

MATO GROSSO

DO NORTE



DESDE 1.996

ALTA FLORESTA-MT E REGIÃO NORTE | QUARTA-FEIRA | 1 DE JULHO DE 2026

EDIÇÃO Nº 3.447

Fotos: Divulgação

ALTA FLORESTA PODE ESTAR COM ALTO DÉFICIT HABITACIONAL

Pode estar havendo uma enorme disparidade entre os números oficiais do município e a realidade de famílias de Alta Floresta que se enquadram nas regras dos programas de habitação popular, mas que seguem sem perspectivas de serem contempladas. **PÁGINA 3**



Demanda por casas populares pode ser bem maior que o número de famílias cadastradas

“Mão pesada”: Pivetta diz que Estado continuará enfrentando o crime com rigor

Gestão estadual afirma que estratégia de combate à criminalidade seguirá com rigor e presença das forças de segurança. **PÁGINA 10**

Foto: Reprodução



+SAÚDE

**ATIVIDADE FÍSICA
AJUDA NO CONTROLE
DA INCONTINÊNCIA
URINÁRIA**

Para pessoas com incontinência urinária, o medo de episódios de perda de urina durante os exercícios pode ser um fator que dificulta a prática. **PÁGINAS**

PÁGINA 4

CARLINDA

Senador anuncia recurso para construção de barracões

Recurso de R\$ 700 mil será aplicado na construção de

barracões em comunidades rurais de Carlinda. **PÁGINA 4**

Ex-senadora critica violência política de gênero



DÓLAR COMERCIAL
COMPRA: R\$ 5,162
VENDA: R\$ 5,163

DÓLAR TURISMO
COMPRA: R\$ 5,193
VENDA: R\$ 5,373

EURO
COMPRA: R\$ 5,899
VENDA: R\$ 5,899

OURO G 24k: R\$ 668,52
POUPANÇA: 0,5% A.M
SELIC: 14,25%

TEMPO HOJE | **MÁX:** 33° | **MÍN:** 21°
Umidade relativa do ar
Máxima: 84% Mínima: 41%
PROB. CHUVA 0%

MAIS!

■ NOVO BO

O prefeito de Alta Floresta, Chico Gamba (União), e o vereador Luciano Silva (PL) se envolveram em mais uma discussão acalorada. Segundo nota divulgada pelo vereador, o fato aconteceu durante um encontro em um comércio da cidade. O gestor chamou o parlamentar de “mentiroso” devido a um vídeo sobre as casas populares em construção no município. Este, por sua vez, retrucou afirmando que o prefeito é quem seria o “mentiroso”. A discussão foi filmada e vazou nas redes sociais.

■ RAONI

O líder indígena Raoni Metuktire, de 94 anos, apresentou hemorragia digestiva alta na segunda-feira (29), durante internação no Hospital São Paulo (HSP/Unifesp), e passou por endoscopia. Segundo boletim médico, o exame identificou sangramento no estômago e no duodeno, mas o quadro foi estabilizado. Ele está estável, afebril e em uso de cateter de oxigênio. Raoni está internado desde 19 de junho por obstrução intestinal e pneumonia.

■ MULTADO

O Tribunal Regional Eleitoral de Mato Grosso (TRE-MT) multou o ex-governador Pedro Taques em R\$ 10 mil por impulsionar publicações críticas ao também ex-governador Mauro Mendes com recursos pagos. A decisão foi unânime e considerou a prática proibida pela legislação eleitoral, mesmo sem pedido explícito de voto. O caso envolve o chamado “Caso Oi”.

■ TERCEIRA IDADE

O governador Otaviano Pivetta (Republicanos) voltou a criticar o senador Wellington Fagundes (PL) e questionou sua experiência em cargos no Executivo durante entrevista nesta terça-feira, 30. O embate ocorre em meio à pré-campanha ao Palácio Paiaguás e tem sido marcado por trocas de ataques entre os dois. “O cara que nunca foi gestor, eu não acredito que a terceira idade seja o momento de iniciar isso”, disse Pivetta.

O AMOR MAU HUMOR UNE AS PESSOAS



WILSON CARLOS FUAH

Não siga adiando suas decisões



Escritor e cronista, graduado em Ciências Econômica. Fale com o Autor: wilson-fua@gmail.com

A vida segue seu curso de forma imprevisível. Situações que antes pareciam estáveis podem mudar repentinamente diante de adversidades inesperadas. Nesses momentos, cresce a exigência por posicionamento e responsabilidade individual, colocando cada pessoa diante de decisões que não podem ser ignoradas.

Especialistas em comportamento humano alertam que a indecisão, muitas vezes motivada pelo medo ou pela insegurança, pode se tornar um dos principais obstáculos para o crescimento pessoal. Ao evitar escolhas importantes, o indivíduo corre o risco de internalizar uma visão negativa de si mesmo, passando a acreditar que não está preparado para enfrentar desafios. Esse processo pode levar ao adiamento contínuo de decisões e, em casos mais extremos, à aceitação do fracasso como destino inevitável.

O adiamento, segundo estudiosos, tende a intensificar a ansiedade. Pensamentos recorrentes, noites

mal dormidas e a sensação de incapacidade são efeitos comuns em quem posterga enfrentamentos necessários. Além disso, o acúmulo de problemas ao longo do tempo pode tornar situações simples em desafios ainda mais complexos.

POR OUTRO LADO, ENFRENTAR DIFICULDADES, MESMO QUE ISSO IMPLIQUE RISCOS E DESCONFORTOS

Por outro lado, enfrentar dificuldades, mesmo que isso implique riscos e desconfortos, é apontado como um caminho essencial para o amadurecimento. Ainda que o processo possa gerar sofrimento emocional ou intelectual, ele também contribui para o fortalecimento da autoconfiança e da resiliência.

A prudência diante do desconhecido é considerada uma virtude, desde que não seja confundida com paralisia. Avaliar riscos, planejar ações e agir com responsabilidade são atitudes que aumentam as

chances de sucesso. Quando decisões são tomadas com consciência e estratégia, deixam de ser apenas respostas obrigatórias às circunstâncias e passam a representar movimentos intencionais rumo a objetivos definidos.

Outro ponto importante destacado por especialistas é que evitar desafios pode reforçar padrões de comportamento baseados no medo, limitando o potencial de realização pessoal. Em contrapartida, a disposição para enfrentar obstáculos permite não apenas a superação de dificuldades, mas também o aprendizado necessário para lidar com futuras adversidades.

Em síntese, adiar decisões pode parecer uma alternativa confortável no curto prazo, mas tende a gerar consequências negativas no longo prazo. Enfrentar a realidade, mesmo diante da possibilidade de erro, é o que possibilita crescimento, aprendizado e, eventualmente, a conquista de resultados mais satisfatórios.

Foto: Reprodução



FRASE

“

E as divergências partidárias, elas acontecem e acontecerão sempre. Inclusive, antigamente, muitas das divergências se resolviam na bala, não era o voto

O advogado especialista em direito eleitoral e professor, Hélio Ramos, comentando em entrevista no jornal A Gazeta, sobre as divergências internas que vêm acontecendo no União Brasil entre o ex-governador Mauro Mendes e os Campos.

EXPEDIENTE MATO GROSSO DO NORTE

Diretor e editor responsável:
José Vieira do Nascimento
Administração:
Ivete Weber do Nascimento

Administração, redação e Centro Tecnológico Gráfico:
Rua Irandelina Rosa Nazário (H-6), 97 - Setor Industrial, Cep: 78580-000 - Alta Floresta Mato Grosso

Publicidades e assinaturas
(66) 3521-6406

Representantes
Guarantã do Norte
Apiacás, Carlinda, Colíder, Cuiabá, Matupá, Paranaíta, Peixoto de Azevedo, Nova Bandeirantes, Nova Canaã do Norte, Nova Monte Verde, Nova Santa Helena e Terra Nova do Norte

Caderno B
Agência de Notícias - Carta Z

Periodicidade
Segunda, quarta e sexta-feira

E-mail: mtnorte@terra.com.br
jornalmtnorte@hotmail.com

Registrado no livro B/1 às folhas 002 sob o nº 008, Cartório de 2º Ofício

ASSOCIADO À:



ALTA FLORESTA pode estar com alto déficit habitacional

JOSÉ VIEIRA
MATO GROSSO DO NORTE

Pode estar havendo uma enorme disparidade entre os números oficiais do município e a realidade de famílias de Alta Floresta que se enquadram nas regras dos programas de habitação popular, mas que seguem sem perspectivas de serem contempladas.

O tema entrou no radar político nas últimas duas semanas, após matéria publicada pelo jornal Mato Grosso do Norte, sobre as casas populares que estão sendo construídas no município.

VEREADOR CONTESTA NÚMEROS OFICIAIS APRESENTADOS PELO MUNICÍPIO E DIZ QUE QUANTIDADE DE FAMÍLIAS NA FILA DE ESPERA PARA CASAS, PODE SER GRANDE

Segundo o vereador Reginaldo Luiz da Silva, Naldo da Pista (Republicanos), com base em Requerimento da Câmara Municipal, de autoria do vereador Luciano Silva (PL), a Prefeitura informou que há apenas 210 pessoas inscritas que se enquadram nos critérios do programa habitacional para o recebimento de moradia totalmente gratuita.

Para estar apta, além de se encontrar em situação de vulnerabilidade social, a pessoa deve possuir renda de apenas R\$ 218,00. Valores



Foto: Reprodução

Segundo o vereador Naldo da Pista, município deve avançar muito na área de habitação

de benefícios de programas sociais não impedem a inclusão do candidato.

No entanto, na avaliação de Naldo, com base na quantidade de pessoas que procuraram o Departamento de Habitação da Prefeitura para se inscrever nos programas habitacionais, o número está muito aquém da realidade.

Para o vereador, considerando o que foi entregue até agora, a política habitacional da atual gestão

está deixando a desejar. "A política de habitação está fraca. A gente vê filas de pessoas que precisam, diariamente ir na Prefeitura para fazer inscrição. Um dos problemas é a exigência de renda de R\$ 218,00. Não há ninguém que consiga sobreviver com esse valor e, mesmo estando em situação de vulnerabilidade, muitas pessoas não conseguem atender às exigências dos programas", enfatiza o vereador.

DADOS - Com base nas respostas da Prefeitura ao requerimento da Câmara, Alta Floresta possui atualmente 50 casas em construção destinadas ao atendimento de famílias em situação de vulnerabilidade social. Isso significa que há um déficit de 160 famílias em extrema pobreza na lista de espera por uma moradia popular. Mas sem perspectiva de serem atendidas.

Para selecionar as famílias que deverão receber as

50 casas quando as obras forem concluídas, conforme o vereador, as fichas dos inscritos serão encaminhadas à Secretaria de Estado de Assistência Social. Caberá ao órgão estadual definir, com base nos critérios dos programas sociais, quais famílias em situação de maior vulnerabilidade serão contempladas.

O município realizou a entrega de 213 unidades habitacionais por meio de programas desenvolvidos em parceria com os governos Estadual e Federal. No entanto, essas unidades são financiadas pela Caixa Econômica Federal.

De acordo com o parlamentar, Alta Floresta também será contemplada com um novo projeto habitacional por meio do programa Habitação MT. A iniciativa prevê a construção de 720 unidades habitacionais no formato de condomínio vertical, com edifícios de apartamentos.

Diferentemente das casas destinadas às famílias em situação de vulnerabilidade social, esse empreendimento será voltado à modalidade financiada. Apesar da existência de subsídios, para participar os interessados deverão atender aos critérios de renda exigidos pelo programa e pela Caixa Econômica Federal.

Segundo as informações apresentadas, a renda familiar necessária variaria entre R\$ 2 mil e R\$ 7 mil mensais para viabilizar o financiamento das unidades.

RESERVA
(66) 3552-1530
flordamatahotel@hotmail.com

Café da manhã

Seu conforto é

**O NOSSO
DIFERENCIAL**

**Hotel Flor
Da Mata**

Rua dos Cajueiros, 121 - Guarantã do Norte-MT

Senador anuncia recurso para construção de barracões em Carlinda

JOSÉ VIEIRA
MATO GROSSO DO NORTE

O senador Jayme Campos (União) anunciou a destinação de mais um aporte de recursos para o município de Carlinda, após reunião realizada na segunda-feira, 29, em Cuiabá, com a presidente da Câmara Municipal, vereadora Lúcia Kanno (PRD).

Durante o encontro em seu escritório político, o senador confirmou o atendimento ao pedido da parlamentar e informou que R\$ 700 mil serão destinados especificamente para a construção de barracões comunitários em



Foto: Reprodução

Vereadora Lúcia, presidente da Câmara de Carlinda

assentamentos e comunidades rurais do município. A expectativa é de que o investimento viabilize pelo menos três estruturas.

RECURSO DE R\$ 700 MIL SERÁ APLICADO NA CONSTRUÇÃO DE BARRACÕES EM COMUNIDADES RURAIS DE CARLINDA

Segundo Jayme Campos, os recursos serão liberados assim que o projeto técnico for apresentado pelo município. “Está combinado, Lúcia. Serão R\$ 700 mil. Assim que o projeto for encaminhado,

faremos a liberação dos recursos”, afirmou o senador.

A vereadora Lúcia Kanno agradeceu o compromisso firmado e ressaltou a importância da demanda para as comunidades rurais de Carlinda, especialmente nos assentamentos, onde os barracões devem atender atividades coletivas e de apoio à produção.

“As comunidades dos assentamentos precisam desses barracões. Vimos apresentar esse pedido e fomos muito bem atendidos. O senador sempre tem contribuído com o desenvolvimento de Carlinda”, afirmou.

Ex-senadora CRITICA violência política de gênero

REPORTAGEM
MATO GROSSO DO NORTE

A ex-senadora bolsonarista, Margareth Buzetti (PP) em entrevista à imprensa nesta terça-feira, 30, criticou episódios recentes de violência política de gênero envolvendo figuras ligadas à direita e afirmou que esse tipo de postura pode prejudicar a imagem do grupo político e o debate público.

Ela citou falas atribuídas a Oswaldo Eustáquio e Paulo Figueiredo, classificando os discursos como ofensivos e machistas.

“Oswaldo Eustáquio falou da Damares coisas impúblicas. E outro foi o Paulo Figueiredo, quando fala que as mulheres não sabem votar”, afirmou.

Buzetti avaliou que esse tipo de comportamento enfraquece o campo político da direita e pode gerar impacto eleitoral, especialmente entre o eleitorado feminino. “Claro que enfraquece, lógico que enfraquece. Eu lamento muito”, disse.

A ex-senadora também cobrou um posicionamento mais firme

do senador Flávio Bolsonaro (PL), a quem atribuiu responsabilidade de se distanciar publicamente de declarações consideradas ofensivas feitas por aliados. “Ele tem que se posicionar. Quem cala consente”, declarou.

Ela ainda comentou tensões internas na família Bolsonaro após manifestações públicas da ex-primeira-dama Michelle Bolsonaro (PL) e criticou o deputado federal Eduardo Bolsonaro, mas destacou que Flávio Bolsonaro se diferencia dos demais irmãos no ambiente político.

Vereador cobra informações de licitação de mármore e granito

Foto: Assessoria



Vereador apresentou Requerimento com as cobranças

ASSESSORIA

A Câmara Municipal de Alta Floresta aprovou, durante sessão ordinária realizada na última sexta-feira, 26, Requerimento de autoria do vereador Darlan Trindade Carvalho, que solicita ao Poder Executivo informações detalhadas sobre uma licitação para fornecimento e instalação de mármore e granito.

O pedido se refere ao Pregão Presencial nº 005/2026, vinculado ao Processo Administrativo nº 099/2026, que prevê a contratação de empresa especializada para execução dos serviços.

O vereador solicita o envio de toda a documentação relacionada ao processo, incluindo estudos técnicos, justificativa da contratação, pesquisa de preços, definição de quantitativos, histórico de consumo, pareceres jurídicos e técnicos, relatório do controle interno, plano de gerenciamento de riscos e demais registros que embasaram a licitação.

O requerimento será encaminhado ao prefeito Valdemar Gamba e às secretarias e setores responsáveis, como a Secretaria Municipal de Governo, Gestão e Planejamento e o Departamento de Licitações.

DALTO É

Churrascaria

(66) 3575-1950
Peixoto de Azevedo
Rodovia BR-163 - S/N

CADA CORTE CADA SABOR CADA MOMENTO

TUDO É FEITO PARA UMA
EXPERIÊNCIA
INCRÍVEL!

RODÍZIO COMPLETO
TODOS OS DIAS

ATIVIDADE FÍSICA ajuda no controle da incontinência urinária

Para pessoas com incontinência urinária, o medo de episódios de perda de urina durante os exercícios pode ser um fator que dificulta a prática

Embora os benefícios da atividade física para a saúde sejam amplamente conhecidos, mais da metade dos brasileiros ainda não mantém uma rotina de exercícios. Segundo a Pesquisa Saúde e Trabalho, realizada pelo Serviço Social da Indústria (SESI) em 2023, 52% da população raramente ou nunca pratica atividades físicas. Entre os que se exercitam, apenas 22% mantêm uma rotina diária.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda pelo menos 30 minutos de atividade física por dia para reduzir o risco de doenças crônicas, como diabetes, problemas cardiovasculares e acidente vascular cerebral (AVC), além de promover a saúde mental e o bem-estar. Em contrapartida, o sedentarismo está associado ao aumento do risco de diversas doenças.

Para pessoas com incontinência urinária, entretanto, o medo de episódios de perda de urina durante



Foto: Reprodução

os exercícios pode ser um fator que dificulta a prática. A condição afeta cerca de 12 milhões de brasileiros e pode ocorrer durante esforços físicos, principalmente em atividades de maior impacto, como corrida, futebol e vôlei.

De acordo com Maria Alice Lelis, doutora em Ciências da Saúde – Urologia pela Unifesp e enfermeira consultora da TENA, a atividade física não deve ser evitada. "Quando bem orientada, ela contribui para o fortalecimento do assoalho pélvico, ajudando na prevenção e no controle da incontinência urinária", explica.

A especialista destaca ainda que a perda involuntária de urina não deve ser considerada algo natural. "Existem diferentes formas de tratamento, incluindo exercícios para fortalecer o assoalho pélvico e acompanhamento profissional, que podem melhorar significativamente a qualidade de vida", afirma.




SONHANDO COM UM UPGRADE NO SEU IPHONE, MAS O ORÇAMENTO TÁ APERTADO?

A MADRID RESOLVE ISSO PRA VOCÊ!

TODA LINHA APPLE

EM ATÉ 15X NOS CARTÕES



MADRID
ELETRÔNICA

AV LUDOVICO DA RIVA NETO, 2088 - CENTRO - ALTA FLORESTA | MT

☎ (66) 3214-0444 📞 (66) 9 8408-4322 📷 @madrid_eletronic

Caminhada pode substituir a academia?

Foto: Shutterstock

Por ser gratuita, acessível e fácil de incluir na rotina, a caminhada é uma excelente opção para quem deseja sair do sedentarismo

Nem sempre é necessário frequentar uma academia para melhorar a saúde e o condicionamento físico. Uma caminhada de 30 minutos ininterruptos, em ritmo moderado — cerca de 5 km/h —, já é suficiente para proporcionar benefícios ao organismo e contribuir para uma rotina mais ativa.

O diferencial está na continuidade da atividade. Caminhar sem pausas prolongadas mantém a frequência cardíaca elevada por mais tempo, favorecendo o condicionamento cardiovascular, a melhora da resistência física e do fôlego. Quando o percurso é interrompido com frequência, esse estímulo diminui e os ganhos tendem a ser menores.

Um ritmo de aproximadamente

5 km/h corresponde a um passo firme, mais acelerado que um passeio comum, mas sem chegar à corrida. Durante o exercício, a respiração fica mais intensa, porém ainda é possível conversar em frases curtas, sinal de que a atividade está em intensidade moderada.

A velocidade ideal pode variar conforme fatores como idade, condicionamento físico, terreno e clima. Por isso, mais importante do que acompanhar os números no relógio ou aplicativo é respeitar os limites do próprio corpo e manter um esforço confortável e seguro.

Por ser gratuita, acessível e fácil de incluir na rotina, a caminhada é uma excelente opção para quem deseja sair do sedentarismo. Pode ser realizada em parques, praças, ruas, na orla



ou até mesmo na esteira, sem a necessidade de equipamentos específicos.

No entanto, especialistas ressaltam que a caminhada não substitui totalmente os exercícios de fortalecimento muscular. Atividades de força são importantes para preservar músculos, ossos, postura e autonomia, principalmente com o avanço da idade. O ideal é

combinar a caminhada com exercícios de fortalecimento sempre que possível.

Para alcançar melhores resultados, a recomendação é manter uma prática regular, respeitar o próprio condicionamento físico e adotar hábitos saudáveis, como alimentação equilibrada, sono de qualidade e descanso adequado. (Informações- Catraca Livre)

Aberta 24h porque sua saúde não espera

Estamos abertos e prontos para te atender

Av. Ludovico da Riva Neto N° 2154
Centro - Alta Floresta - MT

66 3521-1150

HORÓSCOPO

Áries (21/03 à 21/04) - O início do mês pode trazer um conflito mais evidente entre responsabilidades profissionais e necessidades emocionais que vinham sendo deixadas em segundo plano. Existe uma sensação de cobrança interna maior, como se você precisasse sustentar tudo ao mesmo tempo.

Touro (20/04 à 20/05) - Pensamentos e emoções podem seguir em direções diferentes ao longo do dia. Conversas despertam reflexões importantes sobre escolhas, futuro e expectativas que já não fazem tanto sentido quanto antes.

Gêmeos (21/05 à 21/06) - Existe uma necessidade maior de encarar sentimentos que normalmente você tenta racionalizar, Gêmeos. O dia pode trazer questionamentos ligados à confiança, entrega emocional ou sensação de vulnerabilidade. Nem toda insegurança precisa ser combatida; algumas apenas pedem acolhimento e honestidade.

Câncer (22/06 à 22/07) - Relacionamentos tendem a despertar sensibilidade antigas. Câncer. O céu evidencia diferenças entre aquilo que você sente e aquilo que o outro consegue oferecer neste momento. Evite transformar desconfortos passageiros em conclusões definitivas.

Leão (23/07 à 22/08) - O excesso de responsabilidades ou preocupações pode pesar mais emocionalmente do que o habitual. Existe uma necessidade maior de reorganizar prioridades sem tentar dar conta de tudo ao mesmo tempo.

Virgem (23/08 à 22/09) - Emoções ligadas a afeto, reconhecimento e expectativas emocionais podem ganhar mais intensidade. Existe tendência a pensar demais sobre situações que precisam apenas ser vividas com mais espontaneidade.

Libra (23/09 à 22/10) - Questões familiares ou emocionais pedem mais atenção e honestidade interna, Libra. Algumas conversas podem despertar memórias antigas ou sensibilidades que ainda influenciam suas escolhas atuais.

Escorpião (23/10 à 21/11) - Sua mente tende a ficar mais agitada e emocionalmente sobrecarregada ao longo do dia. Existe dificuldade para separar preocupações reais de pensamentos alimentados pelo excesso de tensão interna. Evite responder impulsivamente ou carregar conversas além do necessário.

Sagitário (22/11 à 21/12) - O céu evidencia onde você vem investindo energia demais sem retorno proporcional. Existe um convite importante para rever prioridades e perceber que estabilidade também nasce de escolhas conscientes.

Capricórnio (22/12 à 19/01) - O dia pode despertar conflitos entre razão e necessidade emocional, principalmente dentro dos relacionamentos. Nem sempre manter o controle significa estar em equilíbrio. Algumas verdades emocionais pedem coragem para serem reconhecidas.

Aquário (20/01 à 18/02) - Você pode sentir necessidade de se afastar um pouco das demandas externas para reorganizar pensamentos e emoções internamente. Nem toda resposta precisa ser encontrada hoje. Algumas chegam justamente durante as pausas.

Peixes (19/02 à 20/03) - Existe tendência a criar expectativas muito altas ou interpretar certas situações de forma mais sensível do que realmente são. O céu pede menos pressa para concluir e mais espaço para observar os fatos com calma.

PALAVRAS CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Banheira de O beneficiário do testamento	(?), atrativo de hotéis de luxo	Cantor paulistano de "Pavão Velho"	A vida útil de um produto	Ponce de (?): descobriu a Florida	Os habitantes das margens de rios	Postura da modelo	Praia de PE com piscinas de águas claras e mornas
Grande habilidade técnica (p. ext.)							Porções de cabelos (fig.)
Enraivecida; indignada		Estado natal dos potiguaros (sigla)		Silício (símbolo)	Cerveja, em inglês		
				Câmara Alta	Ver, em inglês	Permitir, em inglês	
Entregar-se a longas e profundas reflexões		O tumor que não produz metástase					
Depósito de material bélico				"Alguém me (?)": sucesso de Gal Costa		"Mudança" em "ad-ventício" Retumbe	
		Dona Maria (?): a Louca (Hist.)		Yoko (?), cantora	Torto de um lado		"Globo (?)": divulgação o agro-negócio
Imposto cobrado pelos municípios		Dalton Trevisan, contista paranaense	Fungo utilizado na panificação				
Fabricante ilegal de dinheiro		Cenário do pecado original (Bíblia)		Indicador de sintonia do rádio			
Material natural da pista de esqui				Antigo nome da capital japonesa		Veste de indianas	Rede local (inform.)
						Liga de basquete dos EUA (sigla)	
Ciência cujo símbolo é o caduceu							Ajuda, em inglês
Código da Alemanha na internet				Ocupa como residência			Estou (pop.)
Condição dos remédios "tarja preta"							

BANCO 3/aid — edo — let — see, 4/beer — dial — ledn, 11/virtuosismo.

PONTO & VÍRGULA

Descubra o poder da estética avançada

Bioestimulador de Colágeno
Peeling e Botox
Limpeza de pele
Fotodepilação
Tratamento de estrias

DESCUBRA UMA NOVA VERSÃO DE VOCÊ!

Bio Dermo
"Estética Avançada e Bem-Estar"
DRA. IARA PEROTTO

Agende já uma visita
(66) 99714-6177

R. D-2, 222 - ST. D. ALTA FLORESTA - MT

PARANAÍTA EXPO SHOW 2026, mais uma vez confirmou seu lugar entre os grandes eventos da região, reunindo gente bonita, animação e muita confraternização.



O prefeito **OSMAR**, acompanhado da primeira-dama **NAIR**, prestigiou a festa ao lado do casal de empresários **SAYMON** e **SILVANA**, compartilhando uma noite de alegria e boas companhias.



Em clima de celebração, **TIARA BAGANHA** festejou mais um aniversário no dia 29. Parabéns, sucesso e felicidade.



PARABÉNS aos **CAMPEÕES** do grande rodeio da **EXPO SHOW**, que deram um verdadeiro espetáculo de coragem, técnica e determinação na arena.

Um belo close da **RAINHA**, da **PRINCESA** e da **MADRINHA** da **EXPO SHOW 2026**, esbanjando charme, elegância e simpatia.



PAIXÃO PELA PROFISSÃO

Podologia Clínica ;
Podologia infantil;
Podologia Geriátrica;

Nosso diferencial é a **Capacitação em Pé Diabético**, oferecendo um **atendimento especializado**

Agende seu horário: (66) 99646-0845

Av. Ludovico da Riva Neto, nº 1420, anexo a Imobiliária Alta Floresta

EXCELÊNCIA NOS RESULTADOS

FM
Franciele Medeiros
Podologia Clínica

@podologiafrancielemedeiros

Transforme seu visual, renove sua confiança.

TOKE FINAL
CABELO - MAKEUP - UNHAS & SPA

AGENDE SUA VISITA E SINTA A DIFERENÇA.

Av. Amazonas, 1.286 Cidade Alta

AGENDE SEU HORÁRIO
(66) 99214-2774

@toketfinal_af

Sobrecarga de tarefas pode reduzir a libido e afetar a saúde física e emocional das mulheres

Especialistas explicam que o estresse contínuo aumenta a produção de hormônios como o cortisol, que pode interferir no desejo sexual

A rotina de trabalho, os cuidados com a casa, a família e outras responsabilidades têm feito muitas mulheres viverem em um ritmo intenso, com pouco tempo para descanso e autocuidado. Esse acúmulo de funções pode ir além do cansaço diário e impactar diretamente a saúde física, emocional e a vida sexual, segundo estudos sobre comportamento e saúde.

Pesquisas indicam que o estresse provocado pela sobrecarga está entre os principais fatores associados à redução da libido feminina. Levantamentos sobre comportamento sexual mostram que 45% das mulheres apontam o cansaço como principal



Foto: Reprodução



CRÉDITO DE
5 A 300 MIL

Taxas que cabem
no seu bolso.



(85) 9 8656-3608

SAIBA MAIS >

motivo para a diminuição da frequência das relações sexuais, enquanto 29% atribuem a queda do desejo à rotina estressante.

Além dos reflexos na vida íntima, a falta de atividade sexual também pode estar relacionada a problemas de saúde. Um estudo publicado na European Journal of Preventive Cardiology aponta que pessoas com vida sexual ativa apresentam menor risco de mortalidade por doenças cardiovasculares e por outras causas. A pesquisa também sugere que mulheres com menor frequência sexual podem apresentar níveis mais elevados de marcadores inflamatórios, fator associado ao desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes.

Especialistas explicam que o estresse contínuo aumenta a produção de hormônios como o cortisol, que pode interferir no desejo sexual, na qualidade

do sono, no humor e até no equilíbrio hormonal. Por isso, a redução da libido nem sempre está ligada apenas ao relacionamento, mas também às condições de saúde e ao estilo de vida.

No entanto, especialistas em saúde ressaltam que a libido é influenciada por diversos fatores, como qualidade do relacionamento, saúde física, equilíbrio hormonal, uso de medicamentos, sono, alimentação e bem-estar emocional. Por isso, a queda do desejo sexual deve ser analisada de forma ampla, sem atribuir uma única causa ao problema.

A recomendação é que mulheres que percebam mudanças persistentes na libido, associadas a sintomas como fadiga constante, ansiedade ou alterações no humor, busquem orientação médica para uma avaliação individualizada e tratamento, quando necessário.

"Mato Grosso tem a estratégia mais consistente de regularização ambiental", afirma secretária

CLÊNIA GORETH
SEMA MT

A implantação do CAR Digital 2.0 acelerou a regularização ambiental dos imóveis rurais em Mato Grosso.

MAUREN LAZZARETTI
FALA SOBRE
REGULARIZAÇÃO
AMBIENTAL,
COMBATE AOS
CRIMES AMBIENTAIS
E PRESERVAÇÃO DA
FAUNA

Nesta entrevista, a secretária de Estado de Meio Ambiente, Mauren Lazzaretti, destaca os avanços na regularização ambiental, o uso da tecnologia na gestão pública, o

combate aos crimes ambientais e as ações voltadas à proteção da fauna e das unidades de conservação.

1 – Como Mato Grosso tem avançado na regularização ambiental das propriedades rurais?

R-A regularização ambiental é uma prioridade do Estado. Com a implantação do CAR Digital 2.0, automatizamos a validação dos cadastros ambientais, passando de pouco mais de 12 mil validações realizadas em sete anos para mais de 30 mil. Hoje, Mato Grosso é reconhecido nacional e internacionalmente pela estratégia adotada na implementação do Código Florestal.

2 – Qual a importância da regularização para o produtor?

Podem participar do processo empresas enquadradas como Microempreendedor Individual (MEI) ou consultorias especializadas.

Inscrições- As propostas deverão ser encaminhadas para o e-mail luan.candido@icv.org.br, com o assunto "Consultoria Assessoria Socioambiental – ICV", dentro do prazo estabelecido no cronograma do edital.

O cronograma prevê o encerramento das inscrições em 17 de julho de 2026, realização das entrevistas entre 20 e 24 de julho, divulgação do resultado final em 27 de julho e início das atividades de forma imediata após a contratação.



Secretária estadual de Meio Ambiente, Mauren

R-O Cadastro Ambiental Rural (CAR) é exigido para acesso a financiamentos, crédito rural e comercialização da produção. Além de garantir

segurança jurídica, a regularização permite acesso a linhas de crédito com condições mais vantajosas, fortalecendo a economia do Estado.

3 – Qual o papel da tecnologia na gestão ambiental?

R-A digitalização dos processos tornou os serviços mais rápidos e eficientes. Os sistemas automatizados reduziram o trabalho manual e permitiram que os técnicos da Sema se dediquem às análises ambientais, aumentando a qualidade e a eficiência da gestão.

4 – Como está o combate ao desmatamento e aos incêndios florestais?

R- O Estado investe mais de R\$ 380 milhões em ações de prevenção e combate aos ilícitos ambientais. Também foram fortalecidas as brigadas municipais e ampliado o uso de tecnologia e do manejo integrado do fogo para enfrentar o período de estiagem.

5 – Quais são as prioridades na gestão da fauna?

R-A Sema ampliou as ações de proteção à fauna silvestre, com foco no combate ao tráfico de animais e no atendimento aos animais vítimas de incêndios e outros impactos. Também estão em fase de conclusão o Cipam, na Transpantaneira, e o Cetras, em Cuiabá, que será um dos maiores centros de triagem de animais silvestres das Américas.

ICV abre edital para contratação de consultoria em assistência técnica à agricultura familiar

ASSCOM
ICV

O Instituto Centro de Vida (ICV) publicou na segunda-feira, 29, Edital para a contratação de uma empresa de consultoria, na modalidade pessoa jurídica (PJ), que irá prestar serviços de Assistência Técnica e Extensão Rural (ATER) voltados ao fortalecimento da agricultura familiar em Alta Floresta e municípios da região.

A consultoria será responsável por desenvolver atividades de campo, prestar assessoria técnica e colaborar no planejamento estratégico da produção de famílias que atuam nos segmentos de horticultura e fruticultura.

FAZ BEM VIVER sorrindo

DelMORO®
Todo Dia Seu

“Mão pesada”: Pivetta diz que Estado continuará enfrentando o crime com rigor

Foto: Mayke Toscano/Secom MT

AMANDA MONTEIRO
SECOM-MT

O governador Otaviano Pivetta afirmou que o Estado vai manter o enfrentamento à criminalidade com “mão pesada” e reforçou que não haverá recuo no combate aos crimes contra mulheres, crianças e pessoas em situação de vulnerabilidade em Mato Grosso.

A declaração foi feita nesta terça-feira, 30, durante a entrega de 47 novos veículos para reforçar a Patrulha Maria da Penha, realizada na abertura da Capacitação Tecnológica Estratégica em Defesa das Mulheres, promovida pela Secretaria de Estado de Segurança Pública (Sesp).

**Pivetta reforça compromisso de combate a criminalidade**

“Nós estamos numa cruzada contra a criminalidade, seja de qualquer origem. Nós vamos para cima. Convocamos os aprovados de acordo com a capacidade orçamentária do Estado e com o planejamento

do Governo, para dar uma demonstração clara de que nós não vamos recuar e não vamos arrefecer. Vamos enfrentar com uma mão pesada do Estado e não vamos, de jeito nenhum, relativizar nem aliviar a barra

da bandidagem”, afirmou.

Segundo Otaviano Pivetta, desde 2019, o Governo de Mato Grosso já investiu cerca de R\$ 2 bilhões na Segurança Pública, com a modernização das forças policiais, aquisição de armamentos, renovação da frota, implantação de tecnologia de monitoramento e reforço do efetivo.

“A segurança pública foi o maior orçamento do Estado nos dois primeiros anos do nosso mandato e, desde então, permanece entre os três maiores orçamentos todos os anos. Isso demonstra a importância que o governo dá à área”, pontuou.

Entre as principais ações estão a modernização do armamento das forças de segurança, a

implantação de sistemas de videomonitoramento e o reforço do efetivo policial, ampliando a capacidade de atuação em todo o Estado.

GESTÃO ESTADUAL AFIRMA QUE ESTRATÉGIA DE COMBATE À CRIMINALIDADE SEGUIRÁ COM RIGOR E PRESENÇA DAS FORÇAS DE SEGURANÇA

“Quero parabenizar a Polícia Judiciária Civil e a Politec por terem esclarecido todos os crimes e feminicídios que aconteceram no Estado de Mato Grosso. Ninguém ficou impune, nenhum crime ficou sem solução”, concluiu.

Dois envolvidos em homicídio no garimpo Juruena de Nova Bandeirantes são presos

Foto: Reprodução

KARINA CABRAL
POLÍCIA CIVIL - MT

A Polícia Civil prendeu, nesta terça-feira, 30, em Alta Floresta, dois homens, de 22 e 30 anos, suspeitos de envolvimento no homicídio de Anthony Esteban da Silva Pinto, 30 anos, ocorrido no Garimpo Juruena, em Nova Bandeirantes, no dia 13 de junho deste ano.

O primeiro preso foi o homem de 22 anos, que já era apontado como um dos autores do cri-

me e estava com mandado de prisão preventiva em aberto.

Porém, durante a diligência, a equipe localizou o homem de 30 anos na companhia do primeiro e na posse de pasta base e maconha. Diante disso, ele foi preso em flagrante por tráfico de drogas.

Já na Delegacia de Nova Bandeirantes, ao ser ouvido, ele confessou sua participação no homicídio de Anthony e teve sua prisão preventiva tam-

bém representada pela autoridade policial.

“Com as prisões de hoje, dois envolvidos no crime encontram-se sob custódia. As investigações apontam atuação de uma organização criminosa que mantém domínio sobre a região do garimpo, e prosseguem para identificação e captura dos demais envolvidos”, afirmou o delegado Matheus Oliveira.

Os investigados permanecem à disposição da Justiça.

**Os dois suspeitos foram presos em Alta Floresta**

Compre sua passagem da Itamarati pelo **Whatsapp**, de qualquer lugar, a qualquer hora e **SEM TAXAS**.

24HRS
(17) 99615-1506

Garanta mais vantagem com a compra antecipada!

Itamarati

CARLINDA está com inscrições abertas para o 3º Concurso do Maracujá

REPORTAGEM

MATO GROSSO DO NORTE

A Secretaria Municipal de Agricultura e Pecuária de Carlinda está com inscrições abertas para o 3º Concurso do Maracujá Mais Pesado, uma das atrações da 20ª Festa do Agricultor. A competição tem como objetivo valorizar o trabalho dos produtores rurais e incentivar a

produção da agricultura familiar no município.

A secretária municipal de Agricultura e Pecuária, Marilene Gomes, reforçou o convite para que os agricultores participem do concurso, destacando a importância da iniciativa para reconhecer o empenho dos produtores locais.

As inscrições são gratuitas e podem ser realizadas até no 3 de julho, diretamente na Secretaria Municipal de

Agricultura e Pecuária. Os organizadores orientam os participantes a prepararem seus melhores frutos para a competição.

AS INSCRIÇÕES SÃO GRATUITAS E PODEM SER REALIZADAS ATÉ NO DIA 3 DE JULHO

“Olá, agricultores e agricultoras, vem aí o 3º Concurso do Maracujá Mais Pesado do



Foto: Reprodução

Secretária Marilene reforça convite para as inscrições

município de Carlinda. Procure a Secretaria de Agricultura e faça sua inscrição. Sua participação é muito importante. Então não perca essa oportunidade. Prepare seu maracujá e venha participar!”, convida a secretária.

A 20ª Festa do Agricultor será realizada nos dias

24, 25 e 26 de julho de 2026, no Parque de Exposições de Carlinda. Tradicional na região, o evento terá entrada gratuita e contará com uma programação diversificada voltada para toda a família. A atração principal deste ano será o show do cantor Eduardo Costa.

Câmara de AF aprova Estatuto Municipal da Pessoa com TEA

ASSESSORIA

A Câmara Municipal de Alta Floresta aprovou por unanimidade, durante a 20ª Sessão Ordinária realizada na sexta-feira, 19, o Substitutivo ao Projeto de Lei que cria o Estatuto Municipal da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e institui a Política Municipal de Atendimento e Proteção dos direitos desse público.

De autoria do vereador Darli Luciano da Silva, a proposta estabelece diretrizes para inclusão social, acessibilidade e garantia de direitos das pessoas com TEA, além de fortalecer a atuação integrada das áreas de saúde, educação e assistência social no município.

Entre os pontos previstos estão a ampliação do acesso ao diagnóstico precoce, atendimentos multiprofissionais, terapias especializadas, apoio às famílias e ações de conscientização sobre o transtorno. Na área da educação, o estatuto garante atendimento especializado na rede municipal de ensino, com adaptações curriculares quando necessário, além de apoio pedagógico aos estudantes.

A proposta ainda prevê a possível criação da Carteira de Identificação da Pessoa com TEA (CIP-TEA) em âmbito municipal e a realização da Semana Municipal de Conscientização do Autismo, no período que inclui o dia 2 de abril. Com a aprovação em plenário, o projeto segue para sanção do Poder Executivo Municipal.

Projeto atualiza lei de horas-máquinas em Nova Monte Verde

REPORTAGEM

MATO GROSSO DO NORTE

O Poder Executivo de Nova Monte Verde encaminhou à Câmara Municipal, durante a 18ª Sessão Ordinária realizada na segunda-feira, 29, o Projeto de Lei com pedido de tramitação em regime de urgência. A proposta altera e acrescenta dispositivos à Lei Municipal que trata da prestação de serviços de horas-máquinas subsidiadas pelo município.

Segundo a administração municipal, o objetivo é atualizar a legislação vigente, ampliando a eficiência, a transparência e o alcance dos serviços, especialmente para produtores rurais atendidos por programas como o PMAAF e o PROCAF.

O prefeito Edemilson Marino destacou que as mudanças buscam modernizar os critérios e procedimentos para concessão dos serviços, adequando a norma às demandas atuais e fortalecendo o setor produtivo local, com impacto direto em mais de 80 famílias.

De acordo com o projeto, os agricultores familiares terão direito a um benefício de até duas horas de patrulamento sem custo. Para os

Foto: Reprodução



Prefeito Edemilson

demais produtores rurais, a proposta estabelece o valor de R\$ 350 por hora de serviço, como forma de manutenção e apoio à infraestrutura das propriedades.

“Estamos promovendo melhorias importantes na legislação para garantir que os serviços de horas-máquinas cheguem de forma mais eficiente a quem realmente precisa”, afirmou o prefeito.

A empresa **BÍDIO MADEIRAS LTDA** de CNPJ 03.143802/0001-49 torna público que requereu junto a Secretaria de Estado do Meio Ambiente a Renovação da Licença de Operação para continuar exercendo atividade de **SERRARIA SEM DESDOBRAMENTO DE MADEIRAS (BENEFICIAMENTO)** no município de Alta Floresta - MT. Não foi determinado EIA/RIMA.

AVISO DE REQUERIMENTO DE LICENÇAS AMBIENTAIS

A **Rafael Cizan Pappen**, pessoa física, inscrito no CPF nº 024.XXX.XXX-40, torna público que requereu junto à Secretaria de Estado de Meio Ambiente de Mato Grosso – SEMA/MT a Licença Prévia (LP), Licença de Instalação (LI) e Licença de Operação (LO) do Armazém de grãos denominado **Green Farm**, localizado na Zona Urbana do Município de Carlinda/MT, com coordenadas geográficas Latitude: 9°59'11.73"S e Longitude: 55°47'20.59"O.

A **Prefeitura Municipal de Terra Nova do Norte - MT**, CNPJ nº 01.978.212/0001-00, torna público que **requereu** junto a **SEMA** – Secretaria de Estadual de Meio Ambiente, a Licença Prévia (LP) e Licença de Instalação (LI), para a execução da obra de **pavimentação asfáltica** em Tratamento Superficial Duplo (TSD), **drenagem urbana** (superficial e profunda), **sinalização viária** e implantação de **passoio público** (calçadas), contemplando a Avenida dos Imigrantes (lado direito, lado esquerdo e Trecho 2 do lado esquerdo), Avenida Pastor Nilson Braga, Avenida Santo Afonso (lado direito, lado esquerdo – Trecho 1 e Trecho 2 do lado esquerdo), bem como as Rotatórias 1 e 2, localizadas na zona urbana do município de Terra Nova do Norte/MT.

A **Prefeitura Municipal de Terra Nova do Norte - MT**, CNPJ nº 01.978.212/0001-00, torna público que **requereu** junto a **SEMA** – Secretaria de Estadual de Meio Ambiente, a Licença Prévia (LP) e Licença de Instalação (LI), para a execução da obra de **pavimentação asfáltica** em Tratamento Superficial Duplo (TSD), **drenagem urbana** (superficial e profunda), **sinalização viária** e implantação de **passoio público** (calçadas), contemplando as Ruas VR 13B, Rua Dalila da Silva Goulart, Rua São João, Avenida VII C (lado “D” e “E”), Rua Ambava, Rua Espírito Santo, Rua Minas Gerais e Rua Teotônio Vilela, localizadas nos bairros Vista Alegre, Industrial I e Industrial II, na zona urbana do município de Terra Nova do Norte/MT.

A **Prefeitura Municipal de Terra Nova do Norte - MT**, CNPJ nº 01.978.212/0001-00, torna público que **requereu** junto a **SEMA** – Secretaria de Estadual de Meio Ambiente, a Licença Prévia (LP) e Licença de Instalação (LI), para a execução da obra de **pavimentação asfáltica** em Tratamento Superficial Duplo (TSD), **drenagem urbana** (superficial e profunda) e **sinalização viária**, contemplando a Rua Ambava, Rua Vereador Ataide Araújo, Rua Sebastião Brito, Rua Vereador Josi Sales, Rua Adília Vilela Louzada, Rua Rio de Janeiro – Trecho 1, Rua Rio de Janeiro – Trecho 2, Rua Nossa Senhora do Carmo, Rua 19 de Fevereiro, Rua São João – Trecho 1, Rua São João – Trecho 2 e Rua Ana Macari, localizadas na zona urbana do município de Terra Nova do Norte/MT.

Governo lança Plano Safra com R\$ 525,1 BILHÕES em crédito

REPORTAGEM
MATO GROSSO DO NORTE

O Governo do Brasil lançou, nesta terça-feira, 30, o Plano Safra 2026/2027 voltado à agricultura empresarial, com volume recorde de R\$ 525,1 bilhões em crédito para médios e grandes produtores rurais. O valor representa um acréscimo de R\$ 9 bilhões em relação à safra anterior.

Com o slogan "Crédito que fortalece o campo. Campo que alimenta o mundo", o programa reúne linhas de financiamento, incentivos e instrumentos de política agrícola destinados a fortalecer a produção agropecuária em todo o país.

Do total anunciado, R\$ 384,9 bilhões serão destinados

ao custeio e à comercialização da produção, garantindo recursos para despesas essenciais da atividade agropecuária, como aquisição de insumos, condução das lavouras, manutenção dos rebanhos e escoamento da produção.

PLANO SAFRA 2026/2027 PREVÊ R\$ 525,1 BILHÕES EM CRÉDITO PARA MÉDIOS E GRANDES PRODUTORES, COM FOCO EM CUSTEIO, INVESTIMENTOS E MODERNIZAÇÃO DO SETOR AGROPECUÁRIO

Outros R\$ 140,2 bilhões serão aplicados em investimentos, com foco na modernização produtiva, ampliação da capacidade de

armazenagem, irrigação, inovação tecnológica, renovação de máquinas e equipamentos e aumento da eficiência no campo.

Durante o lançamento, o presidente da República em exercício, Geraldo Alckmin, destacou o papel do Brasil no cenário mundial da produção de alimentos e ressaltou a importância do novo Plano Safra.

"Há 60 anos, o Brasil era importador de alimentos. Hoje é o maior exportador de alimentos do mundo. Nós estamos entre os quatro maiores produtores do mundo e somos o primeiro em exportação de alimentos. A alimentação é um ato de paz e o Brasil é o grande celeiro do mundo", afirmou.

Alckmin também destacou que o novo plano traz o maior volume de recur-



Plano Safra foi lançado com R\$ 9 bilhões de acréscimo

sos da história e redução nas taxas de juros para o setor produtivo, com o objetivo de ampliar o acesso ao crédito rural e estimular o

crescimento da produção agropecuária.

"Esse era o objetivo, aumentar o Plano Safra e reduzir os juros", completou.



PROCESSO SELETIVO 2026/2

Início das Aulas: 20/07/26

PRESENCIAIS:

- Ciências Contábeis
- Direito
- Enfermagem
- Psicologia
- Veterinária

EAD:

- Administração
- Recursos Humanos
- Ciências Contábeis

Inscrições Gratuitas:

 (66) 3512-3300

WWW.UNIFLOR.EDU.BR

* Bolsas de até

40

%

* Conforme Edital 2026/2