Encomendas de chopp:
3535-8888 e 99999-7714
HETTWER BIER
extraGÁS
Disk Gás
F: 3535 - 1276

TRÊS DE MAIO - 30 DE JANEIRO DE 2026
Caderno S
SUPLEMENTO DO JORNAL SEMANAL

unify INTERNET
Fibra Óptica
Três de Maio - Horizontina - Santa Rosa
9 8428 1404 - 3535 1516
Escolha seu plano às suas necessidades
Rua Horizontina, 1448
Três de Maio

Ana Laura Willig Redel

20 anos, casada com **Lucas E. Machado Redel**.
Filha de **Rosi Eifert e Jorge Willg.**
Natural e residente de **Três de Maio**.
Formação acadêmica: Curso Superior Design de Interiores.
Profissão e local de trabalho: Correspondente Bancária pela CREDIM Créditos e Investimentos.
Fale um pouco sobre seu trabalho e o porquê da escolha pela profissão: Ser correspondente bancária é mais que uma profissão, é ter a oportunidade de criar um bom relacionamento com o público, saber escutar e ajudar cada pessoa a encontrar a solução mais adequada às suas necessidades financeiras, como Consórcios para aquisição de bens ou investimentos, créditos e financiamentos. Meu trabalho proporciona vivências que vão além do atendimento, como encontrar pessoas que, muitas vezes, com um simples sorriso, conseguem transformar o meu dia, isso é muito gratificante. Além disso, é uma área dinâmica, em constante evolução, que exige aprendizado contínuo e oferece oportunidades reais de crescimento, tanto profissional quanto pessoal. Por tudo isso, tenho muito orgulho de fazer parte desse trabalho e dessa equipe.
Se defina em uma palavra: Resiliente.
Hábito que não abre mão: Ter tempo de qualidade com quem amo.
Um lugar: Abraço do meu marido.
Uma cor: Vermelho.
Um cheiro: Feijão recém-cozido.
Uma lembrança: O acampamento em família que fazíamos em Manoel Viana. Toda a família participava, era o melhor e maior camping da praia.
Seus aplausos vão para: Para quem sonha grande e corre atrás para realizar, para quem não espera e não depende de ninguém para fazer.
Nota zero para: Vitimização. Quem desiste antes de tentar.

Sugestões para melhorar sua cidade? Três de Maio está se tornando uma cidade maravilhosa para viver, mas acredito que poderia ter melhorias na área da saúde. Trazer equipamentos novos para exames dos SUS, evitando assim o deslocamento para outras cidades para realizar exames.

O sabor da **comida caseira**, feita na panela de ferro, com produtos **selecionados e saudáveis.**
RESTAURANTE Forno & Fogão
EM ANEXO AO CLUBE BURICÁ
R Exp. Bertholdo Boeck, 532
F: (55) 3535-1868
Aceitamos reservas para eventos

ODONTO EXCELLENCE
55 99952-5505
55 3535-1080
Agende sua avaliação e saiba mais!
Todos os sorrisos importam!
Rua Rio de Janeiro, 45
Centro - Três de Maio

(55) 3535-1214
(55) 98414-1214
Mirambel e Chassot
Odontologia especializada
Rua Padre Cacique, 367
Centro – Três de Maio
LUIZ AUGUSTO WENTZ
Cirurgião-Dentista
CRO/RS 15.507
Especialista em Periodontia e Ortodontia
* Aparelho ortodôntico e alinhadores estéticos
* Tratamento moderno para gengivite e periodontite
* Cirurgia plástica periodontal
* Sorriso gengival e recobrimento radicular
* Trabalho com excelência há quase 20 anos no mercado

ÓTICA
CASA DOS ÓCULOS
Inove seu jeito de olhar
55 99686-8549
Rua Tereza Verzeri, 1130
Esquina do
Hospital São Vicente de Paulo
Três de Maio/RS

Dr. Gilvane Dahmer
CRM 32017
Ginecologia e Obstetrícia
Atendimento na
Clínica São Vicente
Fone: (55) 3535-1950
Rua Osvaldo Cruz, 381 - Três de Maio - RS

AR-CONDICIONADO: qual é a temperatura ideal no verão para não prejudicar a saúde?

O que parece um refúgio pode se tornar um vilão se o termômetro for ajustado sem critério

Deixar o aparelho em 23°C é o ideal para a saúde e para o bolso

Com calor acima dos 30 graus dos últimos dias, o uso do ar-condicionado deixa de ser luxo e passa a ser necessidade em ambientes de trabalho e residências. No entanto, o que parece um refúgio pode se tornar um vilão para a saúde se o termômetro for ajustado sem critério.

Para garantir a eficiência energética e a segurança sanitária, o mercado brasileiro segue diretrizes rigorosas. Entenda quais são e como otimizar seu uso.

Qual é a temperatura ideal do ar-condicionado segundo a Anvisa

Muitos usuários acreditam que colocar o aparelho em 17°C fará o quarto esfriar mais rápido, mas isso é um equívoco técnico. O compressor trabalhará na mesma potência, apenas por mais tempo, gerando um gasto energético desnecessário.

A Resolução RE nº 9 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) é o padrão ouro para a qualidade do ar em ambientes climatizados. Ela estabelece que:

No verão: a faixa recomendável de temperatura deve ficar entre 23°C e 26°C.

Exceções: em locais com alta carga térmica (muitas máquinas ou pessoas), a temperatura pode operar em 21°C, mas o ideal para o conforto humano permanece nos 23°C.

Umidade: o índice deve ser mantido entre 40% e 65%. Abaixo disso, o ar torna-se excessivamente seco, facilitando infecções.

Os riscos do uso excessivo e de temperaturas muito baixas

O desrespeito às normas da Anvisa não causa apenas desconforto térmico; ele abre portas para quadros clínicos complexos.

O uso de temperaturas excessivamente baixas (abaixo de 20°C) de forma prolongada pode resultar em:

Ressecamento das mucosas: o ar-condicionado retira a umidade do ar. Mucosas secas no nariz e garganta perdem a capacidade de filtrar vírus e bactérias.

Choque térmico: a saída brusca de um ambiente a 18°C para uma rua a 35°C causa uma contração rápida dos vasos sanguíneos, o que pode baixar a imunidade e causar tonturas.

Agravamento de doenças respiratórias: crises de rinite, sinusite, asma e bronquite são gatilhadas pelo ar frio e seco.

Dores musculares: o frio excessivo pode causar contraturas, especialmente na região do pescoço e ombros.

Ressecamento ocular: usuários de lentes de contato são os que mais sofrem com a baixa umidade, sentindo irritação e vermelhidão.

Qual a temperatura ideal para veículos?

Embora a Anvisa foque suas regulamentações, como a Resolução RE nº 9, em ambientes internos e edifícios coletivos, os princípios de saúde pública estabelecidos pela agência servem de norte para o uso em veículos. No carro, a temperatura recomendada por especialistas deve oscilar entre 22°C e 24°C.

O objetivo é manter o condutor alerta e evitar o ressecamento excessivo das vias aéreas em um espaço tão confinado, onde a umidade do ar cai drasticamente de forma mais rápida do que em grandes salas.

O uso de temperaturas excessivamente baixas no automóvel, muitas vezes ajustadas no mínimo do aparelho, eleva os riscos de choque térmico e crises respiratórias. Ao sair de um habitáculo "gelado" diretamente para o calor extremo do asfalto, o corpo sofre um estresse cardiovascular súbito.

Além disso, o fluxo direto de ar frio no rosto e no peito pode causar dores musculares e paralisar os cílios das mucosas nasais, que são a primeira barreira de defesa contra vírus e poluentes externos.

Para um uso consciente e saudável, a recomendação técnica é de que o motorista expulse o ar quente acumulado abrindo as janelas antes de ligar o sistema. Outra prática essencial é a troca anual do filtro de cabine, garantindo que o ar circulante esteja livre de fungos e bactérias.

Desligar o compressor alguns minutos antes de chegar ao destino ajuda a secar o sistema e prepara o organismo para a temperatura externa, unindo economia de combustível à preservação da saúde.

Fonte: Correio do Povo
https://www.correiodopovo.com.br/not%C3%ADcias/sa%C3%BAde/ar-condicionado-qual-a-temperatura-ideal-durante-o-verao-para-nao-prejudicar-a-saude-1.1684935

GUIA DO USO CONSCIENTE

Para unir economia na conta de luz e preservação da saúde, confira estas dicas práticas:

- Mantenha os 23°C: evita sobrecarga do compressor e protege o sistema respiratório.

- Evite temperaturas muito baixas: Temperaturas muito baixas podem aumentar o consumo de energia e causar desconforto térmico.

- Mantenha portas e janelas fechadas: impede a troca de calor com o exterior, reduzindo o consumo de energia.

- Limpeza regular de filtros: filtros sujos forçam o motor e espalham poeira e fungos pelo ar, além de melhorar a circulação e a eficiência do resfriamento.

- Use a função "Sleep": durante o sono, o corpo relaxa e a temperatura corporal cai; a função ajusta o clima automaticamente.

- Umidifique o ambiente: uma bacia com água ou umidificador ajuda a combater o ar seco do aparelho.

Equilibrar o bem-estar e o consumo consciente é o segredo para um verão tranquilo.

Lembre-se: o ar-condicionado deve servir para climatizar, não para congelar.

CENTRO DE MASSAGEM
PEDRO MELLA
- Torções de joelho e tornozelo
- Dores na coluna e musculares
- Massagens relaxantes e terapêuticas
55 99903-4044
Rua São Paulo, próximo à Secretaria de Obras - Três de Maio

CUIDAR da mente dá sentido à nossa existência

*Elaine Ribeiro

Aprendemos desde pequenos a cuidar do corpo, do aspecto físico, e nem sempre da mente que, por sua vez, gere nossos sentimentos, pensamentos, sonhos, sofrimentos, nossas motivações de vida.

Os processos psíquicos permaneceram como algo secundário, no entanto, os estados mentais (pensamentos, emoções, memórias, desejos e medos) exercem impacto significativo sobre o "funcionamento" psicológico, relacional e adaptativo do ser humano.

O cuidado com a mente passa por aquilo que dá sentido à nossa existência e alimenta nossa alma. A atenção à saúde mental constitui um cuidado fundamental com a dimensão mais subjetiva e existencial da experiência humana. É o cuidar da alma, que passa por cuidar daquilo que nos constitui por dentro: nossas emoções, história, nossos valores, vínculos, nosso sentido de vida, nossas feridas e também nossas potências.

Não se trata de nunca sofrer, pois isso é impossível e faz parte da condição humana. Mas, como lidamos com a dor quando ela aparece? Como o sofrimento tem cursado nossa vida?

Pois, a forma como interpretamos o mundo interfere nas nossas emoções, escolhas, nos nossos relacionamentos e até no nosso corpo. Quando a mente está sobrecarregada, tudo pesa mais: o dia parece mais difícil, as relações mais frágeis, o futuro mais incerto.

Estar com a saúde mental em dia passa pela capacidade de lidar com as tensões da vida, de encontrar sentido nas experiências, de construir vínculos saudáveis e de atravessar dificuldades sem perder completamente o chão. Claro que não temos uma vida linear como uma estrada sem curvas ou buracos, afinal, isso é uma ilusão, bem como acreditar que seremos 100% felizes, o tempo todo.

Não se trata de nunca sofrer, pois isso é impossível e faz parte da condição humana. Mas, como lidamos com a dor quando ela aparece? Como o sofrimento tem cursado nossa vida?

Muitas pessoas convivem por muito tempo com sinais de sobrecarga emocional, sem perceber que isso também é um pedido de cuidado. Alguns deles são: cansaço constante, mesmo após descanso; irritabilidade frequente; dificuldade para dormir ou sono em excesso; falta de motivação ou prazer pelas coisas; preocupação constante, sensação de estar sempre tenso; vontade de se isolar; sensação de vazio ou tristeza persistente.

Ter alguns destes sinais não significa que tudo esteja mal, mas que algo precisa ser revisto. Muitas vezes, a rotina indefinida, muitos conflitos, um estilo de vida pouco saudável e até mesmo o que assistimos e consumimos em redes sociais pode prejudicar nossa saúde mental.

Às vezes, esses sinais também podem ser consequência de perdas, doenças, ou outras realidades sociais. Por isso, observe-se com sinceridade para perceber o que pode ser a causa desse mal estar emocional em sua vida.

Cuidar da mente não é apenas apagar incêndios emocionais, mas prevenir, compreender-se melhor, crescer e amadurecer.

Buscar ajuda de um psicólogo é importante, porque ele não olhará apenas um sintoma, um diagnóstico ou uma doença. O psicólogo cuidará da pessoa, ou seja, das histórias, de dores, de conflitos internos, de transições de vida, de perdas e de reconstruções. Conversar com um profissional é aprender a olhar para si com mais clareza, entender seus padrões, suas reações, suas necessidades. É criar um espaço seguro para ser quem se é, sem máscaras e sem julgamento.

Algumas atitudes simples ajudam a sustentar a saúde mental: dormir melhor, com menor exposição às telas, e horário predefinido; ter momentos de descanso e lazer (coisas simples, agradáveis), que incluem também algum momento de silêncio pessoal; cuidar do corpo com movimento e alimentação mais saudável e menos industrializada; manter bons relacionamentos; permitir-se sentir e expressar emoções; relacionar-se melhor com sua espiritualidade, o que dá um sentido superior ao que se é. Aliás, como estão suas práticas espirituais? Tem parado para agradecer ao milagre diário que é a vida?

Cuidar da mente é cuidar do modo como você vive sua própria vida, olhando com mais amor e respeito para você, o que traz maior sentido ao que somos e como vivemos!

* Psicóloga clínica e organizacional e colaboradora da Comunidade Canção Nova.
Instagram: @elaineribeiro_psicologa

Dra. Stella Klockner
CRM 37366 RQE 37331
Cirurgia Plástica
Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica
Clínica São Vicente
Rua Osvaldo Cruz, 381 - Três de Maio
3535-1950 - 9 9962-7818
Savion - Beleza & Bem-Estar
Rua Fernando Ferrari, 191 - Santa Rosa
9 3619-4339

Danillo Madjer
CRM SP 177791 RQE 84836 / CRM RS 49802 RQE 38135
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
CIRURGIA DO JOELHO E ARTROSCOPIA
55 3535-1950 55 99962-7818
Clínica São Vicente - Três de Maio
Rua Osvaldo Cruz, 381
Anexo ao Hospital São Vicente de Paulo

REINALDO JORGE SAWITZKI
CRM: 7225
OTORRINOLARINGOLOGISTA
CONVÊNIOS QUE ATENDE:
- COGESTÃO (VIA SECRETARIA DE SAÚDE)
- CABERGS
- UNICARD
- UNIMED
- IpÊ
e PARTICULAR
ATENDIMENTOS SOMENTE NA CLÍNICA SÃO VICENTE SEM ATENDIMENTO NO HSVP
Agende sua consulta conosco:
55 3535-1950
55 99962-7818
Clínica São Vicente
Três de Maio - RS

FISIOTERAPIA E PILATES
OUTROS SERVIÇOS:
- Massagem relaxante / terapêutica
- Massagem modeladora
- Drenagem linfática
- Limpeza de pele
- Hydra Gloss
- Pump up com correntes
- Bronzeamento com luvas
- Criolipólise de placas
- Fisioterapia
- Incontinência urinária
TAMARA LAUSMANN
CREFITO 189175/F
SIDNEI PORTOLAN
CREFITO 86376/F
55 99696-5723
55 99622-3247
Rua Santo Ângelo 275 - Três de Maio

DR. DAVI CARLOS BRUN
— CIRURGIA ONCOLÓGICA —
CRM 42561

Especialista em Oncoginecologia, Oncodermato e Oncologia Gastrointestinal
55 99628-8373
ATENDIMENTO:
ENDOHOUSE - Rua Teresa Verzeri, 1130, 4º andar - Três de Maio
INTEGRARE - Av. Rio Grande do Sul, 856 - Santa Rosa
CENTRO CLÍNICO - R. Uruguai, 1708 - Horizontina
@davi.brun www.davibrun.com.br

JUAREZ DA SILVA
ADVOGADOS ASSOCIADOS
OAB/RS 5736
www.juarezdasilvaadvogados.com

Régis Klein
Cabeleireiros
Rua Senador Alberto Pasqualini, 490
Centro - Três de Maio
55 99977-5542
Regis Klein Cabeleireiros

Yara Lampert
yaralampert@jsemanal.com.br

23 anos

Tanta correria, tanta luta, tantos rancores, tanta maldade, tanta ganância. Pra quê? Se não existe vencedores, todos morrem no final! Vamos amar, perdoar, ser feliz hoje! Amanhã ninguém sabe se estaremos aqui!

Novo profissional na Endohouse

A **Endohouse** passa a contar com a expertise do **médico Davi Brun, cirurgião oncológico especialista em tumores do trato digestivo, oncocutânea e oncoginecologia.**

Além de uma formação sólida e atuação técnica especializada, um dos grandes diferenciais do Dr. Davi é a atenção dedicada aos seus pacientes. Cada consulta é conduzida com escuta ativa, cuidado e tempo de qualidade, respeitando a individualidade de cada caso.

Um atendimento que une conhecimento, precisão e acolhimento, fortalecendo o compromisso da Endohouse com uma medicina humanizada e de excelência.

Alessandra Reinehr, na comemoração dos 50 anos, celebrado dia 7 de janeiro. No registro, acompanhada do esposo **Denis**. Felicidades e vida longa!

O Clube Guaíra de Três de Maio está lindo!

É um ótimo lugar para aproveitar os dias de calor, além de ser um ambiente familiar. Sem contar a ótima infraestrutura. O clube possui várias opções de diversão e entretenimento, como piscina adulto e infantil, quadras de beach tennis, futebol, vôlei, cancha de bocha e lindos quiosques. Seja sócio, você não vai se arrepender!

Parabéns para **Ivania Robalo**, que no próximo domingo, 1º, comemora idade nova. Que o novo ciclo seja cheio de realizações, dias felizes e momentos inesquecíveis. Felicidades!

O carnaval chegando e com ele muita alegria, cores e criatividade. Junte seu bloco, reúna a turma de amigos, personalize a sua camiseta e caneca na **Planeta Brindes**. Preços imbatíveis, atendimento e qualidade nota 10. Você folião merece o melhor!

Dias felizes, curtindo férias em família na cidade de Florianópolis (SC). No registro, o casal **Siliane e Fábio, com as filhas Antonela e Helena Mühlbeier da Luz**

O casal **Andriel Bittencourt Krugel e Suélen Nicoli Hösel** turistando na linda cidade de Gramado

O casal **Juarez Antônio da Silva** e **Andréia**, com o filho **Artur**, na Vinícola Salton, em Bento Gonçalves

Canetas emagrecedoras

São o assunto da hora na internet, na mídia e em rodas de conversas. Segundo seus propagandistas, promete verdadeiros milagres em se tratando de emagrecimento.

Porém, de acordo com médicos endocrinologistas, a história não é bem assim. Segundo eles, a medicação só deve ser tomada com recomendação médica e na dosagem certa, pois cada paciente é único e requer um tratamento adequado a sua necessidade. Eles também alertam, sobre o perigo da compra de forma clandestina, de origem duvidosa e sem procedência, inclusive do Paraguai.

Muito cuidado e nunca inicie um tratamento sem acompanhamento de um profissional médico.

Violência contra mulheres

Estamos com 30 dias do ano de 2026 e já temos 11 casos de feminicídio no Estado - número até o fechamento da edição. Em 2025, o Rio Grande do Sul registrou 80 assassinatos de mulheres. Os números assustam e o alerta vermelho há muito tempo já foi acionado. As agressões partem de todas as classes sociais e os dados apontam um índice absurdo de violência contra a mulher.

A violência, na maioria das vezes, acontece perto de núcleos familiares e de amigos. Se você conhece ou vive essa realidade busque ajuda. Disque o 180, ele funciona 24 horas.

Não espere ser uma vítima, não faça parte do índice de violência contra as mulheres, juntas temos força e somos capazes de enfrentar e dar um basta nestes homens covardes e criminosos.

O MANGÁ BRASILEIRO: DO DESCONHECIMENTO AO RECONHECIMENTO

Aqueles que aceitam o mundo do jeito que ele é são os verdadeiros covardes.

Makeinu Seiten Taisei

Parte 2

Com a consolidação do mangá como uma mídia de grande alcance no Japão, sua linguagem visual e narrativa passou a influenciar outros países, inclusive o Brasil. Embora o termo "mangá" seja utilizado no Japão para designar histórias em quadrinhos de forma geral, no Ocidente ele passou a ser associado exclusivamente às produções japonesas, criando uma separação conceitual entre quadrinhos nacionais e estrangeiros. No caso brasileiro, a fixação do mangá ocorreu, em grande parte, devido à queda nas vendas dos quadrinhos norte-americanos e ao crescente sucesso das animações japonesas exibidas na televisão aberta, especialmente a partir da década de 1980.

A presença da comunidade japonesa no Brasil teve papel fundamental nesse processo. Desde o início do século XX, o país recebeu um grande número de imigrantes japoneses, que trouxeram consigo sua língua, costumes e manifestações culturais. Inicialmente, o consumo de mangás restringia-se aos descendentes nipônicos, colecionadores e pesquisadores, mas, com o passar do tempo, essas obras passaram a alcançar um público mais amplo. Ainda assim, a produção nacional inspirada no estilo japonês encontrou diversas barreiras para se estabelecer de forma consistente.

Apesar de existirem tentativas de consolidação de uma indústria de mangás brasileiros, muitas delas não conseguiram se sustentar devido à falta de investimento, apoio institucional e reconhecimento do público. A ausência de políticas públicas voltadas para o incentivo à produção cultural e a valorização excessiva de obras estrangeiras contribuíram para esse cenário. Esse fenômeno pode ser associado ao conceito da "síndrome de vira-lata", cunhado por Nelson Rodrigues, que descreve a tendência do brasileiro de se colocar em posição inferior frente a produções de outros países, mesmo quando há potencial criativo nacional evidente.

Outro fator determinante é o alto nível de exigência do público brasileiro, que, habituado à qualidade técnica e narrativa das produções internacionais, tende a desvalorizar obras nacionais em estágio inicial de desenvolvimento. Essa comparação desigual não se restringe apenas ao mangá, mas também a outras áreas artísticas, como cinema, literatura e jogos. Além disso, diferentemente do Japão, onde há investimento direto na formação de artistas e na indústria cultural, no Brasil essas produções ainda são vistas majoritariamente como entretenimento, e não como um setor estratégico de desenvolvimento cultural e econômico.

Mesmo diante dessas dificuldades, observa-se nos últimos anos um movimento de renovação impulsionado principalmente pela internet. Plataformas digitais possibilitaram maior visibilidade aos artistas independentes e facilitaram o contato direto entre criadores e leitores. Editoras recentes, como a Shonen West e a KariKari, surgiram com a proposta de publicar mangás nacionais, ainda que enfrentem inúmeros obstáculos para se consolidar no mercado. Esses esforços demonstram que, embora o caminho seja árduo, existe uma busca constante por legitimar o mangá brasileiro como uma linguagem própria e relevante.

No que diz respeito à publicação de mangás, o mercado japonês apresenta um sistema altamente competitivo, baseado em concursos, avaliações editoriais e rankings de popularidade. Apenas uma parcela mínima dos aspirantes consegue viver exclusivamente de sua arte, enquanto muitos enfrentam jornadas exaustivas, pressão psicológica e instabilidade profissional. Essa realidade é retratada de forma crítica em obras como Bakuman, que expõe os bastidores da indústria e os sacrifícios exigidos dos mangakás. Essa perspectiva contribui para compreender que o ideal romantizado da profissão muitas vezes esconde um ambiente marcado por exploração e desgaste físico e emocional.

Ao longo deste trabalho foi possível observar que o mangá deixou de ser visto apenas como um produto infantil e passou a abranger uma ampla diversidade temática, atingindo públicos de diferentes faixas etárias. Essa expansão contribuiu para seu reconhecimento enquanto forma de expressão artística complexa, capaz de abordar questões sociais, psicológicas e filosóficas. No entanto, no contexto brasileiro, esse reconhecimento ainda ocorre de forma limitada.

Nas considerações finais, conclui-se que, apesar das dificuldades estruturais e da desvalorização histórica, o mangá brasileiro possui potencial para crescer e se afirmar. Ainda existem criadores dispostos a persistir, buscando apoio de fãs, plataformas digitais e iniciativas independentes. O desenvolvimento de uma visão menos desdenhosa sobre a produção nacional e o fortalecimento de políticas de incentivo cultural são fatores essenciais para que esse cenário se transforme. Assim, o mangá brasileiro permanece como um caminho difícil e ainda pouco explorado, mas repleto de possibilidades para aqueles que insistem em transformar sua arte em resistência e identidade cultural.

Acadêmico Felipe Gomes do Nascimento

TCC apresentado no curso de Artes Visuais – Bacharelado – na Universidade de Passo Fundo.

PARABÉNS PARA:

DIA 30
GILMAR JACOB
JOÃO C. DOS SANTOS
ANTONIO WUNSCH

DIA 31
ANA VIAPIANA

DIA 1º DE FEVEREIRO
CLEBERSON GUTH

DIA 2
MARIA Z. RUARO

DIA 3
MARCOS H. SCHELL
EDITE GELAIM
NOELI G. GENZ
NELDO NEUHAUS

DIA 4
RODRIGO JOSÉ MALEICO
MARCO ANTONIO DA SILVEIRA

ALUGA-SE

- Espaço comercial no prédio Viva Vida em Três de Maio. Capacidade para dois consultórios, sala de recepção, cozinha e banheiros independentes. Preço acessível. Tratar pelo telefone: 9 9607-3569.

- Apartamento no centro de Santa Maria. Preço acessível. Tratar pelo fone: 9 9607-3569

De participante a instrutor, e de aluno a tutor

Trajetória do associado da Unitec Odirlei Costa, no Senar-RS, evidencia como a formação o transformou em multiplicador de conhecimento

A educação, aliada à qualificação profissional no meio rural, transforma rotinas e amplia oportunidades. Entre essas histórias está a de Odirlei Costa, associado da Unitec, que iniciou sua trajetória como participante de cursos do Senar-RS, avançou como aluno e hoje atua como instrutor e tutor da entidade.

Seu percurso na entidade ilustra como a formação continuada pode redefinir caminhos no campo, despertando habilidades e promovendo encontros que mudam rumos.

Em um intervalo de alguns anos, Odirlei percorreu novamente esse caminho, desta vez não mais como participante e aluno, mas como instrutor e tutor, devolvendo ao campo parte do conhecimento recebido.

De porteiras abertas para o aprendizado, conheceu o Senar-RS ao participar de cursos ainda durante a graduação em Engenharia Florestal. Ele conta que o primeiro curso realizado foi o de Reflorestamento. "Participei desse curso e, depois, sempre que tive oportunidade, fiz outros. Desde aquela época também realizo cursos pela plataforma EaD do Senar", relata.

Anos depois, em 2016, Odirlei soube da oferta do Curso Técnico em Agronegócio da Rede e-Tec Brasil no Senar em Cruz Alta, e passou a integrar a primeira turma. "Fiquei sabendo da oferta por e-mail, pois já realizava os cursos na plataforma EaD do Senar. Me inscrevi, fui aprovado e iniciamos as aulas em março de 2016. A formatura ocorreu em março de 2018", lembra.

Alguns anos após a conclusão do curso, o egresso retornou às mesmas salas de aula, desta vez como tutor, compartilhando o conhecimento adquirido.

Educação e capacitação que transformam e fazem a diferença no campo

Odirlei foi credenciado no Senar-RS no fim de 2022 e iniciou a atuação como instrutor no início de 2023. "Já no primeiro curso que realizei na faculdade, em que o instrutor era o hoje colega engenheiro florestal Roberto Magnos Ferron, despertou o interesse em, um dia, também me tornar instrutor", recorda.

Atualmente, ele ministra os cursos Básico de GPS – Sistema de Posicionamento Global, Cadastro Ambiental Rural (CAR), Educação Ambiental, Fruticultura - Tecnologia de Poda, Jardinagem, Implantação do Pomar e Tratos Culturais e Reflorestamento. "O compartilhamento do conhecimento é uma realização pessoal e profissional. A troca de experiências proporciona desenvolvimento coletivo e aprimoramento das habilidades pessoais."

Segundo ele, ser instrutor credenciado no Senar-RS traz um sentimento de propósito, por contribuir de forma positiva com as pessoas atendidas pelos cursos.

Na sala de aula, a oportunidade de compartilhar conhecimento e experiência

Junto à instrutoria, veio o convite para atuar como tutor presencial no polo de Cruz Alta, no mesmo curso do qual é egresso. No segundo semestre de 2023, cinco anos após a formatura, Odirlei iniciou a atuação como tutor presencial no polo e passou a ministrar as unidades curriculares Assessoria, Consultoria e Inovação no Agronegócio e Planejamento da Produção e Sustentabilidade do Agronegócio.

Odirlei Costa é associado da Unitec e instrutor e tutor do Senar-RS

Para Odirlei, ser tutor representa a oportunidade de compartilhar conhecimento e experiência na área rural, contribuindo para o desenvolvimento profissional de alunos e para o fortalecimento do setor agropecuário.

Ele destaca que ter sido aluno da primeira turma do Curso Técnico em Agronegócio e retornar como tutor é reviver uma história marcada por amizades e aprendizado profissional, agora transmitido aos novos alunos que trilham o mesmo caminho em busca de novas realizações.

Evolução que é motivo de orgulho e motivação

O também tutor presencial do Senar no polo de Cruz Alta, Marcelino Colla, foi professor de Odirlei ao longo do curso.

Para Colla, que presta serviços ao Senar-RS desde a criação da entidade, há 33 anos ver o ex-aluno, como colega no Senar-RS e na Unitec é motivo de satisfação. "Vê-lo atuando como instrutor e tutor é a concretização do que foi prospectado. Ter um egresso do curso contribuindo com a formação de novos profissionais é a realização de um professor, pois vemos o conhecimento sendo multiplicado."

A presidente da Unitec, Izabel Cristina Dalemolle, também instrutora do Senar-RS, destaca que é gratificante acompanhar a evolução profissional de um associado. "Essa trajetória não é apenas um marco pessoal e profissional para o Odirlei, mas uma inspiração para todos. Estamos sempre aprendendo, e essa evolução traz novas experiências e conhecimentos que beneficiam a coletividade", ressalta.

Odirlei reside em Horizontina e é engenheiro florestal e engenheiro agrônomo, com especialização em Gerenciamento Ambiental. Também é técnico em Agronegócio, técnico em Administração e, atualmente, é estudante do Curso Técnico em Fruticultura no Colégio Politécnico da Universidade Federal de Santa Maria.

GELAIN advogados
Bel. Saul Gelain
OAB/RS 13.851
Bel. Kácio L. Gelain
OAB/RS 68.992
Fone/Fax: (55) 3535-1341
Av. Sen. Alberto Pasqualini, 655 - Três de Maio

MENSCH
ADVOGADOS ASSOCIADOS
Manfredo Erwino Mensch - OAB/RS 21.658
Pedro Alexandre Mensch - OAB/RS 30.214
Jorge Antonio Mensch - OAB/RS 34.734
Schirley Farias Mensch - OAB/RS 68.265
(55) 3539-1194 Rua São João, 476 - Centro - Independência
(51) 3013-9107 Rua Taquary, 355 - Cristal - Porto Alegre
contato@menschadvogados.com.br

BOTTON E CHAGAS
Advocacia e Consultoria Jurídica
Bruna Siqueira Botton
ADVOGADA
OAB-RS 125.888
55 99959-2750
Jordana das Chagas Simm
ADVOGADA
OAB-RS 121.136
55 99969-4592
Rua Horizontina, 420 - sala 02
Ao lado da Gráfica Vilani - Três de Maio

BRITA CERESER
(55) 3535-3399
USA FÁCIL
MASSA ASFÁLTICA ENSACADA
NUNCA FOI TÃO FÁCIL TAPAR BURACOS
Pedras para calçamento e para construção civil
(alicerce, pó de brita e brita número 1, 2 e rachão)
Av. Santa Rosa, 655 - Três de Maio

Padaria São Francisco
Temos Delivery
PÃO - DOCES - SALGADOS
Aceitamos encomendas!
55 3535-2572 / 55 3535-8857
Três de Maio

BNS
ADVOGADOS ASSOCIADOS
www.bnsadvogados.com.br
55 3535-2616
Carlos Waldemar Blum
OAB/RS 30.910
Maiara Luisa Neuberger Muller
OAB/RS 86.093
Rafaela Elis Klauck Serafim
OAB/RS 67.013
Daiane Schneider Leviski
OAB/RS 120.521
Av. Sen. Alberto Pasqualini, 210 / 2° Andar - Três de Maio - RS

CECCON
CORRETOR DE IMÓVEIS

R. Expedicionário Bertoldo Boeck, 475, Centro
Três de Maio/RS
CRECI: 49.923

- RENTABILIDADE - VELOCIDADE NA LOCAÇÃO
- SEGURANÇA - PRESERVAÇÃO DO PATRIMÔNIO
- ASSESSORIA COMPLETA

ACESSE O SITE E VEJA NOSSAS OFERTAS

www.cecconcorretordeimoveis.com.br

(55) 3535-8585
(55) 99962-7378
(55) 99987-1881

CRÉDITO PARA COMPRAS À VENDA

Vendo crédito, já pago, de R$ 1.310,50 nas Lojas Quero-Quero, em nome de Pedro Alvino Davies, livre escolha para compra. Interessados devem entrar em contato com Rubens, pelos telefones 3535-9750 ou 99613-6193.

SERVIÇOS TRÊS DE MAIO

UNICAR AUTO SOM
ALARMES - PELÍCULAS - SOM AUTOMOTIVO
VIDROS ELÉTRICOS
Rua Horizontina, 384 - perto do Mercado Benedetti
Telefones: 3535-1441 / 9.9956-9397

ELETROCAR
POSTO AUTORIZADO PELO INMETRO
PARA AFERIÇÃO DE TACÓGRAFO
BR-472 - Três de Maio
Telefone: 3535 - 2290

MOTORGIRUS
Rua Santa Clara, 15
Telefone: 3535-8953

DS MOTORS
SERVIÇOS AUTOMOTIVOS
Rua São Roque, 654
Telefone: 9.8464-2008

ELETRICISTA E ENCANADOR NEI MAGALHÃES
Telefone: 9.9952-8033

TÁXI DO CARECA
Telefone: 9.9614-9060
Aceitamos PIX e cartões de crédito

Morada Sul empreendimentos

ASTOR KOLLING
CRECI 47186
ADEMIR INÁCIO RITTER
CRECI 68727

VENDE-SE

Casa em alvenaria, 2 quartos, sala, cozinha, garagem, portão eletrônico, muro e piscina.
Rua Carlos Bretin, 201, em Três de Maio.

55 3535-3313 55 99961-3543 (Astor)
Rua Padre Cacique, 1220 - Três de Maio/RS

OPORTUNIDADE PARA RENTABILIZAR COM LOCAÇÃO

- Localizado no Bairro Guaíra
- Próximo da Setrem, Clube Guaíra e Poliesportivo
- Medindo 291,35m², o imóvel possui 5 quitinetes
- 8 placas solares
- Terreno amplo, murado e cercado

TERRENO TERRENO IMOBILIÁRIA
CRECI 25974 J

R$ 799.000

55 99654-5027
Rua Horizontina, 1648 - Sala 3
Centro - Três de Maio/RS
terrenoterreno terrenoterrenoimob

VEJA OUTROS 300 IMÓVEIS EM NOSSO SITE:
www.terrenoterreno.com.br

PERFIL Engenharia e Imobiliária

Acesse e saiba mais

Locação!

Aluga-se apartamento pequeno!
Mais informações pelo WhatsApp
(55) 9 9607-1636 Evandro

(55) 3535-1435 perfil_ei
Av. Buricá, 250 - Três de Maio

- Casa com 132m²
- Terreno com 640m²
- 03 dormitórios
- 02 banheiros
- 02 salas
- Cozinha
- Lavanderia
- Despensa
- 01 vaga de garagem
- Espaço para mais 02 veículos no corredor da garagem
- Piscina grande
- Quiosque com churrasqueira, 01 banheiro e 01 depósito

CASA SOBRADO

MAHALO Investimentos Imobiliários
CRECI 26308J

(55) 9 9971-9070

R$ 980.000,00

CRISTIANO GRENZEL
CORRETOR DE IMÓVEIS
CRECI 51046F

55 9 9676-0141
cristianogrenzel.com.br
Rua Mato Grosso, nº 675

VIVA A EXCLUSIVIDADE QUE VOCÊ MERECE!

R$ 1.150.000,00

Localizada em uma das regiões mais prestigiadas da cidade: o **Loteamento Dockhorn**. Garagem coberta para 2 veículos; 1 suíte com closet, 2 quartos espaçosos, sala de estar integrada, sala de jantar, cozinha planejada sob medida, 2 banheiros, 1 lavabo, área de lazer com piscina privativa, área de serviço funcional. Área construída de **214,62 m²**.

SIGA NAS REDES SOCIAS E NÃO PERCA NENHUMA OPORTUNIDADE
/CORRETORCRISTIANOGRENZEL
@CRISTIANO.GRENZEL.CORRETOR

ADILSON KOSCREVIC
CORRETOR DE IMÓVEIS • CRECI 60271 F

- COMPRA
- VENDA
- LOCAÇÃO

Trav. Praça da Bandeira, 75
Três de Maio-RS

55 3535.1126

CASA À VENDA

Casa mista, de aproximadamente 130m².
com 3 quartos. Tem porão. Terreno de 193m²

De R$ 250.000 por R$ **225.000.00**

koscrevic.imoveis

Avaliações e orientações sobre o seu imóvel, seja para venda, compra ou locação. Venha fazer bons negócios!