



Com a intensificação das ondas de calor e a elevação das temperaturas em diversas regiões de Minas Gerais, a Companhia de Saneamento de Minas Gerais (Copasa) voltou a reforçar o alerta para o uso consciente da água. Em períodos de calor intenso, a demanda pelo recurso aumenta de forma significativa, o que pode gerar pressão sobre os sistemas de abastecimento e provocar desequilíbrios pontuais, especialmente nos horários de maior consumo.

MINAS 5

Copasa reforça alerta para uso consciente da água em período de altas temperaturas

MINAS 5

Férias escolares exigem atenção redobrada para prevenir acidentes com crianças

POLÍTICA 3

Janeiro Branco convida à reflexão sobre saúde mental e ganha adesão da ALMG

O primeiro mês do ano é tradicionalmente marcado por recomeços, elaboração de metas e reflexões sobre o futuro.

POLÍTICA 3

Câmara Municipal mantém funcionamento durante recesso parlamentar em Moc



A Câmara Municipal de Montes Claros entrou oficialmente em recesso parlamentar na última sexta-feira, 2 de janeiro, conforme estabelece o calendário legislativo da Casa. O período de recesso segue até o dia 31 de janeiro e prevê a suspensão temporária das sessões ordinárias e das reuniões especiais realizadas no plenário. Apesar disso, o funcionamento administrativo e institucional do Legislativo municipal segue normalmente, garantindo a continuidade dos serviços prestados à população.

POLÍTICA 3

Duas leis que beneficiam militares são publicadas

REGIONAL 9

Cemig orienta retirada segura de enfeites natalinos no Dia de Reis

A retirada da decoração de Natal, tradicionalmente realizada no Dia de Reis, celebrado em 6 de janeiro, marca o encerramento do ciclo natalino em milhares de residências, comércios e espaços públicos. Para que esse momento simbólico não termine em acidentes, a Companhia Energética de Minas Gerais (Cemig) reforça uma série de orientações de segurança, especialmente relacionadas aos riscos elétricos.

Perseguição na LMG-653 termina com prisão e apreensão de grande carga de drogas



Uma ação da PMMG, por meio da 11ª Região da Polícia Militar (RPM), resultou na prisão de um homem de 40 anos e na apreensão de uma grande quantidade de drogas na madrugada deste domingo (4), em Montes Claros.

SEGURANÇA PÚBLICA 8

Confira dicas do Sebrae para o MEI começar 2026 sem surpresas

Trabalhar um pouco mais ou tirar alguns dias de férias depois das festas de final de ano? Independentemente dos planos para janeiro, o mês traz consigo datas importantes e mudanças para os mais de 13 milhões de microempreendedores individuais de todo o país. É momento para regularizar as dívidas, optar por permanecer no Simples Nacional para 2025 – no caso de ter ultrapassado R\$ 81 mil em faturamento – e enviar Declaração Anual (DASN-SIMEI).



REGIONAL 9

EDITORIAL: O ANO COMEÇOU: Planejar é mais do que prometer

Todo começo de ano traz consigo uma pergunta silenciosa, quase íntima: o que eu quero fazer melhor daqui para frente? Entre fogos que se apagam e agendas ainda em branco, nasce a chance de organizar não só compromissos, mas também prioridades. Fazer planos, neste início de ano, não é exercício de vaidade nem lista de promessas vazias. É um gesto de responsabilidade com o tempo — esse bem que não se renova.

Os planos de trabalho vêm primeiro porque deles depende o equilíbrio do resto. Trabalhar melhor não significa apenas trabalhar mais. Significa ser mais criterioso com prazos, mais honesto com limites e mais atento ao sentido do que se faz. Metas profissionais precisam caber na realidade, mas também provocar algum desconforto: aprender uma nova habilidade, melhorar processos, entregar com mais qualidade do

que no ano passado. Crescimento não acontece no imprevisto permanente; exige método, rotina e avaliação constante.

No campo dos estudos, o compromisso é com a continuidade. Estudar não pode ser tratado como um projeto eventual, acionado apenas quando a urgência bate à porta. O ano que começa pede constância: reservar horários fixos, definir temas prioritários, concluir o que foi

iniciado. Estudar é investir no longo prazo, mesmo quando os resultados não aparecem de imediato. É aceitar que o conhecimento amadurece aos poucos, como quem constrói uma casa tijolo por tijolo.

E há, ainda, a leitura — talvez o plano mais subestimado e, ao mesmo tempo, o mais transformador. Ler mais não é apenas acumular livros na estante ou metas numéricas em aplicativos. É abrir espaço diário

para a reflexão, para o pensamento crítico, para o silêncio produtivo. A leitura amplia o vocabulário, organiza ideias e oferece novas lentes para enxergar o mundo. Em tempos de excesso de informação rápida, ler com atenção é quase um ato de resistência.

Planejar o ano não elimina imprevistos, frustrações ou mudanças de rota. Mas dá direção. Metas claras ajudam a dizer “não” ao que disper-

sa e “sim” ao que constrói. Ao fim das contas, planos não são correntes que nos prendem; são mapas que orientam.

Que este ano seja menos sobre prometer e mais sobre cumprir. Menos sobre pressa e mais sobre consistência. Trabalhar com propósito, estudar com disciplina e ler com prazer talvez não resolvam tudo — mas certamente colocam o ano no rumo certo.



PAULA PEREIRA
JORNALISTA/ PROGRAMADORA
VISUAL/ ANALISTA DE MARKETING

O Brasil no torniquete: um recorde que sufoca quem produz

O Brasil assiste, entre a perplexidade e a exaustão, a um fenômeno que desafia a lógica do desenvolvimento: a transformação do Estado em um buraco negro de recursos privados. Recentemente, fomos confrontados com dados que confirmam o que o bolso do cidadão já sentia no cotidiano: a carga tributária brasileira atingiu um recorde histórico. Sob a atual gestão, não estamos apenas pagando caro pelos serviços que mal recebemos; estamos financiando uma máquina pública que parece ter perdido o freio de arrumação.

O dado é acachapante: desde o início deste mandato, o governo

promoveu, em média, um aumento de impostos ou a criação de novas barreiras arrecadatórias a cada 37 dias. Vivemos sob o regime de um “calendário fiscal” implacável. Enquanto o setor produtivo tenta planejar o próximo semestre, o Diário Oficial da União entrega uma nova surpresa tributária que altera as regras do jogo e drena a liquidez das empresas.

Vivemos um Estado como Fim em Si Mesmo, uma vez que a filosofia econômica que impera hoje em Brasília ignora uma premissa básica da economia moderna: o equilíbrio fiscal não se faz apenas aumentando a receita, mas, pri-

mordialmente, gerindo a despesa. É como nas nossas casas, não podemos gastar mais do que ganhamos. Parafraseando uma frase histórica de D.Pedro II — “Enquanto se puder reduzir despesas, não há direito de criar novos impostos. Despesa inútil é furto à Nação”. No entanto, o que vemos é uma sanha arrecadatória que busca fechar as contas de um governo que se recusa a cortar na própria carne.

Ao brasileiro, resta o papel inglorio de “pagador de boletos” de um Estado inchado. Quando a carga tributária bate recordes, o efeito cascata é inevitável, como por exemplo a Inibição do Inves-

timento: O capital é covarde; ele foge da incerteza e da tributação punitiva. Outro efeito devastador é a perda de competitividade: Nossos produtos chegam ao mercado externo sobrecarregados pelo “Custo Brasil”. Sem contar com a Inflação Disfarçada, onde o imposto que a empresa paga na ponta da produção é o preço que o cidadão paga na prateleira do supermercado.

Devemos ainda citar a Ilusão da Arrecadação Infinita. Existe um limite perigoso para o aumento de impostos, frequentemente ilustrado pela Curva de Laffer. Quando o Estado tributa além da capacidade de suporte da socie-

dade, ele acaba por desestimular a atividade econômica, o que, ironicamente, pode levar à queda da arrecadação a longo prazo e ao aumento da informalidade.

O atual governo, ao optar pelo caminho mais fácil de tributar a cada 37 dias, escolhe o paliativo em vez da cura. É mais fácil criar um novo tributo ou revogar uma desoneração do que realizar uma reforma administrativa séria ou auditar a eficiência dos gastos públicos.

Conclusão: Não podemos aceitar o recorde da carga tributária como uma fatalidade do destino. É uma escolha política. O Brasil

não precisa de mais impostos; precisa de mais gestão, mais transparência e de um ambiente que permita ao empreendedor respirar sem o torniquete fiscal apertando seu pescoço a cada mês.

Pagar a conta de um governo que não sabe economizar é um fardo que o brasileiro já carrega há décadas, mas agora chegamos ao limite do suportável. Ou o Estado entende que ele existe para servir à sociedade — e não o contrário —, ou continuaremos sendo o país do futuro que nunca chega, retido na alfândega de uma burocracia voraz.

SAMUEL HANAN
ENGENHEIRO

Arbitragem em expansão, procedimento em tensão: o desafio da perícia e do tempo no modelo arbitral brasileiro

Os dados divulgados pela pesquisa Arbitragem em Números – 2025 revelam, de forma inequívoca, o vigor da arbitragem no Brasil. O crescimento de 18% no número de novos procedimentos entre 2023 e 2024, aliado à mais que duplicação do valor econômico envolvido nas disputas, confirma que o instituto deixou de ocupar posição periférica para se afirmar como mecanismo central de resolução de conflitos complexos, inclusive aqueles envolvendo a administração pública. A arbitragem, nesse cenário, já não se apresenta como simples alternativa à morosidade judicial, mas como escolha consciente e estratégica de desenho institucional, em um contexto de elevação expressiva do valor médio das disputas e de maior complexidade estrutural dos

procedimentos.

Esse avanço quantitativo, contudo, vem acompanhado de um fenômeno que exige reflexão crítica: o alongamento do tempo de duração dos procedimentos. Se a arbitragem historicamente se construiu sob o signo da celeridade, os dados mais recentes indicam que esse atributo não pode mais ser tratado como pressuposto. Arbitragens que envolvem produção de prova pericial têm alcançado duração média superior a quatro anos, aproximando-se perigosamente dos tempos do processo judicial estatal e tensionando uma de suas principais promessas, sobretudo quando comparadas àquelas em que não há produção de prova técnica.

A análise dos dados permite afastar diagnósticos simplistas. O proble-

ma não reside propriamente na perícia enquanto meio de prova. O prazo médio para elaboração do laudo pericial mostra-se compatível com a complexidade técnica das controvérsias submetidas à arbitragem. O verdadeiro gargalo instala-se no contencioso que se forma em torno da prova técnica, marcado por sucessivas impugnações, pedidos de esclarecimentos e complementações do laudo, que acabam por transformar a fase pericial em um litígio dentro do próprio procedimento arbitral — fenômeno que, na prática, tem sido descrito por muitos operadores como a chamada “perícia do fim do mundo”. Os dados constantes da pesquisa reforçam essa constatação ao demonstrar que, embora o laudo seja produzido em prazo razoável, a duração global das

arbitragens com perícia mais do que dobra em relação àquelas em que ela é dispensada, concentrando-se o atraso no contraditório posterior à sua apresentação.

Esse cenário revela uma tensão estrutural mais profunda: a progressiva, acrítica e pouco refletida importação de categorias, práticas e lógicas do Código de Processo Civil para o procedimento arbitral, em uma verdadeira “processualização” da arbitragem. A ampliação contínua do contraditório, concebida no âmbito da jurisdição estatal como mecanismo de contenção do poder, passa a operar de forma automática em um ambiente que pressupõe autonomia da vontade, especialização técnica dos julgadores e flexibilidade procedimental, reproduzindo entraves que

historicamente justificaram a adoção da arbitragem como meio adequado de solução de disputas complexas.

O momento, portanto, não é de negar garantias processuais, mas de assumir, com maturidade institucional, a responsabilidade de repensá-las à luz da racionalidade própria da arbitragem. Cabe à comunidade arbitral abandonar a lógica de simples transposição de modelos do processo civil estatal e construir, de forma consciente, soluções procedimentais coerentes com a natureza do instituto. Contraditório efetivo não se confunde com contraditório ilimitado, nem com a reprodução automática de técnicas pensadas para outra lógica institucional. Nesse contexto, ganha relevo a discussão sobre a superação de práticas como a questiona-

excessiva, a adoção de modelos mais concentrados de produção da prova técnica, com prestígio à oralidade e maior compromisso com a eficiência do procedimento, como forma de racionalizar o debate e reduzir o tempo do procedimento.

O crescimento da arbitragem brasileira é, sem dúvida, um dado positivo. Mas sua maturidade institucional dependerá da capacidade de enfrentar o desafio qualitativo que agora se impõe. A arbitragem não pode se converter em um processo civil privatizado, sob pena de perder os contornos que a tornaram diferenciada e atrativa ao longo dos anos. Os números mostram que a expansão já ocorreu; o desafio, agora, é procedimental — e exige responsabilidade e escolhas conscientes de todos nós.

SUZANA CREMASCO
DOUTORA EM DIREITO PELA UFMG

Deixe o comodismo de lado

Você já deve ter ouvido que é preciso abandonar a zona de conforto para crescer, certo? Essa frase virou clichê motivacional e, justamente por isso, perdeu a profundidade. A verdade é que a zona de conforto não é o problema. O comodismo é que nos paralisa.

Quando os psicólogos Robert Yerkes e John Dodson apresentaram o conceito em 1908, jamais disseram que o conforto era algo ruim. Pelo contrário: é na estabilidade que consolidamos nossas habilidades, acumulamos experiências, fortalecemos nosso repertório e recuperamos energia. É o lugar onde nos preparamos para os próximos desafios.

O perigo surge quando essa segurança se transforma em acomodação. A inércia nos seduz e passamos a evitar qualquer movimento que nos obrigue a aprender, errar e recomeçar. É aí que entramos na zona de comodismo. Estagnados, ficamos presos ao que conhecemos, mesmo que o que conhecemos já não caiba mais em quem somos.

O crescimento acelerado acontece em outro território, a zona de tensão. Trata-se do espaço em que damos um passo além do que dominamos e sentimos um desconforto saudável, o suficiente para estimular atenção, esforço e evolu-

ção. É a “ansiedade ótima” de que falavam os pesquisadores.

Mas atenção, sair da zona de conforto não é se lançar ao caos. Não se trata de buscar sofrimento pelo sofrimento ou correr riscos apenas para postar nas redes. Avançar sem direção pode ser mais destrutivo do que permanecer parado.

Profissionalmente, isso significa assumir projetos que ampliem nossa responsabilidade, estudar algo novo, testar um negócio próprio, abrir espaço para liderar. Na vida pessoal, pode envolver iniciar uma atividade física, pedir ajuda quando necessário, começar uma

terapia ou encerrar relações que já não nos fazem bem.

O critério é simples: o passo que você dá fora do conforto precisa apontar para a pessoa que você quer se tornar. Equilíbrio é a chave. É no movimento entre segurança e desafio que nos desenvolvemos com consistência.

Use a zona de conforto como base para ganhar fôlego. Identifique suas zonas de tensão e avance com estratégia. Evite apenas a armadilha da comodidade, essa sim, é perigosa. O crescimento acontece quando entendemos que não basta sair da zona de conforto: é preciso ir na direção certa.



VICTOR DE ALMEIDA MOREIRA
GESTOR DE PROJETOS

Câmara Municipal mantém funcionamento durante recesso parlamentar em Moc



A Câmara Municipal de Montes Claros entrou oficialmente em recesso parlamentar na última sexta-feira, 2 de janeiro, conforme estabelece o calendário legislativo da

Casa. O período de recesso segue até o dia 31 de janeiro e prevê a suspensão temporária das sessões ordinárias e das reuniões especiais realizadas no plenário. Apesar dis-

so, o funcionamento administrativo e institucional do Legislativo municipal segue normalmente, garantindo a continuidade dos serviços prestados à população.

Durante o recesso, a Câmara mantém sua capacidade plena de atuação em situações que demandem urgência ou envolvam matérias de relevante interesse público. Nesses casos, o Regimento Interno autoriza a convocação de sessões extraordinárias, assegurando que temas essenciais para o município possam ser apreciados e deliberados mesmo fora do período regular de atividades parlamentares.

A presidência da Casa, exercida pelo vereador Júnior Martins (PP), permanece ativa e responsável por responder integralmente pelas demandas institucionais, administrativas e políticas do Legislativo durante todo o período de recesso. O presidente reforça que a interrupção das sessões ordinárias não significa paralisação dos trabalhos, mas sim uma adequação ao calendário legal, sem prejuízo ao atendimento à população e às necessidades do município.

Embora parte dos vereadores esteja em período de férias, todos permanecem à disposição para

eventual convocação, caso haja necessidade de apreciação de projetos urgentes ou de interesse coletivo. Essa disponibilidade garante agilidade nas decisões e reafirma o compromisso dos parlamentares com a responsabilidade pública e com a continuidade dos serviços legislativos.

As atividades internas da Câmara Municipal seguem ocorrendo normalmente ao longo do recesso. Setores administrativos, técnicos e de apoio continuam desempenhando suas funções, assegurando o andamento de processos, organização documental, planejamento de ações e preparação dos trabalhos que serão retomados com maior intensidade após o fim do recesso.

O atendimento funcional ao público também permanece inalterado. Os gabinetes parlamentares continuam abertos, permitindo que cidadãos, lideranças comunitárias e representantes de instituições possam apresentar demandas, solicitações e sugestões aos

vereadores. O expediente da Câmara Municipal ocorre de segunda a sexta-feira, das 7h às 19h, garantindo amplo acesso da população aos serviços do Legislativo.

Além do atendimento presencial, a Câmara de Montes Claros disponibiliza canais oficiais de comunicação para facilitar o contato da população com a instituição. Os cidadãos podem obter informações, registrar solicitações ou esclarecer dúvidas pelo telefone (38) 3690-5400 ou pelo e-mail institucional presidencia@montesclaros.mg.leg.br, reforçando a transparência e a acessibilidade dos serviços públicos.

Com a manutenção do funcionamento administrativo e a possibilidade de convocação de sessões extraordinárias, a Câmara Municipal de Montes Claros reafirma seu compromisso com a continuidade dos trabalhos legislativos, a responsabilidade institucional e o atendimento às demandas da sociedade, mesmo durante o período de recesso parlamentar.

Janeiro Branco convida à reflexão sobre saúde mental e ganha adesão da ALMG

O primeiro mês do ano é tradicionalmente marcado por recomeços, elaboração de metas e reflexões sobre o futuro. Nesse contexto, a campanha Janeiro Branco ganha destaque ao convidar a sociedade a olhar com mais atenção para a saúde mental, tema cada vez mais presente no cotidiano das pessoas. Em Minas Gerais, a Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG) aderiu oficialmente à mobilização, reforçando a importância da prevenção de transtornos psicológicos e da promoção do bem-estar emocional.

A partir desta segunda-feira (5/1/26), a fachada do Palácio da Inconfidência, sede do Poder Legislativo mineiro, passa a ser iluminada de branco, cor símbolo da campanha. A iluminação especial poderá ser vista até o dia 16 de janeiro e tem como objetivo chamar a atenção da população para a necessidade de cuidar da mente com o mesmo zelo dedicado à saúde física.

O nome Janeiro Branco remete à ideia simbólica de uma “folha em branco”, representando a possibilidade de escrever novas histórias,

rever hábitos, reconstruir relações e estabelecer metas mais saudáveis logo no início do ano. A proposta é aproveitar o momento de renovação típico de janeiro para refletir sobre emoções, relações interpessoais, qualidade de vida e equilíbrio emocional.

Criada em 2014 pelo psicólogo mineiro Leonardo Abrahão, a campanha consolidou-se como um movimento nacional de conscientização em torno da saúde mental. Ao longo dos anos, o Janeiro Branco ampliou seu alcance e passou a integrar o calendário oficial de ações voltadas à promoção do cuidado psicológico em diferentes esferas da sociedade, envolvendo instituições públicas, privadas e a sociedade civil.

O movimento propõe que a saúde mental receba a mesma atenção dispensada à saúde física, estimulando a quebra de tabus que ainda cercam o sofrimento emocional. A campanha também incentiva o acolhimento das vulnerabilidades humanas, o diálogo aberto sobre sentimentos e a busca por apoio profissional sempre que necessário.

Em 2026, o lema do Janeiro Branco é “Paz, equilíbrio e saúde mental”, reforçando a importância de uma vida mais consciente e equilibrada em meio às exigências da rotina moderna.

A relevância do tema é reforçada por dados preocupantes. Informações compiladas pelo Instituto de Desenvolvimento Humano, responsável pela organização da campanha, apontam que, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país da América Latina com maior prevalência de depressão. Além disso, dados da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) indicam que, entre os anos de 2000 e 2019, o número de casos de suicídio aumentou 43% no país, evidenciando a urgência de políticas públicas e ações de conscientização voltadas à saúde mental.

Atenta a esse cenário, a Assembleia Legislativa de Minas Gerais aprovou, em 2022, a Lei 24.081, que instituiu oficialmente o Janeiro Branco no âmbito estadual. Já em 2023, a campanha foi reconhecida em todo o território nacional por meio da Lei Federal 14.556, fortale-



cendo sua legitimidade e ampliando seu alcance institucional.

Na ALMG, o Janeiro Branco integra o programa Laços da Consciência, que reúne diversas ações de sensibilização sobre temas relacionados ao bem-estar, à qualidade de vida e à saúde integral da população mineira. A iniciativa busca promo-

ver informação, reflexão e diálogo, contribuindo para a construção de uma sociedade mais empática, consciente e preparada para lidar com os desafios emocionais do dia a dia.

Ao iluminar sua sede de branco e aderir à campanha, a Assembleia reforça a mensagem de que cuidar da saúde mental é um compromisso

coletivo e contínuo. Mais do que um movimento restrito ao mês de janeiro, o Janeiro Branco propõe uma mudança de cultura: falar sobre emoções, pedir ajuda quando necessário e compreender que o equilíbrio emocional é essencial para uma vida mais saudável e plena ao longo de todo o ano.

Duas leis que beneficiam militares são publicadas

Normas tratam da extensão da vigência do Fundo de Apoio Habitacional aos Militares até 2040 e do atestado de origem de militares que atuaram durante a pandemia

Duas novas leis publicadas no Diário Oficial do Estado na última quarta-feira (31/12/25) promovem mudanças significativas na rotina e nos direitos dos servidores militares estaduais de Minas Gerais. As normas tratam, respectivamente,

da prorrogação do Fundo de Apoio Habitacional aos Militares do Estado de Minas Gerais (Fahmemg) e da obrigatoriedade de emissão de atestado de origem para militares acometidos pela covid-19 durante a pandemia.

A primeira medida é a Lei 25.675, de 2025, que altera a Lei 17.949, de 2008, responsável pela criação do Fahmemg. A norma é decorrente do Projeto de Lei (PL) 1.884/23, de autoria do deputado estadual Sargento Rodrigues (PL),

e estende o prazo de vigência do fundo até 31 de dezembro de 2040. Sem a alteração aprovada pelo Parlamento mineiro, o fundo seria automaticamente extinto em 31 de dezembro de 2025.

Com a nova redação, o Fahmemg passa a ter prazo ampliado para continuar oferecendo linhas de financiamento habitacional a militares estaduais, possibilitando a aquisição, construção ou reforma de imóveis. O texto legal também estabelece que o fundo será extinto somente após a quitação de todas as operações de financiamento contratadas até 31 de dezembro de 2040. Após a liquidação total das obrigações, o patrimônio remanescente deverá ser revertido ao Instituto de Previdência dos Servidores Militares (IPSM).

Outro ponto relevante da lei diz respeito à inclusão social. A legislação determina prioridade na contratação dos financiamentos para pessoas com deficiência, desde que atendam aos critérios definidos na Lei Federal 13.146, de 2015, conhecida como Estatuto da Pessoa com Deficiência. A medida busca garantir maior equidade no acesso aos benefícios habitacionais oferecidos pelo fundo.

A nova norma também autoriza o beneficiário do financiamento a

ceder a outro militar os direitos decorrentes do contrato, desde que sejam observados os requisitos previstos na própria lei e em regulamentação específica. A possibilidade de cessão traz mais flexibilidade aos contratos e atende a demandas da categoria, especialmente em situações de mudança de cidade, aposentadoria ou reorganização familiar.

ATESTADO DE ORIGEM NA PANDEMIA

A segunda mudança legislativa publicada é a Lei 25.674, de 2025, que obriga a Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG) e o Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais (CBMMG) a emitirem atestado de origem para militares que foram acometidos pela covid-19 enquanto exerciam atividade operacional. A medida abrange o período de 20 de março de 2020 a 31 de dezembro de 2021, intervalo em que esteve em vigor o estado de calamidade pública em razão da pandemia.

A lei é resultado do Projeto de Lei 347/23, também de autoria do deputado Sargento Rodrigues, e tem como objetivo resguardar os direitos dos policiais e bombeiros que atuaram na linha de frente durante a crise sanitária. A norma visa garantir proteção legal aos milita-

res em casos de doenças, sequelas ou complicações relacionadas ao coronavírus que possam ser diagnosticadas futuramente.

De acordo com o texto legal, o atestado de origem é um documento destinado a apurar as causas e circunstâncias de morte, lesão, perturbação funcional, contaminação ou enfermidade sofrida pelo militar. Ele estabelece a relação de causa e efeito entre a atividade desempenhada e o agravamento à saúde, caracterizando o evento como acidente em serviço ou moléstia profissional.

A emissão do atestado tem como finalidade salvaguardar os direitos do militar ou de seus dependentes, além de resguardar os interesses do Estado, assegurando o correto enquadramento previdenciário e administrativo das ocorrências. Com a nova lei, militares que estiveram expostos ao risco durante a pandemia passam a ter maior segurança jurídica quanto ao reconhecimento de possíveis impactos à saúde decorrentes do serviço prestado.

As duas normas representam avanços importantes para a categoria, ao fortalecer políticas habitacionais e reconhecer oficialmente os riscos enfrentados por policiais e bombeiros durante um dos períodos mais críticos da história recente.



LAZER, SEGURANÇA E NATUREZA CONSERVADA

Prefeitura de Montes Claros convida população a aproveitar os parques municipais no feriadão



Reconhecida atualmente como a “cidade dos parques”, Montes Claros vem se destacando pela ampla oferta de áreas verdes distribuídas por diferentes regiões do município. Esses espaços públicos reforçam o compromisso da administração municipal com a promoção da qualidade de vida, do lazer, do bem-estar e do contato direto com a natureza, proporcionando ambientes adequados para descanso, convivência social e prática de atividades físicas ao ar livre.

Com a proximidade do feriado prolongado de virada de ano, a Prefeitura de Montes Claros, por meio da Secretaria de Ambiente, Bem-Estar Animal e Sustentabilidade, convida a população a aproveitar os parques municipais, que estarão funcionando normalmente durante todos os dias do feriadão. A iniciativa busca incentivar hábitos saudáveis, valorizar os espaços públicos e fortalecer a relação da comunidade com o meio ambiente urbano.

Recentemente, no último sá-

bado, 27 de dezembro, o Parque Sagarana precisou ser fechado de forma preventiva após ser atingido por uma forte chuva acompanhada de ventania. A medida foi adotada visando garantir a segurança dos frequentadores, diante da possibilidade de danos estruturais, queda de galhos ou outros riscos provocados pelas condições climáticas adversas.

Após o episódio, equipes técnicas da Prefeitura realizaram vistorias detalhadas em toda a área do parque, avaliando a situação da vegetação, das estruturas físicas, trilhas, equipamentos e demais espaços de uso coletivo. Com a conclusão dos trabalhos e a correção de eventuais problemas causados pelo mau tempo, o funcionamento do Parque Sagarana foi oficialmente liberado na manhã da última terça-feira, 30 de dezembro, sempre priorizando a integridade e a segurança dos visitantes.

A Prefeitura destaca que todos os parques municipais passam por monitoramento constante da Gerência de Manutenção de Par-



ques, Jardins e Praças. O setor conta com corpo técnico especializado, responsável por identificar preventivamente situações que possam oferecer riscos à população e por executar ações corretivas sempre que necessário. Esse trabalho contínuo garante que os espaços permaneçam limpos, seguros, bem cuidados e aptos a receber o público.

Além de contribuírem para o la-

zer e o bem-estar da população, os parques desempenham papel fundamental na preservação ambiental, na melhoria do microclima urbano e na promoção da educação ambiental. As áreas verdes funcionam como importantes refúgios naturais dentro da cidade, favorecendo a biodiversidade e oferecendo oportunidades para que crianças, jovens e adultos tenham experiências de



contato direto com a natureza.

Com novas áreas verdes previstas para serem inauguradas em breve, Montes Claros amplia ainda mais sua vocação como cidade que investe em sustentabilidade, planejamento urbano e qualidade de vida. A gestão municipal reforça o convite para que moradores e visitantes aproveitem os parques com responsabilidade, respeitando as normas

de uso, preservando os espaços e colaborando para que esses ambientes continuem sendo patrimônio coletivo da cidade.

Neste feriado prolongado, a orientação é clara: desfrutar dos parques municipais com tranquilidade, segurança e consciência ambiental, transformando o tempo livre em momentos de lazer, descanso e conexão com a natureza.

CRIANÇAS E FAMILIARES FORAM CONTEMPLADOS

Donativos do II Jogo da Solidariedade beneficiam projetos do CIAME



O espírito de solidariedade, aliado ao esporte e ao engajamento comunitário, continuou a gerar impactos positivos para crianças, jovens e famílias em situação de vulnerabilidade social em Montes Claros. Na semana passada, a segunda etapa da entrega dos donativos arrecadados durante o II Jogo da Solidariedade foi realizada nas quadras do CIAME, no Grande Santos Reis, em ação coordenada pela Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Juventude.

A iniciativa reforça o caráter social do evento esportivo, que vai além do entretenimento e da confraternização, transformando gestos de generosidade em apoio concreto para quem mais precisa. A entrega contemplou crianças atendidas por projetos sociais que utilizam o espaço do CIAME, além de seus familiares, garantindo não apenas momentos de alegria, mas também suporte alimen-

tar neste período de fim de ano.

Promovido pela Prefeitura de Montes Claros no dia 14 de dezembro, no Estádio José Maria Melo, o II Jogo da Solidariedade reuniu atletas e ex-atletas profissionais da cidade, além de convidados que tiveram passagens por clubes do futebol brasileiro e internacional. O evento mobilizou a comunidade e resultou na arrecadação de 196 brinquedos e 587 quilos de alimentos não perecíveis, posteriormente organizados em cestas básicas destinadas a famílias de crianças que convivem com a vulnerabilidade social.

Um dos destaques da ação foi a participação do ex-meia Tininho, natural de Montes Claros, que construiu grande parte de sua carreira no Feyenoord, um dos principais clubes da Holanda, ao lado de PSV e Ajax. Convidado especial do jogo, Tininho também participou do momento

de entrega dos donativos no CIAME, aproveitando a oportunidade para conversar com as crianças e reforçar a importância do esporte como ferramenta de transformação social, disciplina e inclusão.

A segunda etapa da entrega, realizada na véspera de Natal, em 23 de dezembro, contemplou dezenas de crianças atendidas pelos projetos Boca Júnior e “Meninas da Vila”, iniciativas que desenvolvem atividades esportivas e sociais no CIAME. Além dos brinquedos distribuídos às crianças, os alimentos arrecadados foram entregues aos pais e responsáveis previamente cadastrados pela coordenação dos projetos, fortalecendo o apoio às famílias assistidas.

“Além da gratidão de ter sido convidado para o jogo, onde pude rever tantos amigos, fico mais feliz ainda de estar ajudando estas crianças de alguma for-



ma. Acredito que é no dia a dia que precisamos nos dedicar ao próximo, e espero, de agora em diante, estar mais perto de projetos como este”, destacou Tininho. O ex-jogador também teve passagens por clubes como Portuguesa e América-MG, sendo campeão holandês na temporada 1998/99 e da Supertaga da Holanda em 1999/2000.

Os projetos Boca Júnior e “Meninas da Vila” são desenvolvidos em parceria com o Instituto Dona Marli e oferecem aulas voluntárias de futsal para 130 meninos e meninas com idades entre 7 e 14 anos. As atividades acontecem ao longo da semana, às segundas, terças e quintas-feiras, e são complementadas aos domingos com a transição para o futebol de campo, realizada no Estádio Rubens Durães Peres, conhecido como Campo da Liga.

Segundo Jaime Amaro, um dos

coordenadores do projeto, a prioridade é atender crianças da região próxima ao CIAME, na zona norte da cidade, mas as atividades são abertas a qualquer garoto ou garota dentro da faixa etária prevista. “Temos o cuidado de realizar um cadastro com autorização dos pais ou responsáveis, o que permite um acompanhamento mais próximo, inclusive na parte escolar e em outros tipos de suporte necessários”, explica.

Além dos projetos beneficiados nesta etapa, o CIAME abriga diversas outras iniciativas esportivas e sociais. A Prefeitura de Montes Claros, por meio da Secretaria de Esporte, Lazer e Juventude, oferece gratuitamente o espaço para atividades voluntárias como os “Embaixadores do Rei”, projetos de recreação e esporte, Bela Vista Futsal, Ginástica, “Garotas da Queimada”, “Queimada Mista”, Legendárias Futsal Feminino, Força

Jovem Futssal, San Diego Júnior, Jiu-Jitsu Juvenil e Futsal Master. O local também recebe aulas de Educação Física da Escola Estadual Belvinda Ribeiro, ampliando ainda mais o alcance social do equipamento público.

A primeira remessa de brinquedos arrecadados durante o II Jogo da Solidariedade já havia sido entregue no dia 16 de dezembro, beneficiando aproximadamente 100 crianças de quatro projetos sociais e voluntários desenvolvidos no Ginásio João Bosco Martins de Abreu, no bairro Alto São João.

Com ações como essa, a Prefeitura de Montes Claros reafirma o compromisso de utilizar o esporte como instrumento de inclusão social, solidariedade e cidadania, fortalecendo projetos que transformam realidades e promovem oportunidades para crianças e jovens em diferentes regiões da cidade.

Copasa reforça alerta para uso consciente da água em período de altas temperaturas

Com a intensificação das ondas de calor e a elevação das temperaturas em diversas regiões de Minas Gerais, a Companhia de Saneamento de Minas Gerais (Copasa) voltou a reforçar o alerta para o uso consciente da água. Em períodos de calor intenso, a demanda pelo recurso aumenta de forma significativa, o que pode gerar pressão sobre os sistemas de abastecimento e provocar desequilíbrios pontuais, especialmente nos horários de maior consumo.

Segundo a companhia, embora os municípios mineiros atendidos pela Copasa não enfrentem, neste momento, risco de desabastecimento generalizado, a colaboração da população é fundamental para garantir a regularidade do fornecimento e evitar desperdícios. O cenário de altas temperaturas exige atenção redobrada, já que o consumo simultâneo em residências, comércios e serviços tende a crescer de forma expressiva.

Nos últimos anos, a Copasa tem ampliado sua atuação para manter o equilíbrio do sistema e reduzir os impactos dos picos de consumo. Somente nos últimos sete anos, a empresa investiu mais de R\$ 9 bilhões em obras e melhorias voltadas à ampliação da capacidade de produção e distribuição de água, além do fortalecimento dos sistemas de esgotamento sanitário. Para os próximos cinco anos, a previsão é de investimentos da ordem de R\$ 21 bilhões, contemplando tanto a expansão da oferta de água potável quanto a universalização do saneamento em diversas regiões do Estado.

Dentro desse montante, cerca de R\$ 3,7 bilhões serão destinados



exclusivamente a ações de redução de perdas, como a modernização de redes, substituição de tubulações antigas, combate a vazamentos e uso de tecnologias para monitoramento em tempo real. De acordo com a companhia, essas medidas são estratégicas para garantir maior eficiência operacional e segurança hídrica, especialmente diante dos desafios impostos pelas mudanças climáticas.

Apesar dos investimentos robustos, a Copasa ressalta que o uso responsável da água pela população continua sendo um fator decisivo para atravessar os períodos mais quentes do ano com tranquilidade. Pequenas mudanças de hábito no dia a dia podem representar economia significativa e contribuir para que o abastecimento chegue de forma regular a todos os consumidores.

Entre as orientações repassadas pela companhia estão atitudes simples, mas eficazes, como manter a torneira fechada ao lavar as mãos, escovar os dentes, fazer a barba ou ensaboar a louça, abrindo-a apenas no momento do enxágue. Durante o banho, reduzir o tempo sob o chuveiro também ajuda a diminuir o consumo. Para a limpeza de áreas externas, a recomendação é substituir a mangueira por balde e vassoura, evitando o desperdício de grandes volumes de água tratada.

Outra dica importante é concentrar a lavagem de roupas, utilizando a máquina apenas duas vezes por semana, sempre que possível. A Copasa também incentiva o reaproveitamento das chamadas “águas cinzas”, provenientes da máquina de lavar, que podem ser utilizadas para a limpeza de quintais, calçadas e outras áreas externas. Além disso, a aten-

ção à tubulação interna dos imóveis é essencial, já que vazamentos, muitas vezes imperceptíveis, podem desperdiçar grandes quantidades de água ao longo do tempo.

LIGAÇÕES CLANDESTINAS PREOCUPAM

A companhia também chama atenção para as ligações clandestinas, conhecidas popularmente como “gatos”, que representam um problema recorrente e afetam diretamente a qualidade do abastecimento. O furto de água das redes da Copasa reduz a pressão do sistema, pode provocar falhas no fornecimento e compromete a distribuição em determinadas regiões, prejudicando principalmente os consumidores regulares.

Além do impacto operacional, as ligações irregulares aumentam

o risco de vazamentos e contaminações, uma vez que são feitas sem os critérios técnicos adequados. Por isso, a Copasa orienta a população a colaborar com a identificação e denúncia dessas práticas ilegais, contribuindo para a melhoria do serviço e para a justiça no acesso ao recurso.

Os clientes que estiverem em situação irregular podem optar pela autodenúncia, disponível por meio da Agência Virtual no site da Copasa. Ao realizar a autodenúncia, o usuário regulariza a situação do imóvel, fica isento das multas aplicáveis às ligações clandestinas e ainda contribui para a redução de perdas de água e para a eficiência do sistema de distribuição.

CANAIS DE ATENDIMENTO

Em caso de intermitência pontual no abastecimento ou para

esclarecimento de dúvidas, a Copasa disponibiliza diversos canais gratuitos de relacionamento com o cliente. O atendimento pode ser feito pela Agência Virtual, no site da companhia; pelo aplicativo Copasa Digital; pelo webchat disponível no site; ou ainda pelo WhatsApp (31) 99770-7000, com funcionamento de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h, e aos sábados, domingos e feriados (exceto nacionais), das 8h às 12h.

A Central de Atendimento telefônico, pelos números 0800 0300 115 ou 115, funciona 24 horas por dia. A empresa reforça que o uso consciente da água, aliado aos investimentos estruturais e à participação ativa da população, é essencial para garantir segurança hídrica e qualidade de vida aos mineiros, especialmente nos períodos de calor intenso.

Férias escolares exigem atenção redobrada para prevenir acidentes com crianças

O período de férias escolares, marcado por mais tempo livre e maior permanência das crianças em casa ou em áreas externas, exige atenção redobrada de pais e responsáveis para prevenir acidentes. Queimaduras, quedas, afogamentos e intoxicações estão entre as principais causas de atendimentos de urgência envolvendo o público infantil nesta época do ano, quando a rotina muda e a supervisão, muitas vezes, acaba sendo flexibilizada.

Em Minas Gerais, hospitais da rede estadual registram aumento significativo na procura por atendimentos pediátricos durante o recesso escolar. Situações consideradas simples ou corriqueiras podem se transformar rapidamente em ocorrências graves, sobretudo quando há momentos de distração no ambiente doméstico.

Um exemplo é o caso do pequeno Rayan, de 2 anos e 11 meses, que sofreu queimaduras após puxar um recipiente com água quente enquanto a mãe preparava o café. “Foi tudo muito rápido. Um minuto de descuido foi suficiente para que ele entrasse na cozinha e puxasse a alça do caneco”, relata a mãe, Agnes Alves. O menino foi socorrido

e atendido no Hospital João XXIII, em Belo Horizonte, referência em casos de trauma e queimaduras.

O hospital integra a rede da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais (Fhemig), vinculada à Secretaria de Estado de Saúde (SES-MG). Mantida pelo Governo de Minas, a fundação reúne unidades de alta complexidade e é reconhecida nacionalmente pela excelência no atendimento a urgências, desempenhando papel estratégico na assistência à população mineira.

Segundo a coordenadora do Centro de Tratamento de Queimados do Hospital João XXIII, Kelly Araújo, a escaldadura — queimadura causada por líquidos quentes — é a principal causa de queimaduras em crianças pequenas. De acordo com a especialista, mais de 90% desses acidentes poderiam ser evitados com medidas simples de prevenção dentro de casa.

“O ideal é utilizar sempre as bocas de trás do fogão, manter os cabos das panelas voltados para dentro e evitar toalhas de mesa, que podem ser puxadas pelas crianças. Pequenas mudanças de hábito fazem grande diferença”, orienta.

No caso de Rayan, a água quen-

te atingiu o braço, parte do tórax e das costas, provocando queimaduras de segundo grau. O Hospital João XXIII realiza, em média, cerca de 2 mil atendimentos por ano relacionados a queimaduras e traumas complexos, sendo referência em Minas Gerais para esse tipo de ocorrência.

Além dos líquidos quentes, outro risco frequente dentro das residências são as queimaduras elétricas. Tomadas desprotegidas, fios expostos e extensões ao alcance das crianças representam perigo constante. Especialistas recomendam o uso de protetores de tomada, organização da fiação e restrição do acesso a áreas de maior risco, além de vigilância contínua, mesmo quando dispositivos de segurança estão instalados.

ATENÇÃO TAMBÉM FORA DE CASA

Durante o recesso escolar, os riscos não se limitam ao ambiente doméstico. Crianças maiores, especialmente na faixa etária entre 6 e 13 anos, costumam ganhar mais autonomia para brincar na rua, andar de bicicleta ou frequentar es-

paços como praças, clubes e áreas naturais, o que exige atenção ainda maior dos responsáveis.

O cirurgião geral e do trauma do Hospital João XXIII, Rômulo Souki, alerta que a redução da supervisão é um fator decisivo para a ocorrência de acidentes nesse período. “É nessa fase que acontecem quedas de altura, atropelamentos e afogamentos, especialmente em piscinas, rios e represas”, explica.

Segundo o especialista, brincadeiras ao ar livre devem contar sempre com a supervisão de um adulto, ocorrer longe de vias movimentadas e incluir o uso de equipamentos de segurança, como capacetes, joelheiras e cotoveleiras, em atividades como bicicleta, skate e patins. Ele também chama atenção para o risco de traumatismos cranianos.

“A cabeça da criança é proporcionalmente maior do que a do adulto, o que aumenta a gravidade das quedas. Às vezes não há fratura aparente, mas pode existir uma lesão interna grave, que só se manifesta com o passar do tempo”, alerta Souki.

PREVENÇÃO É A PRINCIPAL

ALIADA

As crianças também são maioria nos casos de intoxicação acidental com produtos de uso domiciliar. Embalagens coloridas e chamativas despertam a curiosidade e facilitam o acesso a substâncias perigosas. Por isso, a SES-MG reforça que a prevenção é a principal aliada para garantir férias mais seguras.

Produtos de limpeza, medicamentos e substâncias químicas devem ser armazenados em locais altos, trancados e fora do alcance dos pequenos. A mesma atenção deve ser dada a objetos pequenos, como pilhas, baterias, tampas de caneta e peças de brinquedos, que podem ser engolidos e causar sufocamento ou outras complicações graves.

No caso dos brinquedos, é fundamental respeitar as recomendações dos fabricantes quanto à faixa etária indicada, garantindo que o item seja adequado ao desenvolvimento da criança. Outra medida importante para tornar o ambiente doméstico mais seguro é a instalação de telas de proteção em janelas, sacadas e áreas próximas a escadas.

O QUE FAZER EM CASO DE

ACIDENTE

Em situações de contato com produtos de limpeza, caso sejam percebidos sinais como irritação, vermelhidão, coceira ou queimaduras, a orientação é lavar imediatamente a área afetada com água corrente em abundância e entrar em contato com o fabricante do produto para obter instruções específicas.

Em casos de queimaduras, recomenda-se colocar o local atingido sob água corrente em temperatura ambiente e manter a criança acordada até o atendimento médico. Já em situações de intoxicação por medicamentos ou produtos químicos, a criança deve ser levada o mais rápido possível a uma unidade de saúde, sem oferecer alimentos, líquidos ou induzir o vômito.

Em todas as ocorrências de maior gravidade, o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu) pode ser acionado pelo telefone 192. A orientação dos profissionais é clara: prevenir ainda é a forma mais eficaz de garantir que as férias sejam um período de descanso, diversão e segurança para as crianças e tranquilidade para as famílias.

O que você encontra na

Educação Adventista

Valores Cristãos

Preparação para a vida

Excelência Acadêmica

Acolhimento

Matri

abertas

culas

Colégio Adventista

Colégio Adventista

#viver EA

NOSSOS PARCEIROS:

Edify

Business Education

Saiba mais sobre a Educação Adventista:

É PRA COMEMORAR

PREVMOC encerra 2025 com avanços históricos e consolida novo patamar de gestão previdenciária

O ano de 2025 ficará registrado como um marco decisivo na trajetória do Instituto Municipal de Previdência dos Servidores Públicos de Montes Claros (PREVMOC). Ao longo dos últimos doze meses, a autarquia promoveu uma série de transformações estruturais, administrativas e sociais que reposicionaram o Instituto no cenário nacional da previdência pública, elevando padrões de gestão, governança, transparência e relacionamento com os segurados.

Os resultados alcançados refletem uma política de planejamento contínuo, foco em boas práticas e compromisso com a sustentabilidade do regime próprio de previdência. Entre os principais indicadores desse avanço está a expressiva evolução no ranking nacional do Índice de Situação Previdenciária (ISP). Em apenas um ano, o PREVMOC saltou da 1.324ª posição, ocupada em 2024, para a 631ª colocação em 2025, um ganho de 693 posições. A melhoria significativa evidencia o fortalecimento dos critérios de equilíbrio atuarial, eficiência administrativa, organização financeira e transparência na gestão.

Outro feito histórico foi a conquista da certificação no Nível II do Pró-Gestão RPPS, programa do Ministério da Previdência Social que avalia a qualidade da governança e dos processos dos Regimes Próprios de Previdência Social em todo o país. Atualmente, apenas cerca de 7% dos RPPS brasileiros possuem essa certificação, o que coloca o

PREVMOC em um seleto grupo de institutos que atendem a rigorosos requisitos de controle interno, gestão de riscos, conformidade legal e boas práticas administrativas.

A certificação simboliza não apenas o reconhecimento institucional, mas também a consolidação de uma cultura organizacional baseada em planejamento, responsabilidade e visão de longo prazo, pilares fundamentais para garantir a segurança previdenciária dos servidores públicos municipais.

MODERNIZAÇÃO E INOVAÇÃO NOS SERVIÇOS

A agenda de modernização foi um dos eixos centrais da atuação do PREVMOC em 2025. Entre as iniciativas implementadas, destaca-se o novo sistema de cadastramento dos segurados ativos, que trouxe mais simplicidade, agilidade e acessibilidade ao processo. Com a redução de etapas burocráticas e maior integração tecnológica, o Instituto ampliou a comodidade para os servidores e fortaleceu a confiabilidade das informações cadastrais.

Paralelamente, foi lançado o novo site institucional do PREVMOC, projetado com layout moderno, navegação intuitiva e maior integração de serviços digitais. A plataforma passou a reunir, de forma organizada, informações sobre benefícios, programas, notícias, educação previdenciária e canais de atendimento, reforçando a transparência, a comunicação institucional

e o acesso remoto aos serviços previdenciários.

EDUCAÇÃO PREVIDENCIÁRIA E APROXIMAÇÃO COM OS SERVIDORES

A educação previdenciária ganhou destaque especial ao longo de 2025. O lançamento do PREVMOC Acadêmico marcou um passo importante na valorização do conhecimento técnico e científico sobre previdência pública. O programa incentiva a produção de estudos, pesquisas e trabalhos acadêmicos, posicionando o Instituto como um agente ativo na difusão de boas práticas e no fortalecimento do debate previdenciário.

Outro projeto de grande impacto foi o PREVMOC Itinerante, iniciativa que levou orientação previdenciária diretamente às secretarias e repartições municipais. A ação aproximou o Instituto dos servidores, ampliou o acesso à informação e fortaleceu o vínculo institucional, tornando o atendimento mais humano, direto e eficiente.

CUIDADO SOCIAL E QUALIDADE DE VIDA

Em 2025, o PREVMOC reforçou uma visão ampliada de previdência, que vai além da gestão de benefícios e recursos. O Programa Viver Melhor promoveu, ao longo do ano, ações mensais voltadas à saúde, ao bem-estar e à qualidade de vida dos servidores, abordando

temas como prevenção de doenças, envelhecimento saudável, equilíbrio emocional e hábitos de vida mais saudáveis.

Na área financeira, o programa Sabedoria Financeira ofereceu orientações práticas e acessíveis sobre organização das finanças pessoais, planejamento e consumo consciente. A iniciativa contribuiu para a educação financeira dos segurados, reconhecendo que a estabilidade econômica também impacta diretamente o bem-estar e a segurança futura.

Reforçando o compromisso com a transparência, o PREVMOC passou a divulgar mensalmente o boletim de desempenho da carteira de investimentos, permitindo que os segurados acompanhem, de for-

ma clara e contínua, os resultados da gestão dos recursos previdenciários.

NOVA SEDE E MELHORES CONDIÇÕES DE ATENDIMENTO

Encerrando um ciclo de importantes conquistas, o Instituto celebrou, em 2025, a mudança para uma nova sede administrativa. Mais ampla, moderna e adequada às necessidades institucionais, a nova estrutura oferece melhores condições de trabalho aos servidores do PREVMOC e mais conforto e qualidade no atendimento aos segurados.

NOVO PATAMAR INSTITUCIONAL

Com resultados expressivos, reconhecimento nacional e bases sólidas de governança, o PREVMOC encerra 2025 consolidado em um novo patamar de gestão previdenciária. O Instituto projeta a continuidade dos avanços, mantendo o foco na sustentabilidade do regime, na transparência dos atos administrativos e, sobretudo, na valorização dos servidores públicos de Montes Claros.

Mais do que números e certificações, os avanços de 2025 representam a construção de uma previdência pública mais moderna, responsável e alinhada às necessidades presentes e futuras dos segurados — um resultado que, de fato, é motivo para comemorar.



PREVMOC ACOLHE

Programa vai oferecer atendimento psicológico aos segurados do Instituto

O Instituto Municipal de Previdência dos Servidores Públicos de Montes Claros (PREVMOC) dá mais um passo importante na ampliação das políticas de cuidado com seus segurados ao lançar o programa “Prevmoc Acolhe”, iniciativa voltada à promoção da saúde mental e do bem-estar emocional. A ação integra o PREVMOC+ Viver Melhor, programa institucional que reúne atividades e serviços focados

na qualidade de vida dos servidores públicos municipais, aposentados e pensionistas.

Com a implantação do novo serviço, o PREVMOC passa a oferecer atendimento psicológico preliminar aos seus segurados, reforçando uma abordagem mais humana, preventiva e integral da previdência pública. A proposta reconhece que a saúde emocional é parte fundamental da

proteção social e impacta diretamente a qualidade de vida, o desempenho profissional e o envelhecimento saudável.

Acolhimento e escuta qualificada

No âmbito do Prevmoc Acolhe, o segurado será recebido em uma consulta inicial de acolhimento e

avaliação, realizada por psicóloga do próprio Instituto. Esse primeiro atendimento tem como objetivo compreender o contexto emocional do servidor, identificar demandas prioritárias e oferecer uma escuta qualificada, respeitosa e sigilosa.

A partir dessa avaliação inicial, e conforme critérios técnicos profissionais, poderá ser estruturado um plano breve de acompanhamento psicológico, com encontros semanais, pelo período máximo de até dois meses, totalizando até oito atendimentos. O formato busca oferecer suporte clínico inicial, auxiliando o segurado a lidar com situações de sofrimento emocional, estresse, ansiedade, luto ou outros desafios vivenciados no cotidiano.

Encaminhamento seguro e responsável

O programa não tem caráter de psicoterapia contínua no âmbito institucional. A proposta é funcionar como uma porta de entrada estruturada para o cuidado em saúde mental, promovendo acolhimento,

análise inicial e direcionamento adequado. Quando identificado que o caso exige acompanhamento prolongado ou especializado, o segurado será orientado e encaminhado, de forma responsável, para a rede pública de saúde, clínicas-escola ou serviços especializados, conforme a necessidade.

Dessa forma, o Prevmoc Acolhe contribui para o fortalecimento da rede de cuidado, evitando desassistência e promovendo o acesso consciente aos serviços de saúde mental disponíveis no município e na região.

Atendimento organizado, sigiloso e acessível

Os atendimentos do programa serão realizados na sede do PREVMOC, em ambiente reservado, garantindo privacidade e sigilo das informações. O acesso ao serviço ocorrerá exclusivamente por agendamento online, medida que assegura organização, comodidade, equidade de acesso e melhor gestão da demanda.

A iniciativa também está alinhada

às boas práticas de gestão pública, ao oferecer um serviço estruturado, com critérios claros, duração definida e acompanhamento técnico qualificado.

Previdência que cuida das pessoas

Com o lançamento do Prevmoc Acolhe, o Instituto reafirma seu compromisso de ir além da proteção previdenciária tradicional, investindo em ações que promovem saúde integral, bem-estar emocional e qualidade de vida. A iniciativa reforça a visão de que a previdência pública deve estar conectada às necessidades reais dos segurados, considerando não apenas aspectos financeiros, mas também humanos e sociais.

Ao integrar o cuidado psicológico às políticas institucionais, o PREVMOC consolida-se como um Instituto atento às transformações da sociedade e às demandas contemporâneas do serviço público, fortalecendo vínculos, promovendo acolhimento e valorizando os servidores municipais e seus beneficiários.



CIMAMS faz balanço de 2025, reforça união regional e projeta avanços para 2026



Ao encerrar mais um ciclo anual, o Consórcio Intermunicipal Multifinalitário da Área Mineira da Sudene (CIMAMS) apresenta um balanço amplamente positivo das atividades desenvolvidas ao longo de 2025. O período foi marcado por desafios significativos, mas também por importantes conquistas institucionais, fortalecimento da cooperação regional e ampliação do apoio aos municípios consorciados. Em mensagem de agradecimento, a entidade destacou o papel fundamental dos gestores municipais, servidores, parceiros institucionais e da comunidade na consolidação de um trabalho coletivo voltado ao desenvolvimento

regional. Segundo o consórcio, o ano de 2025 representou um período de intenso aprendizado e crescimento. Ao longo dos últimos doze meses, o CIMAMS promoveu capacitações técnicas, encontros estratégicos, reuniões de alinhamento e diversas iniciativas de cooperação intermunicipal. As ações tiveram como foco principal a melhoria da gestão pública, o fortalecimento institucional dos municípios e a construção de soluções conjuntas para desafios comuns enfrentados pelas administrações locais. As atividades desenvolvidas ao longo do ano reforçaram o papel do consórcio como espaço de di-

álogo, articulação e apoio técnico aos municípios da área mineira da Sudene. Em um cenário de constantes mudanças na legislação, restrições orçamentárias e crescentes demandas da população, o trabalho integrado mostrou-se essencial para otimizar recursos, compartilhar experiências e ampliar a eficiência das políticas públicas. O presidente do CIMAMS, Adaildo Rocha, conhecido como Tampinha, ressaltou que os resultados alcançados em 2025 são fruto de um esforço coletivo e da união entre os municípios consorciados. “Foi um ano de muitas lutas e desafios, mas também de grandes conquistas. Nada disso seria possível sem

o trabalho conjunto de prefeitos, prefeitas, equipes técnicas e parceiros. O CIMAMS é construído a várias mãos”, afirmou. Adaildo Rocha também destacou o papel estratégico do consórcio como instrumento permanente de apoio aos gestores municipais. Segundo ele, o CIMAMS atua como uma extensão do trabalho diário das administrações locais, auxiliando na identificação de demandas, na busca por soluções viáveis e na implementação de ações que geram impacto direto na vida da população. “Em 2026, não será diferente. O CIMAMS continuará caminhando ao lado dos prefeitos e da prefeita, fortalecendo a gestão pública e

transformando sonhos em realidade. O consórcio é a cara dos municípios que o integram”, reforçou. Atualmente, o Consórcio Intermunicipal Multifinalitário da Área Mineira da Sudene reúne mais de 140 municípios consorciados, consolidando-se como um dos maiores consórcios intermunicipais do estado de Minas Gerais. Essa representatividade amplia a capacidade de articulação política e institucional do CIMAMS, fortalecendo a voz dos municípios junto a órgãos estaduais, federais e entidades parceiras. Para 2026, a expectativa é de continuidade e ampliação das ações já desenvolvidas, com foco

ainda maior na união regional, na responsabilidade administrativa e no fortalecimento do propósito coletivo. O consórcio projeta novos projetos, ampliação das capacitações, fortalecimento da cooperação técnica e busca constante por soluções inovadoras que contribuam para o desenvolvimento sustentável dos municípios consorciados. Com bases sólidas construídas ao longo de 2025, o CIMAMS inicia um novo ano com perspectivas positivas, reafirmando seu compromisso com a eficiência da gestão pública, a integração regional e a melhoria da qualidade de vida da população da área mineira da Sudene.

Utilidade Pública

ATENDIMENTO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA ADULTO E INFANTIL

IPSEMG

PRONTO ATENDIMENTO SANTA CASA

Informamos que o serviço de Urgência e Emergência para os beneficiários do IPSEMG funciona, ininterruptamente, durante todo o mês, independente da COTA mensal do IPSEMG, com atendimento 24 horas, 7 dias da semana.



SANTA CASA
MONTES CLAROS



BAIRRO PARQUE SUL

Perseguição na LMG-653 termina com prisão e apreensão de grande carga de drogas

Uma ação da Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG), por meio da 11ª Região da Polícia Militar (RPM), resultou na prisão de um homem de 40 anos e na apreensão de uma grande quantidade de drogas na madrugada deste domingo (4), em Montes Claros. A ocorrência foi registrada no km 4 da rodovia LMG-653, nas proximidades do bairro Parque Sul, após uma perseguição que mobilizou diversas viaturas durante patrulhamento de missões especiais.

De acordo com informações da PM, a ação teve início no bairro São Geraldo II, quando os militares visualizaram um veículo Fiat Mobi em atitude suspeita. Ao perceber a presença policial, o condutor acelerou bruscamente e passou a fugir em alta velocidade, acessando a rodovia 365. Diante da tentativa de evasão, os policiais iniciaram o acompanhamento e solicitaram apoio de outras equipes para a re-

alização de cerco e bloqueio, com o objetivo de conter o suspeito e evitar riscos maiores à população.

Mesmo com os sinais luminosos e sonoros acionados e com ordens claras de parada, o motorista desobedeceu às determinações e seguiu em fuga, trafegando em velocidade incompatível com a via. Durante o trajeto, ele realizou diversas ultrapassagens em locais proibidos, colocou em risco outros condutores e, em determinados momentos, chegou a transitar pela contramão de direção. A fuga ocorreu em direção a uma área com grande circulação de pessoas, o que elevou o grau de risco da ocorrência.

Para preservar a integridade física dos usuários da rodovia e diante de um momento em que não havia fluxo intenso de veículos, uma das viaturas conseguiu lateralizar o Fiat Mobi. Durante a manobra, foram efetuados disparos direcionados aos pneus do automóvel, com o ob-

jetivo de cessar a fuga. Após perder o controle da situação, o condutor parou o carro próximo ao meio-fio e abandonou o veículo, fugindo a pé em direção a uma área de mata.

Os militares iniciaram perseguição a pé e conseguiram alcançar o suspeito, que foi contido e algemado. Segundo a PM, o homem não apresentava lesões aparentes no momento da abordagem. Em consulta à situação do veículo, foi constatado que o licenciamento anual estava vencido, referente ao ano de 2024. O automóvel foi apreendido e removido para um pátio credenciado.

Durante buscas no interior do carro, os policiais localizaram uma expressiva quantidade de entorpecentes. Ao todo, foram apreendidas 58 barras de substância esverdeada semelhante à maconha e quatro barras de substância análoga ao skank, que estavam armazenadas tanto no porta-malas quanto no as-

soalho do banco traseiro. Além das drogas, um aparelho celular também foi recolhido.

Questionado pelos militares, o suspeito relatou espontaneamente que teria buscado a carga de drogas na cidade de Uberlândia e que o material seria entregue em Montes Claros. Ele afirmou ainda que não sabia informar quem seria o destina-

tário nem o local exato da entrega, pois aguardaria uma ligação telefônica com as instruções. Pelo transporte do entorpecente, segundo o próprio relato, receberia a quantia de R\$ 1.300,00.

Diante dos fatos, o homem foi preso em flagrante e encaminhado à Delegacia de Plantão, juntamente com todo o material apreendido,

para as providências cabíveis. A Polícia Militar destacou que ações como essa fazem parte das estratégias de combate ao tráfico de drogas e de repressão a crimes que colocam em risco a segurança da população, reforçando o compromisso com a ordem pública e a preservação de vidas nas rodovias e áreas urbanas da região.



BAIRRO NOVO DELFINO

Jovem é preso por tráfico de drogas

A Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG), por meio da 11ª Região da Polícia Militar (RPM), prendeu um jovem de 25 anos por suspeita de tráfico de drogas na madrugada desta segunda-feira (5), no bairro Novo Delfino, em Montes Claros. A prisão ocorreu durante patrulhamento de rotina e resultou na apre-

ensão de uma grande variedade de substâncias entorpecentes, além de dinheiro em espécie.

De acordo com informações da Polícia Militar, os militares realizavam o patrulhamento pela via quando visualizaram o indivíduo em atitude considerada suspeita. Ao perceber a aproximação da via-

tura, o jovem saiu correndo repentinamente, o que chamou a atenção da guarnição e motivou a imediata intervenção. Diante da situação, os policiais realizaram rápida aproximação e procederam à abordagem do suspeito.

Durante a identificação, foi constatado que o jovem já possuía

passagens anteriores pelo crime de tráfico de drogas, o que reforçou a suspeita inicial. Em busca pessoal, os militares encontraram a quantia de R\$ 232,00 em cédulas diversas no bolso da calça do abordado. Questionado sobre o motivo da tentativa de fuga, os policiais perceberam que o suspeito demonstrava nervosismo e ocultava algo na boca.

Após nova abordagem verbal, o jovem retirou da boca oito pedras de substância semelhante a crack, que estavam embaladas e prontas para o comércio. Diante da constatação do entorpecente, os militares deram continuidade à ocorrência, buscando esclarecer a origem e a extensão da atividade ilícita.

Questionado sobre sua residência, o suspeito informou que morava em frente ao local onde havia sido abordado. No endereço indicado, os policiais fizeram contato com

a mãe do jovem, que foi informada sobre os fatos. Após os esclarecimentos, ela autorizou a entrada da guarnição na residência, franqueando o acesso para a realização de buscas.

Durante as diligências no interior do imóvel, os militares localizaram um pacote contendo diversas substâncias entorpecentes, evidenciando um ponto de armazenamento e preparo de drogas para comercialização. Ao todo, foram apreendidas 61 buchas de substância semelhante a maconha, 32 pedras de substância semelhante a crack, 16 papéletes de substância semelhante à cocaína branca, sete porções de substância semelhante a haxixe, um frasco contendo substância semelhante a lolô e uma porção grande de substância semelhante à cocaína amarela.

Confrontado com o material encontrado, o abordado confessou

a propriedade de todas as drogas apreendidas. Ele afirmou ainda que sua mãe não tinha conhecimento da existência dos entorpecentes na residência e declarou que realizava a venda das drogas no local. O suspeito também informou que o dinheiro encontrado em seu poder era proveniente do comércio ilícito.

Diante dos fatos, os policiais deram voz de prisão ao jovem, que foi autuado em flagrante pelo crime de tráfico de drogas. Ele foi conduzido à Delegacia de Plantão de Montes Claros, juntamente com todo o material apreendido, onde ficou à disposição da Justiça para as providências legais cabíveis.

A Polícia Militar reforça que ações de patrulhamento preventivo e repressão qualificada seguem sendo intensificadas em Montes Claros, com o objetivo de coibir o tráfico de drogas e garantir mais segurança à população.

BAIRRO SANTO INÁCIO

Denúncias levam à prisão de suspeito por tráfico de drogas

Uma ação da Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG), por meio da 11ª Região da Polícia Militar (RPM), resultou na prisão de um jovem de 28 anos por suspeita de tráfico de drogas na tarde deste domingo (4), no bairro Santo Inácio, em Montes Claros. A ocorrência teve início após o recebimento de denúncias anônimas e informações repassadas por moradores da região, que relataram movimentação suspeita em um imóvel residencial.

Segundo as informações encaminhadas à Polícia Militar, em um sobrado localizado no pavimento

superior do imóvel havia indivíduos supostamente envolvidos com o tráfico de drogas. Ainda conforme as denúncias, os frequentadores faziam uso de bebidas alcoólicas e entorpecentes no local, mantinham o som em volume elevado e geravam incômodo à vizinhança. Havia, ainda, a suspeita de que alguns dos envolvidos estariam portando armas de fogo, o que aumentou o grau de atenção da ocorrência.

Diante da gravidade dos relatos, uma equipe de policiamento deslocou-se até o endereço indicado para averiguação. Ao chegar ao local, os

militares constataram a presença de indivíduos em atitude suspeita. Ao perceberem a aproximação da viatura policial, várias pessoas fugiram do imóvel, dando início a uma tentativa de evasão coletiva.

Durante a fuga, os policiais observaram que uma sacola foi arremessada pela janela do banheiro, caindo sobre o telhado da residência vizinha. Ao mesmo tempo, outros frequentadores do imóvel conseguiram escapar pela janela da cozinha, tomando rumo ignorado. A ação rápida da guarnição permitiu a contenção da situação e o controle do local.

Após a intervenção policial, foi abordado no interior do imóvel um jovem de 28 anos, apontado como suspeito. Ele alegou aos militares que estaria no local apenas para se divertir. O abordado exerceu o direito constitucional de permanecer em silêncio e optou por não informar a identidade dos demais envolvidos, afirmando temer possíveis represálias.

Em seguida, os policiais arrecadaram a sacola dispensada sobre o telhado da residência vizinha. No interior do volume, foram encontrados diversos materiais relacionados ao tráfico de drogas. Ao todo, foram

apreendidas 300 pedras de substância de coloração esverdeada, com odor característico de crack, 71 tabletes de substância com características semelhantes à maconha, além de uma balança de precisão e materiais comumente utilizados para embalar entorpecentes. Também foi localizada a quantia de R\$ 62,00 em dinheiro.

Apesar do material apreendido, o jovem abordado não assumiu a propriedade dos entorpecentes nem dos demais objetos recolhidos. No entanto, diante da dinâmica dos fatos, das denúncias recebidas e dos indícios constatados no local, os militares

deram voz de prisão ao suspeito por tráfico de drogas.

O jovem foi cientificado de seus direitos e garantias constitucionais e encaminhado, sem apresentar lesões corporais, à autoridade de polícia judiciária, juntamente com o material apreendido, para as providências cabíveis. A Polícia Militar destacou a importância das denúncias anônimas e da colaboração da comunidade no combate ao tráfico de drogas e reforçou que ações como essa seguem sendo intensificadas para promover mais segurança e tranquilidade aos moradores de Montes Claros.

BAIRRO CANELAS

Denúncia leva à prisão de jovem e apreensão de adolescente por tráfico de drogas

Uma ação da Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG), por meio da 11ª Região da Polícia Militar (RPM), resultou na prisão de um jovem de 18 anos e na apreensão de um adolescente de 17 anos na tarde deste domingo (4), no bairro Canelas, em Montes Claros. A ocorrência foi registrada após denúncias apontarem intensa atividade relacionada ao tráfico de drogas em uma construção localizada na região.

Segundo a Polícia Militar, durante o turno de serviço, a guarnição do Tático Móvel tomou conhecimento das informações repassadas por meio dos

canais de denúncia. As informações indicavam que o local estaria sendo utilizado como ponto de comercialização de entorpecentes, com movimentação constante de usuários e suspeitos.

Diante dos relatos, os militares se deslocaram até o endereço indicado para averiguação. Ao chegarem ao local, dois indivíduos que estavam na construção perceberam a aproximação da viatura policial, trancaram rapidamente o portão do imóvel e fugiram, pulando muros e telhados de residências vizinhas em

uma tentativa de escapar da abordagem.

Durante a fuga, os policiais visualizaram um dos indivíduos dispendando um invólucro plástico contendo substâncias entorpecentes no interior de um barraco próximo ao local. Em razão da evasão pelos telhados, uma das residências vizinhas teve parte de sua estrutura danificada, situação que também foi registrada na ocorrência.

A Polícia Militar realizou acompanhamento e cerco policial na região e, após diligências, os dois suspeitos

foram localizados, abordados e contidos. Em seguida, foi dada voz de prisão ao jovem de 18 anos e efetuada a apreensão do adolescente de 17 anos, conforme determina a legislação vigente.

Durante as buscas pessoais e a varredura no local onde o material havia sido dispensado, os militares apreenderam 51 pedras de coloração amarelada, com odor e características semelhantes a crack, além de 15 buchas de substância esverdeada com odor semelhante a maconha. Também foi recolhida a quantia de

R\$ 16,00 em dinheiro, composta por uma cédula de R\$ 10,00 e seis moedas de R\$ 1,00, valor que, segundo a PM, é compatível com a atividade de comércio de drogas em pequena escala.

Ainda durante o atendimento da ocorrência, a genitora do adolescente compareceu ao local e informou aos militares que o filho havia saído de casa há cerca de três meses. Ela relatou, ainda, que tinha conhecimento do envolvimento do jovem com o tráfico de drogas, o que reforçou os indícios levantados durante a

ação policial.

Diante dos fatos, os dois suspeitos foram conduzidos à Delegacia de Polícia de Plantão de Montes Claros, juntamente com todo o material apreendido, para as providências cabíveis. A Polícia Militar destacou a importância das denúncias da população no combate ao tráfico de drogas e reforçou que operações de repressão qualificada continuam sendo realizadas em diversos bairros da cidade, com o objetivo de reduzir a criminalidade e aumentar a sensação de segurança da comunidade.

Cemig orienta retirada segura de enfeites natalinos no Dia de Reis



A retirada da decoração de Natal, tradicionalmente realizada no Dia de Reis, celebrado em 6 de janeiro, marca o encerramento do ciclo natalino em milhares de residências, comércios e espaços públicos. Para que esse momento simbólico não termine em acidentes, a Companhia Energética de Minas Gerais (Cemig) reforça uma série de orientações de segurança, especialmente relacionadas aos riscos elétricos e às quedas durante a desmontagem dos enfeites.

Segundo a Cemig, boa parte dos acidentes registrados nesse período

está relacionada ao manuseio inadequado de luzes, extensões e outros itens decorativos ligados à rede elétrica. Por isso, a companhia alerta que a desmontagem deve ser feita com calma, planejamento e atenção redobrada, garantindo um início de ano mais seguro para toda a população.

De acordo com o gerente de Saúde e Segurança Corporativa da Cemig, José Firmo do Carmo Júnior, o primeiro e mais importante passo antes de iniciar a retirada da decoração é desligar o circuito elétrico no disjuntor correspondente à

tomada onde os enfeites estão conectados.

“Essa medida simples evita choques elétricos durante todo o processo de desmontagem. Antes de começar, é fundamental retirar os enfeites da tomada, eliminando qualquer risco de contato acidental com a energia elétrica”, orienta.

O especialista destaca ainda que muitos acidentes acontecem por descuido em situações aparentemente simples, como puxar fios ainda energizados ou manusear equipamentos elétricos sem verificar se a corrente foi devidamente inter-



rompida. A recomendação é nunca confiar apenas no desligamento do interruptor, mas sempre cortar a energia diretamente no disjuntor.

Outro ponto de atenção são os enfeites instalados em áreas externas, como fachadas, varandas, telhados, sacadas e jardins. Nesses locais, os riscos são ainda maiores, já que envolvem trabalho em altura e, muitas vezes, proximidade com a rede elétrica.

“Nesse tipo de situação, é essencial utilizar equipamentos de segurança adequados e manter distância segura da fiação. A simples aproxi-

mação de cabos de média tensão pode gerar um arco elétrico e causar acidentes graves, incluindo quedas. A eletricidade apresenta riscos invisíveis e a prevenção é sempre a melhor conduta”, alerta José Firmo do Carmo Júnior.

A Cemig reforça que, ao utilizar escadas, estas devem estar firmes, apoiadas em superfície nivelada e, sempre que possível, com o auxílio de outra pessoa para garantir a estabilidade. O uso de calçados antiderrapantes e luvas apropriadas também contribui para reduzir o risco de acidentes.

ATENÇÃO ÀS CHUVAS DE VERÃO

O início do ano é marcado pelo período chuvoso em grande parte de Minas Gerais, o que exige ainda mais cautela durante a retirada da decoração natalina. As tempestades de verão aumentam a vulnerabilidade dos enfeites instalados em áreas externas e tornam o ambiente mais perigoso para o manuseio de equipamentos elétricos.

Segundo o gerente da Cemig, a desmontagem só deve ser realizada quando o tempo estiver firme e o local completamente seco.

“Água e eletricidade não combinam. Evitar a desmontagem com o piso molhado é fundamental, não apenas para prevenir choques elétricos, mas também para reduzir o risco de escorregões e quedas durante o trabalho em altura”, explica.

A companhia orienta ainda que, em caso de dúvida ou dificuldade para retirar enfeites instalados em locais de difícil acesso, a população deve considerar a contratação de profissionais capacitados, evitando improvisações que possam colocar vidas em risco.

Com atitudes simples e atenção às orientações de segurança, a retirada da decoração de Natal pode ser feita de forma tranquila, encerrando o período festivo sem ocorrências e garantindo um começo de ano mais seguro para todos.

Confira dicas do Sebrae para o MEI começar 2026 sem surpresas

Novos valores da DAS, prazos para regularizar dívidas no Simples Nacional são algumas das informações sobre as quais o microempreendedor individual deve estar atento na virada do ano



PROGRAMA DE INCLUSÃO PROFISSIONAL PARA PCD

AUX. DE COZINHA E AUX. ADMINISTRATIVO

40H30 SEMANAIS • PRESENCIAL • MONTES CLAROS

REQUISITOS

Habilidades essenciais para o cargo são comunicação, organização, inteligência emocional, e conhecimento básico de informática.

DIFERENCIAIS

Conhecimento da estrutura e dinâmica da organização Adventista.

MAIS INFORMAÇÕES:

<https://www.carreiras.adventistas.org/>

AUX. COZINHA

AUX. ADM

integrarh

7you

Trabalhar um pouco mais ou tirar alguns dias de férias depois das festas de final de ano? Independentemente dos planos para janeiro, o mês traz consigo datas importantes e mudanças para os mais de 13 milhões de microempreendedores individuais de todo o país. É momento para regularizar as dívidas, optar por permanecer no Simples Nacional para 2025 – no caso de ter ultrapassado R\$ 81 mil em faturamento – e enviar Declaração Anual (DASN-SIMEI).

Mas, calma! Não precisa ficar preocupado, porque o Sebrae reuniu quatro informações fundamentais para que os donos desses pequenos negócios não percam os prazos neste começo de ano.

1) Reajuste

Com o aumento do salário-mínimo para R\$ 1.627, o valor da contribuição mensal do MEI, feito por meio do Documento de Arrecadação do Simples Nacional (DAS), varia entre R\$ 82,35 e R\$ 87,35, dependendo da atividade exercida pelo profissional. Para o MEI Caminhoneiro, a contribuição mensal será entre R\$ 196,24 e R\$ 200,24.

A guia de contribuição deve ser paga até o dia 20 de cada mês. O primeiro boleto a considerar essa mudança vence em fevereiro de 2025, pois o recolhimento é sempre com relação ao mês anterior. Pelas plataformas de atendimento do Sebrae (site, 0800, ou app), é possível emitir o boleto gratuitamente.

2) Adesão ao Simples Nacional

Vai até 31 de janeiro o prazo para que os empreendedores façam adesão ao Simples Nacional. A iniciativa é voltada para aqueles pequenos negócios que foram excluídos do regime de tributação, inclusive quem está em débito com a Receita Federal. No mesmo período, os MEI que ultrapassaram o teto de faturamento de R\$ 81 mil serão automaticamente desenquadrados da figura do microempreendedor individual. Nesse caso, vão precisar fazer a solicitação para permanecer no Simples Nacional. Consulte a situação do seu CNPJ pela página do Simples.

3) Dívidas

O prazo até 31 de janeiro é uma nova oportunidade para os donos dos pequenos negócios regulariza-

rem as dívidas com a Receita Federal e evitar a exclusão do Simples Nacional. Em 2024, mais de 1,8 milhão de empresas receberam notificações da Receita. Os empreendedores que receberam um termo de exclusão do Simples Nacional, pelo Domicílio Tributário Eletrônico do Simples Nacional, precisam pagar as dívidas (à vista ou parcelado) em um prazo de 30 dias após a visualização do documento.

Com a exclusão, o pequeno negócio perde benefícios fiscais e terá dificuldades para emitir notas fiscais, entre outras complicações. O Sebrae possui trilhas de apoio que orientam sobre a regularização de dívidas.

4) Declaração Anual

A Declaração Anual do Simples Nacional para o Microempreendedor Individual (DASN-SIMEI) já está disponível para o preenchimento. O documento reúne as informações sobre as contribuições e o faturamento da empresa em 2025 e de empregados (se for o caso). Mesmo quem não teve faturamento precisa fazer a declaração. O período para envio das informações segue até 31 de maio.

RESUMO DE *Novelas*



Rogério ironiza Arminda, que pede a Célio para levá-la à Fundação. Raul se emociona com a volta do pai. Ferette avisa a Arminda que acabará com Rogério. Rogério revela a Gerluce que é o cliente que Claudia disse estar interessado na compra da escultura, e afirma estar ao lado da cuidadora. Paulinho e Juquinha visitam Kasper para saber do roubo das Três Graças, e ambos desconfiam do marchand. Kasper avisa a Ferette da visita dos policiais. Ferette se depara com Rogério, que afirma que o sócio está com a cara mais deslavada do que antes.



Leo e Samuel são indicados a prêmios por suas atuações no mercado empresarial. Jaques afirma a Tânia que precisa salvar Davi. A família Boaz vai ao hospital onde Davi está internado. Ayla pede que Samuel espere antes de denunciar Jaques para a polícia. Tânia planeja a fuga de Jaques do hospital, e Rosa vê. Bárbara anuncia que Davi se salvará. Jaques se recusa a fugir com Tânia.



Estela afirma a Míriam que jamais irá perdoá-la. Dita desconfia de Zulma, mas Samir insiste para visitar a Casa dos Anjos. Anacleto concede a mão de Maria Divina em casamento com Zé dos Porcos. Quinzinho recebe as esmeraldas da Mãe de Ouro, e esconde o tesouro de Cunegundes e Jocasta. Sandra planeja o sequestro de Samir e exige a ajuda de Ernesto. Dita aconselha Estela a reconsiderar seu perdão a Míriam. Míriam conversa com Túlio. Zulma manipula Samir para mentir diante da Juíza. Túlio entrega um presente de Míriam para Estela, que se emociona.



Os Melhores ESPETINHOS e porções você encontra no **VILLA** espetaria

38 99881-9096 
RUA GENÉSIO TOLENTINO Nº15 - CIDADE NOVA





TERCEIRIZAÇÃO DE MÃO DE OBRA: NOSSA ESPECIALIDADE

PORTEIROS • VIGIAS • SERVENTES DE LIMPEZA
ZELADOR • SEGURANÇA DESARMADA EM EVENTOS

SUA TRANQUILIDADE, NOSSA RESPONSABILIDADE

Atlético homenageia Scarpa em aniversário e meia responde com mensagem de carinho nas redes sociais



O clima de sintonia entre clube, jogador e torcida marcou a manhã desta segunda-feira (5/1) nas redes sociais do Atlético. O alvinegro usou seus perfis oficiais para homenagear o meio-campista Gustavo Scarpa, que completou

32 anos, e recebeu uma resposta carinhosa do jogador, reforçando a identificação com o Galo e com a Massa atleticana. Natural de Campinas, no interior de São Paulo, Scarpa recebeu uma publicação especial do Atlé-

tico, que convidou os torcedores a participarem da comemoração virtual. “Parabéns, Scarpa! O meio-campista do #Galo é mais um que comemora aniversário hoje. Deixe seu recado de parabéns para o nosso Scarpinha, Massa!”,

escreveu o clube, em tom descontraído, nas redes sociais. A postagem rapidamente gerou grande engajamento entre os torcedores. Centenas de comentários foram deixados com mensagens de felicitações, votos de sucesso

e carinho ao jogador. Alguns atleticanos, inclusive, brincaram com o teor da publicação, demonstrando alívio ao perceberem que se tratava apenas de uma homenagem de aniversário. “Pensei que estava saindo”, comentou um torcedor. “Que susto!”, escreveu outro, em referência às frequentes especulações do mercado da bola.

O próprio Scarpa fez questão de interagir com a publicação do clube. Em resposta, o meia agradeceu a lembrança e demonstrou entusiasmo com o momento vivido no Atlético. “‘Tamo junto’ demaissss, Atlético. Deus abençoe sempre, pra cimaaaaaaaa”, escreveu o jogador, finalizando a mensagem com emojis de coração e de um galo, símbolos que reforçam sua conexão com o clube mineiro.

Contratado pelo Atlético em 2023, Gustavo Scarpa tem vínculo com o clube até dezembro de 2027 e se consolidou como uma das principais peças do meio-campo alvinegro. Desde que chegou à Cidade do Galo, o meia soma 131 jogos com a camisa atleticana, com 12 gols marcados e 23 assistências distribuídas. Conhecido pela qualidade no passe e pela bola parada,

Scarpa figura entre os principais “garçons” do elenco.

Na temporada passada, o meio-campista liderou o Atlético no número de assistências, com 12 passes para gol em 68 partidas, desempenho que reforçou sua importância na engrenagem ofensiva da equipe. Ao longo da carreira, o Atlético já se tornou o terceiro clube que Scarpa mais defendeu, ficando atrás apenas de Palmeiras, onde atuou em 231 partidas, e Fluminense, com 151 jogos.

Além de Scarpa, outro jogador do elenco profissional também comemorou aniversário nesta segunda-feira. O lateral-direito Natanael completou 24 anos e recebeu uma homenagem semelhante do clube nas redes sociais. “Parabéns, Natanael! O lateral completa hoje 24 anos. Deixe seu recado de parabéns para o camisa 2 do Galo, Massa!”, publicou o Atlético.

As homenagens reforçam o ambiente de integração no elenco alvinegro e a estratégia do clube de estreitar ainda mais a relação com seus jogadores e torcedores, utilizando as redes sociais como ferramenta de proximidade e engajamento com a Massa atleticana.

Mauro Cezar avalia alvo do Flamengo e classifica possível investida após Kaio Jorge como ‘negócio arriscado’

O jornalista Mauro Cezar Pereira analisou, nesta segunda-feira (5/1), as recentes especulações envolvendo o Flamengo no mercado da bola, especialmente após as tentativas frustradas de contratar o atacante Kaio Jorge, artilheiro do Campeonato Brasileiro e da Copa do Brasil de 2025 pelo Cruzeiro. Com a negativa da Raposa, o nome de Marcos Leonardo, atualmente no Al Hilal, da Arábia Saudita, passou a ser ventilado como possível alternativa para o ataque rubro-negro, cenário que, para Mauro, é repleto de riscos e pouco viável.

Durante participação no programa Posse de Bola, do UOL Esporte, Mauro Cezar avaliou que a negociação envolvendo Kaio Jorge seria extremamente vantajosa para o Cruzeiro, mas representaria um risco considerável para o Flamengo, sobretudo pelos valores envolvidos. Segundo o comentarista, o montan-

te pedido pela Raposa foge do padrão e pode inflacionar ainda mais o mercado.

“Para o Flamengo, é um negócio arriscado. É um bom jogador, artilheiro do campeonato, mas é muito dinheiro. Acho que é uma tentativa de demonstrar força. Pode ser uma tentativa de inflacionar o mercado ou pode ser uma estratégia”, afirmou Mauro. Na visão do jornalista, a postura do Cruzeiro também reflete força financeira e esportiva. “Do ponto de vista do Cruzeiro, acaba sendo também uma demonstração de força: ‘eu também tenho grana, não preciso vender’. Mas seria um ótimo negócio. Se fosse um clube de fora, talvez o Cruzeiro vendesse”, completou.

Mauro ainda detalhou os números da negociação, destacando que a proposta que envolvia Kaio Jorge, Everton Cebolinha e uma quantia em dinheiro poderia chegar a cifras

expressivas. “32 milhões de euros, se você contar o Cebolinha mais a grana, seria uma grande venda. Já 24 milhões de euros é muita grana. Com esse valor, você consegue comprar um bom centroavante. Você vai procurar e vai encontrar”, pontuou.

A partir desse cenário, surgiram especulações envolvendo Marcos Leonardo, atacante de 22 anos que atua no Al Hilal. No entanto, Mauro Cezar foi enfático ao classificar a possível investida do Flamengo como praticamente inviável. “É aí que começaram agora a especular o Marcos Leonardo, que eu acho absolutamente inviável. A não ser que aconteça algum fato novo. Ele tem jogado, tem sido titular lá na Liga Saudita. Ele custou 40 milhões de euros”, afirmou.

O jornalista reforçou que não há lógica econômica para que o clube saudita libere o jogador por um valor inferior ao investido. “Marcos Le-

onardo jogou quase todos os jogos e tem feito gols. Então, por que os sauditas iriam liberá-lo por menos do que pagaram? Então, vai custar o quê? 50 milhões de euros? Não tem cabimento. Acho também uma negociação muito inviável. Mais uma especulação, uma conversa na internet”, criticou.

Revelado pelo Santos, Marcos Leonardo teve passagem pelo Benfica antes de ser contratado pelo Al Hilal em junho de 2024. Na atual temporada 2025/2026, o atacante soma 11 gols em 16 partidas, desempenho que reforça sua valorização no mercado e dificulta qualquer tentativa de negociação.

Enquanto isso, o Flamengo segue em busca de um centroavante com “perfil Kaio Jorge”, após ter suas propostas recusadas pelo Cruzeiro. Conforme apuração do No Ataque, a última oferta rubro-negra foi de 24 milhões de euros (cerca de

R\$ 155 milhões), além do atacante Everton Cebolinha, de 29 anos, com a Raposa mantendo 10% dos direitos econômicos do jogador. A proposta anterior, de 30 milhões de euros (R\$ 196 milhões), já havia sido rejeitada.

Apesar das investidas, a tendência é que o Cruzeiro não feche negócio. O clube mineiro fixou o valor de Kaio Jorge em 50 milhões

de euros (aproximadamente R\$ 325 milhões) e deixou claro que não pretende aceitar cifras inferiores. O impasse evidencia não apenas a dificuldade do Flamengo no mercado, mas também o novo patamar financeiro e esportivo adotado pela Raposa, que busca manter seus principais jogadores e valorizar seus ativos.



VÔLEI

Algoz do Brasil em Londres-2012, Dmitriy Muserskiy anuncia aposentadoria aos 37 anos

Um dos capítulos mais marcantes — e dolorosos — da história recente do vôlei brasileiro voltou ao noticiário neste início de

ano. O russo Dmitriy Muserskiy, protagonista da final dos Jogos Olímpicos de Londres, em 2012, anunciou sua aposentadoria das

quadras aos 37 anos. O central, que naquela decisão entrou como oposto e foi determinante para tirar a medalha de ouro do Brasil,

encerra a carreira mais de 13 anos após protagonizar uma das viradas mais emblemáticas da modalidade.

A final olímpica disputada em 12 de agosto de 2012, na Inglaterra, ainda é lembrada com frustração pelos torcedores brasileiros. Na ocasião, a Seleção Brasileira Masculina de Vôlei abriu 2 sets a 0 contra a Rússia e chegou a ter dois match points no terceiro set. O título parecia encaminhado, até que Muserskiy, com seus impressionantes 2,19 metros de altura, mudou completamente o rumo da partida.

Escalado de forma surpreendente como oposto, posição diferente daquela em que costumava atuar, Muserskiy dominou o jogo ofensivamente. Ele foi o maior pontuador da decisão, com 31 pontos, e liderou a reação russa que culminou na virada por 3 sets a 2. A vitória garantiu à Rússia a medalha de ouro olímpica — a primeira e única do país no vôlei masculino desde que passou a competir como nação independente.

Além das questões físicas, o contexto esportivo da Rússia também mudou nos últimos anos. Atualmente, o país está proibido de participar de competições internacionais em diversas modalida-

A atuação histórica transformou Muserskiy em símbolo daquele ouro e, ao mesmo tempo, em algoz eterno da Seleção Brasileira. O trauma ficou marcado na memória do esporte nacional, embora quatro anos depois, nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, o Brasil tenha conseguido a redenção ao eliminar a Rússia na semifinal e conquistar o ouro diante da Itália, no Maracanãzinho.

Curiosamente, o reencontro com o algoz de 2012 não aconteceu em solo brasileiro. Por conta de problemas físicos, Dmitriy Muserskiy ficou fora da Olimpíada do Rio-2016 e não pôde ajudar a seleção russa, que terminou a competição na quarta colocação. Desde então, o central enfrentou uma sequência de lesões que limitaram sua participação em grandes torneios internacionais.

Além das questões físicas, o contexto esportivo da Rússia também mudou nos últimos anos. Atualmente, o país está proibido de participar de competições internacionais em diversas modalida-

des, incluindo o vôlei, em razão de sanções esportivas. Em meio a esse cenário, Muserskiy decidiu colocar um ponto final em sua trajetória como atleta profissional.

Ídolo do Suntory Sunbirds, tradicional clube japonês sediado em Osaka, Muserskiy defendia a equipe desde 2018 e se tornou uma das principais referências da liga japonesa. Mesmo em meio à temporada no Japão, o jogador anunciou oficialmente sua aposentadoria neste domingo (4/1). A confirmação foi feita pelo próprio clube, por meio de publicações nas redes sociais, destacando a importância e o legado deixado pelo atleta.

Ao longo da carreira, Dmitriy Muserskiy construiu uma trajetória marcada por títulos, atuações decisivas e uma presença física imponente que redefiniu padrões para a posição. Para o vôlei brasileiro, seu nome ficará eternamente associado a uma final inesquecível — não pelo desfecho desejado, mas pela grandeza esportiva de um atleta que escreveu seu nome na história olímpica.



VERÃO FESTIVO EM ARRAIAL



ARRAIAL D’ AJUDA tem movimento turístico durante todo o ano, com muitas opções de lazer. No verão, porém, atrai sempre uma multidão de pessoas de todo o Brasil e do exterior, que ficam encantadas com a energia única e a beleza desse pedaço de paraíso. A cada dia surgem mais bares e restaurantes. São inúmeras opções de diversão, e é delicioso circular pela famosa Rua Mucugê, pela praça principal e pela área da Igreja Nossa Senhora d’Ajuda, na parte histórica, onde a vida noturna se tornou vibrante. Estou aqui no meu “cantinho”, cercado por amigos de MOC. Uns chegam, outros partem, e o verão continua com muito sol e noites agitadas, ao som de excelentes bandas nas ruas e praças públicas, animando a todos.



Augusto Figueiredo e Linda Natália Figueiredo Campos formando um belo par neste início de ano.

FRENTE A FRENTE

MINHAS PROMOÇÕES - Muita gente já está querendo saber as datas dos meus dois eventos que acontecerão neste ano. A famosa FEIJOADA DO THEO será logo após o Carnaval, e o encerramento do JUBILEU DE DIAMANTE ocorrerá no segundo semestre, finalizando meus megaeventos com grandes surpresas. Tenho muitos projetos para este ano e esperança de mudanças neste gigante Brasil que, infelizmente, vem despencando.

ENQUANTO A CONTA CRESCIA - Por meses, o país fingiu que havia dois escândalos distintos: o assalto aos aposentados do INSS e o colapso do Banco Master. Confortável engano. Os dois nascem da mesma matriz: uma indústria paralela de créditos fictícios, criada para transformar papel imaginário em dinheiro vivo. No caso do careca do INSS, a ficção foi vendida a quem não podia se defender. No do Master, de Vercaro, a bancos e investidores dispostos a fechar os olhos enquanto a conta crescia.

EM TODOS OS TABULEIROS - Nos bastidores, Gilberto Kassab testa uma engenharia clássica: costurar Romeu Zema como vice numa eventual chapa de Flávio Bolsonaro. A conversa andou em São Paulo e veio com pacote completo: apoio a Matheus Simões em Minas, movimento que espreme Cleitinho, hoje o bolsonarista mais puro-sangue no estado. O desenho revela o método Kassab: estar em todos os tabuleiros.

OTIMISMO - A medicina e a ciência já comprovaram que uma visão positiva da vida pode proporcionar diversos benefícios à saúde. Por isso é importante que sejamos mais otimistas, pois proporciona mais felicidade e combate à depressão, que cada vez mais atinge milhões de pessoas ao redor do mundo. Além disso, estudos também indicam que otimismo prolonga a vida. Você tendo sempre pensamento positivo fica mais fácil para enfrentar situações desafiadoras mais positivos frente às adversidades. Nunca devemos desistir, por mais complicado que seja a situação, sempre devemos estar dispostos e continuar correndo atrás para buscar uma solução, seja qual for o problema.

FALTA HOSPITAL - Repercutiu muito aqui na região e em todo o Brasil a morte súbita do milionário Giuliano Finimundo, diretor do grupo Rodobéns. Vítima de uma crise cardíaca, ele faleceu no famoso “Quadrado”, em Trancoso. O episódio levantou muitos comentários sobre a falta de pronto atendimento, tanto lá quanto aqui em Arraial d’Ajuda. São dois distritos com população gigantesca, mas extremamente deficientes no setor de saúde, pois não existem hospitais nem sequer um pronto-socorro. Até quando os trilhões arrecadados irão apenas para Porto Seguro, enquanto a Prefeitura abandona literalmente esses dois famosos locais, sem promover melhorias não só na saúde, mas em todos os setores?



FÁTIMA e Eliziario Resende, curtiram a virada do ano com Patrícia, Guilherme e os netos em sua casa no Condomínio, Águas D’ Ajuda.



SILVANA MORAIS, na foto com os netos curtiu a virada com Elos Noris e toda família em sua mansão aqui em Arraial que é das mais belas.



VEJAM a animação de Maitê Colares e Laís Machado Santiago na pista de dança do Kuara.



SERÁ EM ABRIL na Rosa Mística o casamento dos médicos, Carolina Figueira Costa e Bernardo Guimarães.



EUSTÁQUIO e Ângela Malveira vieram de MOC para serem abençoados pelo Padre na Basílica de Nossa D’ Ajuda pelos 45 anos de uma feliz união.



Dois amigos verdadeiros que amo muito: Cristiano Cruz, assessor político, e o renomado médico Gustavo Rocha, que faz um senhor sucesso em suas modernas clínicas em Belo Horizonte e São Paulo, onde reside atualmente. Ele deverá oficializar casamento no próximo ano com uma linda paulistana. Seu inesquecível pai, Elzir Rocha, que trabalhou comigo na época da TV MOC, certamente está orgulhoso do excelente profissional que o filho se tornou.

VAP&VIP

FIQUEI triste em saber do falecimento no último final de semana da amiga SHEILA DOS MARES GUIA que participou do júri do meu “Baile da Glamour Girl “ por diversas vezes . Meus sentimentos a Walfrido Mares Guia e todos os familiares.

QUEM VIER para Arraial D’ Ajuda e quiser economizar, traga carne de sol de Moc, pois a carne daqui não é boa nem para churrasco.

LÉO e Maitê Colares curtindo este início de ano felizes como nunca, com os dois filhos: André e Victor, a nora, Beliza, e a inteligente netinha, Maria que é a princesinha da família. União da família é tudo!

AS PASSAGENS aéreas saindo de Moc para Porto Seguro estão com os preços altíssimos. Para se ter uma ideia, um casal amigo pagou duas passagens de ida e volta por quase 13 mil. Daria para viajar para exterior, com certeza.

ESTAMOS iniciando mais um ano e, como já disse, com a esperança de que algo de bom aconteça em nosso país. E você pode estar aí se perguntando: “o que este jornalista fez de bom no ano passado?”. Para mim, particularmente, foi um ano excelente: viajei muito, que é o que mais gosto de fazer, estou com saúde, firme e forte para enfrentar as dificuldades deste ano com muito gás, muitos projetos e seguindo em frente. Obrigado, Bom Deus.