

Diário da Serra

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

JORNAL DIÁRIO DA SERRA
Propriedade da **AJOTA**
ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA
CNPJ: 29.464.235/0001-16
ISSN 22386467

REDAÇÃO
DIREÇÃO DE JORNALISMO
Fabiola Tormes Homs

CONTATO
ds@diariodaserra.com.br

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos
para o **whatsapp** do **DIÁRIO DA SERRA**
(65) 3326-4724

www.diariodaserra.com.br
www.ds.jor.br



DEPARTAMENTO COMERCIAL
PUBLICIDADE ASSINATURA
PUBLICIDADE LEGAL
Associação Jornalística de Tangará
da Serra - AJOTA
SERVIÇOS GRÁFICOS
E. Tormes e Cia. LTDA
CNPJ: 14.048.123/0001-07
CONTATO: adm@diariodaserra.com.br
Fone: (65) 3326-4724

ENDEREÇO: Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque
Mansões - 78302-028 Tangará da Serra-MT

TIRAGEM:1 MIL EXEMPLARES
CIRCULAÇÃO: Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do
Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal,
Denise, Arenápolis, Nortelândia e Santo Afonso.

CENTRAL DO ASSINANTE:
(65) 3326-4724

f **@** /jornalds

CURTAS//

ALERTA

O Inmet emitiu alerta laranja de perigo para baixa umidade para 15 estados e o Distrito Federal. Serão afetados pelo tempo seco os estados de Goiás, Tocantins, Mato Grosso e Mato Grosso do Sul, além de partes de Maranhão, Piauí, Ceará, Rio Grande do Norte, Pernambuco, Paraíba, Bahia, Minas Gerais, São Paulo, Paraná e Rondônia.

ORIENTAÇÕES

Nesses locais, a umidade relativa do ar não deve passar dos 20% e há risco de incêndios florestais e à saúde da população. O Inmet orienta a população a beber mais líquido e evitar tanto atividades físicas quanto a exposição ao sol nas horas mais quentes do dia. Também é importante o uso de hidratante de pele e umidifiquem os ambientes.

CYBERTECH DAY

A Secretaria de Estado de Planejamento e Gestão (Seplag-MT) está com inscrições abertas para o CyberTech Day 2024. O evento é destinado aos servidores públicos estaduais, que atuam nas áreas de segurança e tecnologia da informação, desenvolvimento de software e infraestrutura. O encontro será realizado no dia 12 de setembro.

ARTIGO//

Um Alfa de si mesmo!

A mente humana é a fonte de poder mais potente e inexplorada que existe. A plena consciência de quem realmente somos – nossas habilidades, potencialidades, vontades e possibilidades – nos distingue dos outros e nos torna únicos. Não há outro “você” no mundo. Ninguém mais possui a mesma ancestralidade, genética ou perspectiva de vida. Essa singularidade é o que faz de cada um de nós um ser especial.

Na sociedade atual, é cada vez mais raro encontrar uma forma de pensar capaz de neutralizar os pensamentos negativos, depressivos ou maliciosos. O ser humano é, muitas vezes, refém de seus próprios pensamentos e sentimentos. Isso pode tanto capacitá-lo a controlar sua vida quanto levá-la à ruína. Ansiedade, depressão, angústia, e até mesmo transtornos mentais, são manifestações cotidianas de pensamentos descontrolados que irradiam tristeza e dor para muitas pessoas. Não é possível medir ou julgar a dor do outro, seja pela sua forma de pensar, pelas dificuldades enfrentadas ou pelas escolhas que faz na vida. Da mesma forma, não podemos avaliar todas as relações humanas sob uma única perspectiva, pois cada pessoa age e reage de acordo com sua própria vivência e construção pessoal.

Compreender as peculiaridades de si mesmo e entender como sua mente funciona é fundamental para encontrar a verdadeira felicidade, alcançar picos de êxtase e reencontrar a paz de espírito. A missão de ser o ALFA de sua vida – de liderar seus próprios pensamentos e decidir o que lhe agrada e o que contribui para o seu crescimento pessoal e profissional – cabe somente a você. Identificar as afinidades que melhor desenvolvem suas habilidades emocionais e psíquicas é um passo essencial nesse processo. Não há outro caminho para o autoconhecimento senão refletindo sobre suas escolhas, revisitando seu passado e limitando aquilo que não lhe agrada. Entretanto, ser um ALFA não significa agir de forma egocêntrica e isolada. Pelo contrário, implica ser o melhor que se pode ser, tanto para si mesmo quanto para os outros. Cada pessoa possui qualidades únicas, que se complementam em diversos contextos, seja na família, no trabalho ou na comunidade. Um ALFA utiliza seu conhecimento com maestria, transmitindo ensinamentos sem ferir a integridade de ninguém. Está presente no início de toda relação duradoura, jamais no final de um ciclo, pois compreende que todos têm algo a contribuir, vivendo harmoniosamente com os demais e fazendo a diferença tanto em sua própria vida quanto na daqueles que o cercam. Sem constranger, magoar ou denegrir.

Cada indivíduo possui zonas cerebrais mais desenvolvidas – alguns são mais racionais, outros mais emocionais. Uns têm talentos artísticos, outros são mais processuais, formando

engenheiros, médicos e advogados. Há quem seja mais comunicativo e quem prefira a introspecção. Alguns têm facilidade para amar, perdoar, espiritualizar-se, enquanto outros são mais céticos. Há quem finja amar, servir ou perdoar, e há aqueles que incorporam essas qualidades como parte essencial de seu ser.

Tudo isso é válido, desde que cada um possa se ver como o ALFA de sua própria vida. Embora o ser humano aprenda também por imitação de realidades superiores, ele pode e deve exercer seu papel regulador dos aprendizados, aperfeiçoando-se em prol de sua evolução emocional, psíquica, social e espiritual. Ser um ALFA é estar consciente de que tudo ao seu redor contribui para o seu desenvolvimento. É encontrar contentamento e satisfação em ser único e estar disposto a fazer pequenas mudanças em si mesmo e no ambiente que o cerca. Ser um ALFA é, acima de tudo, ser feliz com suas reais possibilidades na construção de sua própria realidade.

Kamila Garcia é bacharel em Língua Portuguesa e Literatura Brasileira. Atualmente, ela equilibra sua rotina entre o trabalho e estudos em Psicanálise e Psicologia Positiva, além de se dedicar às terapias holísticas. Como coach, Kamila utiliza seus conhecimentos para compartilhar insights sobre espiritualidade, ajudando seus clientes a alcançar um maior bem-estar e autoconhecimento.



CONSULTA A LOCAIS DE VOTAÇÃO JÁ ESTÁ DISPONÍVEL, SAIBA COMO ACESSAR

O Tribunal Superior Eleitoral (TSE) disponibilizou aos eleitores a consulta dos locais de votação daqueles que solicitaram a transferência temporária de seção eleitoral. As informações foram liberadas na última terça-feira, 3.

Na página do TSE, basta clicar no menu “Serviços Eleitorais”, na barra superior da página, e depois acessar o Título e o local de votação. Depois, é só pesquisar pelo nome, título de eleitor ou CPF. A página traz o número da inscrição eleitoral, a zona eleitoral e o local de votação, com endereço completo.

Já no aplicativo e-Título, que é uma versão digital do título de eleitor, o local de votação aparece logo no início, abaixo do nome do eleitor. Além disso, o aplicativo também tem uma ferramenta de geolocalização. Ele pode ser baixado de graça nas lojas de aplicativos. Cerca de 46 milhões de eleitores já possuem o e-Título em todo o país.

Nas Eleições Municipais de 2024, que vai definir prefeitos e



FOTO: DIVULGAÇÃO

vereadores em mais de 5,5 mil cidades, o local de votação pôde ser alterado temporariamente em alguns casos permitidos pelo TSE. Por exemplo, pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida, militares que vão trabalhar no dia da votação, presos provisórios e adolescentes em unidades de internação, além de servidores da Justiça Eleitoral que precisam votar no local em que vão trabalhar. Os prazos para os pedidos de transferência temporária terminaram em agosto.

(Agência Brasil / colaborou Gabriel Corrêa, Repórter da Rádio Nacional)