



SAÚDE MENTAL

Setembro Amarelo: mês de prevenção e conscientização ao suicídio

PG 05



ELEIÇÕES 2022

Em Mato Grosso horário de votação será das 7h às 16h

A mudança se dá por determinação do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), que decidiu pela uniformização do horário de votação em todo o país.

PG 09



EDIÇÃO 345 DATA 12 A 18 DE SETEMBRO DE 2022

Qualifica Juventude vai ofertar 1.440 vagas para 19 cursos de aperfeiçoamento

PG 04

REINO UNIDOS



Adeus Rainha!

Morre a rainha Elizabeth II, aos 96 anos

PG 10

Trabalho comprovado

Juca: “Se fiz por Cuiabá, imagina o que posso fazer por Mato Grosso”

“Olho no olho, porque aqui é verdade, transparência e vontade genuína de fazer mais pelo nosso estado. Você me conhece, sabe da minha seriedade e compromisso. Se fiz por Cuiabá, imagina o que posso fazer por Mato Grosso”. A colocação é do candidato a deputado estadual Juca do Guaraná Filho, que também preside a Câmara Municipal de Cuiabá, onde promoveu diversos avanços, seja na independência do Legislativo como também nos trabalhos sociais.

Divulgação



Juca do Guaraná Filho tem levado suas propostas ao eleitorado mato-grossense

PG 03

JUDICIÁRIO

Combate à violência doméstica e familiar contra a mulher é prioridade

O combate à violência de gênero é uma das prioridades da gestão da presidente do Tribunal de Justiça de Mato Grosso (TJMT), desembargadora Maria Helena Póvoas (biênio 2021/2022).

PG 08

O equilíbrio financeiro nas eleições

Uma campanha curta, com novas regras, em ano de pandemia, vem fazendo com que o pleito eleitoral seja atípico, não se vendo a movimentação de outras eleições, com cabos eleitorais nas ruas, bandeiras e outras formas de chamar a atenção do eleitor, embora alguns postulantes mantenham equipes em alguns pontos da Capital.

Ganha destaque as redes sociais e os programas eleitorais gratuitos, o que vem garantindo uma maior paridade entre os postulantes, principalmente aos concorrentes à Assembleia Legislativa e Câmara

Federal, onde a disputa é bastante acirrada neste pleito em Mato Grosso.

Nestas eleições os partidos e candidatos estão tendo que fazer um “ajuste fiscal” mais profundo para bancar os custos e fechar as contas das eleições. Mas a diferença nestas eleições está sendo na fiscalização. Quem não tem recursos financeiros, está fazendo uma campanha equilibrada financeiramente em comparação a aquele que vinha falando que gastaria milhões para se eleger. Com este nivelamento, como já havíamos dito, quem ga-

star mais saliva e sola de sapato sairá vencedor nas urnas.

Os candidatos estão tendo que se desdobrar para chamar atenção dos eleitores, afinal, neste momento estão mais preocupados em manter suas contas em dia, ou seja, com a economia, que com o pleito eleitoral.

O equilíbrio deve ditar a regra do processo eleitoral. Quem achar que a lei é falha e estiver disposto a tentar colocar uma campanha não condizente com os gastos, com certeza terá sua candidatura impugnada já

no período eleitoral, motivo pelo qual os candidatos com certeza possuem uma comissão fiscalizadora dentro da campanha. Esse grupo é incumbido de averiguar todo material possível que ganhará as ruas.

Ademais, estamos diante de uma oportunidade para os partidos exercerem seu espírito cívico, subordinando suas urgências eleitorais ao interesse mais amplo da sociedade. Quem ignorar isso certamente se impõe como alternativa perigosa na hora do voto nas urnas.

ARTIGO

AMM forte, municípios representados

Com quase quatro décadas de existência, a Associação Mato-grossense dos Municípios – AMM contribui de forma decisiva para melhorar a situação financeira e administrativa dos municípios, buscando fortalecer a autonomia e a independência dos entes municipais.

Desde a sua fundação, em 1983, a instituição atua para fortalecer os entes locais, que passaram a contar com uma estrutura forte e comprometida com a defesa das bandeiras municipalistas.

Parte desses significativos avanços foram conquistados a partir de 2015, quando assumimos a presidência da AMM. De 2015 ao final do primeiro semestre de 2022, os municípios de Mato Grosso foram contemplados com o repasse de R\$ 5.586.394.788,61, referentes à transferência de parcelas extras do FPM, Lei Kandir, Fex, cessão onerosa, auxílio financeiro, entre outros.

Desse valor, R\$ 1.534.301.265,54 foram destinados ao combate da pandemia do novo coronavírus que impactou financeiramente municípios de todo o Brasil.

Participamos ativamente das mobiliza-

ções, reuniões e ações lideradas pelo movimento municipalista nacional para assegurar o reforço financeiro para o caixa das prefeituras.

Por dezenas de vezes dialogamos e em muitas pressionamos representantes do governo federal e Congresso Nacional para defender a autonomia financeira dos municípios por meio de uma distribuição mais justa de recursos, compatíveis com as demandas das prefeituras.

Foram várias as nossas conquistas, sendo algumas das mais recentes a Proposta de Emenda Constitucional 122/2015, que proíbe a criação de despesas sem que haja fontes financeiras para a prestação do serviço, além de outras medidas para aumento de receita municipal, como o 1% adicional do FPM de setembro, que começa a ser repassado este mês aos municípios brasileiros.

Tivemos também importantes avanços no âmbito estadual, com destaque para o repasse do Fundo Estadual de Transporte e Habitação – Fethab para os municípios, assegurado por meio de uma decisão do Supremo Tribunal Federal, em 2015.

Desde então, a transferência do Fundo possibilita às prefeituras mais condições para investir em infraestrutura, que garante mais qualidade de vida à população e impulsiona o desenvolvimento de outras atividades. Estabelecemos, ainda, parcerias com os Poderes Constituídos e instituições, como o Tribunal de Contas, Tribunal de Justiça e Assembleia Legislativa para viabilizar várias ações, como a qualificação de todos os servidores públicos municipais e dos próprios prefeitos. O objetivo do trabalho conjunto é que todos os gestores, independentemente do tamanho do município, façam administrações seguras, transparentes e, acima de tudo, eficientes que resultem na qualidade de vida dos mato-grossenses que moram nos 141 municípios do estado.

Além das conquistas institucionais, avançamos também na prestação de serviços, investindo na capacitação da equipe de colaboradores e na estrutura interna para aprimorar o atendimento aos prefeitos e equipes.

De 2015 até o final do primeiro semestre de 2022, a utilização dos serviços técnicos de engenharia, Diário Oficial, assessoria jurídica, contábil, comunica-

ção, apoio técnico, capacitação, entre outros, representou uma economia de R\$ 487.043.999,94 aos cofres municipais. Trabalhamos para aperfeiçoar o nosso atendimento, pois reconhecemos a importância do suporte técnico para o fortalecimento das gestões locais.

Agradecemos o apoio dos prefeitos e prefeituras para as conquistas e os avanços dos últimos anos, em que a AMM ampliou o alcance institucional e caminhou ao lado dos municípios, defendendo a sua autonomia, a sua representatividade e o seu protagonismo como ente federativo mais próximo da população.



Neurilan Fraga é presidente da Associação Mato-grossense dos Municípios (AMM).

EXPEDIENTE

NOTÍCIA
max

Jornalista: Valdemar Félix- DRT 1008/MT - Eloise Guedes DRT- 3060/MT

Diretor Executivo
Max Feitosa- DRT 2142/MT

Diretor Comercial
Deisielle Teixeira

Diretora Administrativa
Michely Terra Milas

Diretora Financeira
Rayhanny Lima

Logística e distribuição: Darci Abílio

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

Juca: “Se fiz por Cuiabá, imagina o que posso fazer por Mato Grosso”

Candidato a deputado estadual enumera avanços promovidos enquanto presidente da Câmara Municipal de Cuiabá

Reprodução



Juca do Guaraná Filho tem levado suas propostas ao eleitorado mato-grossense

“Olho no olho, porque aqui é verdade, transparência e vontade genuína de fazer mais pelo nosso estado. Você me conhece, sabe da minha seriedade e compromisso. Se fiz por Cuiabá, imagina o que posso fazer por Mato Grosso”. A colocação é do candidato a deputado estadual Juca do Guaraná Filho, que também preside a Câmara Municipal de Cuiabá, onde promoveu diversos avanços, seja na independência do Legislativo como também nos trabalhos sociais

À frente da Mesa Diretora, Juca implementou a Sala de Amamentação e os fraldários, uma iniciativa pioneira em Mato Grosso, garantindo suporte às mulheres no exercício de sua maternidade, com o conforto e bem-estar que elas precisam.

O projeto contempla um grande espaço climatizado e decorado. O local conta ainda com geladeira, micro-ondas, sofás e poltronas. Já os fraldários foram instalados nos banheiros femininos e masculinos da Casa de Leis.

No social, foram distribuídas cestas básicas arrecadas durante a campanha “Boa Ação é Doação” e entregues para famílias em situação de vulnerabilidade social de Cuiabá. A iniciativa foi realizada pela Sala da Mulher da Câmara de Cuiabá e articulada pela primeira-dama do Legislativo e voluntária da ação, Amabila Camargo.

O presidente da Câmara de Cuiabá destaca que a entrega dos donativos é uma maneira de amenizar o sofrimento das pessoas que vivem em situação de vulnerabilidade social, principalmente neste período de pandemia. “Temos uma Sala da Mulher com um olhar fraterno voltado para os menos favorecidos. Essa foi uma campanha histórica. Imagina quantas pessoas vamos ajudar. Atitudes como essa não vão parar nesta Casa. Nosso dever é ajudar o povo”, disse Juca.

A Câmara também promoveu a campanha Boa Ação é Doação- Leite Materno, beneficiando bebês que estão em tratamento na UTI Neonatal. Juca parabenizou as mães que fizeram a doação e destacou o trabalho do Legislativo em prol de ações que beneficiem a saúde do município.

Juca do Guaraná pontua que é esse trabalho que ele pretende continuar na Assembleia Legislativa,

com os olhos voltados para os mais necessitados. “Chegou a hora meus amigos de todo Mato Grosso. Juntos podemos mudar nosso Estado, colocando alguém que ama esse lugar e que conhece as suas necessidades”, ressaltou o candidato.

Ele ainda ressaltou a valorização da mulher na Câmara Municipal, e que estando na Assembleia Legislativa, vai continuar dando o espaço e promovendo políticas públicas de valorização e respeito a todas mulheres mato-grossenses.

“Sempre busquei ouvir, respeitar e dar espaço para as mulheres em toda a minha vida política e também na vida pessoal. Tenho mulheres incríveis na minha vida, minha mãe, minha esposa que organizou esse encontro, minha filha, minha irmã e muitas outras referências. Tenham certeza que eu estando na ALMT vou continuar dando o espaço e valorizando todas vocês”, finalizou.

Qualifica Juventude vai ofertar 1.440 vagas para 19 cursos de aperfeiçoamento

O Qualifica Juventude vai ofertar 1.440 vagas gratuitas em 19 cursos de formação e aperfeiçoamento profissional para jovens entre 15 anos e 29 anos



O Qualifica Juventude tem parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial em Mato Grosso

A Prefeitura de Cuiabá, por meio da Secretaria Municipal de Agricultura, Trabalho e Desenvolvimento Econômico, em parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial em Mato Grosso (Senac-MT), lançou na semana passada o “Programa Qualifica Juventude”.

O Qualifica Juventude vai ofertar 1.440 vagas gratuitas em 19 cursos de formação e aperfeiçoamento profissional para jovens entre 15 anos e 29 anos. Os cursos ofertados contemplam diversas áreas de atuação como Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), Marketing Digital, Empreendedorismo Digital, as áreas de hotelaria, turismo, bares, restaurantes e eventos, com turmas de aperfeiçoamento para garçons e camareiras, além do ramo da beleza e estética com qualificação para design de sobrancelhas e depilação egípcia, técnicas de maquiagem e tranças.

“Esse é mais um programa de qualificação da Prefeitura de Cuiabá e da gestão Emanuel Pinheiro, que pensa em pessoas. Agradecemos essa parceria com o Senac, que além de parceiro dos projetos da Prefeitura, é uma instituição de extremo respeito. A importância de participação do jovem nas questões primordiais da sociedade está muito aquém do que deveria ser ideal numa sociedade que busca, por exemplo, novos líderes para serem alçados às condições de conduzir uma sociedade a um caminho melhor. Somente através da educação é possível construir uma sociedade melhor para todos e qualificar a juventude é dar um

passo à frente para um conhecimento que ninguém pode tirar”, disse o secretário de Governo, Luís Cláudio Sodré, representando o prefeito Emanuel Pinheiro.

“Essa é uma luta que a gente já vem trazendo, que é a questão da qualificação profissional. Agora chegou a vez da juventude, que é uma promessa que faz parte do plano de gestão do prefeito Emanuel Pinheiro. Não estamos medindo esforços para realizar isso e vamos qualificar esses jovens que muitas vezes não conseguem entrar no mercado de trabalho porque não possuem experiência ou qualificação. Então, com esse objetivo vamos qualificar esses 1440 jovens para o mercado de trabalho”, reitera o secretário de Agricultura, Trabalho e Desenvolvimento Econômico, Rafael Butareli.

O diretor regional do Senac-MT, Carlos Alberto Tondati Rissato, destaca sobre a importância da parceria para o desenvolvimento de qualificações que atendam às necessidades dos jovens e do mercado de trabalho.

“Para nós é um orgulho imenso participar de um programa como esse junto com a Prefeitura de Cuiabá e com os jovens que serão o nosso futuro. Há algum tempo dizia-se muito que estávamos vendo o nascer da “geração nem-nem”, que não trabalha e não estuda. Mas, isso é a maior mentira, porque se essa geração de jovens por acaso não estuda e não trabalha é por nossa culpa, que não estamos promovendo cursos e condições para que eles

possam estar no mercado de trabalho, estudando e se desenvolvendo. Então, é muito orgulho para nós, através do Senac e da Fecomércio, poder participar junto com o município de Cuiabá, com esse olhar que o prefeito vem tendo desde o primeiro Qualifica”, pontua Rissato.

Representando o Conselho Municipal da Juventude de Cuiabá (CONJUVE), o presidente, Juarez França, e a vice-presidente, Maria Molina, também falaram sobre a importância do olhar voltado à qualificação da juventude.

“Muitos profissionais perdem as oportunidades de emprego pela falta de qualificação e aprimoramento dentro do mercado de trabalho. Então, essa perspectiva de levar qualificação para esses jovens é também levar um aprimoramento e melhora até mesmo no salário desse jovem.

Então, quando a gestão Emanuel Pinheiro traz esse programa, ele cumpre mais do que promessas, mas também gera oportunidades”, afirmou França.

“É de extrema importância o jovem entrar no mercado de trabalho, porque a partir do momento em que se se qualifica e se insere no mercado, é também quando ele conquista a sua independência financeira e começa a caminhar com as próprias pernas. Graças a gestão e a esse projeto vamos qualificar mais de mil jovens e dar a chance para que mudem suas vidas e de suas famílias”, conclui Molina.

SETEMBRO AMARELO:

Mês de prevenção e conscientização ao suicídio

Todos os anos, mais pessoas morrem como resultado de suicídio do que HIV, malária ou câncer de mama

O dia 10 de setembro é lembrado como Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio no Brasil e em alguns lugares no mundo. A data foi criada pela Associação Internacional para a Prevenção do Suicídio e endossada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). O objetivo é chamar a atenção dos governos e da sociedade civil para a importância de falar sobre o assunto.

De acordo com o levantamento feito pela Secretaria de Segurança Pública de Mato Grosso, somente de janeiro a julho deste ano, cerca de 191 casos foram registrados. Esse número alarmante preocupa as autoridades, que buscam realizar campanhas de conscientização nos órgãos públicos e algumas empresas privadas.

Conforme a última pesquisa realizada pela Or-

Reprodução



ganização Mundial da Saúde - OMS em 2019, são registrados mais de 700 mil suicídios em todo o mundo, sem contar com os episódios subnotificados, pois com isso, estima-se mais de 1 milhão de casos. No Brasil, os registros se aproximam de 14 mil casos por ano, ou seja, em média 38 pessoas cometem suicídio por dia.

O suicídio é um importante problema de saúde pública, com impactos na sociedade como um todo. Segundo dados da OMS, todos os anos, mais pessoas morrem como resultado de suicídio do que HIV, malária ou câncer

de mama - ou guerras e homicídios. Entre os jovens de 15 a 29 anos, o suicídio foi a quarta causa e morte depois de acidentes no trânsito, tuberculose e violência interpessoal.

Trata-se de um fenômeno complexo, que pode afetar indivíduos de diferentes origens, sexos, culturas, classes sociais e idades. As taxas variam entre países, regiões e entre homens e mulheres. As situações que levam a esse fim podem surgir de quadros de depressão, bem como do consumo de drogas. Para a advogada, treinadora comportamental e gestora pú-

blica Sirlei Theis, o mês de conscientização pode ser uma ajuda para as pessoas que sofrem com depressão, ansiedade e outras doenças relacionadas, por ser um mês voltado a esse assunto. Para ela, o que de fato resolve o problema e pode ajudar a prevenir o suicídio é propor e implantar políticas públicas voltadas à saúde mental, ofertando atendimento, acolhimento e o tratamento preventivo adequado.

“Nós precisamos de pessoas e políticos interessados nesse assunto, que vão investir na saúde mental dessas pessoas, que vão levar para elas a

liberdade a independência, mostrar pra elas que elas podem empreender que elas tem capacidade e que não precisam ficar refém do sistema. Com isso, nós precisamos mudar isso através de políticas que realmente levem o autoconhecimento para as escolas, para dentro das igrejas. Em todas as localidades onde a família estiver unida. Precisamos ter essa assistência psicológica e mostrar pra elas que elas podem ser independentes”, explicou Sirlei.

Criação da campanha
A campanha do Setembro Amarelo foi inspirada na história de Mike Emme,

que cometeu suicídio, aos 17 anos, em setembro de 1994, nos Estados Unidos. Ele tinha um carro amarelo e, no dia do seu velório, os pais e amigos distribuíram cartões com fitas amarelas e frases motivacionais para pessoas que pudessem estar enfrentando transtornos mentais e emocionais.

As fitas amarelas se tornaram o símbolo da campanha, que foi adotada em 2015 no Brasil pelo Centro de Valorização da Vida (CVV), pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) e pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP).

cuiaba.mt.gov.br

CUIABÁ **SEGUE EM** **FRENTE** **NO AMPARO** **ÀS MULHERES**

A VIDA
DE MILHARES
DE CUIABANAS
ESTÁ MUDANDO
PARA MELHOR



O projeto social Mulheres em Ação já realizou mais de 10 mil atendimentos em mais de 50 serviços diferentes, promovendo cidadania em toda a cidade.




Além dele, o programa Qualifica Mulher, de capacitação profissional, também está levando mais oportunidades para as cuiabanas.

E com o Espaço de Acolhimento no HMC, a prefeitura está garantido mais segurança e apoio para vítimas de violência.

Com tantas iniciativas de políticas públicas, Cuiabá é a capital que mais cuida das mulheres no Brasil!



Imagine

-  [cuiabaprefeitura](#)
-  [/prefeituracba](#)
-  [/cuiabasecom](#)



CUIABÁ
PRA FRENTE,
CUIDANDO
DA GENTE.

Combate à violência doméstica e familiar contra a mulher é prioridade

Iniciativas como a campanha Quebre o Ciclo ressaltam a importância da denúncia para romper o ciclo da violência doméstica e familiar contra a mulher

O combate à violência de gênero é uma das prioridades da gestão da presidente do Tribunal de Justiça de Mato Grosso (TJMT), desembargadora Maria Helena Póvoas (biênio 2021/2022). Iniciativas como a campanha Quebre o Ciclo ressaltam a importância da denúncia para romper o ciclo da violência doméstica e familiar contra a mulher e preservar a vida de mulheres que poderiam vir a serem vítimas de feminicídio.

De natureza permanente, a campanha tem o objetivo de levar informação às vítimas, à sociedade e visa fortalecer as ações de enfrentamento à violência doméstica por meio da união de várias instituições que trabalham com a temática.

Além disso, é papel preponderante da campanha Quebre o Ciclo desenvolver ações para combater as cinco formas de violência contra a mulher previstas na Lei Maria da Penha: violência física, psicológica, sexual, patrimonial e moral.

“É inadmissível qualquer forma de violência contra a mulher. O ciclo da violência precisa ser rompido para garantir a integridade de tantas mulheres que sofrem em seus lares. A campanha tem esse objetivo, de informar sobre

as violências que elas podem estar sofrendo e muitas vezes não se dão conta. Estamos ao lado dessas mulheres, em todo o Estado, com essa e outras ações para o enfrentamento da violência doméstica contra a mulher”, ressalta a presidente.

Ao longo da gestão da desembargadora, foram desenvolvidas e aprimoradas várias políticas públicas de combate à violência doméstica.

APLICATIVO SOS MULHER MT – Botão do Pânico Virtual - Criado em 23 de junho de 2021, o aplicativo é uma ferramenta tecnológica que se tornou eficaz para inibir a prática de violência contra a mulher e também evitar crimes de feminicídio. O aplicativo permite acesso ao Botão

do Pânico, que é um pedido de socorro no formato virtual, quando o agressor descumpra uma medida protetiva.

Ao acionar o botão do pânico pelo celular, em 30 segundos o pedido chega ao Centro Integrado de Operações de Segurança Pública (Ciosp) da Secretaria de Estado de Segurança Pública (Sesp). O Ciosp, então, envia a viatura mais próxima, em socorro à vítima. O serviço está disponível nas cidades de Cuiabá,

Várzea Grande, Cáceres e Rondonópolis.

Entre junho de 2021 e junho de 2022, foram deferidos 3.775 pedidos de Botão do Pânico.

A inovação desenvolvida pelo Judiciário em parceria com a Polícia Civil rendeu o 1º lugar do Prêmio CNJ Juíza Viviane do Amaral.

EDIDA PROTETIVA ON-LINE - Juntamente com o aplicativo SOS Mulher MT também foi lançado o site ‘Medida Protetiva On-line’, que possibilita à mulher vítima de violência solicitar a medida protetiva sem a necessidade se deslocar até uma delegacia.

Mulheres de todo o estado de Mato Grosso podem solicitar medida protetiva on-line, pelo site ou pelo aplicativo SOS Mulher MT. Assim que a vítima preenche todos os dados, a medida protetiva será analisada por um delegado que, na sequência envia para um juiz para análise do pedido. A medida protetiva já é integrada ao Processo Judicial Eletrônico (PJe), de forma ágil e segura, com resposta à vítima em poucas horas.

Neste ano, o Poder Judiciário de Mato Grosso já concedeu cerca de 6 mil medidas protetivas de urgência.

Foto TJ



ANÁLISE RÁPIDA PELA POLÍCIA CIVIL - Desde julho de 2022, os delegados da Polícia Judiciária Civil (PJC) de Mato Grosso passaram a ter autonomia para analisar e conceder o uso do Botão do Pânico Virtual por cinco dias, até que o juiz analise a solicitação de medida protetiva.

A novidade foi implementada pela presidente do Poder Judiciário de Mato Grosso, desembargadora Maria Helena Póvoas, e pelo delegado-geral da PJC, Mário Dermeval, em celebração ao primeiro ano de fun-

cionamento do aplicativo “SOS Mulher MT – Botão do Pânico Virtual”. Além disso, o sistema foi integrado ao aplicativo de mensagem Whatsapp, para que a vítima receba automaticamente o código de acesso ao sistema.

OUIDORIA DA MULHER - A Ouvidoria da Mulher consiste em um canal de comunicação acessível a qualquer cidadão e destinado a desenvolver ações de prevenção, proteção e orientação sobre violência doméstica contra mulheres, que encontram nesse espaço força e in-

centivo para buscarem na Justiça a defesa e valorização de seus direitos.

O serviço é utilizado para receber reclamações e denúncias sobre qualquer conduta, baseada no gênero, que cause a elas dano ou sofrimento, e adotar os procedimentos necessários, além de sugestões e elogios.

A campanha Quebre o Ciclo possui um site próprio, onde é possível acessar diversos tipos de informações relacionadas ao combate à violência doméstica e familiar contra as mulheres.

Em Mato Grosso horário de votação será das 7h às 16h

Tribunal Superior Eleitoral decidiu pela uniformização do horário de votação em todo o país

ELEIÇÕES
2022
#seuvotofazopaís

A uniformização nacional do horário de votação foi aprovada de maneira unânime em dezembro de 2021 pelo pleno do TSE. A Justiça Eleitoral orienta que o eleitor se atente para a nova mudança e ainda orienta que o eleitor consulte antecipadamente seu local de votação a fim de evitar transtornos.

O horário de votação nas eleições gerais em Mato Grosso será das 7h às 16h. A mudança se dá por determinação do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), que decidiu pela uniformização do horário de votação em todo o país, tomando como base o horário do Distrito Federal (Brasília).

Além de Mato Grosso, eleitores do Mato Grosso do Sul, Amazonas, Rondônia, Roraima e Pará terão a votação iniciada uma hora antes. Já no Acre, a votação começará duas horas mais cedo e, em Fernando de Noronha, uma hora mais tarde.



Eleitores mato-grossenses devem se atentar ao horário de votação no dia 2 de outubro



EMPÓRIO
Zero
ÁLCOOL

ÚNICO
EMPÓRIO ZERO ÁLCOOL DO MT



Morte da Rainha Elizabeth II comove o mundo

Elizabeth II passou 70 anos no trono e atravessou crises, guerras e virou ícone pop



Aos 96 anos o anúncio da morte foi feito pelos canais oficiais da família real

A morte da Rainha Elizabeth II comoveu o mundo no dia 8 de setembro. A rainha já vinha apresentando instabilidade na saúde nos últimos dias. E, por volta das 12h, de quinta-feira (8), a morte da monarca que estava em sua residência de férias, no Castelo de Balmoral, na Escócia, foi confirmada.

“A rainha morreu pacificamente em Balmoral esta tarde. O rei [Charles III] e a rainha consorte [Camila] permanecerão em Balmoral esta noite e retornarão a Londres amanhã”, informou a Casa Real britânica no Twitter.

Com a morte de Elizabeth, seu filho mais velho, o agora rei Charles, assume o trono do Reino Unido e de outros 14 países que têm o monarca britânico como chefe de Estado, como Austrália e Canadá.

Segundo os ritos oficiais, o sucessor no trono tinha algumas opções na escolha do nome que iria adotar, mas acabou seguindo o caminho tradicional e manteve o título de rei Charles III.

Em seu primeiro comunicado oficial como rei, Charles III disse que “a morte da minha amada mãe, Sua Majestade a Rainha, é um momento de grande tristeza para mim e para todos os membros da minha família”.

Os quatro filhos da rainha – Charles, Anne, Andrew e Edward – foram até a Escócia quando foi anunciado que a monarca estava sob supervisão médica. Neto de Elizabeth II, o príncipe William também foi até o castelo de Balmoral.

Trono - Elizabeth II tornou-se rainha aos 25 anos de idade, em 1952, após a morte do pai, o rei George VI, e foi coroada no ano seguinte. Na época, o primeiro-ministro era Winston Churchill. Ao longo de seu reinado, ela conheceu 15 premiês.

Embora fosse oficialmente chefe de Estado, a monarca teve papel mais formal e cerimonial. Neutra em assuntos políticos, ela testemunhou eventos históricos, como a desintegração do império britânico, as mudanças sociais do pós-guerra, a Guerra Fria e o Brexit.

Em 1997, viu sua relação com os britânicos ser abalada após a morte de Diana, ex-mulher de Charles. Na ocasião, a rainha foi criticada por sua reação vista como fria e distante.

Os casamentos de William, em 2011, e de Harry, em 2018, serviram para modernizar a imagem da família real, mas pouco depois veio um novo baque: Andrew, considerado o filho favorito da monarca, escandalizou o Reino Unido por causa de sua amizade com o milionário americano Jeffrey Epstein, acusado de exploração sexual de menores.

Em 2020, houve uma nova polêmica, com a mudança de Harry e da mulher, Meghan Markle, para os Estados Unidos (no ano seguinte, o casal se desvincularia profissionalmente da coroa britânica).

Viúva do príncipe Philip, que morreu em abril de 2021 aos 99 anos, Elizabeth II deixa oito netos, incluindo os príncipes William e Harry, e 12 bisnetos.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Assustador; pavoroso	Acessório usado para secar o corpo após um mergulho	Atração sexual mórbida por cadáver	A cadeia acometida de hidrofobia	A ação que espanta os males		Esteira (?), dispositivo de aeroportos
				Direção (abrev.)	Crepúsculo (fig.)	
	Clima também chamado de temperado marítimo					
	Feito por juizes					
	(?) - a-deus, inseto				A prática como a pirataria de CDs	
		A constelação das Três Marias				
	Frequência da TV aberta (abrev.)		Peixe de corpo achatado (bras.)		O de desenho não possui pautas	
	Empregadas como as mucamas (Hist.)	O ponto mais alto				
	Interjeição para incitar o cavalo	Tipo de brinco	Cássia (?): gravou "Palavras ao Vento"			Fedor (bras.) Antônimo de "depois"
	Cidade paulista considerada Santuário Nacional	Proteína encontrada em cereais				
	Formação coralínea como Mururoa			(?) déca, estilo arquitetônico		
	A vogal do meio	(?) Batista, locutor paulista			Região produtora de sal (abrev.)	
	(?) da Serra, postal do Sul					

BANCO 3/art. 4/pacu. 5/orion. 8/aparados — arbitral.

65

DICAS

10 MITOS E VERDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO E DIETA

- A banana deve ser evitada na dieta?
Mito. A banana é uma boa opção para quem precisa emagrecer, porque dá saciedade. Além disso, ela pode auxiliar na manutenção das defesas imunológicas por ser rica em vitaminas C e B, em minerais e em zinco, cobre, manganês, selênio etc.
- Comer só alimentos light ajuda a emagrecer mais rápido?
Mito. Os alimentos light têm no mínimo 25% menos calorias do que os produtos tradicionais.
- Pães integrais com grãos engordam menos?
Verdade. O pão é sempre um dos primeiros itens a serem cortados no início de uma dieta para quem quer perder peso.
- O miolo do pão francês é realmente o que engorda?
Mito. A quantidade de calorias presentes no pão francês é quase a mesma de 2 fatias de pão de forma integral.
- Sucos de caixinha podem ser incluídos na dieta?
Mito. As bebidas industrializadas tendem a conter altos teores de açúcar. É o caso dos néctares, que, segundo a legislação, devem respeitar um limite de adição de sacarose.
- A fome é um sinal de que você precisa de comida?
Verdade. O significado de fome no dicionário é 'sensação causada pela necessidade de comer'.
- Manter o peso é mais difícil do que perdê-lo?
Verdade. Perder peso não é tarefa fácil, mas o que é realmente complicado é conseguir mantê-lo.
- O que engorda é o carboidrato?
Mito. Carboidrato não engorda, mas sim o acompanhamento. Por exemplo: macarrão não engorda, o problema é o tipo de molho. Arroz não engorda, mas normalmente não se come pão puro.
- É permitido comer chocolate todos os dias em uma dieta?
Verdade. O chocolate é considerado saudável e nutritivo, mas deve ser consumido com moderação.
- Ficar em jejum emagrece?
Mito. Isso depende do organismo. Ficar um longo período sem se alimentar pode resultar em vários sintomas desagradáveis, como raciocínio confuso, desmaios.

H oróscopo

ARIES - Semana de Lua Cheia em Peixes, que potencializa a sua despreocupação com relação a muitas coisas. Porque a semana tende a ser intensa, mas você pode estar bem mais pacífico e tranquilo. Seu magnetismo cresce e você pode se ver sendo uma pessoa que apoia e tranquiliza as outras. Podem acontecer "milagres" na sua consciência.

TOURO - Seus sonhos ou seus projetos podem começar a ganhar forma. Sua criatividade está alta, mas é preciso soltar, desapegar um pouco do excesso de controle e colocar foco nos detalhes. A semana traz muito trabalho e necessidade de manter o foco e a atenção no que é essencial. Se for assinar contratos ou tomar decisões importantes.

GEMEOS - Semana intensa, cheia de novidades, mas também de dúvidas. Tome cuidado com a tendência a querer resolver tudo ou ficar com medo de se envolver e ajudar as pessoas. Seja mais corajoso e se aventure em coisas novas. Abandone o controle e deixe fluir. Você pode receber muitos convites ou ajudas nas suas tarefas diárias.

CANCER - Semana de muitos aprendizados e boas aventuras se conseguir relaxar e parar de se preocupar com tudo. É preciso ceder e confiar. Possivelmente, sua energia mental se expandirá e você terá vontade de fazer coisas diferentes, como passeios ou viagens. Os estudos também estão favorecidos.

LEAO - A semana traz a necessidade de finalizar algumas situações antes de se comprometer com novas - e vem novidade por aí. O cansaço pode ser extremo e a energia bem escassa, por isso cuidar da saúde é essencial. Tome cuidado com a falta de organização, que te tira completamente o foco das coisas que você precisa fazer. A semana favorece o diálogo.

VIRGEM - A Lua Cheia em Peixes favorece parcerias, harmonia e leveza, mas nem tudo será relaxamento e descanso devido à entrada de Mercúrio em retrogradação. Tome cuidado com a ansiedade de querer que tudo aconteça no seu tempo. A rotina está intensa e vale a pena espalhar um pouco, fazer pausas ou se exercitar para melhorar sua saúde mental e física.

LIBRA - Semana agitada e cheia de compromissos, mas muitos podem ser cancelados ou adiados. Aproveite seu tempo livre e use mais sua criatividade. Tome cuidado com promessas exageradas. A semana pede leveza e fluidez, mas sem perder de vez a fé e a perseverança. É um misto e muitas novidades podem surgir no horizonte, caso você mantenha a sua confiança.

ESCORPIAO - A Lua Cheia em Peixes favorece o amor, a criatividade e a realização da sua vontade pessoal, mas pode haver um lado racional muito exacerbado e autoritário, portanto tome cuidado com brigas e excesso de controle. Pode ser uma semana na qual é preciso permitir que as coisas fluam sem tantos mandos ou planejamento prévio.

SAGITARIO - Podem existir preocupações com a família nesta semana, bem como com amigos próximos. Convites podem chegar de forma inesperada para projetos ou viagens. A semana é agitada e traz muitas notícias. Tome cuidado com a falta de foco e a agressividade. É preciso paciência e argumentação. Tome cuidado com a impaciência e a dificuldade de ouvir o outro.

CAPRICORNIO - Sua cabeça, nesta semana, pode estar nas nuvens. Você pode estar bem sonhador ou profundo, até mesmo intuitivo e criativo. Questões do passado virão à tona com muita força, então tome cuidado com brigas e discussões, bem como com uma tendência à passividade. Vale a pena realizar alguma atividade artística, espiritual ou criativa.

AQUARIO - A semana pode trazer lucros, mas também gastos. Tome cuidado com indecisões. O momento é de olhar os detalhes e ser mais dedicado e calmo. É importante se abrir para novas possibilidades e saber agarrar as oportunidades que aparecerão de repente. Algo pode ressurgir, como um convite que haviam feito ou um projeto que foi engavetado. Tudo isso pode ser resgatado.

PEIXES - Aguarde uma semana de mais popularidade e caos. Oportunidades podem chegar, mas o medo também pode vir com tudo. Avalie os prós e contras e não se deixe estagnar. Existe cansaço também, então pegue mais leve e não avance sobre seus limites. Sua energia está alta.

C ULINÁRIA



Galinha ao molho pardo

INGREDIENTES
1 galinha 1 cebola picada
Óleo de soja Alho Sal
Pimenta do reino branca
Orégano Colorau Louro
Manjeriço Salsinha 3
copos de água

Molho: 100 ml de vinagre
branco 1 xícara de chá
de sangue de galinha 1
unidade de pimentão
verde Hortelã 1 unidade de
tomate sem pele/molho
de tomate

MODO DE PREPARO

Bata bem no liquidificador o vinagre, o sangue, o pimentão, a hortelã e o tomate. Reserve. Corte a galinha em partes, tempere com sal, colorau e pimenta. Reserve. Em uma panela de pressão, aqueça óleo de soja, refogue o alho e a cebola. Acrescente a galinha e deixe dourar. Acrescente então o restante dos ingredientes, tampe a panela e deixe cozinhar por 40 minutos. Retire a pressão da panela com a galinha e junte o molho pardo. Deixe ferver, mexendo, até o molho engrossar e a galinha terminar de cozinhar. Coloque o molho por cima. Agora é só servir. Bom apetite.

A LIMENTANDO A ALMA

Pois há um só Deus e um só mediador entre Deus e os homens: o homem Cristo Jesus, o qual se entregou a si mesmo como resgate por todos. Esse foi o testemunho dado em seu próprio tempo. Para isso fui designado pregador e apóstolo (Digo a verdade, não minto.), mestre da verdadeira fé aos gentios.

1 Timóteo 2:5-7

Sherlock

Cuiabano



Personagem fictício que escreve inspirado em acontecimentos reais ou não...

*Conteúdo de cunho de entretenimento

REFLEXÕES

“Chorava porque não tinha sapatos, então encontrou um homem que não tinha os pés”

Sherlock Cuiabano

Resumo da semana

Ainda repercute a festa que dei para comemorar a estreia da minha coluna aqui no NM. Recebi vários ‘zaps’. Muitas mensagens me parabenizando, coleguinha justificando a ausência, gente me pedindo emprego aqui no jornal e curiosos perguntando sobre a festa.

E por falar em mensagem no meu ‘zap’, recebi uma bem peculiar, logo após o NM ser distribuído aqui no meu bairro. Diz a mensagem: “Olá senhor Cuiabano, sou sua leitora e fiquei impressionada com o tamanho do peixe que aquele rapaz pescou. Me interessa por pescaria, pode me passar o contato do pescador?”

Em relação a nota acima, quero dizer que tanto na minha profissão de detetive, quanto na de colunista, eu não revelo fontes, não forneço dados, muito menos números de celular. Também não aceito serviço para vigiar pessoas do meu novo círculo social.

Vale ressaltar, que não aceito pedidos, sugestões e nem indicação de fotos para serem publicadas na minha coluna. Todas as fotos, matérias e notas publicadas aqui, são escolhidas e selecionadas por mim. Com exceção dos pedidos do patrão MF e do chefe da redação Valdemar.

A toda poderosa construtora Plaenge, lançará em breve o Hampton. Um empreendimento inspirado num grupo de vilas de alto padrão na costa leste dos Estados Unidos.

A região é conhecida pelas casas e mansões luxuosas, além dos restaurantes e casas noturnas exuberantes frequentados pela alta sociedade americana. Bem diferente da realidade do meu bairro.

↑ SOBE

Plaenge prepara lançamento em Cuiabá com VGV de R\$ 180 milhões. “The Hampton”, grupo de vilas de alto padrão na costa leste dos Estados Unidos, é uma das maiores representações de exclusividade e elegância. Inspirada por essa atmosfera, a Plaenge lançará em breve o seu mais novo empreendimento: Hampton.

Reprodução



Reeleição

Uma fonte minha, infiltrada nos corredores da ALMT, disse que o fantasma do desemprego vem tirando o sono de assessores, comissionados e até mesmo de deputados que concorrem à reeleição, sendo que os mais conformados já estão limpando as gavetas e tirando os quadros da parede dos gabinetes.

Enquanto alguns se desesperam, outros estão tranquilos, por terem consciência que realizaram um bom mandato em prol do povo mato-grossense, que é o caso do deputado e candidato à reeleição Max Russi.

Deputado Max Russi (PSB)

↓ DESCE

A suspensão do piso da enfermagem por meio de liminar do ministro Roberto Barroso, do Supremo Tribunal Federal (STF), afeta, de imediato, cerca de sete mil profissionais da enfermagem em Mato Grosso que trabalham na rede privada e deveriam receber o piso salarial já neste mês. Porém, a suspensão por 60 dias ainda pode afetar também os 29 mil trabalhadores que atuam em hospitais públicos.

Isso é Calypso em Mato Grosso

Fiquei sabendo que a ex do Chimbina adiou para março de 2023 os shows que seriam realizados em Mato Grosso por esses dias. Segundo as minhas fontes, as apresentações foram prorrogadas apenas por questões de logísticas. Não sei não, mas meu faro de detetive me diz que “tem carochão nesse angu”.

Joelma apresentaria sua nova turnê “Isso é Calypso” em Rondonópolis e em Cuiabá.



Reprodução



O Tribunal Regional Eleitoral de Mato Grosso, obteve o 1º lugar no ranking nacional como o Tribunal mais transparente do país. É o que demonstrou a avaliação do Conselho Nacional de Justiça (CNJ) divulgada no último dia 1º. O ranking avaliou os 93 tribunais brasileiros nos segmentos: Conselho, Estadual, Federal, Eleitoral, Trabalho, Militar e Superior.

