OPINIÃO

redacaomantiqueira@mantiqueira.inf.br

Nem tudo precisa ser resolvido imediatamente

VERUSKA MATAVELLI PRATA MAZIERO
Psicóloga- CRP 04/79749
Instagram: @psiveruskamaziero



Vivemos com uma espécie de urgência permanente. Se surge um problema, queremos uma solução. Se aparece uma dúvida, procuramos uma resposta. Se sentimos alguma coisa que não entendemos, recorremos rapidamente a explicações. Até o sofrimento parece precisar de uma conclusão.

Há algo curioso nisso: nem sempre queremos compreender o que nos acontece; muitas vezes, queremos apenas fazer com que pare de acontecer.

Sentir tristeza, por exemplo, pode provocar imediatamente a busca para parar de sentir-se triste. Diante da ansiedade, queremos controlá-la. Perante uma relação que atravessa dificuldades, buscamos decidir se devemos ficar ou partir. Diante de uma escolha, queremos ter certeza de que estamos fazendo a coisa certa. Como se a vida pudesse ser organizada em problemas e soluções. Mas nem tudo funciona assim.

Existem sentimentos que precisam de tempo para serem compreendidos, elaborados. Nem sempre temos uma resposta pronta para aquilo que sentimos. E talvez seja justamente aí que começa uma possibilidade de escuta mais honesta de nós mesmos.

Uma tristeza pode esconder uma perda que ainda não reconhecemos. Uma irritação pode ter relação com algo que ultrapassa o acontecimento daquele dia. Uma dificuldade de escolher pode revelar não falta de decisão, mas o conflito entre desejos diferentes. Nem tudo está exatamente onde parece estar.

Isso não significa procurar um significado escondido para cada comportamento ou transformar qualquer desconforto em um grande problema. Significa apenas admitir que somos mais complexos do que as respostas rápidas que costumamos oferecer sobre nós mesmos. Há momentos em que insistir em encontrar uma solução imediata pode nos afastar daquilo que realmente está acontecendo.

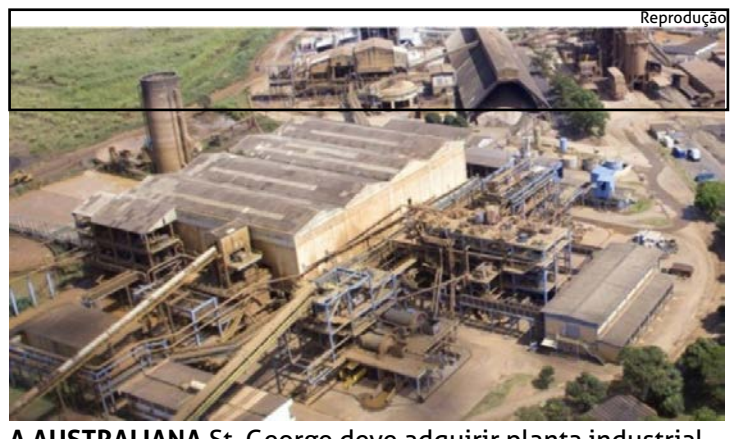
Algumas decisões amadurecem enquanto seguimos vivendo. Algumas perdas precisam ser sentidas antes de serem compreendidas. Certos desejos só aparecem quando deixamos de tentar responder ao que os outros esperam de nós.

A pressa também pode ser uma forma de não entrar em contato com aquilo que incomoda, uma forma de se livrar do que de alguma maneira nos atravessa. Mas, nem tudo precisa ser resolvido hoje. Há questões que pedem uma decisão. Outras pedem silêncio, tempo, conversa, reflexão. Algumas simplesmente precisam ser atravessadas.

Talvez maturidade também tenha a ver com suportar, por algum tempo, a ausência de respostas. Não porque devemos permanecer indefinidamente na dúvida, mas porque certas coisas só se tornam claras depois que deixamos de forçá-las a fazer sentido. A vida não é uma equação em que cada incômodo precisa produzir imediatamente uma solução.

COLUNA MG

Rede de Notícias do Sindijori MG
www.sindijorimg.com.br



Reprodução

A AUSTRALIANA St. George deve adquirir planta industrial da Mosaic em Araxá, arrendada pela Companhia de Desenvolvimento Econômico de Minas Gerais

Araxá

A mineradora australiana St. George apresentou uma proposta para adquirir a planta industrial da Mosaic em Araxá, no Alto Paranaíba. A empresa vê na aquisição a oportunidade de ampliar e antecipar seu projeto de nióbio e terras raras no município. Representantes da St. George se movimentaram, nos últimos dias, para avaliar e precificar os ativos da Mosaic. O complexo da Mosaic em Araxá está paralisado desde abril, quando a empresa também anunciou o interesse em vender seus ativos. (Jornal Interação)

**

Caratinga

A Viação Riodoce Ltda. anunciou que vai encerrar as atividades de transporte urbano de passageiros em Caratinga. A informação foi divulgada pela própria empresa. De acordo com o aviso, a operação será encerrada no dia 18 de novembro de 2026. A empresa informou ainda que a decisão já foi comunicada oficialmente ao Município de Caratinga, por meio de uma notificação extrajudicial. O anúncio levanta questionamentos sobre como ficará o transporte coletivo urbano no município após a saída da empresa e quais medidas serão adotadas pela Prefeitura para garantir a continuidade do atendimento à população. (Diário de Caratinga)

**

Uberlândia

Até o fim de setembro de 2026, Uberlândia registrou 55.498 veículos com o IPVA em atraso. Os dados oficiais partem da Secretaria de Estado de Fazenda de Minas Gerais. Dessa maneira, a inadimplência no município atinge 16,84% de toda a frota tributável, que conta com quase 330 mil automóveis. Ao todo, os débitos com o imposto somam R$ 53,7 milhões na cidade. Esse valor equivale a 9,03% de todo o total lançado para o município em 2026. Por outro lado, a maior parte dos motoristas manteve os pagamentos em dia. Mais de 274 mil proprietários quitaram o imposto, gerando uma arrecadação de R$ 541,1 milhões aos cofres públicos. (O Regionalzão)

Juiz de Fora

Juiz de Fora chegou a 150 imóveis demolidos desde as chuvas de fevereiro, conforme levantamento atualizado com dados divulgados pela Prefeitura de Juiz de Fora (PJF). Entre terça-feira (3) e sexta-feira (6), a Defesa Civil realizou outras 37 demolições em três bairros da cidade. O Jardim Natal concentrou a maior parte das intervenções, com 30 edificações demolidas no período. As demais demolições ocorreram nos bairros Costa Carvalho, com seis imóveis, e Grajaú, com um. As ações fazem parte das medidas adotadas pela Administração municipal para reduzir os riscos nas áreas atingidas pelo desastre climático de fevereiro. (Tribuna de Minas)

**

Uberaba

A aguardada fábrica de fertilizantes da Atlas Fertilizantes em Uberaba, inicialmente prevista para entrar em operação em 2028 e posteriormente projetada para 2031, depende de contratos comerciais e financiamento que deverão avançar em 2027. A empresa prevê concluir a etapa de engenharia no próximo ano e, na sequência, tomar a decisão final de investimento para iniciar a construção, estimada em 36 meses. O empreendimento poderá receber US$ 1,1 bilhão, cerca de R$ 6 bilhões, e produzir 530 mil toneladas anuais de nitrato de amônio. (Jornal da Manhã)

**

Itabira

A Agência Nacional de Mineração encerrou o nível de emergência do Sistema Pontal, localizado na Mina Cauê, em Itabira, na última quinta-feira (29/10). Com isso, a Vale não tem mais nenhuma estrutura em nível de emergência na cidade. A retirada de nível de emergência ocorreu devido ao aumento das condições de estabilidade da estrutura, decorrente da finalização das obras de reforço do Dique Minervino, concluídas em dezembro de 2025. As atividades resultaram em melhorias significativas nos fatores de segurança, atendendo aos requisitos estabelecidos por lei. (Itabira Notícias)

Poços Promove celebra formatura das turmas Jovem e Mulher, no dia 13 de novembro

Divulgação



Poços de Caldas, MG - A Prefeitura de Poços de Caldas, por meio da Secretaria Municipal de Assistência Social, realiza a solenidade de formatura da 13ª edição do projeto Poços Promove Jovem e da 8ª edição do Poços Promove Mulher. A cerimônia será realizada no dia 13 de novembro, às 19h, no CENACON, e celebra a conclusão dos cursos por 28 jovens e cinco mulheres, que participaram de atividades voltadas ao desenvolvimento pessoal e profissional e à preparação para o mundo do trabalho.

Os projetos são realizados em parceria com a Associação Criança Feliz e contam com a participação das instituições SOS – Serviço de Obras Sociais, Casa do Caminho e Instituto A.

O Poços Promove Jovem é destinado a adolescentes e jovens em situação de vulnerabilidade social, encaminhados pelos serviços da Secretaria Municipal de Assistência Social, como CRAS, CREAS e instituições de acolhimento. Durante a capacitação, os participantes desenvolvem habilidades como comunicação, empatia, proatividade, responsabilidade, automotivação e trabalho em equipe, além de atividades de autoconhecimento e construção de projetos de vida.

Já o Poços Promove Mulher tem como objetivo ampliar as oportunidades de inserção profissional de mulheres em situação de vulnerabilidade social. O curso aborda temas como autoestima, autoconhecimento, papel social da mulher, comportamentos no ambiente de trabalho, elaboração de currículos, preparação para entrevistas de emprego, noções de informática e planejamento de vida.

Além de oferecer conhecimentos técnicos e comportamentais, as iniciativas buscam fortalecer a autonomia dos participantes, reconhecer suas potencialidades e ampliar as possibilidades de acesso ao mundo do trabalho. "O Poços Promove Jovem e o Poços Promove Mulher são iniciativas que vão muito além da simples transmissão de conhecimento. São projetos que transformam vidas, que empoderam e que oferecem oportunidades para que nossos jovens e mulheres possam construir um futuro mais promissor", ressalta a secretária municipal de Assistência Social, Marcela Carvalho.

A solenidade representa a conclusão de uma etapa importante na trajetória dos participantes e destaca o trabalho desenvolvido em conjunto pela rede de assistência social e pelas instituições parceiras. "Ao longo do percurso, nossos formandos tiveram a oportunidade de desenvolver habilidades essenciais para o mercado de trabalho, como proatividade, empatia, trabalho em equipe e comunicação. Além disso, puderam refletir sobre seus projetos de vida e descobrir suas potencialidades", ressalta a coordenadora da Divisão de Proteção Social Básica e supervisora do projeto, Lívia Rossi.

SERVIÇO
Formatura Poços Promove Jovem e Poços Promove Mulher
Data: 13 de novembro de 2026 (sexta-feira)
Horário: 19h
Local: CENACON
Endereço: Avenida Vereador Edmundo Cardillo, 3.500 – Poços de Caldas.

PUBLICAÇÃO LEGAL

Atas
Editais
Convocações

Confira edição digital no site:
www.jornalmantiqueira.com.br

PREFEITURA MUNICIPAL DE AREADO - MINAS GERAIS
AVISO DE LICITAÇÃO - PROCESSO N° 097/2026
PREGÃO ELETRÔNICO N° 036/2026

Objeto: **REGISTRO DE PREÇO** visando futura e eventual aquisição de mobiliário e equipamento para Creche do Bairro do Rosário, conforme condições e especificações contidas no Termo de Referência - Anexo I do Edital e seus anexos. A sessão pública deste Pregão Eletrônico será realizada no dia 24/11/2026 às 12:40 horas, proposta cadastrada até o dia 24/11/2026 às 12:30 horas, perante o sistema eletrônico provido pelo(a) **Portal de Compras Públicas** no endereço eletrônico **https://www.portaldecompraspublicas.com.br.** O Edital estará disponível através dos Sites: **https://www.portaldecompraspublicas.com.br. https://areado.mg.gov.br/** e no Portal Nacional de Contratações Públicas (PNCP). Informações pelo telefone (35) 3293-1333, 3293-3500 ou e-mail: **compras@areado.mg.gov.br** - Areado, 09/11/2026





D4Sign 01a1c60b-2243-7090-8e24-0602a66deb5b - Para confirmar as assinaturas acesse https://secure.d4sign.com.br/verificar
Documento assinado eletronicamente, conforme MP 2.200-2/01, Art. 10º, §2. Brasil

JORNAL MANTIQUEIRA DIGITAL 10 11 26 PUBLICACAO LEGAL EDITAIS AVISOS DE LICITACAO CONVOCACOES COMUNI

Código do documento 01a1c60b-2243-7090-8e24-0602a66deb5b

Assinaturas

EMPRESA JORNALISTICA POCOS DE CALDAS LIMITADA:18176958000101
Certificado Digital
anuncio@mantiqueira.inf.br
Assinou

Eventos do documento

10 Nov 2026, 12:19:51
Documento 01a1c60b-2243-7090-8e24-0602a66deb5b **criado** por JOSÉ VICENTE ALVES (ca49e68d-46f3-4834-93a7-ce5b731a8f9c). Email:anuncio@mantiqueira.inf.br. - DATE_ATOM: 2026-11-10T12:19:51-03:00

10 Nov 2026, 12:20:39
Assinaturas **iniciadas** por JOSÉ VICENTE ALVES (ca49e68d-46f3-4834-93a7-ce5b731a8f9c). Email: anuncio@mantiqueira.inf.br. - DATE_ATOM: 2026-11-10T12:20:39-03:00

10 Nov 2026, 12:20:58
ASSINATURA COM CERTIFICADO DIGITAL ICP-BRASIL - EMPRESA JORNALISTICA POCOS DE CALDAS LIMITADA:18176958000101 **Assinou** Email: anuncio@mantiqueira.inf.br. IP: 179.190.176.133 (179-190-176-133.alares.network porta: 40408). Dados do Certificado: C=BR,O=ICP-Brasil,OU=AC CONSULTI RFB,CN=EMPRESA JORNALISTICA POCOS DE CALDAS LIMITADA:18176958000101. - DATE_ATOM: 2026-11-10T12:20:58-03:00

Hash do documento original
(SHA256):724bbfda24810525555ca318131b4e098a8181c5d207084f933af9bb7334d3e7
(SHA512):a16a4f290acb0fdaea38650a96b4a04b78e61dee0ed84c2cec53a173a766388ac87b6136f500d4ca54552a5b0372c869d14f3dcc4367ce4cee3e0106df31c0a5

Esse log pertence **única** e **exclusivamente** aos documentos de HASH acima

Esse documento está assinado e certificado pela D4Sign
Integridade certificada no padrão ICP-BRASIL
Assinaturas eletrônicas e físicas têm igual validade legal, conforme **MP 2.200-2/2001** e **Lei 14.063/2020**.