a pena viver. Essa foi a profunda compreensão do apóstolo Paulo ao escrever aos filipenses revelando a ambiguidade de sua missão: “Porquanto, para mim, o viver é Cristo, e o morrer é lucro. Entretanto, se o viver na carne traz fruto para o meu trabalho, já não sei o que hei de escolher. Ora, de um e outro lado, estou constrangido, tendo o desejo de partir e estar com Cristo, o que é incomparavelmente melhor. Mas, por vossa causa, é mais necessário permanecer na carne. E, convencido disto, estou certo de que ficarei e permanecerei com todos vós, para o vosso progresso e gozo da fé, a fim de que aumente, quanto a mim, o motivo de vos gloriardes em Cristo Jesus, pela minha presença, de novo, convosco” (Fp 1.21-26).

Mais à frente, no capítulo 3, Paulo afirmou: “Mas o que, para mim, era lucro, isto considere perda por causa de Cristo. Sim, deveras considero tudo como perda, por causa da sublimidade do conhecimento de Cristo Jesus, meu Senhor; por amor do qual perdi todas as coisas e as considero como refugo, para ganhar a Cristo e ser achado nele, não tendo justiça própria, que procede de lei, senão a que é mediante a fé em Cristo, a justiça que procede de Deus, baseada na fé; para o conhecer, e o poder da sua ressurreição, e a comunhão dos seus sofrimentos, confor-

mando-me com ele na sua morte; para, de algum modo, alcançar a ressurreição dentre os mortos.” (Fp 3.7-11).

À medida que renunciávamos aos nossos mais misteriosos e profundos desejos pelos prazeres desse mundo, nossas equivocadas convicções religiosas, nossa autossuficiência, nossa suposta autonomia, nossos méritos, nossa justiça própria, nossos métodos, nosso “paroquialismo patriótico”, então poderemos começar a pensar se estamos vivendo a vida cristã de maneira correta.

As Escrituras e a história nos mostram exemplos de pessoas que só começaram a ganhar depois que abandonaram essas coisas. Foi preciso cair para que aprenhessem a se levantar. Elas precisaram perder para ganhar. O apóstolo Pedro precisou abandonar a confiança em si mesmo para tornar-se o pastor que Deus desejava que ele fosse. Ele era impulsivo. Falava sem pensar. E enquanto ele nutriu em seu coração soberba religiosa de pensar que seria capaz de sustentar sua confissão de fé em Jesus por si mesmo, ele demonstrou que seus olhos estavam no lugar errado. Ele confiava em si e não em Jesus. Somente quando o Senhor Jesus fixou o seu olhar em Pedro é que ele se arrependeu de seu pecado. Lucas narra assim: “Então, voltando-se o Senhor, fixou os olhos em Pedro, e Pedro se lembrou da palavra do Senhor, como lhe dissera: Hoje, três vezes me negarás, antes de cantar o galo. Então, Pedro, saindo dali, chorou amargamente” (Lc 22.61-62).

Conhecemos também a história de John Newton. O pastor John Piper escreveu sobre John Newton: John Newton nasceu em 24 de julho de 1725, em Londres,

com uma mãe piedosa e um pai marinho irreligioso. Sua mãe morreu quando ele tinha seis anos. Deixado principalmente por si mesmo, Newton se tornou um marinheiro debochado – empurrado para o serviço naval, contra sua vontade, aos dezoito anos. Seu amigo e biógrafo Richard Cecil disse: “Os companheiros que ele conheceu aqui completaram a ruína de seus princípios” (Memoirs of the Reverend John Newton, 1:9). De si mesmo, Newton escreveu: “Eu era capaz de qualquer coisa; não tinha o menor temor de Deus diante dos meus olhos, nem (pelo que me lembro) a menor sensibilidade de consciência” (Memoirs, 1:12). Em 21 de março de 1748, em uma viagem do navio para a Inglaterra no Atlântico Norte, Deus agiu para resgatar o “blasfemador africano”. Newton acordou com uma tempestade violenta quando seu quarto começou a se encher de água. Ele foi designado para as bombas e ouviu a si próprio dizer: “Se isso não acabar bem, o Senhor tenha piedade de nós” (Memoirs, 1:26). Foi a primeira vez, em muitos anos, que expressou a necessidade de misericórdia. Ele trabalhou nas bombas das três da manhã até o meio-dia, dormiu por uma hora e depois assumiu o comando e dirigiu o navio até meia-noite. Ao timão, ele teve tempo de refletir sobre sua vida e sua condição espiritual. Por volta das seis horas da noite seguinte, parecia que havia esperança. “Pensei ter visto a mão de Deus mostrada a nosso favor. Comecei a orar: não conseguia proferir a oração da fé; Não consegui me aproximar de um Deus reconciliado e chamá-lo de pai... Os princípios desconfortáveis da infidelidade estavam profundamente cravados... A grande questão agora era: como obter fé” (Memoirs, 1:28).

**VES  
TI  
BU  
LAR**

**2024/2**

**Vestibular  
Digit@l**

Aulas nos formatos

**EAD  
Presencial  
Digital**

Escolha o que mais  
combina com você

**INSCRIÇÕES  
ABERTAS**



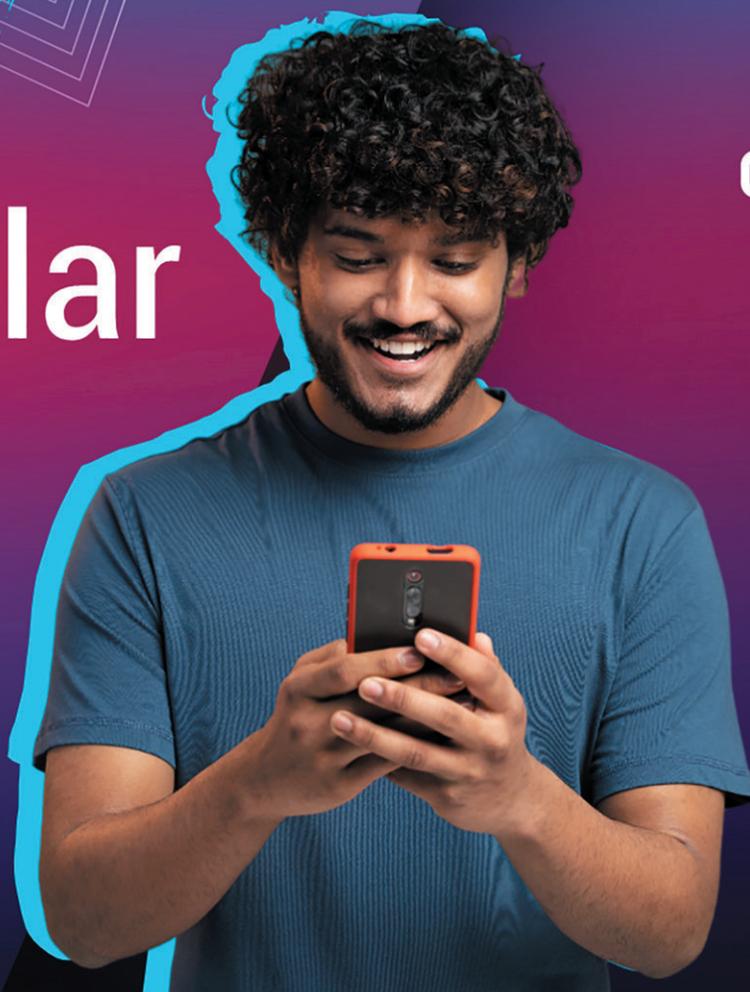
**FUNORTE**  
CENTRO UNIVERSITÁRIO

**BORA  
CONQUISTAR  
SEU FUTURO!**



**INSCREVA-SE  
sem sair de sua casa!**

**☎ 38 98407 1291**



# Circulando



**Leo Queiroz**  
queirozleonardo@yahoo.com.br

## Casamento de Laislan e Henrique: uma celebração de amor e felicidade

No último dia 28 de setembro, o bairro Maracanã em Montes Claros foi palco de uma linda celebração: o casamento de Laislan e Henrique. A cerimônia, marcada por emoção e alegria, aconteceu no Salão do Reino das Testemunhas de Jeová, reunindo amigos e familiares para compartilhar esse momento especial.

A felicidade dos pais do casal, Ly-

se e Nairlan, era visível. Com sorrisos radiantes, eles celebraram a união dos filhos, cercados por pessoas queridas que vieram para prestar suas homenagens.

O cerimonial ficou sob a responsabilidade da talentosa Juliana Moraes Mendes, que cuidou de cada detalhe com dedicação e carinho. Sua habilidade em organizar eventos garantiu que a

cerimônia fosse perfeita, refletindo o amor e a personalidade dos noivos.

Laislan e Henrique trocaram votos cheios de amor e promessas sinceras, cercados por um ambiente acolhedor que simbolizava a união de duas famílias. Os convidados puderam sentir a energia positiva do casal, que irradia amor e cumplicidade.

Neste momento tão especial, deseja-

mos ao casal muitas felicidades em sua nova jornada juntos. Que cada dia seja repleto de amor, respeito e companheirismo. Que a vida a dois seja cheia de aventuras e conquistas! Parabéns, Laislan e Henrique! Que o amor de vocês continue a crescer e florescer sempre!

Confiram os flashes da coluna:



Laislan e Henrique disseram sim no último dia 28 de setembro. Desejamos felicidades ao casal.



O discurso do casamento foi feito pelo ancião Júlio César Garcia

Laislan e Henrique trocaram votos cheios de amor e promessas sinceras



O jornalista Nairlan Clayton ao lado da filha Laislan



Malu encantou a todos levando as alianças para o casal



Luiza, Lyse, o casal Laislan e Henrique com Nairlan e João Pedro, irmãos e pais da noiva



Nívea com o filho Henrique



Renata, Joana, Nívea, o casal Laislan e Henrique, Valdivino e Julio Cesar Garcia, irmãos, pais e cunhado do noivo

Juliana Moraes Mendes, que cuidou de cada detalhe, aqui com o esposo Davi Mendes e o casal Laislan e Henrique



**Impar**

**EDUCAÇÃO INFANTIL**

**Matriculas Abertas**

[www.colegioimpar.com.br](https://www.colegioimpar.com.br)  
 (38) 2101-9482 | 9 9878-2735

Google for Education

**ENSINO FUNDAMENTAL**

*Ensino Híbrido*

ESCOLA PARCEIRA

**Bernoulli**

Sistema de Ensino

## Variedades

# Pela saúde

► ‘Corrida Outubro Rosa’ reúne atletas e suas histórias inspiradoras

**Adriana Queiroz**

genteideiascomunicacao@gmail.com

Dedicado à saúde feminina, durante o mês de outubro, ocorre a campanha Outubro Rosa, um movimento que mobiliza e conscientiza sobre a importância da prevenção do câncer de útero e de mama, incentivando a realização do autocuidado e exames periódicos. Em Montes Claros, 1.200 atletas participam, no dia 20 de outubro, da 12ª edição da Corrida Outubro Rosa, evento beneficente promovido pela Associação Presente, em prol dos pacientes carentes da instituição.

Eduardo Alves de Aguiar é policial militar da reserva e, entre outras atividades, voluntário da Associação Presente como motorista para transporte de assistidos e tarefas diversas. Como entretenimento, é corredor de rua há mais de 20 anos, tendo participado de eventos de corridas no Norte de Minas, em vários estados do Brasil (Rio de Janeiro, Bahia, Espírito Santo) e até fora do país (Lisboa, em Portugal).

“Quanto à Corrida do Outubro Rosa, essa tem um sabor especial. Pois além de promover e fomentar hábitos de vida saudáveis, ainda é coordenada pela Associação Presente, que cuida com tanto carinho dos pacientes oncológicos”, diz.

ARQUIVO PESSOAL



Camila Porto, acompanhada do marido e filhos, celebra cinco anos de cura com uma faixa comemorativa

### EVOLUINDO AOS POUCOS

Paciente oncológico desde 1999, Guilherme Fiuza Gomes venceu o câncer duas vezes. Aos 13 anos e em 2003, com 17 anos. “Tudo poderia ter me levado a me poupar. Me desgastar menos e usar tudo isso como muleta para não fazer algumas coisas. Mas decidi superar tudo e buscar levar uma vida normal. Tentar fazer tudo que qualquer pessoa “normal” pode fazer. Antigamente, até falar sobre a doença era uma barreira. Tinha medo do pessoal achar que eu estava me vitimizan-

do”, revela.

Formado em educação física desde 2008, atuou em várias atividades. Atualmente, trabalha como personal trainer presencial e on-line e há alguns meses começou a prescrição de treino de corrida também.

Eduardo conta que hoje leva a vida de outra forma e sua missão é incentivar toda e qualquer pessoa a se superar e cuidar. “Não contar com ‘a sorte de uma vida sem doença’. A gente precisa buscar levar uma vida com saúde. Se movimentar, se cuidar, alimentar melhor, dormir melhor... E as pes-

soas que recebem diagnóstico de doença maligna, há vida após o câncer. É apenas uma fase difícil que precisamos lidar. Vamos superar e sair ainda mais fortes”, diz.

### VIDA, SAÚDE E PREVENÇÃO

A fisioterapeuta e escritora Camila Porto lançou neste ano o livro “Além da cura física”. Em dezembro de 2020, foi diagnosticada com um câncer de mama, que enfrentou com esperança, confiança e fé. Para ela, a corrida do Outubro Rosa tem um grande significado em sua vida.

“O evento da Associação Presente promove vida, saúde e prevenção ao câncer. A gente sabe que a atividade física é a nossa arma mais promissora contra o câncer, atingindo aí até a questão genética, a epigenética, onde a gente tem a possibilidade de modificar todas as nossas susceptibilidades ao câncer. Existem os fatores modificáveis e a atividade física entra como arma poderosa contra o câncer”, diz.

Camila conta que aderiu à corrida porque, no momento em que estava fazendo o tratamento contra o câncer de mama,

desenvolveu uma insuficiência cardíaca proveniente das muitas quimioterapias que precisou fazer, porque teve câncer duas vezes.

“Foi uma amiga que me incentivou, ela é corredora, e um dia ela me viu caminhando de levezinho no parque e ela parou e falou, ‘vamos correr, Cami’, e eu falei, eu não consigo, estou com insuficiência cardíaca. E ela falou, vamos, vou com você, vamos devagar. E foi assim: passo a passo, dia a dia, semana a semana e consegui reverter essa insuficiência cardíaca através da corrida e me apaixonei por esse esporte. Desde então, corro a corrida do Outubro Rosa, da Associação Presente e sou diretora voluntária da Associação Presente. Tenho um imenso carinho por esse evento que resgatou a minha saúde, resgatou a minha vida”, diz.

Ano passado, a corrida foi muito especial para Camila, que comemorou os cinco anos de cura. “Cinco anos de remissão é um marco para todo paciente oncológico, porque muda todas as estatísticas, quando a gente completa esse tempo. E na linha de chegada estava toda a minha família me esperando com uma faixa de gratidão por minha vida, por minha saúde, gratidão a Deus, por juntos alcançarmos esse marco mesmo de vitória. Então, o ano passado foi uma emoção indescritível, onde completei os cinco quilômetros no meu tempo recorde, que foi 30 minutos”, rememora a escritora.



**NOVA**  
**104.9**  
**FM**  
#tonamelhor

**A MELHOR NOTÍCIA ESTÁ NO AR**  
**SINTONIZE 104.9**  
**MÚSICA, INFORMAÇÃO E ENTREVISTAS**