

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//

NOVA LEI

Com a constatação de possíveis cláusulas abusivas em contratos firmados por empresas consignatárias com servidores públicos ativos, inativos e pensionistas – especialmente em operações com juros excessivos –, a Assembleia Legislativa de Mato Grosso aprovou, e o governo do estado sancionou, a Lei nº 12.934/2025.

CONSIGNADOS

De iniciativa do deputado estadual Wilson Santos (PSD), a nova legislação proíbe a cobrança da Taxa de Abertura de Crédito (TAC), bem como de qualquer outra taxa, tarifa ou encargo administrativo em empréstimos consignados celebrados com agentes públicos vinculados à administração direta e indireta do estado.

CONTROLE

Segundo o parlamentar, a responsabilidade pelo controle dos contratos é da Secretaria Estadual de Planejamento. No entanto, ele alerta que houve falhas no processo, o que acabou contribuindo para o superendividamento de servidores. A normativa, em vigor, agora determina que o sistema eletrônico de averbação de consignações garanta a transparência.

ARTIGO//

Ansiedade

Era o fim do século XX quando uma capa de revista chamou minha atenção: “Ansiedade: o mal do século XXI”. Eu era criança, e aquilo parecia algo distante. Mas hoje, como psicólogo, vejo o quanto essa previsão se concretizou — e mais cedo do que imaginávamos.

A ansiedade faz parte da vida. É uma emoção natural, que nos protege e prepara para os desafios. Sentir um aperto no estômago antes de uma prova ou entrevista é normal. Mas há uma diferença entre o nervosismo pontual e um transtorno de ansiedade — e essa diferença, muitas vezes, passa despercebida. Pessoas que vivem com ansiedade patológica costumam dizer: “Não sei, do nada senti um aperto no peito, uma falta de ar. Estava tranquilo, e de repente tudo virou um caos.” Elas não entendem o que está acontecendo, mas sentem o corpo falhar,

a mente girar, a calma sumir. O transtorno de ansiedade paralisa. Tira o sono, rouba o prazer, sabota compromissos. Situações simples como sair de casa, ir ao mercado ou encontrar amigos se tornam desafios gigantescos. E muitos passam por isso em silêncio, sem saber que há nome, explicação e tratamento para o que sentem. As crises costumam chegar à noite, quando a casa dorme. O coração acelera, o corpo treme, a mente dispara. O peito aperta, o ar falta. Pensamentos catastróficos tomam conta: “Vou morrer”, “Estou perdendo o controle.” Nesse momento, quem sofre tenta se acalmar, mas parece que nada funciona, caminha de um lado para o outro, liga a TV, respira fundo, mas a angústia permanece. A ansiedade não é frescura. Não é drama. É um grito do corpo pedindo cuidado. E se você se vê nesse texto, talvez esteja na hora de fazer algo diferente: parar de fingir que está tudo bem e procurar ajuda. É um ato de coragem reconhecer que algo não vai bem. A vida pede

pausa, pede escuta, pede acolhimento. Não deixe que o silêncio da madrugada seja o único lugar onde sua dor é ouvida. Falar ainda é o melhor remédio. E procurar ajuda é o primeiro passo para reencontrar a si mesmo. Você não precisa enfrentar tudo sozinho. Há profissionais prontos para caminhar ao seu lado, há técnicas eficazes e tratamentos que funcionam. E, acima de tudo, há vida além da ansiedade. Uma vida mais leve, possível — onde o medo não grita mais alto do que a sua vontade de viver. Dê esse passo. Você merece respirar com calma de novo.

Euller Sacramento é Psicólogo Clínico. Instagram: @eulersacramento



RÁDIO SERRA FM CELEBRA O SÃO JOÃO COM ARRAIÁ ABERTO AOS OUVINTES

Para comemorar o dia do santo padroeiro da festa junina, São João Batista, a Rádio Serra FM reuniu seus ouvintes em um grande arraiaí nesta terça-feira, 24 de junho. O estúdio da rádio foi transformado em espaço de acolhimento e muita conversa boa.

Nascido em 24 de junho, São João Batista, segundo a tradição cristã, é figura central no calendário litúrgico justamente por ser o primeiro profeta a anunciar Jesus e responsável por batizá-lo nas margens do rio Jordão.

No evento da Serra FM, o locutor Bruno Rassek revelou como surgiu a ideia. “Mano Reski veio aqui semana passada e sugeriu um café da manhã para que os ouvintes, que nos ouvem há cinco, seis anos e sem conhecer a rádio, pudessem participar. Então essa ideia foi para que eles pudessem vir, tirar foto e bater papo, além de saborear comidas típicas de festa junina”, explicou Bruno. “Tem ouvintes que passaram por aqui e ficaram conversando mais de uma hora com a gente. É gratificante, aqui é festa para nossos amigos ouvintes”.



FOTO: DIVULGAÇÃO

Um casal de ouvintes que passou pelos estúdios, Suélio Nogueira Macedo e Maria Aparecida de Barros, moradores do bairro Barcelona, comentaram sobre o quanto gostaram da ideia. “Tudo maravilhoso, uma delícia. Quem não veio perdeu”.

A comunicadora Cecilia Barros, que apresenta o programa Serra Mania, também falou da importância do evento, sendo este a primeira edição. “Esse evento tem uma grande importância pois através dele nós conseguimos construir vínculos mais sólidos com o ouvinte que sempre esta acompanhando nossa programação, e assim nós tivemos também a oportunidade de nos conhecermos pessoalmente”.