

Diário da Serra

www.facebook.com/jornalds

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

ANO XXV // EDIÇÃO Nº 10.986
TANGARÁ DA SERRA - MT - BRASIL
17 DE SETEMBRO DE 2021

R\$ 2,00

Sexta-feira

diariodaserra.com.br
ds.jor.br

TARUMÃ

Secretaria abre nova unidade da Farmácia Municipal

No local estão sendo dispensados medicamentos da saúde básica em geral **P2**

AGORA A USF ALTOS DO TARUMÃ POSSUI FARMÁCIA

DISPENSACÃO DE MEDICAMENTOS GERAIS

SEGUNDA A SEXTA-FEIRA
DAS 08 ÀS 11 HORAS
E DAS 13 ÀS 16 HORAS

DIÁRIO
HOJE

4 PÁGINAS +
CADERNO B

COTAÇÃO

DÓLAR
COMPRA: R\$ 5,27
VENDA: R\$ 5,27

EURO
COMPRA: R\$ 6,20
VENDA: R\$ 6,20

ARROBA DO BOI GORDO

TANGARÁ DA SERRA - MT

BOI
R\$ 278,00
VACA
R\$ 267,00

TEMPO

MAX 35º MIN 22º

Sol e aumento de nuvens de manhã.
Pancadas de chuva à tarde e à noite.

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



Tangará da Serra inicia campanha Natal Solidário

ARRECADACÃO A cada 5 quilos de alimentos doados, cidadão receberá um cupom **P3**



Campanha foi lançada nesta quinta-feira em Tangará

NESTE SÁBADO

Rotary Centro promove limpeza do Córrego Figueira

A ação marca o Dia Mundial de Limpeza das Águas **P4**

CHAMAMENTO

Conselho abre seleção de projetos às pessoas idosas

São mais de R\$ 1,5 mi em recursos disponíveis para projetos **P3**

EMENDAS DR. JOÃO

Nove municípios recebem mais de R\$ 1,6 milhão para o custeio da saúde

O Estado ainda tem pendente emendas para quatro municípios **P2**



www.bepinformatica.com.br

TEMOS SOFTWARES
Para expandir o seu Negócio

B&P Informática
Desenvolvimento de Sistemas

65 3326 2299

Faça seus **exames laboratoriais** todos os **domingos e feriados** no **Doyon Laboratório** com a qualidade e confiança de sempre

• **Sangue** • **Fezes** • **Urina** • **Covid**

07:00hrs às 11:00hrs
Para maiores Informações: ☎ 65 99609-6350

www.doyonlaboratorio.com.br

DOYON
medicina laboratorial

Doyon Medicina Laboratorial - CRM/MT 888
Responsável Técnica: Dra. Thais Gonçalves - CRM/MT 622

DS

ARTIGO

DESCONECTE-SE. SUA SAÚDE MENTAL AGRADECE

Ansiedade, falta de sono e isolamento são alguns dos efeitos causados em adultos pelas telas nos dias atuais. Segundo relatório do Hootsuite, o brasileiro passa em media 10 horas por dia conectado na internet.

Nas crianças a queixa mais comum é a irritabilidade quando são privados de seus smartphones ou tablets. Além da falta de sono, dificuldade para enxergar e obesidade.

Mas, como sobreviver à vida moderna sem a ajuda da tecnologia? E ainda, ter uma saúde mental equilibrada? A saída pode estar no detox digital.

Segundo Maryanne Wolf em seu livro “O Cérebro no mundo digital”, estamos perdendo a capacidade de foco pelo uso das telas. Ela explica que estímulos demais no cérebro podem ajudar a gente a ter a “memória gafanhoto”.

O termo serve para designar aquela mente em que o cérebro fica pulando o tempo todo, e acaba por comprometer a nossa memória. Agora, imagine nas crianças?

Uma memória gafanhoto não é capaz de aprender e não vai se lembrar de muitas coisas, porque ficou abrindo abas demais na pesquisa do google, ou mesmo passando o dedinho na tela.

Saiba como fazer um detox digital e melhorar sua saúde mental

A recomendação da Organização Mundial da Saúde, restringe o uso das telas em crianças e ainda nos direciona para uma vida com tecnologia, mas com menos telas para uma saúde mental equilibrada.

Mas como fazer um detox digital? A primeira medida é rastrear quanto tempo você, seus companheiros e filhos passam na frente de uma tela. Isso pode ser feito por aplicativos ou mesmo dentro dos próprios dispositivos. Aí você vai ter uma noção de quanto tempo passa conectado.

Estabeleça regras que possa cumprir. Não adianta restringir o uso das telas nos pequenos se você mesmo não dá o exemplo.

Pratique o desapego da tecnologia. Conheça aquele ditado, o que a gente não vê coração não sente? É assim que funciona com as telas. Pare de carregar suas telas por onde vai dentro da sua casa.

Uma dica pessoal é, quando for fazer alguma leitura, deixar o telefone e o notebook carregando em outro cômodo. A leitura fica muito mais produtiva.

Uma hora antes de dormir, coloque sue tablet, smartphone, Tv e notebook para carregar fora do quarto e longe da sua cama, e não toque neles até o outro dia. A menos que seja um pedido de socorro por chamada. Esta provavelmente é a regra mais difícil, porque vai exigir disciplina durante todos os dias.

E para os pais e mães de crianças, atenção: Suas telas devem estar no cofre ao dormir, risos! Mais de 76% das crianças entre 2 e 7 anos acorda no meio da noite para checar as redes sociais dos pais e dar tarefas para Alexa enquanto os pais dormem.

Ah! Nada de telas durante as refeições, inclusive a TV. E elas acontecem fora do quarto, já que a responsável por aparar seu prato é a mesa não a cama.

Tome sol! A exposição solar diária de 10 minutos ajuda a regular a vitamina D e dá mais disposição ao seu corpo para cumprir a agenda do dia.

O detox digital vai lhe dar liberdade para fazer todas as coisas que antes não tinha tempo porque ficava diante de uma tela, mas vai lhe exigir disciplina na repetição diária de suas regras. Por isso, paciência com você e seu corpo. Desconecte-se!

Maria Augusta Ribeiro é especialista em comportamento digital e netnografia

JORNAL DIÁRIO DA SERRA	REDAÇÃO
Propriedade da AJOTA	DIREÇÃO DE JORNALISMO Fabiola Tormes
ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA CNPJ: 29.464.235/0001-16	CONTATO ds@diariodaserra.com.br
Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78302-028 Tangará da Serra-MT	Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do DIÁRIO DA SERRA  (65) 3326-4724
ISSN 22386467	www.diariodaserra.com.br www.ds.jor.br
TIRAGEM 1 MIL EXEMPLARES	DEPARTAMENTO COMERCIAL
CIRCULAÇÃO Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso.	PUBLICIDADE ASSINATURA PUBLICIDADE LEGAL Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA
CENTRAL DO ASSINANTE (65) 3326.6501 	SERVIÇOS GRÁFICOS E. Tormes e Cia. LTDA CNPJ: 14.048.123/0001-07
	CONTATO: adm@diariodaserra.com.br Fone: (65) 3326-4724

EMENDAS DR. JOÃO

Nove municípios recebem mais de R\$ 1,6 milhão para o custeio da saúde



Emendas do deputado Dr. João

O Estado ainda tem pendente emendas para quatro municípios

Assessoria

O deputado estadual Dr. João (MDB) teve as suas emendas parlamentares pagas pelo Governo do Estado de Mato Grosso neste mês de setembro. O recurso pago vai atender a área da saúde nos municípios designados pelo parlamentar.

Dr. João destinou para o município de Castanheira emenda parlamentar no valor de R\$ 300 mil, que são para auxiliar o custeio da saúde (R\$ 120 mil) e para aquisição de um aparelho de ultrassonografia (R\$ 180 mil).

O município de Arenópolis recebeu o valor de R\$ 270 mil, destinado para o custeio da saúde (R\$ 120 mil) e para aquisição de um aparelho de

ultrassonografia (R\$ 150 mil).

Em Denise a prefeitura do município recebeu a quantia de R\$ 100 mil para o custeio da saúde. Já o município de Santo Afonso recebeu R\$ 250 mil para aquisição de um aparelho de Raio-X.

Foram pagos ainda R\$ 200 mil para o município de Juína para a compra de uma ambulância.

Também receberam recursos das emendas: Colniza (R\$ 70 mil – aquisição de duas incubadoras); Carlinda (R\$ 100 mil – custeio da saúde); Alto Paraguai (R\$ 250 mil – van para saúde) e Luciara (R\$ 109.965,75 mil – custeio da saúde).

O Governo do Estado ainda tem pendente o pagamento de algumas emendas parlamentares do deputado Dr. João e que também contemplarão o setor da saúde, especificamente nos municípios de Porto Estrela, Nortelândia, Nova Marilândia e Poconé.

“Estou acompanhando as emendas que ainda não foram pagas como também em contato com as prefeituras dos municípios já contemplados, estamos no caminho certo do nosso maior objetivo de trabalho, que é buscar o máximo de melhorias e investimento para atender a área da saúde”, destacou o deputado Dr. João.

EMENDA PARLAMENTAR - É um instrumento do Poder Legislativo que visa acrescentar, alterar ou suprimir recursos do orçamento estadual, com o intuito de melhorar a destinação das verbas públicas. São direcionadas de acordo com as necessidades e as obrigatoriedades da Constituição do Estado de Mato Grosso, com as seguintes aplicações obrigatórias (impositivas): Saúde (12%), Educação (25%), Esporte (6,5%) e Cultura (6,5%). Os demais 50% são de livre alocação pelos deputados estaduais em outras áreas.

TANGARÁ DA SERRA

Secretaria abre nova unidade da Farmácia Municipal no Tarumã

Assessoria

A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) abriu uma nova unidade da Farmácia Pública Municipal no bairro Tarumã, em Tangará da Serra. A nova farmácia satélite está localizada na USF Altos do

Tarumã atendendo toda a população, principalmente os moradores da região do grande Tarumã e bairros adjacentes.

No local estão sendo dispensados medicamentos da saúde básica em geral como anti-hipertensivos, saúde mental, anticoncepcionais,

insulina e insumos do Diabetes, antidiabéticos e para o tratamento contra o tabagismo.

O atendimento no local é de segunda a sexta-feira, das 8h às 11h, e das 13h às 16h. A USF do Altos do Tarumã está situada na Rua 130, sob esquina com a Rua J.

NESTE SÁBADO

Rotary Tangará da Serra Centro promove limpeza do Córrego Figueira

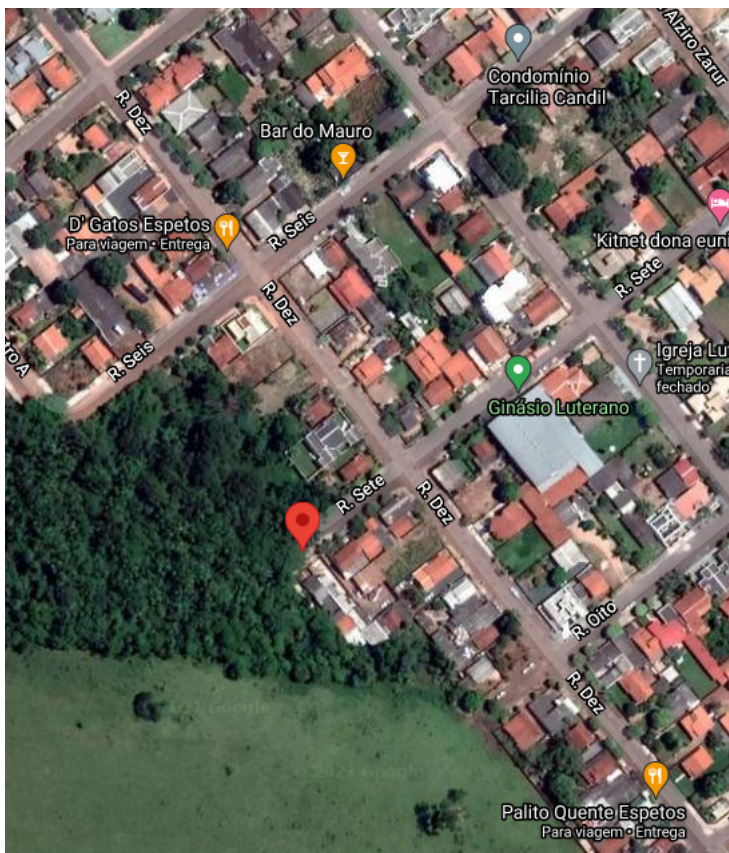
A ação marca o Dia Mundial de Limpeza das Águas

FABÍOLA TORMES / Redação DS

Preservar os rios e lagos é de extrema importância para a sobrevivência da vida no planeta, sendo um dever não só dos poderes públicos preservarem este recurso natural tão precioso, mas de todos nós.

Imbuídos nesta preservação e preocupados especialmente pelo problema hídrico em Tangará da Serra, o Rotary Clube Centro realizará neste sábado, 18, a primeira edição do projeto Limpeza do Córrego Figueira, pertencente a microbacia do Córrego Queima-Pé, responsável pelo abastecimento da cidade.

A ação, que inicia às 8h, nas proximidades da nascente do córrego, na Vila Alta II, marca o Dia Mundial de Limpeza das Águas, lembrado todo dia 19 de setembro de cada ano.



Ação inicia na Vila Alta II, em destaque no mapa

O projeto conta com o apoio da Secretaria de Estado de Meio Ambiente (Sema), Secretaria Municipal de Meio Ambiente, Serviço Autônomo Municipal de Água e Esgoto (Samae), Rotaract e Interact, que, juntos, descerão toda a extensão do córrego

Figueira retirando lixo e outros materiais jogados indevidamente no local.

“A ideia surgiu de uma parceria com a Sema, através do convite do Jefferson Zucchi, que é diretor Regional (...) como sabem das nossas ações voltadas ao meio am-

biente, nos procuraram”, recorda a presidente do clube de serviços, Jéssica Gonçalves Melo, ao relatar que o Rotary Centro já estava organizando algo semelhante, para limpar os córregos dentro da cidade. “Justamente porque estamos vivendo um dos piores momentos de degradação ambiental e crise hídrica. Então porque não fazer esse projeto que é tão importante a todos”.

A expectativa, segundo a presidente, é descer o córrego fazendo a limpeza de toda a sua margem. “Estaremos junto com o caminhão do Samae fazendo essa descida e inclusive se alguns moradores tiverem algo para jogar, o caminhão estará passando neste momento”.

Contudo, reforça a presidente, tão importante quanto limpar é criar uma conscientização em toda a população, especialmente nos que moram nas proximidades do córrego, para a sua preservação.

Seja um voluntário no Dia Mundial da Limpeza

O Dia Mundial de Limpeza (World Cleanup Day) é a maior ação cívica do planeta, realizada pelo movimento global Let's do it! e mobilizado no Brasil pelo Instituto Limpa Brasil e Teoria Verde, engajando voluntários para a limpeza de suas cidades, bairros, praias, praças, parques, manguezais, rios, etc.

No dia 18 de setembro de 2021, mais de 180 países estarão mobilizados para 24 horas de limpeza pelo planeta. No Brasil são mais de 1.200 municípios e 300 mil voluntários.

Devido a pandemia, foi adotado o conceito #EuCuidoMeuQuadrado desde a última edição, com o objetivo de que cada voluntário participe mesmo de dentro da sua própria casa realizando alguma das atividades propostas (Limpeza ambiental, digital, solidária e mental) além de outras atividades que poderão ser realizadas e incentivadas como ecopontos/drive thrus ambientais, atividades de educação ambiental em escolas, limpezas subaquáticas etc.



AUMENTE SUA RENDA SEM SAIR DE CASA

Seja um Revendedor oBoticário

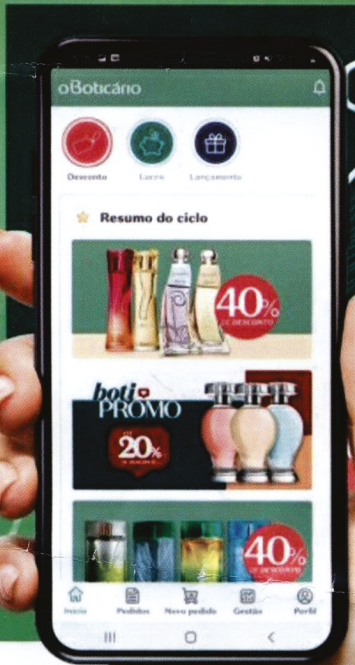
oBoticário

GANHE DINHEIRO REVENDENDO PELOS NOSSOS CANAIS DIGITAIS:

Pelo aplicativo do Revendedor é possível:

- Fazer pedidos
- Ter acesso a descontos exclusivos
- Acompanhar treinamentos
- Compartilhar promoções com seus clientes via WhatsApp e redes sociais

E muito mais!



Tangará (65) 3326-2684 / 9 9964-9519
Sapezal (65) 3383-2037 / 9 9944-2200

ENTRE EM CONTATO COM A GENTE OU FAÇA SEU CADASTRO NO SITE

www.revendedor.boticario.com.br



TERZI – CONSULTORIA AGROAMBIENTAL E PROJETOS S/S LTDA

Rua Antônio Hortolani, 157 – N, Sala 05, Centro, Tangará da Serra – MT, Fone/Fax (65) 3326-2055

“LICENÇA AMBIENTAL SIMPLIFICADA – LAS”

SANSÃO & FLORINDO LTDA – FLORINDO AGROPECUÁRIA,

inscrita no CNPJ n.º 03.831.184.0004-72, torna público que requereu a Secretaria de Estado de Meio Ambiente (SEMA), a obtenção da Licença Ambiental Simplificada – LAS para a atividade de Transporte Rodoviário de Produtos Perigosos situada na Rua José David Nodari, S/N, Lote 03, Quadra 03, Parque Industrial no município de Barra do Bugres - MT, CEP: 78.390-000. Não sendo determinada a elaboração de Estudo de Impacto Ambiental (EIA/RIMA).

Espalhe a alegria e a felicidade.

Distribua sorrisos.

CLÍNICA GERAL

ORTODONTIA

IMPLANTES

Dr. Eduardo Homs

Cirurgião Dentista (CRO-MT 4009)

3326-9047 | 9 9935-3383

HAMBURGERIA

PETISCARIA

E BEER







DELIVERY

(65)99688-9723

WHATS

AVENIDA BRASIL, QUADRA 13 LOTE 13

JARDIM EUROPA



Rádio Serra FM

BAIXE

AGORA!

Disponível na

App Store

DISPONÍVEL NO

Google Play



Ouç

agora!

RÁDIO SERRA FM - 104.9



Site

WWW.RADIOSERRAFM.COM.BR



Aplicativo

RÁDIO SERRA FM - TANGARÁ DA SERRA

