

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 Homsí (DRT-MT 1302)

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
Fundado em 11 de novembro de 1996
Edição online desde 06 de setembro de 1997

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:   /jornalds
(65) 3326-4724 

CURTAS//

PALESTRAS

A Famato, em parceria com a Confederação da Agricultura e Pecuária do Brasil (CNA), iniciou nesta semana um ciclo especial de palestras voltado para avicultores e suinocultores do estado. O evento tem como objetivo promover o desenvolvimento das cadeias produtivas e discutir temas fundamentais para o fortalecimento do setor agropecuário.

DESENVOLVIMENTO

A primeira rodada aconteceu no Sindicato Rural de Lucas do Rio Verde, no dia 24, e passou por Nova Mutum, Nova Marilândia e Tangará da Serra, nesta quinta. O ciclo de palestras visa fortalecer o alinhamento das boas práticas e a união dos produtores rurais, destacando o papel fundamental dos sindicatos e associações para o desenvolvimento do setor.

PATRIMONIALIZAÇÃO

O Parlamento Municipal aprovou esta semana um projeto que declara a Romaria Tributo e Gratidão à Nossa Senhora de Aparecida Patrimônio Cultural e Imaterial de Tangará da Serra. O texto defende que a cultura de romaria cumpre todos os requisitos legais para a patrimonialização ao citar seu importante legado histórico-religioso.

ARTIGO//

Carnaval sem Excesso: A folia que faz bem para o corpo e a mente

O Carnaval é uma das festas mais tradicionais e esperadas do ano, e é marcado por muita música, dança e diversão. No entanto, também é um período onde o consumo de álcool e drogas costuma aumentar, o que pode gerar consequências negativas para a saúde e segurança dos foliões. Muitas pessoas acabam utilizando álcool e substância ilícitas no Carnaval por conta do clima de euforia e descontração que domina o ambiente. O álcool, em particular, está presente na grande maioria das festas e blocos de rua, sendo muitas vezes associado à diversão e à socialização. Algumas pessoas que não costumam beber acabam se sentindo pressionadas a consumir para se integrar ao grupo, o que pode ser um fator para o aumento do consumo durante o evento. Já quem faz uso de outras substâncias, tende a intensificar o consumo durante o Carnaval, como forma de prolongar o prazer e se entregar mais ao momento. “No Carnaval, a energia é contagiante, e é fácil se deixar levar pelo clima de festa. Mas é importante lembrar que nossas escolhas, mesmo as feitas no calor do momento, têm consequências. Muitas pessoas que nunca usaram drogas acabam experimentando por pressão social ou curiosidade, sem pensar no impacto que isso pode ter. O problema é que

substâncias alteram o funcionamento do cérebro, afetando a percepção, o autocontrole e a capacidade de tomar boas decisões. O que parece uma ‘brincadeira’ pode se tornar um risco real para sua saúde e segurança. Aproveitar a festa com consciência, respeitando seus próprios limites, é a melhor forma de curtir sem arrependimentos”, disse a neuropsicóloga Carolina Mattos, especialista no tratamento de dependentes químicos. Por ser um período de grande liberação emocional, onde as pessoas buscam a sensação de liberdade, o uso de álcool e drogas pode ser uma forma de “escapar” das tensões cotidianas. Esse comportamento muitas vezes é amplificado pela ideia de que é “permitido” se exceder, já que o clima da festa está ligado a mais liberdade. “O Carnaval é um momento de alegria, liberdade e conexão, e isso faz muito bem para o nosso cérebro. A música, a dança e a socialização liberam substâncias como a dopamina e a oxitocina, que nos fazem sentir bem e fortalecem nossos laços com os outros. Mas é bom lembrar que o excesso de estímulos, pouco sono e o consumo exagerado de álcool e drogas podem afetar nossa energia, nosso humor e até nossa capacidade de tomar boas decisões, o que pode nos colocar em risco. O melhor é aproveitar com consciência, cuidando do seu bem-estar para curtir a festa da melhor forma possível”, completou a especialista. Entretanto, é possível curtir o Carnaval sem o uso de qualquer substância entorpecente. Para quem deseja aproveitar a folia

sem recorrer ao álcool ou drogas, algumas dicas:

- Focar na música e dança: O Carnaval é, antes de tudo, uma celebração cultural, e a música, especialmente os ritmos típicos como samba, axé e marchinhas, são uma forma poderosa de se conectar com a alegria da festa;
- Aproveitar a companhia de amigos: Estar com amigos que compartilham o desejo de aproveitar o carnaval de forma saudável pode ser fundamental para curtir a festa sem pressões externas;
- Participar de blocos e atividades alternativas: Alguns blocos e eventos do Carnaval promovem alternativas mais conscientes e até mesmo sem consumo de bebidas alcoólicas. Participar dessas opções pode ser uma excelente forma de aproveitar a folia de forma mais tranquila e com um foco na diversão;
- Cuidar da saúde: Aproveitar o Carnaval sem álcool ou drogas permite que a pessoa esteja mais atenta ao próprio bem-estar, dormindo o suficiente, se alimentando bem e se hidratando, o que ajuda a manter a energia ao longo dos dias de festa;
- Aproveitar o espírito de diversão e liberdade: O Carnaval é uma oportunidade única de viver o momento de forma livre e criativa, sem depender de substâncias para isso. Seja com fantasias, brincadeiras e risadas, a diversão genuína vem de estar presente e aproveitar cada instante.

Carolina Mattos é psicóloga, especialista no tratamento de dependentes químicos, analista comportamental e terapeuta integrativa.



MAPA ENTREGARÁ MAQUINÁRIOS PARA COMUNIDADES RURAIS DE TANGARÁ DA SERRA E OUTROS 19 MUNICÍPIOS

Desenvolvido pelo Ministério da Agricultura e Pecuária (Mapa) em parceria com a UFMT, o Programa Estratégico de Fortalecimento Estrutural de Assentamentos Rurais e Sustentabilidade da Agricultura Familiar em Mato Grosso promove a capacitação em associações e cooperativas de assentamentos e o aumento da produtividade com entrega de máquinas e equipamentos.

Com investimento de mais de R\$ 30 milhões, serão beneficiadas mais de 3,9 mil famílias mato-grossenses de diferentes regiões do estado nos municípios de Acorizal, Campo Verde, Cláudia, Cuia-bá, Itaúba, Juscimeira, Mirassol D'Oeste, Nortelândia, Nova Olímpia, Pedra Preta, Poconé, Poxoréu, Rondonópolis, São José do Povo, São José dos Quatro Marcos, Sorriso, Tangará da Serra, Terra Nova do Norte, Várzea Grande e Vila Bela da Santíssima Trindade.

Associações e cooperativas localizadas em assentamentos rurais nestes municípios que já passaram pela capacitação, começam a receber as máquinas e equipamentos para atuar na produção de



FOTO: DIVULGAÇÃO

alimentos. Conforme as necessidades de cada comunidade, serão entregues tratores, roçadeiras, carreta, reboque, perfurador de solo, distribuidor de sementes, grade aradora, kit irrigação, entre outros, e até equipamentos como freezer, caixa de abelhas, beneficiadora de arroz, de acordo com o demanda para o desenvolvimento da produção da localidade.

As primeiras entregas de máquinas e equipamentos acontecem a partir desta sexta-feira, dia 28, nos municípios de Pedra Preta e São José do Povo, seguindo para Rondonópolis, Tangará da Serra, Nortelândia, Várzea Grande e Acorizal. **(Agência Gov)**

Romaria

A Romaria Tributo e Gratidão à Nossa Senhora de Aparecida, em especial, recebe a presente homenagem devido a sua pioneira atividade religiosa no município. A primeira caminhada de Tangará até a imagem de Nossa Senhora, no início da serra de Deciolândia na MT-480, foi realizada em 2020. Nos anos que se seguiram, a Romaria cresceu tanto em número de participantes quanto em estrutura.