



INFRAESTRUTURA

Sinfra já assinou 523 convênios com os municípios do Estado

Secretário Marcelo Oliveira fez um balanço dos trabalhos da Pasta durante solenidade de assinatura de convênio beneficiando 43 municípios.

PAG 07

ENERGIA MAIS BARATA



Mauro lembrou que, ainda em 2022, reduziu a alíquota do ICMS da energia elétrica, que era 27% e passou a 17%, a menor do Brasil

MAURO: “ESTAMOS DISCUTINDO ALTERNATIVAS PARA BARATEAR A CONTA DO CONSUMIDOR”

O governador Mauro Mendes se reuniu na semana passada com o presidente da Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel), Sandoval Feitosa, quando debateu o custo da energia elétrica em Mato Grosso, que está entre as três mais caras do Brasil.

Mauro destaca que apesar de termos reduzido o ICMS, a tarifa ainda é alta por conta do atual modelo, que coloca na conta dos usuários os custos de distribuição e investimentos, e com um estado grande e poucos habitantes, a conta fica muito cara.

PAG 10



Divulgação

CAMPANHA

Janeiro Branco chama atenção para saúde mental das pessoas

O lema do Janeiro Branco de 2024 é “Saúde mental enquanto há tempo!”, chamando a atenção para a necessidade de equilibrar todos os fatores da vida.

PAG 06

SITUAÇÃO DE ALERTA

MT Hemocentro precisa de doações para repor estoque de sangue

O MT Hemocentro, único banco de sangue público de Mato Grosso, está com o estoque em situação de alerta. Embora haja a necessidade de todos os tipos sanguíneos, no momento, a maior carência é pelos tipos negativos, em especial O -, além dos tipos A-, B- e AB-.

PAG 08

PRECISAMOS FALAR SOBRE A SAÚDE MENTAL

O Janeiro Branco é uma campanha com objetivo de mobilizar a sociedade em favor da saúde mental, mudando a compreensão cercada de tabus sobre a saúde mental e promovendo mais possibilidade de saúde mental a todos os indivíduos e a sociedade como um todo.

A campanha chama atenção para o fato que se faz necessário ressaltar que a saúde mental e emocional precisa de atenção. Ela ultrapassa barreiras nacionais, culturais e socioeconômicas. As perturbações dessa natureza crescem a cada dia em todo o mundo e, indepen-

dentemente de sua gravidade, são uma das principais doenças do século XXI.

Um dos objetivos do mês é levar a informação de prevenção para a população e quebrar tabus relativos ao tema. Uma vida cada vez mais atarefada muitas vezes influencia as pessoas a colocarem a saúde a mental em segundo plano. Para evitar isso, é promovido o Janeiro Branco, mês voltado para a importância aos cuidados e prevenção contra os problemas mentais e psicológicos junto à população.

Diferentes fatores estão relacionados ao aumento de problemas relacionados à saúde mental nos últimos anos, entre eles os eventos adversos que ocorrem no decorrer da vida, como desemprego, luto, estresse e traumas. Também há ligação com a competitividade nas relações interpessoais, além da falta de cuidados com a saúde da mente.

Por isso, a campanha possui vários objetivos, sendo um deles derrubar o preconceito ao redor do tema e trazer qualidade de vida ao cidadão, sempre com a ajuda de especialistas na área da saúde.

Quebrar mais esses paradigmas e aumentar os cuidados com a parte mental se justifica. O Brasil tem os maiores índices de ansiedade e depressão do mundo, e ocupa o oitavo lugar em incidência de suicídios.



ARTIGO

A CONTA DE ENERGIA ESTÁ CARA

Já escrevi que o Brasil está muito bem servido pela natureza, pois possui enormes potenciais, principalmente o hidráulico.

Também aponte que o custo de geração da energia no Brasil é um dos menos onerosos do planeta, porém a tarifa cobrada dos consumidores finais é uma das mais caras do mundo.

Tal conclusão decorre do fato de que é crescente e excessivo o peso dos subsídios, encargos e tributos incidentes na conta de luz.

Atualmente, mais de 40% do valor da conta de luz é composto por encargos e tributos.

Para contextualizar, além da carga tributária decorrente da incidência dos tributos federais e do ICMS, o consumidor paga na fatura de energia elétrica vários encargos setoriais, dentre eles a Conta de Desenvolvimento Energético – CDE; Conta de Consumo de Combustível – CCC; Programa de Incentivo

às Fontes Alternativas de Energia Elétrica – PROINFA; Encargos de Serviços do Sistema – ESS; Reserva Global de Reversão – RGR, Taxa de Fiscalização dos Serviços de Energia Elétrica – TFSEE, Operador Nacional do Sistema – NOS; Pesquisa e Desenvolvimento e Eficiência Energética – P&D; Compensação Financeira Pela Utilização de Recursos Hídricos – CFURH e Encargo de Energia de Reserva – EER.

Os encargos incidentes na tarifa de energia foram instituídos, de uma maneira geral, para financiar o desenvolvimento do setor elétrico brasileiro e as políticas energéticas do Governo Federal.

Todavia, a falta de planejamento na criação e prorrogação de encargos, bem como a falta de transparência na gestão dos aludidos recursos por parte dos órgãos e entidades do Governo Federal, faz com que os consumidores finais de energia elétrica suportem um custo exagerado e desarrazoado, visto que são

poucos os beneficiados e benefícios trazidos para o Setor Energético Brasileiro, em função do volume de recursos arrecadados.

Além de custo de todos os encargos e tributos que são repassados para o consumidor, o mesmo ainda deve assumir o custo da Tarifa de Uso do Sistema de Transmissão – TUST e a Tarifa de Uso do Sistema de Distribuição – TUSD.

Aliás, está em jogo perante os Tribunais Superiores se de acordo com a legislação nacional os Estados podem cobrar o ICMS sobre os encargos setoriais, além das referidas Tarifas.

Por sua vez, a Reforma Tributária não abordou tal questão.

Ao contrário, o Congresso Nacional permitiu que seja cobrado tributo sobre tributo, hipótese que vai encarecer ainda mais a fatura de energia elétrica paga pelo consumidor.

Portanto, está na hora de que seja debatida com a sociedade a incidência de todos os referidos adicionais, os quais, são pagos religiosamente pelos consumidores nas respectivas faturas de energia elétrica.



Foto Divulgação

Victor Humberto Maizman é advogado e consultor jurídico tributário.



Diretor Executivo
Max Feitosa
DRT 2142/MT

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

Logística e distribuição
Fabio Eduardo Turequi

Diretora Comercial
Gislene Miranda Arruda

Diretora Financeira
Rayhanny Lima

M S TERRA MILAS LTDA – CNPJ 34.682.339/0001-37
Endereço: Rua Primavera Número: 286
Bairro: Bosque da saúde - CEP 78050-030

Jornalista
Elloise Guedes DRT- 3060/MT
Jornalista
Suzana Ataíde DRT- 3281/MT
Jornalista
Valdemar Félix- DRT 1008/MT

Colégio Adventista.

Conhecimento e valores cristãos pra toda a vida.



TIS PROPAGANDA



Mais que ensinar, o Colégio Adventista forma cidadãos éticos, solidários e preparados para os desafios da vida. Uma educação baseada em valores cristãos e no que existe de melhor em infraestrutura e método de aprendizagem.

**AGENDE UMA VISITA
E FAÇA SUA MATRÍCULA**

DO MATERNAL
AO ENSINO MÉDIO



65 99671-3291

 **Colégio
Adventista**

ELEVADOR

Elevador que darão acesso às galerias do Plenário do Legislativo, em mais uma ação de acessibilidade da Casa

Obra de acessibilidade na Câmara de Cuiabá entra em reta final

Da Assessoria

O presidente da Câmara Municipal de Cuiabá, Chico 2000 (PL), vistoriou na última sexta-feira (19) as obras do elevador que darão acesso às galerias do Plenário do Legislativo, em mais uma ação de acessibilidade do espaço público encabeçada pela presidência.

O projeto está em reta final e deve ser entregue em breve, possibilitando que pessoas com deficiência, mobilidade reduzida e idosos, possam acompanhar as sessões ordinárias e extraordinárias.

“Estamos aqui conferindo as obras do elevador, estão em fase de instalação e quase sendo concluído. É

uma forma de respeito com aqueles que têm mobilidade reduzida, ou tem qualquer espécie de dificuldade de se locomover. Então está aqui, o elevador, sempre foi um sonho e agora tornando-se realidade. Em mais uma ação de valorização e democratização do espaço público”, celebrou o presidente.

A iniciativa começou com o ex-presidente da Mesa, hoje deputado estadual Juca do Guaraná (MDB), responsável por deixar o equipamento comprado, porém, enfrentou dificuldades no processo licitatório, onde não houve adesão de nenhuma empresa. O total da obra está orçada em R\$ 215 mil.



Foto Câmara Cbá

“É uma forma de respeito com aqueles que têm mobilidade reduzida, ou tem qualquer espécie de dificuldade de se locomover”, destaca Chico 2000, ao falar sobre instalação de elevador

ATÉ DIA 28

Instituto Ciranda abre inscrições do processo seletivo 2024 para novos alunos

Da Redação

Estão abertas as inscrições para o processo seletivo de novos alunos do Instituto Ciranda - Música e Cidadania. Pais ou responsáveis por crianças e adolescentes de 7 a 18 anos, podem efetuar as inscrições para concorrer a mais de 250 vagas, disponíveis nos polos de Cuiabá e Rondonópolis (212 km de Cuiabá).

São inúmeras opções de cursos gratuitos, voltados ao aprendizado de instrumentos musicais de orquestra. As inscrições também são gratuitas, e devem ser realizadas no site da instituição (institutociranda.org.br) até do dia 28 de janeiro. Para participar do processo seletivo, não é necessário conhecimento musical prévio. A única exigência é que os inscritos estejam frequentando a escola regular.

A segunda etapa, após a inscrição, consiste

nas entrevistas presenciais com os candidatos, que devem estar acompanhados por um responsável. A agenda com horário e local das entrevistas será divulgada no dia 31 de janeiro, também no site do Instituto Ciranda.

No dia 09 de fevereiro, será divulgada a relação dos aprovados. Já o período de matrículas para novos alunos, será entre os dias 14 e 16 de fevereiro. É importante destacar que os candidatos devem acompanhar todas as atualizações pelo site do instituto.

Os interessados podem se inscrever para uma das inúmeras opções de cursos, como violino, viola de arco, violoncelo, contrabaixo acústico, clarineta, flauta transversal, saxofone, oboé, fagote, trompete, trombone/tuba, trompa, percussão, musicalização, coral infantil e coral infantojuvenil.

Foto Reprodução



COLINAS DOURADAS

De mil sorteador, 95 não haviam entregue a documentação necessária e podem perder o imóvel

Sorteados podem não ser contemplados por falta de documentação

Da Redação

Os sorteados do residencial Colinas Douradas, em Várzea Grande, podem perder as casas por falta de documentação. Conforme informações da Prefeitura, 10% das pessoas sorteadas dentro do Minha Casa, Minha Vida, ainda não enviaram a documentação necessária para avaliação e aprovação por parte da Caixa Econômica Federal.

As pessoas que ainda não entregaram a documentação devem procurar a Secretaria Municipal de Desenvolvimento Urbano e Regularização Fundiária e Habitação, sob o risco de perder o direito à moradia.

“De mil sorteador, 95 não haviam entregue a documentação necessária. Damos um prazo de mais 10 dias para que essas pessoas compareçam sob pena de serem excluídos e chamarmos os suplentes para que possam apresentar os documentos para análise da Caixa”, disse o secretário de Habitação, Ricardo Azevedo Araújo.

Ele reforçou que o prazo não será prorrogado e irá se findar em 23 de janeiro, e caso alguns dos 95 faltantes deixem de montar seu dossiê, serão automaticamente convocados o suplente.

“Este dossiê, caso aprovado pela Caixa Econômica Federal, é que dá o direito do escolhido em ser o detentor do financiamento e proprietário do imóvel do Colinas Douradas, por isto é fundamental que os pré-selecionados compareçam e comprovem sua titularidade com documentos e formem o dossiê para passar pelo crivo técnico do Agente Financeiro, sem o qual não é possível que ele se torne proprietário definitivo do imóvel, o que é um grande passo para qualquer família”, disse o secretário.

Lucas Rodrigues/Secom-MT



Quase 10% ou 95 pessoas ainda não entregaram a documentação para receberem as chaves do residencial Colinas Douradas

EDUCAÇÃO

Veja como usar a nota do Enem para bolsas de estudo e ingresso no ensino superior

Da Redação

Com a chegada de um novo ano é comum as pessoas estabelecerem novos sonhos e metas, e dentre eles, costuma estar realizar uma faculdade. Neste cenário, o resultado do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) pode ser crucial para trilhar uma nova jornada em um curso.

No dia 16 de janeiro, o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) divulgou as notas individuais da última edição do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) e, cerca de três milhões de brasileiros podem ser beneficiados com a oportunidade de transformar suas vidas por meio do acesso ao ensino superior.

Para ajudar os estudantes com uma oportunidade de iniciar uma graduação, a Unic realizará o “plantão portas abertas”, no mês de janeiro, de segunda a sexta, das 8h às 19h e aos sábados, das 8h às 12h. No atendimento, as equipes informarão sobre a disponibilidade de bolsas de estudo de até 100% aos participantes que comparecerem na instituição com sua nota do ENEM ou pelo whatsapp (65) 99987-3730.

O percentual da bolsa de estudo oferecido pela Unic varia de acordo com a nota obtida, ofertando de 20% a 100% de desconto. Para aproveitar a vantagem, os interessados podem utilizar a nota do Enem dos anos anteriores, a partir de 2014. Caso tenha realizado mais de uma prova, a instituição considerará a nota mais recente. Contudo, vale ressaltar que o benefício não é válido para transferência externa.

“Para centenas de pessoas, o Enem não é apenas um exame; é um marco significativo para o início de uma jornada rumo à realização do sonho da formação superior. Nós da Unic acreditamos que o exame é um fator predominante para ajudar as pessoas a entrarem na faculdade, e por isso, atuamos com oportunidades acessíveis para tornar realidade o objetivo dos estudantes, proporcionando bolsas e descontos diante do desempenho do estudante na prova”, salienta Pedro Ferraz, Sócio e Diretor Comercial da Cognia, detentora da Unic.

Foto Reprodução



CAMPANHA

O LEMA DO JANEIRO BRANCO DE 2024 É "SAÚDE MENTAL ENQUANTO HÁ TEMPO!", CHAMANDO A ATENÇÃO PARA A NECESSIDADE DE EQUILIBRAR TODOS OS FATORES DA VIDA

Da Redação

O mês de janeiro foi escolhido para representar a importância dos cuidados com a saúde mental da população e prevenção de doenças decorrentes de estresse, incluindo os transtornos mentais, como a depressão, ansiedade e a síndrome do pânico. O lema do Janeiro Branco de 2024 é "Saúde mental enquanto há tempo!", chamando a atenção para a necessidade de equilibrar todos os fatores da vida e conquistar o bem-estar.

O objetivo da campanha é reduzir o número de doenças provocadas por estresse, acúmulo de trabalho, crises de relacionamento – pessoal ou profissional – e que causam sintomas psicossomáticos.

Segundo a OMS, quase um bilhão de pessoas, incluindo 14% dos adolescentes do mundo, vivem com algum transtorno mental, sendo que 50 milhões são brasileiros, sendo considerada uma nação com alto índice de ansiedade. Esses números são resultados de uma combinação de diversos fatores, sendo eles biológicos, sociais, emocionais e algumas das vezes religiosos.

Não existe uma forma única de adoecimento mental nos cidadãos. Por isso, para manter a saúde mental em dia, algumas dicas são valiosas, como praticar atividade física, manter uma alimentação saudável, se hidratar, ter um sono de qualidade, cuidar bem dos relacionamentos, se valorizar, estar em companhia de pessoas otimistas e que te faça sentir bem.

Comportamento autodepreciativo, como insônia ou sono irregular; queda nos níveis de energia; alterações incomuns no apetite, como perda ou excesso; mudanças repentinas de humor, como irritabilidade e tristeza; perda de interesse por atividades antes consideradas interessantes; incapacidade de cumprir suas obrigações de rotina; raciocínio lento e perda de concentração, entre outros, podem ser considerados como um alerta para a saúde mental.

É muito importante que as pessoas que apresentam e percebam os sintomas não esperem por melhora sem a orientação de um profissional de saúde. Nesse caso, deve-se buscar atendimento na Unidade Básica de Saúde da região onde se reside, a fim de que seja realizado o acompanhamento pelas equipes de Saúde da Família, além dos encaminhamentos, quando necessário, para o atendimento especializado nos Centros de Atenção Psicossocial (Caps).

Em caso de surto psiquiátrico, é preciso acionar o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu 192) para ser encaminhado ao atendimento de urgência e emergência mais próximo.

Janeiro Branco chama atenção para saúde mental das pessoas

Foto Divulgação



Janeiro
BRANCO
CONSCIENTIZAÇÃO DA
SAÚDE MENTAL

Veja cinco dicas para começar 2024 de olho no seu bem-estar, incluindo saúde mental como parte fundamental para alcançar qualidade de vida.

ATIVIDADE FÍSICA

Além de indispensáveis para a boa saúde do corpo, os exercícios físicos também são fundamentais para a mente, já que durante a prática substâncias como a endorfina, capaz de gerar sensação de recompensa e bem-estar, são liberadas no organismo. Investir nessa conexão é cuidar da saúde em geral.

SAÚDE SOCIAL

Apesar da tecnologia facilitar o dia a dia, às vezes, ela também distancia. Como seres sociais, humanos precisam interagir, afinal, é a partir desse elo que há troca de experiências e uma evolução natural baseada na reflexão, empatia etc. Por meio dessa construção, os indivíduos se sentem parte do todo, estabelecem e reforçam laços saudáveis.

TENHA UM TEMPO PARA SI MESMO

As responsabilidades diárias não podem ser motivo para negligenciar-se o tempo todo, ter um momento para si mesmo é criar instante de qualidade para satisfazer às próprias vontades e necessidades: ler o livro preferido, assistir a um filme ou passear com o pet. Viver o presente plenamente é um estilo de vida que demanda hábito.

DESCANSO E ALIMENTAÇÃO

Assim como o corpo requer tempo para se recuperar, a mente também precisa de descanso, e uma boa saúde tem a ver com o que é consumido. Uma alimentação ruim pode prejudicar o sono, que tem alta ligação com o bem-estar: um sono ruim pode causar irritação e prejudicar o foco, afetando diretamente a capacidade cognitiva.

Consumir alimentos pesados muito próximo ao horário de dormir tende a afetar o sono, pois o sistema digestivo terá que trabalhar mais, assim é preciso manter-se atento não somente ao que é ingerido, mas aos momentos escolhidos para se alimentar.

SAÚDE MENTAL

Assim como o corpo, a mente também precisa ser estar "em movimento": há técnicas especificamente voltadas à mente, auxiliando no estabelecimento do foco. Todavia o contrário é verdadeiro, e a mente precisa de descanso, por isso existem exercícios para relaxar.

Como uma prática de fácil acesso e capaz de entregar valor em ambos os casos, a meditação é uma alternativa para quem deseja refletir e enfrentar a rotina de forma mais leve, não somente controlando a ansiedade e diminuindo o estresse, ampliando a concentração. A prática não requer conhecimento prévio e nem mesmo fica restrita a públicos específicos.

INFRAESTRUTURA

Secretário fez um balanço dos trabalhos da Pasta durante solenidade de assinatura de convênio beneficiando 43 municípios

Sinfra já assinou 523 convênios com os municípios do Estado

Suzana Ataíde / Valdemar Félix

“A Secretaria de Estado de Infraestrutura e Logística (Sinfra) assinou neste governo 523 convênios que estão em execução, sendo que em 2019 formalizamos R\$ 3,3 bilhões em convênios dos quais já repassamos R\$ 1,5 bi”. A colocação é do titular da Sinfra, secretário Marcelo Oliveira, ao falar sobre os trabalhos da Pasta na gestão Mauro Mendes, durante assinatura de convênio de R\$ 200 milhões que vai beneficiar 43 cidades do Estado.

Marcelo lembra que em cinco anos houve significativos avanços no setor de infraestrutura do Estado, exemplificando a execução de 3.505 quilômetros de asfalto novo.

“Conseguimos em cinco anos fazer o que ninguém conseguiu fazer, com a ajuda do governador Mauro Mendes, com o Fundo Estadual de Transporte e Habitação (Fethab), com a reformulação do Fethab, com ajuda de todos os deputados, dos senadores, dos colegas secretários, conseguimos executar mais de 3 mil quilômetros de asfalto novo”, pontuou, ressaltando que nenhum município do Estado deixou de ser agraciado com um convênio ou com um asfalto ou outra obra estrutural. O secretário ainda destacou que a Sinfra está hoje com 1.890 quilômetros de ordens de serviço de obras de pavimentação em execução no Estado, além

de 47 pontes de concreto sendo construídas e que vão melhorar a qualidade de vida da população mato-grossense.

Para completar, Marcelo destacou a transparência na execução dos trabalhos, ressaltando que nos cinco anos da atual gestão a Pasta não foi alvo de nenhuma operação policial.

“Não tivemos uma operação policial dentro da Sinfra onde no ano passado conseguimos demonstrar e cumprimos com o orçamento que nos mandaram, R\$ 4,5 bilhões. Isso nunca aconteceu na história de Mato Grosso”, finalizou.



“Conseguimos em cinco anos fazer o que ninguém conseguiu fazer”, destacou o secretário de Estado de Infraestrutura e Logística, Marcelo Oliveira

TARIFA SOCIAL

Mais de 174 mil famílias têm direito a descontos de até 65% na conta de energia

Da Redação

Em Mato Grosso, mais de 174 mil famílias têm direito à Tarifa Social de Energia Elétrica (TSEE), mas ainda não possuem o benefício. Um dos principais motivos é a falta de atualização cadastral. As cidades de Cuiabá, Várzea Grande, Rondonópolis, Sinop e Cáceres lideram o ranking das famílias que podem participar do programa.

Em Mato Grosso, mais de 174 mil famílias têm direito à Tarifa Social de Energia Elétrica (TSEE), mas ainda não possuem o benefício. Um dos principais motivos é a falta de atualização cadastral. As cidades de Cuiabá, Várzea Grande, Rondonópolis, Sinop e Cáceres lideram o ranking das famílias

A Tarifa Social foi criada e é subsidiada pelo Governo Federal. De acordo com a Energisa, em 2023, mais de 68 mil

clientes foram cadastrados para receber o desconto. Para participar, as famílias devem possuir renda mensal igual ou inferior a meio salário-mínimo por pessoa.

Também é preciso ter inscrição no Cadastro Único (CadÚnico) para Programas Sociais do Governo Federal e manter informações atualizadas junto ao Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) do município onde moram.

Também têm direito ao benefício famílias com membros que possuem doenças que requerem o uso contínuo de aparelhos elétricos para tratamento, desde que a renda mensal seja de até três salários-mínimos; famílias indígenas, quilombolas e aquelas que recebem o Benefício de Prestação Continuada (BPC).



TRANSPORTE GRATUITO

Para os alunos que vão solicitar o benefício pela primeira vez é preciso preencher o formulário disponível no site da MTU

Começa cadastro de estudantes ao passe livre para a volta às aulas

Da Redação

As aulas na rede pública de ensino já têm data para começar: dia 5 de fevereiro. Isso vem gerando dúvidas em estudantes e responsáveis quando ao cadastramento e recadastramento do passe livre do transporte coletivo.

O prazo para renovação ou novos cadastros teve início no último dia 5. Para os alunos que vão solicitar o benefício pela primeira vez é preciso preencher o formulário disponível no site da MTU. Em seguida, levá-lo até a escola matriculada para assinatura e carimbo do diretor da instituição.

Depois deve ser entregue na Loja da MTU, localizada na Rua Joaquim Murinho, no Centro da capital, juntamente com documentos pessoais do

estudante (RG e CPF) e comprovante de endereço em nome do beneficiado ou responsável. Após isso, o aluno já sai com o cartão pronto sem pagar pela primeira via.

Aqueles alunos que já possuem o Passe Livre a orientação é que no ato da matrícula, deve apresentar o Cartão Estudantil na secretaria da escola para vincula-lo ao sistema online da MTU, junto a uma grade curricular do novo ano letivo.

É necessário que o aluno faça diariamente a validação do cartão estudantil na máquina instalada na unidade de ensino matriculado. Por dia, são liberados créditos de retorno para

casa e ida para escola no dia seguinte. Todos os estudantes matriculados na rede pública ou rede privada de ensino têm direito ao passe livre, conforme determina a Lei nº 4.141 de 14 de dezembro de 2001.

Os estudantes matriculados no período matutino podem usar o benefício das 4h às 14h59.

No vespertino, o período se estende das 10h às 19h59. Já os estudantes matriculados no período noturno podem usar o passe livre das 16h às 01h59.

Caso haja qualquer outra atividade fora desses horários, a orientação é que a MTU deve ser informada por meio da grade curricular.

Foto Reprodução



Todos os estudantes matriculados na rede pública ou rede privada de ensino têm direito ao passe livre

SITUAÇÃO DE ALERTA

MT Hemocentro precisa de doações para repor estoque de sangue

Da Redação

O MT Hemocentro, único banco de sangue público de Mato Grosso, está com o estoque em situação de alerta. Embora haja a necessidade de todos os tipos sanguíneos, no momento, a maior carência é pelos tipos negativos, em especial O -, além dos tipos A-, B- e AB-. “É importante mantermos o estoque de sangue sempre regular para atender as necessidades dos hospitais públicos do Estado. Dessa forma, auxiliamos as unidades, pois uma doação pode salvar até quatro vidas e todo tipo sanguíneo é bem-vindo”, diz a dire-

tora do MT Hemocentro, Gian Carla Zanela. As doações podem ser agendadas no site: <https://mthemocentro.saude.mt.gov.br/index.php>. O voluntário também pode agendar as doações por telefone (65) 98433-0624 (Whatsapp, ligação ou mensagem) ou no tradicional número fixo: (65) 3623-0044, ramais 211 e 221. A doação de sangue no Brasil deve ser voluntária e gratuita. O sangue coletado beneficia pessoas internadas e em tratamento nas unidades e hospitais do Sistema Único de Saúde (SUS) em todo o Estado.

Foto Reprodução





GERENCIE SEUS DOCUMENTOS DE FORMA INTELIGENTE E SEGURA

Analizamos e automatizamos os processos de sua empresa para garantir
uma gestão inteligente dos seus documentos e informações

 **MAYACOM**

SOLUÇÕES EM TECNOLOGIAS

RUA: PRIMAVERA, 286 - BOSQUE DA SAÚDE / CUIABÁ - MT
(65) 3644-6686 - E-MAIL: MAYACOMTECNOLOGIA@GMAIL.COM

Mauro: “Estamos discutindo alternativas para baratear a conta do consumidor”

Da Redação

O governador Mauro Mendes se reuniu na semana passada com o presidente da Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel), Sandoval Feitosa, quando debateu o custo da energia elétrica em Mato Grosso, que está entre as três mais caras do Brasil.

Mauro destaca que apesar de termos reduzido o ICMS, a tarifa ainda é alta por conta do atual modelo, que coloca na conta dos usuários os custos de distribuição e investimentos, e com um estado grande e poucos habitantes, a conta fica muito cara.

Ele explica que o custo alto da energia se deve ao fato dele ser calculado em função da rede de transmissão que é construída, e todos os investimentos feitos no Estado para levar energia em todas as regiões, toda construção dessa rede, o valor desse investimento vai para a tarifa.

“Essa é uma regra que foi mudada há alguns anos, pois antigamente esse custo era igual no Brasil inteiro, portanto, tínhamos uma divisão do custo de investimentos entre todos os brasileiros, e isso favoreceu os estados do Sul e Sudeste que se desenvolveram, e agora que Mato Grosso está se desenvolvendo estamos pagando sozinhos essa conta”, afirma o gestor.

Mauro lembrou que, ainda em 2022, reduziu a alíquota do ICMS da energia elétrica, que era 27% e passou a 17%, a menor do Brasil. Porém, conforme o governador, essa medida não é suficiente, pois boa parte da cobrança da conta de energia é composta pelos gastos e investimentos realizados pela concessionária.

“Precisamos rever esse modelo e estamos discutindo alternativas para mudar essa realidade e baratear a conta”, pontuou.

Lucas Rodrigues/Secom-MT



Mauro lembrou que, ainda em 2022, reduziu a alíquota do ICMS da energia elétrica, que era 27% e passou a 17%, a menor do Brasil

DIA 25 DE JANEIRO

Ministro do STF marca audiência de conciliação sobre lei da pesca

Da Redação

O ministro André Mendonça, do Supremo Tribunal Federal (STF), marcou audiência de conciliação para o dia 25 de janeiro na ação que questiona a Lei do “Transporte Zero”, que entrou em vigor neste ano em Mato Grosso.

A decisão foi dada na semana passada, horas após reunião do governador Mauro Mendes com o chefe de gabinete do ministro, Rodrigo Hauer, em Brasília. “Compreendendo que as vantagens consensuais elencadas podem ensejar a construção de desfecho mais adequado à situação verificada nos autos, designo audiência de conciliação, a ser realizada em 25/01/2023, às 14:00h, no Supremo Tribunal Federal- Praça dos Três Poderes, Brasília”, diz trecho da decisão.

A lei em questão determina que no período de cinco anos, começando no dia 1º

de janeiro deste ano, o transporte, armazenamento e comercialização do pescado fiquem proibidos em todos os rios de Mato Grosso. Durante esse período, está permitida a modalidade pesque e solte, assim como a pesca de subsistência.

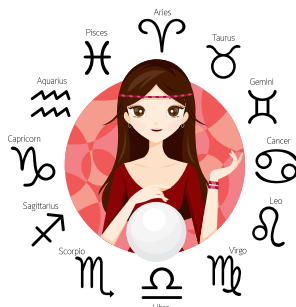
Na reunião, Mauro explicou que a lei não possui qualquer irregularidade e segue normativos semelhantes que já vigoram em outros estados, como Goiás.

Conforme o governador, a medida é necessária para que os rios voltem a ser povoados pelos peixes, que estão acabando devido à pesca predatória. “Nesse espaço de tempo, vamos qualificar os pescadores e recadastrá-los para receber auxílio. Em médio prazo, eles poderão ter uma atividade muito mais rentável na pesca esportiva, que é muito mais vantajosa para todos e para o meio ambiente”, afirmou.

Foto Reprodução



Lazer



HORÓSCOPO

SAGITÁRIO- 23 novembro a 23 de dezembro

Você tem amigos que te querem muito bem. É favorável expor o que pensa para um grupo de pessoas ou para o desenvolvimento de um projeto. Você não está sozinho e tem ajuda para promover as mudanças que são necessárias. Foque o seu desenvolvimento e nos seus interesses pessoais.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Objeto para puxar água (pl.)	Cume; cimo	Inverte a posição	Informação principal do atestado de óbito
Duas cidades pernambucanas	O dia decisivo	Verdadeiro	
Estradas para carros			
Cama, em inglês			
	Caminhoneiro (pop.)		
	Palco de praças		
De (?): agachado			Naipes cujo símbolo é um losango
Andar de um prédio			
		Animal como a Margarida (HQ)	(?) Lobo, compositor da MPB
Tornar o ambiente livre de insetos	A música do hip-hop	Enraivecida; furiosa	
	Grande dúvida		
			Pedra de amolar
Estender na cama		Ações; atitudes	
Lubrificante de motores		Antecede o nove	
Lúcio Mauro, ator	Aroma; cheiro		
Taxa de hotéis	Cerimônia religiosa		Elevado; grande
			Maio, em francês
Empresa do ramo de livros	4, em algarismos romanos	Adoçante natural	
			Forma do ângulo reto (Geom.)
Mãe da mãe ou do pai		Fruto de sabor amargo	

BANCO 3/bed — mal. 4/topo. 5/perna. 6/coreto.

29

DICAS

Conectando causas a pessoas: 5 dicas para iniciar a jornada como voluntário

CEO do Atados, Daniel Morais, explica que dentre as recomendações, a pessoa deve procurar causas que mais tenha identificação; principais habilidades e áreas que deseja atuar auxiliam na escolha

1. Faça um planejamento da ação na agenda

A organização é o primeiro passo para quem deseja incluir o voluntariado na rotina. Não importa quantas horas possa doar, é necessário que, antes, conheça bem os seus horários e, principalmente, os do projeto que vai ajudar.

2. Procure uma causa que tenha mais identificação

Existem muitas causas que precisam de atenção, por isso, é importante escolher aquela que a pessoa mais se identifica. Anote as principais habilidades e áreas que deseja atuar. Dessa forma, mais chances de desenvolver e contribuir de maneira mais eficiente.

3. Cadastre-se em uma plataforma de voluntários

Existem projetos espalhados pelo mundo todo, e encontrar um que você possa fazer parte pode não ser das tarefas mais fáceis. Por isso, uma plataforma pode te ajudar a se conectar mais facilmente com uma organização que esteja alinhada com seus interesses.

4. Faça conexões com voluntários

A melhor forma de aprender sobre o assunto é conversando com quem já teve ou tem experiência como voluntário. Assim, conseguirá insights valiosos para fazer um trabalho ainda melhor e tirar todas as suas dúvidas.

5. Esteja aberto ao aprendizado

Depois de seguir esses passos, qualquer pessoa está quase pronta para se tornar um voluntário de sucesso. A última coisa para ter em mente ao começar o trabalho é estar disposto a sempre aprender coisas novas com as pessoas que vai conhecer. Não saber fazer uma atividade ou outra não será um problema se tiver força de vontade para buscar soluções.

Hoje, o Atados já conta com mais de 200 mil voluntários e ajuda de mais de 4 mil ONGs, transformando a realidade das pessoas beneficiadas em todas as regiões do Brasil. “Quando começamos em 2012 não tínhamos ideia da dimensão que o projeto alcançaria. Fico feliz que cada vez mais pessoas estejam se engajando por uma missão tão nobre como a do voluntário”, diz.

CULINÁRIA / Pavê de pêssego com chocolate branco

Ingredientes da receita de pavê de pêssego 2 colheres (sopa) de amido de milho 1 gema de ovo 600ml de leite integral 1 e 1/2 barra de chocolate branco picado (totalizando 135g) 1 caixinha de creme de leite (200g) biscoito champanhe o quanto baste raspinhas de chocolate branco e cerejas em calda (para decorar) 1/2 caixinha de leite condensado (395g) 1 lata grande de pêssegos em calda escorridos, picados em cubinhos (reserve um pouco para decorar e a calda para umedecer os biscoitos)

Modo de preparo Numa panela, fora do fogo, adicione: o leite, o leite condensado, o creme de leite, o amido de milho e a gema. Misture tudo muito bem com uma colher de pau, até obter uma mistura homogênea. Leve ao fogo médio e vá mexendo até ferver e engrossar. Assim que levantar fervura, mexa no fogo por mais 2 minutos. Desligue o fogo e acrescente o chocolate branco picado, mexendo apenas até derreter. Reserve para esfriar. Para a montagem do pavê, numa travessa de vidro, faça uma camada de creme em temperatura ambiente, seguida de uma camada de pêssegos picadinhos. Sobre os pêssegos, monte uma camada de biscoitos champanhe, umedecidos na calda do pêssego. Repita as camadas até terminar o creme, lembrando que a última camada deve ser de creme, com pêssegos picadinhos (reservados) por cima, raspinhas de chocolate branco e cerejas em calda, se desejar. Leve à geladeira por algumas horas para ficar bem gelado. Sirva e delicie-se com seu maravilhoso pavê de pêssego! Bom proveito!

ALIMENTANDO A ALMA



E orou: "Senhor, Deus de Israel, não há Deus como tu em cima nos céus nem embaixo na terra! Tu que guardas a tua aliança de amor com os teus servos que, de todo o coração, andam segundo a tua vontade.

1 Reis 8:23

↑ SOBE

SESC-MT ABRE VAGAS PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE ATUAREM EM UNIDADES MÓVEIS

O Sistema Fecomércio-MT, por meio do Serviço Social do Comércio (Sesc-MT), está com inscrições abertas para processos seletivos visando a contratação de profissionais de saúde nas funções de dentista, auxiliar de saúde bucal e técnico em radiologia. Os interessados devem realizar inscrição no sitesescmt.com.br.

sherlock nm

tonycgr@hotmail.com

Reprodução



Willian Figueiredo, presidente da Águas Cuiabá

19.950 NOVOS CASOS DE COVID E NINGUÉM DIVULGA NADA

O Brasil registrou 19.950 novos casos de covid de 31 de dezembro a 6 de janeiro de 2024. O país também teve 101 mortes confirmadas no período. Provavelmente a pedido do presidente Lula, o Ministério da Saúde parou de publicar o boletim diário com a quantidade de casos e mortes pela covid.

↓ DESCE

CRISE SEM PRECEDENTES NO SETOR LEITEIRO

O ano de 2023 será lembrado como uma das maiores crises para o setor leiteiro. O cenário de entrada histórica de leite externo impôs uma condição de muita dificuldade, desestimulando produtores e deixando muitos negócios das indústrias no vermelho.

ÁGUAS CUIABÁ PRODUZIU MAIS DE 99 BILHÕES DE LITROS DE ÁGUA EM 2023

O volume de água tratada e distribuída pela rede pública de abastecimento em Cuiabá alcançou mais de 99 bilhões de litros em 2023. O montante garantiu água na torneira a 326 bairros da área urbana e 5 distritos e comunidades rurais da capital mato-grossense, contemplando mais de 600 mil pessoas.



Reprodução

JADS E JADSON EM CUIABÁ NO ENCONTRO DE GIGANTES

A dupla sertaneja “Jads & Jadson” irá se apresentar na capital mato-grossense no próximo dia 27. O show da dupla será realizado durante o festival “Econtro de Gigantes”. Realização: Waltinho Produções.