

“Não podemos
aceitar esse retrocesso
disfarçado de corte de
gastos”

AGENDA MOVIMENTADA

Max tem dia histórico à frente do governo

Governador garante gás para Mato Grosso

Fotos Reprodução



Mauro Mendes ressalta que com o contrato firmado com o governo boliviano, os mato-grossenses terão vários benefícios

O governador Mauro Mendes (DEM) garantiu na semana passada o abastecimento de gás natural a longo prazo, ao assinar um novo contrato com o governo boliviano garantindo que o gás chegue a Mato Grosso.

PG.04

FLÁVIO STRINGUETA:

PG.05

“Os maiores causadores de morte no país são os políticos corruptos”

MELANOMA

PG.10

“Protetor solar não é suficiente”, diz especialista

Fotos Reprodução



Câmara doa mais de 10.000 absorventes que foram arrecadados pela Sala da Mulher

PRIMEIRA-DAMA MÁRCIA PINHEIRO AGRADECEU PARCERIA DA CÂMARA MUNICIPAL NOS PROJETOS SOCIAIS EM CUIABÁ

■ EDITORIAL

Falta consciência na hora de usar o cartão de crédito

Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor (Peic), realizada pela Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC) em parceria com o Instituto de Pesquisa e Análise da Fecomércio (IPF-MT), mostra que mais uma vez o uso do cartão de crédito continua a ser o principal fator de endividamento das famílias, e o motivo é simples, a maioria dos brasileiros não sabe utilizar o cartão.

A batalha de todo mês é organizar as parcelas de modo a não comprometer ainda mais o fluxo de caixa e acabar caindo na ciranda de juros da dívida mais cara do mercado: o rotativo do

cartão de crédito. Porém, essa briga geralmente é perdida. O problema está longe de ser pontual, não apenas pela quantidade de pessoas com as contas fora de compasso, mas porque a economia se comporta como um sistema. O dinheiro que falta às famílias para pagarem suas contas, também falta a outros segmentos, como o comércio, os serviços e a indústria, e geralmente faz com que as pessoas recorram ao cartão para complemento das despesas familiares.

O acesso aos produtos financeiros também ficou mais fácil para a população, em função da expansão da rede de agências das

instituições financeiras e do uso do desenvolvimento tecnológico, que possibilita a facilidade de acessar os produtos via Internet, o que reduz distâncias e custos. O chamado Marketing de Consumo.

E é esse consumo inconsciente que faz com que as dívidas cresçam. Afinal, se não tiver dinheiro, recorre ao cartão de crédito, que por hora resolve o problema, mas faz com que uma verdadeira bola de neve comece a se formar, terminando por fazer com o que seria solução, se torne o vilão das finanças familiares.

■ ARTIGO

É preciso falar sobre o VLT com maior seriedade

Desistir de um sonho, ainda mais quando se está perto de conquistá-lo, não é fácil. A transformação da mobilidade urbana de Cuiabá e Várzea Grande passa pela finalização das obras do VLT (Veículo Leve sob Trilhos), que está há nove anos parada e corre o risco de ser abortada.

Abriremos nos próximos dias um debate com a sociedade para que o povo tenha voz por meio de um plebiscito. Nele, cidadão e sociedade organizada poderá expor suas avaliações quanto a troca, ou não, de modal. Fato é que Mato Grosso pagou cerca de R\$ 1 bilhão pelos trilhos, vagões e demais equipamentos do VLT. Vamos desperdiçar tudo? Madri, Berlim, o Rio de Janeiro tem VLT, e Cuiabá vai ficar fora da modernização?

Em uma vistoria realizada em maio junto com o vereador Sargento Vidal constatamos a boa condição dos vagões que estão estacionados no Centro de Comando Operacional. É possível terminar o VLT, que trará maior fluidez no trânsito, maior qualidade de vida aos cidadãos e maior segurança nos deslocamentos.

O VLT é um patrimônio da sociedade mato-grossense, e passa constantemente por manutenções técnicas para garantir sua boa condição de uso. É preciso priorizar a população e seu bem estar. É preciso que haja união entre todos os poderes para deixarmos um legado ao povo de Mato Grosso.

Além de todos os benefícios em relação à sociedade, o VLT tem

tecnologia de ponta, protege o meio ambiente e melhora significativamente a aparência arquitetônica e urbanística das cidades.

Não fizeram uma pesquisa, e sequer ouviram as lideranças políticas pela decisão de trocar de modal.

Gostaríamos de ser ouvidos, mas sem a polarização criada entre apoiadores do BRT e do VLT. É preciso imparcialidade, amor pela sociedade, porque quem vai usar o transporte diariamente são os trabalhadores, estudantes e a população em geral, nós, os políticos, certamente iremos andar no VLT apenas no dia da inauguração, por curiosidade. O modal é para o povo!

Defendo maior debate. Defendo ampla consulta pública e

que, caso o VLT seja “enterrado”, que seja por escolha da maioria e não uma decisão monocrática, sem diálogo e baseada em inverdades.



Juca do Guaraná Filho é presidente da Câmara Municipal de Cuiabá, bacharel em Direito e empresário

EXPEDIENTE

NOTÍCIA
max

Diretor Executivo

Max Feitosa - DRT 2142/MT

Diretora Administrativa

Michely Terra Milas

Diretor Comercial
Carlos MilasDiretora Administrativa
Fabiana TomasiDiretora Financeira
Rayhanny Lima

Jornalista: Valdemar Félix - DRT 1008/MT

DISTRIBUIÇÃO: Cuiabá, Várzea Grande e Baixada Cuiabana
A opinião dos articulistas não representa necessariamente a opinião do jornal, sendo responsabilidade de seus autores.

M S TERRA MILAS EIRELI - ME - CNPJ 34.682.339/0001-37

Endereço: Rua Primavera Numero:286

Bairro: Bosque da saúde

CEP 78050-030

"CUIABÁ POR ELAS" / REDAÇÃO /

Câmara doa mais de 10.000 absorventes que foram arrecadados pela Sala da Mulher

PRIMEIRA-DAMA MÁRCIA PINHEIRO AGRADECEU PARCERIA DA CÂMARA MUNICIPAL NOS PROJETOS SOCIAIS EM CUIABÁ

União entre poderes. Essa frase descreve o atual momento vivido pelo Executivo e Legislativo Municipal. Nesta semana, a primeira-dama da Capital, Márcia Pinheiro, se reuniu com o presidente da Câmara Municipal, Juca do Guaraná Filho (MDB), juntamente com a primeira-dama da Casa, Amabilla Camargo, para receber uma doação de mais de 10 mil absorventes para campanha 'Cuiabá por Elas'.

O projeto tem como finalidade a arrecadação de absorventes para adolescentes e mulheres em situação de pobreza extrema, amenizando o constrangimento e reforçando os cuidados com a saúde delas.

O ciclo menstrual é o termo científico para as alterações fisiológicas que ocorrem nas mulheres férteis que têm como objetivo a reprodução sexual e fecundação.

A ação foi desenvolvida em parceria com a Sala da Mulher, situada na Casa de Leis, fortalecendo as políticas públicas referentes ao público feminino.

Segundo Márcia, o encontro serviu para estreitar as parcerias voltadas ao setor social do município, demonstrando sensibilidade e empatia do Poder Público.

"Obrigada a toda equipe da presidência e Sala da Mulher pela sensibilidade e empatia, pois é unindo forças que vamos dirimir o sofrimento de tantas mulheres da nossa Cuiabá. Gratidão", disse a primeira-dama.

O presidente Juca parabenizou a iniciativa de Márcia e se colocou

à disposição para colaborar no que for preciso.

"Quero parabenizar a primeira-dama pela ideia, os servidores que fizeram doações e também a Sala da Mulher pelo empenho na arrecadação dos absorventes que irão ajudar as mulheres que estão em situação de vulnerabilidade social».

Ainda segundo Márcia, pesquisas apontam que muitas mulheres não têm condições financeiras de adquirir o produto e, em muitos casos, acabam se sentindo excluídas da sociedade, improvisando objeto com outros materiais inadequados e não recomendados pelos profissionais da saúde.

A secretária municipal da Mulher, Luciana Zamproni, adiantou que as doações alcançarão aquelas que vivem em situação de rua, imigrantes e alunas do projeto Siminina.

Já Amabilla Camargo classifica a conquista como positiva e frisa que só foi possível chegar até aqui, graças à boa aceitação que o Cuiabá para Elas alcançou perante a população e servidores.

"Muitas pessoas ajudaram, servidores também contribuíram. Agradeço o convite que a dona Márcia, a nossa primeira-dama, fez para a Sala da Mulher, e quero dizer que estamos dispostos para ajudar em todos os projetos que contribuem para o bem estar da população cuiabana", pontuou.

A coordenadora da Sala da Mulher, Thamires Rondon, destacou a relevância do trabalho que vem sendo desenvolvido pela Pasta, debatendo os interesses comunitários.

Fotos Reprodução



CONTRATO COM A BOLÍVIA - DA REDAÇÃO

Mauro garante fornecimento de gás natural para MT

GOVERNADOR RESSALTA QUE FOI ESTABELECIDO UM FIRME CONTRATO QUE GARANTE O FORNECIMENTO DA MATRIZ ENERGÉTICA AO ESTADO

Foto YPFB



Mauro Mendes ressalta que com o contrato firmado com o governo boliviano, os mato-grossenses terão vários benefícios

O governador Mauro Mendes (DEM) garantiu na semana passada o abastecimento de gás natural a longo prazo, ao assinar um novo contrato com o governo boliviano garantindo que o gás chegue a Mato Grosso.

O contrato terá vigência de cinco anos, a partir de janeiro de 2022, e pode ser prorrogado para mais cinco.

“Quando nós assinamos este contrato firme para cinco anos, com possibilidade de renovarmos por

mais cinco anos, estabelecemos um compromisso firme de compra e de venda de gás natural para Mato Grosso”.

O Estado através da companhia MT Gás está neste momento criando as condições para um amplo desenvolvimento dessa matriz energética em Cuiabá e expandindo a utilização para outras regiões do nosso estado”, pontuou o governador.

Com esse contrato os mato-grossenses terão vários benefícios, como

as empresas do Distrito Industrial que terão uma alternativa econômica e menos poluente para gerar energia, com isso aumentando a oferta de emprego e beneficia também os motoristas que quiserem aderir ao Kit Gás e terão uma economia estimada entre 30% e 38% em relação ao diesel, cerca de 50% em relação ao etanol, e de 30% na gasolina.

“O gás natural é uma matriz energética importante, e vai trazer muita economia para aqueles que utilizam

veículos e queiram fazer a conversão, bem como para as indústrias, gerando empregos”, afirma o democrata.

O secretário estadual de Desenvolvimento Econômico, César Miranda, que também acompanhou a assinatura do contrato, explicou que o contrato permite que Mato Grosso receba até R\$ 3,5 milhões de metros cúbicos de gás natural ao mês durante o ano de 2022 e, nos anos seguintes, pode chegar até 6,5 milhões de metros cúbicos até 2027.

“Com esse volume garantido, o gás passa a ser uma alternativa para as indústrias do estado, pois com a devida canalização o gás se torna uma opção mais barata que a energia elétrica, queima de lenha e gás de cozinha”, destacou.

Presidente da MT Gás, Rafael Reis pontuou que além de todos os benefícios já citados, o gás natural é uma matriz de energia que não polui o meio ambiente. O gestor relatou que o contrato vai permitir que a MT Gás intensifique os programas

para incentivar os consumidores a aderirem ao “kit gás”.

“Esse contrato vai garantir o abastecimento do GNC [Gás Natural Comprimido] que temos hoje, para os caminhões híbridos GNV-Diesel e para o gasoduto industrial, porque antes nós não tínhamos volume suficiente para atendê-los.

É uma garantia longa de atendimento e dá mais segurança para quem for converter seus carros para o gás natural”, declarou.

Flávio Stringueta:

“Os maiores causadores de morte no país são os políticos corruptos”

Nathany Gomes – Especial para o Notícia Max

Foto Reprodução



“hoje eu estou muito bem aqui na Segunda Delegacia de Polícia, um ambiente muito agradável, com pessoas comprometidas e o serviço é bem tranquilo, mais que na Gerência de Combate ao Crime Organizado (GCCO), mas a gente está tirando de letra”

“Já fui sondado por inúmeros partidos, fiz reuniões. As duas legendas que mais me chamaram atenção e que pode ser uma delas, são o PRTB e Patriotas. O PRTB tem o vice-presidente da República, Hamilton Maurão e o Patriotas poderá ter o presidente Jair Bolsonaro”

O delegado atualmente lotado na 2ª Delegacia de Polícia Civil da Capital, Flávio Stringueta, é o entrevistado da semana do Notícia Max. No último dia 25 ele conversou com a reportagem, quando afirmou ser contra instauração da pena de morte no Brasil. Segundo ele, a Justiça no país é falha e em casos de julgamentos errados, estes não poderão ser retratados, podendo levar inocentes à morte.

Stringueta defende que as milhares de mortes diárias, em sua maioria, estão ligadas à corrupção praticada por aqueles que se encontram no comando da esfera pública, superando, até mesmo, o extermínio por parte das facções criminosas.

À reportagem, o delegado comentou ainda acerca de seu posicionamento polêmico contra o Ministério Público Estadual (MPE) e adiantou também que a possibilidade de disputar as eleições de 2022 não está descartada e já recebeu diversos convites partidários para os agricultores e a perfuração de poços artesianos.

Notícia Max – Como o senhor vê as recentes mudanças dentro da PJC?

Flávio Stringueta - A diretoria da Polícia Civil quando ficou sabendo do primeiro artigo que eu fiz, ela tomou uma decisão no dia seguinte da publicação e na segunda-feira eu fui comunicado dessa decisão. Eu vejo que eles tomaram uma decisão precipitada e equivocada. Porque você exonerar um delegado de Polícia de um cargo por ter emitido uma opinião pessoal ela enfraquece a instituição, demonstrando que ela está refém de outra, no caso, o Ministério Público Estadual (MPE). Eu fui informado com todas as letras que a motivação era o artigo e o desconforto que gerou com o MPE, por ser uma pessoa de certa importância na Polícia e muito reconhecido. Foram essas palavras, mais ou menos que disseram. Se fosse outro delegado poderiam não ter feito isso, mas mesmo assim, eu vi como uma decisão precipitada, equivocada e que enfraqueceu ainda mais a enfraquecida Polícia Civil de Mato Grosso.

Hoje, eu vejo que os delegados têm medo de se expor por conta desse tipo de situação, eles não se manifestam em grupos abertos, mas no privado, falando comigo, eles disseram que não

apoiam a decisão da diretoria e que é um absurdo esse tipo de situação, se pôr refém de outra instituição. Mas hoje eu estou muito bem aqui na Segunda Delegacia de Polícia, um ambiente muito agradável, com pessoas comprometidas e o serviço é bem tranquilo, mais que na Gerência de Combate ao Crime Organizado (GCCO), mas a gente está tirando de letra, aprendendo a trabalhar com crimes que eu não trabalhava há algum tempo.

Notícia Max - O senhor foi o responsável pela operação que prendeu a alta cúpula do Governo Taques. Como analisa o processo? Acha que está parado?

Flávio Stringueta - Os procedimentos investigativos estão caminhando. A delegada Ana Cristina Feldner que está à frente, ela não me fala detalhes que são sigilosos, mas pela nossa amizade, a gente conversa sempre, ela me posiciona sobre quando que irá acabar alguns procedimentos, algumas coisas que estão em andamento, sem quebrar o sigilo das investigações. O que aconteceu nesse caso foi que em 2017, depois da prisão da alta cúpula do Governo Taques, levando em consideração que a PJC naquela época foi à única Polícia Civil do Brasil que prendeu secretários de governo em exercício, isso não foi bem administrado e digerido pela própria Polícia aqui do Estado. Depois da prisão deles, onde ficaram pouco mais de um mês, durante esse período o Taques – ex-governador – usou uma manobra jurídica e conseguiu se colocar como suspeito também dos grampos e que o Supremo Tribunal de Justiça (STJ) avocasse as investigações. Ele tem fórum prerrogativo de função e quem pode julgá-lo é somente o STJ. Isso atrapalhou, pois foram advogados os inqueritos e lá eles ficaram parados. Quando Pedro Taques saiu do governo, começo de 2019, que retornaram os inqueritos para ser dada continuidade. Então, essa quebra de sequência atrapalha bastante. Até que a doutora Ana Cristina conseguisse se inteirar novamente de tudo, como estava e como deveria ser feito, tem certo atraso, mas está a pleno vapor (os trabalhos) pelo que eu sei.

Notícia Max - No Brasil sempre houve a discussão sobre a adoção da pena de morte. O senhor é contra ou a favor?

Flávio Stringueta - Não sou a favor. Porque conheço bem os trâmites processuais e a gente vê que é muito fácil ter erros e sabemos que há em muitas condenações, caso haja em uma condenação dessa e a pessoa for morta por conta de uma decisão equivocada, não tem como voltar atrás, ou seja, eu sou a favor da pena de prisão perpétua, mas não a pena de morte. Alguns crimes com requintes de crueldades, como por exemplo, latrocínios, feminicídios, homicídios cruéis, demonstrando a psicopatia da pessoa, é prisão perpétua. Outro fator que me leva a não querer a pena de morte é que somente criminosos sem condições financeiras é que seriam os apenados. A gente

conhece bem a cultura brasileira, como funcionam as coisas por aqui e aqueles que conseguem chegar até os tribunais superiores para conseguirem serem revistas as decisões são somente as pessoas que tem ‘dinheiro’, outros coitados não tem. Uma coisa que eu sempre falo é que quem são os maiores causadores de morte no país são os políticos corruptos, esses matam muito mais que as facções criminosas do Brasil todas juntas, e esses não estariam entre os crimes que teriam pena de morte, por vários fatores eu sou contra.

Notícia Max - O nome do senhor é apontado como pré-candidato ao pleito de 2022, tem a pretensão de disputar a eleição?

Flávio Stringueta - Estamos conversando sobre isso. O que eu tenho rebatido e vou rebater eternamente, é que não foi para entrar na política que eu agi como eu agi. Não sabia, talvez por ingenuidade, que iria dar tamanha repercussão. No passado eu já tinha criticado o MPE e não entrei na política, isso em 2017. Eu estava em alta naquela época, na Grampolândia Pantaneira, e poderia ter me aventurado, mas não é isso e nem hoje a minha intenção de ser político. Eu estou com quase 24 anos na Polícia e é isso que eu sei fazer. Minha ideia era me aposentar tranquilamente e não falta muito tempo na corporação.

Notícia Max – Acredita, caso haja uma possível candidatura do senhor, que a sua popularidade conquistada será uma vantagem nas urnas?

Flávio Stringueta - O que eu vejo é que eu perdi espaço na Polícia. Essa turma que está hoje na diretoria era a minha turma, meu pessoal de confiança e vice-versa. Se as pessoas que eram minhas aliadas fizeram isso comigo, imagina aqueles que eu não tenho a mesma aliança. Eu acredito que a Polícia Civil hoje tirou meu espaço, embora como eu dissesse, eu estou muito bem aqui, mas acredito que estar aqui vá contribuir como eu gostaria para o bem da sociedade. São crimes muito leves, que não tem impacto na criminalidade mesmo quando apurados. Então, por conta disso tudo, a Política passou a ser uma possibilidade. Já fui sondado por inúmeros partidos, fiz reuniões. As duas legendas que mais me chamaram atenção e que pode ser uma delas, são o PRTB e Patriotas. O PRTB tem o vice-presidente da República, Hamilton Maurão e o Patriotas poderá ter o presidente Jair Bolsonaro – atualmente sem partido. O PRTB está um pouco à frente na minha preferência, porque eles não trabalham com fundo eleitoral, ou seja, quem quiser ser político pelo partido tem que custear sua própria campanha e eu acho que isso é essencial. O fundo eleitoral é abastecido com dinheiro público. Acho um absurdo uma pessoa ter a intenção de ser candidato e povo pagar para ele ser candidato.

Notícia Max – O senhor pretende voltar atrás e pedir desculpas ao MP sobre tudo que disse?

Flávio Stringueta - Voluntariamente não. Espontaneamente não. O que eu falei foi sobre imoralidades e não sobre ilegalidade. Não fiz nenhuma colocação mentirosa, pois a moralidade é algo subjetivo. O que é moral para um pode não ser para outro e em minha opinião aquelas situações eram imorais e não vejo motivos para ter que pedir desculpas porque eu emiti uma opinião que ela é subjetiva, cada um tem a sua. Caso o MP pediu na Justiça e o juiz determinar, decisão judicial a gente cumpre, mas espontaneamente e voluntariamente não vejo nenhuma necessidade de pedir desculpas.

O meu objetivo com tudo isso que aconteceu era mostrar para sociedade que a gente não deve ficar só na indignação e partir para ação. Se indignar e ficar comentando essas coisas só em rodas de amigos não é suficiente, o que eu quero é que melhorem às instituições.

Se o MP não percebeu que aquilo ali agredia a sociedade, eles não tiveram essa sensibilidade, eu achei que eu tinha o dever de alertar.

É uma instituição extremamente necessária e forte e, eu, gostaria que ela continuasse assim, porém melhor vista pela sociedade, pois estão sendo vistos com ‘olhares tortos’.

SOCIAL - DA REDAÇÃO

Ações de Virginia Mendes são referência nacional no combate às desigualdades sociais

Jornal Folha de São Paulo destacou os programas sociais idealizados por ela: Vem Ser Mais Solidário, Aconchego, Ser Família, Ser Família Emergencial entre outros



Com a chegada de novos voluntários, o projeto expandiu e hoje o grupo também ajuda pessoas carentes que vivem nas ruas da cidade de São Paulo

“Além de Mato Grosso ser o estado com a maior projeção de crescimento do Produto Interno Bruto (PIB) em 2021 no país, agora, também somos referência nacional em políticas de combate às desigualdades sociais!”.

O destaque é da primeira-dama Virginia Mendes, ao se referir à reportagem divulgada pelo jornal Folha de São Paulo, que destacou os programas sociais idealizados por ela: Vem Ser Mais Solidário, Aconchego, Ser Família, Ser Família Emergencial entre outros.

“Ao assumir a função de primeira-dama, minha missão foi cuidar do social, olhar para as necessidades de todos e desenvolver políticas públicas. O intuito dos programas é dar alento às famílias mais necessitadas, e acredito que estamos cumprindo esse objetivo.

Além das obras, o governo está cuidando de gente e tem conseguido priorizar o olhar social e atender àqueles que mais necessitam, principalmente neste momento de pandemia”, pontuou na reportagem

A publicação destaca que os programas tem ajudado a população carente do Estado, principalmente, durante pandemia, amenizando as dificuldades com distribuição de cestas básicas, cobertores, auxílio emergencial e transferência de renda.

As ações, de acordo com o jornal, tornaram-se referência nacional no combate às desigualdades sociais.

A Folha destaca que o “Estado com a maior projeção de crescimento do Produto Interno Bruto

(PIB) em 2021 no país, Mato Grosso é também uma referência nacional em políticas de combate às desigualdades sociais.

Principalmente pela implantação de programas permanentes e auxílios emergenciais que visam à redução das disparidades e dos impactos da pandemia do novo coronavírus sofridos mais intensamente pela população de baixa renda”.

A reportagem também destaca que “Programas como SER Família, SER Família Emergencial,

Vem Ser Mais Solidário e Aconchego ajudam a explicar por que Mato Grosso, com Índice de

Gini em 0,469, está entre os três Estados menos desiguais do país, na companhia de Santa Catarina (0,421) e Rondônia (0,455) – o índice varia de zero a um, onde zero é a ausência de desigualdade, e um, o máximo de desigualdade possível”.

A Folha ainda ressalta a entrega de 340 mil cestas básicas em 2020, sendo que em 2021 já foram mais de 534 mil, além

da entrega de cobertores através do Programa Aconchego.

“Mato Grosso é um estado rico, e precisamos diminuir o número de pessoas que vivem na linha da pobreza. Juntos, tenho certeza de que ampliaremos o trabalho social para diminuir essas dificuldades e auxiliar cada vez mais famílias”, afirmou a primeira-dama, principal responsável pelo desenvolvimento das políticas públicas sociais que são executadas pela Secretaria de Estado da Assistência Social e Cidadania (SETASC).

"RESSIGNIFICA PRO BEM" - DA REDAÇÃO

Jovens usam rede social para ajudar pessoas em situação de rua de Cuiabá e SP

Grupo liderado por universitários tem apoio da família e amigos e busca novos apoiadores para manter o projeto

Ressignifica pro Bem é um projeto social liderado por jovens universitários e que tem por objetivo arrecadar itens essenciais destinados a pessoas em situação de rua e famílias carentes de Cuiabá e São Paulo. O grupo usa as redes sociais para sensibilizar quem possa contribuir com roupas e alimentos e também para disseminar na sociedade empatia pelo próximo.

Na última quinta-feira (03.06), os voluntários do Resignifica pro Bem disseram distribuição de kit higiene, bolachas, suco, água e sanduíches no bairro da Mooca, em São Paulo. A ação contemplou cerca de 40 pessoas em situação de rua. Já no sábado (05.06), fizeram a entrega de cestas de alimentos, produtos de higiene, livros e roupas para 12 famílias no Jardim Videira, em Cuiabá (MT).

O projeto surgiu em julho de 2020 após a estudante Maria Júlia Fortunato assistir um vídeo que mostrava mantas sendo transformadas em sacos para dormir e a uma reportagem que falava sobre como fazer colchonetes e capas de chuva usando guarda-chuvas.

Inspirada nesses vídeos, Maria Júlia, que é cuiabana e cursa medicina em São Paulo, começou a mobilizar

familiares e amigos para arrecadar guarda-chuvas. Costureira, a avó Luzia Fortunato, deu grande contribuição na confecção dos sacos e logo, com apoio de parentes e amigos, já estava distribuindo a produção para pessoas que vivem nas praças de Cuiabá.

Com a chegada de novos voluntários, o projeto expandiu e hoje o grupo também ajuda pessoas carentes que vivem nas ruas da cidade de São Paulo com alimentos e produtos de higiene pessoal, tudo doado pela sociedade. A arrecadação é feita por meio das redes sociais do Resignifica pro Bem.

“Começamos montamos kit de higiene com máscara, escovas, creme dental, papel higiênico e sabonete. Também montamos kit alimentação com sanduíche, bolacha e fruta, além de sucos,

a c h o c o l a t a d o s , refrigerantes e água, e hoje já estamos entregando cestas básicas para famílias carentes”, pontua Giovanna Moraes, acadêmica de odontologia.

A médica Giovana Fortunato, mãe de Maria Júlia, é apoiadora do projeto. “São jovens extremamente sensíveis às causas sociais, com disposição para ajudar o próximo, e têm todo o nosso apoio”.



Com a chegada de novos voluntários, o projeto expandiu e hoje o grupo também ajuda pessoas carentes que vivem nas ruas da cidade de São Paulo

DIVULGAÇÃO

É por meio da internet que o grupo divulga o trabalho voluntário e busca novos apoiadores, além de tirar dúvidas, promover conexões entre as pessoas, a formação de parcerias e acompanhamento do nosso trabalho voluntário, concedendo a nós a oportunidade incrível para espalhar o bem a quem precisa”, ressalta Beatriz Quintam, acadêmica de psicologia.

para a manutenção do projeto. É por meio delas que viabilizamos um maior número de doações, promovemos conexões entre as pessoas, a formação de parcerias e acompanhamento do nosso trabalho voluntário, concedendo a nós a oportunidade incrível para espalhar o bem a quem precisa”, ressalta Beatriz Quintam, acadêmica de psicologia.

Além de falar sobre os desafios enfrentados por esses indivíduos, os voluntários também usam as redes sociais para divulgar possibilidades de emprego, organização de documentos, orientação sobre como ir a uma entrevista incluindo a falta de documento ou roupas para entrevistas de trabalho. “Isso nos possibilita sensibilizar e promover uma

conscientização aliada ao senso crítico para o público que nos acompanha.

Assim, o projeto tem recebido mensagens de apoio ou de gratidão por despertar um novo modo de olhar para essas pessoas, nos motivando cada vez mais”, finaliza Cauê Frungilo, acadêmico de engenharia.

COMO AJUDAR

ACESSE @RESSIGNIFICAPROBEM NO INSTAGRAM PARA VER DETALHES SOBRE ESTE TRABALHO VOLUNTÁRIO E SOBRE COMO CONTRIBUIR.

MAX RUSSI TEM DIA HISTÓRICO AO ASSUMIR O GOVERNO INTERINAMENTE

Enquanto esteve à frente do Executivo, Max Russi sancionou a Lei que cria Delegacia de Roubo de Cargas, prorrogou o feriado de Corpus Christi e discutiu a capacitação de vereadores

Fotos Mayke Toscano/Secom-MT

Presidente da Assembleia Legislativa, o deputado Max Russi (PSB) teve um dia histórico, ao assumir na última terça-feira (1) o comando do Governo do Estado, após o governador e o vice, Otaviano Pivetta, viajarem para a Bolívia durante esta data. Embora tenha ficado apenas um dia à frente do Executivo, Max teve uma agenda bastante movimentada, quando, entre outras coisas, sancionou a Lei que cria Delegacia de Roubo de Cargas e prorrogou o feriado de Corpus Christi.

“Estou imensamente honrado pela oportunidade de servir Mato Grosso na condição de governador do Estado. Pude dar sequência às ações do governador Mauro Mendes e contribuir com a gestão do Executivo. Posso citar os atendimentos de 11 deputados, o senador Wellington Fagundes, o presidente do TCE, Guilherme Maluf, a sanção de uma importante Lei para a segurança do nosso setor de cargas e muitos outros encaminhamentos. Gratidão! Esse é o sentimento que resumiu o meu dia”, afirmou o parlamentar, em suas redes sociais.

Enquanto esteve interinamente no comando do Executivo estadual, Max sancionou a Lei complementar Nº 691, que cria uma delegacia especializada em roubos de cargas, de sua autoria, destacando que a medida trará uma maior tranquilidade a categoria que atualmente sofre com a falta de segurança.

“Hoje em dia temos uma dificuldade devido ao roubo de muitas cargas, com seguro altíssimo. Agora teremos uma especializada para tratar desses crimes.

Não tenho dúvida de que vamos avançar e coibir muitos roubos e oferecer mais segurança aos nossos caminhoneiros”, afirmou.

Como governador interino, Max ainda se reuniu com o presidente do TCE, conselheiro Guilherme Maluf, visando construir um projeto, junto ao Tribunal e a UCMMAT, para capacitar de forma técnica os vereadores do Estado, ressaltando que assim, o importante trabalho de fiscalização do legislativo municipal será mais eficaz e proveitoso para a população.

“Recebemos no Palácio o presidente da UCM-MAT Bruno Rios e o presidente do Tribunal de Contas, Guilherme Maluf, para fazer as tratativas da Escola do Legislativo para podermos capacitar os nossos vereadores. Capacitar para a fiscalização e é nisso que o Tribunal de Contas é especialista e faz muito bem”, pontuou.

Já Guilherme Maluf lembrou que o controle das contas públicas devem ser feitas principalmente pelas Câmaras Municipais, e que com a iniciativa de Max Russi será construído um projeto unindo a Escola do Judiciário, a Escola de Contas, a Escola do Legislativo para poder capacitar todas as Câmaras Municipais, não só na gestão, mas também no controle do gasto público.

Outra medida tomada por Max foi decretar a sexta-feira como ponto facultativo. “Devido orientação da secretária de saúde do Estado, decretamos ponto facultativo na sexta-feira.

É importante ressaltar que os casos de Covid 19 estão aumentando.



Max Russi assumiu o governo na terça-feira (1) após a viagem de Mauro Mendes e Otaviano Pivetta a Bolívia

Então, vamos continuar nos cuidando!”, afirmou, ao anunciar o prolongamento do feriado.

Na agenda de governador, ele ainda visitou as instalações do com-

plexo esportivo Arena Pantanal, que receberá jogos da Copa América de Futebol.

“Uma decisão acertada do Governo do Estado, com apoio de vários deputados da Assembleia

Legislativa. Aqui tivemos, com muita segurança, jogos do Campeonato Mato-grossense, Série B, estamos tendo jogos do Campeonato Brasileiro e com a Copa América não será diferente”, finalizou

Emanuelzinho: “Não podemos aceitar esse retrocesso disfarçado de corte de gastos”

Proposta de Emenda Constitucional que está sendo analisada pela Câmara representa prejuízo aos servidores públicos, alerta deputado

A Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania da Câmara dos Deputados aprovou a admissibilidade da reforma administrativa (PEC 32/20), e o texto segue agora para análise de comissão especial criada exclusivamente para debater o tema, e depois vai ao Plenário.

A PEC altera dispositivos sobre servidores e empregos públicos e modifica a organização da administração pública direta e indireta de qualquer dos Poderes da União, dos estados, do Distrito Federal e dos municípios. As principais medidas tratam da contratação, da remuneração e do desligamento de pessoal, válidas somente para quem ingressar no setor público após a aprovação das mudanças.

O deputado federal Emanuel Pinheiro Neto, o Emanuelzinho (PTB), em entrevista na semana passada à Rádio CBN Cuiabá, mais uma vez se colocou contra a PEC, afirmando ser um retrocesso para a história do serviço público do país.

“Hoje temos uma Constituição Federal que prevê, principalmente pela desigualdade nacional, pelo caráter heterogêneo do Brasil, das disfunções das diferenças regionais, um sistema de investimento público, de serviço social que depende muito do serviço público. A partir do momento que você prevê na reforma administrativa, a perda da estabilidade funcional, se coloca o sistema do serviço público brasileiro numa politização, ou seja, todos os cargos vão estar vulneráveis a demissão por parte do prefeito, governador ou presidente”, criticou o parlamentar.

Emanuelzinho diz que poderá haver uma desestruturação do serviço público, como nunca vista na história, caso a PEC seja aprovada.

Ele lembra ainda que mais de 10 milhões de famílias serão diretamente afetadas pela PEC 32, destacando que boa parte da população desconhece que a grande massa dos servidores

públicos não ganha salários astronômicos, e que aqueles que têm altos ganhos não serão atingidos pela reforma administrativa.

“Essa é uma reforma seletiva, mal estruturada, e que não dá aos servidores o reconhecimento que lhes é devido. Não podemos aceitar esse retrocesso disfarçado de corte de gastos. Economia no setor público também se faz com boa gestão e valorização do servidor, com uma reforma tributária justa, com auditoria da dívida pública, com critérios transparentes para concessão de incentivos fiscais e principalmente com participação de todos”, defende, reafirmando que trabalhará contra a aprovação da reforma administrativa.

NOVAS REGRAS

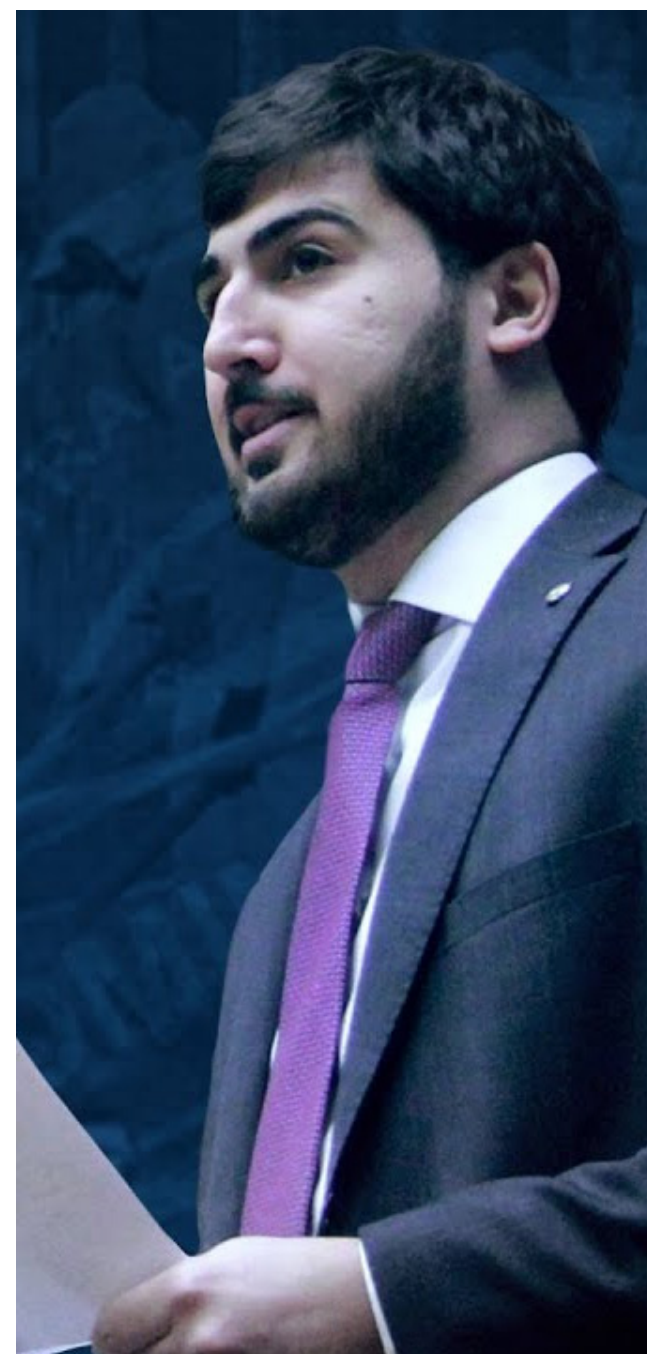
Em uma das inovações, a estabilidade no serviço público ficará restrita a carreiras típicas de Estado. Uma lei complementar futura vai definir quais se enquadram nessa categoria, e os entes federativos poderão regulamentar o tema posteriormente.

Os profissionais das demais carreiras serão contratados por tempo indeterminado ou determinado.

As formas de ingresso no serviço público serão os concursos e as seleções simplificadas, estas para vagas por tempo determinado. Só será efetivado no cargo quem, depois de aprovado no concurso, alcançar resultados em avaliações de desempenho e de aptidão durante período de experiência obrigatório como fase final do certame.

A PEC veda uma série de benefícios e vantagens que, extintos para os atuais ocupantes de cargos na esfera federal, estão vigentes em alguns entes federativos. Ainda na parte sobre remunerações, o texto prevê que lei complementar futura definirá os critérios básicos para definição dos salários, prevendo normas subsidiárias nos entes federativos.

Foto Reprodução



Emanuelzinho mais uma vez se colocou contra a reforma administrativa proposta pelo Governo Federal

TCE-MT busca aprimorar serviços à sociedade

Tribunal de Contas vem realizando capacitação de servidores e gestores para melhor prestação de serviço

O Tribunal de Contas do Estado tem se pausado no aprimoramento dos serviços entregues à sociedade, e para isso, tem realizado um aprimoramento de gestores através de cursos de capacitação.

Na semana passada, a Corte de Contas realizou o terceiro módulo do curso “A Nova Lei de Licitações e Contratos Administrativos”.

O curso é voltado a servidores do TCE-MT, do TJMT, do Tribunal Regional Eleitoral (TRE-MT) e da Pro-

curadoria-Geral do Estado (PGE-MT), e tem certificação de 24 horas/aula, aborda temas como planejamento de contratação, modalidade de licitação, contratação direta e gestão de contratos, bem como os aspectos gerais da nova legislação.

O TCE também deu início à implantação da governança pública no órgão de controle externo, com a capacitação dos líderes e servidores da Corte de Contas sobre os principais conceitos e elementos relacionados ao tema.

Na abertura da capacitação, realizada na Escola Superior de Contas, o presidente do TCE-MT, conselheiro Guilherme Antonio Maluf, ressaltou que a implementação da governança pública no órgão é um dos principais projetos de sua gestão.

“A nossa instituição vai melhorar os processos internos e quem ganhará com isso será a sociedade, poderemos prestar um serviço de melhor qualidade aos nossos jurisdicionados. A governança pública mudará o perfil do TCE-MT”.

Já para esta semana, o Tribunal prepara as oficinas de “Incentivo ao Acesso à Informação e à Consciência Cidadã”, que vão reunir representantes de Sinop (07/06), Nortelândia (08/06), Primavera do Leste (10/06) e Juína (11/06).

As capacitações são realizadas pela Secretaria de Articulação Institucional e Desenvolvimento da Cidadania (SAI). Devido a pandemia de Covid-19 e, em cumprimento à Portaria 042/2020 do TCE-MT, os eventos são realizados virtualmente.



Conselheiro Guilherme Maluf participa da implantação da governança pública no órgão de controle externo

EDITAL

ACACIO ALVES DE SOUZA, CPF nº 815.265.981-91, torna público que requereu junto à Secretaria de Estado de Meio Ambiente - SEMA/MT a Licença Ambiental Simplificada - LAS da Piscicultura Rancho dos Ypês, localizada na Fazenda Rancho dos Ypês, na modalidade tanque escavado com área de 4,96 ha (49.600 m²), localizada em São Félix do Araguaia/MT. Não foi determinado Estudos de Impacto Ambiental/EIA.

MELANOMA

Especialista alerta que protetor solar não é o suficiente

No mês de conscientização do melanoma, conheça os principais cuidados a serem tomados

Embora represente apenas 3% dos casos, o melanoma é o tipo mais agressivo de câncer de pele. Por este motivo, maio é o mês dedicado para falar sobre essa variação, responsável por 1.800 mortes todos os anos, de acordo com dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA).

Rafael Sodrê de Aragão, cirurgião oncológico da clínica Oncolog, alerta que o uso do protetor solar não é o suficiente para prevenir o desenvolvimento de um câncer de pele.

“É bom lembrar que precisamos iniciar o uso do protetor e de barreiras mecânicas desde a infância. Os raios solares têm efeito cumulativo, então é preciso fazer as medidas de contenção com roupa, cha-

péu e protetor solar desde cedo”, explica.

O especialista adverte que o protetor solar precisa ser aliado às roupas de proteção UVA e UVB. Principalmente, entre às 10h e às 16h, quando a exposição dos raios ultravioletas e a incidência solar é maior.

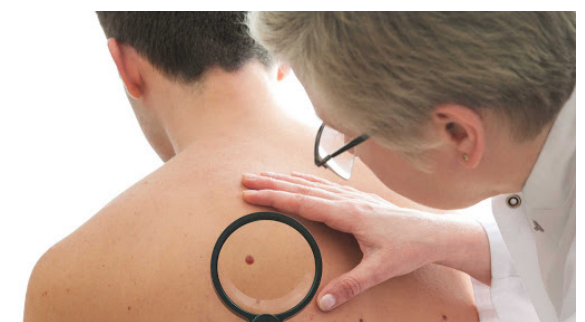
O câncer de pele se divide em três tipos mais comuns: carcinomas basocelulares e carcinomas espinocelulares, que correspondem a cerca de 90% dos casos diagnosticados. Já o terceiro, o melanoma, é responsável pelos 10% restantes.

No entanto, é o mais agressivo e letal dos três. A taxa de mortalidade desse tipo de câncer é estimada em quase 9 mil casos por ano.

A hereditariedade também é um fator importante de se observar quanto ao desenvolvimento do melanoma no paciente. É preciso saber se há histórico familiar, pois, a partir dessa informação é possível fazer um rastreamento e detectar lesões mais precoces.

“É importante descobrir o tipo de gene envolvido e se a mutação é hereditária para ser possível iniciar um tratamento precoce e com um rastreamento mais efetivo nas famílias”, explica Aragão.

As áreas do corpo comumente acometidas pelo câncer de pele variam de acordo com o tipo da doença. No caso dos carcinomas basocelulares e espinocelulares, os locais mais afetados são os mais expostos ao



O uso do protetor solar não é o suficiente para prevenir o desenvolvimento de um câncer de pele

sol, como o rosto. Também é muito comum que os carcinomas apareçam na região de orelhas, ombro, dorso, nas mãos e braços.

Já o melanoma, tem apresentações mais atípicas e que costumam surpreender os pacientes, uma vez que pode surgir em qualquer parte do corpo. Há uma variação que atinge os olhos e, em alguns ca-

sos, as mucosas internas, intestino e até o estômago.

Quanto ao tratamento adequado, existem diversas possibilidades de tratamentos. “A Oncolog dispõe de cirurgões especializados, oncologistas e geneticistas capazes de tratar o paciente com terapias modernas”, conclui o médico.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Fator que agrava a sonogação no Brasil	Classificação da escrita paleolítica Cantora conhecida como Mama Africa	Aviso sonoro de ambulâncias	Disciplina de cursos de Pedagogia	Amigo, em francês	Epíteto da cidade de Santarém (PA)
					Letra que identifica o sotaque inglês
O amor proibido de Riobaldo (Lit.)	O filme jamais exibido na "telinha"	Não, em francês Pedido do glutão			Indica o Leste na rosa dos ventos Hábito nocivo como a onicofagia
Resistente a um agente infeccioso	A função preenchida através das urnas		Modelo de relógio de pêndulo		Identifica o usuário do site (abrev.)
Guarda-costas de bandido (bras.)	Letra excessiva no miticismo	Elemento (abrev.) Perto, em inglês	A tartaruga nativa das Ilhas Galápagos		Charme (inglês) Grande júbilo
A segunda informação da data	Figura no topo da pirâmide feudal	Osso detrás da bacia Carcomer		Ex-colônia portuguesa na Ásia	Vegetal apreciado na cozinha oriental
Peixe marinho de carne tóxica					
		Praça no centro de aldeia indígena	150, em romanos Retiute (abrev.)		Reprime a boca nos Estados
O direito do cidadão em uma ditadura					
Vendedores de planos de saúde					

BANCO 2/lt./3/ami — non./4/mais — near./2/miriam makeba./1/6/a péria do tapalós. 19

DICAS

13 truques para facilitar o dia a dia na cozinha

- Arroz soltinho e sem complicação**
Para não deixar o arroz embolar, basta adicionar a água sempre quente a evitar mexer. A água fria retarda o processo de cozimento e por isso, faz o arroz ficar mais pastoso do que deveria.
- Exagerei no sal e agora?**
Adicione batata ou uma fatia de pão a mistura, esses ingredientes absorvem o sal extra e podem ser retirados antes de servir o preparo, se você achar melhor.
- Afiar a lâmina do liquidificador**
Sabe aquela casca de ovo que você costuma jogar fora? Bate ela no liquidificador, além de afiar as lâminas do eletrodoméstico, o pó da casca de ovo é rico em nutrientes e vai fazer sucesso no seu jardim.
- Afiar facas sem afiador**
Vira os pratos de ponta cabeça e passe a faca repetidas vezes pela borda do prato. Ou, faça uma bolha de papel alumínio e repita o processo. A técnica também funciona com palha de aço e agulha de costura.
- Não derramar água no fogão**
Para evitar que a água transborde da panela, atravesse uma colher de pau sobre as bordas. Simples e sem bagunça.
- Tirar o cheiro ruim da geladeira**
Sabe quando alguma comida estraga na geladeira e parece que o cheiro não vai mais embora mesmo depois de ter descartado o alimento? Reaproveite os sachês de chá

usados, eles vão absorver os odores estranhos e oferecer um cheirinho mais neutro para sua geladeira.

- Deixar o bolo mais fofo**
Primeiro, utilize todos os ingredientes à temperatura ambiente. Depois, bata as claras separadas dos demais ingredientes até que elas atinjam o ponto de chantilly.
- Saber quando o pão já cresceu**
Com as mãos limpas, coloque o dedo no centro da massa fazendo um buraco, se o buraco permanecer aberto por 2 minutos, significa que a massa já cresceu o suficiente.
- Quando faltam ovos no meio da receita**
Não desista nem se desespere, a não ser que estejamos falando de um omelete, você pode substituir cada ovo por meia banana. O resultado e o gosto serão os mesmos.
- Café igual ao da cafeteria**
Para deixar seu café com o gostinho igual o daquela cafeteria que você gosta, adicione uma pitada de sal e uma colher de chá de canela, o sabor vai mudar completamente.
- Carne de porco douradinho**
Na hora de fritar ou selar sua carne de porco, acrescente uma colher de açúcar mascavo junto ao óleo, isso faz com que a carne fique mais douradinho e suculenta.
- O molho branco empelotou?**
Espere esfriar e bata o molho no liquidificador, volte o preparo pra panela e leve ao fogo até aquecer.
- Fatiar bacon em casa**
Nem sempre é fácil encontrar bacon em fatias no mercado, nesse caso, você pode escolher comprar um pedaço de bacon e fatiar em casa.

HORÓSCOPO



ARIES

Sua mente pode estar mais rápida do que nunca, mas isso pode trazer nervosismo, impaciência e ansiedade num nível bem grande. Por isso é indicado cuidar da saúde mental e das emoções. Isso é sério e é algo que deveria ser visto sem preconceitos e medos. A pressão do dia a dia pode trazer uma sobrecarga.



TOURO

Semana com menos movimento para os taurinos e com mais necessidade de planejamento, estudo e pesquisa. Não é uma semana boa para gastos nem para riscos desnecessários.



GEMEOS

Suas ações precisam estar alinhadas com o aquilo que você fala e sente. Isso pode ser o maior desafio para você nesta semana, já que pode ser chamada sua atenção por ser contraditório ou prolixo. Conforme você percebe essas incoerências, pode acabar se alargando e mudando a própria visão de mundo.



CANCER

Liberdade requer responsabilidade, querido canceriano. Se está trabalhando em alguma ideia, projeto ou está com foco no seu trabalho, continue e persevere, porque isso é o que precisa fazer nesta semana, ainda que seja desafiador.



LEAO

É uma semana importante para uma limpeza emocional. O que é uma limpeza emocional? É se libertar de ansiedades, angústias e irritação... Mas o livramento vem justamente quando tudo isso vem à tona para uma integração e uma conscientização, digamos assim. Portanto pode ser uma semana em que é importante se harmonizar.



VIRGEM

A semana está tirando todo mundo do eixo e mexendo com nossa paciência no último grau. Para você não vai ser tão diferente. Podem surgir problemas com processos burocráticos ou atrasos de todos os tipos, que tirarão você do sério. Manter o equilíbrio emo



LIBRA

A semana tende a ser mais tranquila porque as suas escolhas e atitudes serão visando menos burburinho. É como se você realmente quisesse paz. O problema é que também não vai tolerar muito quem queira invadir e não respeitar o seu tempo,



ESCORPIAO

É uma boa semana para colocar foco nas ações, diminuindo o ritmo de dispersão, diversão e procrastinação, caso exista. Marte em Câncer puxa toda a força desta Lua Minguante em Peixes para levar você para um caminho, um rumo certo, um direção. Acredite no seu próprio faro.



SAGITARIO

Semana de alertas para autoenganos. Tome cuidado com as mentiras que a gente conta para si mesmo, porque isso acaba atraindo pessoas que nos enganam. Outra coisa que é importante nesta semana é manter uma postura de desapego.



CAPRICORNIO

É importante cuidar da ansiedade, falar menos e fazer mais. Pode acabar tendo que abusar do equilíbrio para não se perder nos afazeres desta semana. O seu ponto de vista está bem claro, mas é preciso agregar os pontos de vista dos demais também.



AQUARIO

É uma ótima semana para avançar em seus compromissos e seguir com coragem rumo às suas tarefas diárias, mantendo-se flexível às mudanças que podem surgir de última hora. Vale a pena ter aquela conversa com a pessoa amada para se abrir ou tirar as dúvidas da cabeça. Seja como for.



PEIXES

Tome cuidado com ações impulsivas ou com a tomada de decisão pelas pessoas sem o consentimento delas. Isso pode gerar desconforto. Pode ser preciso seu ponto de vista e seus desejos. Talvez seja preciso adiar algum plano por motivos de última hora.

CULINÁRIA



ESCONDIDINHO VEGETARIANO

Ingredientes do Escondidinho vegetariano 600g de batatas descascadas 1/2 xícara (chá) de leite quente 1/4 de xícara (chá) de creme de leite fresco 2 colheres (sopa) de margarina Sal e pimenta-do-reino branca a gosto 1 maço de brócolis em buquês 1 cenoura em tiras 1 xícara (chá) de vagem picada 3 colheres (sopa) de azeite 1/2 pimentão vermelho em tiras 1 xícara (chá) de champignon fatiado 1 lata de milho verde escorrido 2 colheres (chá) de ervas finas 1 xícara (chá) de queijo de minas frescal em cubos 3 colheres (sopa) de

queijo pamesão ralado

Modo de preparo Cozinhe a batata em água até que fique macia. Escorra, passe pelo espremedor ainda quente e coloque de volta na panela. Adicione o leite quente, o creme de leite fresco e cozinhe, em fogo médio, até formar um purê.

Retire do fogo e acrescente a margarina, misturando. Tempere com sal, pimenta e reserve. Cozinhe separadamente o brócolis, a cenoura e a vagem até que fiquem ao dente.

ALIMENTANDO A ALMA

E todos nós, que com a face descoberta contemplamos a glória do Senhor, segundo a sua imagem estamos sendo transformados com glória cada vez maior; a qual vem do Senhor, que é o Espírito.

2 Coríntios 3:18

Fotos: Reprodução / Arquivo pessoal

Pedro era desconfiado e explosivo, mas o perigo real estava em judas, que era calmo, sorridente e beijava no rosto...



IRENE

Carvalho

JORNALISTA E COLUNISTA SOCIAL



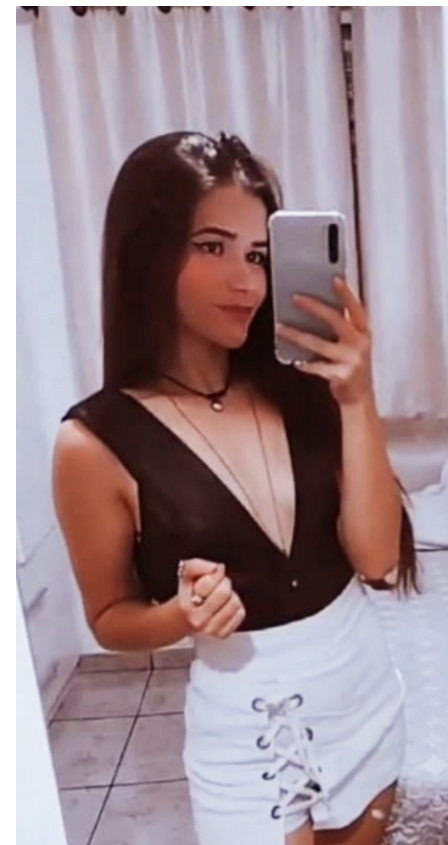
A bela Fernanda Corrêa, completando mais uma primavera! Felicidades flor!



O bellissimo estudante de medicina Ravel Bueno. Arrasando em Monte-Carlo, Mônaco!!



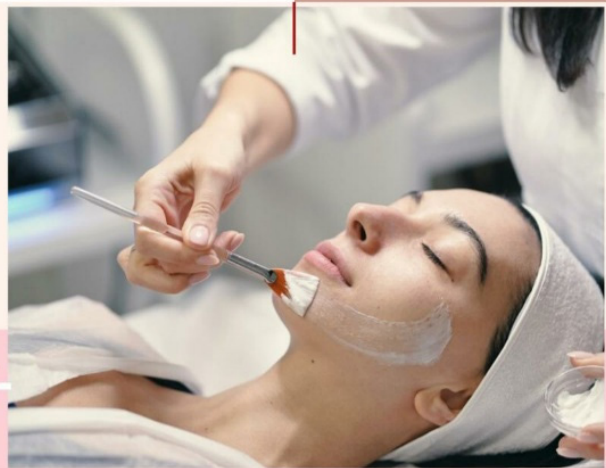
O empresário Igor Noda, voltando com tudo em grande estilo, com nossa segunda « casa » The Garden is Magic!! Topzeraaaa!!! Uhul



A estudante de direito Maria Eduarda Santana bergamasco.... Arrasando no estilo!!

LIMPEZA DE PELE
PROFUNDA COM
PEELING DE DIAMANTE

(incluso)
Máscara Clareadora
com Dmae



LIMPEZA DE PELE
CLAREADORA

Por R\$129,90

CONTATOS - 92231953 INSTA - @ELAINEDAMATTA



As irmãs empresárias Kaká e Kaene Almeida. Comemorando niver da amada Kaká! Parabéns amiga querida!