

R Ricca

Revista

EDIÇÃO Nº3 . MAIO 26

Onde brilho e conteúdo andam juntos!

**Rafael Vinícius
Normandia Cruz**

*Presidente da 45ª Subseção da OAB
de Patos de Minas - 2025-2027*



SICOOB CREDICOPA:

CRESCIMENTO QUE
SE TRANSFORMA
EM LIDERANÇA

RONALDO SIQUEIRA SANTOS
Presidente do Sicoob Credicopa

INCORPORAÇÕES ESTRATÉGICAS, SOLIDEZ FINANCEIRA E RESULTADOS EXPRESSIVOS POSICIONAM A COOPERATIVA ENTRE AS MAIORES DO BRASIL.

O Sicoob Credicopa realizou investimentos relevantes na incorporação da Credipatos e da Credigerais, a cooperativa avançou em escala, eficiência e presença, consolidando-se como uma das maiores do Sistema Sicoob no país.

O Sicoob Credicopa investiu na incorporação da Credipatos e da Credigerais, ajustou as contas das cooperativas incorporadas, consolidou-se como uma das maiores cooperativas do Brasil e ainda alcançou mais de R\$ 25 milhões em resultados no ano de 2025.

Hoje, a cooperativa administra **R\$ 4,5 bilhões em ativos**, sustentada pela confiança de mais

de 81 mil cooperados e por uma gestão que combina crescimento com segurança.

Esse desempenho também se reflete nos **rankings nacionais e estaduais do Sicoob**. No Brasil, o Sicoob Credicopa ocupa a 17ª posição em ativos, 20ª em depósitos, 14ª em crédito e 19ª em patrimônio líquido. Já no cenário estadual, destaca-se entre as líderes, alcançando a 3ª posição em ativos e crédito, e a 4ª colocação em depósitos e patrimônio líquido.

Mais do que números, esses resultados representam uma cooperativa que evolui, se fortalece e amplia sua capacidade de impactar positivamente as regiões onde atua.



EXPANSÃO QUE GERA VALOR

CRESCIMENTO ESTRUTURADO AMPLIA PRESENÇA E FORTALECE A ATUAÇÃO REGIONAL.

O crescimento do Sicoob Credicopa nos últimos anos é resultado de uma estratégia bem definida: expandir com consistência, mantendo a proximidade com o cooperado e a solidez financeira.

Com presença consolidada em **três estados (Minas Gerais, Goiás e Bahia)**, o Sicoob Credicopa fortalece sua atuação em regiões estratégicas, conectando pessoas, negócios e oportunidades. Cada nova unidade representa mais acesso ao cooperativismo financeiro e mais desenvolvimento para as comunidades atendidas.

Confira
as nossas
agências:

Minas Gerais

- Arinos
- Buriú
- Catuti
- Carmo do Paranaíba
- Distrito de Areado
- Espinosa
- Gameleiras
- Itaú
- Janaúba (2)
- João Pinheiro
- Lagoa Formosa
- Lagoa Grande
- Mamonas
- Mato Verde
- Monte Azul
- Montes Claros
- Patos de Minas (10)
- Paracatu (6)
- Patrocínio
- Presidente Olegário

- São Gonçalo do Abaeté
- São Gotardo
- Santo Antônio do Retiro
- Unai
- Uruana de Minas
- Uberaba (3)
- Uberlândia (6)
- Varjão de Minas

Bahia

- Barreiras
- Guanambi
- Luis Eduardo Magalhães
- Salvador

Goiás

- Formosa
- Luziânia
- Padre Bernardo
- Valparaíso



PROXIMIDADE QUE FAZ A DIFERENÇA

**RELACIONAMENTO PRÓXIMO IMPULSIONA NEGÓCIOS
E TRANSFORMA REALIDADES.**

Um dos grandes diferenciais do Sicoob Credicopa está na forma como se relaciona com seus cooperados. Mais do que oferecer produtos financeiros, a cooperativa constrói parcerias duradouras, baseadas na confiança e no conhecimento da realidade local.

Esse modelo de atuação permite entender as necessidades de cada cooperado, seja no campo ou na cidade, e oferecer soluções mais assertivas, que realmente contribuem para o crescimento dos negócios e a realização de projetos.

A presença física, aliada ao investimento em tecnologia, garante um atendimento próximo, ágil e eficiente. É essa combinação que fortalece vínculos e posiciona o Sicoob Credicopa como um parceiro estratégico no dia a dia de milhares de pessoas e empresas.



SOLIDEZ QUE SUSTENTA O FUTURO

**RESULTADOS CONSISTENTES REFLETEM UMA GESTÃO
PREPARADA PARA CRESCER COM SEGURANÇA.**

Os resultados alcançados pelo Sicoob Credicopa são reflexo de uma gestão responsável, que equilibra crescimento com segurança e visão de longo prazo.

O desempenho financeiro positivo, aliado ao avanço nos rankings e à ampliação da estrutura, demonstra a capacidade da cooperativa de evoluir sem perder sua essência: o compromisso com o cooperado e com o desenvolvimento regional.

Mais do que acompanhar as transformações do mercado, o Sicoob Credicopa segue como protagonista, construindo um futuro sólido, sustentável e cada vez mais relevante para seus cooperados e para a economia das regiões onde está presente.



Assessoria: Marcela Cristina - @marcelacristinapineiro
Jornalista responsável: Natália Persi - MT 0019534/MG
Redatora: Elismar M. P. Sousa
Fotos oficiais: Fabrício Alves
Impressão: Gráfica 3 Pinti Ltda - CNPJ 02.954.338/0001-08
Tiragem: 1.200 unidades
Distribuição: Gratuita
Revista on-line: www.revistaricca.com.br
Agência de publicidade responsável:
D&A Agência Ltda - CNPJ: 17.855.528/0001-45



Os anúncios, informações, opiniões, artigos e imagens assinadas são de responsabilidade exclusiva de seus respectivos autores.

É expressamente proibida a reprodução total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia dos autores. O conteúdo editorial desta edição não reflete, necessariamente, a opinião da Revista Ricca.

E-mail: contato@revistaricca.com.br
Site oficial: www.revistaricca.com.br
Instagram: @revistaricca

Razão Social

Revista Ricca Ltda - CNPJ: 61.131.497/0001-71
Av. Padre Almir Neves de Medeiros, 958
Sala 802 - Patos de Minas - MG - CEP: 38701-118



Bem-vindo ao universo Ricca

Anuncie aqui!
www.revistaricca.com.br

Revista Ricca | Maio 2026 | Fenamilho

É com grande entusiasmo que celebramos mais um marco na trajetória da Revista Ricca: a chegada de sua terceira edição. Este momento representa não apenas a consolidação de um projeto, mas também o orgulho de entregar à sociedade um conteúdo de excelência, cuidadosamente desenvolvido para valorizar nossa cidade e toda a região.

A edição de maio chega em um período simbólico e vibrante. Em meio às comemorações do aniversário de Patos de Minas e à grandiosidade da tradicional Fenamilho, uma das maiores festas de Minas Gerais, a cidade se transforma em um verdadeiro palco de cultura, tradição e hospitalidade. É nesse cenário que a Ricca se posiciona como um registro contemporâneo desse movimento, traduzindo em suas páginas o espírito festivo e a força da nossa gente.

Mais do que uma publicação, esta edição reafirma o compromisso com seriedade, credibilidade e relevância. A Revista Ricca se consolida como um veículo moderno, alinhado aos mais elevados padrões do mercado editorial, tanto no impresso quanto no digital, conectando marcas, pessoas e histórias por meio de conteúdo qualificado.

O sucesso das edições anteriores projetou a Ricca como referência regional em comunicação. Sua presença se reflete também nos eventos de lançamento, que reúnem colonistas, parceiros, anunciantes e autoridades, fortalecendo a credibilidade e a solidez do projeto.

Esta edição simboliza evolução, foco estratégico e maturidade editorial. Cada detalhe foi pensado para destacar os talentos, eventos e

protagonistas de Patos de Minas, promovendo visibilidade e resultados consistentes aos parceiros e anunciantes.

Contamos com mais de 30 colonistas reconhecidos, que enriquecem nossas páginas com qualidade, conhecimento e compromisso com a excelência. A eles, nosso sincero agradecimento.

Seguimos firmes na missão de comunicar, inspirar e valorizar nossa cidade e região, fortalecendo conexões e ampliando oportunidades.

Aproveite cada página desta edição e, se ainda você não faz parte deste movimento, este é o momento ideal para se conectar a um projeto que cresce, inspira e gera resultados. Com consistência visão estratégica.



Contatos

(34) 99762-2463 - Wellis Martins - Diretor Comercial
(34) 99669-2242 - Daniel Alex - Diretor de Design
(34) 99795-1901 - Marcela Cristina - Assessoria



Rafael Vinícius Normandia Cruz

Natural de Patos de Minas, com 41 anos de idade, Rafael Vinícius Normandia Cruz é filho de Osvaldo José da Cruz e de Faustina Normandia de Fátima Cruz e pai de Rafaela Queiroz de Melo e Cruz e Lucas Queiroz de Melo e Cruz.

Graduado pelo Centro Universitário de Patos de Minas-UNIPAM no ano de 2007, com pós-graduações em Direito Tributário e em Direito Processual Civil, atua há 18 anos nas áreas do Direito Empresarial, Cível e Trabalhista, com atuação jurídica voltada para a defesa do setor produtivo, especialmente do agronegócio e de produtores rurais.

Sua visão do Direito sempre ultrapassou a dimensão técnica, compreendendo a Advocacia como instrumento de desenvolvimento, proteção de garantias e transformação social.

À frente da 45ª Subseção da OAB de Patos de Minas no triênio 2025-2027, representa uma geração de lideranças comprometidas com inovação, valorização institucional e defesa permanente da cidadania e das liberdades. Anteriormente foi vice-Presidente da instituição, nos anos de 2016 a 2018, e posteriormente Conselheiro Estadual da OAB de Minas Gerais no triênio 2019 a 2021.

Sua atuação também se projeta em causas que conectam saúde, responsabilidade social, associativismo e fortalecimento comunitário, refletindo uma presença pública marcada pela compreensão de que servir às instituições é também servir às pessoas.

É também membro vitalício do Conselho de Administração da Santa Casa de Misericórdia de Patos de Minas e atualmente Diretor-Secretário da instituição.

Mais do que a soma dos cargos que ocupou, sua trajetória expressa um modo de liderar pautado pela construção coletiva, pela firmeza de princípios e pela crença no poder transformador das instituições. Em cada espaço que ocupa, busca deixar não apenas resultados, mas referências. Uma trajetória construída com propósito, em permanente construção.

RIQUEZA DE CAPA

Índice / Artigos

- | | | | |
|----|--|-----|--|
| 10 | ADVOCACIA
Rafael Normandia | 104 | EMAGRECIMENTO
Igor Martins |
| 14 | AGRONEGÓCIO
Lucimar Silva | 114 | ETIQUETA
Ingrid Palma |
| 18 | ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO
Adrielle Magalhães | 122 | FOTOGRAFIA
Fabrício Alves |
| 22 | AUTOESTIMA FEMININA
Daniela Almeida | 134 | HAIR DESIGNER FEMININO
Lara Marins |
| 30 | BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA
Eliane Borges | 138 | HARMONIA E FOCO
Ana Paula Bento Corrêa |
| 38 | BUFFET E EVENTOS
Naiara Freitas | 142 | MEDICINA CAPILAR
Laura Regis |
| 42 | CALÇADOS FEMININOS
Thais Vida | 146 | MODA
Renata Almeida |
| 46 | CIRURGIA PLÁSTICA
Bruno Bernardes | 150 | ONCOLOGIA E CUIDADOS ESSENCIAIS
Pablo Assis Cavalheiro |
| 50 | COLUNA SOCIAL
Anamara Melo | 154 | ÓTICA E CONCEITOS
Joana Barros e Simária Araújo |
| 56 | COMUNICAÇÃO ESTRATÉGICA
Natália Persi | 158 | POLÍTICA EM DESTAQUE
José Eustáquio de Faria Júnior |
| 64 | CONTABILIDADE E FINANÇAS
Rômulo Garcia | 162 | SAÚDE FEMININA - GINECOLOGIA
Anderson Afonso |
| 68 | CULINÁRIA JAPONESA
Lorrane Versiani e Gabriel Versiani | 166 | SAÚDE MASCULINA
Valter Morato |
| 74 | DERMATOLOGIA
Josi Gomes | 170 | SEGURANÇA PÚBLICA
Coronel PM Marisa Cunha Nunes Rios |
| 82 | EDUCAÇÃO
Laércio Vida | 172 | TRANSPORTE ESCOLAR E TURISMO
Cleidilene Silva |
| 86 | EDUCAÇÃO FÍSICA
Anna Cláudia | 176 | TURISMO - DICAS DE VIAGENS
Laiane Peres |
| 94 | EDUCAÇÃO INFANTIL E DESENVOLVIMENTO
Rita Safatle | 180 | VEÍCULOS
Marcela Ferreira |



COLUNISTA RICCA
Rafael
Normandia
@rafaelnormandia

Quando se fala em saúde pública no Brasil, o primeiro nome lembrado é o Sistema Único de Saúde (SUS), criado pela Constituição de 1988. Ele garante atendimento universal, integral e gratuito, sendo uma das maiores conquistas sociais do país. Contudo, por trás dessa estrutura, há instituições essenciais e muitas vezes pouco reconhecidas: as Santas Casas de Misericórdia.

Originadas no período colonial, essas entidades surgiram para atender os mais vulneráveis, antes mesmo de políticas públicas estruturadas. Baseadas na filantropia e solidariedade, expandiram-se pelo país e se consolidaram como importantes prestadoras de serviços hospitalares.

Santas Casas: pilares indispensáveis ao direito à saúde no Brasil



Com a criação do SUS, passaram a integrar oficialmente a rede pública de forma complementar. Na prática, porém, essa relação frequentemente se torna de dependência. Em muitos municípios, especialmente de pequeno e médio porte, são a principal ou única estrutura hospitalar disponível.

Apesar de sua relevância, enfrentam graves dificuldades financeiras. A defasagem nos repasses do SUS, o aumento dos custos, a necessidade de modernização e a alta demanda por serviços complexos geram instabilidade, podendo levar à redução de atendimentos ou até ao fechamento de unidades.

Diante disso, é essencial repensar o financiamento da saúde, com atualização de repasses, mais investimentos, transparência na gestão e melhores contratos com entidades filantrópicas.

Mais que hospitais, as Santas Casas têm forte papel social, promovendo desenvolvimento local e ações comunitárias, sendo pilares fundamentais para a efetivação do direito à saúde no Brasil.

Rafael Vinicius Normandia Cruz
Advogado, Presidente da
OAB Patos de Minas e
Diretor Secretário da
Santa Casa de
Misericórdia de Patos de Minas

OAB Patos de Minas realiza a 1ª Solenidade de Entrega de carteiras da Ordem do ano de 2026

No dia 16 de abril, a OAB Subseção Patos de Minas realizou a Solenidade de entrega de carteiras a 30 novos inscritos, em uma cerimônia marcada pela emoção e pelo compromisso com a valorização da Advocacia.

A solenidade foi conduzida pelo presidente da Subseção, Dr. Rafael Vinicius Normandia Cruz, e contou com a participação da Coronel Marisa Cunha Nunes Rios como paraninfa da turma, cuja presença conferiu ainda mais relevância e simbolismo ao momento. A Coronel Marisa comanda a Polícia Militar da região desde o ano de 2023.

As imagens registram uma noite de celebração e renovação institucional, marcando o ingresso de novos profissionais na Advocacia e reafirmando o compromisso da 45ª Subseção da OAB Patos de Minas com a ética, a Justiça e a defesa da cidadania.



Aprecie cada minuto do seu dia!



VENDAS: 34 99975-4666 | CASABRUXEL.COM.BR



CASA BRUXEL
Cafés & Vinhos



Raízes que conectam gerações.

Uma história construída
por pessoas que transformam
trabalho em alimento
para o mundo.





COLUNISTA RICCA
Lucimar Silva

@lucy_scoffee

Café especial: a arte de transformar cuidado em experiência



Café especial não se define apenas pelo sabor. É o resultado de um compromisso profundo com qualidade, respeito e excelência em cada etapa da produção. Para receber essa classificação, o café precisa atingir, no mínimo, 80 pontos em uma escala de avaliação sensorial, que considera atributos como aroma, doçura, acidez equilibrada, corpo, finalização e ausência de defeitos.

Enquanto o café comum costuma priorizar volume e padronização, o café especial valoriza identidade, rastreabilidade e experiência. Ele representa história, conexão e autenticidade.

Mas a excelência vai muito além da xícara. O café especial nasce de boas práticas socioambientais e agrícolas: manejo responsável do solo, uso consciente da água, preservação ambiental, relações de trabalho éticas e cuidado constante com a lavoura. Cada detalhe influencia diretamente no resultado final.

Quando carrega uma Denominação de Origem, esse café também expressa características únicas construídas pelo clima, altitude, terroir, cultura local e conhecimento transmitido ao longo de gerações.

Por trás de uma xícara de café especial existem muitas mãos: produtores, famílias, técnicos, colhedores, classificadores, torrefadores e baristas. Em cada xícara há dedicação silenciosa, trabalho genuíno e uma cadeia inteira comprometida em transformar esforço em excelência.

Café especial é isso: quando qualidade encontra propósito e o sabor revela todo o valor de quem o produz.

Em 2026 celebramos
um legado de

50 anos

que une história,
visão de futuro
e produtividade.



Sementes de Soja



Milho



Café



**Pecuária Leiteira
e de Corte**

☎ (34) 3822-5062

☎ (34) 3822-5068

📱 @sementesgaucha

f @sementesgauchaoficial

in @sementesgaucha

🌐 sementesgaucha.com.br

JPG

CONSTRUTORA

***Em cada detalhe,
um resultado concreto.***

O QUE EXISTE POR TRÁS DE UMA GRANDE OBRA?

Estratégia, experiência e execução.

A JPG Construtora transforma crescimento em resultado concreto:

+ de 500 obras entregues
+ de 200 mil m² construídos
+ de 1.000 empregos gerados



*Aponte a câmera
e conheça nossos projetos!*



ENTRE EM CONTATO

 construtorajpg.com.br
 (34) 3812-4549
 construtora@construtorajpg.com.br
 [construtorajpg](https://www.instagram.com/construtorajpg)



COLUNISTA RICCA
**Adrielle
Magalhães**

@adriellemedvet

Coceira persistente, queda de pelo e lesões na pele estão entre as queixas mais frequentes na rotina veterinária e, ao mesmo tempo, entre as mais negligenciadas pelos tutores.

Muitos ainda acreditam que esses sinais são comuns, sazonais ou passageiros. No entanto, na maioria das situações, eles indicam doenças dermatológicas que afetam diretamente o bem-estar, o comportamento e até a saúde geral do animal.

Na prática clínica, é comum receber pacientes já em estágios avançados, resultado da demora na busca por atendimento especializado ou da adoção de tratamentos superficiais, muitas vezes caseiros ou interrompidos precocemente.

Coceira não é normal! Entenda o que a pele do seu pet está tentando te dizer



A dermatologia veterinária exige investigação criteriosa. Cada paciente é único, e as causas podem envolver alergias alimentares ou ambientais, infecções bacterianas e fúngicas, parasitas ou até alterações imunológicas mais complexas. Por isso, o tratamento deve ser sempre individualizado e baseado em diagnóstico preciso.

Quando identificado precocemente, o problema tende a apresentar respostas mais rápidas, eficazes e duradouras, reduzindo o sofrimento do animal e evitando recorrências.

Mais do que uma questão estética, estamos falando de qualidade de vida.

Sinais de alerta:

- Coceira frequente
- Lamedura excessiva
- Odor forte na pele
- Falhas na pelagem

A pele fala, e saber interpretá-la pode transformar a saúde do seu pet.

Adrielle Magalhães
Médica Veterinária
Dermatologia

Tradição que evoluiu para cuidar melhor

A **Adri Pet Center** nasceu de uma base familiar sólida, construída com trabalho, responsabilidade e compromisso com os animais.

Ao longo dos anos, evoluímos. Hoje, aliamos essa tradição à medicina veterinária atual, oferecendo atendimento completo da clínica geral às cirurgias com um olhar atento, individualizado e focado em resultado.

Com atuação destacada em dermatologia veterinária, trabalhamos com diagnósticos precisos e

tratamentos eficazes para doenças de pele, uma das principais demandas na rotina clínica.

Mais do que atender, buscamos entender cada paciente de forma única, tratando a causa e não apenas os sintomas.

Porque confiança se constrói com história e se fortalece com resultado.



Welles Magalhães, Adrielle Magalhães e Irani Helena (Fundadores)





Nascemos
e vivemos com
você.

FARMÁCIA
nacional 

40
ANOS

Nascida para cuidar

farmacianacional.com.br

Compre pelo telefone
0800 100 2424
 34 9 9882.5928

Sempre tem uma Nacional pertinho de você.

R. Major Gote, 777 - Centro
R. Major Gote, 186 - Centro
R. Major Gote, 1157 - Centro
R. dos Guaranis, 13 - Caramuru

R. Dr. Marcolino, 450 - Centro
R. Teófilo Otoni, 30 - Antônio Caixeta
Av. Afonso Queiroz, 394 - Antônio Caixeta



COLUNISTA RICCA
Daniela Almeida

@danivivencia

Você já percebeu como a estética facial mudou?

O foco agora não é “transformar faces”, e sim valorizar quem você é. Devolver o que foi perdido, ajustando o mínimo necessário para promover simetria e harmonia.

A harmonização natural, no meu conceito ao longo dos anos, é o que hoje começa a fazer sentido também nas mídias. Ela une o melhor das tecnologias com procedimentos injetáveis para entregar resultados progressivos e equilibrados.

Tratamentos com lasers, como o CO2, ultrassom microfo-

Harmonização sem deformação: resultados reais, sem exageros



cado e radiofrequência microagulhada, melhoram a qualidade da pele, estimulando colágeno e reestruturando todas as camadas. Já os injetáveis, como ácido hialurônico, bioestimuladores, peptídeos GHK-Cu, PDRN e exossomos, refinam e devolvem à pele o que ela perdeu.

O meu grande diferencial está na personalização: cada rosto é único, e o tratamento também deve ser. Nada de padrões ou exageros. Aqui, o objetivo é realçar sua beleza de forma sutil e elegante.

- Resultados naturais
- Procedimentos seguros
- Aparência mais jovem e saudável
- Mais do que estética, é sobre autoestima e confiança.

São 25 anos em constante busca pelo cuidado e valorização da beleza.

E você, tem buscado naturalidade no seu rosto?

VIVÊNCIA BUSINESS

ANDARES E SALAS DISPONÍVEIS
PARA VENDA E LOCAÇÃO.

FUTURAS INSTALAÇÕES

Clínica Vivência já faz parte deste espaço. Agora, é a sua vez.

Rooftop exclusivo, café gourmet e amplos andares com vão livre de 367 m², com salas totalmente personalizáveis.

Contatos:
Daniela Almeida: (34) 991037517
William Ferreira: (34) 999986401



Vivência Business


PARA SEMPRE
RAINHAS

SUZANA
DE BRITO
SILVA

Rainha Nacional do Milho 2025
@suzanadebrito_




PARA SEMPRE
RAINHAS

MARYNA
AUGUSTA
LIMA

Rainha Nacional do Milho 2018
@maryna_limaa





PARA SEMPRE
RAINHAS

KATRINA
RUBIATANIA
COSTA DE LIMA

Rainha Nacional do Milho 2008
@katrinarubiatania



PARA SEMPRE
RAINHAS

GISLAINE
RODRIGUES
FERREIRA

Rainha Nacional do Milho 2000
@gislainerferreiraoficial



PARA SEMPRE
RAINHAS

DAGMA
PERES

Rainha Nacional do Milho 1973
@dagmaperes



Juliana Faria
Especialista em Harmonização Facial
CRO-MG 41416

BELEZA COM IDENTIDADE, EXCELÊNCIA EM CADA DETALHE

Sempre acreditei que a verdadeira beleza está em respeitar a identidade de cada pessoa. Foi esse olhar que me conduziu à harmonização facial e que hoje guia minha trajetória. Por isso, mantenho um compromisso permanente com o estudo, a atualização e o aperfeiçoamento técnico, buscando entregar sempre resultados naturais, seguros e com excelência.

No Instituto Merch Maia, idealizei um espaço pensado em cada detalhe: um ambiente elegante, acolhedor e sofisticado, criado para que cada cliente se sinta verdadeiramente especial desde o momento em que chega. Mais do que uma clínica, um lugar onde cuidado, estética e bem-estar se encontram.

Agende agora!



☎ (34) 99279-0007
📱 @drajufaria

Instituto Merch Maia
Av. Padre Almir, 30
Patos de Minas



COLUNISTA RICCA
**Eliane
Borges**
@comunidadecclica

Saúde, negócio e comportamento formam um tripé estratégico que impacta diretamente os resultados de uma empresa. Organizações são, antes de tudo, sistemas humanos, e a performance está intimamente ligada ao estado físico, mental e espiritual das pessoas que as compõem. Ignorar essa integração é comprometer produtividade, clima organizacional e tomada de decisão.

No pilar físico, colaboradores saudáveis apresentam mais energia, foco e consistência. Já o equilíbrio mental reduz níveis de estresse, melhora a clareza estratégica e fortalece relações interpessoais. O aspecto espiritual, muitas vezes negligenciado, está ligado ao propósito, valores e senso de pertencimento

Saúde, Negócio e Comportamento, como isto influencia em sua liderança?



que são fatores essenciais para engajamento genuíno.

Empresas que compreendem essa conexão investem em programas de bem-estar, educação nutricional e cultura organizacional saudável. Nesse contexto, a suplementação surge como uma aliada preventiva, contribuindo para suprir deficiências nutricionais, melhorar a disposição e sustentar a saúde a longo prazo.

Mais do que uma tendência, integrar saúde ao negócio é uma decisão inteligente. Líderes que promovem esse cuidado constroem equipes mais resilientes, produtivas e alinhadas. O resultado é uma empresa mais forte, sustentável e preparada para crescer de forma consistente em um mercado cada vez mais exigente.



CEO Nutry Soluções Nutricionais
Palestrante | Health Coach
Mentora da Comunidade Cíclica

Adquira o ingresso
no QR CODE:



26
de Maio
às 19 Horas

Dra **Andréa Vermont**

DECISÃO, PODER E RESPONSABILIDADE

Prepare-se para uma palestra sobre decisões que transformam pessoas e organizações.

📍 Centro de Convenções e Eventos UNIPAM



📱 @nutry_sn

📱 @comunidadecclica

A portrait of Cleidilene Silva, a woman with long, wavy brown hair, smiling and looking slightly to the right. She is wearing a light pink blazer over a white button-down shirt and light blue jeans. She has a gold necklace with a circular pendant and several rings on her fingers.

Ricca EM
ELEGÂNCIA

CLEIDILENE
SILVA

@bibi.shalontransportes

A portrait of Isabela Lopes Palhares, a woman with long dark hair, wearing a dark blue medical uniform and a matching cap. She is wearing black gloves and has her hands raised in a gesture. The uniform has gold embroidery that reads "Dra. Isabela Palhares" and "CIRURGIÃ D.D.". The background is dark.

Isabela
Lopes Palhares

CRO/MG 66094

irurgião-dentista especialista em Dentística pela PUC Minas e Expert em Clareamento Dental, com atuação pautada na excelência e no rigor técnico que definem a odontologia moderna. Seu trabalho se destaca pela precisão, pelo senso estético refinado e pela busca constante por resultados naturais e sofisticados.

Com uma abordagem que une ciência, arte e sensibilidade, Isabela entrega mais do que tratamentos: proporciona experiências que valorizam a individualidade e elevam a autoestima de seus pacientes. Seu nome vem se consolidando como referência em estética do sorriso, traduzindo elegância, confiança e alto padrão em cada detalhe.

(34) 99198-1265
@isabelapalhares2

Ricca EM
ELEGÂNCIA

CAMILA RENATA
SILVA ALVIM

@camilaalvim.boutique

Mudanças no imposto sobre heranças em Minas Gerais exigem atenção imediata de famílias e empresários

O cenário tributário de Minas Gerais passa por mudanças relevantes em relação ao Imposto sobre Transmissão Causa Mortis e Doação (ITCD), tributo estadual cobrado em casos de herança e doação.

A promulgação da Emenda Constitucional nº 132/2023 introduziu a obrigatoriedade da progressividade das alíquotas do Imposto sobre Transmissão Causa Mortis e Doação (ITCD), alterando uma lógica historicamente marcada, em diversos Estados, pela linearidade tributária.

Em Minas Gerais, esse movimento ganha contornos concretos com o avanço da tramitação do Projeto de Lei nº 2.881/24 na Assembleia Legislativa de Minas Gerais, acompanhado da Mensagem nº 254/26 do Poder Executivo Estadual, que propõe a reestruturação do modelo atualmente vigente, sinalizam o fim da alíquota fixa.

A progressividade das alíquotas representa uma mudança estrutural na forma de tributação das transmissões patrimoniais no Estado.



Esse cenário representa uma inflexão relevante em relação ao modelo anteriormente adotado, exigindo maior atenção à forma como patrimônios são organizados e transmitidos.

Diante dessas transformações, o planejamento patrimonial passa a ocupar papel ainda mais central na gestão jurídica das famílias e empresas.

A análise antecipada das estruturas existentes, aliada à utilização de instrumentos jurídicos compatíveis com o ordenamento vigente, permite maior previsibilidade e segurança na condução dos processos sucessórios.

A organização patrimonial, quando realizada de forma estruturada, amplia a segurança jurídica e a previsibilidade das decisões sucessórias.

Entre as alterações propostas, destacam-se a possibilidade de escalonamento das alíquotas até o limite de 8%, a regulamentação da incidência sobre bens mantidos no exterior e o aprimoramento dos critérios relacionados à apuração de doações sucessivas.

Em um ambiente de constante transformação, antecipar cenários torna-se tão relevante quanto compreendê-los. A organização patrimonial estruturada permite que decisões presentes sejam tomadas com responsabilidade, segurança e visão de futuro.

Dra. Lorrane Queiroz

@lorranequeiroz.adv

+55 34 99681-1012



Ricca EM
ELEGÂNCIA

DAIANE
AGUIAR

@dai.aaguiar



TOUROS

PREMIUM burger

*O sabor artesanal que conquista
na primeira mordida*

**Mais do que um
hambúrguer, uma
experiência feita para
quem valoriza sabor de
verdade.**

Ingredientes selecionados,
montagem impecável e aquele
toque artesanal que transforma
cada mordida em desejo.

**ATENDIMENTO
PRESENCIAL E DELIVERY**

LOJA 1

AV Major Gote, 739
Em frente a UNIPAM
+ 34 99656-5444

LOJA 2

Pátio Central Shopping
+ 34 99692-9129



SIGA NO INSTAGRAM
@tourospatos





COLUNISTA RICCA
Naiara Freitas
@solistikkatobuffet

Em um evento bem planejado, cada detalhe contribui para criar uma experiência memorável. A gastronomia vai muito além do sabor: a apresentação dos pratos e a harmonia com a decoração do ambiente são fatores fundamentais para encantar os convidados.

Investir constantemente em peças de serviço, utensílios e elementos de apresentação faz toda a diferença na composição visual da mesa. Travessas elegantes, suportes adequados, louças selecionadas e pequenos detalhes de ornamentação ajudam a valorizar a comida e a integrar o buffet ao conceito decorativo do evento.

Apresentação, sabor e harmonia: os detalhes que transformam um evento



Quando gastronomia e decoração caminham juntas, o resultado é um ambiente mais sofisticado, acolhedor e visualmente impactante.

A ornamentação dos pratos também tem papel essencial. Um prato bem montado desperta o olhar, valoriza os ingredientes e transforma cada preparação em uma verdadeira experiência gastronômica.

Pensando nisso, o trabalho gastronômico busca unir qualidade, apresentação e versatilidade.

São oferecidos desde cardápios tradicionais, que valorizam sabores clássicos e afetivos, até cardápios mais elaborados, desenvolvidos para eventos que pedem sofisticação e criatividade.

Mais do que servir comida, a proposta é proporcionar momentos marcantes, onde sabor, estética e cuidado com os detalhes se unem para tornar cada evento único.



Sua festa merece!

SOFISTIKKATO
BUFFET

(34) 99975-9921 @solistikkatobuffet

Uma trajetória de excelência e sabor!

O que sustenta a qualidade começa muito antes da mesa

Por trás de um alimento simples, existe um processo que poucos enxergam.



Na rotina do dia a dia, o ovo chega à mesa como algo comum. Mas, na Crista Vermelha, cada unidade carrega um cuidado que começa muito antes da embalagem.

Localizada em Patrocínio, Minas Gerais, a empresa construiu sua operação com um princípio claro: qualidade não é resultado final, é processo. Isso se reflete em estrutura, tecnologia e acompanhamento técnico constante.

A produção é conduzida por profissionais especializados, garantindo não apenas eficiência, mas segurança alimentar e bem-estar das aves. O resultado vai além do produto. Está na confiança que ele representa.

Com certificação pelo **SIF**, a Crista Vermelha mantém um padrão rigoroso que assegura regularidade e qualidade em cada entrega.

**Qualidade
não é
resultado
final.
É processo.**



Quando uma empresa cresce, a cidade cresce junto

Demanda faz crescer. Visão sustenta o crescimento.

É com esse olhar que a Crista Vermelha chega a Patos de Minas com um novo centro de distribuição.

A nova estrutura amplia a capacidade logística da empresa, permitindo mais agilidade no abastecimento, redução de prazos e maior proximidade com parceiros e clientes da região.

Em uma cidade com forte ligação com o agronegócio, a chegada do centro reforça a cadeia produtiva local, gera empregos e abre novas possibilidades de crescimento para toda a comunidade.

O impacto vai além da operação, está na confiança de uma marca que sustenta suas promessas todos os dias.

IMPACTOS DIRETOS

- Geração de empregos
- Mais agilidade logística
- Fortalecimento regional
- Cadeia produtiva local



COLUMNISTA RICCA
Thais Vida
@thaisvida__

O inverno é a estação em que a moda deixa de ser efêmera e passa a ter presença. Em 2026, menos ruído e mais intenção definem o estilo, e é nos calçados que essa narrativa ganha força, profundidade e sofisticação.

Na Fenamilho, entre música, encontros e tradição, o vestir se transforma em expressão. Cada escolha comunica identidade antes mesmo das palavras, revelando personalidade, autenticidade e segurança em cada detalhe. É um cenário onde estilo e atitude caminham juntos.

As botas dominam a temporada, entre canos altos e curtos,

Fenamilho: a festa começa pelos pés



com estruturas marcantes e saltos que equilibram imponência e conforto. As anabelas também se destacam, unindo estabilidade e elegância de forma natural e versátil. Existe uma sofisticação que não pede permissão, apenas se afirma com presença.

A cartela de cores segue madura: preto, bordô, marrons e verdes profundos. Texturas refinadas e o retorno do animal print reforçam a personalidade, trazendo ousadia na medida certa, sem excessos, apenas curadoria bem definida.

Na Fenamilho, ouse com intenção: aposte em botas de presença, texturas marcantes e looks que traduzam atitude. A tendência é clara, ser vista, ser lembrada e verdadeiramente inesquecível.

**Não há excessos,
há curadoria.**



Ricca EM
ELEGÂNCIA

ERIKA LIMA
VINHAL

@Erikalima_souza
@magrasspatosdeminas

Modeladores pós-cirúrgicos garantem recuperação segura, refinamento e suavidade, com matérias-primas selecionadas, alta tecnologia, aprovação ANVISA, selo OEKO-TEX® e conforto.



YOGA

Te faz bem



(34) 99106-5854
@cintamodeladorayoga_
Rua Olegário Maciel, 261 - Centro
Loja 29 - Galeria Ferreira
Patos de Minas

D&A





COLUNISTA RICCA Bruno Bernardes

@dr.brunobernardes

A busca por um corpo mais saudável e proporcional nunca esteve tão alta. Com os avanços no tratamento da obesidade, emagrecer tornou-se mais acessível e seguro. No entanto, a perda de peso é apenas parte da transformação.

Após emagrecer, muitas pessoas enfrentam flacidez, excesso de pele e alterações no contorno corporal. Nesse cenário, a cirurgia plástica pode ser a etapa final para restaurar a harmonia do corpo.

OBSESIDADE E CIRURGIA PLÁSTICA: É PRECISO CAUTELA

Pacientes com sobrepeso apresentam maior risco cirúrgico, como complicações anestésicas e

Canetas Emagrecedoras e Cirurgia Plástica: quando a combinação certa transforma resultados



cicatrização mais lenta. Por isso, o ideal é primeiro emagrecer com acompanhamento médico, estabilizar o peso e, só então, considerar a cirurgia.

CANETAS EMAGRECEDORAS

Medicamentos como os análogos de GLP-1 auxiliam no controle do apetite e promovem perda de peso com benefícios à saúde. Porém, a flacidez é uma queixa comum após o emagrecimento.

EMAGRECI. E AGORA?

A perda significativa de peso pode gerar excesso de pele em regiões como abdômen, braços, mamas, coxas e rosto. Nesses casos, procedimentos como abdominoplastia, lifting facial, mastopexia, cruroplastia e braquioplastia ajudam a melhorar o contorno corporal.

PLANEJAMENTO É ESSENCIAL

O sucesso do resultado depende da integração entre endocrino-

logista, nutricionista e cirurgião plástico. Também é fundamental seguir orientações médicas, inclusive sobre o uso de medicamentos antes da cirurgia.

SEGURANÇA E CONFIANÇA

Uma boa avaliação, indicação correta e acompanhamento especializado fazem toda a diferença. Optar por um cirurgião membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica garante mais segurança e qualidade.

O MOMENTO CERTO FAZ A DIFERENÇA

Quando bem indicada, a cirurgia plástica finaliza a transformação, devolvendo autoestima e bem-estar. A avaliação individual é essencial para definir o melhor caminho.

Dr. Bruno Bernardes
Membro Efetivo da
Sociedade Brasileira
de Cirurgia Plástica



BRUNO BERNARDES

CIRURGIA PLÁSTICA

CRM MG 58064

Sua melhor versão, com naturalidade e segurança.

Cirurgias personalizadas para resultados elegantes e naturais, com técnica, cuidado e equilíbrio em cada detalhe.

DR. BRUNO BERNARDES

Membro Efetivo da Sociedade
Brasileira de Cirurgia Plástica

ÁREAS DE ATUAÇÃO



FACE E PESCOÇO
Harmonização, lifting facial e rejuvenescimento.



MAMAS
Cirurgias para elevar, modelar e devolver proporção.



CONTO RNO CORPORAL
Procedimentos para harmonia e definição do corpo.



PÓS-EMAGRECIMENTO
Tratamentos para flacidez e excesso de pele.



REJUVENESCIMENTO CIRÚRGICO
Resultados naturais que valorizam sua essência.



MEMBRO
EFETIVO DA
SOCIEDADE
BRASILEIRA DE
CIRURGIA
PLÁSTICA



ATENDIMENTO EXCLUSIVO
MEDIANTE AGENDAMENTO

EXCELÊNCIA TÉCNICA. CUIDADO INDIVIDUAL. RESULTADOS QUE TRANSFORMAM.

(34) 99908-1464

@Dr.brunobernardes

Hospital Actual
Patos de Minas - MG



Ricca^{EM}
ELEGÂNCIA

EMILSE
MELO

@draemilsemelo

D&A

Thiago Alves
Advogado

Atua com dedicação e compromisso na busca pela justiça, unindo experiência prática e paixão pela advocacia para oferecer soluções jurídicas eficazes aos clientes.

@thiagoalvesadv

O MOMENTO
CERTO PARA
COMEÇAR A
MUDAR A SUA
VIDA É SEMPRE
O PRESENTE

O futuro não é algo que acontece com você, é algo que você constrói todos os dias, com suas decisões e ações.

Se você deseja alcançar algo diferente, não espere pelo **"momento perfeito"**, ele não vai aparecer. O momento certo para começar a agir é agora.

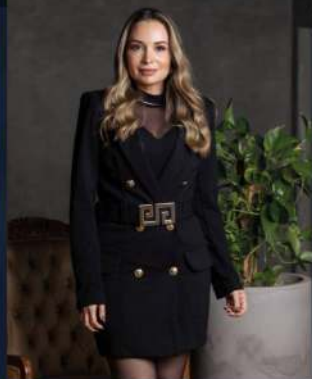
Cada decisão tomada hoje é um passo em direção ao futuro que você deseja. Comece agora, porque o amanhã começa com as ações de hoje.

Que esta mensagem se alinhe com seus valores e experiências.



THIAGO ALVES
ADVOGADOS

Integridade | Ética | Responsabilidade social
(34) 99189-8464 | @thiagoalvesadv
Av. Marechal Deodoro, 384
Sobradinho - Patos de Minas



COLUNISTA SOCIAL RICCA
Anamara Melo
@anamaramelo

Alta coquetelaria em evidência: Diamond 2026 e os 33 anos de @viniciusdiamond

Mais um ano lançando tendências e trazendo o que há de melhor na alta coquetelaria! A Carta Diamond 2026 apresentou 13 novos sabores, com combinações improváveis e deliciosas.

Drinks que irão garantir exclusividade em cada evento. E o Vini aproveitou para celebrar seus 33 anos de vida ao lado de familiares e amigos que fazem parte de toda a história da Diamond Coquetelaria.

D&A



Casa Viori, um novo ícone de elegância e celebração

A inauguração da @vioricasadefestas reuniu convidados especiais em uma atmosfera cuidadosamente preparada, com experiências sensoriais, música envolvente e uma curadoria impecável.

Com um conceito que une o rústico ao sofisticado, o espaço encanta pela arquitetura, pela harmonia dos ambientes e pela versatilidade.

Muito mais que um "salão de festas", a Casa Viori chega para se tornar referência não apenas pela estética, mas pela experiência que proporciona: acolhendo histórias, eternizando encontros e transformando cada evento em algo verdadeiramente inesquecível.



Ricca EM
ELEGÂNCIA

ERIKA
FERNANDES
ARAÚJO
VITA

@erikaaraujovita

 **Clínica
Olivieri**

**CONSULTORIA E
ASSESSORIA EM
SEGURANÇA E MEDICINA
DO TRABALHO**

MEDICINA DO TRABALHO -
ATESTADOS -
PGR -
PCMSO -
TREINAMENTOS -
E-SOCIAL -

 **Clínica
Olivieri**



DR. FLÁVIO A. SANTOS OLIVIERI
ESPECIALISTA EM MEDICINA DO TRABALHO
CRM 26.506-MG

 34 3821-1238  34 99673-7334
 @clinicaolivieripatos
 andreia@clinicaolivieri.com.br

WWW.CLINICAOLIVIERI.COM.BR
RUA ALFREDO BORGES 27 - CENTRO
PATOS DE MINAS

Ricca EM
ELEGÂNCIA

KÁTIA
RAMOS

@drakatia.ramos

Mais uma obra
sendo entregue
em Patos de Minas...
Aguardem!



SOMA
Engenharia

Construir é mais que estruturar,
é contribuir com o **crescimento da nossa cidade.**

📍 Rua Francelino Cardoso, 325
Araxá/MG

☎ (34) 3661 8775

🌐 somaengenhariaaraxa.com.br



JORNALISTA RESPONSÁVEL
E COLUNISTA RICCA

Natália Persi

@natpersi

Como jornalista, amo ouvir e contar histórias e prezo por um valor inegociável: a verdade. Como publicitária, me permito explorar a criatividade e construir narrativas lúdicas, mas sempre com respeito ao público e à essência da marca.

Na comunicação, marcas fortes não nascem apenas de bons produtos, mas da história que as sustenta. Em tempos de excesso de informação e relações cada vez mais superficiais, contar de onde se vem tornou-se tão importante quanto mostrar para onde se vai.

Uma história bem contada constrói uma grande marca



É por isso que o storytelling de origem tem tanta força. Quando uma marca valoriza suas raízes, ela constrói identificação, pertencimento e, sobretudo, confiança.

Um exemplo claro é a Cemil, cooperativa com mais de 30 anos de história, referência por comunicar aquilo que sustenta sua essência: qualidade, compromisso com o produtor e respeito ao consumidor. Desde a captação do leite diretamente com produtores da nossa região até a chegada às gôndolas,

existe uma narrativa de cuidado que fortalece a credibilidade da marca.

Mais do que vender lácteos e linhas culinárias, a Cemil vende confiança. E confiança não se improvisa: ela é construída na prática e reforçada pela comunicação.

Em tempos de Fenamilho, quando Patos de Minas respira tradição, falar sobre raízes é agregar valor. No fim, consumidores se conectam com histórias de verdade.

Vencemos. De novo.

40 ANOS
TROFÉU
GENTE
NOSSA

Fornecedor 2026

Uma conquista que reforça o que consumidor já sabe: confiança se constrói com qualidade e consistência.

Mais que um reconhecimento, uma trajetória.



Categoria: Laticínios 2005 e 2010



Categoria: Leite 2015, 2016, 2019, 2020, 2025 (1º Lugar)

Deck34

chega a Patrocínio
e estreia com
casa cheia

Após consolidar seu sucesso em Patos de Minas, o Deck34 inaugura sua nova unidade em Patrocínio e já se posiciona como um dos principais destinos da cidade.

No dia 22 de abril de 2026, Patrocínio recebeu oficialmente a nova unidade do Deck34. A inauguração reuniu convidados, clientes e nomes influentes da cidade em uma noite marcada por alto fluxo, ambientação sofisticada e uma operação que já começou validada pelo público.

EXPANSÃO QUE FAZ SENTIDO

O movimento não é por acaso. Depois de construir uma base sólida em Patos de Minas, o Deck34 avança para Patrocínio com um posicionamento claro: ocupar o espaço premium de experiência gastronômica e social que ainda é pouco explorado na cidade.

AMBIENTE E PROPOSTA

A unidade mantém o DNA visual e sensorial da marca: iluminação estratégica, integração entre área externa e interna, estética contemporânea e operação voltada para permanência.

NOITE DE INAUGURAÇÃO

Mais do que uma abertura simbólica, o evento já mostrou tração real: casa cheia, fluxo constante e alto engajamento do público — sinais claros de aceitação imediata.



“A chegada do Deck34 não é apenas mais uma inauguração — é um indicativo direto de evolução no cenário gastronômico e de entretenimento de Patrocínio.”



Moro

EMPREENDIMENTOS

A Loteadora que
você procurava

Soluções em Loteamentos

A MORO Empreendimentos é uma loteadora, construtora e incorporadora que atua em todo território nacional, desenvolvendo projetos com qualidade, planejamento e visão de mercado.

Fundada em 2016 por Fabrício Tibúrcio Moro, profissional com mais de 20 anos de experiência, a empresa se destaca pela expertise técnica e credibilidade.

Entre seus principais serviços estão o desenvolvimento de loteamentos próprios e em parceria, gestão e administração de empreendimentos e intermediação na compra e venda de imóveis urbanos e rurais.

Com um portfólio sólido e projetos consolidados, a MORO segue em expansão, buscando novas áreas e parcerias estratégicas para futuros lançamentos.



CONDOMÍNIO ESTÂNCIA MV
SERRA DO SALITRE - MG



LOTEAMENTO JARDINS
BREJO BONITO - MG



MORO Empreendimentos Imobiliários LTDA
CNPJ 18.090

(34) 99646-7525 @moroempreendimentos

Ricca^{EM}
ELEGÂNCIA

BRUNA
GONTIJO
ASSUMPÇÃO

@brunaassumpcao1



Quanto mais você *conhece*,
mais você *confia*!

Comprometidos com a sua saúde e bem-estar, oferecemos atendimento humanizado, tecnologia de ponta e excelência em cada detalhe, sempre a serviço da vida.

Carlos Chagas
MEDICINA LABORATORIAL

CANAL DE ATENDIMENTO:
(34) 98845-0390



(34) 3818-6800 / www.labcarloschagas.com.br
Rua Major Gote, 1525 - Centro - Patos de Minas - MG
www.labcarloschagas.com.br



Ricca EM
ELEGÂNCIA

**HELEN
MUNDIM**

@helenmundim



Dra. Ana Luiza Furtado

CRP-MG 59.016

@analuzafurtado.dra

- Harmonização Facial
- Reestruturação e Regeneração Facial no Emagrecimento
- Harmonização com Estratégia Personalizada

Dr. Michel Furtado

CRM-MG 91.712

@drmicheelfurtado

- Emagrecimento e Performance
- Emagrecimento Estratégico
- Metabolismo • Hormônios • Performance
- Composição Corporal Avançada

(34) 99196-1950

Rua Dom José Coimbra, 379 - B. Alto dos Caiçaras - Patos de Minas/MG



COLUNISTA RICCA
**Rômulo
Garcia**

@garciacontabiloficial

O agronegócio em Minas Gerais segue forte, especialmente em regiões como Patos de Minas, impulsionando a economia e gerando oportunidades. Com a proximidade da Fenamilho, esse movimento se intensifica, trazendo mais volume de negócios e maior circulação de recursos.

Mas existe um ponto crítico que muitos ainda ignoram: crescer não significa, necessariamente, ter lucro real no final do processo. Hoje, boa parte das operações trabalha com custos elevados, muitas vezes acima de 60% da receita, considerando insumos, mão de obra, logística e demais despesas operacionais.

No agro, crescer não é o mesmo que lucrar



Com margens cada vez mais apertadas, qualquer decisão mal planejada pode comprometer todo o resultado e transformar crescimento em risco real significativo.

É nesse cenário que a contabilidade deixa de ser apenas uma obrigação e passa a ser uma ferramenta estratégica de gestão.

Não basta produzir bem, é preciso entender os números, controlar custos, analisar indicadores e tomar decisões

com base em dados confiáveis e atualizados com consistência e precisão técnica contínua.

Empresas que atuam dessa forma conseguem negociar melhor, reduzir desperdícios, proteger suas margens e crescer com consistência, construindo resultado sustentável no longo prazo com segurança, previsibilidade financeira, controle operacional eficiente e gestão estratégica orientada por resultados sólidos e duradouros no mercado atual competitivo.

GarCia

CONTABILIDADE e ASSESSORIA

Rômulo Garcia dos Santos - CRC/MG: 078.261

Sua empresa pronta para crescer, independente do setor

Comércio, indústria ou serviços, quem não controla os números, perde resultado.



Em um cenário cada vez mais competitivo, não basta vender mais ou produzir mais. O verdadeiro crescimento acontece quando há controle, planejamento e decisões baseadas em números.

“Resultado não vem do volume. Vem da gestão.”

- Planejamento tributário
- Abertura e regularização de empresas

- Assessoria contábil e fiscal
- Consultoria estratégica empresarial

Atuação em nível nacional, com ética, profissionalismo e experiência.

(34) 3814-1089 | (34) 99975-6820

@garciacontabiloficial - www.portalgarcia.com.br



ARGOPLAN

Expansão é mais do que crescer. É evoluir.



Ricca
WELLIS MARTINS
COMUNICADOS
D&A
Daniel Alex

O Pátio Central *inaugura uma nova era.*

Toda cidade tem um ponto de encontro. Agora, ele está ainda maior.

O **Pátio Central Shopping** avança para um novo estágio, com a assinatura de 30 novas lojas que ampliam seu universo e fortalecem sua relevância.

A chegada de marcas como Renner, C&A e Smart Fit marca o início dessa transformação, trazendo ainda mais estilo, conveniência e experiências para o dia a dia.

E enquanto novas operações se preparam para abrir suas portas, uma coisa já é certa: o futuro do varejo local passa por aqui.



Onde a cidade se encontra com o novo.



Fique por dentro das novidades!



COLUNISTAS RICCA
Lorrane Versiani e Gabriel Versiani
@lorrane_versiani / @versiani

O modelo de self-service de sushi vem conquistando cada vez mais espaço no cenário gastronômico, unindo praticidade, variedade e uma experiência altamente personalizada. Nesse formato, o cliente tem a liberdade de montar seu próprio prato, escolhendo entre uma ampla seleção de peças, como niguiris, sashimis, uramakis e hosomakis, além de opções quentes e diversos acompanhamentos.

Essa proposta atende tanto aos apreciadores da culinária japonesa quanto àqueles que

Self-Service Oriental: Liberdade, frescor e experiência personalizada na gastronomia japonesa



desejam experimentar novos sabores sem restrições. A possibilidade de visualizar os alimentos expostos, sempre frescos e bem apresentados, desperta o apetite e transmite confiança quanto à qualidade dos ingredientes utilizados.

Outro ponto forte do self-service é a agilidade. Em um mundo cada vez mais dinâmico, poder se servir rapidamente e pagar apenas pelo que consumir se torna um diferencial extremamente atrativo. Além disso, o formato permite um melhor

controle das porções, contribuindo para evitar desperdícios.

Para os estabelecimentos, o modelo também é vantajoso, pois possibilita maior rotatividade de clientes e flexibilidade na composição do cardápio. Para o consumidor, é a combinação ideal entre autonomia, frescor e diversidade, transformando cada refeição em uma experiência única, prática e verdadeiramente satisfatória.



Mais **de 50** variedades entre sushis e pratos quentes em um buffet sofisticado

SABÔRI

Liberdade de escolha, sabor sem limites.



(34) **3823-1967**
@sabororientalpatos

Av. Padre Almir 192 - Sobradinho
Patos de Minas (anexo ao Posto de Combustível)

Ricca EM
ELEGÂNCIA

LORRANE
QUEIROZ

@lorranequeiroz.adv

A advocacia como propósito, coragem e humanidade

D&A

Em um cenário muitas vezes marcado pela rigidez técnica e pela frieza dos processos, há profissionais que escolhem trilhar um caminho diferente, o da escuta, da empatia e da transformação real na vida das pessoas. Ione Nunes é, sem dúvida, uma dessas profissionais.

Mãe de três meninas, esposa, dona de casa e advogada, ela representa, com autenticidade, a mulher que equilibra múltiplos papéis sem abrir mão da excelência. Sua trajetória na advocacia não nasceu por acaso. Desde os 15 anos de idade, já nutria uma admiração genuína pela profissão, enxergando nela mais do que uma carreira, um instrumento de justiça, dignidade e mudança social.

Ser mulher, mãe, esposa e advogada é, todos os dias, um exercício de força silenciosa.

A rotina é intensa, os desafios são constantes e a responsabilidade é imensa. Ainda assim, Ione segue firme, ética e determinada. Não apenas enfrentando obstáculos, mas crescendo através deles.

E, todos os dias, reafirma que é possível exercer a advocacia com excelência sem abrir mão daquilo que realmente importa, a humanidade e essência das pessoas.

Advogar, para Ione, nunca foi apenas sobre leis. É sobre pessoas.

N | Ione Nunes
Advocacia

(34) 99649-8854
@ionenunesadv



Ricca^{EM}
ELEGÂNCIA

RENATA
ALMEIDA

@renataalmeidaconsultora



★ ★ ★ Uniseguros



Aqui seu futuro é seguro

A Uniseguros é uma corretora especializada em seguros, dedicada a analisar as necessidades e o perfil de cada cliente para oferecer seguros de alta qualidade adaptados à sua realidade.

Nossa variedade de produtos inclui seguro de vida individual ou em grupo, automóveis, residenciais, clínicas, consultórios, empresas, equipamentos, condomínios, previdência privada, SERIT (renda por incapacidade temporária) e RC Profissional (responsabilidade civil).

Confie a segurança dos seus negócios, patrimônio e vida à nossa equipe de profissionais altamente qualificados e desfrute de uma vida mais tranquila.

Ao fazer ou renovar seu seguro, não deixe de considerar nossa proposta.



www.uniseguros.com.br



Centro Nacional de Pesquisa



(34) 3821-0452

(34) 99140-8668

uniseguros@uniseguros.com.br

[unisegurosocial](https://www.facebook.com/unisegurosocial)

[@unisegurosocial](https://www.instagram.com/unisegurosocial)

Rua Agenor Maciel, 73 - Centro - Patos de Minas - MG



COLUNISTA RICCA
Josi Gomes
@drajosigomes

A pele é o maior órgão do corpo humano e, muitas vezes, o mais negligenciado. No consultório, é comum ouvir: "Doutora, era só uma pintinha" e é justamente aí que mora o perigo.

O câncer de pele é o tipo mais comum no Brasil, mas também um dos mais preveníveis e, quando diagnosticado precocemente, altamente curável. Ainda assim, muitas pessoas ignoram os sinais iniciais, seja por falta de informação ou por subestimar pequenas lesões.

A verdade é simples: a sua pele fala, e você precisa aprender a escutar. Feridas que não cicatrizam, manchas que crescem, pintas que mudam de

Câncer de pele: o que a sua pele tenta te dizer todos os dias



cor ou formato, coçam ou sangram são alertas importantes e não devem ser ignorados.

E aqui vai um ponto essencial: não se trata apenas de estética, mas de saúde e, em muitos casos, de salvar vidas.

A exposição solar excessiva ao longo dos anos, especialmente sem proteção adequada, é o principal fator de risco. E não estamos falando apenas de praia ou piscina, a exposição cotidiana também conta.

Por isso, o uso diário de protetor solar não é vaidade, é cuidado médico. Medidas como usar filtro solar, roupas adequadas e evitar os horários de maior intensidade solar devem fazer parte da rotina.

Mais do que tratar, o papel do médico é orientar, prevenir e diagnosticar precocemente. Afinal, a prevenção ainda é o melhor tratamento.

Dra. Josiene Gomes Pereira
CRM-MG 78427 RQE:64766



Dra. Josiene Gomes

CRM 78427

Cuidar da sua pele é elevar a sua autoestima.

Beleza, saúde e confiança em cada detalhe. Tratamentos com tecnologia e sensibilidade que revelam a sua melhor versão.

- Cirurgias Estéticas Minimamente Invasivas
- Harmonização Facial Avançada
- Dermatologia Clínica Avançada
- Rejuvenescimento Natural

Clínica IntegraMed

(34) 99975-1178

Praça Vovó Neném 359, sala 704
Patos de Minas

www.drajosienegomes.com.br

@drajosigomes



Ricca EM
ELEGÂNCIA

THAMARA
RACHEL PERES
CASTRO DE PAULA

@dra.thamararachel

Mulheres

P o e m a

D&A

Mulheres são raízes e asas.
Carregam no olhar histórias
que o tempo escreveu em silêncio.

São mães que aprendem a ser abrigo,
mesmo quando o mundo pesa
sobre os próprios ombros.

São filhas que guardam no coração
a menina que ainda sonha
com horizontes que parecem distantes.

São esposas, companheiras de jornada,
que seguram mãos, dividem caminhos
e transformam rotina em cuidado.

Dentro delas moram sonhos
grandes como o céu depois da chuva.
Mas também vivem medos
que às vezes sussurram na madrugada.

E ainda assim, seguem.
Com coragem mostrando seu lugar sendo
profissionais e empresárias.

Porque mulheres conhecem
o valor das pequenas alegrias:
um abraço demorado,
um riso inesperado,
um novo dia que começa.

E, em meio às tantas fases da vida,
descobrem que a maior jornada
é olhar para dentro.

É se conhecer,
reconhecer sua força,
acolher suas histórias
e finalmente descobrir seu propósito.

Porque quando uma mulher
se encontra consigo mesma,
ela floresce
e transforma o mundo ao seu redor.

Conte comigo para sua jornada de descoberta,

Vanessa Caixeta

Ama escrever poemas, empresária, mamãe da Livia e esposa do Fernando.
Psicóloga, Consultora de RH, Palestrante e Mentora de Líderes.

(34) 99154-8943 | @conectar_vitorias | @vanessacaixetapsicologa

Ricca^{EM}
ELEGÂNCIA

ROSANA OLIVEIRA
SOUZA SANTOS

Esposa do Sr. **Iraci José dos Santos**,
ambos naturais de Patos de Minas.
Empresários na Bahia, da rede Real Calçados e Confeções.

Vestido - Cida Melo / Produção - Studio Stella Mendonça



Um NOVO capítulo começa agora.

Grupo Bom Pastor: elevando o padrão
de cuidado e acolhimento.



Ricca EM
ELEGÂNCIA

STJ

ELIANE BORGES

Mentora mulheres 40+
Palestrante

Ceo Nutry Soluções Nutricionais.
Fundadora @comunidadecclica

Contato para contratações:
34 998161663



Transportes e Colheitas Especiais: excelência e confiança em cada operação

A Transmilênio se destaca pela equipe especializada e atuação eficiente, sempre com alto padrão de qualidade.

Referência no transporte de máquinas, prioriza segurança, precisão e logística, garantindo a integridade mesmo em operações complexas.

Mais que serviços, acredita no sucesso coletivo, fortalecendo relações com clientes, colaboradores e parceiros com confiança e responsabilidade.

Inspirada pela natureza, entende que resultados sólidos vêm com planejamento, consistência e respeito ao tempo.

(34) 3826-3600 / @grupotransmilenio

Rua Antônio Joaquim de Miranda, 50 - Planalto - Patos de Minas



COLUNISTA RICCA
Laércio
Vida

@laerciovida

Por muito tempo, o debate sobre liderança feminina esteve concentrado nos grandes centros urbanos. Hoje, porém, uma transformação relevante acontece no interior do Brasil, onde mulheres assumem papéis de liderança com impacto direto no desenvolvimento econômico, social e cultural de suas regiões.

Esse protagonismo, muitas vezes, nasce da necessidade. Em contextos com menos oportunidades formais e infraestrutura limitada, mulheres desenvolvem uma liderança prática, resiliente e conectada à realidade local. São empreendedoras, produtoras rurais, educadoras e líderes comunitárias que constroem soluções criativas, mesmo com recursos escassos.

Protagonismo feminino no interior do Brasil: como a liderança das mulheres impulsiona mudanças reais



Essa mudança é impulsionada pelo maior acesso à educação, pelo avanço das tecnologias digitais e, sobretudo, pela capacidade histórica de adaptação dessas mulheres. No interior, liderar significa exercer múltiplos papéis simultaneamente, exigindo uma atuação flexível, próxima da comunidade e orientada por decisões estratégicas em cenários desafiadores.

Um dos aspectos mais marcantes desse movimento é o seu efeito multiplicador. Quando uma mulher ocupa espaços de liderança, ela inspira outras,

rompe padrões culturais e amplia possibilidades para novas gerações. Além disso, as redes de apoio, fortalecidas pela proximidade nas cidades menores, favorecem conexões baseadas em confiança e colaboração.

A tecnologia amplia ainda mais esse alcance, permitindo que mulheres superem barreiras geográficas e acessem novos mercados. Dar visibilidade a essas trajetórias é reconhecer um movimento coletivo que contribui para um Brasil mais justo, diverso e desenvolvido.



NOVO WR-V 2026

6 ANOS
GARANTIA TOTAL

O SUV QUE
COMBINA ESTILO
E TECNOLOGIA



Descubra inovação,
conforto e segurança
em cada detalhe:

Honda SENSING®

Motor turbo FLEX

Piloto automático adaptativo

MyHonda Connect

AGENDE SEU TEST DRIVE E VIVA
ESSA EXPERIÊNCIA DE PERTO!

RUA CRUZEIRO DO SUL, 210 – JARDIM ANDRADES | PATOS DE MINAS - MG - (34) 3818-2900

Ricca EM
ELEGÂNCIA

GABI
BRANT

@gabibrantoficial



MACHIZ ELEVADA / CONFORTO SUPERIOR



Sensação de dormir numa cama de hotel em uma cama de hotel

PILLOW TOP



TRAVESSEIRO
DREAMSSKIM
O QUERIDINHO
DE TODOS,
PREVINE RUGAS
E ALIVIA O
ESTRESSE.

**PILLOW TOP - NO CONFORTO
DO SEU LAR VC PODE TER
UMA CAMA DE HOTEL**

TRABALHAMOS COM VÁRIAS MARCAS DE
CAMA, MESA E BANHO, COMO:
**TRUSSARDI, BUDDEMEYER, KARSTEN,
MARKEN FASSI, KACYUMARA, ALTENBURG,
PLUMASUL, TECEBEM E OUTRAS.**

D&A

- Bom gosto, excelente atendimento, altíssima qualidade e os melhores preços.
- Consórcios de Enxoval em que você pode pagar em até 10 vezes com o preço à vista.
- Somos representantes exclusivos das colchas de Portugal.

Cama, Mesa, Banho e Colchas de Portugal

Baterfly
Enxovais

34 3821-2145 | 99157-0097

Rua Olegário Maciel, 261 - Centro
GALERIA FERREIRA - LOJA 34





COLUNISTA RICCA

**Anna
Cláudia**

@annaclaudiapersonal

Maior chega trazendo flores, celebrações e um lembrete poderoso:

No mês das mães e das noivas, o exercício físico se destaca como um verdadeiro aliado da saúde da mulher, não só para “ficar bem no vestido”, mas para viver com mais energia, equilíbrio e vitalidade.

Do ponto de vista científico, a prática regular de exercícios melhora a aptidão cardiorrespiratória, fortalece músculos e ossos, regula hormônios e contribui para a prevenção de doenças como osteoporose, hipertensão e diabetes tipo 2.

Cuidar de si também é um ato de amor



Além disso, promove a liberação de endorfinas, neurotransmissores responsáveis pela sensação de prazer e bem-estar.

Traduzindo: mexer o corpo faz bem para o coração, para a mente e até para o humor, o que, convenhamos, é essencial na correria entre cuidar dos filhos ou organizar um casamento.

Seja em uma caminhada ao ar livre, na musculação ou na dança, cada movimento conta.

O exercício físico empodera, aumenta a autoestima e reforça a autonomia feminina em todas as fases da vida.

Neste mês especial, o convite é simples: cuide de você com o mesmo carinho que dedica aos outros. Afinal, uma mulher forte, ativa e saudável é capaz de transformar não só a própria vida, mas o mundo ao seu redor.

Anna Claudia
SAÚDE, PERFORMANCE E MOVIMENTO

A saúde que você quer começa hoje

Acesse o QR Code e descubra!



MULHERES
QUE *Inspiram*

DILAMAR
AMÂNCIO
RODRIGUES

@dilamar.rodriguesadv

@rodriguesbatistaadvocacia



Força que transforma, energia que impulsiona.



(34) 99900-9638

@ironfit_academias

Avenida Deputado Binga, 700
B. N. Senhora de Fátima - Patos de Minas

MULHERES
QUE *Inspiram*

GISLENE
ARAÚJO

@gislenearaujo



BUM-X
CELULARES

Pra quem
não aceita o
básico!

Depois de uma trajetória de sucesso com sete lojas de telefonia, o empresário Maycon Carneiro decidiu encerrar um ciclo e abrir espaço para um novo capítulo. Mas quando existe paixão pelo que se faz, o recomeço vem ainda mais forte. Com mais de 20 anos de experiência, Maycon retorna ao mercado com a BUM-X Celulares, na Rua Major Gote, 784, e o resultado já impressiona. A loja se tornou um verdadeiro sucesso, com mais de 2 mil celulares vendidos entre 2025 e 2026.

Mais do que números, a BUM-X é construída sobre algo ainda mais sólido: família. Dentro e fora da loja, esse alicerce só cresce. Com a chegada do pequeno Abraão, a família se fortalece ainda mais, trazendo novos motivos, novos sonhos e ainda mais propósito para fazer a BUM-X crescer todos os dias.

@bumxcel





MULHERES
QUE *Inspiram*

KARINA
GONTIJO
SEIBT

@karinaseibtg

NEM SEMPRE O DESAFIO ESTÁ NO NEGÓCIO.

ÀS VEZES, ESTÁ NA FORMA
COMO O CAPITAL CIRCULA.

A **Tríade Capital** é uma securitizadora especializada na estruturação de soluções financeiras, ajudando empresas a ganhar eficiência e investidores a acessar oportunidades



Tríade
Capital

*"Algumas pessoas querem
que algo aconteça, outras
desejam que aconteça,
outras fazem acontecer"*

Michael Jordan



A **Tríade Capital** é a parceira confiável para segurança no mercado financeiro. **Conheça** nosso trabalho e soluções.

 Rua Marechal Deodoro, 208, Loja A,
Centro – Patos de Minas – MG

 www.triade.capital

 (34) 9 9946-7858

 @triade.capital.securitizadora



COLUNISTA RICCA
Rita Safatle
@ritasafatle

Nos últimos anos, observa-se um crescimento significativo nos níveis de ansiedade, estresse e dificuldades emocionais entre crianças e adolescentes. Diante desse cenário, a escola passa a desempenhar um papel ainda mais amplo, assumindo também a responsabilidade de contribuir para o desenvolvimento emocional dos alunos, além da formação acadêmica. Trata-se de uma abordagem que valoriza o ser humano de forma integral, preparando-o para os desafios da vida.

O desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como autocontrole, empatia e resiliência, influencia diretamente o

Educação Emocional nas escolas: uma necessidade na formação dos alunos



processo de aprendizagem. Estudantes emocionalmente equilibrados tendem a apresentar melhor desempenho escolar, maior capacidade de concentração e relações interpessoais mais saudáveis. Isso contribui para a redução de conflitos no ambiente escolar e fortalece o respeito mútuo entre colegas e professores.

Entretanto, a rotina escolar ainda é, muitas vezes, centrada em resultados e desempenho acadêmico. Por isso, torna-se essencial a inclusão de práticas

que incentivem a expressão de sentimentos, o diálogo e a escuta ativa, por meio de atividades em grupo e momentos de reflexão.

Assim, cabe à escola incorporar, de forma intencional, estratégias que promovam o desenvolvimento emocional no cotidiano, reconhecendo que pequenas ações podem gerar grandes transformações na vida dos alunos.



HÉLEN ENXOVAIS

Transformar o lar é criar experiências.

A Helen Enxovais nasceu de um sonho, em 2022 iniciamos essa jornada a princípio uma loja on-line de cama, mesa, banho e decoração, multimarcas, com um propósito enorme: levar conforto, cuidado e beleza para dentro dos lares. Com muita fé, dedicação e coragem, a loja começou pequena, mas com um coração enorme e o desejo de fazer a diferença na vida de cada cliente.

Ao longo do caminho, enfrentou desafios, dias difíceis e momentos de incerteza, mas nunca perdeu a essência: trabalhar com amor, honestidade e gratidão. Cada conquista foi fruto de esforço e da confiança de clientes que se tornaram parte dessa história.



Hélen e Adriano

Nesse mês de abril a Helen enxovais completou 2 anos de loja física e com o coração cheio de gratidão quero dizer que nossa loja é um lugar onde sonhos são acolhidos, onde cada detalhe é pensado com carinho, e onde cada cliente é tratado como parte da família.

E essa história continua sendo escrita todos os dias, com fé em Deus e muito amor pelo que fazemos.



(34) 99647-1703 - (34) 98433-6073

Av. Afonso Queiroz, 2212 - Loja 2 - Bairro Belvedere - Patos de Minas


MULHERES
QUE *Inspiram*

KETLEY
CRISTINA
RODRIGUES SILVA

@ketleycristinaa

CRESCI E PERDI
PATOS DE MINAS
(34) 98829-6856





MULHERES
QUE *Inspiram*

LORENA
BRONZE
@espaco_lorena_bronze

SABIA QUE DÁ PRA LEVAR A



D&A

PARA SEU EVENTO?

ISSO MESMO, UMA SOBREMESA PRÁTICA E
DELICIOSA PARA OS SEUS CONVIDADOS

CARRINHO DE FESTA



(34) 99889-4088
@FINI.PATOSDEMINAS
FINI PATOS DE MINAS
PÁTIO CENTRAL SHOPING





MULHERES
QUE *Inspiram*

PALOMA
CAROLINA

@drapallomacarolinafisio

Ortobom te ajuda a
dormir melhor hoje,
e por muito tempo.



Lojas Exclusivas
Ortobom

CONFORTO GARANTIDO PARA VOCÊ!

PATOS DE MINAS - MG

LOJA 01

(34) 3814-3020
RUA MAJOR GOTE, 741

LOJA 02

(34) 3822-2992
AV. BRASIL, 1245

LOJA 03

(34) 3814-9500
RUA GABRIEL PEREIRA, 168

Txc

PATOS DE MINAS



📞 (34) 99831-2505

📍 @TXC.PATOSDEMINAS



RUA MAESTRO RANDOLFO, 152
LOJA 2 - CENTRO - PATOS DE MINAS



MULHERES
QUE *Inspiram*

PATRÍCIA
FERNANDES

@dra.patriciafernandeas

@lavicci.estetica

MATRICULAS ABERTAS
As raízes do **amanhã**
CRESCEM
aqui



REGINA CELI
DIRETORA ARCO-ÍRIS



NOSSA ESCOLA
ARCO-ÍRIS



@arcoiris.espacoeducacional
RUA QUIXADAS-27
34 9.9903-2753



DRA. THAINÁ G.
MIQUELANTI
MEDICINA- UNIPAM



FILHO: MATIAS
MATERNAL



FILHA: ALICE
MATERNAL



DRA. BRUNA MARTINS
RIBEIRO
MÉDICA PEDIATRA UFMG



DR.DANTY RIBEIRO NUNES
MÉDICO PEDIATRA



DRA. MARIANA MÁXIMO
MAGALHÃES
ODONTOLOGIA- UNIBUE



DRA.CECÍLIA GOULART
MEDICINA FMJ



DRA. LAURA GOULART
MÉDICA FURG



DR. MATHEUS
MAGALHÃES
MEDICINA- UNIPAM



KAROLYNA ROCHA
DIREITO- UNIPAM



FILHAS: OLÍVIA E
HELENA
MATERNAL



DRA. ANA LAURA XAVIER
PALMA
MEDICINA-
FAME/FUNJOB



ANA LUIZA PERES
S. LELES
ADMINISTRAÇÃO
UNIPAM



FILHA: VITÓRIA
MATERNAL



ISABELLA
CRISTINA P.
ROCHA
PUBLICIDADE-
UNIPAM



FILHA: OLÍVIA
MATERNAL



DR.DOUGLAS MATHEUS
SILVA
DIREITO- UNIPAM





COLUNISTA RICCA
Igor Martins

@drigormartins

Você faz dieta, treina com regularidade e, ainda assim, o peso não muda? Em muitos casos, a dificuldade para emagrecer não está apenas na alimentação ou na falta de exercício, mas também na má qualidade do sono.

Durante muito tempo, o sono foi tratado como um detalhe secundário no processo de perda de peso. Hoje, sabe-se que ele exerce papel central na regulação do apetite, do metabolismo e do equilíbrio hormonal. Em outras palavras, dormir mal não apenas aumenta a fome, como também compromete o funcionamento adequado do organismo.

A privação de sono interfere em hormônios importantes,

Sono e Emagrecimento: a peça esquecida do quebra-cabeça



como a leptina, responsável pela saciedade, e a grelina, ligada à fome. Quando dormimos menos do que o necessário, há aumento do apetite, maior desejo por alimentos calóricos e menor controle nas escolhas alimentares ao longo do dia.

Além disso, noites mal dormidas elevam o cortisol, hormônio relacionado ao estresse, favorecendo o acúmulo de gordura abdominal. O sono insuficiente também prejudica a sensibilidade à insulina, altera o metabolismo da glicose e reduz a disposição para atividades físicas.

Na prática, o corpo passa a funcionar de forma menos eficiente: aumenta a busca por energia rápida, piora o controle do apetite e diminui a constância nos hábitos saudáveis.

Por isso, cuidar do sono deve fazer parte de qualquer estratégia de emagrecimento. Medidas simples ajudam: evitar telas antes de dormir, manter horários regulares e garantir um ambiente escuro, silencioso e confortável. Dormir bem é essencial para equilibrar o corpo e favorecer resultados consistentes.



LA VIE
INSTITUTO

Saúde, bem-estar e equilíbrio
em um só lugar

Um espaço pensado para cuidar de você de forma integral, em um ambiente acolhedor e em contato com a natureza.

Saúde, equilíbrio e qualidade de vida com atendimento personalizado e multidisciplinar.

(34) 3823-7205

(34) 99141-7205

@instituto.la.vie



MULHERES
QUE *Inspiram*

PATRÍCIA
RIBEIRO

@patricia.presentess

Você convive com dor todos os dias... ou apenas se acostumou com ela?

Milhões de pessoas tratam dores nas costas, pescoço, cabeça ou ombros sem saber que a causa pode estar em um pequeno desalinhamento na base do crânio.

O Atlas é a primeira vértebra da coluna e sustenta o peso da cabeça o tempo todo.

Quando essa vértebra perde sua posição ideal, o corpo começa a compensar.

Essas compensações podem gerar:

- * dores nas costas
- * tensão no pescoço
- * enxaquecas frequentes
- * dor nos ombros
- * desequilíbrios posturais
- * fadiga
- * rigidez muscular e
- * outras 40 doenças

O problema é que muitas vezes tratamos apenas a dor e não a sua origem.

A técnica suíça AtlasPROfilax atua na musculatura profunda da nuca para permitir que o atlas volte à sua posição natural.

- Sem manipulação brusca.
- Sem estalos.
- Sem cirurgia.

Quando o corpo reencontra seu eixo, ele pode voltar a funcionar de forma mais equilibrada.

Muitas pessoas relatam alívio significativo de dores que as acompanhavam há anos.

Imagine acordar sem aquela dor que parece fazer parte da sua rotina. Às vezes o primeiro passo é descobrir de onde ela realmente vem.

AGENDE UMA AVALIAÇÃO E DESCUBRA SE O ATLASPROFILAX PODE AJUDAR VOCÊ.



Dr. Lucas Mendes
Atendimentos em Patos de Minas,
Uberaba, São Paula e Goiânia
(34) 99111-4576 / @atlasprofilax.lucas



Descubra em 2 minutos se seu corpo pode estar desalinhado.

MULHERES
QUE *Inspiram*

ELEN CRISTINA
SOARES

@elenpodologa

HARMONIZAÇÃO PERFEITA
Notas que elevam a experiência.

**CARNE SUÍNA
SÓ DÁ SUINCO**

MOMENTOS ESPECIAIS
Onde cada corte vira uma experiência.

CARNE SUÍNA PREMIUM
Qualidade que você sente em cada fatia.



MULHERES
QUE *Inspiram*

GISELE
SILVA CIRINO

@animagipersonagens



Instituto Bianca Lima

Saúde da Mulher

Um novo espaço em Patos de Minas, dedicado ao cuidado feminino com visão integrativa, sofisticação clínica e atenção individualizada para a mulher 40+.

Um instituto pensado para quem entende que maturidade não combina com negligência, e sim com consciência, prevenção e excelência em saúde.

A maturidade feminina pede um novo padrão de cuidado

Existe uma fase da vida da mulher que ainda é subestimada, embora tenha impacto direto sobre a qualidade de vida, o desempenho profissional, a autoestima, o sono, a composição corporal, a sexualidade e a saúde futura. Essa fase é o climatério, período de transição hormonal que antecede e sucede a menopausa.

No Brasil, cerca de 17 milhões de mulheres entre 40 e 65 anos estão no climatério, o que torna esse tema uma das pautas mais relevantes da saúde feminina contemporânea.

A menopausa, por sua vez, não é um processo de declínio, mas um marco biológico: corresponde à última menstruação, confirmada após 12 meses consecutivos sem ciclos menstruais. Em geral, ocorre entre 45 e 55 anos, sendo a média brasileira próxima dos 50 anos.

O que muitas mulheres ainda não sabem é que os sinais desse período vão muito além das ondas de calor.

Insônia, irritabilidade, ansiedade, queda de libido, ressecamento vaginal, desconforto nas relações, cansaço persistente, dificuldade de concentração, alterações de memória, dores articulares, ganho de peso, sensação de perda de performance, aumento do risco cardiovascular e de osteoporose podem fazer parte dessa transição.

Em muitos casos, a mulher continua cumprindo todas as suas funções pessoais, familiares e profissionais, mas com um custo silencioso para sua energia, sua autoconfiança e seu bem-estar. É justamente por isso que o atendimento à mulher 40+ precisa ser sofisticado, individualizado e integral.

“O climatério e a menopausa não devem ser tratados como uma fase a ser suportada em silêncio, mas como um momento de reposicionamento da saúde feminina, com ciência, precisão diagnóstica e cuidado personalizado.”

Para a mulher contemporânea, especialmente aquela que ocupa lugares de liderança, empreende, cuida da família e valoriza alta performance com elegância, a saúde precisa deixar de ser apenas reativa.

A mulher 40+ bem assistida não busca somente a ausência de doença. Ela busca vitalidade, clareza mental, equilíbrio hormonal quando indicado, prevenção, sexualidade saudável e longevidade com qualidade.

Nesse contexto, nasce o Instituto Bianca Lima – Saúde da Mulher, idealizado pela Dra. Bianca Lima Pinto, ginecologista, com a proposta de oferecer um olhar qualificado e estratégico para a saúde feminina na maturidade.

O Instituto surge para acolher mulheres que desejam compreender melhor seu corpo, antecipar riscos, tratar sintomas com sofisticação clínica e viver essa fase com protagonismo, e não com resignação.

O maior luxo da mulher 40+ hoje não é esconder a idade. É ter acesso à informação de excelência, acompanhamento médico individualizado e um cuidado capaz de sustentar bem-estar, feminilidade, segurança e longevidade em todas as dimensões da vida.



Ginecologista

CRM74145 | RQE54410

Mais saúde e prazer na
MENOPAUSA

Criadora do Método
RE-SENTIR MULHER 40+

@instituto_biancalima
@dra.biancalima

Rua João XXIII, 46
Sobradinho - Patos de Minas
(34) 99707-2158



MULHERES
QUE *Inspiram*

LETÍCIA COSTA
PAES LEME

@letspaesleme
@tourospatos

Empresas não quebram por falta de esforço. Quebram por falta de estratégia em vendas.

Lorraine Carvalho

A estrategista por trás da evolução comercial de empresas no digital

Desde 2021, Lorraine Carvalho vem se destacando por estruturar processos comerciais que aumentam conversão, melhoram o desempenho de equipes e impulsionam o crescimento de empresas.

Com atuação direta no mercado, já contribuiu para o desenvolvimento de mais de 800 empresas, gerando mais de R\$ 1 milhão em aumento de faturamento para empresários.

À frente da Conexem, lidera uma plataforma que impulsiona empresários e infoprodutores a crescerem no digital com estratégia, posicionamento e lucratividade.

Sua metodologia é simples e direta: diagnóstico, estruturação e execução.

Lorraine acredita que empresas não precisam de mais esforço, precisam de direção, estratégia e processo.



CONEXEM
sua conexão empreendedora

Contatos:
(34) 9968-9175 | www.conexem.com.br
contato@conexem.com.br
[@eulorrainecarvalho](https://www.instagram.com/eulorrainecarvalho) | [@plataformaconexem](https://www.instagram.com/plataformaconexem)



COLUNISTA RICCA
Ingrid Palma
@ingridmourapalma

Festas Agropecuárias: Onde tradição vira luxo e o interior vira protagonista



As festas agropecuárias ocupam um lugar especial na cultura brasileira. Mais do que grandes eventos de entretenimento, são encontros de tradição, identidade e convivência social. Em cidades como Patos de Minas, durante a Fenamilho, pessoas de diferentes gerações e estilos se reúnem para celebrar o trabalho no campo, a música, a gastronomia e a alegria de estar juntos.

Nesse cenário vibrante, falar de etiqueta e elegância pode parecer distante. No entanto, a verdadeira elegância não está ligada à formalidade excessiva, mas à forma como nos comportamos e respeitamos os outros em

qualquer ambiente, inclusive nas festas populares.

A etiqueta, nesse contexto, é uma expressão de consideração. Está nos pequenos gestos: circular sem empurrões, respeitar filas, tratar bem os trabalhadores, cuidar do tom de voz e evitar excessos que possam constranger. Elegância também é celebrar com alegria, sem perder o bom senso.

As candidatas à Rainha do Milho vão além da beleza. Elas representam a essência e a continuidade de uma tradição,

traduzindo, com postura e presença, os valores culturais da festa. Sua preparação evidencia disciplina, carisma e autenticidade.

A apresentação pessoal também é importante. Vestir-se de acordo com o ambiente demonstra sensibilidade. A elegância não está no valor das roupas, mas em escolhas adequadas e bem cuidadas.

Assim, quando levamos gentileza e respeito, tornamos a celebração ainda mais significativa.

Grandes jornadas começam com boas

ESCOLHAS

Posto Lis — excelência para quem entende que cada detalhe importa.



Muito além de abastecer, uma experiência completa em cada parada.

No Posto Lis, você abastece com confiança de verdade: preço justo, combustível de qualidade comprovada e laudos aprovados que garantem segurança para o seu veículo. Com estrutura moderna e atendimento diferenciado, somos a escolha de quem não abre mão de economia e tranquilidade em cada trajeto.

Gasolina, Etanol, Diesel S-10 e S-500.

R. Manoel Dias Pereira, 165 – Patos de Minas



MULHERES
QUE *Inspiram*

RENATA
NAIANA
DA SILVA

@renata.naiana

Dellta
Calhas

D&A

A Dellta Calhas desenvolve soluções personalizadas para escoamento da água e prevenção de infiltrações, garantindo encaixe perfeito em paredes e coberturas. Cada projeto é executado com precisão técnica, materiais de qualidade e acabamento profissional.



Fabricação e instalação.
Linha completa de calhas, rufos e pingadeiras.



Calhas e Rufos - Pingadeiras - Caixas Térmicas - Dutos - Chaminés e muito mais...

Agilidade, qualidade e compromisso com o resultado.

📞 (34) 99730-8417

📱 @delltacalhas

Rua Elias Ferreira da Silva, 156 - B. Afonso Queiroz - Patos de Minas



Natália Lima desenvolveu a Gammi Glow, uma marca que une beleza e inovação no cuidado com a pele.

Seu primeiro produto já marca esse posicionamento: a primeira goma bronzeadora do Brasil, criada para potencializar o bronze e melhorar a aparência da pele de dentro para fora, de forma prática e consistente.

A fórmula conta com ativos que auxiliam na saúde e no viço da pele, contribuindo para um bronze mais uniforme e duradouro.

Mais do que um produto, a Gammi Glow propõe um novo olhar sobre o autocuidado — simples, contínuo e parte da rotina.



Acesse agora!



Siga-nos!

Na Uniponto, acreditamos que o tempo e a visão são nossos bens mais preciosos. Movidos pela paixão pelo que fazemos, unimos a alta tecnologia corporativa ao cuidado pessoal em um ambiente moderno e acolhedor.

Em nosso espaço, oferecemos excelência através de três pilares:

Gestão e Segurança:

Relógios de ponto e catracas de alta tecnologia para otimizar o dia a dia das empresas.

Saúde Visual e Estilo:

Óculos de grau e solares que unem nitidez, conforto e sofisticação.

Momentos

Inesquecíveis: Joias exclusivas e relógios que eternizam suas maiores conquistas.

Seja para estruturar o seu negócio ou valorizar o seu estilo pessoal, a Uniponto entrega a dedicação e a qualidade que a sua história merece.



Direção:
Simone Alvares
@simonef Alvares

UNIPONTO

ÓTICA E RELOJOARIA



Precisão, estilo e paixão em cada detalhe

(34) 3821-3538 (34) 99963-3538

@oticauniponto
Rua Manoel Dias Pereira 185, Loja 1
Patos de Minas - MG



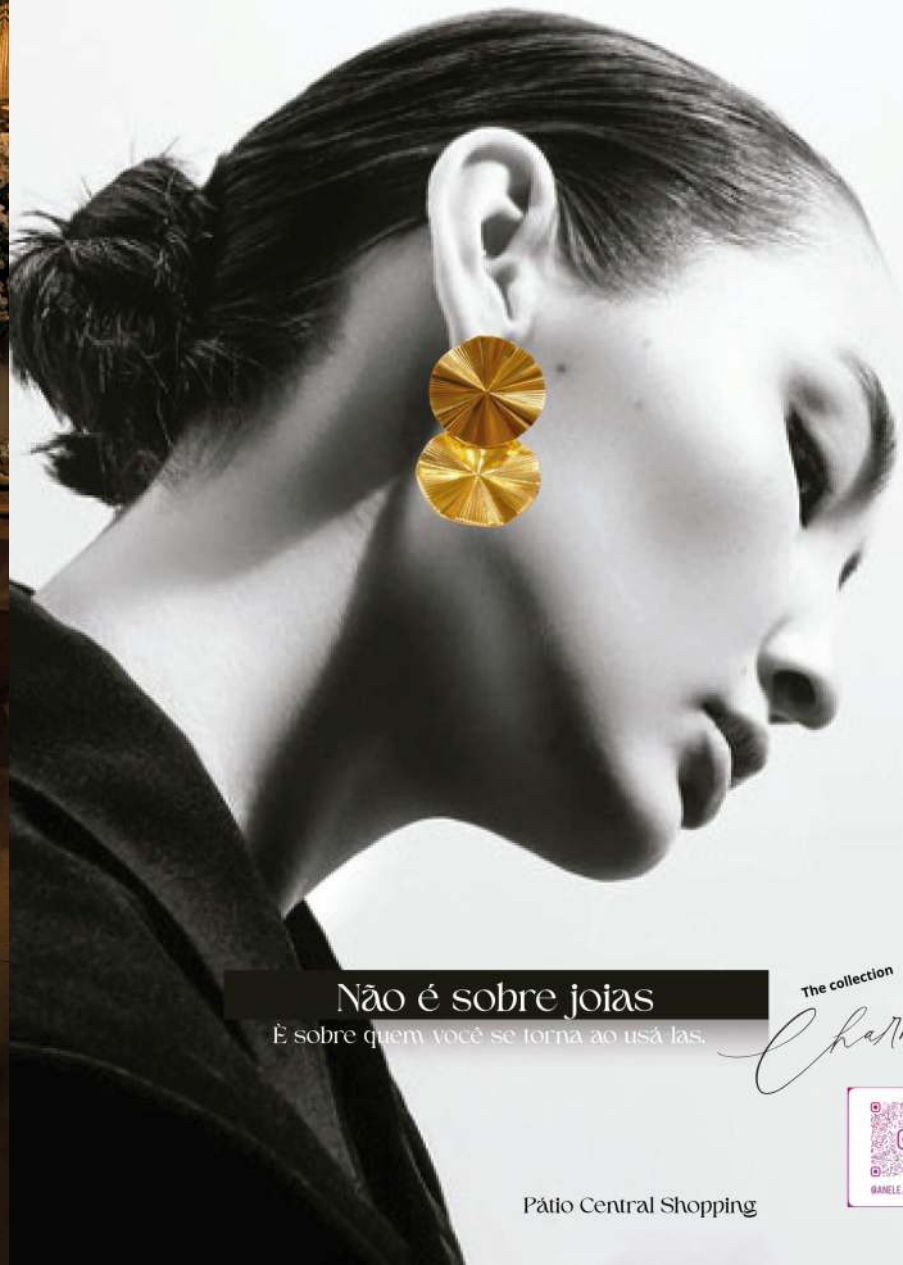


Daniel
Gabriela

28/02/2026



ANELE&co



Não é sobre joias
É sobre quem você se torna ao usá-las.

The collection

Charm

Pátio Central Shopping





COLUNISTA OFICIAL RICCA
Fabrício Alves
@fabricioalvesfa

Do silêncio ao brinde. A construção de imagens de um grande dia.

O grande dia começa muito antes do "sim". Ele nasce nos detalhes silenciosos do making of, onde cada gesto carrega emoção: o olhar atento no espelho, as mãos que finalizam o vestido, o coração que acelera entre expectativa e felicidade. É nesse instante íntimo que a história começa a ser contada de forma verdadeira, revelando a essência da noiva e a atmosfera única daquele momento.

A cerimônia, por sua vez, é o ápice da conexão. Cada passo até o altar traduz escolhas, caminhos e sentimentos que se encontram ali, diante de pessoas queridas. O olhar entre os noivos, os sorrisos discretos, as lágrimas inevitáveis tudo compõe uma narrativa viva, intensa e irrepetível. Fotografar esse momento é eternizar aquilo que muitas vezes passa em segundos, mas que carrega um significado para a vida inteira.

E então, a celebração. A festa não é apenas um encerramento, mas a expansão de toda essa emoção. É onde a formalidade dá espaço à leveza, à alegria compartilhada, aos abraços espontâneos e à energia contagiante. Cada detalhe, da decoração às pistas cheias, reforça que aquele dia é único e merece ser vivido plenamente.

Mais do que registros, as fotografias são memórias palpáveis. Elas permitem reviver sensações, revisitar histórias e manter vivo tudo aquilo que foi sentido. Do primeiro preparo ao último brinde, o grande dia não é apenas um evento, é uma experiência completa, que merece ser lembrada com a mesma intensidade com que foi vivida.



Casamento
Jéssica e Matheus

 Riccos EM
PROFISSIONALISMO

VALTER
MORATO

@valtermorato



 Riccos EM
PROFISSIONALISMO

JOSÉ EUSTÁQUIO
DE FARIA JUNIOR

@jose_eustaquio_advogado



A portrait of Fabrício Moro, a man with short brown hair, smiling at the camera. He is wearing a light blue button-down shirt. The background is dark.

R Riccos EM
PROFISSIONALISMO

FABRÍCIO
MORO

@moroempreendimentos

A portrait of Thiago Alves, a man in a dark blue suit and yellow tie, sitting in an office chair. He is looking off to the side. The background features a wall with a geometric pattern and a shelf with various items.

R Riccos EM
PROFISSIONALISMO

THIAGO
ALVES

@thiagoalvesadv

 Riccos EM
PROFISSIONALISMO

FARLEY
MARCIUS SANTOS
BATISTA

@farleymarciusdm
@rodriguesbatistaadvocacia



 Riccos EM
PROFISSIONALISMO

CAROLINE LOPES
SANTOS COSTA
CLENIO ANTÔNIO
DA COSTA

@dimensionalconsultoria
@dimensionaleventos
@dimensionalirrigacao





R Riccos EM PROFISSIONALISMO

THIAGO ANCHIETA
GONÇALVES
MAYANE LOPES BRITO

@alkhaternos



R Riccos EM PROFISSIONALISMO

FABIANO MAGELLA
LUCAS CARVALHO
KELLY BATISTA
BRAGA LUCAS

@fabianomlucasprefeito

@kelly.bbraga



EDDY

Som e Luz

A Eddy Som e Luz é referência em soluções completas para eventos que exigem impacto, qualidade e profissionalismo.

A empresa oferece serviços de som, luz decorativa, iluminação cênica, estrutura, painel de LED, backline, piso de LED e DJ's, atendendo desde eventos sociais até grandes produções corporativas e shows.

Com uma trajetória sólida no mercado, a Eddy Som e Luz alia tecnologia de ponta, equipe especializada e atenção aos detalhes para transformar cada evento em uma experiência memorável.

Experiência, confiabilidade e excelência são os pilares que garantem o sucesso do seu evento do início ao fim.

Contrate agora:

@eddysomeluz
(34) 9925-4338



Patrícia

Honorato

Harmonização corporal

Lipedema

Pós-operatório

**Saúde e bem estar,
harmonização corporal,
tratamento para
lipedema e pós operatório.**

Fisioterapeuta Dermatofuncional | 4 112440F

A estética feminina contemporânea é uma mistura complexa de autocuidado, autoestima e a influência de pressões sociais por padronização. Embora procedimentos e rituais de beleza possam elevar a autoconfiança, a busca por uma imagem idealizada reflete construções culturais e sociais históricas. A verdadeira beleza, muitas vezes, reside na harmonia, no equilíbrio entre saúde física, mental e naturalidade.

(34) 99918-1103

@apatriciahonorato

Atendimentos na @noblitaclinica
Locação de aparelhos: @revitalasers





COLUNISTA RICCA
LARA MARINS
@laramarinshair

Ao longo dos últimos anos, a beleza passou por uma transformação silenciosa que, em 2026, se consolida de forma definitiva. Mais do que seguir tendências, as mulheres buscam se reconhecer no espelho e é nesse cenário que os cortes de cabelo ganham um novo significado.

Hoje, cortar o cabelo vai muito além de mudar o visual. É alinhar imagem, estilo de vida e identidade. As tendências abandonam a rigidez e valorizam o movimento, com acabamentos mais leves, naturais e cheios de personalidade. O visual excessivamente perfeito dá lugar a fios com textura e balanço, acompanhando uma

TENDÊNCIAS & IDENTIDADE: Cortes de Cabelo 2026: A nova era da beleza natural



rotina cada vez mais dinâmica, onde praticidade e versatilidade são essenciais.

As camadas inteligentes surgem como protagonistas, trazendo leveza sem comprometer a densidade dos fios. Os comprimentos médios seguem dominando os salões pela versatilidade, enquanto os curtos aparecem mais livres e modernos, valorizando a individualidade. A franja retorna com força, em versões longas, desfiadas ou suaves, permitindo renovar o visual sem mudanças radicais.

Para quem prefere fios longos, a tendência é adaptar: caimento leve, camadas sutis e acabamento natural.

Acima de tudo, 2026 é marcado pela personalização. O corte ideal respeita o formato do rosto, o tipo de cabelo e a rotina de cada mulher.

A beleza deixa de buscar perfeição e passa a valorizar a verdade, um cabelo que acompanha a vida real e traduz, com leveza, a essência de cada mulher.

Lm
LARA MARINS
• HAIR •

Desacelere. Respire. Se cuide.

Mais que um salão,
uma experiência pensada
para você.



MAIOR CURSO DE MEGA HAIR
DO BRASIL - JANEIRO 2026



MORENA ILUMINADA MARRON
COM PONTOS DE LUZ



EQUIPE



GOLDEN HAIR
@ANAMARAMELO

**A visionária que redefine o mercado da
beleza através da inovação e experiência**

@laramarinshair
Av. Padre Almir, 623
Sobradinho - Patos



Elegância e Cenários Perfeitos para Grandes Momentos

Buffet e Chácara, ideais para eventos inesquecíveis

D&A



Buffet Telenice Eventos

Transformando celebrações em experiências memoráveis, com sofisticação, organização e atenção a cada detalhe.

Ideal para casamentos, debutantes, coquetéis e eventos corporativos, oferece serviços completos e personalizados.

Chácara Arraial

Proporcionando o cenário perfeito para ocasiões especiais, unindo natureza, charme e estrutura.

Juntos, são a escolha certa para quem busca excelência, beleza e momentos inesquecíveis.



Contatos:

(34) 99666-8609

@telenice_eventos

@chacara_arraial





COLUNISTA RICCA
**Ana Paula
Bento**

@dra.anapbento

“Harmonia não é ausência de estresse, mas capacidade de adaptação. E foco não é rigidez, mas clareza com leveza.” Essa visão redefine o estresse: não como um inimigo, mas como um sinal biológico de ajuste.

O estresse crônico desregula sistemas essenciais. O excesso de cortisol impacta o sono, a imunidade e a função cognitiva, mas níveis baixos de cortisol também são sinal de má adaptação, frequentemente associados à exaustão do organismo, fadiga persistente e dificuldade de resposta à situações que demandam gasto energético físico ou cerebral/mental.

Estresse sob a óptica da Harmonia e Foco: Uma nova perspectiva



Além disso, carências nutricionais, como magnésio, vitaminas do complexo B e ômega-3, reduzem a resiliência do corpo diante das demandas diárias.

A base do cuidado está bem aliado à prática da nutrologia: Nutrir adequadamente, modular a inflamação e restaurar o equilíbrio intestinal. mas não se limita a isso, somente: O sono de qualidade e o respeito ao ciclo circadiano são pilares fundamentais para a regulação hormonal e a recuperação do organismo.

Em paralelo, a reposição hormonal consciente pode ser uma aliada, desde que individualizada e guiada por sinais clínicos e exames.

Adaptar-se ao estresse não é ignorá-lo, mas fortalecer o organismo para responder melhor a ele.

Quando o corpo encontra equilíbrio, a mente acompanha e o foco deixa de ser esforço para se tornar consequência.

CANSOU DE PARAR E VOLTAR EM ACADEMIA?

ENTÃO VOCÊ PRECISA CONHECER
A SWAP CALISTENIA!

Calistenia para Adultos e Crianças | Musculação



TRANSFORME SEU CORPO E SUPERE SEUS LIMITES -
O PRIMEIRO PASSO COMEÇA AQUI

- ✓ Seu treino é adaptado para o seu nível
- ✓ Você evolui mesmo começando do zero
- ✓ Acompanhamento de verdade
- ✓ Vários horários para encaixar em sua rotina

**QUALQUER UM PODE
FAZER CALISTENIA?**

Todos começam do zero e evoluem no próprio tempo.

Av. Fátima Porto, 2466 - Jardim Centro
@SWAPCALISTENIA

SWAP
CALISTENIA

(34) 3030-1447



**Novo capítulo na
saúde de
Patos de Minas:
excelência,
tecnologia e
sofisticação**



A cidade de Patos de Minas celebra um novo marco na saúde com a reinauguração da Clínica Implavita Implantes, agora em sede própria.

O novo espaço foi projetado para oferecer conforto, tecnologia e sofisticação, com equipamentos de última geração e atendimento humanizado.

Referência em implantodontia, estética dental e harmonização facial, a clínica amplia sua capacidade de atendimento com mais eficiência e exclusividade.

A reinauguração consolida um trabalho pautado na excelência e inovação, elevando o padrão da odontologia na região.

DR. CARLOS ADOLFO SILVA - CRO MG 39.179 - Especialista em Implantodontia
DRA. THAÍLLA F. PINHEIRO SILVA - CRO MG 48.553 - Harmonização Facial

Agende sua visita: (34) 99797-9728 | Instagram: @clinicaimplavitaimplantes

Rua Três Marias, 101 - B. Aurélio Caixeta - Patos de Minas





COLUNISTA RICCA
Laura Regis
@dralauraregis

Nos últimos anos, a busca por emagrecimento ganhou novos aliados terapêuticos. Os chamados análogos de GLP-1, como Semaglutida (Ozempic) e Tirzepatida (Mounjaro), revolucionaram o tratamento da obesidade.

Com isso, uma queixa passou a ser cada vez mais frequente: a queda de cabelo após o emagrecimento.

É importante esclarecer que não é o medicamento, isoladamente, o responsável pela queda, mas sim o impacto do emagrecimento no organismo.

A perda de peso rápida e a restrição alimentar podem gerar estresse metabólico e déficit nutricional, levando a um quadro de Eflúvio Telógeno, caracterizado por queda difusa e temporária dos fios.

Queda de cabelo após emagrecimento: um sinal que vai além da estética



QUEDA DE CABELO APÓS EMAGRECIMENTO É NORMAL?

Nesse cenário, o organismo passa a priorizar funções vitais e estruturas como o cabelo deixam de ser essenciais naquele momento.

Além disso, estudos mostram que, em indivíduos com predisposição genética, esse processo pode acelerar ou antecipar a Alopecia Androgenética, intensificando o afinamento e a perda de densidade dos fios.

Ou seja, o emagrecimento não causa calvície, mas pode revelar um quadro que já estava geneticamente programado.

Por isso, o cabelo deve ser visto como um marcador da saúde interna, refletindo alterações metabólicas, hormonais e nutricionais.

Um emagrecimento bem conduzido, com acompanhamento médico e suporte adequado, é essencial para preservar não apenas o peso, mas também a saúde capilar.

Hoje, a medicina capilar moderna vai muito além do fio, ela investiga a biologia do folículo e o organismo como um todo.

Tecnologia, Ciência e Cuidado: O Novo Padrão em Saúde Capilar

Na **Clínica Laura Regis**, cada detalhe é pensado para oferecer uma experiência única, acolhedora e altamente personalizada.

Acredite que cuidar vai muito além de tratar: é proporcionar bem-estar, segurança e confiança em cada etapa da jornada do paciente.

Por isso, uno uma consulta criteriosa, com escuta atenta e avaliação global, às mais inovadoras tecnologias da medicina capilar e estética.

Dentro desse contexto, a terapia regenerativa se destaca como um dos pilares mais avançados da nossa prática.



Uma única sessão com células autólogas

Trabalhamos com os tratamentos mais inovadores da medicina regenerativa, incluindo terapias com células autólogas (células do próprio paciente), atuando diretamente na biologia do folículo para devolver densidade capilar, estimular o crescimento de novos fios e melhorar a qualidade dos cabelos.

O resultado é uma abordagem que pode ser comparada a um "transplante-like, sem cirurgia", promovendo regeneração e fortalecimento dos fios de forma natural e progressiva.



D&A

Associamos tecnologias como a eletroporação, que permite a entrega de ativos diretamente no couro cabeludo, exatamente onde o folículo precisa ser tratado de forma não invasiva, sem agulhas e indolor.

Cada protocolo é individualizado, respeitando a biologia e os objetivos de cada paciente.

Mais do que tratar, buscamos regenerar, recuperar e transformar.

Clínica Laura Regis, inovação e tecnologia para cuidar da sua pele e dos seus fios com excelência.



DRA. LAURA REGIS
BELEZA, SAÚDE E MEDICINA CAPILAR

Agende sua avaliação. Seu momento de transformação começa agora.

MÉDICA / CRM-MG 91609

☎ 34 99926-4545 @dralauraregis

Praça Vovó Neném, 359 - Sala 905
Centro - Patos de Minas



Jordanna e João Augusto

11 DE ABRIL 2026
CERIMÔNIA: IGREJA DO ROSÁRIO
RECEPÇÃO: SALÃO DB



Assessoria Organização e Cerimonial:
Cesário Viana e Pollana Reis
Convite: Andreia Guimarães
Personalizados
Caligrafia e Kit toaletes: Carolina
Borges
Decoração: Alvaro Fernandes
Foto: Raquel Rizza
Filmagem: Faelo Filmes
Coral Igreja: Musical Iluminare
Terno: Jacira Roots Bergamo
Dia do noivo: Old rock barbearia
Vestido: Atelier Villapark
Dia da noiva: Lequipe Layla Ribeiro
Maquiagem: Dani Rodrigues
maquiagem
Tercos: Tercos de noiva
Grinalda: Amanda Loes grinaldas

Damas: Ateliê Sueli Noivas
Som Recepção: Play som luz e led
DJs: Ricardo Nocera, William Carvalho
Banda: Banda Santa Tereza
Coreógrafo: Roberto
Pista de dança: G3 pistas de dança
Buffet: Buffet Brunella
Comida Japonesa: Rafael Cavalheri
Open Bar: Soft Drinks
Estação de café: Lidi cafés especiais
Sobremesa ao vivo: E Nóbrega
Bombom: É Nóbrega, Keyla Gontijo
Maquete e pão de mel: Keyla Gontijo
Forminhas de bombom e pão de mel:
Fátima Marques
Doces cristalizados: Abelhinha doces
caseiros

Bebidas destiladas: Urias
Lembranças hotel: Invicta Convites
Aletheia culinária artesanal
Hotel: Fratele
Segurança: Ars evento, Mendes Souza
Eventos
Limpeza: Mendes Souza Eventos
Geladeiras para doces: Laercio
Fonseca
Tendas espaço kids: Waldir Lana
Brinquedos: Bombom brinquedo
Recreação: Grupo Akazu
Balões: Elza Guimarães Decorações
Pipoca e algodão doce: Pipokando
Gerador: Star Fogos



COLUNISTA RICCA

Renata Almeida

@renataalmeidaconsultora

A moda e o estilo são frequentemente confundidos, mas representam conceitos distintos que desempenham papéis cruciais na forma como nos apresentamos ao mundo. A moda é um fenômeno efêmero, sujeito a tendências que mudam a cada estação. Designers e marcas influenciam o que está "na moda", e as pessoas muitas vezes seguem essas diretrizes na esperança de se encaixar em padrões sociais. Essa busca pela aceitação pode levar a um consumo desenfreado, onde a quantidade prevalece sobre a qualidade.

Por outro lado, o estilo é uma expressão pessoal e atemporal. Refere-se à maneira como cada indivíduo interpreta e combina

Moda X Estilo: Conceitos diferentes



as peças de vestuário, acessórios e até mesmo atitudes. O estilo reflete a identidade, as experiências e a personalidade de quem o veste. Enquanto a moda pode ditar o que usar, o estilo é sobre como fazer isso de forma autêntica e única.

A diferença entre moda e estilo também se manifesta na sustentabilidade e na ética. A moda rápida, que prioriza a produção em massa e o baixo custo, muitas vezes resulta em consequências ambientais negativas. Em contraste, um estilo pessoal bem definido pode levar a escolhas mais conscientes, priorizando peças de quali-

dade e marcas que respeitam práticas sustentáveis.

O verdadeiro desafio reside em encontrar um equilíbrio entre esses dois conceitos. Ao invés de se deixar levar pelas tendências passageiras, cultivar um estilo pessoal que valorize a individualidade pode não apenas enriquecer o guarda-roupa, mas também promover uma relação mais saudável com a moda. Assim, ao compreendermos essa distinção, podemos nos expressar de maneira mais autêntica e consciente, celebrando a beleza da individualidade em um mundo saturado de tendências.



CLAUDIO ALMEIDA

MODA MASCULINA

Agora, com duas lojas em Patos de Minas



Loja 1
Rua Olegário Maciel, 332
Centro

34998729296



Loja 2
Avenida Dilermano Gomes de
Deus, 1510, loja 02
Panorâmico

34999394882



@claudioalmeidamoda

*Gelada e rápida
a combinação que você merece!*

A Dos Reis Distribuidora de Bebidas atua há 4 anos no mercado, oferecendo qualidade e confiança para os melhores momentos.

Atende casamentos, festas de debutantes, festas universitárias e diversos eventos, sempre com excelentes marcas e serviço diferenciado.

Presente nas grandes celebrações, a Dos Reis é sinônimo de praticidade e compromisso.

Em cada evento, está com você nos momentos que merecem ser comemorados.



**DELIVERY
DE BEBIDAS**

**Direção:
Marcelo Bernardes**

Peça agora:

**(34) 3822-5151
(34) 99779-5151**



A contabilidade da Excelência vai além das obrigações legais. Com base em relatórios contábeis claros e precisos, auxiliamos nossos clientes na gestão do negócio e na tomada de decisões estratégicas.

Todos os nossos clientes mantêm a contabilidade regular, atualizada e em conformidade com a legislação comercial, fiscal e as Normas Brasileiras e Internacionais de Contabilidade.

NOSSO APLICATIVO: Tenha sua contabilidade na palma da mão! Desenvolvemos um aplicativo exclusivo para otimizar a comunicação entre o cliente e o escritório contábil. Com a plataforma, é possível acessar documentos, abrir solicitações e trocar informações de forma rápida, prática e segura, em qualquer horário e de qualquer lugar.

*Praticidade e tecnologia a serviço
do seu negócio.*

ÁREA TRABALHISTA E PREVIDENCIÁRIA: Nosso setor Trabalhista e Previdenciário atua de forma preventiva e orientativa, auxiliando os clientes na correta aplicação da legislação trabalhista e previdenciária. O objetivo é evitar conflitos, passivos trabalhistas e demandas judiciais, sempre com suporte técnico especializado e consultoria jurídica integrada, garantindo segurança e tranquilidade às empresas.

FISCAL E TRIBUTÁRIO: O setor Fiscal e Tributário é um dos pilares da Excelência. Atuamos diariamente com a correta apuração de impostos, classificação fiscal de produtos e enquadramento das operações conforme a legislação vigente.

Nosso trabalho visa evitar autuações, multas e problemas fiscais, oferecendo orientação estratégica e segurança tributária para nossos clientes.

CONTABILIDADE E GESTÃO: Planejamento tributário e orientação fiscal, visando a correta classificação de produtos, serviços e operações conforme a legislação vigente; - Atendimento técnico a clientes, fornecendo suporte contábil e fiscal para a tomada de decisões empresariais.

Nosso papel é cuidar de toda a burocracia para que você tenha mais tempo para empreender, crescer e fazer o que ama. Investimos constantemente em tecnologia, inovação e capacitação, oferecendo um atendimento ágil, moderno, descomplicado e personalizado.

Venha fazer parte da Excelência Consultoria e Contabilidade.

A Excelência nasceu em 2013 com o objetivo de fornecer serviços de alta qualidade no segmento contábil, administrativo e financeiro no qual possui uma equipe de profissionais capacitados, de uma estrutura moderna e principalmente a prestar assessoria contábil ágil, descomplicada, personalizada, e com cada vez mais tecnologia.

A Excelência está presente em Minas Gerais, Triângulo Mineiro, Alto do Paranaíba e outros estados do Brasil. Atendemos diversas empresas comerciais e prestadoras de serviços.

**DINAMAR VIDALLAS
RODRIGUES**

É sócia administradora e Contadora Responsável. Bacharel em Ciências Contábeis, Especialista em Auditoria e Perícia e Mestre em Ciências Contábeis na linha de pesquisa Tributária. Profissional há mais de 18 anos no mercado.



CONSULTORIA TRIBUTÁRIA: A Consultoria Tributária tem como objetivo elaborar planejamentos tributários eficientes, buscando o melhor enquadramento nos regimes tributários existentes.

Atuamos também em processos de reorganização societária, sempre visando maior competitividade, economia tributária e melhores resultados para as empresas.

ASSESSORIA JURÍDICA: Oferecemos Assessoria Jurídica nas áreas Trabalhista, Previdenciária, Tributária e Comercial, por meio de parcerias com advogados especialistas, garantindo segurança jurídica e prevenção de riscos futuros aos nossos clientes. Auditoria e Perícia-Execução e coordenação de trabalhos de auditoria contábil, fiscal e trabalhista, incluindo: Análise de conformidade legal e fiscal; Revisão de procedimentos e registros contábeis; Avaliação de controles internos. Elaboração, revisão e validação de cálculos previdenciários, trabalhistas, revisão de contratos e Análise técnica de documentos contábeis, fiscais e contratuais para subsidiar processos judiciais e administrativos.

**Entre em contato conosco pelos telefones
(34) 3822-6400 ou (34) 99676-2657**

excelencia.dinamar@hotmail.com
R. José Custódio da Silva, 97 - B. Cerrado
Patos de Minas - MG
excelencia_contabilidadeee





COLUNISTA RICCA
Pablo Assis Cavalheiro

@dr.pablocavalheiro

A empatia no atendimento em saúde não é apenas uma qualidade desejável, mas um componente essencial que impacta diretamente os resultados clínicos e a experiência do paciente. Evidências científicas demonstram que pacientes atendidos por profissionais empáticos apresentam maior adesão ao tratamento, melhor controle dos sintomas e até redução no tempo de recuperação. Uma revisão publicada no Journal of General Internal Medicine revelou que médicos com níveis mais elevados de empatia alcançaram melhores desfechos em doenças crônicas, como o diabetes, com controle glicêmico significativamente mais adequado.

Empatia que Cura: o diferencial invisível que melhora resultados na saúde



Além dos benefícios clínicos, a empatia também exerce um papel importante no aspecto emocional do cuidado. Ela reduz a ansiedade, aumenta a sensação de acolhimento e fortalece a confiança do paciente no profissional de saúde. Esse vínculo terapêutico mais sólido contribui para consultas mais produtivas, com comunicação clara, menor necessidade de retrabalho e redução das taxas de abandono de tratamento. Um estudo da Cleveland Clinic apontou que pacientes que se sentem verdadeiramente

ouvidos têm até 19% mais chances de seguir corretamente as orientações médicas.

Em um cenário cada vez mais tecnológico e automatizado, habilidades humanas como escuta ativa, atenção genuína e respeito às emoções tornam-se diferenciais estratégicos. Humanizar o cuidado não significa perder tempo, mas sim investir em qualidade, segurança assistencial e melhores resultados em saúde.



“Enquanto você cuida de vidas,
nós cuidamos da sua
presença digital.”

Você não precisa só de posts, precisa de um sistema completo que gere resultados concretos e previsíveis para seu consultório ou clínica.



A Agência Iluminar é especializada em construir marcas médicas e profissionais da área da saúde, que conquistam autoridade, geram confiança e transformam pacientes em pacientes qualificados.

Estratégia, autoridade e performance para profissionais da saúde

POSICIONAMENTO | AUTORIDADE | ESTRATÉGIA | CONVERSÃO

PRESENÇA

Seja encontrado
por quem precisa de você

AUTORIDADE

Posicione-se como referência
na sua especialidade

CONFIANÇA

Construa credibilidade
antes do primeiro contato

RESULTADOS

Agenda cheia com
pacientes certos para você

CONTATO

Agende sua reunião →

@agencia_iluminar | iluminaragencia.com.br

INSTAGRAM



WHATSAPP





camarote
VIBES

OPEN FOOD

OPEN BAR

OPEN BAR

Pontos de Venda Oficiais

VENDAS ONLINE



VENDAS FÍSICAS



SINDICATO DOS
PRODUTORES RURAIS
PATOS DE MINAS

BILHETERIA



by  GRUPO MARRA

by  GRUPO MARRA



COLUNISTAS RICCA
Simária Araújo
e Joana Barros

@simariaaraujo.official
@joanabarrosotica

Escolhidos com intenção, deixam de ser apenas uma necessidade óptica e passam a atuar como uma verdadeira assinatura de estilo.

Em um mundo onde a imagem comunica antes mesmo da primeira palavra, alguns detalhes do visual tornam-se marcas pessoais. Entre eles, os óculos ocupam um lugar privilegiado, pois detêm um enorme poder de comunicação.

Algumas personalidades compreenderam esse poder de forma brilhante. O estilista Karl Lagerfeld transformou seus óculos escuros em símbolo de sua imagem, transmitindo

Óculos: comunicação, estilo e assinatura



mistério, sofisticação e autoridade, características que reforçavam sua posição como um dos nomes mais influentes no mundo da moda.

Elton John utilizou armações extravagantes como expressão de sua criatividade e personalidade artística. Em contraste, Steve Jobs adotou modelos minimalistas, alinhados à sua imagem simples e à filosofia da Apple.

Esses exemplos mostram que os óculos vão além da função: comunicam identidade e posicionamento. Por isso, sua escolha

não deve ser guiada apenas por tendências ou gostos momentâneos, mas pela mensagem que deseja transmitir.

Escolhendo-os com intencionalidade e um olhar além do olhar alinhamos imagem, identidade e mensagem, transformando-os em uma poderosa ferramenta de posicionamento. Uma verdadeira assinatura de estilo.

Por: Simária Araújo

*Um olhar além do olhar
Consultora e visagista especializada em óculos*





Baile de Máscaras

4ª EDIÇÃO

11 abril House Fest Patos de Minas

Realização: Rotary Club de Patos de Minas Sertão

D&A PUBLICIDADE | PROPAGANDA

Ricca CONSULTORIA EM MARKETING E COMUNICAÇÃO

WELLIS MARTINS COMUNICADOR



Zema Automóveis

Rua Cruzeiro do Sul, 210 - Jardim Andrades - Patos de Minas - MG / (34) 3818-2900

AGENDE SEU TEST DRIVE E VIVA ESSA EXPERIÊNCIA DE PERTO



DESACELERE.
SEU BEM MAIOR É A VIDA.



COLUNISTA RICCA
**José
Eustáquio**
@jose_eustaquio_advogado

Brasília muitas vezes parece distante, com debates complexos e desconectados da rotina das cidades. Mas, na prática, é justamente lá que nascem decisões que impactam diretamente o seu bolso, sua família e o futuro de municípios como Patos de Minas.

Quando o preço do combustível sobe, por exemplo, os efeitos vão além dos motoristas. O aumento influencia o transporte, o frete, o comércio e, consequentemente, o valor dos alimentos. Em pouco tempo, toda a economia sente os reflexos de decisões tomadas no Congresso Nacional.

Os programas sociais que atendem milhares de famílias

Brasília decide sua vida todos os dias, você percebe?



também têm origem no âmbito federal. Cabe ao Congresso definir regras, aprovar recursos e garantir que os valores cheguem aos municípios. O mesmo ocorre na saúde pública: hospitais, exames, vacinas e atendimentos do SUS dependem, em grande parte, de políticas e verbas federais.

Na educação, essa influência é ainda mais evidente. Universidades, institutos federais, bolsas de estudo e programas que ampliam oportunidades para os jovens são resultado direto de decisões tomadas em Brasília.

Além disso, investimentos em infraestrutura, como rodovias, logística e repasses aos municípios, dependem de articulação e representação ativa.

Por isso, compreender o papel de um deputado federal é essencial. É esse representante que participa da criação das leis, vota o orçamento e atua para que os recursos cheguem às cidades.

Brasília pode parecer distante, mas está presente no dia a dia de todos.

JOSÉ EUSTÁQUIO
FARIA JUNIOR
VEREADOR

E PRÉ-CANDIDATO A DEPUTADO

Federal!
#FinoZé



Entre em contato comigo:

(34) 3030-1110

(34) 99991-5853

@jose_eustaquio_advogado

José Eustáquio Faria Junior





BEATRIZ AMORIM

MAQUIADORA & DESIGNER DE SOBRANCELHAS



Sua beleza é única, e minha missão é revelá-la. De noivas deslumbrantes a design de sobrancelhas impecável, criamos arte com maquiagem.

📞 **WHATSAPP:** (34) 99912-3222

📷 **@beacastroamorim**

🌐 **SITE:** beatrizamorim.com

📍 **ENDEREÇO:** R. Joana da Rocha Andrade, 44 - Cidade Jardim, Patos de Minas - MG, 38705-200

Beatriz Amorim • Uma Artista da Beleza • Patos de Minas • MG



AMORIM GARDEN

ESPAÇO DE EVENTOS

VIVA UMA EXPERIÊNCIA INESQUECÍVEL!



📞 (34) 99715-6900

📷 **amorimgarden**

🌐 **www.amorimgardeneventos.com.br**

📍 Av. Enaura José de Sousa, S/N
Bairro Jardim Recanto
Patos de Minas, MG



COLUNISTA RICCA
**Anderson
Afonso**

@dr_andersonafonso

O climatério representa uma fase de transição significativa na vida da mulher, marcada por alterações hormonais que repercutem de forma ampla na saúde física, emocional e metabólica. Nesse contexto, o cuidado integrado torna-se essencial, exigindo uma abordagem multidisciplinar e individualizada, capaz de contemplar não apenas o alívio dos sintomas, mas também a promoção da saúde a longo prazo.

A terapia hormonal da menopausa (THM) permanece como uma das intervenções mais eficazes para o controle dos sintomas vasomotores, distúrbios do sono e atrofia urogenital. No entanto, sua prescrição deve ser criteriosa, considerando riscos individuais, histórico clínico e preferências da paciente,

Climatério em foco: abordagem integrada para saúde, equilíbrio e qualidade de vida feminina



te, reforçando a importância do acompanhamento médico contínuo.

A adoção de mudanças no estilo de vida é um pilar fundamental no manejo do climatério. A prática regular de atividade física contribui significativamente para a redução de sintomas como fadiga, ansiedade e ganho ponderal, além de melhorar a composição corporal, a densidade mineral óssea e a saúde cardiovascular.

Uma alimentação equilibrada, rica em cálcio, vitamina D, proteínas de alto valor biológico, fibras e antioxidantes, auxilia na manutenção da saúde óssea, no

controle do peso e na prevenção de doenças crônicas.

Além dos aspectos físicos, o cuidado integrado no climatério deve incluir atenção à saúde mental e ao bem-estar emocional. Alterações de humor, irritabilidade e sintomas depressivos não são incomuns.

Dessa forma, o manejo da paciente no climatério deve ser compreendido como um processo contínuo e centrado na mulher, no qual a integração entre terapia hormonal, estilo de vida saudável, nutrição equilibrada e atividade física estruturada promove não apenas qualidade de vida, mas também envelhecimento saudável e ativo.



A condução adequada da mulher no climatério exige conhecimento técnico aprofundado e atualização constante, tornando fundamental o papel do ginecologista especialista em terapia hormonal. Esse profissional possui formação específica para compreender as complexas interações hormonais dessa fase, permitindo uma abordagem mais segura, individualizada e baseada em evidências.

A atuação vai além da simples prescrição. Trata-se de um cuidado altamente qualificado, centrado na paciente, que contribui decisivamente para um climatério mais saudável, seguro e com melhor qualidade de vida.

O ultrassom microfocado tem emergido como uma alternativa promissora no tratamento da atrofia vaginal, especialmente em mulheres no climatério e pós-menopausa.

Essa condição, atualmente compreendida dentro do espectro da síndrome geniturinária da menopausa (SGM), manifesta-se por ressecamento vaginal, dispareunia, prurido, ardor e impacto significativo na qualidade de vida.

O ultrassom microfocado estimula a neocolagênese e a reorganização das fibras colágenas. Esse processo desencadeia uma resposta regenerativa, com melhora da espessura epitelial, aumento da vascularização e restauração da elasticidade tecidual, melhorando muito o ressecamento.

Dessa forma, o ultrassom microfocado representa uma inovação relevante no manejo da atrofia vaginal, oferecendo uma alternativa eficaz, segura e não hormonal para o tratamento dessa condição tão prevalente na prática clínica.

Dr. Anderson Afonso
Médico Ginecologista e Obstetra
@dr_andersonafonso

Dra. Ellen Cristina Afonso
Fisioterapia dermatofuncional e pélvica, especializada na saúde da mulher. Estética íntima. Especialista em ultrassom microfocado e macrofocado.
@ellenlucristina1

Ginecologia/Obstetrícia / Medicina e saúde
Há 25 anos cuidando de gerações de mulheres!

@clinicadamulherpatos
(34) 3826-0600 / (34) 99817-1099
Avenida Paracatu, 865 - Patos de Minas



SERVIÇO MECÂNICO EM VEÍCULOS
NACIONAIS E IMPORTADOS

(34) 3171-0028
(34) 9 9767-1650

MECÂNICA
ALVES

PRECISÃO EM REPARAÇÃO AUTOMOTIVA



INJEÇÃO, FREIOS, MOTOR, SUSPENS.
EMBREAGENS, TROCA de ÓLEO, REVISÃO GER
1863. *Aqui Cada Motor Ganha Vida Nova*

SERVIÇO
MECÂNICO EM
VEÍCULOS
NACIONAIS E
IMPORTADOS

GUINCHO
24 HORAS

MECÂNICA
ALVES

PRECISÃO EM REPARAÇÃO AUTOMOTIVA

*Precisão em reparação automotiva, alinhamento e balanceamento,
passe em discos e tambores de freio, diagnostico computadorizado.*

MECANICA ALVES & AUTO SOCORRO ALVES

SERVIÇO MECÂNICO EM VEÍCULOS
NACIONAIS E IMPORTADOS

(34) 3171-0028
(34) 9 9767-1650

MECÂNICA
ALVES

PRECISÃO EM REPARAÇÃO AUTOMOTIVA



INJEÇÃO, FREIOS, MOTOR, SU
EMBREAGENS, TROCA de ÓLEO, REVIS
1863. *Aqui Cada Motor Ganha Vida Nova*



(34) 3171-0028 (34) 99767-1650 @mecanicaalvespatos

Av. Afonso Queiroz, 1863 - Jardim Panorâmico - Patos de Minas



COLUNISTA RICCA

Valter Morato

@valtermorato

Cálculos Renais: prevenir sempre é o melhor caminho



Se você já teve uma crise de “pedra nos rins” ou está preocupado com isso, saiba que você não está sozinho, os cálculos renais são muito comuns e, apesar de causarem uma dor intensa, na maioria das vezes têm tratamento e podem ser prevenidos.

Os cálculos renais são pequenas “pedras” que se formam dentro dos rins quando algumas substâncias da urina, como cálcio e ácido úrico, ficam concentradas demais. Em muitos casos, isso está relacionado à pouca ingestão de água ao longo do dia, alimentação desbalanceada ou predisposição genética.

A crise mais típica é uma dor forte na lombar, que pode irradiar para o abdômen e virilha. Essa dor costuma vir em ondas e pode estar acompanhada de náuseas, vômitos e até sangue na urina. Apesar de assustador, é importante saber que existem formas eficazes de aliviar o quadro e tratar o problema.

O diagnóstico é feito com exames simples, como ultrassom ou tomografia. O tratamento depende do tamanho da pedra: muitas conseguem sair naturalmente com hidratação e

medicação para dor, enquanto outras podem precisar de procedimentos para fragmentação ou retirada.

Mais importante do que tratar é prevenir novas crises. Beber bastante água ao longo do dia é a principal atitude. Ajustar a alimentação e reduzir o excesso de sal também faz grande diferença.

Com orientação médica e bons hábitos, é totalmente possível viver bem e evitar novas pedras.

PEDRA NOS RINS

Uma das dores mais fortes que você pode sentir.

Por isso é importante você ter o **melhor acompanhamento.**



Dr. Valter Morato

CRM 44177 MG



34 3820-1076

instagram @valtermorato



MY MODELS BRASIL

Agência de modelos

news

FELIPE SILVA

O modelo Felipe Silva, de 23 anos, natural de Patos de Minas (MG), acaba de ser lançado em São Paulo, a capital da moda.

Apresentado pelo diretor da My Models, João Galvão, nas principais agências e produtoras da cidade, foi aprovado por diversas delas.

Atualmente, Felipe está oficialmente agenciado pela Thinkers Management, onde já iniciou sua temporada de trabalhos e castings, e se prepara para a temporada de moda nacional e internacional.

mymodelsbrasil.com.br



MY MODELS BRASIL

news

WORKSHOP

A My Models trouxe a modelo internacional Carla Monfort e o fotógrafo Kaycezo, destaque em Patos de Minas, para ministrarem um workshop exclusivo com laboratório e vivência de estúdio.

A experiência proporcionou aos modelos uma imersão real no universo da moda, com prática de passarela, poses e bastidores de ensaios.

Este foi o primeiro de uma série de workshops que a agência irá realizar em Patos de Minas e região.

@mymodelsbrasil
34999461440





COLONISTA RICCA
**Coronel PM
Marisa Cunha
Nunes Rios**

Comandante da 10ª Região de Polícia Militar de Minas Gerais
@marisanunesrios

Cidades em crescimento, agendas culturais movimentadas e eventos que atraem milhares de pessoas: esse é o cenário vivido em diversas regiões de Minas Gerais. Por trás dessa dinâmica, há um trabalho contínuo e estratégico das forças de segurança para garantir que desenvolvimento e tranquilidade caminhem juntos. Na área da 10ª Região de Polícia Militar, esse compromisso se traduz em presença ativa, planejamento e pronta resposta.

O desenvolvimento urbano e a chegada de pessoas de diferentes regiões fortalecem a economia e a diversidade cultural, mas também exigem atenção permanente. A Polícia Militar atua de forma preventiva, com policiamento

Cidades em festa, segurança em ação: a preparação da Polícia Militar para a Fenamilho e grandes eventos.



comunitário fortalecido, presença constante nos bairros e integração com a população. Essa proximidade permite antecipar riscos e impedir a atuação de organizações criminosas antes que se consolidem.

No campo repressivo, a atuação é firme e baseada em inteligência, com operações coordenadas e integração com o Ministério Público, por meio do GAECO, e demais forças de segurança.

A tecnologia é uma aliada importante. Sistemas de monitoramento e análise de dados ampliam a capacidade de vigilância e tornam as ações mais rápidas e precisas. Esse conjunto de medidas fortalece a sensação de segurança e aumenta a efetividade das operações.

Durante períodos festivos, como a tradicional Festa Nacional

do Milho (Fenamilho), a movimentação nas cidades se intensifica, reunindo moradores e visitantes em um ambiente de celebração. Esse aumento no fluxo de pessoas demanda um planejamento ainda mais robusto. Por isso, a Polícia Militar atua com reforço de efetivo, operações estratégicas, monitoramento ampliado e ações integradas, prevenindo ocorrências e coibindo qualquer tentativa de atuação criminosa.

Mais do que reagir, a Polícia Militar trabalha para antecipar cenários e garantir resultados. O recado é claro: estamos preparados, mobilizados e presentes para assegurar que nossas cidades, especialmente durante as festas e grandes eventos, permaneçam seguras, acolhedoras e prontas para receber a população e visitantes com tranquilidade.

Don Savan Pizzaria & Choperia
R. Toinzinho Amâncio, 250 – Centro, Patos de Minas – MG

Don Savan Eventos e Kids
Av. Marabá, 752 – Bela Vista, Patos de Minas – MG

Novidade no Pátio Central Shopping
Estamos inaugurando em Maio, nossa Pizzaria na praça de alimentação do Shopping.



COLUNISTA RICCA
**Cleidilene
Teixeira**

@bibi.shalontransportes

Falar sobre transporte para pessoas com deficiência não é apenas tratar de mobilidade. É abordar dignidade, respeito e o direito fundamental de ir e vir com autonomia, segurança e qualidade. Em uma sociedade que busca evoluir, ainda é evidente que muitos enfrentam desafios que vão muito além da distância física.

O problema não está apenas no deslocamento em si, mas na forma como ele acontece. Chegar ao destino com conforto, segurança e acolhimento deveria ser uma condição básica, não um privilégio. No entanto, a realidade ainda revela limitações estruturais,

Caminhos que incluem: mobilidade, respeito e cidadania



falta de preparo e, muitas vezes, ausência de sensibilidade por parte de quem presta esse tipo de serviço.

Por trás de cada trajeto existe uma história. Existe uma família, uma rotina, compromissos e sonhos. Pode ser uma criança indo para a escola, um trabalhador exercendo sua função, alguém em busca de atendimento médico ou até mesmo realizando o desejo de viajar e vivenciar novas experiências.

A acessibilidade precisa ser compreendida como um compromisso coletivo. Não basta adaptar veículos; é necessário adaptar atitudes. Inclusão envolve empatia, escuta, respeito aos limites e atenção às necessidades individuais.

Quando o transporte é pensado de forma humanizada, ele deixa de ser apenas um meio e passa a ser parte da transformação social. Garantir esse direito é essencial para construir uma sociedade mais justa, consciente e verdadeiramente inclusiva.

Mais que transporte inclusivo, uma jornada de dignidade e respeito



Atletas: Geisa Vieira - @geisarvieira / Brenda Bauer - @brendabauer10 / Reyson Douglas - @reysondouglas
Armando Moraes - @armand0_soares / Lucas Arão - @lucasaraodelima / Douglas Felix - @dg12oficial / Kauan - @kauanking_01
Hiago Silva - @hiago_kadu_ / Bruno Soares - @djmagrinho016 / Lucas Henrique - @luginharibeiro95
Comissão: Eduardo Ribeiro - @eduardoribeirotreinador / Gabriel Franco (Presidente) - @gabrielspfranco
Leonardo Gonçalves (Diretor Administrativo)

A Shalon Transportes se destaca por oferecer um serviço especializado, humano e altamente preparado para o transporte de pessoas com deficiência. Com veículos preparados, equipe treinada e um atendimento pautado no respeito, a empresa garante segurança, conforto e acolhimento em cada viagem.

A Shalon Transportes entende a responsabilidade de cuidar de cada passageiro com atenção individualizada. Seja no dia a dia ou em viagens especiais, o compromisso com a inclusão é levado a sério.



Shalon Transportes é sinônimo de confiança, profissionalismo e dedicação. Porque mais do que deslocar pessoas, a empresa transporta histórias, conquistas e sonhos com excelência.

SHALON
TRANSPORTES

(34) 99975-3052
@bibi.shalontransportes
@everaldoshalontransportes





Amparo Maternal: 34 anos transformando vidas com acolhimento e compromisso social

D&A



Fundado há 34 anos, o **Amparo Eurípedes Novelino** – Amparo Maternal consolidou-se como uma importante entidade prestadora de serviços na área da Assistência

Social no município de Patos de Minas (MG). Em funcionamento regular desde 1º de agosto de 1992, a instituição é uma organização filantrópica, de direito privado e sem fins lucrativos, atuando em conformidade com a Política de Promoção, Proteção, Defesa e Atendimento dos Direitos da Criança e do Adolescente.

Sob a presidência de **Erika Fernandes Araújo Vita**, empresária, e vice-presidência de **Gabriela Brant de Andrade Santos**, empresária, o Amparo Maternal mantém um trabalho sólido e comprometido com a promoção do desenvolvimento integral de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social.

Atendendo atualmente cerca de 150 crianças e adolescentes, com idades entre 4 e 14 anos, a instituição desenvolve projetos inseridos no âmbito da Proteção Social Básica. O atendimento acontece de segunda a sexta-feira, nos períodos das 7h às 11h e das 13h às 17h, oferecendo um espaço seguro, acolhedor e estruturado para aqueles que vivenciam

situações como desigualdade social, pobreza e exclusão.

As ações do Amparo são fundamentadas no fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários, promovendo o desenvolvimento integral e a garantia de direitos. Guiado por sua missão de apoiar crianças e adolescentes e contribuir para um futuro melhor, o Amparo Maternal tem como visão ser reconhecido como uma instituição de referência no cuidado e desenvolvimento desse público. Seus valores como acolhimento, solidariedade, ética, transparência, humanização e sustentabilidade que orientam cada ação realizada.

No entanto, a realidade também traz desafios. Mesmo com capacidade para atender até 200 crianças, a instituição enfrenta limitações financeiras que impedem a ampliação desse atendimento. Mantido por doações e parcerias, o Amparo Maternal precisa do apoio da comunidade para continuar sua missão. O desafio é constante em ampliar a arrecadação, pois os recursos garantem desde a alimentação diária até a manutenção das atividades e a estrutura do espaço, que também necessita de melhorias após anos sem reformas significativas.



A estrutura física do Amparo Maternal também pede atenção urgente. Após muitos anos sem reformas significativas, torna-se necessária a troca da fiação elétrica e do encanamento, além da revitalização dos espaços com pintura, reforma dos banheiros, da quadra e da brinquedoteca. Mais do que melhorias estruturais, essas mudanças representam cuidado e respeito com cada criança atendida. Um ambiente seguro, lúdico e acolhedor faz toda a diferença no desenvolvimento infantil, é no brincar que elas aprendem, se expressam e constroem memórias afetivas. Garantir espaços adequados não é apenas uma questão de infraestrutura, mas de proporcionar dignidade, proteção e oportunidades reais para que essas crianças cresçam com mais alegria, segurança e esperança no futuro.

Cada contribuição faz a diferença. Cada doação representa mais cuidado, mais oportunidades e mais vidas transformadas.



Faça sua doação

Seja um doador mensal. Ajude a continuar escrevendo histórias de esperança.

AMPARO EURÍPEDES NOVELINO - (34) 3825-5010 / (34) 99636-0589
Rua Vereador João Pacheco, 944 - B. Várzea - Patos de Minas - MG
amparomaternalpatos@gmail.com - CNPJ: 23.097.645/0001-90
Banco Itaú - Agência 6648 - Conta Corrente 09634-2

CORTE & DOBRA
SDC
CALHAS E RUFOS

A SDC tem sempre a solução!

Pensou em calhas, pensou SDC

Sempre oferecendo qualidade com o melhor preço.



Faça agora mesmo seu orçamento



(34) 99710-0264 / @sdccalhaserufos
Rua Afonsina Maciel, 62 - Cidade Nova - Patos de Minas

D&A



COLUNISTA RICCA
Laiane Peres
@layaneperes

Viajar nunca foi apenas sobre chegar a um destino. Nos últimos anos, o turismo passou por uma transformação silenciosa e sofisticada. O que antes era definido por hotéis cinco estrelas e roteiros tradicionais evoluiu para algo muito mais exclusivo: experiências personalizadas, autênticas e com propósito.

O novo luxo não está mais no óbvio, mas nos detalhes. Está em acordar em uma vila privativa na Toscana, participar da colheita de uvas ao lado de produtores locais ou jantar em um restaurante reservado para poucos. É sobre viver o destino, não apenas visitá-lo.

O novo luxo no turismo: quando viajar deixa de ser destino e se torna experiência



O viajante contemporâneo, especialmente o mais exigente, busca algo que o dinheiro, por si só, não compra com facilidade: tempo bem aproveitado, curadoria especializada e acesso a experiências únicas. Nesse cenário, o papel do especialista em turismo torna-se indispensável.

Planejar uma viagem hoje exige mais do que pesquisar passagens e hotéis. Requer conhecimento profundo, uma rede internacional sólida e sensibilidade para compreender o perfil de cada cliente.

Cada roteiro deve ser exclusivo, desenhado com precisão, respeitando desejos, estilo de vida e expectativas.

Outro destaque é o turismo com propósito. Viagens que conectam cultura, sustentabilidade e impacto positivo são cada vez mais valorizadas.

No fim, o verdadeiro luxo está em voltar para casa transformado.

Laiane Peres
CEO da FoxFly Viagens



Foxfly
Viagens

Especialistas em transformar destinos em experiências



Na FoxFly Viagens, você conta com uma equipe de experts em viagens pronta para cuidar de cada detalhe da sua jornada.

Viagens nacionais e internacionais

Explore o Brasil e o mundo com segurança, conforto e planejamento impecável.

Seguro viagem

Viaje tranquilo com as melhores coberturas para você e sua família.

Roteiros personalizados

Cada viagem é única criamos experiências sob medida para o seu perfil.

Especialistas em visto americano

Assessoria completa para aumentar suas chances de aprovação, com orientação em todas as etapas.

Assessoria consular e imigração

Soluções práticas e seguras para documentação e processos internacionais.



Fox Fly Viagens

Seu próximo destino começa aqui.



(34) 99199-8657 (34) 99984-0164
@foxflyviagens
Major Gote, 441 - Patos de Minas



A Oficina DeLaço transforma eventos em experiências leves, criativas e inesquecíveis. Criamos um momento especial onde os convidados, principalmente as crianças, se divertem, exploram a criatividade e levam para casa não só acessórios personalizados, mas memórias cheias de significado.

Nossa proposta é encantar, entreter e agregar valor ao seu evento, criando um diferencial que envolve, diverte e marca cada convidado de forma única. Surpreenda seus convidados com uma experiência que realmente fica na memória. Entre em contato e garanta esse diferencial no seu evento.

KAROL
WhatsApp (34) 9 9947 0002

HELENIANA
WhatsApp (34) 9 9207 8817

Instagram @delaco.official



30
ANOS



CNI CURSOS
Tradição e excelência
que transformam vidas!

Há 30 anos, a CNI Cursos forma profissionais para o mercado com qualidade e compromisso. Em Patos de Minas, somos referência em ensino profissionalizante.

Quer mudar de vida? Comece aqui. Oferecemos cursos em Inglês, Informática, Administração, Estética e áreas profissionalizantes.

Capacitação prática, estrutura moderna e professores experientes para transformar seu talento em carreira.

Direção: Professora Ana Paula Santana de Amorim



(34) 3821-3155 • @cniptatos • Av. Getúlio Vargas, 107 • Patos de Minas

Comunicação que posiciona.
Marketing que vende.

MARKETING DIGITAL

Websites
Gestão de Redes Sociais
Reels Profissionais
Tráfego Pago
Funis de Vendas
Chatbot com I.A.

AUDIOVISUAL

Vídeos Institucionais
Comerciais e Promocionais
Cursos e Videoaulas
Videoclipes
Cobertura de Eventos
Produção 4K com Drone



agenciavia.com

PUBLICIDADE

Campanhas Publicitárias
Branding e Identidade Visual
Design Gráfico
Papeleria Corporativa
Mídia Exterior (Outdoor)
Anúncios para Revistas

ESTÚDIOS

Podcast e Videocast
Infoprodutos
Conteúdos Profissionais
Programas para Web e TV
Transmissões ao Vivo (Lives)

Sua marca pode mais.
Solicite um diagnóstico digital.



Av. Paracatu, 641
Rosário - Patos de Minas



AQUI,
O SHOW
É VOCE!



#TeamLeão

Maria Fernanda Leão

Venha votar
usando a cor
da sua torcida!
(VOTO POPULAR)

Eleição e
coroação | **31/05**



 SINDICATO DOS
PRODUTORES RURAIS
PATOS DE MINAS



AQUI,
O SHOW
É VOCE!



#TeamThainá

Thainá Vieira

Venha votar
usando a cor
da sua torcida!
(VOTO POPULAR)

Eleição e
coroação | **31/05**



 SINDICATO DOS
PRODUTORES RURAIS
PATOS DE MINAS



AQUI,
O SHOW
É VOCE!

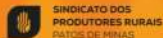


#TeamVitória

Vitória Magalhães

Venha votar
usando a cor
da sua torcida!
(VOTO POPULAR)

Eleição e
coroação | **31/05**



MUSA DO
RODEIO
2026

*Maria
Luíza*



AQUI,
O SHOW
É VOCE!





COLUNISTA RICCA
Marcela Ferreira
@marceladaniela25

O mercado automobilístico brasileiro passa por uma transformação acelerada, impulsionada por tecnologia, eletrificação e pela consolidação dos SUVs como protagonistas. Mesmo diante de desafios econômicos, o país segue entre os maiores mercados do mundo, com maior competitividade entre montadoras e espaço para marcas com estratégia, inovação e força no varejo, como a Volkswagen.

Enquanto o setor registrou leve retração de 1,3% em 2025, a Volkswagen cresceu 15,8% no varejo, consolidando a liderança em veículos de passeio pelo terceiro ano consecutivo. Foram mais de 436 mil unidades vendidas e cerca de 17% de participação de mercado.

Volkswagen lidera mercado brasileiro e impulsiona era dos SUVs com inovação e crescimento



Esse desempenho é sustentado por três pilares: portfólio moderno, forte presença no segmento de SUVs e crescimento nas vendas diretas. Os SUVs, hoje no centro do mercado, são um dos grandes motores desse avanço.

Modelos como T-Cross, Taos e Nivus lideram seus segmentos, enquanto o novo Tera rapidamente ganha relevância. O sucesso está na combinação de design, tecnologia e eficiência energética, atributos cada vez mais valorizados.

Reforçando essa estratégia, a marca lança o novo Tiguan, com proposta mais sofisticada e posicionamento premium. O modelo traz motor 2.0 turbo EA888, cerca de 272 cv, versão R-Line com design esportivo e pacote tecnológico avançado.

Mais que um lançamento, o Tiguan simboliza a evolução da Volkswagen no Brasil, elevando sua percepção de valor e presença no segmento de SUVs de alto padrão.

Marcela Ferreira
Gerente de Vendas do
Grupo Moto Minas

Novo Tiguan

Design, performance, tecnologia e segurança que se integram com perfeição para oferecer uma experiência completa ao dirigir.



O SUV à altura da sua história.
Venha fazer um test drive na Moto Minas.

Desacelere. Seu bem maior é a vida.

Grupo Moto Minas

Patrocínio: Av. Rui Barbosa, 1924 - 34 **3515-1234**
Patos de Minas: Rua Major Gote, 1818 - 34 **3818-8500**
Unai: Av. São João, 999 - 38 **3677-5588**



+900 PONTOS NA REDAÇÃO DO ENEM 2025!



Resultado em redação
não se improvisa.

Ele é construído com método,
repertório, acompanhamento
e uma preparação séria do
início ao fim.

Quando o ensino
é levado a sério,
**O RESULTADO
APARECE.**



ENSINO MÉDIO DA VINCI: RESULTADO NÃO É PROMESSA, É CONSTRUÇÃO DIÁRIA.

Com intensivões, trilhas estrategicamente organizadas, professores preparados, material robusto e foco no desenvolvimento técnico e emocional, o **Colégio Da Vinci** prepara seus alunos para muito mais do que o ENEM.

- Escola digital com Geekie One.
- Intensivões de redação desde o início do ano.
- Trilhas de conteúdo para os principais vestibulares.
- Plantões de dúvidas em matemática, química e física.

  @davincipatos

 (34) 3826 8300 | (34) 3826 8200

 (34) 99905 2406



ENSINO
QUE FORMA
PRA VIDA!



O FUTURO DO SEU FILHO NÃO COMEÇA NO ENSINO MÉDIO. COMEÇA AGORA!



Quem leva a educação a sério começa pela escolha certa. No Colégio Da Vinci, não pulamos etapas.

Seu filho encontra um **Ensino Fundamental com planejamento completo**, pensado para desenvolver conhecimento, autonomia e preparo para a vida.

- Segurança e acompanhamento de perto.
- Apoio à saúde, com enfermeiro e psicólogo.
- Biblioteca completa e incentivo à leitura.
- Salas equipadas com televisores e quadros digitais.

@davincipatos
(34) 3826 8300 | (34) 3826 8200
(34) 99905 2406



ENSINO
QUE FORMA
PRA VIDA!