

Prefeitura vai asfaltar 20 novos bairros ainda este ano, afirma Stopa

Pg.:04



Foto Reprodução



“Vamos percorrer os bairros de Cuiabá para que toda a nossa cidade possa ter uma muda distribuída pelo nosso Projeto Cuiabá Cidade Verde”, afirma Juca

CÂMARA DE CUIABÁ

Juca dá voz a causa ambiental

Projeto Cuiabá Cidade Verde vem distribuindo mudas de árvores frutíferas como tamarindo, caju, amora e jabuticaba, além de plantas ornamentais como ipê à população

Pg.:03



Braço direito do governador, Mauro Carvalho desempenhou papel de destaque na gestão Mauro Mendes

MISSÃO CUMPRIDA

O secretário-chefe da Casa Civil, Mauro Carvalho, se despediu do cargo na última quarta-feira (23), quando anunciou o pedido de exoneração do cargo usando a tribuna da Assembleia Legislativa. O trabalho desenvolvido pelo secretário foi reconhecido pelo governador Mauro Mendes (UB), que ressaltou que Carvalho encerra um ciclo valioso à frente da Casa Civil.

Pg.:05



Foto Reprodução

MENINO DE 9 ANOS LANÇA LIVRO QUE CONTA HISTÓRIA DE LUTA CONTRA O CÂNCER

Pg.:08



Chega de intolerância e discriminação

Por mais campanhas e mobilizações contra o racismo que são organizadas por instituições, ONGs ou veículos de comunicação, a discriminação e o preconceito persiste.

Um dos exemplos aconteceu na semana passada, quando um médico foi acusado de injúria racial, após xingar uma manicure de “pobre, preta, imunda e desgraçada” no salão de beleza onde a moça trabalha, em Cuiabá.

Asociedade brasileira, ou pelo menos parte dela, precisa do divã de um analista.

Um tratamento para se livrar do preconceito, do racismo, da intolerância e das fobias. Para piorar, há ainda o descaso e o pleno desinteresse do poder público em combater com rigor, como deveria, o crime de racismo.

Não há mais espaço para essas atitudes gratuitas de agressões e ofensas. É inaceitável que casos de discriminação sejam aceitos pela sociedade. Infelizmente, ainda há quem considere isso normal. São pessoas que adotam comportamento invasivo e afrontam o direito do outro à privacidade.

Independentemente da etnia, do credo e da orientação sexual, todos são humanos, condição imutável para que sejam merecedores de respeito. Simplesmente, respeito. Ninguém precisa ser tolerado e, sim, respeitado.

Faltam rigor e determinação tanto dos legisladores quanto dos operadores da lei para dar um basta à impunidade. Até quando vamos ver ou ouvir injúrias raciais? A base do convívio e bem-estar social estão no respeito e empatia. Precisamos nos respeitar como pessoas, pois somos todos iguais. Chega de intolerância e discriminação.

■ ARTIGO

Como agir na perícia médica

Está acometido de alguma doença, ou vítima de algum acidente de qualquer natureza e/ou acidente de trabalho? Ou incapacitado permanentemente para as atividades laborais?

Se assim for, e caso esteja com alguma perícia médica agendada seja administrativa junto aos peritos do Instituto Nacional do Seguro Social – INSS, ou judicial, perante os médicos nomeados pelo Juiz, é muito importante se inteirar acerca das informações contidas nesse texto.

Primeiro, no dia marcado, chegue com pelo menos trinta minutos de antecedência no local, pois é melhor pecar pelo excesso do que pela falta, e não precisa ir mulambento, descabelado, com banho vencido, pois não é isso que vai contar para o resultado, acredite.

Segundo, use roupas limpas, simples e leves que permitam fazer os movimentos que o perito solicitar, a exemplo, de levantar o braço, dobrar o joelho, agachar-se, deitar, levantar, e outros.

Terceiro, deixe todos os seus documentos pessoais organizados, tais como: RG, CPF, e/ou carteira de motorista - CNH Carteira de Trabalho – CTPS (as novas

têm sido emitidas digitalmente), NIT/PIS, comprovante de residência, de preferência em seu nome, todos atualizados.

Uma observação importante! Se o seu RG tem mais de 10 (dez) anos corra até à Secretaria de Segurança Pública e faça outra, imediatamente, vez que essas carteiras não têm mais validade alguma. Aliás, em breve todos os brasileiros terão que emitir o RG Digital. O novo documento nacional será unificado e conterá o número do CPF, título de eleitor, CNH, PIS/PASEP, CTPS, certificado de reservista, cartão nacional do SUS.

Quarto, deixe toda a documentação médica que comprove a doença dos mais antigos, aos mais atualizados, de preferência que não tenha transcorrido período maior que três meses desde a emissão do último, organizados em uma pasta, tais como: exames laboratoriais, prontuários médicos, receitas médicas, bulas médicas, relatórios, laudos e atestados médicos descrito o quadro clínico, diagnóstico e tratamentos, com assinatura, carimbo, CID da doença, e endereço do profissional que prescreveu, bem como, laudos de ressonância, tomografia, raio-x, e outros exames de imagem e sangue.

Na verdade, o paciente/segurado deve levar TODOS os exames que comprovam o histórico daquela patologia que o incapacita temporária ou permanentemente, pois é seu DEVER e OBRIGAÇÃO instruir o perito responsável com os exames médicos comprobatórios, reitera, com exames e laudos atualizados.

Isso é fundamental para aumentar a chance da concessão do benefício pleiteado.

Quinto, programe-se, para enfrentar a perícia, lembrando que não precisa ter medo, principalmente, mentir, omitir ou aumentar as demonstrações de dor, ou dificuldade de movimentos e sintomas. Atente-se, falando dos efeitos colaterais dos remédios, isso sim, é muito importante, e insista para que o perito indique o período de afastamento, ou se prazo indeterminado.

Por isso, leve o seu dossiê médico, que nada mais é, que o seu arquivo pessoal de informações acerca do histórico da patologia, diagnóstico, tratamento, agravamento e período inicial em que ocorreu a doença, lesão ou sequelas.

Muito importante dizer ainda, que só terá direito de receber qualquer benefí-

cio da previdência social, seja pela via administrativa ou judicial, se ficar comprovada a qualidade de segurado obrigatório da previdência. Para isso, é preciso verter contribuições à Previdência Social, mensalmente, ou provar a qualidade de segurado especial.

Nessa toada, é sempre interessante estar acompanhado de um advogado especializado na área previdenciária, que é apto a esclarecer às suas dúvidas e defender seus direitos, seja para concessão ou prorrogação do benefício por incapacidade temporária (auxílio-doença), acidente de qualquer natureza e/ou auxílio-acidente ou benefício por incapacidade permanente (aposentadoria por invalidez).



Gisele Nascimento é advogada.

EXPEDIENTE



Diretor Executivo

Max Feitosa- DRT 2142/MT

Diretora Administrativa

Michely Terra Milas

Diretor Comercial
Carlos Milas

Diretora Administrativa
Fabiana Tomasi

Diretora 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

DISTRIBUIÇÃO DE MUDAS / REDAÇÃO

Juca dá voz a causa ambiental com o projeto Cuiabá Cidade Verde

Projeto vem distribuindo mudas de árvores frutíferas como tamarindo, caju, amora e jabuticaba, além de plantas ornamentais como ipê à população

Foto Câmara Cbi



Um dos ideais defendidos pelo presidente da Câmara Municipal de Cuiabá, vereador Juca do Guaraná Filho (MDB), é a defesa do meio ambiente, em especial ver Cuiabá retomar o título de Cidade Verde, e para isso, implementou o projeto “Cuiabá Cidade Verde”, que vem distribuindo mudas de árvores frutíferas como tamarindo, caju, amora e jabuticaba, além de plantas ornamentais como ipê à população.

“Vamos percorrer os bairros de Cuiabá para que toda a nossa cidade possa ter uma muda distribuída pelo nosso Projeto Cuiabá Cidade Verde”, tem sempre afirmado o vereador Juca do Guaraná, ao se referir ao projeto, que já distribuiu milhares de mudas na Capital.

Um dos bairros beneficiados foi o CPA I, onde os moradores puderam receber mudas de árvores frutíferas e ornamentais, além de levar ao cidadão a importância da consciência ambiental.

“É muito bom ver a recepção da população, todos querem levar uma muda para casa e contribuir com a arborização de nossa cidade”, reforçou o vereador.

Conforme Juca do Guaraná, a meta é distribuir 30 mil mudas e para isso o projeto percorrerá os principais bairros da Capital.

“Desde 2013 percorremos Cuiabá com o Gabinete Itinerante, através dele levantamos problemas estruturais da cidade para transformá-los em indicação. Com projeto ‘Cuiabá Cidade Verde’ vamos agregar mais uma ação ao nosso gabinete, que é preservar o meio ambiente”, explica o vereador.



CONVÊNIO COM O BNDES / VALDEMAR FÉLIX

Prefeitura vai asfaltar 20 novos bairros ainda este ano, afirma Stopa

Parceria com o Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social será assinada em no máximo 45 dias

A Prefeitura de Cuiabá vai assinar uma parceria com o Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social (BNDES) em no máximo 45 dias, o que possibilitará que 20 bairros sejam contemplados com obras de pavimentação asfáltica e saneamento básico. Conforme o prefeito em exercício e secretário municipal de Obras, José Roberto Stopa (PV), assim que o contrato for assinado, será dada a ordem de serviço.

“O BNDES é uma realidade para este ano, e começaremos aí 20 novos bairros 100% asfaltados ainda este ano com recursos do convênio que iremos assinar”, disse Stopa, durante entrevista à Rádio Capital.

Ele lembra que serão construídos na Avenida Miguel Sutil dois viadutos e uma trincheira, sendo que os processos licitatórios dos viadutos do Centro de Eventos do Pantanal e do Lavapés, que passa por cima da trincheira do Santa Rosa, já serão lançados, além de anunciar o lançamento das obras da trincheira no Circulo Militar, onde já estará contemplado toda drenagem do bairro Jardim Cuiabá, que são pontos de inundação.

“Com a quantidade de obras, o Shopping Estação, hotel que foi construído recentemente, então vamos estar lançando no mês de abril, para que em agosto a gente comece também essas três novas obras. Então vamos ter ainda no primeiro semestre muitas novidades no quesito asfalto e obras novas”, destacou.

Stopa ainda afirmou que a Prefeitura vem trabalhando em duas situações na Avenida das Torres, sendo que ainda está na fase de projeto, prevendo a construção de um viaduto na Avenida dos Trabalhadores que liberaria o trânsito, acabando com o congestionamento, e também na rotatória da Viola de Cocho, no Jardim Imperial.

“Mas vale ressaltar que a Avenida das Torres aumento o índice de congestionamento porque o excesso de chuva acabou por danificar a ponte na Archimedes Pereira Lima. Danificou toda a

cabeceira da ponte, estamos em obras lá, então a Archimedes está parcialmente interditada para que possamos até o meio da semana devolver a avenida”, disse Stopa.

Reprodução



“O BNDES é uma realidade para este ano, e começaremos aí 20 novos bairros 100% asfaltados ainda este ano com recursos do convênio que iremos assinar”, disse Stopa

“Fez muito por Mato Grosso”, afirma Mendes, ao destacar trabalho de Mauro Carvalho

O secretário-chefe da Casa Civil, Mauro Carvalho, se despediu do cargo na última quarta-feira (23), quando anunciou o pedido de exoneração do cargo usando a tribuna da Assembleia Legislativa. O trabalho desenvolvido pelo secretário foi reconhecido pelo governador Mauro Mendes (UB), que ressaltou que Carvalho encerra um ciclo valioso à frente da Casa Civil.

“Foram mais de três anos comandando a Pasta. Uma pessoa importantíssima nas decisões que tomamos para colocar Mato Grosso novamente no caminho do desenvolvimento. O trabalho dele ajudou a consertar esse Estado, sendo decisivo em muitos momentos, ao sentar à mesa com os Poderes e parlamentares para defender os projetos que hoje estamos realizando. Agradeço muito toda a sua dedicação nesse período. Trabalhou muito por Mato Grosso, para fazer desse estado um lugar melhor para todos os mato-grossenses”, destacou o governador.

Braço direito do governador, Mauro Carvalho desempenhou papel de destaque na gestão, principalmente no trabalho para destravar a máquina pública.

“Agradeço muito toda a dedicação de Mauro Carvalho nesse período. Ele

é um grande companheiro e agora seguirá um novo desafio”, ressaltou.

Quando ao nome a assumir a chefia da Casa Civil, Mendes disse que será divulgado nesta semana, afirmando que ainda não tem um escolhido e, segundo ele, há muitas alternativas mas o cargo é um só e por isso

irá colocar na balança alguns critérios para ter um resultado final.

“Eu tenho muitas alternativas, tenho dentro do quadro, dentro do grupo de aliados, muitas boas alternativas, mas tenho um cargo só, vou colocar na balança alguns critérios que eu sempre coloco e com muita tranquilidade vou fazer a escolha. Até o dia da saída dele, que deve acontecer na próxima semana eu devo ter um nome, mas por enquanto ainda não tenho.”

Trajetória
Nos três anos de Governo, Mauro Carvalho, que é empresário, se dedicou a vida pública. Ajudou o Governo a abrir diálogo

com as entidades sindicais, sempre levando o diálogo como ferramenta de conciliação. Junto a Assembleia Legislativa, sua gestão foi destaque ao agilizar o pagamento das emendas impositivas e trabalhar com a base para a aprovação das pautas que contribuíram para consertar o Governo e fazer com que Mato Grosso

se tornasse um estado que realiza o maior pacote de obras e ações da história. Com relação ao trabalho com o Ministério Público, Tribunal de Justiça e Tribunal de Contas, Carvalho abriu as portas do Governo para as instituições, o que possibilitou uma evolução nas relações e harmonia entre os poderes.

Secretário-chefe da Casa Civil, Mauro Carvalho anunciou que deixaria a Pasta em pronunciamento na Assembleia Legislativa na semana passada

Foto Luiz Alves



Braço direito do governador, Mauro Carvalho desempenhou papel de destaque na gestão Mauro Mendes

gente QUE BRILHA



ASSIM COMO O SOL,
NOSSA GENTE NUNCA PARA
DE BRILHAR. E MESMO QUANDO
TUDO NÃO ESTAVA TÃO CLARO,
IRRADIOU A SUA FORÇA.
SEGUIU COM ESPERANÇA,
SEMPRE EM FRENTE.

AGORA É TEMPO DE
ILUMINAR NOVOS CAMINHOS,
FAZER PLANOS E VOLTAR A SONHAR.
PORQUE PARA CADA PESSOA
QUE BRILHA EM CUIABÁ,
EXISTE UMA GESTÃO QUE
TRABALHA E CUIDA
PARA ESSE BRILHO
JAMAIS SE APAGAR.

KIT UNIFORME

E MATERIAL ESCOLAR



CUIABÁ
PRA FRENTE,
CUIDANDO
DA GENTE.

SUPERAÇÃO / ELLOISE GUEDES

Na fase final de tratamento, menino de 9 anos lança livro que conta história de luta contra o câncer

O HCanMT imprimiu vários exemplares que serão distribuídos gratuitamente para os pacientes, filhos dos pacientes e escola

A história do pequeno Arthur Defant, de 9 anos, que foi diagnosticado com leucemia em 2019, foi escrita por ele e a família em um livro lançado neste mês no Hospital de Câncer de Mato Grosso. O livro 'Super A vs Câncer', conta como foi a luta de Arthur para vencer a doença até o dia em que ele fez um transplante com medula doada pela mãe Juciana Defant.

O Notícia Max conversou com a mãe de Arthur que explicou como surgiu a ideia do livro que conta os detalhes de tudo que a família passou. Agora, o livro servirá como incentivo a outras pessoas que passam pela mesma situação. Segundo Juciana, a ideia do livro veio através de um trabalho de escola de Arthur, que com a ajuda dela, do esposo e dos familiares se transformou em realidade.

“Através de um trabalho escolar nós fizemos um livro e junto com a família conseguimos contar a história do Arthur de uma forma mais infantil. No livro a gente conta como descobrimos, como foi o tratamento até a parte do transplante. Esse projeto era um sonho nosso, que com a ajuda do hospital que abraçou a nossa causa nos ajudou a realizar”, explicou Juciana.

A família é do município de Tapurah. Eles vieram para Cuiabá em abril de 2019, quando descobriram o câncer de Arthur. Todo tratamento do pequeno foi realizado no HCanMT. Em agosto 2020, Artur recebeu a medula da mãe e já está na fase final do tratamento. Em uma tarde de autógrafos, Arthur e a família lançaram a obra que será entregue aos pacientes do hospital.

“Para nós foi uma alegria, pois era a nossa intenção desde o começo ajudar as crianças e seus familiares que passam por essa mesma situação vivenciada por nós. Agora o Artur só faz tratamento pós transplante, ele não tem mais leucemia”, ressaltou Juciana.

Ainda muito tímido, Arthur está muito feliz com o lançamento da obra. Sua mãe contou que ele está bastante ansioso pela distribuição dos livros e que pretende até levar a seus amigos.

“Ele é bastante tímido, mas ele está muito empolgado em compartilhar o livro com todos. A família toda está feliz com essa realização, é um sonho que virou realidade”, disse.

Após a descoberta do livro, a diretoria do HCanMT se apaixonou pela obra e decidiu ajudar nessa ação tão



linda. Com o apoio do Fundo Social Sicredi Ouro Verde o hospital imprimiu vários exemplares que serão distribuídos gratuitamente para os pacientes, filhos dos pacientes e escolas.

O analista de projetos do HCanMT, Leonardo Albuquerque, falou ao Notícia Max sobre a importância da história do pequeno Arthur para outros pacientes do hospital, segundo ele, além de estimular a leitura das crianças, dá uma esperança a outras pessoas que passam pela mesma luta.

“A história do Arthur é de superação, mas acima de tudo de perseverança. Histórias como essas são importantes para os nossos pacientes e também familiares, porque mostram a importância de acreditar no tratamento e na cura. Além de tudo, ainda estimula a leitura pelos pequenos”, disse Leonardo Albuquerque.

O que é Leucemia?

A leucemia é uma doença maligna dos glóbulos brancos, geralmente, de origem desconhecida. Tem como principal característica o acúmulo de células doentes na medula óssea, que substituem as células sanguíneas normais.



A medula óssea é o local de fabricação das células sanguíneas e ocupa a cavidade dos ossos, sendo popularmente conhecida por tutano. Nela são encontradas as células que dão origem aos glóbulos brancos (leucócitos), aos glóbulos vermelhos (hemácias ou eritrócitos) e às plaquetas.

Na leucemia, uma célula sanguínea que ainda não atingiu a maturidade sofre uma mutação genética que a transforma em uma célula cancerosa. Essa célula anormal não funciona de forma adequada, multiplica-se mais rápido e morre menos do que as células normais. Dessa forma, as células sanguíneas saudáveis da medula óssea vão sendo substituídas por células anormais cancerosas.

Existem mais de 12 tipos de leucemia, sendo que os quatro primários são leucemia mieloide aguda (LMA), leucemia mieloide crônica (LMC), leucemia linfocítica aguda (LLA) e leucemia linfocítica crônica (CLL).



TEMPÓRIO
Zero
ALCOOL



**ESPUMANTE
0% ÁLCOOL**

**A sua empresa, um brinde ao sucesso
e a prosperidade!**

DEMOCRACIA: QUANTO MAIS VOCÊ PARTICIPA, MAIS FORTE ELA FICA.

A Democracia está presente em todos os momentos da nossa vida. É ela que garante a nossa igualdade, liberdade e poder de escolha. Para que a Democracia se fortaleça mais, é fundamental a participação de todos. E é para isso que a ALMT existe, criando leis, fiscalizando o poder público e representando a população nas decisões políticas do estado.

DEMOCRACIA
é tudo.
É DE TODOS.

SAIBA MAIS EM: al.mt.gov.br

MANTENHA PELO MENOS 1,5 METRO
DE DISTÂNCIA DE OUTRAS PESSOAS.

PERTO DE VOCÊ PARA A MUDANÇA ACONTECER.

CÂMARA DE CUIABÁ / Redação

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.cxquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Palavra	Definição	Letras
Palavra cruzada	São raros em CDs de colônias	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100
Idolatrizar		
Logo, em inglês		
Título de Elton John		
Avaiar de acordo com um modelo		
Astro composto de plasma		
O mais alto de todos os animais		
Agência que planeja uma viagem a Marte		
Ator de cinema		
Expressão de desleixo em uma frase		
(?) de estípite: usado no trabalho da escrita		
Unidade de venda do prédio comercial		

CULTURA

Record constrói deserto e cria 22 mil figurinos para a série "Reis"



Duda Nagle está no elenco de "Reis", nova série bíblica da Record

que usaram 22 mil novos figurinos, criados especialmente para esta série.

"A gente teve um grande desafio porque a gente começou a produzir no ápice da pandemia.

Em função disso ficamos muito limitados dentro do país. Graças a essa parceria com a Casablanca, eles renovaram o parque de pós-produção para nos atender nesse projeto", disse Anderson Souza, diretor de teledramaturgia da Record.

"Foi um desafio muito grande. O Rio de Janeiro é tão quente que deu para sentir que estávamos realmente no deserto do Saara", brincou Juan Pablo Pires, diretor da série.

A Record promoveu o lançamento de Reis na manhã desta quarta-feira (16), no shopping Cidade Jardim, em São Paulo. Duda Nagle, Silvia Pfeifer e Igor Cotrim, principais nomes da primeira temporada, estiveram no evento.

Mesmo com os desafios impostos pela pandemia, a Record não poupou esforços e investimentos para Reis, série bíblica que ocupará o horário nobre da programação. Para isso, mandou construir um deserto de 37 mil m2 no Rio de Janeiro, onde são gravadas as cenas de guerra e de batalhas.

A obra foi dividida em temporadas, e a primeira estreia em 22 de março. Nessa fase, foram escalados 92 atores,

Horóscopo

ARIES - A semana vai trazer agitação e certa inquietação. Tome cuidado com ansiedades e perda de foco no início da semana. Depois, você conseguirá trazer mais foco e organização e direcionamento para sua mente, realizando o que precisar com mais discernimento. O Sol, entrando no seu signo, traz mais vitalidade e saúde. Aproveite a fase.

TOURO - É uma semana para manter a disciplina e a simplicidade. Se for por um caminho de esbanjar ou de excessos, pode passar apertos, principalmente financeiros. A sua saúde pode precisar de atenção e manter seus dias em uma rotina de bem-estar é indicado.

GEMEOS - A semana pede perseverança e coragem para encarar de frente o que vier, de peito aberto, com confiança e uma boa dose de fé. Tome cuidado com a tendência a ficar alimentando aflições e crises de consciência. É importante se perdoar e seguir, mesmo cometendo erros. Aguarde novidades e agitação.

CANCER - A semana pode trazer a necessidade de buscar mais autocuidado e mais conexão com sua criatividade. Você pode se permitir ter mais prazer e bem-estar, então pode investir esta semana em coisas ou experiências das quais goste. Além disso, você estará com ânimo para realizar seus ideais.

LEAO - A semana traz mudanças. Saiba ser desapegado e não se limite por medo. Um novo ciclo está chegando, algo que te fará muito bem. Outra coisa é o seu potencial criativo, que despontará, e isso pode estar ligado a esse novo ciclo. Semana positiva para novos cursos ou novos aprendizados em geral.

VIRGEM - A semana pode começar caótica ou tediosa. É preciso se organizar e buscar ter coragem de seguir com disciplina em relação às suas atividades, sem se deixar levar pelo passado ou pela ansiedade sobre o futuro. O cansaço pode te abater e o melhor a fazer será cuidar da sua saúde e descansar.

LIBRA - A semana traz oportunidades e é preciso estar pronto, leve e com muita coragem para agarrá-las. Portanto, quanto mais focar no simples, melhor, além de resolver tudo na hora, sem deixar para depois, pois você precisará estar livre e preparado — pode ser um convite para um passeio, participar de um novo projeto, de um estudo ou até um novo trabalho pode chegar.

ESCORPIAO - A semana traz equilíbrio e fluidez, assim como solidariedade, portanto você pode receber a ajuda de que precisa, inclusive financeira. Suas realizações acontecem em conjunto com os demais. Será difícil fazer tudo sozinho, portanto saiba ouvir e perceber que não está sozinho.

SAGITARIO - A semana vai te levar a tomar iniciativa, portanto reflita bem antes de agir para ter mais assertividade e não te que se corrigir depois. Isso também o fará perder menos tempo, então não tenha pressa nem ansiedade de realizar o que quer que seja. Tome cuidado com a preguiça ou a dificuldade de refletir sobre o que deseja..

CAPRICORNIO - A semana vai te levar a finalizar o que precisa e a sustentar suas ideias e sua motivação até o fim, portanto ser persistente no que está fazendo ou idealizando é importante. Tome cuidado com promessas demais ou inadequadas. Certifique-se de que pode cumprir o que promete.

AQUARIO - A semana traz tesouros escondidos onde você menos espera, portanto, quanto mais tiver paciência, dedicação e calma, mais pode crescer e prosperar em todos os sentidos. Existem expansão e oportunidades, mas é preciso saber esperar e também contribuir com o seu entorno, sem perder o foco nas suas próprias tarefas.

PEIXES - A semana pede muita lucidez e inteligência. Tome cuidado com impaciências ou descontrole emocional, porque pode passar raiva, mas saiba direcionar bem essa energia e não desconte nas pessoas próximas, pois pode se tornar muito cruel ou agressivo.

CULINÁRIA



Biscoitinho crocante de limão

Ingredientes -

1 caixa de mistura para bolo sabor limão 4 colheres (sopa) de manteiga derretida 1 ovo batido 1 xícara (chá) de flocos de arroz Margarina para untar

Modo de preparo -

Misture o pó para bolo, a manteiga derretida e o ovo até ficar homogêneo. Adicione os flocos de arroz e misture delicadamente com uma colher. Faça bolinhas, achate levemente, coloque em uma fôrma untada e leve ao forno médio, preaquecido, por 10 minutos ou até dourar levemente. Sirva em seguida.

ALIMENTANDO A ALMA

Pedro respondeu: "Arrependam-se, e cada um de vocês seja batizado em nome de Jesus Cristo para perdão dos seus pecados, e receberão o dom do Espírito Santo.

Fotos: Reprodução / Arquivo pessoal



IRENE

Carvalho

JORNALISTA E COLUNISTA SOCIAL

Amar é admirar com o coração. Admirar é amar com o cérebro.

PENSADOR

Theophile Gautier



Rejane Campos, dando ar da graça por aqui



A bela pediatra Taili Pedroso



Marcelo Medeiros e Antônia Oliveira São Miguel dos Milagres



Thabata Schimitzu, arrasando Santa-rém!!



A real corpo centro de estética, recebeu o troféu empresária destaque 2021 Elaine Damatta parabéns!!!!

Salão e Barbearia em um só lugar



Local perfeito para você e sua família!

Av. Historiador Rubens de Mendonça, 1230 - Bosque da Saúde, Cuiabá - MT



Você vive com dor nas costas?

Saiba como o

Ozônio

pode te ajudar!



Ozonioterapia - Marque sua consulta com a Dra Cilene Muzzi e viva sem dor!!
(65)98453-0309 WhatsApp.