

A HORA

GRENAL

PATROCINADORES:

LOJA **sommer** casa e construção

Postos **Fórmula**

VILMAR VIDROS®

FARMÁCIAS **São João**

Airton Corretor de Seguros

MAK SERVIÇOS

PFG oficina especializada mitsubishi

Certel

MELHORES DO CAMPEONATO

ALAN PATRICK É ELEITO O CRAQUE DO GAUCHÃO

Com predominância de atletas do Inter, Federação Gaúcha de Futebol divulgou a Seleção e os Melhores do Campeonato Gaúcho

Caetano Pretto
caetano@grupoahora.net.br

A Federação Gaúcha de Futebol – FGF divulgou a Seleção e os Melhores do Campeonato Gaúcho 2025. A seleção, feita a partir dos votos dos associados da Associação dos Cronistas Esportivos Gaúchos - ACEG, elegeu jogadores, treinador, arbitragem e dirigente. Também foram reconhecidos os desempenhos individuais, como o artilheiro e o craque da competição.

Campeão invicto do Gauchão, o Inter foi o clube com mais representantes na Seleção. O Colorado emplacou seis atletas: Anthoni, Vitão, Victor Gabriel, Bernabei, Fernando e Alan Patrick. Além disso, o Internacional ainda teve o técnico Roger Machado escolhido como melhor treinador, o presidente Alessandro Barcellos como melhor dirigente e o meia Alan Patrick recebendo o prêmio de craque do campeonato.

A segunda equipe com mais representantes foi o Juventude. Campeão do Interior, o Papo teve o volante Jadson e o meia Jean Carlos entre os melhores. Completam a Seleção, o lateral-direito Daniel, do São José, o atacante Braithwaite, do Grêmio, e o atacante Galego, do Ypiranga, que também foi o artilheiro da competição, com oito gols.

Representando a arbitragem gaúcha, o árbitro Lucas Horn, o árbitro assistente Tiago Augusto Kappes Diel e o árbitro de vídeo Marcello Ignácio Domingues Neto foram os escolhidos.

Capitão colorado, o camisa 10 Alan Patrick foi eleito melhor meio-campista e craque do Gauchão 2025

PREMIADOS

GOLEIRO: Anthoni - Inter

LATERAL-DIREITO: Daniel - São José

ZAGUEIRO: Vitão - Inter

ZAGUEIRO: Victor Gabriel - Inter

LATERAL-ESQUERDO: Bernabei - Inter

VOLANTE: Fernando - Inter

VOLANTE: Jadson - Juventude

MEIO-CAMPO: Alan Patrick- Inter

MEIO-CAMPO: Jean Carlos - Juventude

ATACANTE: Galego - Ypiranga

ATACANTE: Braithwaite - Grêmio

TÉCNICO: Roger Machado - Inter

DIRIGENTE: Alessandro Barcellos - Presidente do Inter

ARTILHEIRO: Galego - Ypiranga

CRAQUE: Alan Patrick- Inter

ÁRBITRO: Lucas Horn

ÁRBITRO ASSISTENTE: Tiago Augusto Kappes Diel

ÁRBITRO DE VÍDEO: Marcello Ignácio Domingues Neto

Soluções em instalação e manutenção elétrica e hidráulica

CAPELÃO

INSTALADORA

Assistência técnica autorizada das marcas Meber, Lorenzetti e Zagonel

Rua Germano Berner, nº 181, Centro de Lajeado | Telefone (51) 98412 1674

MUNICÍPIO DE BOM RETIRO DO SUL

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 03/2025

Licitação pública para aquisição tintas e materiais de pintura. Sessão pública: 08/04/2025 às 09h00, através do site www.portaldecompraspublicas.com.br. Edital disponível no site www.bomretirodosul.rs.gov.br. Celso Pazuch - Prefeito Municipal

OPINIÃO

MIGUEL LUCIAN

Personal Trainer e Coordenador do Circuito dos Vales

PENSE NISSO HOJE PARA SE SENTIR ORGULHOSO NO FUTURO

Hoje, com a minha forma atual de ver e analisar, eu gostaria de ter feito várias coisas diferentes há 10 anos atrás.

Longe de me sentir arrependido ou ser amargurado por isso, mas reconheço que com uma dose a mais de maturidade, minhas escolhas teriam sido diferentes. Por mais que todas as minhas experiências ajudaram a construir o que sou hoje, muitas das minhas atitudes poderiam ter me levado para outros caminhos e/ou ter alterado positivamente a minha posição atual.

Dinheiro poderia ter guardado mais, bebida poderia ter ingerido menos... Em alguns momentos me imposto, em outros ter ficado em silêncio...

Refletindo sobre o passado, penso sobre o futuro: há 10 anos, imaginar como tudo seria uma década à frente era pedir demais, tinha a sensação que o tempo nunca passaria para mim. Mas, para a surpresa deste que vos escreve, esse tempo passou e tenho fortes suspeitas que continuará passando.

Assim, de certa forma, aprendi que o futuro (mesmo o distante) chega, e o que faço agora determina o que eu serei e como estarei "lá na frente".

Sabendo disso, te convido a imaginar como estaremos daqui a 10, 20 ou 30 anos...

Mas vamos ir além, não vamos nos limitar a pensar apenas em dinheiro, aposentadoria e investimentos. Como estará o nosso corpo? Não falo de

estética, falo de saúde e de funcionalidade.

A minha geração (tenho 34 anos) depende muito menos da atividade física do que a geração de meus pais e avós para prover o necessário. As gerações seguintes a mim, ainda menos do que a minha.

Com isso, entendemos que a forma com que as gerações anteriores envelheceram será bem diferente das atuais.

Ainda mais levando em consideração o seguinte contexto: vivemos em uma sociedade que oferece opções de alimentos altamente energéticos e exige de nós cada vez menos esforço diário. Essa combinação torna nossos corpos mais pesados e nossos músculos mais frágeis, comprometendo nosso organismo e gerando prejuízos em nossa saúde física e mental.

Agora pensemos: se muitos adolescentes, jovens e adultos já estão sofrendo com isso, o que será dessa população quando envelhecida?

A saúde não se compra no crédito! Saúde é um bem que precisamos pagar hoje para usufruir no futuro.

Inverter essa ordem, gera um risco muito grande de pagarmos um preço muito alto lá na frente.

O Miguel do passado demorou pra entender o que o do presente está tentando dizer: o tempo nunca para de passar! O que queremos para o futuro, precisa ser iniciado agora!

Que a nossa versão do futuro sinta-se orgulhosa e agradecida pelas escolhas que estamos fazendo no presente!

MUNICÍPIO DE POUSO NOVO

AVISO DE ADESÃO DE ATA DE REGISTRO DE PREÇOS – CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 04/2024 - CONSISA

O Município de Pouso Novo, Estado do Rio Grande do Sul, representado neste ato pelo Prefeito Municipal, Sr. Carlos Alberto Bonacina, torna público aos interessados a Adesão de Ata de Registro de Preços – Chamamento Público nº 04/2024 do Consisa (Consórcio Intermunicipal de Serviços do Vale do Taquari):

Objeto: Contratação de empresa para prestação de serviços de horas máquinas, com carga horária total a ser contratada pelo município de 440 horas, contemplando 01 Escavadeira Hidráulica, tendo peso mínimo de 16.000 kg. O início da execução dos serviços será conforme contato do secretário responsável com empresa a ser contratada.

Regência: Adesão de Ata de Registro de Preços – Termo de Credenciamento nº 097/2025 - Chamamento Público nº 04/2024 do Consisa. Lei Federal nº 14.133/2021

Valor da hora trabalhada: R\$ 343,60 (trezentos e quarenta e três reais e sessenta centavos) Vigência: O prazo de vigência da contratação é de 120 dias, com possibilidade de prorrogação conforme o (art.107, lei 14.133/21), limitado a igual período.

Contratado: Eco Máquinas e Veículos Ltda

GABINETE DO PREFEITO MUNICIPAL, EM 27 DE MARÇO DE 2025.

Carlos Alberto Bonacina
Prefeito Municipal