

# O NORTE DE MINAS

O JORNAL QUE ESCREVE O QUE VOCÊ GOSTARIA DE DIZER

[www.onorte.net](http://www.onorte.net)

ANO XX - Nº 5306

MONTES CLAROS, QUARTA, QUINTA E SEXTA-FEIRA, 31 DE DEZEMBRO DE 2025 E 1 E 2 DE JANEIRO DE 2026

**PRETO NO BRANCO**  
Energia da Cemig –  
Tem chamado  
atenção a constante  
queda de energia na  
região do Grande  
Renaissance. Com a  
palavra a Cemig.

PAG. 3



## Adeus ano velho, feliz ano novo!

Os próximos 365 dias chegam repletos de desejos, de sonhos novos e antigos, cheios de vida... Mas como dizia o poeta Drummond “É dentro de você que o Ano Novo cochila e espera desde sempre.”. Que os

desejos, sonhos, promessas encontrem o caminho para se realizarem em 2026. Que a expectativa se funde à realidade para fazermos não apenas um ano melhor, mas um mundo ainda melhor. PÁG. 5

FREEPIC



## Viagem mais segura

A BR 135 conta agora com área de verificação de freios (AVF). A inovação busca reduzir acidentes, especialmente em trechos de serra, ao incentivar a manutenção preventiva e a checagem básica dos veículos antes de longas descidas. As áreas foram instaladas em dois pontos estra-

tégicos da rodovia: no km 375, sentido norte (Montes Claros), e no km 399, sentido sul (Belo Horizonte). Os espaços foram projetados para oferecer parada segura aos condutores, permitindo a conferência das condições dos freios antes de seguir viagem. PÁG. 7

## Como se livrar da ressaca

Confraternizações de trabalho, família e amigos... a festança de final de ano, invariavelmente acompanhada pela farta disposição de bebidas alcoólicas, tem suas consequências. Uma delas? A ressaca! Mas, cuidados simples podem evitar ou aliviar a ressaca. PÁG. 3

FREEPIC



Dados do Instituto Datafolha mostram que 49% dos adultos brasileiros fazem uso regular de bebidas e a dose aumenta em ocasiões especiais.

## Ceia sem susto

A adoção de boas práticas no preparo e no armazenamento dos produtos garantem a segurança na alimentação durante a ceia de ano novo. Para evitar entrar o ano novo com a saúde debilitada é preciso prestar atenção nos alimentos que serão consumidos. Alterações na aparência, cor, textura ou odor indicam que o alimento não está seguro. Mas cuidado, porque nem todo alimento contaminado apresenta alteração sensorial. PÁG. 4

AGÊNCIA MINAS



Alimentos cozidos ou perecíveis não devem ficar expostos por mais de duas horas em temperatura ambiente.

# Opinião

## Vamos fazer um ano bom

\*Luiz Carlos Amorim

O novo ano, 2026, está aí e faremos tudo para que ele seja melhor. Ele precisa ser melhor que os anteriores. Por isso, a ordem neste início do novo ano é esperança, é fé, é saúde e verdade. Precisamos combinar com o Universo que este ano tem que ser o ano da paz, o ano da solidariedade, o ano da justiça, o ano da celebração da humana- dade, o ano da saúde. Um ano de muita luz. E ele será, se lutarmos por isso, se cuidarmos tanto quanto é necessário cuidar, se olharmos ao nosso redor e ajudarmos quem precisa ser ajudado, se dividirmos o pouco que temos. Conseguiremos, se tentarmos. Isso é solidariedade, é liberdade, ainda que tenhamos que ter em mente que as guerras continuam mundo a fora, que a corrupção aumenta e que o ódio consegue se manter.

Temos que ter esperança e fé de que as coisas vão melhorar. Temos que trabalhar para isso. Se não fizermos nada, tudo continuará como até então.

Então, não desejo muito deste novo ano. Peço apenas o possível: crianças na escola, velhos assistidos, educação e saúde decentes no Brasil e por todo este mundão de Deus; desejo que haja trabalho para todas as pessoas e alimento na mesa de todos, em qualquer lugar; ética e honestidade em todas as atividades do ser humano, principalmente na "política" e conscientização geral de que precisamos preservar a natureza para que o nosso clima não se volte contra nós, como temos visto ultimamente.

Não quero, para todos nós, filhos de Deus, uma felicidade instantânea e fácil; quero uma felicidade conquista- da, verdadeira e merecida. Uma felicidade perene. Quero sorriso no rosto das pessoas, mas não sorrisos tristes. Quero sorrisos iluminados, pejados de fé e esperança, que se não os houver, não haverá vida. Quero luz nos olhos de toda a gente, faróis a alumiar o caminho. Quero paz no coração de todo ser humano, quero carinho a se- mear ternura, quero uma canção em todos os lábios, a propagar a fé.

*Quero pedir aos homens, principalmente aos que detém o poder, o fim das guerras – pois temos visto o que ela faz, temos visto que mesmo lá longe, elas impactam todo o mundo - que o coração do ser humano foi feito para abrigar a paz, e seus lábios, suas mãos e seus olhos foram feitos para disseminá-la.”*

Quero pedir aos homens, principalmente aos que detém o poder, o fim das guerras – pois temos visto o que ela faz, temos visto que mesmo lá longe, elas impactam todo o mundo - que o coração do ser humano foi feito para abrigar a paz, e seus lábios, suas mãos e seus olhos foram feitos para disseminá-la. O homem não foi feito para deter o poder em suas mãos e com esse poder destruir seu semelhante. Peço à força maior que rege o uni- verso que erradique do coração do ho- mem a ganância, a inveja, o ódio, a indiferença.

Não estou pedindo nada impossível, tudo o que peço pode se tornar realida- de, se todos quisermos. E precisamos querer, para que este próximo ano que se inicia seja bom, para que os nos- sos sonhos possam continuar, para que possamos ter esperança de realiza- zá-los.

Como já disse o poeta Drummond, para termos “um Ano Novo que mereça este nome, temos de merecê-lo”.

\*Fundador e presidente do Grupo Literário A Ilha em Santa Catarina.

## Planejamento para empresas em 2026, o que os balanços dizem sobre o seu ano?

\*Gabriel Barros

Com o final de 2025 e a preparação pa- ra a chegada de 2026, as empresas que desejam expandir o CNPJ, precisam ana- lisar a trajetória do ano financeiro. Antes de falar sobre os prazos, obrigações e Re- forma Tributária, toda companhia re- quer um balanço sobre o ano de 2025. Sem ele, qualquer planejamento para 2026 será apenas uma projeção sem ba- se.

O fechamento deve ser encarado como um diagnóstico completo da empresa, contando todas as ações, os custos e investimentos realizados ao longo do ano. É preciso compreender como o lucro foi formado e a sua qualidade, avaliando se ele decorre de um bom trabalho operacio- nal ou de momentos pontuais.

A partir disso, deve-se observar a con- sistência da margem de trabalho e as va- riações que indiquem o controle dos gas- tos e eventuais mudanças. Outro aspecto seria o reflexo que a carga tributária tem sobre o resultado, muitas vezes subestimado quando não há integração entre a parte contábil e fiscal. Também é indis- pensável investigar o comportamento do caixa, entendendo se houve consumo excessivo dos recursos ou preservação saudável da liquidez.

Por fim, a avaliação se completa com a verificação dos créditos tributários corre- tamente apropriados ou desperdiçados.

O que os balanços de 2025 revelam, mas muitas empresas ignoram

Entre os principais temas que merecem atenção, estão:

Diferenças entre lucro contábil e gera- ção de caixa, indicando problemas do ca- pital de giro, prazos ou estrutura opera- cional;

Custos e despesas que cresceram aci- ma da receita, pressionando margens sem percepção clara da gestão;

Créditos tributários não aproveitados, especialmente de PIS, COFINS, ICMS e INSS;

Provisões não dimensionadas, que dis- torcem o resultado e geram surpresas;

Inconsistências entre contábil, fiscal e fi- nanceiro, que tendem a aparecerem fis- calizações e obrigações acessórias.

**“O fechamento deve ser encarado como um diagnóstico completo da empresa, contando todas as ações, os custos e investimentos realizados ao longo do ano. É preciso compreender como o lucro foi formado e a sua qualidade, avaliando se ele decorre de um bom trabalho operacional ou de momentos pontuais.”**

O calendário fiscal de 2026 é diferente da transição da Reforma Tributária, com a convivência entre CBS e IBS exigindo um bom planejamento. Obrigações men- sais e trimestrais, como EFD-Contribui- ções, DCTFWeb, IRPJ e CSLL, interferem nos resultados, caixa e indicadores como EBITDA, o que torna mais fundamental a análise técnica para as decisões, espe- cialmente sobre distribuição de lucros.

O sucesso do próximo ano virá da disciplina e do cuidado com as iniciativas contábeis. Empresas que conseguem anteci- par seus movimentos de acordo com seus dados consistentes e enxergar o ca- lendário fiscal como uma ferramenta de gestão.

Fechar o passado com clareza, enten- der o presente com honestidade e plane- jar o futuro de forma integrada é a chave para prosperar. É essa visão que toda em- presa deseja para um novo ano, apoiada em método e antecipação. Quando se tem controle sobre os resultados, é possí- vel.

\*Diretor da SF Barros Contabilidade e bacharel em Ciências Contábeis pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

# 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

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

**Departamento Comercial:**  
(31) 3191-5929  
comercial@hojeemdia.com.br

**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.

## Cidade

# Passou da conta nas celebrações? Saiba como sair da ressaca

► Bebidas alcoólicas em excesso durante as confraternizações podem fazer mal à saúde

Dezembro é mês de encontros e celebrações. As confraternizações de trabalho, família e amigos são, inviavelmente acompanhadas pela farta disponibilidade de bebidas alcoólicas.

Conforme pesquisa do Instituto Datafolha, 49% dos adultos brasileiros fazem uso regular de bebidas e a dose aumenta em ocasiões especiais.

Especialistas alertam que o álcool desidrata o organismo, altera o açúcar no sangue e sobrecarrega o fígado, que precisa trabalhar horas extras para eliminar as substâncias nocivas, daí os sintomas que incluem, além da dor de cabeça, boca seca, enjoo, cansaço extremo e tremores, entre outros.

Michelle Lafetá conta que nunca fez uso excessivo de bebidas, mas, mesmo assim, para as comemorações ela mantinha um ritual. "Quando ia beber eu tomava um analgésico antes, me alimentava muito bem e no dia seguinte eu tomava novamente o analgésico. Comigo sempre funcionou", diz. E ressalta que, "a ressaca no dia seguinte era de sono, pela

A nutricionista Eryka Jovânia Pereira afirma que é possível celebrar e conciliar saúde e diversão. "Pense na ceia como um caminho de equilíbrio. Comer com atenção, mastigar bem e respeitar a saciedade permite atravessar a virada com leveza, energia e disposição. Pronto para celebrar o novo ano sem dor de cabeça, inchaço ou mal-estar", diz. Para isso, a profissional in-

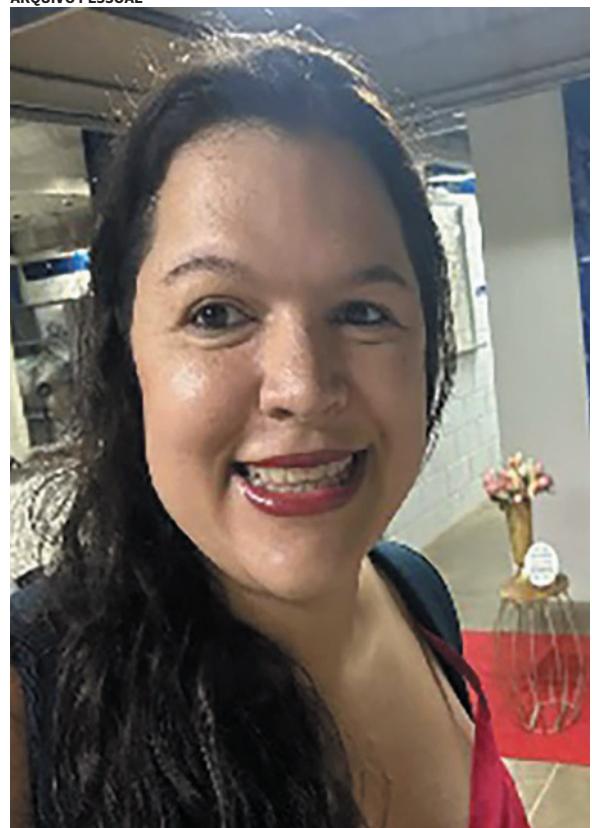
noite sem dormir, mas a dor de cabeça e aquele mal estar típico eu conseguia evitar".



Michelle Lafetá: "Alimentar bem antes de ingerir bebida é um dos segredos para evitar ressaca"

dica alimentos que podem facilitar a transição. Durante as celebrações, diz Eryka, é importante intercalar a bebida com comida, priorizando porções moderadas de alimentos. "Comece investindo em água, água de coco e sucos naturais sem açúcar, intercalando com as bebidas alcoólicas, se houver consumo. No prato, prefira saladas variadas, legumes cozidos, frutas frescas e proteínas magras, como peixes, frango ou preparações assadas. Esses alimentos ajudam o fígado a trabalhar melhor, evitam sobrecarga digestiva e reduzem o risco de ressaca", explica. A ingestão de frutas como abacaxi, melão, mamão e laranja também são indicadas pela nutricionista e, segundo diz, funcionam como "aliadas silenciosas", facilitando a digestão e prevenindo o desconforto intestinal. Quanto aos alimentos gordurosos, devem ser evitados sempre que possível. "Dê preferência a carnes magras, legumes, saladas e frutas, evitando exageros em frituras, molhos muito pesados e doces em excesso", recomenda. Após a ceia, a nutricionista indica a ingestão de chás digestivos como hortelã, erva-doce ou gengibre, para aliviar gases, inchaço e náuseas. A alimentação leve no dia seguinte também é um fator importante na recuperação. Nesse momento, as sopas, frutas e proteínas magras são essenciais. "Frutas como banana, melão, abacaxi e laranja são ricas em vitaminas e minerais importantes para a recuperação do organismo. Com equilíbrio, hidratação e escolhas conscientes, é possível celebrar a virada com prazer, saúde e bem-estar", ensina Eryka.

ARQUIVO PESSOAL



A nutricionista Eryka Jovânia dá dicas para a celebração sem ressaca



**PRETO NO BRANCO**

Aldeci Xavier  
aldecixavier@gmail.com

## Tudo pelo poder

Sem a intenção de tecer comentários levando para o viés político, não podemos nos calar diante do quadro que se encontra o nosso país e evidentemente o próprio município em que vivemos. É fácil perceber que triplicou o número de moradores de rua. Na mesma proporção aumentou o número de pessoas endividadas e por fim, a criminalidade. Enquanto estamos vivendo tal realidade, o mundo político tem protagonizado uma "guerra surda", com interesses pessoais onde a ordem é o poder pelo poder. Hoje manda mais quem deveria mandar menos,

### Recesso Parlamentar

Existe uma expectativa de que os políticos, em especial os deputados diminuam o período das longas férias, cujo retorno ao trabalho somente no mês de Fevereiro. Como 2026 é ano de eleição, tudo leva a crer que parlamentares que sempre aproveitaram o mês de janeiro para viajar com a família devem aproveitar parte deste tempo para percorrer e visitar as bases.

### Energia da Cemig

Já é esperado que em período chuvoso possa acontecer problemas na distribuição de energia. O que tem chamado a atenção é a constante queda de energia na região do Grande Renascença. O problema não é de hoje chegando ser histórico. Apesar de não ter conhecimento técnico para analisar o problema, fica evidente a necessidade de modernização do sistema naquela região de Montes Claros. Com a palavra a Cemig.

### Novela Tadeuzinho

Continuo recebendo informação de que dificilmente o presidente da Assembleia de Minas, Tadeuzinho Leite, volta às urnas para renovar sua candidatura. Os comentários nos corredores da Assembleia mostram que o mais provável é uma composição na disputa majoritária. Seria importante que o parlamentar viesse a público manifestar sobre o assunto. E se de fato pensa em desistir da reeleição o prudente seria liberar seus apoiadores para buscar novos caminhos.

### Inteligência artificial

Que as redes sociais terão papel importante nas eleições deste ano ninguém tem dúvidas. A novidade será uma maior utilização da inteligência artificial por parte de políticos e partidos. A preocupação deve ser de como usar. O candidato vai encontrar muitos profissionais que sabem como trabalhar com a ferramenta, mas sem conhecimento do marketing político. O trabalho deve receber orientação tanto do marqueteiro como do advogado da campanha, para que o candidato não seja penalizado com a divulgação de propaganda que fere a legislação eleitoral.

### Nilson Bispo

Apesar da pouca aparição pública, o ex-prefeito de Padre Carvalho e ex-presidente da Amams, Nilson Bispo declarado que não engavetou seu projeto de disputar as eleições de 2026. Por enquanto está levantando as reais possibilidades de êxito. Se de fato tocar adiante o projeto, tudo leva a crer que a busca será por uma vaga na Câmara Federal. Nilson apareceu nas redes sociais felicitando a população por ocasião do Natal e Ano Novo.

## Variedades

# Ceia sem pesadelo

► Higiene e cozimento adequados evitam contaminações de alimentos

Da Agência Minas

As celebrações de final de ano são acompanhadas de uma variedade de comidas e a adoção de boas práticas no preparo e no armazenamento dos produtos garantem a segurança na alimentação.

Segundo a nutricionista e extensionista da Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural de Minas Gerais (Emater-MG), Samira Tanure Fonseca, o consumo de alimentos ou água contaminados podem provocar intoxicações alimentares. Os sintomas mais comuns dessas doenças são vômito, diarreia, dores abdominais e até febre.

As alterações na aparência, cor, textura ou odor indicam que o alimento não está seguro. "No entanto, é preciso frisar que nem todo alimento contaminado apresenta alteração sensorial. Produtos com o prazo de validade vencido, por exemplo, são considerados impróprios para o consumo, independentemente da aparência", ressalta Samira.

A nutricionista apresenta algumas orientações para evitar o desperdício e garantir que os pratos não se tornem um risco à saúde.

Planejamento das compras

Planeje o que será servido e a quantidade de pessoas para calcular as porções corretamente e evitar desperdício.

Observe se os produtos estão dentro da vali-

AGÊNCIA MINAS



Manuseio e armazenamento corretos garantem segurança dos alimentos durante as ceias do Réveillon

dade e se os alimentos de origem animal apresentam carimbo de inspeção sanitária como SIF, Sisbi, SIM.

Não compreletas estufadas, amassadas ou enferrujadas. As embalagens de plástico ou tetrapak não devem estar rasgadas, danificadas ou furadas.

Ao comprar carnes congeladas verifique se elas estão firmes, sem gelo e sem água na embalagem.

#### TRANSPORTE

Samira alerta que as al-

tas temperaturas favorecem a multiplicação de bactérias, por isso os frios devem ser armazenados no freezer e geladeira o mais rápido possível após a compra.

#### PREPARO E ARMAZENAMENTO

Lave bem as mãos, as superfícies e os objetos antes do preparo.

Utilize utensílios diferentes ao preparar alimentos crus e cozidos.

Higienize e sanitize os vegetais e frutas.

As comidas cozidas, que não forem consumidas de imediato, necessitam de refrigeração.

O descongelamento deve ser realizado dentro do refrigerador.

Para ter certeza do completo cozimento das carnes, verifique a mudança na cor e na textura.

Receitas com ovos crus, como maionese caseira ou mousse, devem ser evitadas, pois são fontes potenciais para transmissão de salmonelose.

#### CONSUMO

Evite preparar os alimentos com muita antecedência antes do consumo.

Alimentos cozidos ou pernecíveis não devem ficar expostos por mais de duas horas em temperatura ambiente.

Se a temperatura ambiente estiver acima de 30°C, esse tempo limite cai para apenas uma hora.

#### APROVEITAMENTO

Após o final da refeição, coloque o mais rápido possível os alimentos não

consumidos em recipientes com tampa para serem armazenados em geladeira por até quatro dias.

Sobremesas produzidas com leite e derivados devem ser armazenadas em geladeira por até três dias.

Congele os alimentos em pequenas porções e utilize etiquetas com a data de preparo para melhor controle da validade. O alimento que for descongelado não deve ser congelado novamente.



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

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

## Especial

# Que sonhos se realizem

► A chegada do ano novo enche as pessoas de expectativa e muitos sonhos

**Leonardo Queiroz**

leonardoqueiroz.onorte@gmail.com

O jornal O Norte conversou com profissionais de diferentes áreas sobre expectativas, sonhos e desejos para o ano de 2026. Nas conversas surgiram pedidos que refletem anseios coletivos e individuais: mais oportunidades de emprego, melhorias na saúde e na educação, além de segurança e qualidade de vida. Para muitos entrevistados, o novo ano representa a chance de recomeçar, fortalecer projetos pessoais e ver avanços concretos em políticas públicas que impactam o dia a dia da comunidade.

Apesar das diferenças, há um sentimento comum: a expectativa de que 2026 seja um ano de conquistas, progresso e mais humanidade.

FOTOS: ARQUIVO PESSOAL



“O ano de 2025 foi um período de muito plantio, desenvolvimento e crescimento. O meu desejo para 2026 é que seja um ano de grandes colheitas em todas as áreas da vida. Que cada pessoa consiga alcançar seus objetivos e experimente um crescimento físico, mental e espiritual, com esse tripé bem equilibrado. Que possamos nos desenvolver a cada dia mais e que 2026 seja marcado por muita saúde, sabedoria e felicidade.” **Sávio Fernandes, Médico Veterinário.**

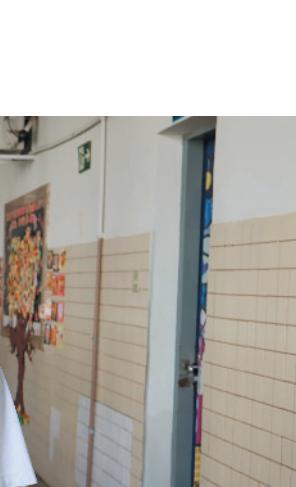
“Para 2026, desejo muita paz a todas as pessoas. Que todos tenham mais empatia com o próximo e mais respeito pelos idosos. Desejo também que 2026 seja um ano de prosperidade e que nosso Deus tenha misericórdia de todas as pessoas. Que seja um ano próspero, leve, repleto de amor, alegria e realizações na vida de todos”, **Mayounara Barbosa, Pedagoga.**



“Eu espero muita saúde, mais oportunidades de emprego e paz. Que as pessoas tenham mais amor no coração e que 2026 seja um ano verdadeiramente maravilhoso para todos, sem exceção — um ano de novas e grandes conquistas. Percebemos que, hoje em dia, o amor ao próximo anda em falta entre as pessoas, e isso é algo que me preocupa. Para mim, o mais importante é justamente esse amor, porque é com ele que conseguimos viver melhor e enfrentar os desafios do dia a dia. Além disso, acredito que o essencial é Deus em primeiro lugar, presente na vida das pessoas. Quando Deus está no centro, o amor se fortalece e se manifesta naturalmente. Por isso, é importante que as pessoas se interessem mais pela palavra de Deus e a coloquem em prática no cotidiano. Afinal, Deus é amor.” **Beatriz Souto, gerente da Mega Ótica.**



“Que, em 2026, eu continue com saúde e alegria; que eu consiga me aposentar e comprar um carro zero; e que os indígenas da etnia Uaral, venezuelanos que estão aqui em Montes Claros, consigam um lugar digno e acolhedor para morar, onde possam desenvolver aquilo que gostam de fazer. Porque todos merecem ser muito felizes. Que 2026 seja, de fato, um ano com muito amor, em que as pessoas olhem umas para as outras com respeito e cuidado.” **Professora de Filosofia, Alessandra Almeida.**



“Eu espero que 2026 seja um ano repleto de bênçãos, na graça de Deus. Que todos tenham saúde, paz, possam trabalhar, conviver melhor e tenham amor no coração. Não que 2025 não tenha tido tudo isso — graças a Deus, teve muita coisa boa —, mas que 2026 seja ainda melhor para todos. Que aqueles que não têm comida e não têm um lar possam conseguir. Que Deus esteja ajudando a todos e tocando o coração das pessoas.” **Marcelino Mendes, Técnico de Informática.**



“2025 foi um ano muito bom, de muito trabalho, graças a Deus. Com o alto custo dos calçados, a procura por consertos aumentou bastante, e isso ajudou muito no movimento e crescimento da sapataria. Para 2026, a minha expectativa é ainda melhor, principalmente se a economia brasileira melhorar, como todos nós esperamos. Sou otimista e tenho muita esperança em um país melhor, com menos desigualdade e mais oportunidades de emprego, especialmente para os jovens. Que em 2026 as pessoas tenham mais esperança, sonhem mais e possam ser verdadeiramente felizes.” **Edvaldo Santos, Sapateiro.**

 INSTITUTO FEDERAL DE  
EDUCAÇÃO, CIÉNCIA E TECNOLOGIA  
NORTE DE MINAS GERAIS

MINISTÉRIO DA  
EDUCAÇÃO

GOVERNO DO  
**BRASIL**  
DO LADO DO Povo BRASILEIRO

### AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico SRP nº 90023/2025 (UASG 158121)

Objeto: Registro de preços para contratação de serviços de atendimento educacional especializado, a serem executados com regime de dedicação exclusiva de mão de obra. Recebimento das propostas: a partir de 31/12/2025. Sessão Pública: 15/01/2026, às 08:30 horas (Horário de Brasília – DF). Edital disponível no Órgão e no site: <https://www.gov.br/compras/pt-br> e <https://www.gov.br/pncc/pt-br>. Maiores informações através do e-mail: [compras@ifnmg.edu.br](mailto:compras@ifnmg.edu.br).

JARDEL CALDEIRA BRANT  
Agente de Contratação  
IFNMG - Reitoria

# VESTIBULAR 2026.1

## AGENDADO

**FUNORTE:**  
sua carreira,  
seu futuro

faça sua prova  
na hora e no dia  
que você quiser!

funorte.edu.br  
38 998782438

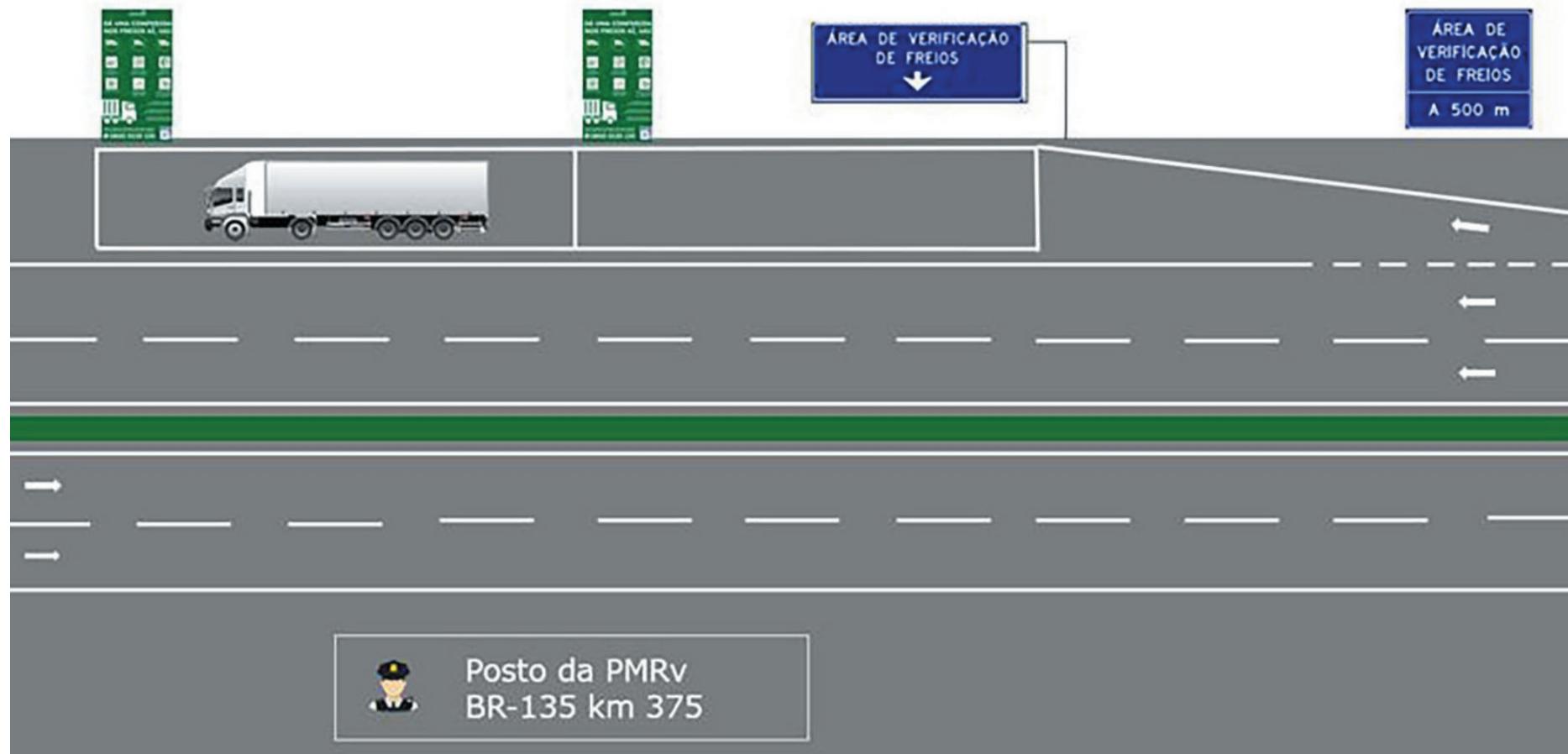
 **FUNORTE**  
CENTRO UNIVERSITÁRIO

## Minas do Norte

# BR 135 mais segura

► Área de Verificação de Freios (AVF) busca reduzir acidentes

ECOVIAS NORTE DE MINAS / DIVULGAÇÃO



Áreas foram instaladas pontos estratégicos: km 375, sentido norte (Montes Claros), e no km 399, sentido sul (Belo Horizonte).

### Leonardo Queiroz

leonardoqueiroz.onorte@gmail.com

A Ecovias Norte Minas inaugurou uma iniciativa pioneira no Brasil voltada à segurança viária: a Área de Verificação de Freios (AVF), implantada na BR-135, um dos principais corredores rodoviários do Norte de Minas. A ação busca reduzir acidentes, especialmente em trechos de serra, ao incentivar a manutenção preventiva e a checagem básica dos veículos antes de longas descidas.

As áreas foram instaladas em dois pon-

tos estratégicos da rodovia: no km 375, sentido norte (Montes Claros), e no km 399, sentido sul (Belo Horizonte). Os espaços foram projetados para oferecer parada segura aos condutores, permitindo a conferência das condições dos freios antes de seguir viagem.

A manutenção preventiva dos freios é considerada essencial para a segurança no trânsito e deve seguir as recomendações do fabricante ou ser realizada sempre que houver sinais de desgaste. Em regiões de declive acentuado, a atenção precisa ser ainda maior.

Dados operacionais apontam que uma parceria significativa dos aci-

dentes em serras está relacionada à falha ou à perda de eficiência do sistema de frenagem.

“A área de verificação de freios é uma aliada da prevenção. Queremos incentivar o motorista a parar, checar o veículo e seguir viagem com mais segurança. Muitos acidentes poderiam ser evitados com essa simples atitude”, destaca Gilson Rocha, coordenador de Tráfego da Ecovias Norte Minas.

Além do espaço físico para parada, a AVF conta com sinalização educativa, orientações visuais e ambientação adequada para garantir a segurança durante a verificação. A concessionária

reforça que, antes de enfrentar trechos de serra, especialmente com veículos de carga, os condutores devem observar pontos como vazamentos de ar ou óleo, pressão do sistema pneumático, resposta do pedal de freio, uniformidade da frenagem e sinais de superaquecimento, como cheiro forte de queima-

do. Entre os sinais de alerta que exigem parada imediata estão a perda de eficiência dos freios, vibrações excessivas no volante ou no pedal, ruídos metálicos, luzes de advertência no painel e a necessidade de pressionar o pedal com mais força que o normal. Em veí-

culos pesados, o uso inadequado dos freios em longas descidas, sem o apoio do freio motor, pode provocar superaquecimento e falha total do sistema. A recomendação é reduzir a velocidade antes da descida, utilizar marchas adequadas e manter distância segura.

Durante a blitz de inauguração, motoristas que trafegavam pela rodovia destacaram a importância da iniciativa. O motorista Diego Ferraz, que seguia de Belo Horizonte para passar as férias de fim de ano no interior do Norte de Minas, ressaltou a relevância da área de verificação neste período de grande

movimento. “É importante porque ficamos mais seguros ao descer a serra e passamos a ter mais cuidado. Essa preocupação com os motoristas é fundamental, principalmente para quem faz longas viagens. Quando vemos um trabalho como esse, sentimos que não fomos esquecidos”, afirmou.

A Ecovias Norte Minas reforça que a segurança viária é uma responsabilidade compartilhada e orienta os condutores a utilizarem a Área de Verificação de Freios sempre que houver dúvida sobre as condições do veículo, especialmente antes de enfrentar longos trechos de serra.

# Giu Martins.com



**Giu Martins**  
giumontesclaros.com

"A maior conquista da virada de ano não é mudar o calendário, é receber de Deus o privilégio de viver mais um dia. Um dia após o outro, a vida se refaz, a esperança renasce e a gente descobre que sempre é tempo de recomeçar."

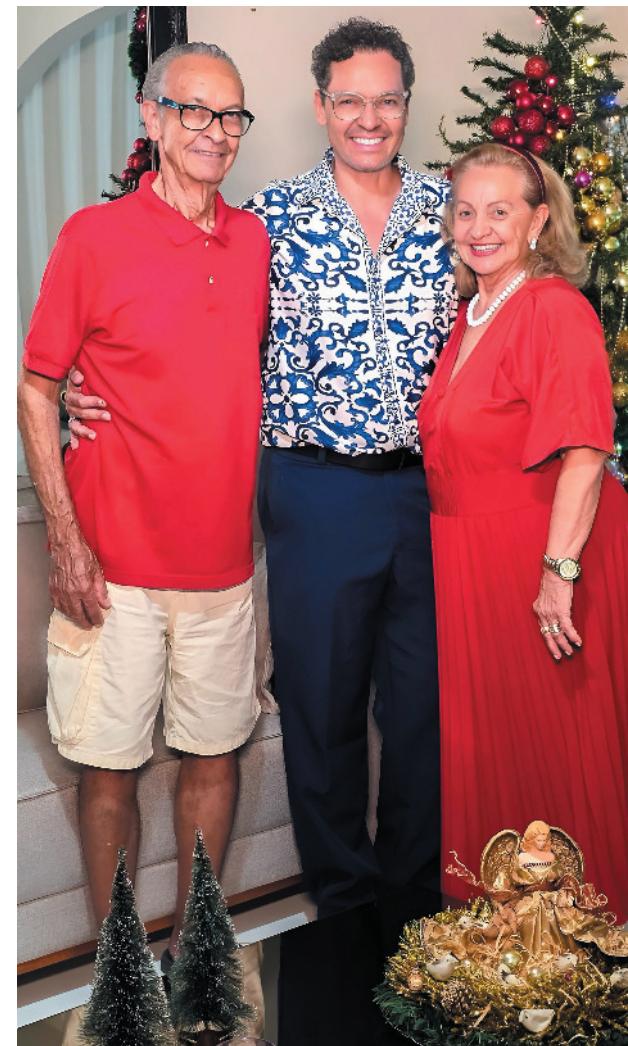
## Quando o ano silencia, o coração fala



Existe um momento mágico que só acontece nos últimos dias do ano. As ruas ficam mais calmas, as luzes se tornam mais suaves e, de repente, a vida pede menos pressa e mais verdade. 2025 não foi um ano qualquer. Foi feito de quedas silenciosas, de recomeços corajosos, de despedidas que doeram e de encontros que salvaram. Foi um ano que ensinou que a força nem sempre grita. Às vezes ela apenas insiste em continuar. Talvez você não tenha realizado tudo o que planejou. Talvez tenha perdido mais do que ganhou. Talvez esteja entrando em 2026 com mais perguntas do

que respostas. E está tudo bem. Porque o verdadeiro crescimento não acontece quando tudo dá certo. Ele nasce quando a gente aprende a seguir mesmo cansado, a perdoar mesmo ferido, a sonhar mesmo com medo. Feche este ano com gratidão, não pelo que foi perfeito, mas pelo que foi real. Agradeça pelas cicatrizes que te fizeram mais humano, pelos silêncios que te ensinaram a escutar e pelas lágrimas que lavaram a alma. Seja gentil com quem você se tornou em 2025. Você fez o melhor que pôde com a força que tinha. E isso já é, por si só, uma grande vitória. Feliz Ano Novo!!!

E quando eu penso em tudo isso, é impossível não pensar na família. Na mesa simples ou farta, mas sempre cheia de significado. No abraço demorado, no olhar que diz mais do que mil palavras, no silêncio confortável de quem já viveu muitas histórias juntos. Hoje, minha coluna é ilustrada por uma foto dos meus pais. Eles representam a minha história, mas também simbolizam cada família montesclarenses, cada lar do nosso Norte de Minas que fecha mais um ciclo com fé, coragem e esperança. Porque aqui a gente aprende cedo que família não é só laço de sangue. É cuidado, é presença, é estar junto mesmo quando tudo parece difícil. É dividir o pão, a luta, a alegria e a saudade. Que esta virada de ano encontre cada família de Montes Claros reunida em torno do que realmente importa. Que não falte amor, que não falte saúde, que não falte união. Que 2025 chegue como um sopro de leveza, trazendo realizações, reconciliações, novas oportunidades e muitos motivos para agradecer. Que Deus abençoe cada casa, cada coração e cada sonho que nasce nesta noite especial. E que o próximo ano seja generoso com todos nós.



Aderval Martins, Giu Martins e Lourdinha Victor Martins



Victor Oliveira, Pollyana Rocha com este colunista "Embaixador Café Vasconcelos - Montes Claros"

Hoje celebramos um capítulo histórico para o esporte do Norte de Minas com a assinatura do contrato entre a Vasconcelos e o North Esporte Clube um clube que, em tempo recorde, conquistou o acesso à Primeira Divisão do Campeonato Mineiro com uma campanha admirável marcada por superação determinação e muita garra. Mais que um apoio ao futebol profissional este momento simboliza uma união de valores responsabilidade social profissionalismo e compromisso com o futuro da nossa região. Vasconcelos e North estarão juntos também na realização de seletivas para categorias de base levando oportunidade formação e sonhos a jovens talentos por todo o Norte de Minas. Parabéns ao North Esporte Clube pela trajetória histórica e à Vasconcelos por acreditar no esporte e na transformação social por meio dele. Que venham muitos aplausos e vitórias dentro e fora dos campos.

VEM SER  
#TALENTO  
INDYU

OPORTUNIDADE ÚNICA PARA  
TRANSFERÊNCIA DE MATRÍCULA.

**Ensino  
Fundamental  
Médio e Cursos  
Técnicos.**

38 21019295  
38 98428 9111



Parceria  
**Google**  
for Education

