

Diário da Serra

f www.facebook.com/jornalds

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

ANO XXV // EDIÇÃO Nº 10.898
TANGARÁ DA SERRA - MT - BRASIL
26 DE ABRIL DE 2021

R\$ 2,00

Segunda-feira

diariodaserra.com.br
ds.jor.br

TANGARÁ

Secretaria de Saúde antecipa 2ª dose da Covid-19 em idosos

Objetivo é deixar o idoso apto para também ser vacinado contra a gripe **P4**



DIÁRIO
HOJE



8 PÁGINAS+
CADERNO B

COTAÇÃO



DÓLAR
COMPRA: R\$ 5,49
VENDA: R\$ 5,49



EURO
COMPRA: R\$ 6,65
VENDA: R\$ 6,65

ARROBA DO BOI GORDO

TANGARÁ DA SERRA - MT



BOI
R\$ 301,50
VACA
R\$ 289,50

TEMPO



MAX
26º
MIN
17º

Sol com muitas nuvens durante o dia.
Períodos de nublado, com
chuva a qualquer hora.

Envie Pautas, Fotos
Sugestões e Vídeos
para o whatsapp do
DIÁRIO DA SERRA
(65) 3326.4724



CENTRAL DO ASSINANTE
(65) 3326.6501



Fotografe o
QR code ao lado
e acesse a página
do site do seu
jornal **DIÁRIO DA SERRA**

POR UMA PRÁTICA
SUSTENTÁVEL RECICLE.
PASSE ESTE JORNAL



Prefeito apresenta maior projeto de regularização fundiária da história

TANGARÁ DA SERRA Projeto possibilitará que mais de 4 mil proprietários tenham o título **P5**



Titulação de lotes urbanos em 13 bairros (Crédito: RS Imagens)

NOVO DECRETO

Prefeitura retoma atendimento presencial nesta segunda

O atendimento presencial estava suspenso desde o dia 9 de abril **P2**

CONTRA COVID

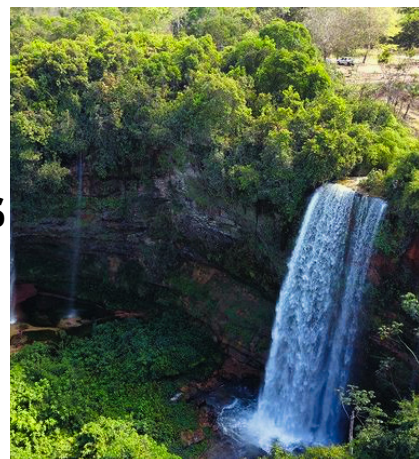
Governador pede prioridade para gestantes na vacinação

A solicitação foi encaminhada no último dia 22 de abril **P4**

CIRCUITO TURÍSTICO

Tangará da Serra é destaque na Rota das Águas

Circuito turístico que promove os atrativos naturais de 13 cidades **P3**



RECUPERAÇÃO TRIBUTÁRIA

- Direito Empresarial
- Direito Trabalhista
- Direito Civil
- Direito Imobiliário
- Direito Agrário



65 99917.5037

peronebiancardiniadvoga@gmail.com



• Avenida Getúlio Vargas, nº 750,
Centro, Cuiabá - MT

• Avenida Brasil, nº 1567-N, térreo, sala 01,
Jardim Europa, Tangará da Serra - MT



Tecnologia Alemã

Viva a vida em alta
definição, porque

você merece!



SIGA-NOS

@lentesgradual

LENTESS
GRADUAL
HD

DS

ARTIGO

COMO ELIMINAR A PROCRASTINAÇÃO?

Muitos se identificam com esse termo, procrastinação, só trabalham de verdade quando os prazos estão no limite e a pressão é absurda. Na verdade, escuto muitos relatos de pessoas que até mesmo gostam de viver nessa adrenalina. Dito isso, vou explicar o por que você deve eliminar a procrastinação da sua vida e como fazer isso. De forma muito simples, o tempo é o nosso recurso mais precioso. Tempo equivale tanto a dinheiro, como também, de maneira mais impactante, a nossa vida ou energia vital. Desperdiçar tempo é desperdiçar vida (falo mais sobre isso nesse artigo). Nesse sentido, o hábito da procrastinação é um grande ladrão de tempo, consequentemente, de dinheiro e de vida.

Se procurarmos ao pé da letra, a definição da procrastinação seria algo como: “Deixar para amanhã o que se pode fazer hoje”. Eu quero ir um pouco mais fundo nessa definição. Imagina só, o que seria o oposto ou polar da procrastinação? A resposta seria: Produtividade.

A procrastinação pode ser entendida, então, como a ausência da produtividade ou gestão do tempo. Qual seria então a solução ideal para combater a procrastinação? A resposta é absurdamente simples: “Cultivar a produtividade”.

Nesse sentido, somente saber como ser produtivo não é suficiente. É preciso colocar o conhecimento em prática e formar bons hábitos de produtividade. Pensando nisso, separei algumas das principais técnicas e hábitos para que você possa aplicá-los em sua vida:

Tenha objetivos muito bem definidos

Ter uma direção muito bem traçada é um dos fatores mais importantes. Objetivos e metas representam, simplesmente, 50% de aumento em produtividade. Surpreendente, não é?

Saiba como priorizar atividades

Priorizar o que é mais importante, ou seja, o que gera mais valor para você e seu negócio é outra chave. Ela simplesmente garante que você não vai perder tempo com coisas inúteis.

Cultive hábitos de pessoas produtivas

O mais importante é fazer tudo isso de maneira sistemática e intencional. Ou seja, é necessário criar bons hábitos, como: fazer listas de atividades, concentrar-se na execução, ter acabativa, entre outros.

Se mesmo com tudo isso, você ainda procrastinar, não entre em desespero! Mesmo com bons hábitos de produtividade, é possível que uma atividade ou outra seja procrastinada. Para esses casos, vou compartilhar uma técnica simples que é praticamente a prova de procrastinação.

Imagine que um importante motor de comportamento para o ser humano é a relação de dor e prazer.

Ou nos aproximamos de uma situação de prazer ou fugimos da dor, faz sentido, não é? Pense agora em uma atividade ou projeto que está sendo adiado: quais serão as consequências negativas de continuar a ser procrastinado? Pense também no impacto a longo prazo, 3, 5, 10 anos, em continuar desta forma. Impactante, não é mesmo? Fugir de uma situação de dor é simplesmente instintivo no ser humano, podemos usar isso ao nosso favor. Também podemos fazer o mesmo exercício imaginando uma situação de prazer. Ou seja, as consequências positivas de se executar agora.

Torço que ao ler até aqui você possa ter se inspirado a colocar a procrastinação de lado e, em seu lugar, cultivar a produtividade.

Ao fazer isso, não se surpreenda ao colher frutos, como mais tempo pra si, mais resultados profissionais e mais satisfação e qualidade de vida.

Diário da Serra

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997
Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W
Parque Mansões - CEP:78300-000
Tangará da Serra - MT - Brasil

 www.facebook.com/jornalds

 @diariodaserra

EM TANGARÁ DA SERRA

Unemat publica caderno de receitas derivado da produção agrícola de assentamento



Resultado do projeto de extensão da Unemat

São mais de 40 receitas no livro, disponível para download gratuito

Assessoria

Uma variedade de receitas culinárias pode ser encontrada na produção agrícola que é desenvolvida pelas famílias de agricultores do Assentamento Antonio Conselheiro. Essa variedade de receitas faz parte do “Caderno de Receitas da Cesta da Reforma Agrária”, uma publicação do projeto de extensão “Receitas da Reforma Agrária: da nossa terra para nossa mesa” e busca divulgar os produtos e a política de Reforma Agrária, que é organizada pelos professores Cristiane Regina do Amaral

Duarte (Curso de Ciências Biológicas), José Roberto Rambo (Curso de Agronomia) e pela profissional técnica Carolina Tito Camarço, da Universidade do Estado de Mato Grosso do Campus de Tangará da Serra.

A obra está disponível para download gratuito (<http://portal.unemat.br/media/files/Editora/caderno%20de%20receitas%20ebook%201404%20reduzido.pdf>). Com isso, a Universidade favorece o fortalecimento da Agricultura Familiar dos Assentamentos Brasileiros, com melhora na geração de renda desses agricultores. “O Caderno de Receitas promove a inserção desses produtos no cardápio dos consumidores, facilitando a vida das famílias, principalmente nesse momento de distanciamento social

imposto pela Covid-19”, afirma o professor José Roberto Rambo, organizador e membro do projeto.

O projeto busca divulgar por meio de receitas, os produtos que são cultivados e comercializados por agricultores familiares do Assentamento Antonio Conselheiro, em Tangará da Serra. Ao todo, durante o ano de 2020, o projeto elaborou e compilou mais de 40 receitas de consumidores dos produtos da Reforma Agrária e agricultores.

As receitas são divulgadas em grupos do WhatsApp que promove a venda de cestas com produtos do Assentamento e na Página do Facebook do Projeto. Os próprios consumidores dos produtos enviam as receitas, criando assim uma rede de troca de informação sobre os produtos.

NOVO DECRETO

Prefeitura retoma atendimento presencial a partir desta segunda



Redação DS

A Prefeitura Municipal de Tangará da Serra, assim como todas as secretarias e departamentos municipais, retomarão nesta segunda-feira, 26, o atendimento presencial ao público, suspenso desde o dia 9 de abril.

O novo decreto autorizando essa mudança foi publicado na noite da última sexta-feira, 23, pelo prefeito Vander Masson.

Além do retorno do atendimento presencial na prefeitura, o Decreto nº 189/2021 autoriza também jogos esportivos coletivos em locais públicos e privados.

Vale ressaltar, contudo, que seguem as medidas quanto ao horário de funcionamento dos estabelecimentos comerciais e do toque de recolher em Tangará da Serra. O comércio segue com atendimento de segunda a sábado das 05h as 22h; aos

domingos das 5h as 12 horas, desde que o estabelecimento tenha alvará especial autorizando; e restaurantes e congêneres podem funcionar aos domingos até às 15h.

Os supermercados poderão funcionar aos sábados também das 05h as 22h, com controle de entrada de 1 pessoa por família, distanciamento de 1,5m entre pessoas e ocupação de 50% da capacidade do local. E o toque de recolher das 23h as 05h.



Aos empreendimentos turísticos que ficaram de fora da Rota, Tiemi Oto pede que entrem em contato diretamente pelo Instagram @mapadomato.info, para inserir mais um ponto no mapa.



TANGARÁ DA SERRA

Secretaria de Saúde antecipa 2ª dose da Covid-19 em idosos

Objetivo é deixar o idoso apto para também ser vacinado contra a gripe

REDAÇÃO DS / Serra FM

A Secretaria Municipal de Saúde de Tangará da Serra começa a aplicar, de maneira antecipada, a partir desta segunda-feira, dia 26 de abril, a segunda dose da vacina Covid-19 em idosos. O objetivo é deixar o idoso apto para também ser vacinado contra a gripe.

A antecipação vale para idosos que tomaram a primeira dose da vacina Butantan até o dia 10 de abril, o que garante o intervalo recomendado pelo fabricante, entre 14 e 28 dias, e deixará o idoso apto para a vacinação con-

tra a Influenza, que começará a partir do dia 11 de maio a este público-alvo.

“Essas pessoas estão sendo convocadas para que elas possam estar o quanto antes aptas a tomar a vacina da gripe, que precisa do intervalo de pelo menos 15 dias”, explica a secretária de Saúde, Gicelly Zanatta, ao

“
Para que possam estar o quanto antes aptas a tomar a vacina da gripe

destacar que esses idosos poderão tomar a segunda dose entre os dias 26 e 29 de abril, portanto entre segunda e quinta-feira

desta semana, na Clínica da Família, em horários previamente agendados, que podem ser consultados no site da Prefeitura Municipal. “Sabendo que a vacina da gripe, para os idosos, deve abrir a partir do dia 11 de maio. Então, antecipando a vacina da Covid, você consegue diminuir a janela”.

Contudo, a secretária explica que a antecipação não é obrigatória e caso o idoso não possa comparecer na data e horário sugerido, mantém-se o dia do agendamento que consta no cartão de vacina. “A orientação é pela preferência da vacina contra a Covid, em especial esses que estão sendo convocados, que é a segunda dose, para ai então ter efetivação da imunização”.

INFLUENZA – A Campanha Nacional de Vacina-



Vacinação da influenza inicia em maio

nação contra a Influenza iniciou dia 19 de abril em Tangará da Serra, sendo que nesta primeira etapa, que segue até 10 de maio, devem ser vacinados as crianças de 6 meses a menores de 6 anos (5 anos, 11 meses e 29 dias), ges-

tantes, puérperas (até 45 dias após o parto) e trabalhadores da saúde.

As vacinas estão sendo aplicadas nas Unidade de Saúde – exceto a Clínica da Família – das 7h30 às 10h30 e das 13h30 às 16h30.



O pedido do governador atende solicitação da Assembleia

CONTRA COVID

Governador pede prioridade para gestantes na vacinação

A solicitação foi encaminhada no último dia 22 de abril

REDAÇÃO DS / Secom-MT

O governador Mauro Mendes pediu que seja dada prioridade às gestantes na vacinação contra a Covid-19 em Mato Grosso. A solicitação foi encaminhada no último dia 22 de abril à Comissão de Gestores Bipartite (CIB-MT), que é responsável por definir a distribuição dos imunizantes.

A CIB-MT é composta por membros do Conselho das Secretarias Municipais de Saúde (Cosems) e da Secretaria Estadual de Saúde (SES-MT).

“Sabemos que as gestantes estão entre os grupos mais vulneráveis a ter complicações e possuem

risco elevado quando contraem a covid-19, o que coloca em risco a vida delas e de seus bebês. Por isso é importante que sejam vacinadas o quanto antes”, afirmou o governador.

O pedido do governador atende solicitação da Assembleia Legislativa do Estado de Mato Grosso, como antecipado pelo DS na última semana. “Agora devemos aguardar a resposta da CIB para iniciar a vacinação deste grupo, que espero iniciarmos o

“
Gestantes estão entre os grupos mais vulneráveis a ter complicações

mais rápido possível”, se manifesta o presidente da Comissão de Saúde da Assembleia Doutor João (MDB), que ao lado da deputada Janaina Riva (MDB) anteciparam o pedido.

De acordo com estudos da Universidade de Birmingham, no Reino Unido, gestantes infectadas pelo coronavírus tem risco 62% maior de internação em UTI e 88% mais chances de precisar de ventilação mecânica invasiva.

A conclusão foi corroborada por outro estudo feito pelo Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos.

Conforme os cientistas, o risco ocorre porque durante a gestação há uma diminuição da capacidade respiratória por conta do crescimento do útero, que restringe o abdômen e o tórax.



ISENÇÃO

DO IPVA 2021

**É FÔLEGO PARA MAIS
DE MEIO MILHÃO DE TRABALHADORES.**

A economia sofre com os efeitos da pandemia.

Mas para alguns setores o sofrimento é ainda maior. Pensando nisso, o Governo de Mato Grosso isentou o IPVA 2021 para as seguintes frotas:

- ✓ **BARES**
- ✓ **RESTAURANTES**
- ✓ **HOTÉIS**
- ✓ **EMPRESAS DE EVENTOS**
- ✓ **MOTORISTAS DE APLICATIVOS**
- ✓ **TRANSPORTE TURÍSTICO**
- ✓ **TRANSPORTE ESCOLAR**
- ✓ **MOTOCICLETAS ATÉ 160 CILINDRADAS**

PARA DÚVIDAS OU MAIS INFORMAÇÕES,
ACESSE SEFAZ.MT.GOV.BR



Governo de
**Mato
Grosso**