

Chico 2000 articula reconhecimento de ONG de proteção aos animais?

Página 3

Seminário das Relações Étnico-raciais de Várzea Grande teve participação de secretária do Ministério da Educação

Página 11

# Revelar

Jornal jovem

Mato Grosso, 01 a 15 de dezembro de 2023 | Email: noveen.comercial@gmail.com | Ano 02 - Edição 30

## CUIABÁ

**PRIMEIRA-DAMA ALERTA QUE GARCIA É O ÚNICO PRÉ-CANDIDATO DIFERENTE DE EMANUEL PINHEIRO PARA PREFEITURA**

Ao observar a análise do cientista político, Vinícius de Carvalho, em relação à pré-candidatura do deputado federal Fábio Garcia (UB), a prefeitura de Cuiabá, a primeira-dama do estado, Virgínia Mendes endossou a avaliação do profissional em suas redes sociais, e destacou que o deputado é realmente o mais preparado. **PÁGINA 8**

**VEREADOR LEMBRA QUE SE AVIÃO CAIR TEM QUE SER EM CUIABÁ, PORQUE VG É DESPROVIDA**

**LOVE BOMBING:**

**o que é, quais os sinais e como sair dele**

PÁGINA 10

Em sessão o vereador por Várzea Grande, Clayton Nassar den Guerra (MDB), conhecido por Sardinha, mandou recado a um deputado federal, sem citar nome, para que mande dinheiro para o município de Várzea Grande. **PÁGINA 9**

## Editorial

-À medida em que o fim do ano se aproxima, com o Natal ao alcance dos olhos, paira sobre muitos de nós a tentação de olhar para o que fizemos e vimos nesses meses todos. E, não raro, caímos na esparrela de contabilizar os erros, as mancas, as oportunidades perdidas. O que é um equívoco enorme.

Cada etapa da nossa vida tem, naturalmente, suas dores. Faz parte. E à medida em que os anos passam, vamos aprendendo que a melhor preparação para retomar a caminhada, para iniciar um novo ano, para comemorar o Natal de bom humor, é saber valorizar e alegrar-se com as conquistas, ainda que aparentemente pequenas. Reconhecer, na história recente, o fato inegável de que conseguimos chegar até aqui. E que o que vivemos nos dá melhores condições de

enfrentar o que virá.

Folheando este nosso O Município encontramos registros de alguns eventos culturais de grande beleza e significado que justamente marcam o final do ano. Escolas de dança, por exemplo, fazem seus espetáculos de conclusão do período. Neles as alunas e os alunos mostram, para familiares e convidados, o aperfeiçoamento de suas técnicas, conseguido ao longo de um ano de trabalho.

Que ideia interessante: o final do ano como oportunidade de fazer um balanço festivo do progresso, dos avanços, por menores que tenham sido, revisitar o que aprendemos dia após dia. Viver é um evento cultural em que somos os protagonistas. Nem sempre concorreremos ao Oscar, ou

ganhamos na loteria, mas estamos sempre aprendendo e ensinando, um passo de cada vez.

Se, no final do ano, conseguimos trancar o pessimismo numa gaveta (ainda que apenas por uns dias), conseguiremos também fazer uma festa de encerramento desta etapa com um grande show de alegria íntima, identificando os novos passos que conseguimos executar, demonstrando nossa sensibilidade aos compassos da música da vida, flutuando leves, sorriso nos lábios, em rodopios cheios de graça, porque estamos vivos, porque não nos deixamos abater, porque ainda conseguimos ver a beleza dessas festas, dessas músicas e encontramos, nesse clima, o ânimo, a coragem e a força que achávamos que estavam perdidos. **Boa leitura**

## PENSE NISSO

## CAFEÍNA PODE PREJUDICAR CAPACIDADE DE APRENDIZADO DO CÉREBRO

Se você é daqueles que não se mantém de pé sem algumas xícaras de café, precisa estar ciente de uma nova descoberta sobre os efeitos da bebida.

Pesquisadores do Centro de Pesquisa e Neuromodulação do Hospital Butler, de Rhode Island, nos Estados Unidos, sugerem que o consumo excessivo de café pode levar a uma diminuição da capacidade de armazenar memórias e aprender conteúdos.

A pesquisa foi realizada com 20 voluntários – no grupo havia pessoas que consumiam bebidas com cafeína regularmente (de uma a cinco doses diárias) e outras que raramente tomavam estimulantes com cafeína.

Para verificarem os efeitos do café no cérebro, os pesquisadores submeteram os voluntários a um processo de estimulação magnética cerebral chamado EMTr – a técnica simula o que acontece no cérebro quando a pessoa está aprendendo algo novo.

## IMAGENS CEREBRAIS

O mapeamento das imagens cerebrais mostrou que as pessoas que consumiam maior quantidade de cafeína tinham menos atividade cerebral na área relacionada à aprendizagem e à fixação de novas memórias.

Apesar do número de participantes

do estudo ser pequeno, a descoberta chamou atenção porque bate de frente com propriedades do café descritas pela ciência e comprovadas pela experiência prática: a de que a bebida seria uma aliada dos estudos por proporcionar atenção e o foco.

O café bloqueia a adenosina – uma substância que ajuda o cérebro a reconhecer o sono –, e é por isso que a bebida nos deixa mais alerta e focados. A hipótese dos pesquisadores é que o bloqueio de adenosina também afeta um processo chamado potenciação de longo prazo, que é a maneira como as células neuronais se comunicam entre si.

## COMUNICAÇÃO ENTRE AS CÉLULAS

A potenciação de longo prazo (capacidade de comunicação entre as células neurais) é fundamental para o cérebro receber novas informações e adaptar-se. Os autores reconhecem as limitações da pesquisa, mas lembram que é importante estudar esse assunto.

“Estes dados preliminares destacam a necessidade de testar diretamente os efeitos da cafeína em estudos prospectivos bem fundamentados, porque, em teoria, sugerem que o uso crônico de cafeína pode limitar a aprendizagem ou a plasticidade”, escreveram no artigo publicado. Metropoles

## TRISTE REALIDADE

## Entenda a relação entre déficit de atenção e ansiedade em adultos

Quando falamos de déficit de atenção, é comum as pessoas relacionarem com o Transtorno do Déficit de Atenção (TDAH). Mas, apesar da associação, pouco se fala que o déficit de atenção em adultos possui outras causas e que, raramente, está relacionado ao TDAH.

"Isso porque o TDAH é um transtorno do desenvolvimento do cérebro da criança em que ocorrem defeitos na regulação da atenção e geralmente trata-se de um quadro que evolui satisfatoriamente com o envelhecimento e em parte dos casos desaparece na vida adulta", explica a neuropsicóloga Tammy Marchiori, com formação em neurociência pela Harvard e especialização em Terapia Cognitiva pelo Beck Institute.

Causas do déficit de atenção em adultos

Segundo Tammy Marchiori, no adulto, geralmente, o déficit de atenção é causado por outras condições, como ansiedade ou estresse, que podem piorar com os tratamentos medicamentosos convencionais para TDAH. "Os ansiosos podem apresentar desatenção devido ao fato de o cérebro estar intensamente preocupado e hipervigilante. É como um alarme interno tocando o tempo todo dificultando que a pessoa relaxe e se concentre em outras atividades", diz a especialista.

Sintomas da ansiedade são confundidos com TDAH

Os sintomas da ansiedade podem ser confundidos com os sintomas do TDAH, no entanto, a ansiedade tem o seu próprio conjunto de sinais e, inclusive, pode fazer parte da predicação do TDAH. Entre os sintomas da ansiedade, a neuropsicóloga destaca:

- Alto grau de insegurança;**
- Medo;**
- Preocupação;**
- Vivem em alerta e preparados para o pior;**
- Fisicamente apresentam aumento de adrenalina e taquicardia;**
- Sudorese;**
- Tremor;**
- Mal-estar no abdômen.**
- Cuidado com o autodiagnóstico.**

A especialista alerta sobre o cuidado ao buscar escalas autoaplicáveis na internet em que a própria pessoa identifica os sintomas e existe uma sugestão de diagnóstico. "Isso porque pode não ser TDAH e, muito provavelmente, se tratará de outras condições que também cursam com desatenção. Os tratamentos mais comuns para TDAH são com medicamentos estimulantes do sistema nervoso central e que podem piorar a agitação e a ansiedade", alerta a profissional. Terra

# TENDÊNCIAS PEDAGÓGICAS

PARA FICAR DE OLHO EM

# 2024



O ano letivo de 2023 está acabando e, com isso, é hora de reavaliar se as estratégias traçadas para este período alcançaram o seu objetivo. E mais, traçar novos planos de aprendizagem para 2024, visando as modificações no ensino motivadas pela tecnologia e inovação que, segundo Christine Lourenço, diretora pedagógica do Grupo Salta Educação (escola de educação básica brasileira), serão a base para as tendências

pedagógicas no próximo ano. "A (re)configuração do Novo Ensino Médio e a integração de tecnologias inovadoras sinalizam uma transformação profunda na forma como concebemos e implementamos a educação, preparando os alunos para um futuro cada vez mais complexo e dinâmico", afirma a especialista, que destaca os 5 temas que serão destaque no sistema de ensino no próximo ano. Confira!

espera-se uma consolidação desses modelos, proporcionando flexibilidade aos alunos e educadores. As instituições estão buscando estratégias que permitam a integração eficiente dessas modalidades, visando oferecer experiências de aprendizagem mais dinâmicas e adaptáveis.

bre a organização curricular dos itinerários formativos e do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Essa reconfiguração visa alinhar o currículo às demandas contemporâneas, preparando os alunos de maneira mais eficaz para os desafios do ensino superior e do mercado de trabalho.

## 1. ANÁLISE DE DADOS

Uma das tendências que deve crescer em 2024 é a personalização do ensino, impulsionada pela análise de dados. Instituições educacionais estão utilizando tecnologias de Inteligência Artificial (IA) para avaliar o desempenho individual dos alunos. Essa abordagem permite adaptar o conteúdo de ensino de acordo com as necessidades específicas de cada estudante, proporcionando uma aprendizagem mais eficaz e personalizada.

taque no próximo ano, indo além do desenvolvimento acadêmico. As escolas estão cada vez mais comprometidas em cultivar habilidades socioemocionais, éticas e cidadãs. O foco não se limita apenas à transmissão de conhecimentos, mas também à preparação dos estudantes para enfrentar desafios do mundo real, pro-

movendo uma educação mais abrangente e holística.

## 3. MODELO HÍBRIDO

A pandemia acelerou a adoção de modelos híbridos, combinando o ensino presencial e online. Em 2024,

## 4. RECONFIGURAÇÃO DO NOVO ENSINO MÉDIO

A reconfiguração do Novo Ensino Médio emerge como um desafio crucial para 2024. Christine Lourenço destaca a importância das iminentes orientações mais precisas so-

## 5. INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL (IA)

A inteligência artificial permeia não apenas a sala de aula, mas também a gestão educacional. Sistemas baseados em IA auxiliam na otimização de processos administrativos, proporcionando uma gestão mais eficiente e transparente. Além disso, esse tipo de tecnologia continua a desempenhar um papel crucial na personalização do ensino, adaptando-se às necessidades individuais dos alunos.

## 2. FORMAÇÃO INTEGRAL

A formação integral dos alunos ganha des-



# VIRGINIA MENDES COMPARTILHA EXPERIÊNCIAS DE PROGRAMAS SUSTENTÁVEIS NA COP

A primeira-dama de Mato Grosso, Virginia Mendes, voluntária do governo estadual na Unidade de Ações Sociais e Atenção à Família (Unaf), marcará presença na COP-28 em Dubai, nos Emirados Árabes, assumindo papel de destaque como representante do Estado da região Centro-Oeste do Brasil.

Ao lado da secretária de Estado de Assistência Social e Cidadania (Setasc), Grasielle Bugalho, Virginia Mendes terá o privilégio de participar do evento, marcando uma histórica primeira vez em que uma primeira-dama do Estado leva projetos além das fronteiras.

Além da apresentação dos programas sociais SER Família Mulher e SER Família Indígena, Virginia se reunirá com a embaixatriz da Síria, Cláudia J. Barenco Abbas, e mulheres empreendedoras do mundo árabe, com a participação da senhora Farida Kamber AlAwadhi, presidente do Conselho de Mulheres de Negócios dos Emirados



Árabes, e demais convidados da delegação.

O evento está agendado para ocorrer no Futuro Centro de Mobilidade Supercool Dubai, Torre Uptown, 10º Andar, no dia 4 de dezembro, às 16h30 (Dubai) e às 09h30 (MT-Brasil).

A participação da primeira-dama na COP-28 visa não apenas compartilhar experiências valiosas e aprendizados acumulados ao longo da atuação de voluntária no Governo do Estado, mas também posicionar Mato Grosso no centro das discussões globais sobre sustentabilidade.

A agenda incluirá uma apresentação detalhada sobre como os programas SER Família Mulher e SER Família Indígena podem contribuir de maneira significativa para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU.

"Esses programas não apenas respondem a desafios imediatos, mas representam uma visão audaciosa para um futuro genuinamente sustentável. Em Mato Grosso, a verdadeira prosperidade só é alcançada quando há zelo tanto pelas pessoas quanto pelo

planeta", enfatiza a primeira-dama.

Virginia Mendes também ressalta que os inovadores programas SER Família Mulher e SER Família Indígena foram concebidos em total alinhamento com o compromisso contínuo do Estado em transformar vidas e promover a sustentabilidade. Mato Grosso possui três biomas: Amazônia, Cerrado e Pantanal. "É preciso reconhecer e abraçar a importância de integrar a sustentabilidade em cada projeto", destaca Virginia Mendes.

No cerne do SER Família Mulher, a primeira-dama busca fortalecer e empoderar as mulheres, reconhecendo seu papel crucial e vital na sociedade. Já o SER Família Indígena, de forma respeitosa, visa honrar as ricas tradições das comunidades indígenas, promovendo o desenvolvimento sustentável e a preservação de suas culturas ancestrais.

A primeira-dama expressa sua profunda gratidão pela oportunidade de representar Mato Grosso nesse cenário internacional. "Estou ansiosa pela chance de contribuir de maneira construtiva para a agenda global de sustentabilidade", afirma.

## Estudantes usam recursos da robótica educacional para promover gestão sustentável de resíduos

Estudantes do Ensino Médio da Escola Estadual Silvestre Gomes Jardim, em Rondonópolis, promoveram uma experiência tecnológica na 5ª Mostra Científica: "Eu, Cientista", visando a conscientização e promoção da gestão sustentável de resíduos. Eles utilizaram protótipos do programa de robótica educacional para desenvolver uma esteira seletora de lixo doméstico.

Com orientação do docente Gustavo Bessa, a criação teve como objetivo automatizar a separação de materiais recicláveis e orgânicos. "Com essa abordagem, contribuíram para a gestão sustentável de resíduos e promoveram uma experiência educacional prática e aplicável através da abordagem Steam", comentou Gustavo.

Para secretário de Estado da Educação, Alan Porto, feiras como essa visam incentivar os estudantes a documentar suas ideias e explicar as soluções encontradas com o programa, que poderão ser utilizadas em toda a vida acadêmica e na carreira profissional.

Os estudantes exploraram os sensores de cores para programar a seleção dos materiais que percorrem a esteira até o compartimento de descarte do resíduo. "Eles fizeram uma bela apresentação, enfatizando a preocupação com o meio ambiente e com um mundo mais sustentável", completou a orientadora do programa, Juliane Mascarenhas.

### EXTENSÃO DE MATEMÁTICA

Nas aulas de robótica, o programa incorpora o desenvolvimento de habilidades matemáticas e explora temas relacionados à produção industrial.

A montagem do protótipo é resultado dos ensinamentos dados em sala de aula com o caderno de atividades do programa que trata da Revolução Industrial, uma importante etapa para o desenvolvimento industrial com a ampliação do uso de



robôs. A esteira é o produto mais conhecido. No entanto, uma ampla variedade de sistemas de transportes foi desenvolvida para mover todos os tipos de objetos de forma eficiente.

"Com o programa SimRobótica, os estudantes aprendem muito mais do que tecnologia. Eles têm a oportunidade de desenvolver competências e habilidades essenciais para o seu desenvolvimento pessoal e profissional", ressalta o secretário Alan Porto.

As aulas do programa estão alinhadas à Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Estimulam o pensamento computacional e o aprimoramento de habilidades e competências importantes para desenvolvimento humano e tecnológico, por meio de uma metodologia ativa alinhada à abordagem Steam, que utiliza os conjuntos educacionais da Lego Education.

# CHICO 2000 ARTICULA RECONHECIMENTO DE ONG DE PROTEÇÃO AOS ANIMAIS

Com 20 votos favoráveis, o Plenário da Câmara Municipal de Cuiabá aprovou em 1ª votação o Projeto de Lei nº 99/2023, que declara de Utilidade Pública da Associação Luta e União dos Amigos para Animais de Risco (Lunnar). A proposta é de autoria do presidente Chico 2000 (PL).

O texto trata da entidade sem fins lucrativos que passa a ser declarada de utilidade pública na forma de Organização não governamental (ONG), constituído por tempo indeterminado com a finalidade de relevância pública e social, proporcionando cuidados aos animais resgatados em situação de risco e abandono e colocá-

-los em adoção responsável. Desta forma, acompanhando o cumprimento de todas as leis, decretos, portarias, regulamentos federais, estaduais e municipais existentes e que venham a existir e que tratem sobre a proteção dos animais.

Assim, a Lunnar poderá criar ou promover campanhas e eventos com o objetivo de estimular o amor e o respeito aos animais, apoiando e assistindo a abrigos e ONGs que acolham animais abandonados.

“Para realização dos objetivos acima indicados, a associação poderá realizar bazares, feiras, bem como realizar convênios, contratos,

acordos e termos de parceria com empresas privadas, empresas públicas e de economia mista, bem como com órgãos públicos, organizações, fundações, entidades de Classe, outras associações e instituições financeiras públicas ou privadas. Desde que o pacto não implique em sua subordinação ou vinculação a compromissos e interesses conflitantes com os objetivos da associação, nem arrisquem sua dependência”, justificou o vereador na proposta.

**PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE CUIABÁ, CHICO 2000**



## 4 DICAS PARA REDUZIR O ESTRESSE NO TRABALHO NO FIM DE ANO

Segundo a Universidade da Califórnia, os trabalhadores felizes são 31% mais produtivos, três vezes mais criativos e vendem 37% mais. No entanto, a especialista em governança corporativa Roberta Castro afirma que, durante o fim de ano, o estresse pode ser um pouco maior. Nesse sentido, é importante criar ações que façam com que os funcionários mantenham o equilíbrio e o bem-estar.

"Com as festas de fim de ano, recesso, férias escolares, entre outros afazeres, são tantas situações de estresse que antecipar-se e promover um ambiente profissional saudável transformarão os resultados e entregas dos funcionários", explica.

Ainda segundo a especialista, "quando o foco se divide entre os interesses pessoais e profissionais, alimentado por uma cultura empresarial de equilíbrio quanto a bater metas e ao bem-estar emocional, todos os colaboradores tendem a se dedicar e trabalhar com mais ânimo e, conseqüentemente, com mais produtividade".

Por isso, a seguir, Roberta Castro cita algumas dicas de como transformar o ambiente e aliviar o estresse do fim de ano. Confira!

### 1. SEJA UM EXEMPLO

Um bom líder é extremamente participativo, e não impositivo. Tente entender com seus funcionários o que está acontecendo e como pode ajudar. Não é porque você tem 10, 15, 20 funcionários que não pode "colocar a mão na massa", sinalizando inclusão.

### 2. DÊ VOZ AOS SEUS FUNCIONÁRIOS

Essa é uma opção que vai facilitar o processo de comunicação dentro da sua empresa. A ideia é estimular a resolução de problemas ou conflitos a partir de ideias de colaboradores, fazendo com que eles se sintam parte integrante e colaborativa da empresa.

### 3. CRIE MOMENTOS DE DESCONTRAÇÃO

É uma forma de tornar humanas as relações de trabalho, valorizando o colaborador e dando um momento de respiro, por meio de atividades de lazeres identitárias à cultura empresarial.

### 4. ESTIMULE A PARCERIA ENTRE SEUS FUNCIONÁRIOS

Uma das primeiras regras para nutrir em seu colaborador é que ninguém faz nada sozinho. Portanto, estimule interações entre a equipe, visando engajar as pessoas e impulsionar um ambiente corporativo alinhado a princípios éticos, transparentes e eficientes. Fonte: Terra





## BANDA DE ESCOLA ESTADUAL CONQUISTA 1º LUGAR EM QUATRO CATEGORIAS DE CONCURSO NO RJ

A banda da Escola Estadual André Avelino Ribeiro, em Cuiabá, ganhou 11 prêmios no 3º Concurso de Bandas e Fanfarras, realizado em Silva Jardim, no Rio de Janeiro. Os estudantes participaram da competição nos dias 25 a 26 de novembro, com ajuda do Governo do Estado, que custeou a viagem.

Na categoria Banda de Percussão Sinfônica, o corpo musical conquistou o 1º lugar na Linha de Frente (coletivo) e Balizador (individual); 2º lugar Comandante Mor (individual) e 3º lugar na Regência (individual) e no Corpo Musical (coletivo).

Já na categoria Banda Marcial, a banda ficou em 1º lugar na Linha de Frente (coletivo) e Balizador (individual), em 2º lugar na Regência (individual) e no Corpo Coreográfico (coletivo) e, em 3º lugar, no Comandante Mor (individual) e no Corpo Musical (coletivo).

A importância da conquista é definida como indescritível pela estudante Ana Clara, 18 anos, do 3º ano do ensino médio. “Não tenho palavras para definir o que sinto com essa vitória de 1º lugar na Linha de frente e, especialmente, com a viagem. A Seduc nos proporcionou mostrar a nossa qualidade musical e nos presenteou

com uma experiência indescritível”, afirmou.

Para o secretário de Estado de Educação, Alan Porto, essas premiações são fruto do trabalho árduo e do comprometimento dos estudantes, dos professores, coordenação pedagógica e da gestão escolar. “Tudo começa com o apoio irrestrito da Seduc, dos instrumentos musicais de qualidade e, sobretudo, do Projeto Educarte”.

Através do aprendizado de instrumentos de percussão e sopro, os estudantes se dedicam à leitura de partituras, à técnica instrumental e à performance musical coletiva. “Além disso, o corpo coreográfico adiciona uma dimensão artística à banda, com movimentos sincronizados que complementam as sonoridades da percussão e dos instrumentos de sopro. Tudo isso contribui de forma impressionante no ensino-aprendizagem, na cultura de paz na escola e no desenvolvimento sociais dos estudantes”.

Ele disse que as conquistas da Banda da Escola Estadual André Avelino mostram a importância de incentivar a participação dos estudantes em eventos que contribuem para o desenvolvimento artístico e cultural dos jovens. “As ações artísticas-pedagógicas de-

envolvidas nas escolas da rede fazem parte das políticas do Plano Educação 10 anos. Através do Projeto Educarte, fomenta o ensino e a aprendizagem de música nas escolas, em especial de bandas e fanfarras”.

O Educarte se modela na valorização da estética, da sensibilidade, da cultura e dos valores artísticos pertinentes ao capital cultural dos estudantes. Isso proporciona um ambiente escolar acolhedor e um forte sentimento de pertencimento a todos os atores envolvidos na educação. Já são 105 unidades escolares em plena atividade artístico-pedagógica em Projeto Educarte e, com isso, a Seduc reforça o compromisso de incentivar e apoiar a prática musical nas escolas, valorizando o talento e a dedicação dos jovens músicos de Mato Grosso.

Na avaliação do regente da banda, professor Lueder Bruno, o resultado é um exemplo de como a música e o trabalho em equipe podem transformar vidas e proporcionar oportunidades de crescimento e reconhecimento.

“Parabéns, primeiramente, ao governador Mauro Mendes e ao secretário de Educação, Alan Porto, por acreditarem e investirem tanto nos nossos estudantes. Parabéns à banda

por essa conquista notável e por representar tão bem Mato Grosso. Que essa vitória seja apenas o começo de uma trajetória de sucesso e realizações para esses talentosos estudantes”, disse.

A viagem à cidade de Silva Jardim teve o apoio da Seduc, com logística e recurso financeiro para que representasse a Rede Estadual de Ensino no evento nacional. Na avaliação do coordenador do Projeto Educarte, professor Alex Teixeira, é apenas o começo de muito mais conquistas. “A Seduc está entregando novos instrumentos às escolas que vão contribuir com abertura de mais vagas nas bandas e deixa-las mais equipadas para o 1º Festival de Bandas e Fanfarras que a Seduc está planejando para acontecer em 2024”, revelou.

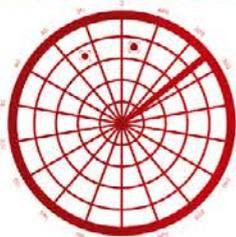
Em setembro, a banda da ‘André Avelino’ foi campeã da 7ª Copa Centro-Oeste de Bandas e Fanfarras, em Sorriso, distante 369 quilômetros ao norte de Cuiabá, conquistando vários troféus: 1º lugar Corpo Musical de banda marcial, 1º lugar Corpo Musical de Grupo de Percussão Sinfônico, 2º lugar de Regência, 3º lugar de Corpo Coreográfico, 2º lugar de Baliza e o 3º lugar de Comandante Mór.

# O GOVERNO DE MATO GROSSO TRABALHA FORTE E INVESTE PESADO PARA COMBATER AS QUEIMADAS E O DESMATAMENTO ILEGAL

Aqui é tolerância zero para quem comete esses crimes. A vigilância é feita por satélites de última geração, e nada vai passar despercebido. Tem multa pesada e embargo de propriedade.



**TOLERÂNCIA  
ZER**



Denuncie:

**0800 065 3838 e 193**



**Governo de  
Mato  
Grosso**

# CUIABÁ

## PRIMEIRA-DAMA ALERTA QUE GARCIA É O ÚNICO PRÉ-CANDIDATO DIFERENTE DE EMANUEL PINHEIRO PARA PREFEITURA



Ao observar a análise do cientista político, Vinícius de Carvalho, em relação à pré-candidatura do deputado federal Fábio Garcia (UB), a prefeitura de Cuiabá, a primeira-dama do estado, Virgínia Mendes endossou a avaliação do profissional em suas redes sociais, e destacou que o deputado é realmente o mais preparado.

"O perfil dos outros candidatos é o mesmo do Emanuel: populista, clientelista e esse perfil está fragilizado. Diferente de outros políticos, Fábio não é alguém sem capital político próprio como tentam pregar nele. Ele é o deputado federal mais votado entre os eleitos de Mato Grosso, com 98 mil votos, ex-senador, presidente de comissão no Congresso, duas universidades, enfim de longe o mais preparado", disse Virginia Mendes.

**PRIMEIRA-DAMA DO ESTADO, VIRGINIA MENDES**

## Mendes diz que decisão de sair do União cabe somente ao Botelho

O governador do Estado e presidente do União Brasil Mato Grosso, o Mauro Mendes disse que decisão do deputado estadual, Eduardo Botelho sobre deixar o partido, cabe apenas ao parlamentar. "É ele que tem que dizer se vai sair ou não, não sou eu", disse o governador sobre a eventual saída de Botelho do União.

Mendes também destacou que este é um assunto que deve ser debatido na sigla, não pela imprensa. "Conversamos sobre isso, sim. Mas a conversa é entre eu o Botelho e as pessoas que estiveram na reunião. Eu não vou tratar sobre esse assunto pela imprensa", pontuou ele que destacou:

"Não tratarei desse assunto mandando recado para ele, ou recebendo recado. Política se faz olho a olho, corpo a corpo, com argumentos que podem ser colocados a mesa", completou.



## ENTENDA:

O deputado Estadual, Eduardo Botelho disputa internamente com o deputado federal, Fábio Garcia preferência para disputar ao cargo para prefeitura de Cuiabá. Com isso, aguarda decisão partidária para decidir se migra ou não de sigla.

# VEREADOR LEMBRA QUE SE AVIÃO CAIR TEM QUE SER EM CUIABÁ, PORQUE VÁRZEA GRANDE É DESPROVIDA



Em sessão nesta manhã de terça-feira(28), o vereador por Várzea Grande, Clayton Nassarden Guerra (MDB), conhecido por Sardinha, mandou recado a um deputado federal, sem citar nome, para que mande dinheiro para Várzea Grande, ao invés de tecer críticas ao município.

“O senhor tem aqui uma birra com o vereador Sardinha, manda (emenda) pra calar a minha boca, manda dinheiro no próximo ano pra fazer um IML pra nós, manda dinheiro no próximo ano pra fazer delegacia pra essas mulheres sem assistência, manda também um pouquinho de recurso, briga aí pra que nós possamos construir mais casas pra essas pessoas terem direito. E o senhor tá lá sentado no congresso federal

olhando pra Várzea Grande pra fazer críticas, e eu tenho que falar uma besteira aqui pra que a Várzea Grande seja ouvida”, disparou o vereador.

Referindo se a sessão da semana passada, o vereador disse que suas falas foram distorcidas no que se referiu a mudança do aeroporto de Várzea Grande.

“Mas teve uma fala minha na sessão passada, na qual eu disse que Várzea Grande não tem nada, não tem esse benefício, mas tem o aeroporto. Se quisesse mudar o aeroporto para a Prainha, podia mudar o aeroporto para lá. E se por ventura viesse a cair algum avião, não que eu desejei que caísse o avião, se viesse cair, que caísse em Cuiabá, porque Várzea Grande está desprovida de tudo”, reafirmou o que já

havia dito.

O vereador associou a falta de IML e delegacia das mulheres e a falta de estrutura do município, quanto a esse tipo de assistencialismo, como as já bandeiras levantadas pelas parlamentares da casa.

“A Várzea Grande, não tem delegacia das mulheres, nem muito menos IML. É bem claro, o verdadeiro Sardinha é honesto nesse ponto. Isso não é uma bandeira minha. Isso é uma bandeira de vereadoras Giza Barros, vereadora Eucaris, vereadora Rosy Prado, que representa as mulheres nessa casa e representa muito bem. E constantemente vem brigando com relação a isso aí”, afirmou o parlamentar.

## Vereador garante que grupo segue com Kalil e descarta CPI do DAE

O vereador por Várzea Grande, Pablo Pereira (UB), garantiu que grupo está alinhado com o prefeito Kalil Baracat (MDB) para as eleições. No entanto, questionado sobre a possibilidade do retorno da ex-prefeita Lucimar Campos (UB) voltar ao cenário político, ele acredita que a cúpula deve seguir com o emedebista, já que não teve nenhuma outra tratativa que inclua outra candidatura.

“Nós estamos aliados ao Kalil (prefeito de Várzea Grande, vamos juntos com ele, acho que 99% já definido que o União Brasil vai apoiá-lo, vai apoiar o MDB na reeleição. Nunca se tratou de lá de vice, de uma even-

tual candidatura de dona Lucimar ou de qualquer integrante do partido que seja. A gente tá ali pronto para colaborar, estamos alinhando as coisas para que a partir do ano que vem iniciar todo o projeto político de reeleição do Kalil”, disse o parlamentar.

O partido realizará nesta quinta-feira a convecção e contará com antigos e novos correligionários. “Estamos com um comissão provisória, filiando os novos adeptos ao partido, regularizando a situação dos antigos, e esse grande ato no dia 30, às 19h30, no hotel Hits, é pra isso, pra chamar os correligionários, o pessoal antigo do nosso partido e os novos também



integrantes que queiram integrar o União Brasil para que a gente faça essa filiação e aí dar início a formação de chapa de vereadores e as outras tratativas políticas”, afirmou Pablo.

**CPI DO DAE** - Pablo também falou que não há fatos concretos para que se crie uma CPI do DAE, um dos principais conflitos de Várzea

Grande quanto a falta generalizada de água.

“Como me posicionei antes e estou pronto para apoiar caso haja os pressupostos legais de admissibilidade, caso haja uma prova plausível para iniciarmos essa CPI. O que a gente tem hoje são apenas falácias, denúncias vazias, sem

qualquer indícios de materialidade, prova de autoria. Então não como a gente abrir uma CPI, sem esse pressupostos legais aí, porque senão seria perda de tempo, seria abrir a toa. Então assim que a gente tiver algo que embase uma denúncia, a gente vai abrir e eu sou apoiador disso”, concluiu o vereador.

WWW.

ENTRE EM CONTATO CONOSCO



.com.br

Com nossas soluções você potencializa o sucesso da seu negócio. Simplifique a gestão da sua empresa, invista em tecnologia e aumente seu faturamento. Ligue ou mande um e-mail que um de nossos especialistas entrará em contato.

RUA GOIAS S/N, NOVA VÁRZEA GRANDE, CIDADE VÁRZEA GRANDE

NOVEEN.COMERCIAL@GMAIL.COM | FONE: (65) 9 9665-8746

# LOVE BOMBING:

## o que é, quais os sinais e como sair dele



Seu novo relacionamento se desenrola como um conto de fadas enquanto seu parceiro lhe dá presentes, elogios, carinho e promessas de um futuro juntos. Então, de repente, tudo muda. Onde seu parceiro antes era atencioso e cuidadoso, agora está distante, frio e até mesmo malvado. E você fica se perguntando se os sentimentos deles foram genuínos. Como você identifica o love bombing em um relacionamento? No início, você não consegue.

O que é love bombing?

Love bombing (ou bombardeio de amor, em tradução livre) é um método de manipulação emocional que muitas vezes aponta para o início de um relacionamento doentio, tóxico ou abusivo. Alguém que usa essa tática geralmente o faz para ganhar rapidamente os benefícios de um parceiro em potencial, para que possa controlá-lo com mais rapidez e facilidade. Aqueles que "bombardeiam amor" para parceiros em potencial geralmente apresentam traços narcisistas.

Essas pessoas costumam possuir os seguintes atributos:

Estar preocupada com seus próprios desejos e necessidades.

Ter um senso de arrogância e superioridade.

Demonstrar impaciência com pessoas e situações que considera sem importância.

Manipular e usar gaslighting (fazer os outros duvidarem de si mesmos) para conseguir o que desejam.

Esse bombardeio amoroso faz você se sentir bem consigo mesmo, com seu relacionamento e com seu futuro com o parceiro, que usa esse estágio - geralmente no início da relação - para derrubar suas defesas e encontrar maneiras de exercer controle sobre o relacionamento, exercendo, em última análise, controle sobre você.

### QUAIS SÃO OS SINAIS DE LOVE BOMBING?

Se está sendo "bombardeado", os sinais podem ser mais perceptíveis para os outros do que para você. Isso porque, nesta fase, você se sente especial, compreendido e visto pelo seu parceiro. Enquanto isso, amigos e familiares podem temer que seu novo interesse amoroso esteja se movendo rápido demais ou agindo de forma obsessiva. Exemplos de love bombing:

-Seu parceiro parece bom demais para ser verdade. Ele pode dizer que esperou por você a vida toda, que você é sua alma gêmea ou que está apaixonado por você pouco tempo depois de se conhecerem.

-Ele parece compartilhar todos os seus interesses ou concorda com todas as suas opiniões.

-Deseja manter comunicação constante com você.

-Pode ficar irracionalmente ciumento quando você deseja passar mais tempo com outras pessoas (até mesmo com a família).

-Pode fazer grandes gestos ou comprar presentes caros demais no início do relacionamento.

Um sinal mais oculto é o que vem a seguir: a desvalorização. Quando o parceiro apaixonado inicia um relacionamento, pode ficar entediado, irritado e mal-humorado. Ele pode insultá-lo, menosprezá-lo ou até mesmo abusar de você fisicamente. Se isso acontecer, você pode tentar sair. Nesse ponto, ele ativa o charme, iniciando novamente a fase do bombardeio amoroso para reconquistá-lo.

Love bombing é um tipo de abuso?

O abuso emocional deixa você humilhado, insultado, assustado e inseguro quanto à sua percepção dos acontecimentos. Se o seu parceiro pretende fazer você se sentir assim, isso é abuso. Dê uma olhada nas diferenças entre demonstrar amor e usar love bombing para obter controle:

-Demonstrando amor. Algumas pessoas são mais abertas e expressivas

com seu afeto do que outras. Os sinais a seguir podem ser expressões exageradas de amor, mas não são sinais de alerta porque não têm como objetivo controlar o parceiro.

-Incensar um parceiro com elogios ou presentes no início de um relacionamento.

-Falar sobre sua aparência, talentos ou personalidade para você ou outras pessoas.

-Querer falar com você ou encontrar você o tempo todo.

A linha entre expressões de amor honestas e excessivamente zelosas e love bombing nem sempre é clara. A seguir estão alguns exemplos de "bombardeios amorosos" destinados a obter controle sobre um parceiro:

-Exigir tempo, carinho e lealdade do parceiro antes que um relacionamento sólido seja estabelecido.

-Declarar que você é a alma gêmea dele e recusar deixá-lo passar tempo com outras pessoas - ou agir com ciúme quando isso acontece.

-Dizer que ele te conhece melhor do que você mesmo.

### O CICLO LOVE BOMBING

Se você estiver preso em um relacionamento que apresenta tais ciclos de abuso, poderá achar extremamente difícil sair. Talvez veja a verdadeira face do seu parceiro depois que o estágio do bombardeio amoroso termina, mas justamente quando faz as malas para ir embora, ele começa a se desculpar, a elogiá-lo e a falar sobre o quão perfeito você é para ele novamente. Em suma, ele está reconhecendo o ciclo.

Se decidir perdô-lo e ficar, poderá ser pego no ciclo love bombing. Todos os relacionamentos têm seus altos e baixos, e muitos casais saudáveis chegam a discutir várias vezes ao dia. No entanto, a manipulação emocional é significativamente diferente. Relacionamentos saudáveis são construídos com base na confiança, respeito e amor. Love bombing - e o ciclo que geralmente o segue - não é amor.

Quais as estratégias para lidar com o love bombing? Pode ser doloroso notar sinais

de comportamento manipulador ou abusivo em seu parceiro. Você tem três opções nesta situação:

-Fique no relacionamento: ficar com alguém que depende mais da manipulação do que da comunicação honesta é uma opção difícil. Se você decidir não fazer nada, o ciclo de bombardeio amoroso, desvalorização e tentativa de reconquistá-lo se você ameaçar ir embora provavelmente continuará.

-Deixe o relacionamento: só você pode decidir se é do seu interesse deixar um relacionamento. Converse com um amigo próximo, um membro da família de confiança ou um psicólogo ou psiquiatra que tenha experiência em trabalhar com love bombing em relacionamentos. Os especialistas não recomendam frequentar aconselhamento de relacionamento com seu parceiro se ele for emocionalmente abusivo.

-Dê um limite ao seu parceiro: é possível que seu parceiro use táticas de comunicação tóxicas porque foi criado em um ambiente onde o bombardeio amoroso ou a falta de limites saudáveis eram comuns. Porém, não deixe seu parceiro usar uma infância difícil como desculpa para se envolver em comportamento tóxico. Exija que pare com esse comportamento e incentive-o a buscar ajuda, se necessário.

Comunique claramente como você se sente e use frases que começam com "eu" para minimizar a probabilidade de a conversa se transformar em uma discussão. Deixe seu parceiro saber que você simplesmente não tolerará o ciclo de bombardeio amoroso e esteja preparado para sair da conversa, da sala ou do relacionamento se ele violar um limite que você estabeleceu.

O bombardeio amoroso é um sinal de um problema subjacente mais sério em uma relação amorosa. O tratamento que seu parceiro dispensa a você segue esse padrão? Nesse caso, você deve considerar se esse relacionamento está tornando sua vida melhor. Talvez seja hora de avançar para outro mais saudável e gratificante, onde ambos os parceiros sejam capazes de se comunicar sem recorrer à manipulação. Fonte: WebMD

# Seminário das Relações Étnico-raciais de VG teve participação de secretária do Ministério da Educação



## REPRESENTANDO O PREFEITO KALIL BARACAT, O VICE JOSÉ HAZAMA DISSE QUE VÁRZEA GRANDE VEM CUMPRINDO SEU PAPEL E CONTRIBUINDO PARA O ALCANCE DA PROMOÇÃO DA IGUALDADE RACIAL.

A sexta edição do Seminário da Diversidade e Educação para as relações Étnico-Raciais, promovido pela Prefeitura municipal, por meio da Secretaria de Educação, Cultura, Esporte e Lazer e Conselho Municipal da Promoção da Igualdade Racial, contou com a participação de diversas autoridades e da secretária Zara Figueiredo da Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização de Jovens e Adultos, Diversidade e Inclusão (SECADI) do Ministério da Educação (MEC).

O evento, realizado no auditório do Hotel Hits Pantanal durante todo o dia 22 de novembro, reuniu profissionais da Educação de Várzea Grande e teve como foco a Lei Nº. 10.639/2003 - Vinte anos de luta e resistência negra e o objetivo de dialogar e promover reflexões sobre os vinte anos da Lei e sua aplicabilidade no currículo escolar.

Representando o prefeito Kalil Baracat, o vice José Hazama disse que Várzea Grande vem cumprindo seu papel e contribuindo para o alcance da promoção da igualdade racial. Desde 2010, o município se preocupa em organizar equipes de trabalho em prol da implementação das Leis Federais 10.639/2003 e

11.645/2008.

“Em 2016, a Prefeitura municipal, por meio da Secretaria de Educação, Cultura, Esporte e Lazer disponibilizou materiais pedagógicos de combate ao racismo no Portal da Prefeitura, enquanto trabalhavam concomitantemente em formações continuadas que até hoje são realizadas por meio de estímulos e acompanhamento”, frisou.

O secretário Silvio Fidelis, que também é presidente da Undime/Mato Grosso e vice-presidente da Undime nacional, destacou que o Seminário foi uma oportunidade para a importante presença da Secretária do MEC.

“A Educação continuada é a base que devemos reforçar em nossas unidades. A secretária Zara também cuida da educação de jovens e adultos, da diversidade, da inclusão e de todo um trabalho que é realizado através de sua pas-

ta. Como secretário de Educação e dirigente da Undime, estamos sempre em contato com o MEC, com o ministro Camilo Santana e com sua equipe para contribuirmos nos avanços da educação no país”, afirmou.

Em suas palavras, a secretária Zara Figueiredo disse que estava muito honrada em participar do Seminário e enfatizou a relevância de ações que envolvem jovens, diversidade e educação.

“Estou feliz e muito bem impressionada por ver que a Educação em Várzea Grande está atenta e trabalhando para garantir a inclusão e diversidade. Essas experiências e as iniciativas exitosas que estou tendo a oportunidade de ver aqui podem colaborar com o MEC na construção de políticas públicas efetivas que irão garantir a representatividade e inclusão dos grupos nos investimentos que agreguem a legitimidade dos territórios”,

pontuou.

A secretária titular do SECADI reforçou que a Secretaria está de volta para fazer frente aos desafios da reconstrução das políticas sociais de grupos que historicamente foram alijados de seus direitos, garantindo o acesso às políticas públicas para educação quilombola, educação indígena, educação ambiental, educação de jovens e adultos, educação para as relações étnico-raciais, educação para pessoas com deficiência, educação em libras e educação para imigrantes.

“Os territórios têm a capacidade e o conhecimento da sua região para o desenho de suas políticas educacionais. Na minha compreensão, a régua de Brasília não serve para os territórios”, concluiu.

Acompanhada pelo secretário Silvio Fidelis, a secretária Zara Figueiredo também visitou as crianças do Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) Nair Sacre, na Cohab Cristo Rei e assistiu a uma apresentação especial dos alunos do Coral Doce Melodia da Escola Municipal de Educação Básica (EMEB) Alino Ferreira de Magalhães, do bairro Parque do Lago.



# Noveen

O ÚNICO PARA O MUNDO JOVEM

ANUNCIE AQUI (65) 99665-8746