



## BARRACO

# Medeiros ataca deputado que acusou o governo de oferecer R\$ 40 mi por apoio à Previdência

Toda a polêmica envolvendo os parlamentares se deu depois que o deputado Aliel Machado (PSB-PR), usou de seu discurso em plenário da Câmara dos Deputados para acusar os outros parlamentares de terem recebido R\$ 40 milhões em emendas para votarem com o governo na Reforma da Previdência.

Página - 3

AGÊNCIA CÂMARA



ASSESSORIA

### Soja (saca 60kg) Venda

Sinop	R\$ 64,00
Sorriso	R\$ 64,20
Lucas R. Verde	R\$ 65,00
Nova Mutum	R\$ 65,50
Rondonópolis	R\$ 68,80

Fonte: IBEA

### Milho (saca 60kg) Venda

Sinop	R\$ 22,15
Sorriso	R\$ 22,25
Lucas R. Verde	R\$ 22,95
Nova Mutum	R\$ 23,45
Rondonópolis	R\$ 29,35

Fonte: IBEA

### Arroz (saca 60kg) Venda

Sinop	
Arroz Sequieiro Cultivar Primavera	R\$ 43,50
Sorriso	
Arroz Sequieiro Cultivar Primavera	R\$ 43,53

Fonte: AGRÓPOLIS

### Algodão

Cuilába	R\$ 91,05
Sorriso	R\$ 89,61
Lucas R. Verde	R\$ 89,61
Nova Mutum	R\$ 89,61
Rondonópolis	R\$ 91,79

Fonte: IBEA

### Boi Gordo (compra comercial)

Lucas R. Verde	R\$ 139,00
Nova Mutum	R\$ 140,00
Rondonópolis	R\$ 142,00

Fonte: IBEA

### ÍNDICES DE PREÇOS

Cesta Básica	R\$ 453,25
--------------	------------

Fonte: IBEA

### Cotações

Dólar  
-0,617 %  
R\$ 3,9517

Bovespa  
-0,33 %  
96.236,04 pts.

Euro  
-0,404 %  
R\$ 4,3873

Selic (6,5% a.a.)  
Salário mínimo  
R\$ 998,00

## Pacto oferece ação sustentável aos produtores em Sorriso

A Estratégia Produzir, Conservar e Incluir (PCI) recebeu apoio de sindicatos, cooperativas e empresas, para a implantação de ações de sustentabilidade na cidade de Sorriso (420 km ao Norte de Cuiabá). Um memorando de entendimento foi assinado na sede do Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (Senar) do município.

Página - 7



## "INSANO"



A medida do Tesouro Nacional em obrigar que as despesas com pessoal, que fazem parte de contratos firmados entre OSCIPs e OSs acabem sendo atreladas na folha de pagamento da gestão pública não agradou em nada o deputado mato-grossense que classificou a ação como "insana" e que ela deve "estrangular o orçamento as prefeituras."

Página - 3

### NEYMAR

## Craque achou críticas exageradas

De acordo com o astro do Paris Saint-Germain, porém, houve um exagero em todos as grande parte das condenações. O craque brasileiro deu entrevista ao programa "Aqui com o Benja", do canal por assinatura, FOX Sports.

Página - 6

### PEIXOTO

## Secretaria de saúde Busca dinamizar atendimentos

Implantar um atendimento mais humanizado e dinamizar os atendimentos em todas as unidades de saúde do município é um dos objetivos da nova Secretaria de Saúde e para isso tem realizado várias reuniões com as equipes de trabalho.

Página - 7

## Editorial

## O tabu do mínimo

As diretrizes propostas para o Orçamento de 2020 consideram um salário mínimo de R\$ 1.040 mensais, o que implica a mera correção inflacionária —sem ganho real. Ainda que esta não deva ser tomada como uma decisão definitiva, o governo Jair Bolsonaro (PSL) tem reduzida margem de manobra para uma política de valorização.

No Congresso, onde a articulação do Planalto se mostra frágil, lideranças partidárias já falam em assegurar um aumento de 1,1% acima do INPC, taxa correspondente à expansão da economia em 2017. Nessa hipótese, seria seguida a sistemática estabelecida em lei a partir de 2011, que, entretanto, perdeu a validade neste ano.

Ocorre que a continuidade dessa fórmula se torna cada vez mais proibitiva para os cofres públicos, na medida em que o salário mínimo serve de referência para aposentadorias e pensões, benefícios trabalhistas e assistenciais. Cerca de dois terços dos segurados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) recebem o piso. O governo estima que cada R\$ 1 adicional no valor custe quase R\$ 300 milhões anuais ao Tesouro Nacional. Ou seja, um ganho real de apenas 1% impactaria as contas em cerca de R\$ 3 bilhões.

Não resta dúvida de que a política de reajustes acima da inflação —seguida nos governos do tucano Fernando Henrique Cardoso e dos petistas Luiz Inácio Lula da Silva e, em menor proporção, Dilma Rousseff— teve impacto marcante na redução da pobreza. Como apontam especialistas, contudo, doravante atingir com eficácia os que estão no piso da distribuição de renda depende de programas com foco mais específico, como o Bolsa Família e auxílios direcionados à infância.

Para que a política de valorização do salário mínimo possa continuar, cumpre enfrentar o tabu da vinculação dos benefícios. O que precisa ser garantido nas aposentadorias é o poder de compra do momento da passagem do trabalhador para a inatividade. Tirar a Previdência da equação facilitaria a permanência de uma regra para o reajuste do mínimo acima da inflação — que poderia seguir a variação do Produto Interno Bruto (ajustado ou não pelo crescimento da população) ou algum indicador de produtividade.

Ainda assim seriam necessários cuidados. O piso atual, de R\$ 998 mensais, já representa 43,7% do rendimento médio do trabalho (R\$ 2.285) medido pelo IBGE. O Brasil, ademais, não é um só: regiões ricas conseguem arcar com salários mais altos, enquanto em localidades mais pobres pode haver desemprego, informalidade e colapso de prefeituras sem recursos.

A vinculação de benefícios sociais ao mínimo até aqui tem sido sacrossanta, mas deve-se reconhecer que ela já não constitui hoje o melhor mecanismo para combater a pobreza —e atua como limitante inescapável de aumentos mais generosos para os que estão na ativa.

“

Para que a política de valorização do salário mínimo possa continuar, cumpre enfrentar o tabu da vinculação dos benefícios

”

## Ranking dos Políticos - Facebook



“Me arrancam tudo à força, e depois me chamam de contribuinte.”

Millôr Fernandes

## IMAGEM DO DIA

Crédito: Divulgação



Moradores do Bairro Barcelona em Tangará da Serra, plantaram uma bananeira em um buraco numa das ruas do bairro em forma de protesto. A cratera surgiu após o conserto de vazamento de água feita pelo Serviço Autônomo Municipal de Água e Esgoto (Samae).

Segundo os moradores, após a obra o Samae apenas cobriu o buraco com terra e não refez o asfalto. O excesso de terra provocou uma elevação no terreno.



## LONGE DE POLÊMICA

O novo presidente do Tribunal Regional Eleitoral, Gilberto Giralde, que tomou posse nesta sexta-feira (26), não quis comentar a declaração da senadora Selma Arruda (PSL), que em discurso ao Senado sugeriu que sua cassação foi fruto de uma “perseguição política”.

“Essa expressão ‘perseguição política’ é uma coisa muito aberta. Não posso comentar em cima de uma coisa bastante superficial e genérica”, disse o desembargador.

## PEDIDO NEGADO

O juiz Bruno D’Oliveira Marques, da Vara especializada em Ação Cível Pública e Popular da Capital, indeferiu e extinguiu o pedido do deputado estadual Lúdio Cabral (PT) para obrigar o prefeito Emanuel Pinheiro (MDB) a intervir na Santa Casa de Misericórdia.

Na ação, o petista dizia que o não retorno às atividades da unidade filantrópica poderá gerar uma situação de calamidade pública da saúde do Município e cita que o prefeito é responsável pelo setor na Capital.

## TENTATIVA FRUSTRADA

No encontro com governadores – ent-Deputados estaduais tentaram fazer, nesta semana, um “meio de campo” para reaproximar o governador Mauro Mendes (DEM) e o prefeito Emanuel Pinheiro (MDB).

Não deu liga. O mais novo “embate”, sobre quem assumirá a missão de reabrir a Santa Casa de Cuiabá, acabou pondo mais lenha na fogueira. Num posicionamento duro, Mendes disse que caberia ao município resolver a questão. “A conclusão vocês que façam, a sociedade que faça. Eu não estou aqui para analisar as atitudes da Prefeitura.

## INTERLIGADO

## Procurar ajuda “só por isso”?

A exemplo do que falei na edição passada, minha recomendação é procurar ajuda profissional sempre que seus dispositivos apresentarem qualquer sinal de anomalia. Sim, eu defendo, também, a manutenção preventiva feita por profissional, mas esse é tema para outro artigo. O que muita gente fica na dúvida é procurar ajuda por algo “simples”, algo que parece pouco relevante. Mas é aí que a abordagem pode estar sendo incorreta: você deve procurar enquanto a coisa é “simples”, enquanto está no início. Deixar para buscar ajuda quando a situação se agrava faz com que você gaste mais e tenha mais dificuldades em solucionar os problemas.

Assim sendo, se você perceber, por exemplo, que seu celular está esquentando mais do que o normal e não conseguir entender o motivo, já pode entender isso como uma boa razão para buscar ajuda profissional.

Mas você precisa saber “qual” ajuda

buscar. Não adianta nada ir em uma assistência qualquer, onde o conhecimento do técnico se limite à troca de peças, que o máximo que você vai conseguir é ter seu celular resetado, e não é esse o objetivo, não é mesmo?

Procure empresas que tenha profissionais habituados a trabalhar com software, que entendam de vírus, aplicativos de segurança e outros.

Eu sei muito bem que encontrar empresas com esse perfil é extremamente difícil, e isso faz com que você tenha que tentar localizar algo com esse perfil antes que a necessidade “bata à porta”.

**E a gente vai ficando por aqui. Suas opiniões, sugestões e críticas são muito importantes, e você pode entrar em contato pelo fone (66) 99971-6500, pelo e-mail, lsmussi@hotmail.com ou visitar nosso perfil em facebook.com/paginadocareca. Do mais grande abraço, e até a próxima, se Deus quiser!**



POR LEANDRO CARECA



CLIC FINAL

Quanto mais cedo um problema é identificado e diagnosticado, maiores as chances de solução sem maiores problemas. Quanto mais você demorar para buscar ajuda maiores as chances de se incomodar, gastar mais e perder arquivos e informações importantes. Quanto mais cedo procurar ajuda, melhor!

## A ponte viabilizou a ferrovia

Muitos em Cuiabá não conheciam a obra e não entendiam a dedicação de Vuolo pela construção da ponte. É que sem ponte, não tem ferrovia para Cuiabá!

A história da ferrovia São Paulo – Cuiabá envolve necessariamente a luta histórica pela construção da ponte rodoferroviária sobre o Rio Paraná, entre Rubinéia e Aparecida do Taboado. A travessia era feita por balsas, demorada, apesar da linda paisagem do grande rio. Quem quisesse evitar as longas filas, teria que dar a volta por Camapuã ao sul. Ou, por Caçu, em Goiás. Ambas estradas, aumentando a distância em 250 quilômetros entre Cuiabá e São Paulo. Além disso, os trilhos da antiga estrada de ferro Araquense estavam parados nas barrancas do rio Paraná. Por isso, o projeto apresentado pelo então Deputado Federal Vicente Vuolo amarrava a construção dessa ponte. O Projeto de Lei nº 312-A, de 1975, incluía no Plano Nacional de Viação a ligação ferroviária São Paulo – Rubinéia/SP – Aparecida do Taboado/MS – Rondonópolis – Cuiabá. Com a vitória para o Senado, Vuolo foi eleito Presidente da Comissão de Transportes do Senado Federal. E sua luta se intensificou para a viabilização da construção da ponte sobre o Rio Paraná. Um obstáculo aparentemente impossível de ser transposto, já que a ponte gigantesca de 3,6 mil metros teria que ser necessariamente rodoferroviária. Muitos em Cuiabá não conheciam a obra e não entendiam a dedicação de Vuolo pela construção da ponte. É que sem ponte, não tem ferrovia para Cuiabá! Vuolo organizou dezenas de caravanas para visitar a ponte, com as mais expressivas lideranças empresariais, sindicatos, estudantes de engenharia da UFMT, professores, membros da Escola Superior de Guerra e toda a imprensa mato-grossense, sem distinção. A caravana saía sempre da residência do senador, em Cuiabá, de madrugada. Antes, da partida do ônibus fretado era servido um delicioso “bolo de queijo caseiro” muito disputado na época. Paralelamente a esse trabalho de mostrar à sociedade a importância da obra, Vuolo desenvolvia uma intensa articulação política em Brasília, sempre com o apoio da Associação dos Municípios do Oeste Pauli-



VICENTE VUOLO

ta (AMOP) e lideranças políticas de São Paulo, tendo à frente o Deputado Edinho Araújo, hoje prefeito de São José do Rio Preto. A sua primeira vitória foi conseguir viabilizar um convênio entre a União e o Governo do Estado de São Paulo para a elaboração do projeto construtivo da ponte rodoferroviária. A solenidade de assinatura do convênio aconteceu, no início da década de 1980, no Ministério dos Transportes, em Brasília, com um auditório lotado de prefeitos do oeste paulista e dos dois Mato Grosso. No seu discurso, o senador mato-grossense disse: “Com esta obra, vocês verão. Os dois Mato Grosso terão condições de ser o celeiro do Brasil”. Foram aplausos demorados! O próximo passo, foi convencer o governo federal a elaborar o projeto construtivo da ponte. Uma tarefa árdua e com muita resistência. Nem mesmo as audiências com os Ministros Mário Andreazza e Eliseu Resende foram suficientes. Mas, a insistência, perseverança, idealismo de Vuolo logo se fez presente nos inúmeros discursos proferidos da tribuna do Senado Federal, ganhando cada vez mais apoio político. Logo, ele ficou conhecido como o “Homem da Ferrovia”. Sensibilizado com o projeto, o ministro Chefe da Casa Civil, Golbery do Couto e Silva telefonou para o Senador Vuolo e o convidou para uma reunião no Palácio do Planalto. E de lá saiu a determinação para a Empresa Brasileira de Planejamento de Transportes (GEIPOT) elaborar o projeto construtivo da ponte rodoferroviária sobre o Rio Paraná, entre Rubinéia e Aparecida do Taboado. A vencedora da concorrência foi a empresa Sondotécnica Engenharia e Solos. Mais tarde, esses estudos facilitaram os trabalhos desenvolvidos pelos técnicos da Constran na construção da ponte. A partir daí o cuiabano do Coxipó da Ponte, iniciou uma intensa mobilização para dar início a magnífica obra de engenharia, que mais tarde levaria o seu nome. Ele não se intimidou com o impossível. Fez disso um desafio e mostrou que o cuiabano é também um forte.

**VICENTE VUOLO É ECONOMISTA E CIENTISTA POLÍTICO**

DIÁRIO DO ESTADO

Diário do Estado de Mato Grosso

CE DE OLIVEIRA GRAFICA E EDITORA-ME  
CNPJ: 22.770.157/0001-39  
Rua dos Angelins, 10 Sala 02 – Jardim das Oliveiras – Sinop-MT  
CEP 78552-442 Caixa Postal 180

Diretor-Geral  
Carlos Oliveira

Diretor de Redação  
José Roberto Gonçalves

Editor de Política  
Clemerson Mendes

Diagramação e Artes  
Thiago Slovinski

E-mails

atendimento@diariodoestadomt.com.br

comercial@diariodoestadomt.com.br

redacao@diariodoestadomt.com.br

Fone: 66 3535-1000

OS ARTIGOS DE OPINIÃO ASSINADOS POR COLABORADORES SÃO DE RESPONSABILIDADE EXCLUSIVA DE SEUS AUTORES

ASSINATURAS

Sinop - R\$ 600,00 anual  
Outras cidades - R\$ 800,00 anual

66 9 9984-4633  
66 9 9994-3338



www.diariodoestadomt.com.br



## SINOP SE DESTACA

Sinop, pelo terceiro mês consecutivo, contratou mais do que demitiu. De acordo com os dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged) divulgados pela secretaria especial de Previdência e Trabalho do Ministério da Economia, em março, Sinop tem saldo 429 vagas. 2.269 contratações e 1.840 demissões. O setor de serviços lidera essa lista de admissões, seguido pela agropecuária, comércio e indústria de transformação.

## INCENTIVO À AGROPECUÁRIA

A Prefeitura de Colíder e a Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico e Agricultura, em parceria com o Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae), oferecem apoio aos pequenos produtores rurais através de programas e consultoria técnica. Vários produtores do município já fazem parte do projeto Nosso Leite, do Sebrae, que é onde vamos obter resultados positivos. Afirma o secretário municipal de Desenvolvimento Econômico, Meio Ambiente e Agricultura, Ronaldo Vinha.

## ANEEL COBRANÇA ADICIONAL

A Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel) informou nesta sexta-feira (26) que a conta de luz terá cobrança extra em maio. De acordo com a agência, a bandeira tarifária passará da cor verde em abril, na qual não há cobrança extra, para a cor amarela no mês que vem. Com isso, será cobrado R\$ 1 a mais na conta a cada 100 quilowatts-hora (kWh) consumidos. As bandeiras indicam o valor da tarifa cobrada de acordo com o volume das chuvas e a capacidade dos reservatórios na geração de energia.

# Após barraco na Câmara, Medeiros pede cassação do deputado Aliel Machado

**CLIMA QUENTE** | O deputado mato-grossense acusa o parlamentar paranaense de “falsear informações”

DA REPORTAGEM

Toda a polêmica envolvendo os parlamentares se deu depois que o deputado Aliel Machado (PSB-PR), usou de seu discurso em plenário da Câmara dos Deputados para acusar os outros parlamentares de terem recebido R\$ 40 milhões em emendas para votarem com o governo na Reforma da Previdência.

José Medeiros (Pode-MT), que também é vice-líder do governo na Câmara não gostou nada das acusações do colega paranaense e representou contra ele no Conselho de Ética da Câmara dos Deputados por ato atentatório ao decoro parlamentar.

Em sua justificativa técnica, Medeiros destaca o fato de que o deputado paranaense sequer citou que suas críticas se baseavam na liberação de emendas parlamentares, tendo assim induzido o público a acreditar, até mesmo, que se tratava de dinheiro público destinado diretamente a parlamentares,

o que configuraria um crime extremamente grave.

O deputado de Mato Grosso reitera que Aliel “falseou informações” com o claro intuito de causar revolta popular e denegrir o parlamento.

“As acusações feitas pelo deputado Aliel Machado constituem comportamentos incompatíveis com o decoro parlamentar, visto que ele omitiu intencionalmente a informação de que sua fala foi baseada em uma reportagem que citava “emendas parlamentares” e não compra e venda de voto com pagamento de propina, como o deputado afirmou [...] Tais fatos demonstram a gravidade e o desrespeito do deputado Aliel Machado para com seus pares e com as instituições democráticas brasileiras, tendo claramente abusado de sua imunidade parlamentar material, incidindo em quebra de decoro parlamentar”, diz trechos da representação.

Medeiros também falou do assunto em plenário e garantiu que não irá tolerar

que opositoristas do atual governo, que estiveram totalmente entrelaçados com a corrupção de gestões passadas do PT, venham a manchar a reputação da atual base governista e dos parlamentares que compõem a Câmara Federal neste mandato.

“Muita gente do meio político que devia estar na cadeia sim, mas tem muito pai de família aqui. Tem muita gente decente aqui e eu não aceito que um malandro pegar um microfone desses e vim fazer insinuação que estamos pegando dinheiro para votar aqui. Isso é um desserviço ao parlamento brasileiro”, contrapôs.

Medeiros confirmou que ajudou na articulação para aprovação da reforma da previdência na Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (CCJ) e realizou várias ligações a parlamentares para argumentar sobre sua importância. Porém, ele garantiu que não houve em nenhuma das discussões que participou qualquer insinuação de benefícios em troca de apoio.



Debate sobre a Reforma da Previdência acirra os ânimos em Brasília

## REPASSE FINANCEIRO

# Governo transfere mais de R\$ 4 milhões para custeio das UTI's de Mato Grosso

ASSESSORIA DE IMPRENSA

O Governo de Mato Grosso, por meio da Secretaria de Estado de Saúde (SES-MT), repassou aos Fundos Municipais de Saúde (FMS) o valor total de R\$ 4,116 milhões. O montante será dividido entre 11 hospitais para custeio mensal de leitos em Unidades de Terapia Intensiva (UTI) e Unidades de Intermediário Neonatal ou em processo de credenciamento junto ao Sistema Único de Saúde (SUS).

A transferência ocorreu mediante a Portaria nº105/2019. Uma parte do valor, R\$ 3,166 milhões foi pago ao FMS de Cuiabá. Oito hospitais da Capital devem receber os seguintes valores: Amecor (R\$ 20,9 mil), Femi Hospital Infantil e Maternidade (R\$ 14,4 mil), Hospital de Câncer de Mato Grosso (R\$ 137,7 mil), Hospital Municipal e Pronto Socorro Municipal de Cuiabá (R\$

907,5 mil), Hospital Geral (R\$ 791,5 mil), Hospital Santa Helena (R\$ 689,7 mil), Hospital Universitário Júlio Muller (R\$ 33 mil) e Santa Casa de Misericórdia de Cuiabá (R\$ 271,2 mil).

Ainda de acordo com as informações da Portaria, a outra parte do montante vai atender outros três municípios de Mato Grosso. Em Várzea Grande, o Hospital e Pronto Socorro Municipal de Várzea Grande, recebeu R\$ 341,1 mil; em Barra do Garças, o Hospital e Pronto Socorro Milton P. Morbeck recebeu R\$ 204,8 mil e, no município de Juína, o Hospital Sociedade Juinense de Diagnóstico e Medicina Intensiva recebeu R\$ 404,3 mil.

O setor financeiro da SES-MT confirmou que os valores já foram pagos aos municípios. Essa aplicação de recurso tem por objetivo a melhora do acesso ao atendimento, em benefício ao usuário do SUS em Mato Grosso.



SES-MT também liquidou valores referentes aos meses de julho, agosto e setembro de 2018

## VOUCHER EDUCAÇÃO

# Estudantes poderão contar com programa para cursar rede particular através de PPP

DA REPORTAGEM

Mato Grosso poderá dispor do programa Voucher Educação. A proposta foi apresentada em sessão plenária na Assembleia Legislativa de Mato Grosso (ALMT), pelo deputado estadual Paulo Araújo (PP), que propõe que o governo ofereça vagas para crianças e adolescentes na rede particular de ensino, com base nos critérios de meritocracia, mediante parceria público-privada e das outras providências.

O projeto, conforme o parlamentar, busca dimi-

nuir o custo do estado com a educação, uma vez que um aluno na rede pública de ensino custa mais caro, comparado com a média de gasto de um aluno na rede privada de ensino; dar suporte de ensino de qualidade aos alunos que demonstrarem maior interesse e resultados de rendimento nos estudos; bem como reduzir a quantidade de alunos por sala nas escolas públicas, o que, por conseguinte, aumentará a qualidade do ensino público.

O parlamentar ressaltou que o fato é que o remanejamento de alguns alunos

da rede pública para escolas privadas será importante para diminuir os gastos públicos, “aumentando, por exemplo, a possibilidade de valorização e melhor capacitação dos professores, diminuir o efetivo de educandos nas escolas públicas, abrindo mais vagas e melhorando a qualidade do ensino, bem como prestigiar e disponibilizar um ensino de melhor qualidade aos estudantes que desejam se dedicar com afinco e seriedade”, destacou Paulo Araújo.

Consta ainda na matéria que as escolas de educa-

ção privada interessadas em firmar a parceria deverão cadastrar-se junto à Secretaria de Educação do Estado Mato Grosso, informando qual a disponibilidade de vagas. E ainda terão que preencher alguns requisitos dentre eles: estar devidamente registrada na Secretaria Estadual de Educação; possuir alvará ou licença de funcionamento e a devida homologação da Secretaria de Educação; oferecimento de vaga cujo valor de mensalidade seja compatível com o valor de cada “voucher”; disponibilizado pelo Estado para cada aluno.

## ESTRANGULAMENTO DAS CONTAS

# Juarez critica portaria do Tesouro Nacional que coloca em risco orçamento dos municípios

CLEMERSON MENDES clemersonsm@msn.com

O deputado federal Juarez Costa (MDB-MT), em seu pronunciamento em plenário da Câmara dos Deputados, se posicionou contrário à portaria 233/19 apresentada em 15 de abril expedida pela secretaria do Tesouro Nacional.

De acordo com a determinação da portaria as despesas com pessoal, que fazem parte de contratos firmados entre o poder público e as Organizações da Sociedade Civil de Interesse Público e outras Organizações Sociais acabem sendo atreladas na folha de pagamento da gestão pública.

A previsão é de que a medida passe a ser adotada a partir de dezembro de 2019, com uma carência de reestruturação de um ano.

A medida não agradou em nada o deputado mato-grossense que classificou a ação como “insana” e que ela deve “estrangular o orçamento as prefeituras.

“O governo federal cria condições de jornadas de trabalho reduzidas, como o caso das 30h para Assistência Social e isso faz com

que você tenha que contratar mais pessoas. E a prefeitura acaba assumindo o que é de responsabilidade do governo federal e do governo do Estado”, pontuou Juarez.

Juarez disse ainda que a medida é um retrocesso por parte do governo federal em relação ao desenvolvimento e que ela ataca de forma direta toda a sociedade. “Com essa portaria em vigor, ficará insustentável para os estados e municípios contratarem pessoal, já que existe um limite prudencial de folha de pagamento e as OS's se tornam a ÚNICA saída para que possamos continuar a ofertarmos serviços básicos para população.

Falo isso com conhecimento prático de 8 anos na gestão municipal. Por isso, sou contra essa portaria, que seria um retrocesso ao desenvolvimento e ataca diretamente a sociedade”, disse o deputado em pronunciamento.

Com a mudança da portaria, hoje, a prefeitura de Sinop seria obrigada a romper pelo menos 3 contratos de gestão que envolvem a terceirização de pessoal. Um deles é o que mantém a UPA 24h em operação.



Deputado Juarez Costa em discurso na Câmara

**FOFOCANDO**

**Eduardo Costa ostenta carrão de R\$ 2 milhões e diz: "É muita prestação"**

Eduardo Costa usou suas redes sociais para exibir seu carrão, uma Lamborghini Urus. Na legenda, o sertanejo fez um desabafo, reclamando de uma série de críticas que tem recebido.

"Eu não sou capaz de conquistar nada, DEUS conquista por mim, eu apenas sou usado por ele e sei o tanto que sou usado, e sei o preço que tenho pago ao longo do tempo graças a DEUS, muita gente gente só vê o bem, mas não vê o tamanho do carnê que tá no porta luvas pra pagar", escreveu.

"É muita prestação, minha gente, é pra subir de vista, mas DEUS me dando saúde e paz vou pagar em dia em nome de JESUS", continuou. A Lamborghini Urus é avaliada em R\$ 2 milhões por sites especializados em veículos.



**TV e Entretenimento**



**Filha de cantor Leonardo revela por que se distanciou do pai**

Jessica Costa, filha de Leonardo, se casou recentemente com Sandro Pedroso e a ausência do pai na cerimônia acabou chamando atenção, além de ter deixado a digital influencer bastante abalada. Em entrevista ao TV Fama, da RedeTV!, ela falou sobre sua relação com o cantor e disse que um fato fez com que o vínculo entre eles fosse quebrado. Após anunciar que estava grávida, ela acabou se mudando para São Paulo e a notícia acabou a afastando do pai. "A desvinculação aconteceu depois que eu virei mãe. Quando engravidei a gente foi morar em São Paulo, então já foi uma quebra de vínculo de família, não só do meu pai, quanto da minha mãe e da minha avó, eu ter ido a São Paulo", contou.



**Ana Hickmann é perseguida por homem na web e marido pede ajuda nas redes sociais**

Ana Hickmann está sendo novamente perseguida e ameaçada na web. O marido da apresentadora, Alexandre Corrêa, publicou um pedido de ajuda em seu Instagram. "Pessoal, peço a atenção de todos vocês, pois novamente de maneira covarde, a Ana Hickmann está sendo ameaçada por esse cidadão que diz ser 'Erinaldo Santos Silva'. Sua conduta na rede social, tem sido idêntica à atitude do Rodrigo de Pádua, o que nos causa pânico e nos deixa em total estado de alerta novamente.

Na condição de marido, que só tem a intenção de proteger sua família, peço encarecidamente e humildemente que se alguém tiver notícia ou souber quem é essa pessoa, nos informe. Garantimos total sigilo e recompensa. Muito obrigado pela ajuda de vocês! Não podemos deixar isso continuar", disse Alexandre. Em maio de 2016, Rodrigo de Pádua tentou invadir o quarto do hotel Ceasar Business, onde Ana Hickmann estava hospedada, no bairro de Belvedere. Ele tinha 30 anos e, segundo a família, era fã de Gustavo Corrêa, cunhado de Ana. Em 2018, o empresário foi julgado e absolvido da acusação de homicídio culposo. Na época, Ana Hickmann revelou que viveu momentos de terror no quarto de hotel.

**Após 14 anos do fim do BBB 5, Grazi Massafera reencontra Pedro Bial**

Grazi Massafera gravou o programa "Conversa com Bial" e reencontrou Pedro Bial. Depois de 14 anos da sua vitória no "Big Brother Brasil 5", Grazi Massafera posou com o apresentador e agradeceu por tudo. "Gratidão eterna por você, Bial", escreveu na legenda. Na foto compartilhada nos Stories do Instagram, o pai da atriz também aparece no clique nostálgico. Na época, ela disputou o prêmio de R\$ 1 milhão com Jean Wyllys. Durante sua participação no programa "Lady Night" de Tatá Werneck em novembro de 2018, a musa falou sobre a importância do Bial em seu crescimento pessoal: "Eu me achava burra. Bial foi uma pessoa extremamente importante para me ajudar a gerar uma autoestima neste lugar. Quando eu sai do Big Brother, o discurso que ele fez, eu acreditei!".

**CRUZADAS**

**CHARGE DO DIA**

**PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS**  
www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

O indivíduo que vai à praia levando comida	Corda para roupas	Ajustar o instrumento	Numeral como "trigésimo"	Depoimento feito ao jornalista (pl.)	Região fértil no deserto
A prancha preparada para o surfe	Mêmoria de micros				
Tio (?), figura-símbolo dos EUA	Princesa indiana	Fonte de sal de cozinha		Isabella Santoni, atriz	
Líquido amargo	A placa de cruzamentos			Artigo definido feminino plural	
Prorrogar (a data)		(?) metal: o dinheiro			Objeto para pendurar chaves
		Passei por filtro			
(?) Cortez, ator	Camadas de tinta	102, em algarismos romanos		0 "D" de MDC (Mat.)	
Lente de aumento	Partícula positiva (Fis.)			Danielle Hypólito, ginasta	
		Grupo racial			
		Canoa; bole			
		(?) Lessa, diretora de Teatro			Volta o namoro que havia terminado
Casa (fig.), A força que produz movimento	Sufixo de "poderosa"		Ano escolar		
	Interjeição de alegria		A "pilha palito"		Assim, em espanhol! Consoantes de "nome"
Cidade histórica baiana		Artista como Djavan			

**TEM FOGO???** **TEM WI-FI???**

**VÍCIO**

**PASSEI O DIA INTEIRO ANDANDO À PROCURA DE TRABALHO! TÔ PREGADO!!! E DESEMPREGADO!!!**

**BONDA CHINESA DESCOBRE O LADO ESCURO DA LUA...**

**E AQUI... A GENTE VAI DESCOBRINDO O LADO ESCURO DO BRASILEIRO!!**

**Solução**

O	B	V	W	V	O	I	N	V	S
B	O	I	N	V	C	O	B		
I	S	V	V	H	O	L	O	W	
E	I	R	S	V	S	O			
A	A	V	I	B	H	V	T		
V	I	N	I	E	V	J	T		
H	O	S	O	Y	W	T			
C	I	I	C	T	P	V	H		
T	I	A	H	V	I	O	V		
S	V	E	H	V	J	S			
I	N	H	V	W	T	E	J		
S	I	L	I	N	W	V	S		
V	O	V	N	I	J	H	V	J	
O	H	I	E	J	O	V	V	J	
O									

**Horóscopo**

- Áries** (21/3 a 20/4) Existe instabilidade nas relações, por isso analise sua interferência nas atuações em grupo para minimizar o que causa estresse.
- Touro** (21/4 a 20/5) Há dificuldades para equalizar seus interesses com os do trabalho. Ajuste-se para alterar seus planos. Não seja impositivo com suas ideias.
- Gêmeos** (21/5 a 20/6) O emocional vulnerável atrapalha seu contentamento e mostra que é preciso cuidar da saúde. Não se submeta ao estresse e cultive o equilíbrio.
- Câncer** (21/6 a 22/7) Suas expectativas sobre as pessoas não são atendidas por elas, o que causa dissonâncias. Respeito é fundamental para lidar com os reverses.
- Leão** (23/7 a 22/8) Ocorrem problemas para combinar os afazeres, pois a instabilidade emocional e a falta de conversa provoca estresse. Seja tolerante.
- Virgem** (23/8 a 22/9) Emoções à flor da pele atrapalham a rotina. Foque nos compromissos e tire uma hora para descansar e cultivar bons hábitos de saúde.
- Libra** (23/9 a 22/10) O meio social fica fragilizado, e há a tendência de desentendimentos e de desembolsos excessivos com diversões. Recolha-se e economize.
- Escorpião** (23/10 a 21/11) Seus relacionamentos íntimos ficam prejudicados por problemas familiares. Admita seus erros e se ajuste ao que o grupo solicita.

- Sagitário** (22/11 a 21/12) Ao tentar extravasar os sofrimentos, você foge da realidade. É com compromisso com as questões práticas que você lembra que tudo passa.
- Capricórnio** (22/12 a 20/1) O orçamento vira vítima dos excessos sociais, porque você tem vontade de fugir da rotina. Seja planejado com suas finanças, nesse sentido.
- Aquário** (21/1 a 19/2) Você não se conecta com o entorno, mas deve atender ao que é prioritário. Mesmo que seja difícil administrar a rotina e as relações, siga firme.
- Peixes** (20/2 a 20/3) Seu lado reclamão se manifesta porque você se sente frustrado. Proteja sua reputação para não sofrer interferências alheias.

**Quem respeita seu espaço, merece seu carinho.**

**Poltronas exclusivas para mulheres**

**Espaço da Mulher**

**VERDE TRANSPORTES**

www.viagemverde.com.br 66 3531-1075 65 3516-7500

DESPECHE SUAS ENCOMENDAS PELA VERDE EXPRESS

66 3535-1000 PUBLICAÇÕES OFICIAIS

CLASSIFICADOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO - MT AVISO DE LICITAÇÃO - TOMADA DE PREÇOS 001/2019
A PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO, estado de Mato Grosso, através da Comissão Permanente de Licitação, nomeada pela portaria n.º 505 de 08 de Abril de 2019, faz saber que se encontra aberta aos interessados, na Secretaria de Administração - Setor de Licitações deste Município, licitação modalidade TOMADA DE PREÇOS 001/2019, regida pela Lei Federal 8.666 de 21 de junho de 1993 e alterações posteriores, e pelas condições estabelecidas neste edital, para seleção da melhor proposta pelo menor preço global, para Contratação De Empresa Habilitada Para Construção De Campo De Futebol Society Com Gramado Sintético, Alambrado E Iluminação, Convênio 853857/2017 Ministério Do Esporte-CEF/Peixoto De Azevedo-MT. Que será realizada às 13h30m do dia 15 de Maio de 2019, na sala de Licitações, no Paço Municipal Milton José Santana. Maiores informações no Setor de Licitações, de segunda a sexta-feira, das 12h às 18h ou pelo fone (66) 3575-5100. Os impressos do Edital Completo poderão ser adquiridos, mediante comprovação de pagamento na ordem de R\$ 50,00 (cinquenta reais) no endereço acima ou baixado gratuitamente site www.peixotodeazevedo.mt.gov.br.

Peixoto de Azevedo, 26 de Abril de 2019. NATALIA FERNANDES DA SILVA Presidente da CPL

PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO - MT AVISO PREGÃO PRESENCIAL-SRP Nº 016/2019
A PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO, Estado de Mato Grosso, através da Portaria Municipal nº 505 de 08 de Abril de 2019, faz saber que se encontra aberta aos interessados, na Secretaria de Administração - Setor de Licitações deste Município, licitação modalidade PREGÃO PRESENCIAL - SRP Nº 016/2019, regida pela Lei Federal 10.520/2002 e 8.666 de 21 de junho de 1993 e posteriores alterações, e pelas condições estabelecidas neste edital, para seleção da melhor proposta pelo Menor Preço Por Item objetivando "Registro De Preços Para Futura E Eventual Contratação De Empresa Para Aquisição De Tonner; Prestação De Serviços De Recargas De Cartuchos De Tinta, Tonner; Manutenção Corretiva E Limpeza De Impressoras Para Atender As Necessidades Das Secretarias Municipais Da Prefeitura De Peixoto De Azevedo/MT, Conforme Termo De Referência". Que será realizada às 13h30m do dia 10 de Maio de 2019, na sala de Licitações, no Paço Municipal Milton José Santana. O Edital completo poderá ser adquirido no endereço abaixo ou baixado gratuitamente no seguinte endereço eletrônico: www.peixotodeazevedo.mt.gov.br, maiores informações no Setor de Licitações, de segunda a sexta-feira, das 12h às 18h, ou pelo fone (66) 3575-5100. Local: Rua Ministro César Cals, nº 226, Centro, Peixoto de Azevedo/MT, CEP: 78.530-000.

Peixoto de Azevedo, 26 de Abril de 2019. EMERSON NUNES FREITAS Pregoeiro Oficial

PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO - MT AVISO DE PREGÃO ELETRÔNICO - SRP Nº 018/2019
A PREFEITURA MUNICIPAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO, Estado de Mato Grosso, através de seu pregoeiro nomeado pela Portaria Municipal nº 505/2019, faz saber que estará realizando Licitação na Modalidade de Pregão Eletrônico SRP nº 018/2019, regido pela Lei nº 10.520/2002, Decreto Municipal nº 040/2008, subsidiada pela Lei nº 8.666/1993 e posteriores alterações, para seleção da melhor proposta pelo Menor Preço Por Item objetivando: "REGISTRO DE PREÇOS PARA FUTURA E EVENTUAL AQUISIÇÃO DE MEDICAMENTOS E MATERIAIS DA ASSISTÊNCIA FARMACÉUTICA PARA AS NECESSIDADES DAS UNIDADES DA SAÚDE NO ATENDIMENTO AOS USUÁRIOS DO SUS (ATENÇÃO BÁSICA A SAÚDE), CONFORME TERMO DE REFERÊNCIA". Início da Sessão 14/05/2019 - Horário: 14:30 horas (horário de Brasília). Acolhimento das propostas eletrônicas: das 08h do dia 29/04/2019 às 18h do dia 13/05/2019 através do site www.bl.org.br. O Edital completo poderá ser adquirido no endereço abaixo ou baixado gratuitamente nos seguintes endereços eletrônico: www.peixotodeazevedo.mt.gov.br e no site www.bl.org.br, informações pelo telefone: (66) 3575-5100. Local: Sala de Licitações no Paço Municipal Milton José Santana, situado a Rua Ministro César Cals, nº 226, Centro, Peixoto de Azevedo/MT, CEP: 78.530-000 e também pelo suporte da BLL (41) 3042-9909. Peixoto de Azevedo/MT, 26 de Abril de 2019. Emerson Nunes Freitas Pregoeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE JUINA/MT AVISO DE PRORROGAÇÃO DO PREGÃO PRESENCIAL Nº 040/2019 - SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS EXCLUSIVO PARA ME/EPF
O Município de Juína-MT, através de seu Pregoeiro nomeado pela Portaria Municipal n.º 6.413/2019, TORNA PÚBLICO, que não compareceram empresas interessadas no certame na modalidade Pregão Presencial, do tipo "MENOR PREÇO POR ITEM", para FUTURA E EVENTUAL CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM FORNECIMENTO DE LINKS DE INTERNET PARA ATENDER AS NECESSIDADES DA SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL, MUNICÍPIO DE JUINA, ESTADO DE MATO GROSSO. Devido a importância da contratação do objeto pela Administração, determinou a PRORROGAÇÃO do certame, estipulando nova data para a entrega e abertura dos envelopes das empresas interessadas, para o dia 16/05/2019, às 08:00 horas. O Edital poderá ser adquirido no endereço acima, das 07:00 às 13:00 horas de segunda a sexta-feira ou pelo site www.juina.mt.gov.br, em portal transparência, agenda de licitações. Informações pelo Telefone: (66) 3566-8302 ou e-mail: licitacao@juina.mt.gov.br. Juína-MT, 26 de Abril de 2019.

MARCIO ANTONIO DA SILVA Pregoeiro Designado Poder Executivo

PREFEITURA MUNICIPAL DE JUINA/MT AVISO DE PREGÃO PRESENCIAL Nº 046/2019 SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS
O Município de Juína-MT, através de seu Pregoeiro nomeado pela Portaria Municipal n.º 6.413/2019, TORNA PÚBLICO, para conhecimento, dos interessados, que fará licitação na modalidade Pregão Presencial, do tipo "MENOR PREÇO POR ITEM", para FUTURA E EVENTUAL CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM SERVIÇOS MÉDICOS DE ULTRASSONOGRAFIA E CIRURGIAS OBSTÉTRICA E GINECOLÓGICA, PARA ATENDIMENTO AOS MUNICÍPIOS QUE RECEBEM ATENDIMENTO PELO SUS, SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE, MUNICÍPIO DE JUINA, ESTADO DE MATO GROSSO, estando a sessão pública para o dia 16 DE MAIO DE 2019 ÀS 10:00 HORAS, na sala do Departamento de Licitação da Administração do Município de Juína, situado na Travessa Emmanuel, nº. 33N, Centro. O Edital poderá ser adquirido no endereço acima, das 07:00 às 13:00 horas de segunda a sexta-feira ou pelo site www.juina.mt.gov.br, em portal transparência, agenda de licitações. Informações pelo Telefone: (66) 3566-8302 ou e-mail: licitacao@juina.mt.gov.br. Juína-MT, 26 de Abril de 2019.

MARCIO ANTONIO DA SILVA Pregoeiro Designado Poder Executivo

PREFEITURA MUNICIPAL DE VERA - MT AVISO DE LICITAÇÃO PREGÃO PRESENCIAL Nº 016/2019 SRP Nº 010/2019
O Município de Vera - MT, através de seu Pregoeiro Oficial, torna Público para conhecimento dos interessados, que realizará às 08h00min (Horário Local) do dia 10 de Maio de 2019, na Sala de Licitações da Prefeitura Municipal, sito a Av. Otawa, 1651, Centro - Vera - MT, abertura do PREGÃO PRESENCIAL Nº 016/2019, com Registro de Preços nº 010/2019, visando a FUTURA E EVENTUAL CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE PINTURA (EXTERNA E INTERNA, ABERTURAS, FERRAGENS E FORRO) COM TINTA LÁTEX OU ACRÍLICA A SEREM REALIZADAS EM PRÉDIOS MUNICIPAIS, tipo "menor preço por item", conforme quantidades e descrições constantes no Termo de Referência. O edital completo poderá ser retirado no endereço eletrônico www.vera.mt.gov.br. (Publicações/Licitações/Pregão Presencial) ou ainda na Prefeitura Municipal de Vera - MT, no Departamento de Licitações, com sede na Avenida Otawa, nº 1651, Bairro Esperança, em Vera - MT, de segunda a sexta-feira no horário de atendimento das 07h00min às 13h00 min. Informações poderão ser obtidas pelo telefone: (66) 3583-3100 ou pelo e-mail: licitacaovera@gmail.com.

JORDSON AMARAL DE OLIVEIRA PREGOEIRO - Portaria nº 002/2019



CONSORCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA REGIÃO DO VALE DO PEIXOTO - MT AVISO DE ABERTURA DE LICITAÇÃO PREGÃO PRESENCIAL - SRP Nº 006/2019
O CONSORCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA REGIÃO DO VALE DO PEIXOTO, através da Equipe de Pregoeiro, torna-se público que realizará no próximo dia 13 DE MAIO DE 2019, às 09:00 horas, na Casa de Amparo - RUA AMSTERDÃ, Nº 007, BAIRRO SENHOR DOS PASSOS, CUIABÁ/MT, o PREGÃO PRESENCIAL SRP Nº 006/2019, com objeto de REGISTRO DE PREÇO PARA FUTURA E EVENTUAL CONTRATAÇÃO DE PESSOA JURÍDICA HABILITADA PARA FORNECIMENTO DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS, LIMPEZA, UTENSÍLIOS DOMÉSTICOS E REPARO, A SEREM ENTREGUES NA CASA DE AMPARO LOCALIZADA NA RUA AMSTERDÃ, Nº07, BAIRRO SENHOR DOS PASSOS, CUIABÁ-MT, CONSTANTES NO TERMO DE REFERÊNCIA, TUDO EM CONFORMIDADE COM AS DISPOSIÇÕES DO EDITAL E SEUS ANEXOS, QUE O INTEGRAM E COMPLEMENTAM, PARA TODOS OS EFEITOS JURÍDICOS LEGAIS, em atendimento ao Consórcio Intermunicipal de Saúde da Região do Vale do Peixoto, conforme EDITAL DO PREGÃO PRESENCIAL Nº 006/2019, que poderá ser adquirido pelo e-mail: cisvaldeopeixoto@gmail.com ou no compraslicitacoes@cisvaldeopeixoto.com.br, ou baixado gratuitamente no seguinte endereço eletrônico: www.cisvaldeopeixoto.com.br, e maiores informações no Setor de Licitações, de segunda a sexta-feira, das 07h às 11h e 13h às 17h, ou pelo fone (66) 3575-2489.

Peixoto de Azevedo MT, 26 de abril de 2019. ACIOMAR MARQUES CARVALHO Pregoeiro Oficial do CISVP

CONSORCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA REGIÃO DO VALE DO PEIXOTO - MT AVISO DE ABERTURA DE LICITAÇÃO PREGÃO PRESENCIAL - SRP Nº 005/2019
O CONSORCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA REGIÃO DO VALE DO PEIXOTO, através da Equipe de Pregoeiro, torna-se público que realizará no próximo dia 10 DE MAIO DE 2019, às 08:00 horas, na Sede do Consórcio, o PREGÃO PRESENCIAL SRP Nº 005/2019, com objeto de REGISTRO DE PREÇO PARA FUTURA E EVENTUAL CONTRATAÇÃO DE PESSOA JURÍDICA HABILITADA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇO E REPARO NOS EQUIPAMENTOS DE AR CONDICIONADO E REFRIGERAÇÃO, A SEREM PRESTADAS NO HOSPITAL REGIONAL DE PEIXOTO DE AZEVEDO - MT, LOCALIZADA NA TRAVESSA BARTOLOMEU DIAS Nº269, BAIRRO ALVORADA PEIXOTO DE AZEVEDO MT, CONSTANTES NO TERMO DE REFERÊNCIA, TUDO EM CONFORMIDADE COM AS DISPOSIÇÕES DO EDITAL E SEUS ANEXOS, QUE O INTEGRAM E COMPLEMENTAM, PARA TODOS OS EFEITOS JURÍDICOS LEGAIS, em atendimento ao Consórcio Intermunicipal de Saúde da Região do Vale do Peixoto, conforme EDITAL DO PREGÃO PRESENCIAL Nº 005/2019, que poderá ser adquirido pelo e-mail: cisvaldeopeixoto@gmail.com ou no compraslicitacoes@cisvaldeopeixoto.com.br, ou baixado gratuitamente no seguinte endereço eletrônico: www.cisvaldeopeixoto.com.br, e maiores informações no Setor de Licitações, de segunda a sexta-feira, das 07h às 11h e 13h às 17h, ou pelo fone (66) 3575-2489.

Peixoto de Azevedo MT, 26 de abril de 2019. ACIOMAR MARQUES CARVALHO Pregoeiro Oficial do CISVP

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA MUTUM AVISO DE LICITAÇÃO PREGÃO PRESENCIAL Nº 040/2019 REGISTRO DE PREÇOS
Objeto: "Aquisição de massas asfálticas, gramas em placas e sementes, materiais permanentes e de construção, madeiras e materiais em concreto" Tipo: Menor preço por item - Data de Abertura: 13 de maio de 2019 - HORÁRIO: 08:00min LOCAL: Av. Mutum, n.º 1.250 N, Jardim das Orquídeas, N. Mutum - MT. Edital e Anexos: Deverá ser retirado no site do município <http://www.novamutum.mt.gov.br/publicacoes/licitacoes> ou telefone " nº 65 3308 5400 ou junto ao Departamento de Licitação pelo e-mail: licitacao@novamutum.mt.gov.br. Nova Mutum - MT, 26 de abril de 2019. Sérgio Vitor Alves Rodrigues Pregoeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA MUTUM AVISO DE PUBLICAÇÃO PREGÃO PRESENCIAL Nº 041/2019 REGISTRO DE PREÇOS
Objeto: Aquisição de gêneros alimentícios. Tipo: Menor preço por item - Data de abertura: 14 de maio de 2019. Horário: 08h00min- Local: Av. Mutum, nº 1.250 N, Jardim das Orquídeas, N. Mutum - MT. Edital e anexos: Deverá ser retirado pelo site do município <http://www.novamutum.mt.gov.br/publicacoes/licitacoes>, ou pelo e-mail: licitacao@novamutum.mt.gov.br, ou telefone " nº 65 3308 5400 - Horário de atendimento: Das 7h00min às 11h00min e das 13h00min às 17h00min. Nova Mutum - MT, 26 de abril de 2019. Sérgio Vitor Alves Rodrigues Pregoeiro



Vagas de Emprego

- 1-Técnico em Segurança do Trabalho, com experiência;
2-Recepcionista, com experiência, conhecimento Pacote Office, fluência em língua inglesa;
3-Auxiliar de Eventos, conhecimento Pacote Office, fluência em língua inglesa;
4-Jovem Aprendiz, 18 a 21 anos, residir no bairro Alto da Glória;
5-Auxiliar de Mecânica Industrial, com experiência;
6-Soldador, com experiência;
7-Vendedor Externo, com CNH AB, veículo próprio e disponibilidade para viagens;
8-Aux. Escritório, com experiência, para escritório de contabilidade;
9-Auxiliar de manutenção, com experiência;
10-Caseroiro, com experiência, para o município de Poconó - MT;
11-Chapeador, com experiência;
12-Dedetizador, com CNH e disponibilidade para viagens;
13-Operador de Máquinas Router, com experiência;
14-Operadora de Caixa, com experiência;
15-Pessoa com Deficiência;
16-Representante Comercial, com experiência;
17-Técnico em Enfermagem;
18-Vendas, com experiência;

Caso tenha alguma vaga ou que se interesse fiquem a vontade em nos procurar, leremos o maior prazer em recebê-los. Lembrando que o encaminhamento é feito de acordo com o perfil e são realizados das 07h30min às 10h30min e das 13h30min às 16h30min.

ASSESSORIA EM RECURSOS HUMANOS Rua dos Coqueiros, 1000 - Jd. Botânico Fone: (66) 3531-2259 Cel: (66) 9 9632-1922 / 9 9634-7208 www.adeotec.org.br - e-mail: rh@adeotec.org.br



EDITAL DE CONVOCAÇÃO PARA ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA
O Sindicato das Indústrias Madeireiras do Norte do Estado de Mato Grosso - SINDUSMAD CONVOCA seus associados, pertencentes a sua base territorial de Água Boa, Alto Boa Vista, Bom Jesus do Araguaia, Canabrava do Norte, Canarana, Cláudia, Confresa, Feliz Natal, Gaúcha do Norte, Itaúba, Luciara, Marcelândia, Nova Nazaré, Novo Santo Antônio, Porto Alegre do Norte, Querência, Ribeirão Cascalheira, Santa Carmem, Santa Cruz do Xingu, Nova Santa Helena, Santa Rita do Trivelato, Santa Terezinha, São Félix do Araguaia, São José do Xingu, Serra Nova Dourada, Sinop, União do Sul, Vera, Vila Rica, para Assembleia Geral Ordinária que será realizada no dia 04 de Maio de 2019, às 09h:30, no auditório Pavilhão Nereu Pasini anexo ao Sindusmad, sito Avenida dos Jacarandás nº.3184 Setor Industrial, Sinop/MT CEP: 78557-094 - para deliberar sobre:

- Proposição nº 1 - Prestação de contas 2018.
Proposição nº 2 - Assuntos de Interesse da Classe.

Conforme estatuto, não havendo quórum suficiente ao serem abertos os trabalhos, fica desde já, convocado para uma segunda e última convocação, que será realizada meia hora após a primeira, com qualquer número de presentes.

Sinop/MT, 29 de Abril 2019. SIGFRID KIRSCH PRESIDENTE - SINDUSMAD.

VENDAS

LOCAÇÃO/ALUGUEL
KITNET Contendo Sala e cozinha conjugada, 01 quarto, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua Sonia Maria, nº 12, Bairro Jardim das Azuleiras na cidade de Sinop/MT. Valor: R\$ 750,00 (setecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99533-6623

KITNET Contendo Sala e cozinha conjugada, 02 quartos, 01 banheiro social, 01 área de serviço, portão eletrônico e cerca elétrica. Endereço: Avenida Notre Dame, Quadra 13, Lote 11, Bairro Residencial Paris na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamento 04. Valor: R\$ 750,00 (setecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99533-6623

KITNET Contendo Sala e cozinha conjugada, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua dos Passaros, nº 323, Bairro Residencial Nossa Senhora Aparecida na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamento 08. Valor: R\$ 750,00 (setecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99533-6623

KITNET Contendo Sala e cozinha, 02 quartos, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua dos Cedros, nº 232, Bairro Jardim Botânico na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamentos 03 e 06.

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL ESTADO DE MATO GROSSO - COMARCA DE SORRISO REGISTRO DE IMÓVEIS E DE TÍTULOS E DOCUMENTOS
EDITAL DE NOTIFICAÇÃO
Hansold Caravarras Serra, Registrador de Imóveis da Comarca de Sorriso - MT, na forma da lei...
Faz saber a todos quanto este virem ou tiverem conhecimento que, pelo presente edital, de acordo com o art. 213, II, § 3º da Lei 6.174/73, com a redação dada pela Lei 12.091 de 02.08.2004, que dispõe sobre a notificação de registro e de outras providências, e em conformidade com o requerido por DIONÍSIO JOSÉ ANESSE e GILMA LURDES ANESSE, brasileiros, agricultores, casados, RG nº 3010570434-56P/MS e 9048616537-56P/MS, CPF nºs 276.046.830-53 e 730.683.683-87, residentes na Fazenda São Luis, Sorriso - MT, proprietários do imóvel rural denominado Fazenda São Luz, Lote nº 90, situado no lugar denominado Lotamento Tropical, no Município de Sorriso - MT, com área de 781.9485 ha, matriculado sob nº 8398 do Livro 02, neste Serviço de Registro de Imóveis, notifica, por não ter sido encontrado e estar em lugar incerto e não sabido, GERALDO DA BOCHIA LOMBES REICHMANN e MARIA DA GRACA FERREIRA REICHMANN, confidente do referido imóvel, para, no prazo de 13 (treze) dias, manifestar-se no pedido de averbação de memorial descritivo georreferenciado e certificado pelo INCRA, no pedido de retificação de registro protocolado sob nº 222.483 em 17/04/2019.
E para que se dê ampla publicidade deste fato, doravante publicado por 02 (dois) dias em jornal local de grande circulação, ocorrido o prazo de 15 (quinze) dias, contados da data da última publicação, e não havendo impugnação, far-se-á a averbação.
Sorriso (MT), 24 de abril de 2019.
Hansold Caravarras Serra Registrador

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL ESTADO DE MATO GROSSO - COMARCA DE SORRISO REGISTRO DE IMÓVEIS E DE TÍTULOS E DOCUMENTOS
EDITAL DE NOTIFICAÇÃO
Hansold Caravarras Serra, Registrador de Imóveis da Comarca de Sorriso - MT, na forma da lei...
Faz saber a todos quanto este virem ou tiverem conhecimento que, pelo presente edital, de acordo com o art. 213, II, § 3º da Lei 6.174/73, com a redação dada pela Lei 12.091 de 02.08.2004, que dispõe sobre a notificação de registro e de outras providências, e em conformidade com o requerido por DIONÍSIO JOSÉ ANESSE e GILMA LURDES ANESSE, brasileiros, agricultores, casados, RG nº 3010570434-56P/MS e 9048616537-56P/MS, CPF nºs 276.046.830-53 e 730.683.683-87, residentes na Fazenda São Luis, Sorriso - MT, proprietários do imóvel rural denominado Fazenda São Luz, Lote nº 90, situado no lugar denominado Lotamento Tropical, no Município de Sorriso - MT, com área de 781.9485 ha, matriculado sob nº 8398 do Livro 02, neste Serviço de Registro de Imóveis, notifica, por não ter sido encontrado e estar em lugar incerto e não sabido, GERALDO DA BOCHIA LOMBES REICHMANN e MARIA DA GRACA FERREIRA REICHMANN, confidente do referido imóvel, para, no prazo de 13 (treze) dias, manifestar-se no pedido de averbação de memorial descritivo georreferenciado e certificado pelo INCRA, no pedido de retificação de registro protocolado sob nº 222.483 em 17/04/2019.
E para que se dê ampla publicidade deste fato, doravante publicado por 02 (dois) dias em jornal local de grande circulação, ocorrido o prazo de 15 (quinze) dias, contados da data da última publicação, e não havendo impugnação, far-se-á a averbação.
Sorriso (MT), 24 de abril de 2019.
Hansold Caravarras Serra Registrador

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL COMARCA DE SINOP - ESTADO DE MATO GROSSO
Município de Santa Carmem e Sinop 1º Cartório de Registro de Imóveis Títulos e Documentos
Ovaldo Reiners Oficial
Andria S. Reiners Silva Oficial Substituto
José Antonio M. de Amorim Oficial Substituto
EDITAL DE NOTIFICAÇÃO
Ovaldo Reiners, Oficial do 1º Cartório de Registro de Imóveis e Títulos e Documentos da Comarca de Sinop - Estado de Mato Grosso, faz saber a todos quanto do presente EDITAL DE NOTIFICAÇÃO...
BARRAÇÃO/CALÇADO Valor: R\$ 12.000,00. LOTAÇÃO FRENTE PARA BR 163 ÁREA DE 120,00 m². Memrio Jesus - Sinop / MT. Apartamento 401 bloco 1 e 2 quartos sala, cozinha, banheiro, lavanderia, garagem, condomínio R\$ 150,00. Jardim Botânico Sinop - MT. Telefone: (66) 3532-4489
APARTAMENTO - Jardim Das Primavera - Sinop / MT. Ref: 0073.001. Valor: R\$ 200,000. 1 suite, 2 quartos, garagem, sala e cozinha, lavanderia, lavanderia, garagem, condomínio R\$ 65.351. 2030. 66 9812.0282.
APARTAMENTO - Setor Residencial Norte - Sinop / MT. Ref: 13870.508. Outra oportunidade. Apartamentos novos, 02 quartos, 01 banheiro social, Cozinha semi-mobiliada, Lavanderia, Sacada. Na região central da cidade. Telefone: 66 3511 2030. 66 9812.0282.
PREDIO COMERCIAL 100m² - Jardim Primavera - Sinop / MT. Ref: 13870.448. Telefone: 66 3511 2030. 66 9812.0282.
AVENIDA JACARANDA - R\$1.900,00. Detalhes do imóvel 140 m² Descrição 10x4x40m2. 3 Banheiros, 2 Cozinhas. Imobiliária Mato Grosso Av. dos Turamás, 1443 - Jardim Botânico, Sinop - MT. Telefone: (66) 3532-4489
JARDIM DAS ITAUBAS R\$5.000,00. Descrição: Aluga portas separadas por 5X10 Sala inteira de 16x10 podendo ser ampliada e terminar a obra conforme o localitário estúpido. Imobiliária Mato Grosso Av. dos Turamás, 1443 - Jardim Botânico, Sinop - MT. Telefone: (66) 3532-4489

# Após goleada, Felipão se irrita com torcida e ameaça deixar o Palmeiras

**AZEDOU** | Prestes a estreiar no Brasileirão Verdão vive clima de tensão

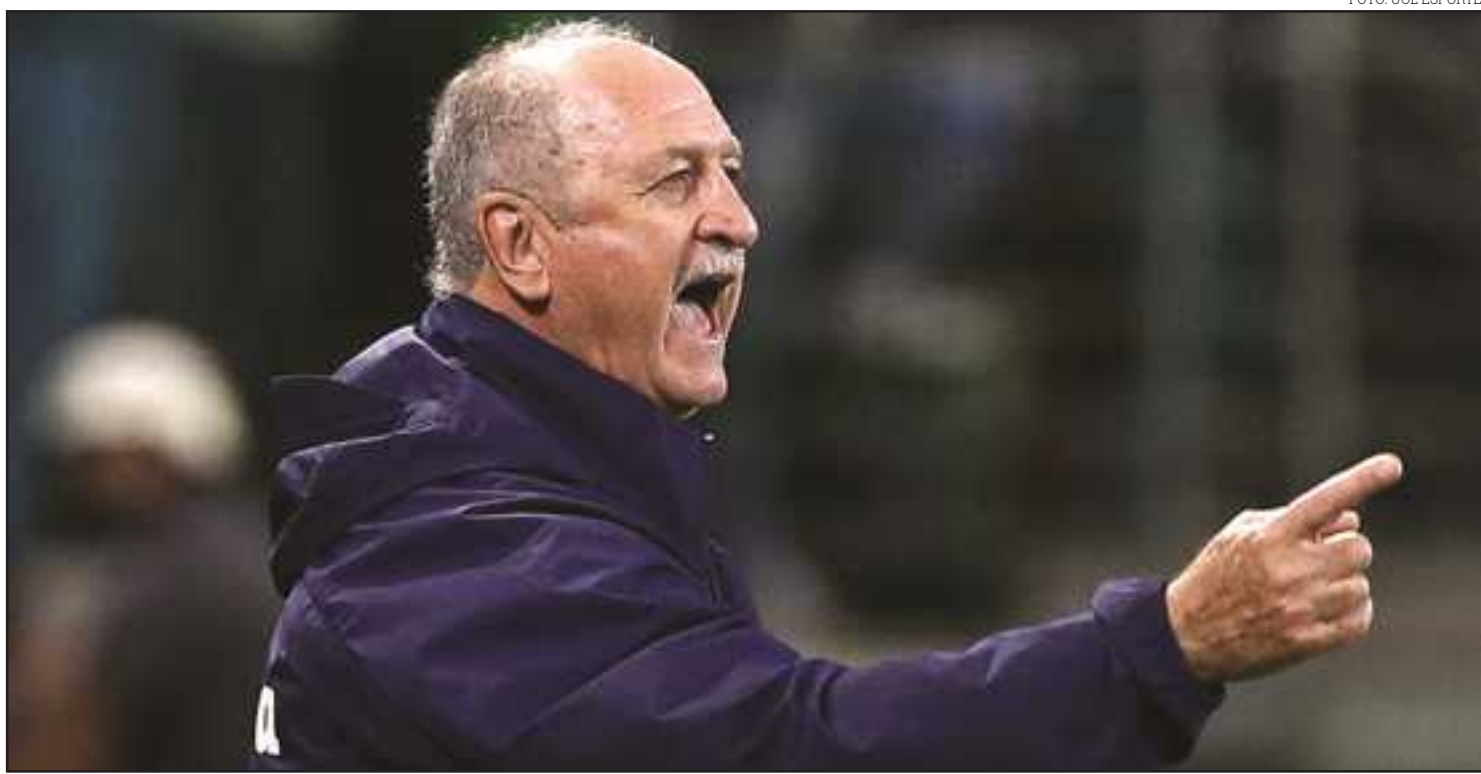
DA REPORTAGEM

Nem tudo foi alegria na goleada do Palmeiras sobre o Melgar, em Arequipa, no Peru. Em entrevista coletiva após o jogo, Felipão relatou uma discussão com torcedores presentes no estádio, aos quais chamou de palhaços, mostrou insatisfação com as reclamações, inclusive cogitou deixar o comando do clube caso seja a vontade da torcida e afirmou que sequer cobraria do clube o valor da multa rescisória.

“Aconteceu que deve ter uns quatro ou cinco que não tem noção do que dizem aos jogadores. Gritando algumas bobagens. Se querem gritar bobagem, ter um culpado, achem a mim. Sou eu que escalo os jogadores. Vão lá, gritem comigo, briguem comigo, xinguem a mim. Mas não xingar os jogadores. Jogaram, venceram, classifica-

ram e foram xingados? Pelo amor de Deus. Se não estão contentes, vão lá e peçam para a direção do Palmeiras. Nós não estamos contentes e queremos que o Felipe vá embora. Vou embora amanhã. Acabou o assunto. Um bando de palhaços. Quatro ou cinco palhaços. Se não acharem interessantes, estou lá em São Paulo, moro em São Paulo”, afirmou Scolari.

“Se não está contente, tem aí o presidente, coisa bem mais simples. Se não quiser, o Palmeiras não precisa nem pagar. Um bando de pessoas que não tem noção e depois dizem lá que ‘nós não fomos’. Parem com essa palhaçada, assumam o que digam. Se tem uma turma que quer fazer isso, faça. Mas assumam. Diga: ‘Nós somos fulano de tal da torcida tal’. Não fique com mentira. Fim do mundo, chateado com esse pessoal”, completou.



Felipão irritado com torcedores

**ESPERANÇA**

## Novo reforço chega para levar o LEC de volta para a Série B

DA REPORTAGEM

O lateral esquerdo Balbino, que defendeu o Caxias no último campeonato gaúcho e que foi eleito o melhor de sua posição no torneio, chega para defender as cores do Luverdense na disputa da Série C do Campeonato Brasileiro.

Empolgado, o jogador disse que já conhecia a história do Verdão do Norte e que se surpreendeu com a precocidade com que o clube atingiu posição de destaque no futebol nacional.

“Quando eu recebi a proposta do Maico Gaúcho de vir jogar aqui no Luverdense, busquei aprender um pouco a história do clube e me surpreendi com a precocidade com que a equipe conseguiu destaque dentro do cenário nacional. É uma equipe jovem, que trabalha com seriedade e que tem mostrado bons resultados. Isso faz com que acreditemos no trabalho da diretoria e da comissão técnica para fazer uma boa Série C e, de quebra, conquistar o acesso à Série B”, avaliou.

O novo lateral do alvinegro mato-grossense também avaliou o estilo de comando e a forma de organizar o time do Professor Júnior Rocha. Para ele, “a forma de pensar o jogo do Júnior Rocha é muito parecida com o jeito dos treinadores mais vitoriosos com os quais já trabalhei, inclusive com o professor Pingo, do Caxias. Talvez por me adaptar a este estilo foi que a diretoria do Luverdense tenha me procurado, pois gosto deste estilo. Agora é me entrosar com o restante da equipe e fazer de tudo para que consigamos os pontos necessários durante o campeonato para concretizarmos nossos planos”.

Sobre o adversário do



JOSÉ MELLO/PORTAL DA CIDADE

Luverdense apresenta reforço para a Série C

LEC na estreia da Série B, Balbino poderá dar boas dicas, já que conhece de perto o Juventude.

“A equipe deles fez diversas contratações a partir do meio do campeonato, trocando inclusive de técnico após uma derrota para

o Caxias, mas isso não quer dizer nada. Olhando por uma perspectiva mais atual, é um time que vem dando muito trabalho aos adversários tanto dentro do estádio quanto em competições fora (...) então é muito bom ficarmos atentos porque eles

não vêm de qualquer jeito. Eles conhecem o Luverdense, sabem da dificuldade que é jogar aqui e isso vai exigir ainda mais de nós para que imponhamos o nosso jogo”, disse o jogador em entrevista ao Portal da Cidade de Lucas do Rio Verde.

**ELE FALOU**

## Neymar diz que críticas recebidas são exageradas

ASSESSORIA

Após quebrar tudo nos carnavais de Rio de Janeiro e Salvador, Neymar foi alvo de muitas críticas. Isso porque o jogador estava em reta final de recuperação e, para muitos, não devia ter caído na folia em terras brasileiras. De acordo com o astro do Paris Saint-Germain, porém, houve um exagero em grande parte das condenações.

O craque brasileiro deu entrevista ao programa “Aqui com o Benja”, do canal por assinatura, FOX Sports.

“Teve exagero. Eu estava machucado e estava podendo andar. Já estava treinando há dois meses. O que mais me machuca é ver ex-jogadores e jogadores me criticando sobre. Porque eles jogaram e fizeram até pior do que eu faço. Essa foi a única coisa que me incomodou”, disse, em entrevista concedida ao jornalista Benjamim Back.

Recuperado de lesão no pé direito, Neymar voltou a jogar no último domingo. Na França, muito se contestou a

respeito da ausência do camisa 10 no período de preparação do PSG para o duelo decisivo contra o Manchester United, pelas oitavas de final da Liga dos Campeões. O jogador se juntou ao time apenas no dia do jogo de volta, que teve como vencedor o time inglês, após incrível virada no Parque dos Príncipes.

“(As críticas) já incomodaram muito, hoje em dia eu não ligo mais. Já não aguento mais me explicar. Quem me conhece sabe do meu caráter e da minha essência, tem noção de tudo que eu já enfrentei e quem eu sou”, completou.

Recuperado, Neymar voltou a entrar em campo no último final de semana, quando o PSG bateu o Monaco por 3 a 1, com três gols de Mbappé, e confirmou o título do Campeonato Francês com cinco rodadas de antecedência. O atacante, portanto, estará à disposição de Tite e da Seleção Brasileira para a disputa da Copa América, no Brasil.

FOTO: ANNE-CHRISTINE POUJOLAT / AFP



Recuperado de lesão no pé direito, Neymar voltou a jogar no último domingo

**ESTREIA DESFALCADA**

## Corinthians tem 4 desfalques para a estreia no BR 19

DA REPORTAGEM

Após assegurar vaga na quarta fase da Copa do Brasil, o Corinthians agora se prepara para a estreia no Campeonato Brasileiro, mas o técnico Fábio Carille não poderá contar com importantes jogadores. Ao se reapresentar na manhã de ontem no CT Joaquim Grava, o elenco iniciou a preparação para encerrar o Bahia, no domingo, às 15h (de Cuiabá), na Fonte Nova, e já sabe que terá alguns problemas na escalação.

O zagueiro Henrique, o

lateral esquerdo Danilo Avelar, o meio-campista Júnior Urso e o atacante Gustagol, que não atuaram na vitória por 2 a 0 sobre a Chapecoense, na Arena, mais uma vez não foram ao gramado, realizaram tratamento na fisioterapia e dificilmente reunirão condições físicas de encararem os baianos. Normalmente, os atletas que voltam de algum problema médico têm dois dias de condicionamento, com corridas ao redor do gramado e trabalho com bola, antes de serem aproveitados no campo. Como só haverá o treino

da manhã do sábado antes da viagem para Salvador, porém, é improvável que eles se recuperem a tempo.

A única ressalva para Avelar, que tem boa condição física e tem passado por fortalecimento no joelho esquerdo. Ele já havia feito isso na semana passada, mas treinou normalmente nos dois dias antes da final e jogou a decisão do Campeonato Paulista, marcando até um gol contra o São Paulo. Dessa forma, sua presença na atividade de sábado é a única possível no atual cenário.



DANIEL AUGUSTO JR./

Timão se reapresenta para estreia contra o Bahia

DIVULGAÇÃO



## EDUCAÇÃO É PRIORIDADE?

Alunos da creche municipal Maria Arlene Neves de Tangará da Serra, foram transferidos a pedido do Ministério Público Estadual para outra unidade. 200 crianças tiveram que ser remanejadas devido as péssimas condições do prédio. Banheiros sem vaso sanitário, fiação elétrica exposta, fossa sem tampa, ratos, são algumas das situações relatadas ao Ministério Público por meio de denúncia anônima. O prédio não tem alvará do Corpo de Bombeiros. A reportagem da Tv Centro América, entrou em contato com a Prefeitura de Tangará da Serra, mas não obteve resposta.

## PNEUS PARA RECICLAGEM

A Prefeitura de Cláudia por meio da Secretária de Meio Ambiente realizou no início dessa semana a coleta de aproximadamente 24 toneladas de pneus para reciclagem. O projeto visa conter a proliferação do mosquito da dengue (*Aedes Aegypti*) e a degradação sofrida pelo meio ambiente com as más distribuições desses resíduos pelo município. A secretária de Meio Ambiente Cleusa Dalmaso, destacou que o envolvimento do poder executivo na coleta é algo necessário para alcançar o objetivo final.

## ASTA VOOS COMERCIAIS

O prefeito de Lucas do Rio Verde, Luiz Binotti, se reuniu nesta quinta-feira (25) com representantes da empresa Asta Linhas Aéreas. A empresa mostrou interesse em retomar a linha de Cuiabá a Lucas do Rio Verde, uma vez que ela já fez esse trajeto. Conforme a reunião, as negociações estão adiantadas com proposta de possíveis horários de voos, e estabelecida parceria entre empresa, prefeitura e sociedade civil organizada para buscar interessados em comprar cotas para viabilizar a instalação das linhas.

# 6 mitos sobre o sono que prejudicam a nossa saúde

**CIÊNCIA E SAÚDE** | Dormir menos de 5 horas por dia é tido por alguns como algo saudável, mas traz consequências

DA REPORTAGEM

Mitos amplamente aceitos sobre o sono estão prejudicando nossa saúde e nosso humor, além de encurtarem nossas vidas, dizem estudos. Uma equipe de pesquisadores da Universidade de Nova York vasculhou a internet para encontrar as recomendações mais comuns para uma boa noite de sono.

Então, em um estudo publicado na revista *Sleep Health*, eles combinaram as recomendações com as melhores evidências científicas. Os pesquisadores esperam que a queda dos mitos do sono melhore a saúde e o bem-estar físico e mental das pessoas. Mas e você, é vítima de quantos deles?

**Mito 1** – Você pode conviver com menos de cinco horas de sono por dia

Este é um mito que simplesmente não desaparece. A chanceler alemã, Angela Merkel, afirmou que pode sobreviver durante a semana com apenas quatro horas de sono por noite. Trocar horas na cama por um tempo extra no escritório não é incomum em histórias de negócios ou sucesso empresarial.

No entanto, os pesquisadores afirmam que a crença de que menos de cinco horas de olhos fechados era saudável é um dos mitos mais prejudiciais à saúde. “Nós temos evidências extensas para mostrar que dormir cinco horas ou menos de forma constante aumenta muito o risco de graves consequências à saúde”, diz a pesquisadora Rebecca Robbins. Isso inclui doenças cardiovasculares, como ataques cardíacos e derrames, além de uma menor expectativa de vida. Em vez disso, ela recomenda que todos devem focar na duração de um sono consistente de sete a oito horas por noite.

**Mito 2** – Alcool antes de dormir melhora o sono

A história da bebida relaxante é um mito, afirma a equipe, mesmo que seja um copo de vinho, um gole de uísque ou uma garrafa de cerveja. “Isso pode ajudá-lo a dormir, mas reduz drasticamente a qualidade do seu descanso naquela noite”, garante Robbins.

Isso perturba especialmente o estágio de sono REM (movimento rápido dos olhos, na sigla em inglês), que é importante para a memória

e o aprendizado. Então, sim, você pode até ter dormido com mais facilidade, mas alguns dos benefícios do sono se perderam. O álcool também é um diurético, então você pode ter que lidar com uma bexiga cheia no meio da noite também.

**Mito 3** – Assistir à TV na cama ajuda você a relaxar

Você já pensou “eu preciso relaxar antes de dormir, então vou assistir a um pouco de TV”? Bem, essa ideia pode ser bem ruim para o seu sono. Robbins argumenta: “Geralmente, quando estamos assistindo à televisão, ao noticiário noturno, isso é algo que vai causar insônia ou estresse antes de dormir, quando estamos tentando desligar e relaxar.”

Outro problema da TV – junto com smartphones e tablets – é que eles produzem luz azul, o que pode atrasar a produção do hormônio do sono, a melatonina.

**Mito 4** – Se você está lutando para dormir, fique na cama

Você passou tanto tempo balançando a cabeça tentando contar todas as ovelhas da Nova Zelândia – são cerca de 28 milhões – tentando dor-



FOTO: GETTY IMAGES

**Pesquisadores dizem que dormir pouco pode causar doenças cardiovasculares**

mir. Não deu certo. Então, o que você deve fazer depois? A resposta não é continuar tentando. “Começamos a associar nossa cama à insônia”, disse Robbins.

“Uma pessoa com o sono saudável leva cerca de 15 minutos para adormecer, mas não muito mais do que isso... Certifique-se de sair da cama, mudar o ambiente e fazer algo que seja irracional.”

**Mito 5** – Apertar o botão soneca

Quem nunca apertou o botão “soneca” no celular, pensando que minutos extras na cama fariam toda a

diferença? Mas a equipe de pesquisa diz que, quando o alarme dispara, devemos nos levantar. Robbins explica: “Perceba que você estará um pouco grogue – todos nós estaremos – mas resista à tentação de soneca. Seu corpo vai voltar a dormir, mas será um sono muito leve e de baixa qualidade”. Em vez disso, o conselho é abrir as cortinas e se expor à luz mais brilhante possível.

**Mito 6** – O ronco é sempre inofensivo

O ronco pode ser inofensivo mas também pode ser um sinal da apneia do sono.

Isso faz com que as paredes da garganta relaxem e se estreitem durante o sono, e pode parar por instantes a respiração das pessoas. As pessoas com essa condição têm maior probabilidade de desenvolver pressão alta, batimentos cardíacos irregulares e sofrer um ataque cardíaco ou um derrame. Um dos sinais de aviso é ronco alto. Robbins conclui: “O sono é uma das coisas mais importantes que todos podemos fazer nesta noite para melhorar nossa saúde, nosso humor, nosso bem-estar e nossa longevidade”.

## PEIXOTO DE AZEVEDO

# Secretária de Saúde se reuniu com médicos para definir estratégias

DA REPORTAGEM

A secretária municipal de Saúde de Peixoto de Azevedo Moaby Ferreira se reuniu com médicos e enfermeiras da rede municipal para definir estratégias de melhorias no atendimento ao cidadão.

Implantar um atendimento mais humanizado e dinamizar os atendimentos em todos as unidades de saúde do município é um dos objetivos da nova Secretária de Saúde e para isso tem realizado várias reuniões com as equipes de trabalho.

Foi debatido também a possibilidade de uma das unidades de saúde atender até mais tarde em um horário estendido a ser definido ainda qual unidade e o horário de funcionamento, desta forma com certeza também aumentaria o número de consultas e daria mais quali-



FOTO: ASSESSORIA

**Atualmente a instituição atende 12 crianças e adolescentes**

dade aos atendimentos.

“Foi muito importante esta reunião, debatemos os principais problemas

de cada Unidade de Saúde, e vamos buscar soluções para que nosso objetivo seja alcançado, que é um

atendimento de excelência a população de Peixoto de Azevedo”, destacou a secretária Moaby Ferreira.

## SINOP

# Bombeiros de Sinop vão ter exames oftalmológicos gratuitos

DA REPORTAGEM

A primeira fase do projeto que visa atender aos bombeiros de Sinop-MT será neste sábado (27), às 07h, no auditório da UNIC Aeroporto, com a triagem de 60 militares.

O médico oftalmologista Dr. Douglas Yanai idealizador e participante de outras ações como De Olho no Futuro, que atende crianças de escolas públicas e Ex-

pedição Xingu, com atendimentos aos indígenas do Parque Nacional do Xingu, explica que o projeto chegou até o Corpo de Bombeiros com o objetivo de cuidar da visão de quem sempre socorre a sociedade.

“Eles são a linha de frente do socorro nas mais variadas situações, então é importante que também sejam cuidados”, relata Yanai.

Após a triagem os militares serão encaminhados

para exames complementares no Hospital Dois Pinheiros e caso seja necessário, passarão por outros tratamentos com o oftalmologista.

O projeto tem ainda parceria com as Óticas Carol, que disponibilizará descontos especiais na compra de óculos.

O capitão BM Fernando Rodrigues Neto, do 4º Batalhão dos Bombeiros, ressalta a importância da

parceria, que soma na vida do efetivo e como consequência na melhoria do atendimento para a sociedade.

“O bombeiro utiliza de seu corpo como ferramenta de trabalho e com o passar do tempo a visão vai perdendo a sua capacidade, por isso é muito bem-vinda essa ajuda”, encerra Rodrigues.

A ação conta também com a ajuda de acadêmicos do curso de Medicina da UFMT, campus de Sinop.

## SORRISO

# Município terá pacto para produção rentável com baixa emissão de carbono

DA REPORTAGEM

A Estratégia Produzir, Conservar e Incluir (PCI) recebeu apoio de sindicatos, cooperativas e empresas, para a implantação de ações de sustentabilidade na cidade de Sorriso (420 km ao Norte de Cuiabá). Um memorando de entendimento foi assinado na sede do Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (Senar) do município.

A partir do pacto, os agentes envolvidos deverão implementar o programa PCI, com apoio financeiro externo, por meio de metas a serem gerenciadas e implementadas pelo comitê gestor do programa. O objetivo central é fomentar a produção agropecuária e florestal sustentável, inclusiva, rentável e de baixa emissão de carbono.

Conforme a coordenadora do Programa Municípios Sustentáveis, Patrícia Lemos, o Estado tem a responsabilidade de fomentar a inclusão social por meio da regularização fundiária dos assentamentos rurais de 87 municípios, ação que faz parte do Programa Terra a

Limpo.

Além de Sorriso, o Vale do Juruena também já foi contemplado com a assinatura do pacto pela implementação de estratégias sustentáveis. Em breve, Barra do Garças fará parte dos municípios que implementarão as estratégias PCI, conta a coordenadora.

Produzir, Conservar e Incluir

A estratégia PCI tem como objetivo acompanhar o cumprimento das metas apresentadas na 21ª Conferência Global do Clima (COP 21), realizada em Paris, na França. Na ocasião, Mato Grosso se comprometeu em reduzir o desmatamento ilegal a zero até o ano de 2020 e promover medidas de sustentabilidade para conter o aquecimento global.

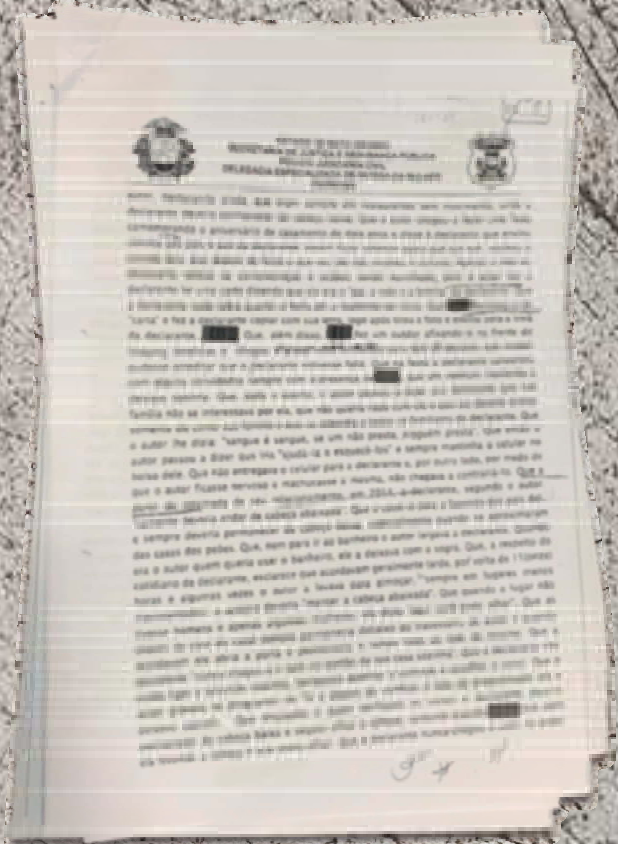
A estratégia é dividida em três pilares de atuação: Produzir, Conservar e Incluir. Entre os objetivos do pilar Produzir estão o aumento até 2024 a produção de etanol de milho e seus subprodutos, a produção de energia solar, a área de produção de soja sob a certificação RTRS, suínos, aves e peixes.

FOTO: ASSESSORIA



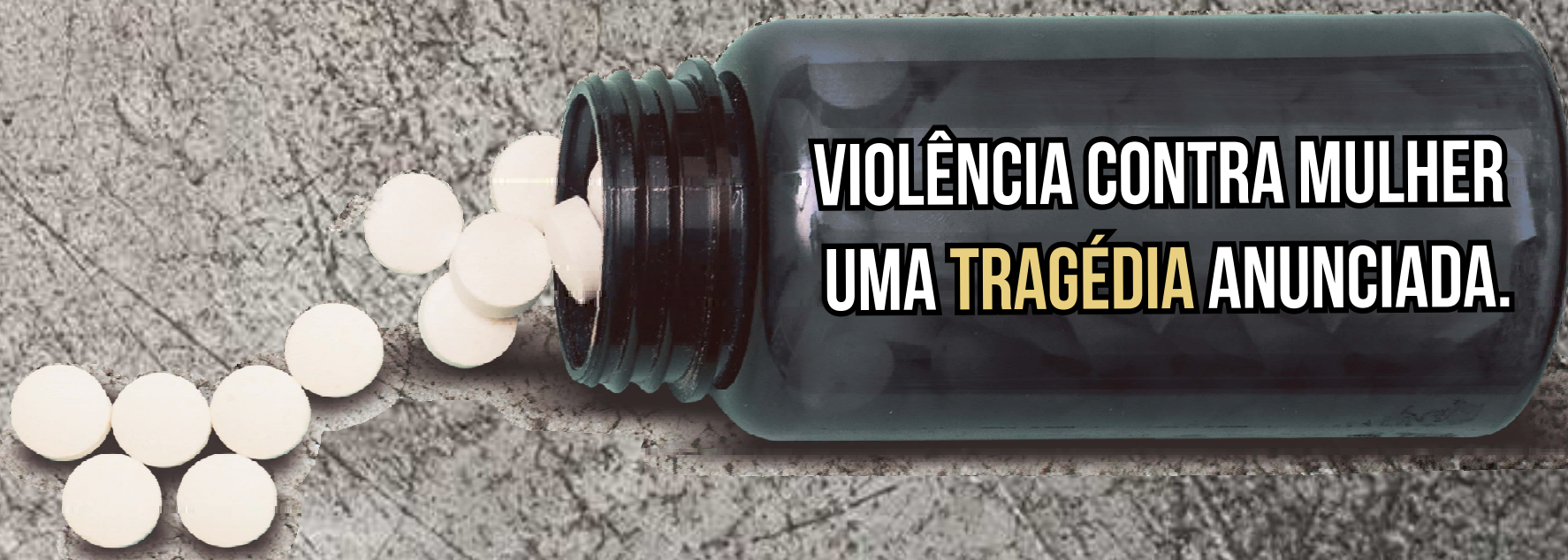
**Ato de assinatura do pacto**

**"Me obrigava  
a tomar remédio  
pra dormir"**



**Essa campanha foi produzida com boletins de ocorrência registrados na Secretaria de Justiça e Segurança Pública.**

**São mulheres reais. Sofrimentos reais. Os documentos expõem a trajetória da violência que em muitos casos chegam ao atestado de óbito.**



**DENUNCIE LIGUE 180**

