Leia outras notícias em observatoriodeourofino.com.br



Mercado Ótico: excelente investimento com bons resultados



Juliana Baptista lança livro"Fé Sem Maquiagem"



Págs. 5 e 6

Págs. 2, 3 e 4 Entrevista Toninho Miguel



Pág. 7









Bons conteúdos no site observatoriodeourofino.com.br

DITORIA

Autocuidado



Autocuidado é dedicar um tempo para si mesmo em meio a rotinas e obrigações diárias. Por todos os lados ouvimos ou vemos algum anúncio chamando nossa atenção em relação ao autocuidado. Para falar sobre o assunto,

é preciso olhar para um todo: pessoal, físico, emocional, social e espiritual.

Autocuidado é autoamor, aceitação, acolhimento. Tirar um tempo para tomar sol, caminhar, alongar-se, ter o seu momento de atividade física, automassagem, banho relaxante, dançar, cantar, ler... É dar uma pausa ao longo do dia, silenciar-se! Meditar, orar, respirar, dormir cedo, dormir bem! Fazer um check-up, fazer análise, terapia, praticar o autoconhecimento, cuidar de sua energia.

Reconhecer suas emoções, deixar ir tudo que já passou, perdoar, ressignificar, ser livre, escutar suas necessidades, dar ouvido ao "seu sentir", saber dizer não. Nutrir sua positividade, abrir-se para o novo.

Ter um tempo com a natureza, se permitir e ter o seu momento de silêncio. Ouvir seu coração, vivenciar seu momento presente, bem presente! Não racionalizar tanto, vivenciar seu tempo com alegria e gratidão.

Refletir sobre a vida, sobre seus propósitos, se presentear... nunca esquecendo de valorizar seus talentos e qualidades. Ir em busca de seus sonhos e do seu crescimento pessoal.

Observe suas sensações e emoções... escute seu corpo. Olhe para suas dores e seus sentimentos. Busque entendimento e suas respectivas respostas.

Ter autoamor é acolher-se. Ser livre é aceitar a si mesmo. É tempo de olhar para si como um todo. Deixarei aqui 5 dicas de autocuidado:

- 1. Organize seu espaço;
- 2. Escreva o que sente;
- 3. Medite, ore;
- 4. Caminhe ao ar livre;
- 5. Cuide do seu sono.

(Gláucia Pennacchi é terapeuta, psicanalista, espiritualista, trabalha com massagens terapêuticas e proprietária do Espaço Terapêutico Bem Estar e Equilíbrio)

EXPEDIENTE .

Revista Observatório de Ouro Fino

Uma publicação da empresa Observatório de Ouro Fino Publicidade e Conteúdo LTDA CNPJ 40.815.393/0001-06

Rua Floriano Peixoto, 157, Centro, Ouro Fino,

Minas Gerais CEP 37.570-000

E-mail:contato@observatoriodeourofino.com.br

Telefone: (35) 3181-0802

WhatsApp: (35) 99832-1146

Jornalista responsável: Neuber Fischer MTB 0073446SP

Diagramação: Paulo Henrique Shadow

Impressão: Print Publicação mensal

Tiragem 1 mil exemplares Distribuição gratuita

Mercado Ótico: excelente investimento com bons resultados

Texto: Tati Bueno

O mercado óptico no Brasil tem se mostrado um excelente caminho para quem busca investimentos seguros e com bons resultados. Nos últimos anos, esse nicho encontrou uma aceleração frequente na demanda por produtos. Isso mostra o potencial de um setor de amplas oportunidades. Conforme o IBGE, um número aproximado de 100 milhões de pessoas precisa de correção óptica, das quais 68 milhões ainda desconhecem essa necessidade. Segundo uma pesquisa da Abióptica, mais de 70% dos usuários de óculos de grau consideram os óculos muito importantes para o dia a dia.

A moda e a tecnologia foram fatores que elevaram o setor nos últimos anos. Por um lado, houve um avanço no design das armações, criando tendências. Por outro, o desenvolvimento tecnológico das lentes trouxe modelos cada vez mais modernos, como as características antirreflexos e espessuras cada vez mais finas, bem como fluxos de produção automatizados.

Em relação aos hábitos dos consumidores, os fatores que incitam as compras são a necessidade para leitura, trabalho e moda. Além disso, há uma preferência por serviços que praticam bons preços, qualidade de atendimento, vitrines atrativas e variedade de modelos, bem como promoções e brindes.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta que metade da população do planeta será míope em 2050.

Mercado óptico cresce em Ouro Fino

De acordo com Maísa Goncalves de Almeida, chefe de Cadastro e Tributo da Prefeitura de Ouro Fino, existem hoje 13 óticas na cidade. Das 13, apenas 5 são associadas na Associação Comercial, Industria e Agrícola de Ouro Fino (ACIA).

Nossa reportagem conversou com a empresária Andrea Ramalho Guimarães, proprietária da Ótica Paris, para entender esse "boom" no aumento de óticas na cidade.

Questionada sobre como vê esse crescimento, ela é enfática: "Isso é ótimo, quanto mais óticas tiverem, melhor. É tão engraçado falar isso, mas com o aumento da população que hoje está envelhecendo com mais qualidade de vida e precisando mais de óculos, quanto mais concorrente, maior a valorização do trabalho. Antes, a cada 10 clientes, eu vendia 8 para adultos e 2 para crianças, mas de 2022 para cá, a cada 10 clientes, vendo 5 para adultos e 5 para



Empresária Andrea Ramalho Guimarães, proprietária da Ótica Paris



crianças. Atualmente, a recomendação dos pediatras é levar a criança a partir de três anos ao oftalmologista, porque com essa idade já estão com alergia, coceira, já estão graduados, principalmente devido ao uso do celular. Por isso que foi desenvolvido a tecnologia *Blue Filter*, que é o antirreflexo recomendado para as telinhas, o que ajuda muito."

Clínica Móvel de Oftalmologia gratuita em Ouro Fino

Há um tempo atrás, as consultas ao oftalmologista eram mais restritas. Em 2023, a cidade contou com consultas gratuitas, no mutirão de consultas oftalmológicas, realizado duas vezes na cidade. De acordo com o Diretor de Saúde do Município de Ouro Fino, Francisco Ceccon, o Chico da Farmácia, foram oferecidas 2 mil consultas.

Andrea ressalta a importância deste mutirão: "Ajuda as pessoas a terem mais acesso ao exame. Houve 40 consultas por dia em cada bairro. No mês que aconteceu esse mutirão, nossa loja vendeu o dobro. O pessoal não pagou a consulta e pode investir nos óculos e em uma lente melhor. Isso faz toda a diferença."

Em janeiro deste ano já tivemos o primeiro mutirão de consultas.



Ótica Paris, estilo para ver e ser visto

Oportunidade de trabalho

O mercado ótico oferece uma excelente oportunidade de trabalho com piso salarial diferenciado, mas nem todos conhecem essas informações. Andrea destaca como é difícil achar mão de obra especializada: "quem entra no ramo de ótica não sai mais. O pessoal do ramo fala que está mais difícil mão de obra especializada, pois é a mais complexa. Se as pessoas soubessem de tal informação, iriam fazer um curso técnico, pois não basta ser atendente ou vendedor, precisa ter conhecimento específico na área. Quem estudar e começar a trabalhar em uma ótica, só tende a crescer." Andrea relembra que seu curso durou 5 anos, com aulas práticas. "Hoje não tem isso, ficou muito mais fácil e o pessoal não tem essa visão ainda, não enxergou a oportunidade. A pessoa que se especializa, nunca fica desempregada."

Ótica Paris

Andrea relembrou o início no mercado ótico: "Eu sempre gostei de animais, amo animal até hoje. Primeiro trabalhei na Ótica Prado, por 8 anos. Depois, trabalhei na Clínica Ouroclin com um oftalmologista. Comecei a fazer o curso para auxiliar de oftalmologia em São Paulo, que me abriu um leque de oportunidades. Nessa mesma época eu cursava faculdade de psicologia e continuei trabalhando na clínica. Quando me casei e já estava tranquila, pensei em abrir um pet shop. Meu marido foi o primeiro a dizer que eu estudei, me formei, ralei, e que o que eu sabia fazer de melhor era trabalhar em ótica. Então ele comprou o ponto para eu montar a ótica. Isso foi em outubro de 2012. O primeiro ano foi difícil, porque já tinham as outras óticas, os clientes eram fiéis, no começo foi preciso trabalhar para abrir o mercado. Já no segundo ano, as pessoas começaram a conhecer a ótica e então a cada ano conquistamos cliente novos, com bom atendimento e promoções. 80% dos clientes já são fiéis e confiam no nosso trabalho. Nesse ano a clínica completa 12 anos e para mim. melhorou muito."

Uma das promoções diferencia-

das na Ótica Paris é a lente Varilux com 50% de desconto. "Há anos existe tal promoção. É uma lente diferenciada, digitalizada, que custa no mercado R\$ 2.200,00. Em nossa ótica, o cliente paga R\$ 1.100,00. Para ter o desconto, é necessário fazer um cadastro do cliente para gerar um cupom. Esse cupom irá para o e-mail do cliente. É necessário a confirmação desse e-mail com o número do cupom e da garantia para gerar o pedido. Nem todas as óticas oferecem essa promoção e muitas vezes encaminham o cliente para cá."

Além do ótimo atendimento personalizado para cada cliente, Andrea é muito dinâmica e antenada nas novidades que chegam toda hora. Inclusive, todo ano marca presença na Expo Óptica, maior feira do Brasil com todos os lançamentos de lente e armação. "A parte da manhã é destinada para aprendizado com palestras, à tarde são aulas sobre os lançamentos, e por fim, o desfile. Todas as óticas recebem credenciais. Eu levo sempre minhas colaboradoras. Isso faz toda a diferença, você ganha todas as amostras de lentes, fora a presença das celebridades que assinam as coleções e que nos recebem com muito carinho." Andrea revela que a marca da Ana Hickmann é a mais cara e mais vendida hoje no mercado. "As pessoas entram na loja já perguntando dos modelos da Ana."

A Ótica Paris fica na rua Treze de Maio, 221, no centro de Ouro Fino. Telefone e WhatsApp 35-99935-5030. Sinta-se em casa com o melhor atendimento da cidade.

Pelos olhos de um oftalmologista

Nossa reportagem conversou com Dr. Paulo R. F. Macedo, oftalmologista há 48 anos, os primeiros 3 anos exercendo a profissão em São Paulo, sua cidade natal, e 45 anos em Ouro Fino. "Meu pai era oftalmologista, professor em São Paulo e toda minha formação foi feita lá, inclusive minha residência. Ele me ajudou muito, mas quando eu comecei trabalhar, eu vi que não tinha como concorrer com meu pai, pois enquanto ele fazia 25 consultas por dia, eu fazia uma por semana. Acabei



Dr. Paulo R. F. Macedo, oftalmologista há 45 anos em Ouro Fino

vindo para Ouro Fino e estou aqui há 45 anos. Sou cidadão ouro-finense, minha decisão foi a mais feliz, meus filhos cresceram aqui eu devo muito para essa cidade."

Nesses 45 anos atendendo em Ouro Fino, dr. Paulo diz que aumentou o número de pessoas que precisam de correção. "Muitos precisam em decorrência do uso do celular que lamentavelmente é um bem, mas é um mal também porque as pessoas não sabem usar. Li uma reportagem em uma revista médica dizendo que a grande maioria dos jovens será míope, porque ficam muito tempo com celular e isso para vista é muito ruim, pois força muito. Além disso, os meios de comunicação hoje exigem muito da gente: ou você está no computador, ou no celular ou na televisão, o dia inteiro. Você se obriga a usar os olhos para tudo. Antigamente não tinha televisão e muitos não sabiam ler".

Ao questionar o oftalmologista se existe algo que possa amenizar a situação, ele é enfático na resposta: "não, porque hoje o celular é uma realidade. Ele veio para ficar. Raramente você recebe um cheque. quase não existe mais dinheiro em mãos. A maioria das pessoas só usa o celular, ele faz tudo e cada vez mais ele se torna uma peça fundamental. Não há como reverter esse processo."

Dr. Paulo afirma que não gosta de

celular nem de computador, é avesso a tecnologia. "Eu sou obrigado a trabalhar com ele porque minhas fichas estão todas no sistema. Mas durante seguramente 40 anos, eu trabalhava com ficha, receitas à mão. Hoje não existe mais. Todo mundo faz receita no computador e é perfeita, sem margem de erros."

Dr. Paulo relembrou que na gestão do prefeito Maurício, a pedido do mesmo, ele atendeu pelo SUS, 40 pacientes por mês, sem fazer diferença dos que eram atendidos em sua clínica. Uma curiosidade sobre o oftalmologista que provavelmente muitos nem saibam é que ele realizava palestras sobre drogas, educação sexual, e ainda fazia curso de noivos, 2 vezes por ano. Tudo isso foi motivação para que há 5 anos atrás, Dr. Paulo recebesse o Título de Cidadão Honorário Ouro Finense pela Câmara Municipal.

Expectativas e tendências para 2024

As tendências de 2024 podem ser vistas em breve na Expo Óptica Brasil, evento programado para ocorrer entre os dias 10 e 13 de abril, no Expo Center Norte, em São Paulo. O evento é excelente para o consumidor que busca produtos de alta qualidade, com foco em marcas e valores transparentes. Então, explorar boas práticas de governança é essencial.

As informações sobre o evento e os serviços oferecidos já estão disponíveis no site oficial.









Andrea com Deborah Secco, Ana Hickmann e Sabrina Sato na Expo Óptica Brasil



Juliana Baptista lança livro "Fé Sem Maquiagem"



Texto: Tati Bueno

A escritora ouro-finense Juliana Baptista de Oliveira Sales lançou o livro com o título *Fé Sem Maquiagem*, uma obra focada na obediência a Deus no contexto familiar. O evento de lançamento aconteceu em janeiro no Teatro Municipal de Ouro Fino e contou com o show do cantor evangélico Wesley Godoy.

Nossa reportagem conversou com Juliana e ela contou sobre como foi o processo de escrever o livro e curiosidades da obra, também explicou alguns assuntos que ela aborda no livro, tais como: dicas para os homens, perdão, empreendedorismo, empoderamento feminino, divisão do lar, casamento, como ouvir a voz de Deus e contou como foi a transição de carreira, de maquiadora profissional à escritora.

Segundo Juliana, não tinha, até então, pretensão de ser escritora. Sempre gostou de ler desde criança. Sobre a maquiagem, ela enfatiza que não saiu do seu coração, pois é uma profissão que ama muito, mas dentro de sua casa, no quesito relacionamento, estava difícil, porque na

Bíblia diz que o homem tem que ser o "cabeça da casa".

Juliana ainda informa que reconhece ter sido uma pessoa muito mandona, e assim sendo, acabou pegando o lugar do marido, e consequentemente "carregando um peso que não era dela", como se estivesse carregando sozinha a casa nas costas, sendo que, segundo suas diretrizes, esse peso não deve ser da mulher, e sim do homem.

Juliana diz ainda que Deus a ensinou ser submissa, o que às vezes pode ser muito difícil para a mulher da atualidade, já que a todo momento se confirma que a mulher tem que ser empoderada, a "fortona", a bam-bam-bam, mas segundo a Bíblia, o homem que é o chefe da casa.

Um certo dia, em sua oração, Deus conversou com ela, pedindo que ela entregasse as obrigações do lar para seu esposo.

Na mesma hora ela gravou em seu stories, informando que estava pensando em parar com a maquiagem, sendo exatamente o que aconteceu. Ela conversou com o esposo e ele não se opôs a ideia, porque foi bem na época da pandemia e ela já não tinha muito trabalho.

Logo após decidir parar, Juliana comprou uma mentoria para aprender algo diferente que tinha vontade de fazer: vender cursos online. A ideia inicial foi trabalhar ensinando o empreendedorismo, algo que ela consegue explicar muito bem para as pessoas. Mas no seu coração, sentia que não era aquilo que deveria fazer. Foi quando ela percebeu que a autora da mentoria que havia comprado, também era autora de alguns livros, tomando logo em seguida a decisão de parar com a venda de cursos e escrever um livro. Nesse momento a inspiração surgiu, se sentou à mesa e começou a escrever.

Juliana ressalta que quando o leitor observa o título de seu livro, acredita que o tema não é sobre casamento, mas quando começa a ler, o enredo é sobre casamento e Deus.

De acordo com Juliana o foco do livro é para as mulheres, mas ela ressalta que os homens podem ler também porque apesar do título, quando o leitor entra no universo do livro, vai entender que como ouvir a voz de Deus pode mudar todo o curso de sua história, pois sua história só mu-

dou devido a isso.

Questionada se pretende continuar escrevendo outros livros, Juliana nos contou que sim e que inclusive o próximo livro já está em produção. A intenção é que seja um devocional bíblico para ler ao acordar. Ela escritora e também utilizar seu perfil no Instagram para continuar motivando as mulheres a cuidarem bem de seus lares. Agora espera ser chamada para dar palestras em igrejas para falar sobre casamento e outros assuntos citados no livro.

ficado como um livro de fé. Em breve estará disponível em PDF e audiobook na voz da autora. O livro físico pode ser adquirido através do perfil de Juliana Baptista no Instagram, pelo valor de R\$ 37,90. A obra pode ser enviada para todo o Brasil, com





Entrevista Toninho Miguel

Toninho Miguel, ouro-finense, advogado, 43 anos, casado com Thessa, pai do Tomás e da Stella. Foi Secretário de Governo, Administração e Finanças na gestão do Dr Mauricio, na Prefeitura de Ouro Fino, por 8 anos, de 2013 a 2020.

1 – Seu nome é um dos mais cotados para concorrer à prefeitura de Ouro Fino, você realmente será candidato? E por qual partido?

É uma enorme honra e orgulho ter minha pessoa colocada pela população com potencial capacidade de gestão para ser um candidato à Prefeito da cidade que eu nasci e que eu amo. Acredito que seja fruto do reconhecimento do nosso trabalho na Prefeitura ao lado do Dr Mauricio, em uma administração que recuperou e revolucionou nossa terra, e também da minha essência de ser um ourofinense apaixonado e que vive intensamente todos os cantos da cidade e próximo da nossa gente. Porém, as convenções para escolha de candidatos acontecerão somente em julho e agosto, então, temos ainda alguns meses, respeitando as leis e os prazos eleitorais, não havendo no momento nenhuma definição sobre candidatura. Temos prazo para filiação eleitoral até 6 de abril. Com muita humildade e responsabilidade vamos analisar todo o contexto político e estarei à disposição da minha cidade como cidadão, seja como candidato ou não.

2 – E por que você quer se candidatar?

Uma candidatura não pode nascer de um desejo próprio, de um projeto individual. Eu não tenho nenhuma ambição pessoal ou projeto de poder. Estou realizado na minha profissão, graças a Deus. Mas por outro lado, se houver um conjunto de fatores, com força e mobilização da sociedade, com uma construção conjunta da população e de lideranças, em prol de um projeto de gestão que a cidade necessita, e hoje necessita muito, não podemos nos furtar de participar, até porque a política



verdadeira feita com boa fé e aliada a gestão eficiente transforma a vida das pessoas para melhor. Foi assim que fizemos nos 8 anos de mandato do então Prefeito Maurício, hoje nosso Deputado Estadual.

3 - Seu sogro foi prefeito de Ouro Fino e certamente irá te apoiar, você teme alguma comparação com ele?

De forma alguma. Dr Mauricio foi um dos grandes prefeitos da história de Ouro Fino. Sua gestão foi aprovada por mais de 90% da população, e eu tive a honra e o privilégio de ser seu braço direito na Prefeitura, participar ativamente da administração e do progresso que a cidade teve. Depois fui o coordenador da sua vitoriosa campanha para Deputado Estadual, com mais de 52 mil votos, sendo mais de 12 mil votos somente aqui em Ouro Fino. Ele é um exemplo de homem público, de gestor, e sempre será um grande parceiro. É o principal incentivador de um projeto que recoloque Ouro Fino nos trilhos do desenvolvimento econômico e social.

4 - O que você acha que Ouro Fino precisa urgentemente?

Primeiro retomar uma gestão eficiente e séria, comprometida com a entrega de resultados para a população. Não dá para administrar uma cidade com quase 40 mil habitantes, que tem quase 1.500 km de estradas rurais, com muitas necessidades do povo do campo e da cidade, sem ter rigor com o dinheiro público, sem controle e sem comando. Administrar é tomar decisões, ter coragem. Menos propaganda e mais trabalho. O fracasso é querer agradar todo mundo, fazer conchavos, usar a máquina pública para politicagem. Temos uma cidade maravilhosa, de gente trabalhadora e acolhedora, de novas gerações que querem morar aqui, não ir embora. O povo ourofinense anseia e precisa é de geração de oportunidades. Oportunidade de um trabalho digno, de uma saúde e educação de qualidade, de empreender, abrir seu próprio negócio e dar certo, gerar emprego e renda, que seja visitada por turistas. Uma gestão pública competente que entregue resultados efetivos, é o principal motor para a geração destas oportunidades, que vão recolocar Ouro Fino nos trilhos e trazer desenvolvimento.



Leia o conteúdo completo em observatoriodeourofino.com.br



09-01 Luiz Gonzaga, que iniciou a carreira em Ouro Fino, entra para Livro dos Heróis e Heroínas da Pátria

11-01 Laércio J. Carvalho lança livro Caminho do Ouro/Ouro Fino – Paraty

16-01 Literature-se — encontros literários em Ouro Fino

17-01 Combate a dengue segue em Ouro Fino

18-01 Vem aí o Festival de Música Autoral de Ouro Fino

19-01 Influencer Vanessa Guedes realiza 1° Desfile Rural

20-01 Edgar Fonseca, novo presidente da Academia Ouro-finense de Letras e Artes (AOLA)

22-01 Inaugurado Espaço de Lazer e Campo de Bocha do Alto

24-01 Câmara Municipal devolve recursos à Prefeitura

25-01 Orley Zerbinatti lança livro 'Cantinho da Recordação'

30-01 Não retire ninhos de aves das casas - Alerta Defesa Civil

30-01 Polícia Civil investiga morte de mulher em Ouro Fino









Assine
o Observatório
de Ouro Fino
e receba
nossa revista
impressa em
casa ou
empresa



Mais informações com Tati Bueno pelo WhatsApp 35 99964-7779



Bons conteúdos no site observatoriodeourofino.com.br