

# Jaraguá EM FOCO

Jornal da região do Jaraguá com informações e notícias para os moradores, comerciantes e demais interessados

## A origem do bairro Jaraguá

FOTOS: ARQUIVO DE FAMÍLIA

Apesar de ter uma história pouco conhecida em relação a outros bairros, o Jaraguá, localizado na região da Pampulha, é um dos mais tradicionais e antigos bairros de Belo Horizonte. O local dispõe de uma ótima infraestrutura em termos de produtos e serviços. Isso é necessário para acompanhar a evolução e o visível crescimento do bairro. Os acessos para as principais vias da cidade como avenidas Antônio Carlos, Cristiano Machado e Carlos Luz, são rápidos e a proximidade com o Aeroporto da Pampulha, shoppings, UFMG, Mineirão e Lagoa da Pampulha, por exemplo, mostra sua boa localização, sendo uma das referências na região.

Para saber melhor as origens e histórias só mesmo convivendo com os moradores e comerciantes da região, que, de maneira tranquila e curiosa, relatam a vida nos anos de formação do bairro. Muitos desses moradores residem por aqui há muitos anos, antes mesmo de as ruas serem abertas e asfaltadas. Como não havia carros e poucas opções de trilhas no meio do mato, a locomoção era mais difícil, pois tudo era muito distante. Tanto que as primeiras áreas povoadas, próximas à Paróquia Santo Antônio e próximo ao Brejinho, eram bem afastadas e foram povoadas em épocas distintas.

Na primeira foto ao lado é possível avistar ao fundo o local onde hoje é a Paróquia Santo Antônio, vista de onde hoje se localiza a Praça Manoel dos Reis, em frente ao Clube Jaraguá. Na foto do meio uma procissão sobe a atual Avenida Abrahão Caram e ao fundo a Avenida Antônio Carlos e primeiras casas da Rua Boaventura. Na terceira foto, moradores das fazendas reunidos após um dia de eleição.

Confira nesta edição a história do bairro, a origem do nome, depoimentos dos moradores mais antigos e descendentes dos primeiros habitantes da região. O *Jornal Jaraguá em Foco* realizou uma extensa pesquisa de levantamento de dados, documentos e fotos para relatar o dia a dia de pessoas que viveram aqui no início do século XX.

Leia mais nas páginas 8, 9, 10, 11 e 13



Na próxima edição mostraremos a história do desenvolvimento do bairro a partir da década de 1960

### CONFIRA NESTA EDIÇÃO

**Conheça os novos comércios e eventos da região** - Páginas 3 e 7

**Dupla sertaneja do Jaraguá se apresenta em programas de TV** - Página 6

**Saúde e bem-estar: causas do estresse** - Página 15

**Doações e carinho marcam casa de acolhimento no Dona Clara** - Página 18

**PRÓXIMA EDIÇÃO** - Em nossa próxima edição continuaremos contando a **HISTÓRIA DO JARAGUÁ**, mostrando o desenvolvimento a partir das décadas de 1960 e 1970. No mês seguinte conversaremos com os profissionais da educação para debatermos o **FUTURO DA EDUCAÇÃO**, abordando temas de interesse geral para quem tem filhos em idade escolar ou mesmo aqueles que estão estudando. Falaremos em breve sobre os problemas e os sofrimentos causados pela **LEISHMANIOSE**.

Manteremos as colunas **"Quadro de Empregos"**, **"Leitor em Foco"**, **"Jaraguá Conta sua História"**, (em que os moradores mais antigos relatam suas histórias curiosas e divertidas sobre o começo do bairro) e **"Saúde e Bem-estar"**, abordando os mais diversos assuntos ligados à saúde e à qualidade de vida. Os próximos temas serão **CLAREAMENTO DENTAL** e **QUALIDADE DO SONO**. Quer dar a sua opinião sobre algum assunto? Participe!



## CRÔNICA

## A complexidade das relações humanas



Parece óbvio, mas realmente as pessoas são muito complexas e muito diferentes. Elas se diferem na cultura, nos modos de se relacionar, respeitar, pensar, agir, interpretar. Assim como em gostos, lugares, religião, sexualidade, crenças, profissão, time de futebol, perfume, roupa, sabores, símbolos, dentre muitos outros elementos do cotidiano. Saber lidar com todas essas diferenças é uma arte e não é para qualquer um. É preciso muita estrutura, sabedoria, consciência e, principalmente, paciência e inteligência. Cada pessoa é única e conectada a uma rede universal de situações e relações interpessoais.

Há certo tempo que venho observando o comportamento das pessoas em ruas, clubes, restaurantes, shoppings e, além desses ambientes sociais, também nas redes sociais da internet. Nada proposital. Não planejo observar, mas é algo que comecei a reparar naturalmente com mais frequência. Muitas vezes é possível perceber tensões entre casais, desarmonia entre familiares, angústias reprimidas em uma pessoa supostamente feliz. Alguns "gritam" suas conquistas e "alegrias" em redes sociais, por exemplo, para esconder alguma dor, angústia ou decepção. Compreensivo, pois ninguém quer passar por momentos de tristeza. Imagino que todos devem ter algum tipo de "rela-

ção difícil". Alguma pessoa que, por mais que se queira, é difícil conviver ou mesmo entender. Quem não tem já pode ter tido ou pode ser que ainda venha a ter.

Realmente não é fácil conviver. Respeitar as diferenças é um exercício difícil, mas não deixa de ser uma prática saudável e interessante quando se quer muito isso. A observação das diferentes visões pode ser uma prática preciosa quando utilizada de forma positiva e inteligente.

O homem é uma das únicas criaturas conscientes de seus instintos irracionais e capaz de sobrepujá-los, podendo fazer escolhas ao dar preferência a outros aspectos da consciência. Isso certamente amplia exponencialmente a complexidade das relações humanas, uma vez que somos dotados de uma imensurável diversidade emocional. As circunstâncias que motivam a interação humana são diversas, mas são sempre estabelecidas uma relação de troca.

Quando nos relacionamos com alguém, seja em qual campo for, sempre criamos expectativas. Isso é natural. Mesmo porque você olha o mundo através dos seus "olhos", da sua percepção, e, por isso, mesmo acaba esperando das pessoas posturas que você teria em determinadas situações. Ocorre que elas não são você. Esse é um dos grandes motivos das decepções.

Todo relacionamento envolve expectativas, responsabilidades, decepções e vantagens. Por isso, seja compreensivo, amigável, amável, afetivo ou mesmo profissional, quando necessário. A interação entre dois seres é sempre delicada, porém, a abordagem pode ser o ponto determi-

nante do tipo de relação que será estabelecida. As palavras têm um poder incrível e, quando mal interpretadas, podem gerar sérios problemas e desgastes desnecessários.

Respeitar as conexões da vida começa por respeitar nossa condição humana. Valorizar as diferenças é estimular relações saudáveis entre as pessoas. É plantar no solo dos relacionamentos sementes para florescerem ações em que o amor, o respeito, a harmonia e a ética sejam permanentes. Respeitar as diferenças em todos os meios pelos quais circulamos é um exercício de extrema importância e multiplicador de práticas de convivência sadias para melhorar o mundo ao nosso redor, além da nossa própria rotina.

Como você pôde observar, existe, de fato, muita complexidade nas relações humanas. Mas, ao mesmo tempo, uma simplicidade enorme quando existe a sintonia, o diálogo e a confiança. Toda relação humana, para ser mantida, deve ser cultivada, alimentada e valorizada com palavras e atos. É uma experiência para autoconhecimento, aprendizagem e evolução. E, mais que isso, é sempre um exercício de fraternidade, lealdade e amor. Deus abençoe você e seus relacionamentos!

**Fabily Rodrigues (Diretor/Editor da Em Foco Mídia)**  
emfocomidia@emfocomidia.com.br

## ANUNCIE AQUI

## Destaque o nome da sua empresa nos jornais da Em Foco Mídia



Seja parceiro e tenha grandes possibilidades de retorno para o seu negócio

Com uma distribuição direcionada, aqui você encontra uma maneira segura de divulgar serviços e produtos para o público certo. São 10 mil exemplares distribuídos gratuitamente na sua região. A Em Foco Mídia garante credibilidade, alta visibilidade, qualidade gráfica e editorial, com papel diferenciado e uma distribuição impecável.

**JARAGUÁ EM FOCO:** Distribuído gratuitamente nos bairros Jaraguá (Liberdade/ Santa Rosa), Dona Clara, Aeroporto, Universitário, Indaiá e São Luiz.

**PLANALTO EM FOCO:** Planalto, Itapoã e parte do Campo Alegre, Vila Clóris, Santa Amélia e Santa Branca.

**CIDADE NOVA EM FOCO:** Cidade Nova, União, Silveira, Palmares e parte do Ipiranga, Sagrada Família e Nova Floresta.

**OURO PRETO EM FOCO:** Ouro Preto, Castelo, São José, São Luiz e parte do Engenho Nogueira, Paquetá, Alípio de Melo e Bandeirantes.

**3441.2725 | 2552.2525 | 9991.0125**

Rua Francisco Vaz de Melo, 20, salas 4 e 5, Shopping Liberdade | Jaraguá  
emfocomidia@emfocomidia.com.br  
www.emfocomidia.com.br

## EXPEDIENTE

O Jornal *Jaraguá em Foco* é uma publicação informativa mensal da Em Foco Mídia voltado aos moradores e comerciantes dos bairros Jaraguá / Liberdade, Santa Rosa, Indaiá, Aeroporto, Universitário, São Luiz, São José. Independente e imparcial, nosso objetivo é informar, esclarecer, debater por meio de matérias informativas, informações úteis e demais notícias. O Jornal é distribuído gratuitamente (10 mil exemplares) em residências, comércios, clubes, empresas, entre outros locais de grande circulação.

**EM FOCO MÍDIA**  
www.emfocomidia.com.br

**Direção:**  
Fabily Rodrigues

**Jornalista Responsável**  
(redação e edição):  
Fabily Rodrigues MG 09127 JP

**Edição / Revisão:**  
Cígredey Neves

**Jornalistas:**  
João Paulo Dornas e  
Vinícius Brandão

**Diagramação e Design:**  
Alexandre Ferreira e  
Thiago Chaves

**Marketing:**  
Luiz Alves e  
Nubya Dorleto

**Fotos:**  
Alexandre Ferreira,  
Fabily Rodrigues e  
Thiago Chaves

**Administrativo:**  
Raquel Campos

**E-mail:**  
emfocomidia@emfocomidia.com.br

**Endereço:**  
Rua Francisco Vaz de Melo, 20,  
salas 4 e 5 - Jaraguá  
CEP 31.255-710  
Belo Horizonte - MG

**Contato / Publicidade:**  
(31) 3441-2725/2552-2525  
9991-0125

**Tiragem:** 10 mil exemplares  
**Periodicidade:** Mensal  
**Impressão:** Gráfica Millennium  
**Distribuição gratuita**



SORRISO FILMES

sorrisofilmes@gmail.com

Seus momentos merecem  
uma maneira especial  
de serem lembrados.  
Como um bom sorriso

Solicite um orçamento  
para o seu vídeo

facebook.com/sorrisofilmes

JARAGUÁ INFORMA

Jaraguá ganha loja especializada em chinelos

No dia 12 de agosto foi inaugurada a loja Chinelo, na Rua Dom Rodrigo, 264, loja 2, próximo à Rua Izabel Bueno. Complementando o já variado comércio da região, a loja revela sua especialidade no próprio nome. Segundo o proprietário, Tiago Miranda, o local oferece uma ampla variedade de chinelos, desde os mais modernos até os mais retrôs. "Além do chinelo, vendemos meias com solado emborrachado e alpargatas. Tudo com opções multimarcas e não apenas Havaianas", avisa.

O empresário, que já conhece a região do Jaraguá, diz que a escolha do local foi estra-



THIAGO CHAVES

tégica e aconteceu após pesquisar os serviços presentes na vizinhança. "O bairro tem um potencial enorme, com um perfil de cliente familiar, um público grande de moradores e de profissionais. Cheguei ao chinelo por ser algo de apelo popular muito forte, que todo mundo usa. Vou oferecer o serviço de personalização, com a possibilidade de imprimir a imagem que o cliente desejar", destaca.

Com objetivos bem definidos, Tiago já comemora os primeiros dias após a inauguração, contando que recebeu um retorno positivo das pessoas que foram conhecer a loja e elogiaram sua iniciativa. **Mais informações:** 3159-0019.

Instituto de beleza passa a oferecer aula de Pilates

O Socila São Luiz, localizado na Avenida Coronel José Dias Bicalho, 671, além de ser um salão de beleza tradicional, vem aumentando a oferta de serviços em suas dependências. Foi inaugurado um espaço para aulas de pilates, organizadas pelo educador físico Stéfani Miranda Castro. Com a iniciativa, os clientes do Socila podem otimizar sua visita ao salão aliando o cuidado com a beleza à atividade física.

A inauguração aconteceu no dia 1º de agosto e durante todo o primeiro mês, os clientes Socila podem ganhar aulas grátis de pilates mediante a aquisição de um pacote específico



VINICIUS BRANDÃO

da rede. "Trabalho com atividade física na região do Jaraguá há 10 anos e quando surgiu a oportunidade de abrir mais um estúdio fui em busca do espaço ideal", revela Stéfani.

Além do pilates, a proprietária do Socila São Luiz,

Ana Cristina Guimarães, conta que o aumento da oferta de serviços integrados é um de seus objetivos. "Além de manicures e cabeleireiras, contamos com profissionais especializados nos serviços de Spa do Olhar (sobrancelha, cílios e maquiagem) e também podologia, estética facial e acupuntura", revela. **Mais informações:** 3441-5863.

Nova pet shop chega ao Jaraguá

"Somos consumidores, já que temos animais em casa. Então sabemos qual a necessidade das pessoas que precisam de um serviço de pet shop". Com esse espírito, Daniel Castro, sócio-proprietário da Elegance Pet Shop, chega à região do Jaraguá. Desde o início de agosto a loja funciona na Rua Conselheiro Galvão, 123. O empresário conta como chegou

ao bairro: "Nós já temos experiência no setor há mais de 10 anos em bairros como Savassi e Funcionários. Fizemos uma pesquisa de mercado e achamos o Jaraguá ideal e promissor, agregado à oportunidade de ter uma ótima e confortável loja."

Ele explica os serviços oferecidos pela pet shop. "Cães e gatos são nossos

focos. É o trabalho de banho e tosa especial, com diferencial do uso da hidratação. Além disso, consultas com médico veterinário e amplo leque de acessórios e rações. Tudo isso com os principais produtos do mercado, que selecionamos a partir da nossa experiência", conta Daniel. **Mais informações:** 2523-6523 / 9681-1069.



THIAGO CHAVES



# Luziana Lanna

## Idiomas

### Jaraguá



## MATRÍCULAS ABERTAS!

Pessoas diferentes precisam de métodos diferentes

# 2127.2922

Rua Furtado de Menezes, 699



EM FOCO/ÍDIA

Colégio

Dona Clara

**Uma escola que cresce com você!**

Há 24 anos criamos o Colégio Dona Clara, um lugar de "gente feliz" em que a satisfação de alunos e pais é levada a sério.

Nossa escola oferece atendimento individualizado, excelente estrutura e uma equipe qualificada para tornar o aprendizado prazeroso e significativo.

**Do Maternal ao Ensino Médio**



**Matrículas Abertas!**  
**31 3497-6919**  
[www.donaclara.com.br](http://www.donaclara.com.br)

Agende sua avaliação diagnóstica pelo telefone 3497-6919 ou [www.donaclara.com.br](http://www.donaclara.com.br)



# DROGARIAS MEGA POPULAR

**3495.1440 | 3495.4282** **ENTREGA GRÁTIS**  
(Consulte valores mínimos para entrega)

MEDICAMENTO	VALOR	MEDICAMENTO	VALOR
<b>Addera D3 7.000 c/4</b> MS. 17 817 0028 010-1	<b>R\$ 26,70</b>	<b>Finasterida 5mg c/30</b> MS. 10 370 0541 002-3	<b>R\$ 14,90</b>
<b>Addera D3 50.000 c/4</b> MS. 11 618 0077 006-8	<b>R\$ 85,90</b>	<b>Glimepirida 2mg c/30</b> MS. 10 583 0665 020-4	<b>R\$ 5,90</b>
<b>Alopurinol 100mg c/30</b> MS. 10 181 0569 001-3	<b>R\$ 2,90</b>	<b>Glimepirida 4mg c/30</b> MS. 14 381 0146 004-8	<b>R\$ 9,90</b>
<b>Alopurinol 300mg c/30</b> MS. 10 181 0569 003-1	<b>R\$ 4,99</b>	<b>Lansoprazol 30mg c/28</b> MS. 16 773 0301 004-7	<b>R\$ 14,90</b>
<b>Amiodarona 200 mg c/30</b> MS. 11 213 0260 001-3	<b>R\$ 9,90</b>	<b>Losartana 50mg c/30</b> MS. 17 287 0428 015-9	<b>R\$ 2,50</b>
<b>Anlodipino 5mg c/30</b> MS. 12 675 0021 003-8	<b>R\$ 3,60</b>	<b>Memantina 10mg c/60 (controlado)</b> MS. 10 492 0193 006-2	<b>R\$ 29,90</b>
<b>Anlodipino 10mg c/30</b> MS. 15 087 0001 009-5	<b>R\$ 6,90</b>	<b>Metformina 850mg c/30</b> MS. 12 568 0151 001-9	<b>R\$ 2,90</b>
<b>Atenolol 50mg c/30</b> MS. 11 213 0225 003-2	<b>R\$ 2,50</b>	<b>Omeprazol 20mg c/56</b> MS. 10 535 0090 005-8	<b>R\$ 3,99</b>
<b>Atorvastatina 10mg c/30</b> MS. 16 773 0145 002-3	<b>R\$ 9,90</b>	<b>Pantoprazol 20mg c/28</b> MS. 10 047 0307 003-5	<b>R\$ 5,90</b>
<b>Atorvastatina 20mg c/30</b> MS. 16 773 0145 008-2	<b>R\$ 11,90</b>	<b>Pantoprazol 40mg c/28</b> MS. 10 089 0327 006-5	<b>R\$ 9,50</b>
<b>Atorvastatina 40mg c/30</b> MS. 12 675 0134 010-5	<b>R\$ 23,90</b>	<b>Risedronato 35mg c/4</b> MS. 13 569 0557 003-0	<b>R\$ 22,90</b>
<b>Candesartana 16mg c/30</b> MS. 10 047 0476 005-1	<b>R\$ 14,90</b>	<b>Rosuvastatina 10mg c/30</b> MS. 16 773 0328 003-6	<b>R\$ 13,90</b>
<b>Carvedilol 12,5 c/30</b> MS. 11 213 0342 008-6	<b>R\$ 6,90</b>	<b>Rosuvastatina 20mg c/30</b> MS. 16 773 0328 009-5	<b>R\$ 24,90</b>
<b>Ciprofibrato 100mg c/30</b> MS. 11 300 1014 002-1	<b>R\$ 16,90</b>	<b>Selozok 25mg c/30</b> MS. 11 618 0077 006-8	<b>R\$ 16,20</b>
<b>Citalopram 20mg c/28 (controlado)</b> MS. 10 047 0377 003-7	<b>R\$ 11,90</b>	<b>Selozok 50mg c/30</b> MS. 11 618 0077 013-0	<b>R\$ 32,50</b>
<b>Clopidogrel 75mg c/28</b> MS. 16 773 0309 002-4	<b>R\$ 11,90</b>	<b>Selozok 100mg c/30</b> MS. 11 618 0077 011-4	<b>R\$ 53,30</b>
<b>Doxazosina 2mg c/30</b> MS. 10 370 0536 004-2	<b>R\$ 9,90</b>	<b>Sertralina 50mg c/28 (controlado)</b> MS. 10 089 0324 004-2	<b>R\$ 12,90</b>
<b>Enalapril 10mg c/30</b> MS. 15 584 0108 003-9	<b>R\$ 2,30</b>	<b>Sinvastatina 20mg c/30</b> MS. 10 535 0134 005-6	<b>R\$ 4,50</b>
<b>Enalapril 20mg c/30</b> MS. 14 381 0144 004-7	<b>R\$ 4,50</b>	<b>Verapamil 80mg c/30</b> MS. 13 569 0199 009-4	<b>R\$ 5,90</b>
<b>Fenofibrato 200mg c/30</b> MS. 13 569 0528 002-4	<b>R\$ 16,90</b>	<b>Viagra Genérico c/4</b> MS. 15 584 0145 010-3	<b>R\$ 2,50</b>

**PROMOÇÃO VÁLIDA SOMENTE COM A APRESENTAÇÃO DESTA**

Ofertas válidas até 15/09/2015 ou enquanto durarem os estoques.

**Av. Gal. Olímpio Mourão Filho, 1592 - Planalto**

## JARAGUÁ INFORMA

## Dupla sertaneja da região lança trabalho em rede nacional

A dupla sertaneja Alan e Alex lançou nacionalmente o CD e o DVD "A pressão do Brasil" na sexta-feira, 14 de agosto, no Programa do Ratinho, e no sábado, 15 de agosto, no Programa do Raul Gil, ambos no SBT. Alan Rodrigues é morador do Jaraguá desde que nasceu e Alex Freitas mora próximo à região.

O carisma da dupla chamou a atenção do apresentador de televisão Raul Gil. "Fomos muito bem recebidos pelo Raul, que nos elogiou e disse que a nossa dupla fará muito sucesso e que o público ainda vai ouvir muito falar em Alan e Alex", destaca Alan. Eles também foram recebidos no Programa do Ratinho com muito carinho e fãs pedindo autógrafos e fotografias. "O Ratinho ressaltou que a nossa música é muito boa e gostosa de ouvir. Isso é realmente emocionante porque cantamos para tocar no coração do nosso público, trazendo muita alegria e diversão", afirma.

Mineiros de Belo Horizonte, Alan e Alex se tornaram parceiros e grandes amigos. Fazendo shows nas principais casas noturnas de BH, cidades do interior e em outros estados, a dupla mantém um público fiel e foi considerada a revelação da música sertaneja romântica, ganhando assim vários prêmios. **Mais informações:** 3272-9070 ou 3271-0437 / [www.alanealex.com.br](http://www.alanealex.com.br).



FOTOS: DIVULGAÇÃO



## Confortline Estofados

Você sonha. Nós fabricamos!

Executamos reformas e restaurações  
Fabricação de estofados sob medida  
Orçamento sem compromisso  
Parcelamos em até 12x no cartão



E-mail: [meusofanovo@gmail.com](mailto:meusofanovo@gmail.com)

Oi 8971-3752 whats | vivo 9898-8135 | 3639-7107

Visite nosso site: [www.meusofanovo.net](http://www.meusofanovo.net)

# D@ster

Recarga de Cartuchos e Informática



ASSISTÊNCIA  
TÉCNICA EM:

- ▶ CELULARES
- ▶ TABLET'S
- ▶ NOTEBOOKS
- ▶ COMPUTADORES
- ▶ IMPRESSORAS

VENDA DE:

- ▶ ACESSÓRIOS PARA CELULARES E TABLET'S
- ▶ SUPRIMENTOS DE INFORMÁTICA
- ▶ CARTUCHOS ORIGINAIS, REMANUFATURADOS E COMPATÍVEIS
- ▶ RECARGA DE CARTUCHOS E TONERS

Av. Isabel Bueno, 817 - Lj 08 - Jaraguá - Tel: (31) 3443-3444 - e-mail: [vendas.daster@hotmail.com](mailto:vendas.daster@hotmail.com)

A gordura localizada está com os dias contados

## Criolipólise + Lipocavitação

Perca de 20% a 30% de  
gordura localizada em 1 sessão.

**R\$390,00**  
POR SESSÃO

# COREFisio

estética . fisioterapia

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

PILATES | FISIOTERAPIA | ACUPUNTURA

Rua Izabel Bueno, 693 - Jaraguá

4141-6634 | 9863-7961

# xico

- Dona Clara -  
O ponto do churrasco pertinho de você

BUFFET COM VARIEDADES DE  
SALADAS E PRATOS QUENTES

SINUCA  
NO MEZANINO

ALMOÇO SELF-SERVICE  
COM CHURRASCO

ALMOÇO: Seg. a sex: 11h às 15h / Sab, dom, feriados: 11h às 16h | NOITE: Seg. a quinta: 17h às 0h / Sexta: 17h às 2h / Sábado: 16h às 2h / Domingo: 16h às 0h

Av. Sebastião de Brito, 400 - Dona Clara • 3447-4839

JARAGUÁ INFORMA

Projeto Leitura na Praça acontecerá no final de agosto

O projeto Leitura na Praça, promovido pelo Colégio Dona Clara e pelo Instituto Dona Clara, será realizado no sábado, 29 de agosto, com o tema Encontro da Família em homenagem aos pais. O evento acontecerá na Praça Mirim Brandão, em frente ao Colégio Dona Clara unidade Educação Infantil, das 9h às 12h. O objetivo é promover o livre acesso dos moradores à cultura, ao lazer e à literatura.

A iniciativa contará com oficinas de teatro, corte de cabelo, xadrez, robótica, pintura, dentre outras. Além disso, haverá doação de cães, brinquedos infláveis e empréstimo de livros. O projeto



FABLY RODRIGUES

Leitura na Praça é aberto ao público. Esse é um bom momento para você aproveitar e curtir bons momentos culturais com seu filho. **Mais informações:** 3497-6919.

Café com oração reúne empresários do bairro

A terceira edição do Café com Oração para Empresários da Região do Jaraguá aconteceu na manhã da terça-feira, 28 de julho, na Cresap (Comunidade Renovada Santo Antônio de Pádua). O evento ministrado pelo padre Gilson teve o objetivo de promover a espiritualidade e a troca de experiências entre os empresários da região.

A iniciativa é organizada pela Cresap em parceria com a Rádio Fanuel (87,9 FM), 3x4 Publicidade, padarias Ping Pão e Pães e Energia e a Festa Chic. A próxima edição está prevista para se-



FABLY RODRIGUES

tembro. Para participar, basta entrar em contato com a organização na sede da Cresap, localizada na Rua Dom Rodrigo, 325. **Mais informações:** 3443-3744.

**Expresso Gerais**  
Fretamento e Turismo

Transporte de passageiros em vans, micro-ônibus e carros executivos.  
Fretamentos: viagens, traslados, eventos, festas, casamentos, aniversários, turismo religioso, etc.

**ATENDIMENTO 24 HORAS**  
**3019-0092 / 9513-0092**  
www.expressogerais.com.br - contato@expressogerais.com.br

**Elegance Pet Shop**

- Rações
- Veterinária
- Acessórios
- Banho e Tosa

**Banho a partir de R\$20,00**

**Não cobramos taxa de transporte na região**

*Carinho, respeito e experiência no cuidado do seu cãozinho e gatinho*

**Temos Hotelzinho**

**Rua Conselheiro Galvão, 123 - Jaraguá**  
**(31) 2523-6523 | 4136-0682 | 9681-1069**  
elegancepetshop@hotmail.com



trabalharia próximo. Lembro que des-cemos na Antônio Carlos e viemos num caminho de roça (em que só era possível caminhar um atrás do outro). Enquanto construíamos, era preciso 'roçar' para abrir caminhos", relata Zilda.

**Vida social**

Manoel dos Reis conta que a primeira capela da região foi levada por uma enchente provocada pela cheia do córrego onde hoje é a Avenida Professor Magalhães Penido. Depois disso, seus avós construíram uma nova capela em 1938 onde hoje está a Paróquia Santo Antônio da Pampulha (construída na década de 1970). Ele acrescenta como era o comércio da região: "Havia o bar do Zinho, que era na esquina da Rua General Aranha com a Rua Boaventura. Alguns botecoins que continuam até hoje na descida da General Aranha. Depois a padaria na esquina da pracinha da paróquia, o açougue e o sapateiro, o Seu Luís. Havia também um senhor ao lado do sapateiro que fazia colchão com capim e pano costurados. E a venda da minha avó onde hoje é a praça Manoel dos Reis (em frente à portaria do Clube Jaraguá). As colheitas dos pomares, da plantação de frutas e da horta eram levadas para o mercado da Lagoinha ou então para o Mercado Velho, onde hoje está a Estação do Metrô."

A vida social dos moradores era movida pela religião e pelo esporte. Havia o time Unidos da Pampulha Futebol Clube com categorias infantil, juvenil e a de veteranos. "As últimas partidas foram na década de 1960. Eu também joguei no time. E a questão religiosa também era muito forte. Todos que iam jogar futebol assistiam primeiro à missa para depois jogar. E depois da partida voltavam para a igreja para ter a bênção final. Meu pai fundou 54 associações religiosas não só aqui, mas em São Cristóvão, Santa Mônica, Venda Nova, as conferências do Vicentino, os congregados de Mariana e outros. Quando havia alguma festa, os padres importantes da época vinham para a nossa casa porque não existia casa paroquial. A



FOTOS: ARQUIVOS DE FAMÍLIA

A foto acima é do curral da sede antiga da fazenda de Manoel dos Reis, onde hoje são os campos de futebol do Clube Jaraguá. A foto abaixo é de uma procissão na década de 1940, passando ao lado da atual Praça Santo Antônio.



vida aqui era assim", destaca Manoel.

Ele afirma que continua fazendo pesquisas para encontrar documentos mais antigos da região. "A Pampulha existe há mais de 200 anos. Eu estou atrás dos documentos que estabelecem os limites das sesmarias e datas. Então eu quero chegar no período colonial mais antigo para contar a história até chegar à Fazenda Pampulha", ressalta.

Com o decorrer dos anos, novos moradores foram chegando ao bairro, que começou a se expandir. Mais fotos do

início do bairro estão expostas no museu Casa Kubitschek, na Avenida Otacílio Negrão de Lima, 4168, na orla da Lagoa da Pampulha. Até hoje, somente o *Jaraguá em Foco*, por meio dos depoimentos dos principais moradores mais antigos, conseguiu contar com precisão e detalhes a história de toda a região do Jaraguá. Na próxima edição você irá acompanhar a história do crescimento da região a partir da década de 1960. Será outra edição histórica e imperdível. **(Cigredy Neves e Fabily Rodrigues)**

**ORIGEM DO NOME**

Alguém saberia dizer o significado de Jaraguá? Já teve a curiosidade de saber o porquê desse nome e qual sua origem? Alguém já contou a você alguma história sobre o bairro? E será que essa história realmente tem a ver com o verdadeiro significado? Já falaram que poderia ser o nome de alguma árvore; de uma família tradicional da época; de rio, córrego, chácara ou ribeirão da região; de um animal; e até mesmo de uma tribo indígena. Isso é muito comum com nomes antigos e mesmo os atuais em nosso dia a dia. Porém, nem sempre buscamos pesquisar sua origem.

Por incrível que pareça, Jaraguá é o nome de um tipo de capim plantado na região, também conhecido como capim-vermelho ou capim-provisório. Utilizado em pastagens, esse capim era muito comum nas chácaras e fazendas onde hoje se encontra o nosso bairro, especialmente na descida para o Dona Clara, na região próxima à portaria B do Clube Jaraguá, que antes era uma plantação de abacaxi.

O Jaraguá Country Club foi o primeiro a utilizar o nome do capim para designar o local, logo no início da década de 1960. Algum tempo depois, com a evolução e referência do clube, os moradores começaram a se referir ao bairro pelo nome Jaraguá, que na década de 1970 acabou sendo oficialmente incorporado. O fato de as linhas de ônibus também adotarem o nome Jaraguá fez o nome se firmar de forma definitiva.

Mas isso ainda gera muitas polêmicas, pois recebemos correspondências em que cada empresa, instituição ou órgão público nos designa como pertencentes a um bairro: Jaraguá, Liberdade ou Indaiá, por exemplo. Oficialmente o nome Jaraguá não existe. O nome do bairro entre a Rua Izabel Bueno e a Avenida Antônio Carlos é Liberdade. Nem mesmo o bairro Aeroporto existe. Do outro lado, entre a Izabel Bueno e a Cristiano Machado, estão os bairros Dona Clara, Santa Rosa e Universitário.

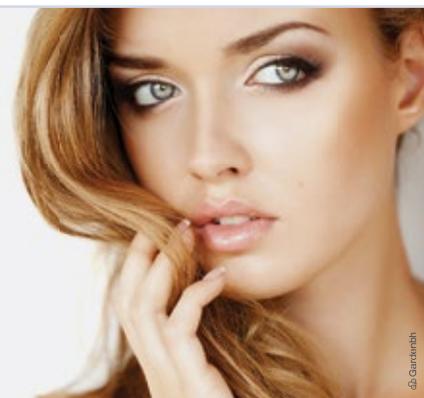


Unidade Prime Jaraguá  
(31) 3568-0770  
Unidade São Luiz  
(31) 3441-5863

Pé + Mão | Sobrancelha  
Hidratação Profunda + Escova

de R\$122,00 por

**R\$78,00**



*Fazendinha*  
Pizzaria • Restaurante

Conheça nosso cardápio

- Pizzas
- Rãs
- Filet
- Aves
- Peixes
- Saladas
- Omeletes
- Porções
- Massas
- Camarões
- Guarnições
- Lombos

Horário de Funcionamento:  
Segunda a quinta: 17h às 23h30  
Sexta: 17h à 0h30  
Sábado: 11h à 0h30  
Domingo: 11h30 às 23h

- ✓ Cozinha de primeira linha aberta ao cliente
- ✓ Moderno e amplo salão
- ✓ Estacionamento interno para 40 veículos
- ✓ Playground

Rua Izabel Bueno, 1082 • Jaraguá  
**3441-0758 | 3441-1071**  
www.pizzariafazendinha.com.br

## Fotos históricas retratam o início d



Casa na atual Rua Boaventura. No fundo ficava o córrego e é possível avistar também o terreno da UFMG e parte de onde hoje é a Avenida Antônio Carlos



Dia de missa na década de 1930 na capela onde hoje é a Paróquia Santo Antônio



Fachada da casa da Rua Silvério Ribeiro, 146, nos anos 1960



Esquina da Rua Conselheiro Galvão com Rua Izabel Bueno



Procissão na década de 1940 na atual Praça Santo Antônio



Seu Dodô na primeira escola da região, onde hoje funciona a Escola Municipal Henfil, na Rua Boaventura

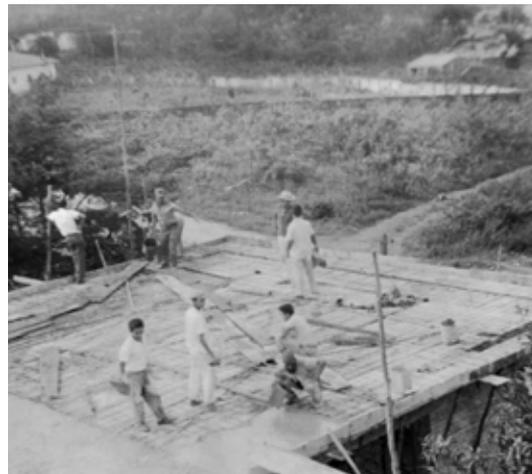
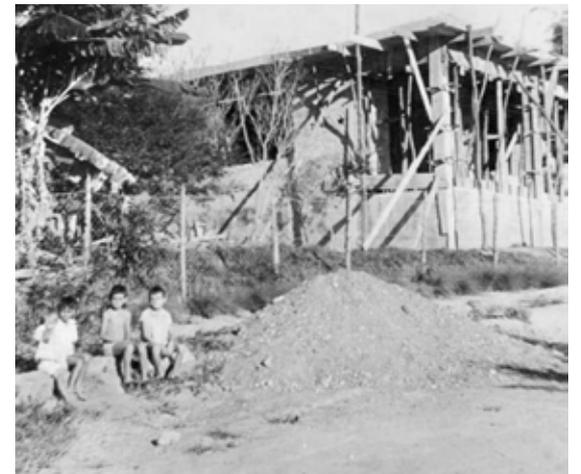


Foto tirada da laje da casa construída na Rua Silvério Ribeiro, 146. O final dessa rua é onde começa a Avenida Sebastião de Brito. Mais para a esquerda se chega onde é hoje a Rua Izabel Bueno. No fundo é possível avistar o Cemitério Israelita



Casa da Rua Silvério Ribeiro sendo construída



Região do Conjunto Ipê Amarelo (Rua Boaventura, entre a Rua Estoril e o começo da Rua Izabel Bueno)



Procissão na década de 1940, passando pela região da atual Praça Santo Antônio



Procissão na década de 1940. Na foto é possível notar que homens e mulheres iam em filas separadas

## O povoamento da região do Jaraguá

FOTOS: ARQUIVOS DE FAMÍLIA



Procissão na década de 1930 saindo da casa de Manoel Reis, onde hoje é a Chácara Maria Reis, na esquina da Rua Boaventura com a Rua Teófilo Gomes



Residência do Zé Pelegrino na Rua Duarte da Costa



Playground da década de 1950 na Praça Santo Antônio



Vista da Rua Duarte da Costa (no fundo hoje são a Rua Izabel Bueno e o Bairro Universitário)



Primeiro prédio de dois andares da região do Jaraguá, na Praça Santo Antônio, esquina com a Rua General Aranha



João Pereira de Souza (pai de Seu Dodô), Joaquim Gomes de Carvalho (delegado do tesouro Nacional e irmão de Sara Kubitschek), babá da família com sua filha, escravo Severino, um outro empregado e Seu Dodô, em fazenda na região onde hoje funciona o Atlas Copco, na Rua Boaventura



Aureliano de Castro (o mais alto na foto) era um dos jagunços de confiança de Lampião e se hospedava na fazenda do pai de Seu Dodô. Os demais também eram do bando



Outro registro feito na esquina da Rua Conselheiro Galvão com a Rua Izabel Bueno. Note que o formato das ruas Intendente Câmara e Frei Manoel da Cruz não mudaram. A área verde no fundo da foto se localiza atualmente a Praça Brandão Amorim

### ANUNCIE NO EM FOCO TURISMO



O Jornal *Em Foco Turismo* aborda o turismo de um modo geral, apresentando notícias do segmento e do setor, divulgando roteiros de viagens com dicas e curiosidades.

(31) 2552-2525

turismo@emfocomidia.com.br  
www.emfocoturismo.com.br

EM FOCO  
**TURISMO**  
Um jornal sobre destinos, mercados e tendências

ANUNCIE AQUI: 3441.2123 | 2332.2323



# GENÉRICO BARATO? NA DROGARIA CRISTINA TEM!

Têm *descontos especiais* para  
anticoncepcionais e produtos de receituário!

**DESCONTO  
AQUI**

Medicamento	Preço	Medicamento	Preço
Alopurinol 100 mg c/ 30 cp. MS 1.0181.0569.001-3	R\$ 2,90	Levotiroxina 75 mg c/ 30 cp. MS 1.0089.0355.026-2	R\$ 6,15
Alopurinol 300 mg c/ 30 cp. MS 1.2568.0191.004-1	R\$ 4,90	Losartana pot. 50 mg c/ 30 cp. MS 1.2568.0202.002-3	R\$ 2,50
Anlodipino 5 mg c/ 30 cp. MS 1.0298.0341.002-1	R\$ 3,50	Metformina 850 mg c/ 30 cp. MS 1.2568.0151.001-9	R\$ 2,99
Atenolol 25 mg c/ 30 cp. MS 1.1213.0255.003-2	R\$ 1,50	Nimesulida 100 mg c/ 12 cp. MS 1.0535.0124.003-5	R\$ 3,99
Atenolol 50 mg c/ 30 cp. MS 1.1213.0255.003-2	R\$ 2,49	Omeprazol 20 mg c/ 28 cap. MS 1.0497.1196.013-3	R\$ 3,49
Atorvastatina 10 mg c/ 30 cp. MS 1.0043.1075.002-2	R\$ 9,99	Orlistate 10 mg 42 cp. MS 1.0583.0741.003-7	R\$ 72,79
Atorvastatina 20 mg c/ 30 cp. MS 1.0370.0562.010-9	R\$ 11,99	Pantoprazol 20 mg c/ 28 cp. MS 1.1213.0435.003-0	R\$ 5,99
Candesartana 16 mg c/ 30 cp. MS 1.0583.0766.007-6	R\$ 14,99	Pantoprazol 40 mg c/ 28 cp. MS 1.1213.0435.008-1	R\$ 8,99
Candesartana 8 mg c/ 30 cp. MS 1.6773.0390.002-6	R\$ 13,99	Paracetamol 750 mg c/12 cp. MS 1.2568.0050.015-1	R\$ 2,99
Ciprofibrato 100 mg c/ 30 cp. MS 1.4381.0155.002-0	R\$ 16,90	Paracetamol 750 mg c/20 cp. MS 1.5584.0158.002-3	R\$ 3,99
Carvedilol 25 mg c/ 30 cp. MS 1.1213.0342.005-1	R\$ 12,49	Prednisona 20 mg c/ 10 cp. MS 1.0583.0288.003-5	R\$ 4,99
Carvedilol 6,25 mg c/ 30 cp. MS 1.0583.0751.011-2	R\$ 6,90	Rosuvastatina 10 c/ 30 cp. MS 1.6773.0328.003-6	R\$ 13,90
Clopidogrel 75 mg c/ 28 cp. MS 1.0235.1021.002-8	R\$ 11,99	Sildenafil c/ 1 cp. MS 1.5584.0145.008-1	R\$ 1,30
Enalapril 10 mg c/ 30 cp. MS 1.0370.0442.022-1	R\$ 2,30	Sildenafil c/ 2 cp. MS 1.5584.0145.009-1	R\$ 1,80
Finasterida 1 mg c/ 30 cp. MS 1.0370.0592.006-4	R\$ 12,90	Sildenafil c/ 4 cp. MS 1.0043.1034.008-8	R\$ 2,50
Glimepirida 2 mg c/ 30 cp. MS 1.0583.0665.020-4	R\$ 5,50	Simeticona 75 mg/ ml c/ 15 ml. MS 1.2584.0310.001-0	R\$ 2,99
Hidroclorotiazida 25mg c/ 30 cp. MS 1.0583.0491.013-6	R\$ 1,50	Sinvastatina 20mg c/30 cp. MS 1.0583.0664.013-6	R\$ 4,50
Ibuprofeno 600 mg c/ 20 cp. MS 1.2568.0161.001-3	R\$ 5,90	Tadalafila c/ 1 cp. MS 1.1260.0189.004-8	R\$ 9,99
Levotiroxina 25 mg c/ 30 cp. MS 1.0089.0355.002-5	R\$ 5,10	Tadalafila c/ 2 cp. MS 1.0043.1103.009-0	R\$ 14,99
Levotiroxina 50 mg c/ 30 cp. MS 1.0089.0355.008-4	R\$ 5,65	Tadalafila c/ 4 cp. MS 1.1213.0462.005-4	R\$ 29,90

Temos todos os Programas de Benefícios de Medicamento: grandes descontos em medicamentos.

Orizon

e-Pharma

Funcional  
Credito Beneficio Farmacia

NOVARTIS

Vale mais saúde

Pharma link  
Network Management

vidalink  
farmácia online

LOGIX  
FARMACIA



LOJA BAIRRO AEROPORTO

Tel.: 3491-9660

Rua General Aranha, 36 BH-MG

LOJA DONA CLARA

Tel.: 3567-7771

Avenida Sebastião de Brito, 381 - BH - MG

**Entrega Grátis**  
Consulte o valor mínimo de compra para a sua região.

**ENQUETE**

**Moradores relembram momentos do início do bairro Jaraguá**



"Nós éramos acostumados com o mato. Brincadeiras, amizades, tudo tinha segurança. Aqui era um lugar de famílias, de sossego, um lugar para viver tranquilo. Da varanda podíamos ver o mato cheio de canarinhos. Depois a Pampulha ganhou um status internacional por causa do conjunto arquitetônico. Mas era a Pampulha do outro lado (da Antônio Carlos). Até há pouco tempo não havia transporte para chegarmos até lá, então era coisa de outro mundo, outra realidade."

**Manoel Fonseca dos Reis, Funcionário público federal**



"Havia mais pontes do que caminhos. Ao longo do tempo eu cheguei a observar o surgimento de uma ruazinha pequena: era a Antônio Carlos. Depois ela foi calçada e foi possível se locomover pelo bonde. Meus colegas e eu tínhamos de ir em pé com caixas cheias de verduras para vender no Mercado Central, enquanto as moças iam sentadas. A água do córrego (Rua Aimeé Semple McPherson) era limpa e dava para beber. Havia peixes também. O meu pai tinha até um moinho que era movido por suas águas."

**Adoralício Pereira de Souza (Seu Dodô), Aposentado**



" vim para o Jaraguá por volta de 1960 com meu marido. Depois de muito tempo isolados no bairro, sem recursos, energia, saneamento, ruas, construções, vimos tudo crescer na mesma época da construção e inauguração do Mineirão. Lembro do Aldair Pinto, que estava se candidatando a vereador na época, dar uma grande força ao limpar praças, fazer calçamento e asfaltar algumas ruas. Abrimos o primeiro comércio do bairro na marra, sem registro e comprando no supermercado Grilo para revender."

**Zilda Rosário dos Santos, Comerciante**



"Meu pai, José Pelegrino, foi um dos primeiros moradores do bairro. Hoje tudo ficou muito bom e movimentado, mas temos o problema de não poder sair de casa com a tranquilidade de antes por causa da violência e dos assaltos. Sinto saudades daquela época. Lembro que o Aeroporto da Pampulha era cercado apenas por arames farpados e muitas vezes as crianças até entravam nos aviões. Lembro também que a Avenida Sebastião de Brito era um grande brejo e dava até para nadar."

**Alda Maria Pelegrino, Doceira**



"Me mudei para o bairro em 1966. Vi o bairro crescer em todos os aspectos. Fico muito feliz quando vejo meus filhos e netos bem criados e o bairro crescendo cada vez mais. Creio que todos que participaram dessa evolução, principalmente os que se mudaram para cá no final da década de 1960 e lutaram por melhorias, se sentem orgulhosos ao ver o resultado desse trabalho. A meu ver, o bairro teve um crescimento muito grande, mas parou de um tempo para cá."

**Antônio Cocenza dos Santos, Jornalista aposentado**



"Eu nasci no bairro há 75 anos. Brincava muito na rua. Era passa anel, pula corda, fogueiras e todos eram amigos. Eu tinha 17 anos e já era casada e com filho, mas continuava a brincar na rua. Havia também as festas da Igreja de Santo Antônio. A capela era bem pequena. Lembro que havia leilões de bois e barraquinhas muito boas. Outra diversão era assistir cinema na base aérea. Eram os filmes de Atlântida e da Vera Cruz. O aeroporto era menor, ia apenas até a altura do clube Jaraguá."

**Maria Feliciano de Oliveira (Dona Neném), Costureira**



"Uma das maiores dificuldades era a falta de linha de ônibus. Era preciso caminhar até o bairro Universitário ou até a Rua Boaventura. Como a região não era desenvolvida como hoje, não existia muitas lojas comerciais. Íamos de ônibus fazer compras no Centro e uma das primeiras mercearias foi a da dona Zilda. Íamos ao bairro Dona Clara pegar hortaliças e leite de vaca. Enquanto isso as crianças brincavam com os animais. Era uma época fantástica."

**Artur Pelegrino, Aposentado**



"As casas não tinham muros como nos Estados Unidos, mas logo começaram os problemas e resolvemos colocar os muros. Logo depois foi construído o grupo escolar Kennedy, hoje conhecida como Escola Estadual Anita Brina Brandão. Para fazermos compras tínhamos de nos deslocar, pois não existia comércio. Lembro que, por volta de 1964, o senhor Pimenta montou uma mercearia na esquina da Rua Izabel Bueno com a Rua Pedro Dutra."

**Mauro Paes Zallio, Jornalista aposentado**

Confira como foi desenvolvimento da região em nossa próxima edição

Desde 2000 acompanhando você!

**Acompanhamento Escolar e de Para Casa**

**Reforço Escolar**      **Alfabetização**

Individual / Grupo      FUNDAMENTAL • MÉDIO - TODAS AS MATÉRIAS

**Salinhas Preparatórias Intensivas - ENEM**

**MELHORES RESULTADOS**

Autoestima      Organização

Superação das Dificuldades      Autonomia

Desejo de Aprender

Melhor Desempenho Escolar

**ATENDIMENTO CLÍNICO - Infantil Adolescente Adulto**

- Psicologia    • Psicopedagogia    • Neuropsicologia    • Fonoaudiologia
- Nutrição    • Orientação Profissional    • Avaliação Interdisciplinar
- Cursos e Palestras    Oficina Terapêutica    • Consultoria Educacional

Unidade Jaraguá    31 3492-5534

acompanhar.com.br    f /acompanhar

**TURISMO & ARTE**  
PROMOÇÕES

## Viagem a lazer e para os principais eventos de artesanato do país

**Cursos e loja de artes e artesanato**

Mais informações: [www.turismoearte.com.br](http://www.turismoearte.com.br)

Rua Cyro Vaz de Melo, 547 - B. Dona Clara  
(31) 4103-2874 / 9207-5627 - contato@turismoearte.com.br

## ANUNCIE NA REVISTA DO CLUBE JARAGUÁ

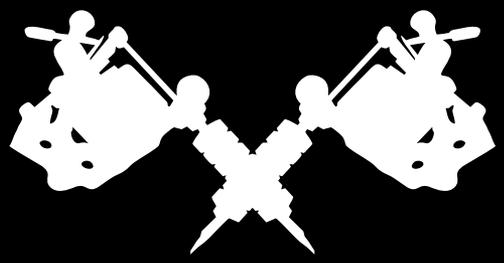
A Em Foco Mídia também é responsável por esta publicação. A mesma qualidade e credibilidade em mais um veículo de comunicação. Aproveite e amplie a divulgação do seu negócio!

**EMFOCOMÍDIA**  
www.emfocomidia.com.br

**3441-2725 | 2552-2525**

www.jaraguacub.com.br

## RONNIE LORENZINI tattoo artist



@lorenzini87  
+55 (31) 9551-9616  
/ronnie.lorenzini

### HOSPEDAGEM

Hotel  
*Pousada Vip BH*  
www.pousadavipbh.com.br

9982-0476 (Vivo) - 9378-9376 (TIM)  
(31) 3024-3729



Próximo à UFMG, Aeroporto da Pampulha, Mineirão e Mineirinho  
Faça sua reserva - Diária e temporadas - Mensalistas  
Transporte executivo

Rua Mirian Wanderley Lara, 109 - Dona Clara

# Pré Enem Vest- IEMP

Intensivão de 03 meses  
das 18h às 21h40  
PARA TODOS OS PÚBLICOS

**As aulas já começaram**



Mais informações  
**3445.2852**  
(Manhã, tarde e noite)

- ✓ Professores especialistas no ENEM e demais vestibulares.
- ✓ Mesmas diretrizes dos cursinhos de referência em BH.
- ✓ Currículo totalmente alinhado às quatro áreas do conhecimento.
- ✓ Carga horária diária de 3h40.
- ✓ Fortalecer a aprendizagem dos conteúdos necessários para uma boa classificação no ENEM e demais vestibulares.

## Junte-se a nós!!!



SAÚDE E BEM-ESTAR

Estresse: uma consequência da modernidade

Rotinas cada vez mais corridas, trânsito caótico e preços em alta são alguns dentre vários fatores que tornam o estresse comum no dia a dia da população brasileira. E esse cotidiano estressante leva as pessoas a estarem sob condições constantes de pressão, cansaço e tensão.

O estresse nada mais é do que um mecanismo de defesa do próprio corpo. É um distúrbio que pode se manifestar de formas físicas e emocionais, sempre que há um desequilíbrio no organismo, e tem levado uma boa parcela da população aos consultórios médicos.

A psiquiatra Rúbia Barbosa Barroso afirma que o estresse em si não é uma doença. Segundo ela, o estresse pode ser bom até certo ponto, pois produz alguma ansiedade que possibilita a busca por proteção, para cumprir tarefas, para fazer mudanças e para reagir a situações maléficas. “O problema é o excesso dele, que produz ansiedade e acaba por nos adoecer. Ansiedade, tristeza e culpa são emoções que afetam o sistema imunológico do corpo e diminuem suas defesas para combater agentes de adoecimento, o que propicia aparecimento ou piora de doenças. Não há uma idade certa para se tê-lo, pois podemos sofrer choques emocionais em qualquer momento da vida, porém as pessoas muito ansiosas são mais propícias a sofrerem com o estresse”, explica. Ela ressalta ainda que o estresse em jovens tem piorado devido à intensa busca por posição social e estabilidade no mercado de trabalho, abrindo mão de momentos de lazer e descanso.

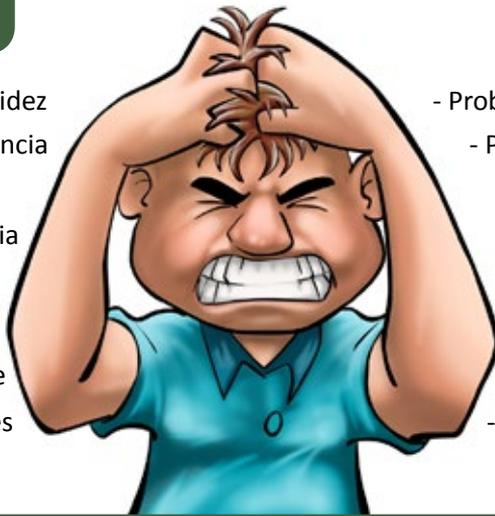
Consequências

Cada pessoa reage de forma diferente



Quem vive com os nervos à flor da pele tem mais chances de desenvolver problemas de saúde, como:

- Problemas na gravidez
- Irritação e impaciência
- Diabetes
- Falhas na memória
- Insônia
- Ansiedade
- Perda de apetite
- Dores musculares



- Problemas cardiovasculares
- Problemas respiratórios
- Dores de estômago
- Dores de cabeça
- Problemas digestivos
- Apatia
- Obesidade
- Cansaço físico e mental

a um determinado estímulo e essa reação depende também de diversos fatores, que podem, inclusive, interferir na vida pessoal ou no ambiente de trabalho do indivíduo.

Hoje não só os adultos são vítimas do estresse. “Atualmente, devido à rotina com múltiplas atividades, as crianças cada vez mais novas vêm apresentando sinais de estresse”, destaca Silvana Texeira, fisioterapeuta e acupunturista.

O estresse negativo propicia mau humor, nervosismo, desânimo, além de provocar um desequilíbrio hormonal. “Observa-se que as pessoas que sofrem desse transtorno são mais propícias a se relacionarem com o tabagismo, com o al-

coolismo e com as drogas, como uma forma de alívio para situações angustiantes. Eles servem como anestésicos para os sentidos e dão a falsa sensação de que está tudo bem.

Se existem dificuldades para lidar com as emoções, é de extrema importância buscar ajuda profissional, realizar psicoterapias e, em alguns casos, recorrer aos medicamentos ansiolíticos ou psicotrópicos, que agem para melhorar as síndromes de pânico e de ansiedade excessiva”, explica a médica Márcia Maria Barros Rezende, especialista em anatomia patológica.

A realidade na qual vive a maioria dos brasileiros é de constantes transformações, em que é fundamental conciliar a flexibilidade, a tolerância e a adaptação. Nesse contexto, é necessário aceitar as mudanças e aprender a lidar com elas, sem deixar a mente limitada. A maneira como uma pessoa enfrenta os problemas influencia sua produção durante o trabalho ou nos estudos assim como em sua saúde. Buscar o equilíbrio físico e mental mantém o estresse longe de sua rotina. (Thais Verhaaf e Cígedy Neves)

Dicas para dar adeus ao estresse

- Relaxar: sair com amigos, ler um bom livro, ver um bom filme, dançar, viajar são algumas dentre várias opções para se desligar da sua rotina.
- Organização: não se sobrecarregue. Não deixe para fazer tudo ao mesmo tempo. Ser organizado facilita na resolução das tarefas do dia a dia.
- Respire fundo e conte até 10: evite discussões, fofocas ou picuinhas.
- Saúde em primeiro lugar: nada melhor para recarregar as energias e aliviar o estresse do que realizar atividades físicas.
- Otimismo: evite pensamentos negativos e não se afaste de quem lhe faz bem.



**© consultório do Dr. Alysson Leonardo N. Mello agora é Life odontologia e bem estar!**

Focados na saúde e bem estar do cliente, oferecemos todos os tipos de tratamento odontológico, através de uma equipe altamente capacitada. Oferecemos também tratamentos diferenciados como laserterapia, transformação do sorriso, toxina botulínica, tratamento de ronco e apneia, sempre aliados a conhecimento e alta tecnologia. A nossa filosofia é promover saúde e bem estar ao paciente. Venha nos conhecer!

**R. Francisco Vaz de Melo, 20 sala 01 - 3427-7732 / 9184-7810**

**A maior rede de nail bar do mundo**

Manicure, Pedicure, Nail Art, Nail Bar e muito mais.

**Av. Izabel Bueno, 20, loja 2 - Jaraguá**

Loja no posto Ipiranga ao lado da Faculdade Unifenas.

**Agende agora: (31) 3324-2415**

**Nova unidade Jaraguá**



ESCOLHIDA A DEDO



## OBRAS EM ANDAMENTO!

- Acabamento de qualidade: porcelanato e laminado.
- Vagas de garagem cobertas.
- A 500m da Linha Verde (Av. Cristiano Machado) e Estação de Metrô.
- Fácil acesso ao aeroporto da Pampulha, UFMG, Av. Antônio Carlos e Anel Rodoviário.

Registro de Imóvel: 223.546 de 22/06/2015

1e2 quartos  
c/suíte

Garagem e lazer



Av. Sebastião de Brito esquina  
c/ R. Bento Mendes Castanheira  
**Dona Clara**



## LAZER E COMODIDADE



Adquira já a sua unidade com condições especiais

Plantão de vendas:

9730-2090 | 2515-6766 | [marcabrasilconstrutora.com.br](http://marcabrasilconstrutora.com.br)



**UNIDADE PALMARES**  
**3426 1052**

# DISCOVER FISK

- Venha descobrir o melhor da Fisk.
- Inglês a partir dos 4 anos
- Espanhol a partir dos 8 anos
- Livros didáticos com plataforma online
- Sala de multimídia
- Videoteca e Biblioteca
- Salas com Eboard e study box room
- Serviço transporte leva e traz próprio com tarifa reduzida

**FISK JUST THE BEST.**

Rua Helena Petrovna Blavatsky 41 - Palmares



IMAGENS ILUSTRATIVAS

## PASSATEMPO

Na palavra-cruzada abaixo você vai encontrar respostas ligadas ao tema "Esporte" nos quadrinhos na cor verde. Divirta-se!

Prática metódica de atividades físicas		Local onde se pratica a musculação	Apelidos, Alcunhas	Sistema de escoamento de água usado nos campos de futebol
				Ato de impedir a cesta (basquete)
Torcendo contra (pop.)		Ou (ing.)		Fidalguia, Soberania
Jogada irregular do futebol conhecida como "Banhelra"		Conhecer, Estar informado		Nenhum (ing.)
		Opositor, Adversário		
Gargalha			Alemão (ing.)	
Tanto				
14 (num. rom.)		Estima, Respeita		Correu (ing.)
Período de preparo do atleta júnior				
Líquido viscoso			Infração cometida ao atingir o corpo do adversário (esp.)	Oculto, Encoberto, Esperando para vir à tona
Modalidade esportiva em que 12 jogadores são separados por uma rede			O melhor, O..... (pop.)	Oposto de voltava
				Ato de chutar a bola a grande distância, Cruzamento (fut.)
Zero		Combinação de 3 esportes	Haste que delimita o gol	Parte do corpo de uso proibido no futebol

Cola: German, Latente, Nobreza, None, Or, Ran, Toco

DD G I V V O I M F S S M D T J J H O O  
 L O R N K S D M Ê E S D S Q Ê K V I U Ã  
 D R O O E H C I L O B R S S N U F D O Ç  
 S L S F O F E Q Q R T I D D I F Q R O Ã  
 Q S O C B I G D G M E M E V S D D O H L  
 U N Ê H A F D A D A E I D M O D L G N U  
 A A O D S P F U H E H I M H E M E I K C  
 S P I M Q K L Y F F U T E B O L T N R S  
 H A D I U R R A I A E F ã E G O O Á K U  
 S P Y N E I P B F I Ê N F E Q Ç O S A M  
 O Ã Ç A T A N I L F L S N N M Ê H T G M  
 O P N U E L A G F F U T E V O L E I I G  
 G R E T G F F E N O T N I M D A B C S U  
 F S F F F Ó S G F F A F S O F K A A N Í  
 T R E U S V O L E I A J D J I R H B J F

### MODALIDADES ESPORTIVAS

FUTEBOL VOLEI MUSCULAÇÃO NATAÇÃO BOLICHE  
 TÊNIS SQUASH BASQUETE HIDROGINÁSTICA FUTEVÔLEI

A	S	E	C	A	N	D	O	T	O	
S	A	O	R	O	C	O				
I	M	P	E	D	I	M	E	N	T	O
O	M	E	N	O	N					
R	I	S	A	B	E	R				
T	A	O	G	E	M	A	N			
E	P	R	E	Z	A					
F	O	R	M	A	C	A	O			
I	A	N	N	M						
V	O	L	E	B	O	L				
E	T	N	E	T	A	L				
L	A	T	A							
O	E	T	R	A	V	E				

**Olegário**  
PAMPULHA

**DELIVERY**  
3586-7680  
18 ÀS 23H

**PIZZAS TRADICIONAIS**

Pizza Grande + Pet 2 litros **45,80**

**PRATOS**

Peça 2 pratos

**Ganhe 1 pet 2 L**

**TERÇA E QUARTA**  
após as 18h

**A 2ª pizza é por nossa conta**

O VALOR DEVERA SER IGUAL OU MENOR AO DA 1ª VÁLIDO PARA CONSUMO NO RESTAURANTE

**ESTACIONAMENTO GRATUITO**  
ABERTO TODOS OS DIAS PARA ALMOÇO E JANTAR  
AV. ANTÔNIO CARLOS, 7456 - PAMPULHA

**É MUITO CARO aprender UM INGLÊS DE SEGUNDA**

**INVISTA CERTO: SEJA NUMBER ONE.**

- Inglês divertido, rápido e eficaz para todas as idades e objetivos.
- Ferramentas online exclusivas que ampliam o aprendizado para além da sala de aula.
- Possibilidade de aulas personalizadas com flexibilidade de local, dia e horário.
- Preparação para os principais exames internacionais de proficiência da língua inglesa.

**FAÇA SUA PRÉ-MATRICULA E GARANTIA 10% DE DESCONTO APRESENTE ESTE IMPRESSO NA ESCOLA E GANHE BRINDES.**

**UNIDADE PAMPULHA**  
R. PE. SILVEIRA LOBO, 610 - AEROPORTO  
3492-8012 /pampulha.numberone.com.br

**#NUMBER ONE**  
INGLÊS COMPLETO

## JARAGUÁ INFORMA

## Casa Lucas acolhe e faz a diferença na vida de crianças em situações de risco

Acolher crianças vítimas de abandono, negligência, violência física, psicológica ou abusiva. Esse é o objetivo da Casa Lucas, inaugurada no bairro Dona Clara em setembro de 2013. O local funciona 24 horas por dia e recebe crianças entre 0 e 6 anos, que permanecem no abrigo até que a Justiça determine se devem voltar para a família de origem, serem encaminhadas para a família extensa (como avós e tios) ou para a família substituída (adoção).

A Casa Lucas foi idealizada por Carla de Magalhães Pereira e Luís Marcelo Vieira Karam. Eles perderam o filho Lucas, de 10 anos, vítima de uma complicação cirúrgica. A partir de então, decidiram fazer a diferença na vida de outras crianças. "Fomos doar os brinquedos do Lucas, conhecemos várias casas e veio a vontade de fazer uma com o nome dele para ajudar outras crianças. É uma forma de transformar a dor. Pensei as razões para que isso acontecesse comigo e percebi que deveria mudar a pergunta: pra quê isso aconteceu comigo? Hoje isso é bem claro para mim. Se o Lucas não tivesse ido, a Casa Lucas não existiria", explica Carla, que é a presidente da organização.

A Associação Lucas Magalhães Karam é certificada pelo Conselho Municipal do Direito da Criança e do Adolescente de Belo Horizonte (CMDCA/BH) e conveniada à Prefeitura. Hoje a Casa Lucas tem capacidade para atender até 10 crianças, sendo três vagas de berçário e sete vagas para crianças de 3 a 6 anos. Essas crianças recebem

a atenção de cuidadoras, assistente social, psicóloga e cozinheira. Além da equipe interna, profissionais voluntários como dentistas, cabeleireiros, fonoaudiólogos e até clínicas se envolvem no cuidado dessas crianças.

Carla ressalta que a Casa Lucas está de portas abertas para o trabalho de voluntários e para contribuições. "Vivemos de doação, tanto financeira quanto de tempo para passear, conversar, brincar. Quem quiser vir conhecer o nosso trabalho será sempre bem-vindo. É só ligar e marcar um horário", ressalta. A Casa Lucas está localizada na Rua Desembargador Fernando Bhering, 217, no bairro Dona Clara. **Mais informações:** 3491-0152 ou [www.casalucas.org](http://www.casalucas.org).

CID COSTA NETO



THIAGO CHAVES



THIAGO CHAVES

# Depilação a laser

R\$ 55,00\*

cada região  
valor por sessão

\*pacote mínimo de 8  
sessões por região

Agende sua sessão!

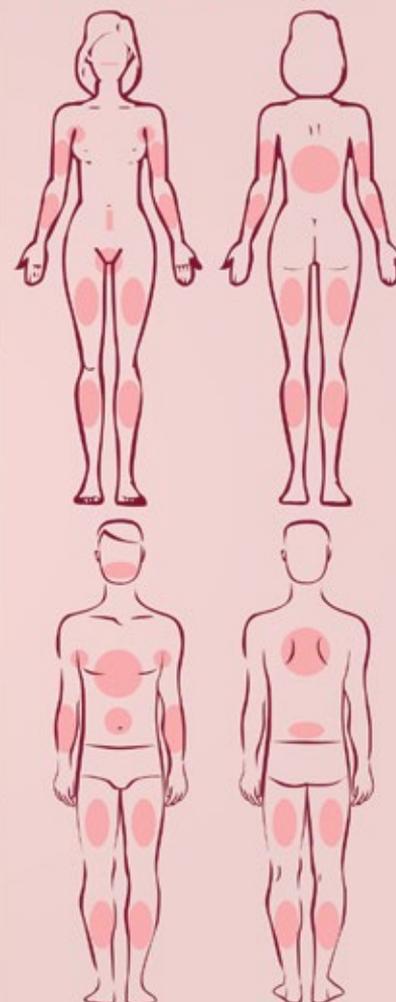
3497-9112

3077-4730

R. Francisco Proença, 304  
Santa Rosa

  
marta fernandes  
Centro de estética

Escolha sua região:



## QUADRO DE EMPREGOS

Estas são algumas das vagas de emprego da nossa região. Divulgamos e esperamos contribuir, tanto com as empresas que precisam preencher estas vagas quanto com os moradores e demais interessados. Os dados da empresa, contato, especificações e quantidade de vagas podem ser enviados para o e-mail emfocomidia@emfocomidia.com.br.

### EM FOCO MÍDIA (JORNAL JARAGUÁ EM FOCO)

**Função: ADMINISTRATIVO / FINANCEIRO** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** Sexo feminino. Experiência real e comprovada nas áreas administrativa, financeira e contábil, confecção e controle de planilhas, com organização, iniciativa, pontualidade, compromisso e boa fluência para contatos externos e agendamento de entrevistas. Horário: 9h às 18h30. Salário inicial: R\$ 1.350,00. Preferencialmente morar na região do Jaraguá. Dispensamos curiosos e pessoas aguardando respostas de outros empregos.

**Função: DISTRIBUIÇÃO DE JORNAIS** Vagas: 2  
**Especificações / Perfil:** Sexo masculino, entre 16 e 28 anos. Iniciativa, compromisso, seriedade e boa vontade para a distribuição dos quatro jornais da empresa na região da Pampulha e Cidade Nova. Horário: tarde e noite. Preferencialmente morar na região do Jaraguá. Valor: R\$ 8,00 a hora.  
**Contato:** Enviar currículo com foto para emfocomidia@emfocomidia.com.br.

### CONFORTLINE ESTOFADOS

**Função: ESTOFADOR** Vagas: 1  
**Especificação / Perfil:** Experiência de pelo menos seis meses na função.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 3639-7107.

### SOCILA JARAGUÁ PRIME

**Função: ESTETICISTA** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** É necessário ter aparelhagem própria.  
**Função: PODÓLOGA** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** Necessária experiência de pelo

menos um ano.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 3568-0770 ou pelo e-mail jaragua@socila.com.br.

### PING PÃO

**Função: ATENDENTE** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** Necessário ter experiência de pelo menos oito meses comprovada em carteira e Ensino Médio em curso.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 2514-1666.

### STUDIO KALI (DONA CLARA)

**Função: MANICURE** Vagas: 2  
**Especificações / Perfil:** É necessário ter experiência.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 3427-6526.

### WANTED HAMBURGUERIA (DONA CLARA)

**Função: CHAPISTA** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** É necessário ter experiência e morar na região.  
**Função: AUXILIAR DE MONTAGEM** Vagas: 1  
**Especificações / Perfil:** Não é necessário ter experiência, mas precisa morar na região.  
 Observações: Disponibilidade para trabalhar no período da noite.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 3018-1022 ou prontosaborbh@gmail.com.

### CLÍNICA FISIOTFIT

**Função: INSTRUTORA DE PILATES** Vagas: 1  
**Especificação / Perfil:** Fisioterapeuta com experiência em pilates clínico.  
**Contato:** Enviar currículo para fisiofit.bh@gmail.com ou entrar em contato pelo telefone 3497-4843 e falar com Flávia ou Fabiana.

### MAIS TREINAMENTO FUNCIONAL

**Função: RECEPCIONISTA/VENDEDORA** Vagas: 1  
**Especificação / Perfil:** Idade entre 18 e 22 anos. Não é necessária experiência na função, apenas ter disponibilidade de horários.

**Função: FISIOTERAPEUTA** Vagas: 2  
**Especificação / Perfil:** Experiência em ministrar aulas de pilates e ter disponibilidade de horário.  
**Contato:** Entrar em contato pelo telefone 4141-6170 ou pelo e-mail curriculo@maistf.com.br.

### OFFICINA DAS LETRAS

**Função: AUXILIAR DE BERÇÁRIO** Vagas: 1  
**Especificação / Perfil:** Sexo feminino, com experiência e com formação mínima de Magistério. Horário integral.  
**Função: ESTAGIÁRIA DE PEDAGOGIA** Vagas: 1  
**Especificação / Perfil:** Sexo feminino, cursando Pedagogia.  
**Contato:** Enviar currículo para secretaria@officinasdasletras.com ou entrar em contato pelo telefone 3427-6087.

### SISTEMA NACIONAL DE EMPREGO

Vagas disponíveis pelo Sine. Para mais informações, entre em contato pelo telefone 3271-5566 ou compareça à Avenida Amazonas, 478 - Centro ou Avenida Vilarinho, 1300 - 2º piso - Shopping Norte. Funcionamento: De segunda a sexta-feira, das 7h às 19h, e aos sábados, das 8h às 14h.

**Função: AJUDANTE DE CARGA E DESCARGA (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: ANALISTA DE SISTEMAS (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: ASSISTENTE ADMINISTRATIVO (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: ATENDENTE DE BALCÃO (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 5  
**Função: ATENDENTE DE MESA** Vagas: 1  
**Função: AUXILIAR ADMINISTRATIVO (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 11  
**Função: AUXILIAR CONTÁBIL (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: AUXILIAR DE ESCRITÓRIOS (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 2  
**Função: AUXILIAR JURÍDICO**



(EXCLUSIVO PCD) Vagas: 1  
**Função: BARBEIRO** Vagas: 1  
**Função: BOBINADOR ELETRICISTA** Vagas: 5  
**Função: BOMBEIRO ELETRICISTA** Vagas: 1  
**Função: COSTUREIRA (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: COZINHEIRO DE RESTAURANTE** Vagas: 1  
**Função: DOBRADOR GRÁFICO** Vagas: 1  
**Função: EMBALADOR** Vagas: 3  
**Função: EMPREGADO DOMÉSTICO** Vagas: 1  
**Função: FORNEIRO DE PADARIA** Vagas: 10  
**Função: GARÇOM (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1  
**Função: GERENTE DE VENDAS** Vagas: 1  
**Função: INSTALADOR DE SOM** Vagas: 1  
**Função: INSTALADOR DE TUBULAÇÕES** Vagas: 3  
**Função: MARCEIRO** Vagas: 1  
**Função: MECÂNICO DE AUTOMÓVEIS** Vagas: 1  
**Função: MECÂNICO DE AUTOMÓVEL** Vagas: 2  
**Função: OPERADOR DE ADEGAS** Vagas: 5  
**Função: OPERADOR DE TELEMARKETING (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 30  
**Função: PIZZAIOLO** Vagas: 1  
**Função: PROGRAMADOR DE COMPUTADOR** Vagas: 1  
**Função: RECEPCIONISTA ATENDENTE (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 5  
**Função: RECEPCIONISTA DE HOTEL** Vagas: 2  
**Função: SERVENTE DE OBRAS (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 2  
**Função: SUSHIMAN** Vagas: 10  
**Função: TÉCNICO EM INFORMÁTICA (EXCLUSIVO PCD)** Vagas: 1

Confira as vagas completas no site: [www.emfocomidia.com.br/empregos](http://www.emfocomidia.com.br/empregos)

# QUER ALUGAR OU VENDER O SEU IMÓVEL?

ACESSE NOSSO SITE  
[www.patriciabrazimoveis.com.br](http://www.patriciabrazimoveis.com.br)



**PATRÍCIA BRAZ**  
 CORRETORA DE IMÓVEIS

**3051-0939**

**269 CHILLI PEPPER SINGLE HOTEL**

**269 CHILLI PEPPER SIGLE HOTEL BELO HORIZONTE,**  
**O MAIOR E MELHOR HOTEL SÓ PARA HOMENS DA AMÉRICA LATINA A TODO VAPOR. VENHA CONHECER**

AV. DO CONTORNO, 1328, FLORESTA . ANTIGO CINE ODEON . 31 2555 0269 . [WWW.HOTELCHILLIPEPPER.COM.BR](http://WWW.HOTELCHILLIPEPPER.COM.BR) . PROIBIDO PARA MENORES DE 18 ANOS

**24 HORAS**

# P E T R Y Y

## S H O E S

**PRÉ-LANÇAMENTO DA COLEÇÃO PRIMAVERA/VERÃO**

**Av. Izabel Bueno, 579 - Lj 08 - Jaraguá - Tel: (31) 3234-8041**

**f petryyshoes @petryyshoes www.petryyshoes.com.br**

# Nova Unidade no Jaraguá!



#escolhafalar #eufalotfla



Matrículas abertas!

**6 x R\$134,90\***

\*valor turmas iniciantes (inglês nível 1)

?

## Por que escolher o TFLA?

Conversação desde a 1ª aula • Acompanhamento Pedagógico • Business English • Turmas Reduzidas • Horários Flexíveis • Kids - inglês para crianças a partir de 4 anos • Atividades Culturais e Esportivas • Oficina de Bateria • Cursos in Company • Oficina de Teatro.

CABRAL | Alameda dos Sabiás, 665 | 3394-3990

CASTELO | Av. Miguel Perrela, 399 | 3471-5900

CAIÇARA | R. Agostinho Bretas, 470 | 3462-0729

JARAGUÁ | R. Silvério Ribeiro, 34 | 3643-3258

[www.tfla.com.br](http://www.tfla.com.br)