GENEZIZ

67 ANOS

JORNAL CAÇULA

▪ 19 DE NOVEMBRO DE 2022 | ED 70 | ANO 02 ▪



Batê Coração

O que é preciso para mudar sua vida e para cuidar da saúde do seu melhor amigo.



#SUCESSO

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos

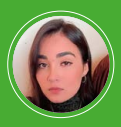

TONINHA CAMPOS
DIRETORA GERAL


REGINALDO FERREIRA
EDITOR CHEFE


SUZI MOREIRA
JORNALISTA


RAFAEL OLIVEIRA
JORNALISTA


CARLOS ROBERTO
JORNALISTA


THAYURI YUNG
JORNALISTA


MARCO CAMPOS
EDITOR


CLAUDIO PEREIRA
FOTÓGRAFO


FÁBIO CAMPOS
GERENTE COMERCIAL



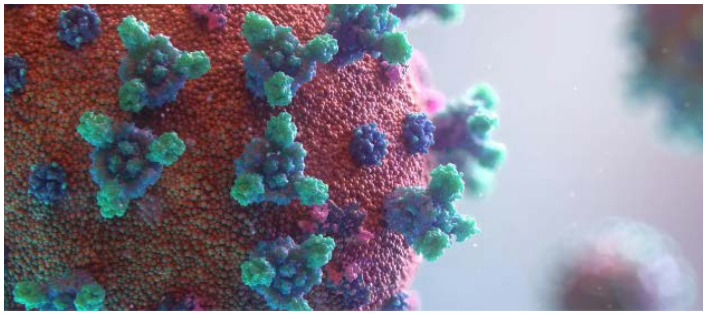
"16 DIAS DE ATIVISMO PELO FIM DA VIOLÊNCIA AS MULHERES" É TEMA DO LINHA DIRETA COM A NOTÍCIA

VEJA +



MULHERES SÃO VÍTIMAS DE FRAUDE PELO INSTAGRAM E WHATSAPP EM TRÊS LAGOAS.

VEJA +



COVID-19: ANVISA LIBERA VENDA DE ÁLCOOL 70% NA FORMA LÍQUIDA.

VEJA +

AGÊNCIA GENEZIZ

ARTE FINAL
DIAGRAMAÇÃO
REVISÃO

67 9255.6678 agencia.geneziz.oficial geneziz.com.br

Caçula 67 ANOS
www.radiocacula.com.br
FM 96,9

› COMERCIAL: COMERCIAL@RADIOCACULA.COM.BR
› WHASTSAPP (67) 99105.9213
› RADIO E TELEVISÃO CAÇULA | 15.903.826/0001-38

Rafael Oliveira Divulgação



CIDADE

O QUE É PRECISO PARA **MUDAR SUA VIDA** E PARA CUIDAR DA SAÚDE DE SEU **MELHOR AMIGO**

A ANSIEDADE E O ESTRESSE CAUSAM DANOS PROFUNDOS AOS MÚSCULOS DO CORAÇÃO

As doenças que afetam a saúde do coração estão entre as principais causas de mortes no mundo todo. No Brasil, de acordo com o Ministério da Saúde, elas são responsáveis por **30% d**os óbitos, todo ano, ano por conta de complicações cardiovasculares. Pense em diabetes, obesidade e pressão alta, além dos fatores genéticos e o estilo de vida têm tudo a ver com estas estatísticas. E isso significa que cuidar da sua saúde faz toda a diferença quando o assunto for do coração. Se você já chegou ou passou dos 40 anos, deve ter percebido que muitas mudanças ocorrem no organismo e que é preciso ter mais cuidado com a saúde. Quando falamos da saúde do coração, torna-se ainda mais necessário controlar os fatores de riscos e mudar alguns hábitos de vida e alimentares. Dessa faixa etária as chances de desenvolvimento de problemas cardíacos, principalmente o infarto agudo do miocárdio aumentam.

A **hereditariedade** pode ser também a causa do desencadeamento deste problema. Além deste fator, o sedentarismo, tabagismo, má alimentação e o elevado índice de gordura abdominal também podem influenciar no desenvolvimento das doenças do coração.

De acordo com um estudo, homens e mulheres com 40 anos ou mais, que adotam uma alimentação mais saudável reduzem o risco de um ataque cardíaco ou de um AVC (Acidente Vascular Cerebral) em até um terço. Porém a boa notícia é que ainda dá tempo de salvar seu coração adotando algumas mudanças no estilo de vida e na rotina, é possível viver com mais qualidade nos próximos anos e manter seu coração saudável

CUIDE DO SEU CORAÇÃO



A DOENÇA CARDIOVASCULAR é a principal causa de morte no mundo[1]

No Brasil, mais de **900 MIL PESSOAS** morreram de doenças do coração entre 2000 e 2010[2]

O SOBREPESO é um dos principais fatores de risco que causam doenças cardiovasculares. Segundo dados do Vigitel.[3]

1 EM CADA 3 HOMENS acima de **60 ANOS** morre devido a doenças cardiovasculares.[4]

E MAIS DA METADE DA POPULAÇÃO BRASILEIRA ESTÁ ACIMA DO PESO.[3]

Para reduzir o risco de doenças cardiovasculares em até 10%, o ideal é substituir 5% do valor calórico total que vem das **GORDURAS SATURADAS POR GORDURAS BOAS.**[5]

Para quem consome 2000 calorias/dia, uma sugestão para fazer essa troca seria:



UM FILÉ DE MAMINHA COM 2 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA

POR



UMA POSTA DE SALMÃO GRELHADO COM 2 COLHERES (SOPA) DE CREME VEGETAL SABOR MANTEIGA

COMO CUIDAR DO SEU CORAÇÃO

COMA MAIS ALIMENTOS COM GORDURAS BOAS



PEIXES



ÓLEOS E CREMES VEGETAIS



AMÊNDOAS E NOZES

Alimentos que contêm ômegas 3 e 6 podem ajudar na manutenção de níveis adequados de colesterol e a reduzir doenças cardiovasculares, de acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia.[5]

OS ÔMEGAS 3 E 6 são gorduras poli-insaturadas que o corpo humano não consegue produzir e, portanto, é preciso obtê-los por meio da alimentação.[5]



Suzi Moreira/Assessoria Divulgação

CIDADE

CONHEÇA OS CAMPEÕES DA COPA DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS 2022

A COPA DOS SERVIDORES PÚBLICOS ENCERROU COM CHAVE DE OURO

A Copa dos Servidores Públicos Municipais encerrou com chave de ouro na noite de quarta-feira (16), com a decisão do futsal masculino.

O Ginásio Municipal de Esportes "Cacilda Acre Rocha" esteve de portões abertos para a população acompanhar os dois jogos finais de futsal masculino.

O primeiro confronto foi marcado pela chuva de gols que o time de Departamento de Trânsito/Aeroporto fez sobre Assistência Social: 13 a 01, garantindo o terceiro lugar da copa.

Na sequência, teve Educação contra Câmara Municipal na disputa da taça. Foi por 4 a 0 que o time Educação se consagrou campeão 2022 da Copa dos Servidores.

Ao final do jogo, o secretário Municipal de Esporte, Rialino Medeiros e a equipe SEJUVEL realizaram a entrega da premiação aos quatro finalistas de cada modalidade.

VOLEIBOL MASCULINO

Pelo voleibol masculino a classificação foi: 1° lugar – Câmara Municipal; 2° lugar – Educação; 3° lugar – Assistência Social







VOLEIBOL FEMININO

No voleibol feminino: 1º lugar – Assistência Social; 2º lugar – Educação; 3º lugar – Câmara Municipal e 4º lugar – Administração.

XADREZ

No xadrez masculino e feminino, todos os campeões são da Secretaria de Educação, sendo: Valdecy Resende; Vinicius Aurélio; Lucio Mauro; do 1º ao 3º lugar e, Rafaela Corrêa; Viviane Alves e Regiane Oliveira, na mesma ordem.

No xadrez masculino e feminino, todos os campeões são da Secretaria de Educação, sendo: Valdecy Resende; Vinicius Aurélio; Lucio Mauro; do 1º ao 3º lugar e, Rafaela Corrêa; Viviane Alves e Regiane Oliveira, na mesma ordem.

XADREZ

O truco em dupla teve como campeões, Cicero e Paulo Veron, da Câmara Municipal. O segundo lugar ficou com a dupla da SEJUVEL, Marcelo e Johnatan e em terceiro, Jefferson e Emerson, representando a Secretaria Municipal de Educação e Cultura (SEMEC)

VARÍOLA MONKEY POX

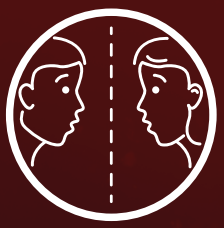
Quanto mais você sabe, mais você se cuida.



É uma doença contagiosa que provoca lesões na pele parecidas com bolhas e feridas. Também pode causar febre e dores no corpo.



É transmitida por contato pele a pele, contatos íntimos (sexuais ou não) ou por secreções respiratórias e objetos contaminados.



Previna-se!
Evite contato direto com pessoas infectadas.



Use álcool em gel e máscara.
Lave sempre as mãos.



Se perceber sintomas, procure atendimento médico e fique em isolamento, inclusive de seus animais domésticos.

PREFEITURA MUNICIPAL DE
TRÊS LAGOAS
MAIS DESENVOLVIMENTO PARA TODOS



Suzi Moreira/ Agência Brasil Divulgação

CIDADE

COVID-19: ANVISA LIBERA VENDA DE ÁLCOOL 70% NA FORMA LÍQUIDA

O OBJETIVO É REDUZIR TRANSMISSÃO DA DOENÇA; VALIDADE É POR 60 DIAS

Diante do aumento de casos de covid-19 no país, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) autorizou, nesta quinta-feira (17), a venda livre e a doação de álcool etílico 70% na forma líquida, desde que estejam devidamente regularizados na agência. A medida, autorizada ad referendum, foi adotada de forma extraordinária. O objetivo, destacou a **Anvisa**, é ampliar o acesso a produtos que contribuem na implementação de resposta coordenada para reduzir a transmissão e proteger a população em geral do novo coronavírus. A autorização terá validade de 90 dias.

A decisão destaca ainda que a covid-19 tem demonstrado tendência a ter picos anuais de sazonalidade no Brasil, ao contrário de outras doenças respiratórias, como a influenza ou gripe, que aparecem com mais frequência no país apenas nos meses de inverno. A medida está publicada na Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) 760, de 17 de novembro de 2022.

A venda de álcool etílico 70% foi inicialmente autorizada pela Anvisa em 2020, com o início da pandemia de covid-19 e o decreto de emergência sanitária. A autorização chegou a ser revogada este ano, com o fim da Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional, declarado pelo Ministério da Saúde. Agora, diante do aumento de casos da doença, a agência voltou a autorizar a comercialização do produto.

CASOS

Segundo o último boletim epidemiológico divulgado nesta quinta (17) pelo Ministério da Saúde, o Brasil registrou, em 24 horas, 32.970 casos de covid-19 e mais 71 mortes em consequência da doença. Desde o início da pandemia, foram confirmados 34.9371.043 casos de covid-19 no país e 688.764 mortes pela doença.



Odontologia Implantar

• Dr. Rodrigo Urban •

Especialista em Implantodontia

Clareamento dental	Prótese móvel e fixa
Lentes de contato	Cirurgia de enxerto ósseo
Restaurações estéticas	Harmonização facial
Implante	Botox facial
Prótese sobre implante	Preenchimento labial

67 98111.8211 • 67 3522.7182 • rodrigoperesurban

Rua Crispim Coimbra, 710 - Bairro: Interlagos - Três Lagoas/MS



Rafael Oliveira Divulgação

CIDADE

MULHERES SÃO VÍTIMAS DE FRAUDE PELO INSTAGRAM E WHATSAPP

OS CRIMES PELAS REDES SOCIAIS SÃO FREQUÊNTES EM TRÊS LAGOAS

Dois casos, de uma falsa venda e clonagem de número foram registrados na Delegacia de Pronto Atendimento Comunitário nesta quinta (17) e sexta (18).

Infelizmente, são frequentes os casos de golpes em Três Lagoas por **redes sociais** - seja Facebook ou Instagram, e nesta quinta (17) e sexta (18), duas pessoas que foram vítimas registram ocorrência na Delegacia de Pronto Atendimento Comunitário (DEPAC).

O primeiro caso foi de uma mulher de 32 anos na noite da última quinta (17), alegando que se interessou por um fogão que estava a venda no instagram de alguém se passando por sua amiga, enviando uma mensagem para negociar o produto, acreditando ser ela. Após a negociação do produto, fez o pagamento via PIX no valor de R$ 700, em benefício de um homem. Depois de fazer a transferência, recebeu uma mensagem pelo Facebook real de sua amiga, que avisou que sua conta tinha sido hackeada, percebendo que foi vítima de um golpe. Após a negociação do produto, fez o pagamento via PIX no valor de R$ 700, em benefício de um homem. Depois de fazer a transferência, recebeu uma mensagem pelo Facebook real de sua amiga, que avisou que sua conta tinha sido hackeada, percebendo que foi vítima de um golpe. Já o segundo caso, por volta do 12h19 desta sexta (18), onde outra mulher, de 35 anos, informou que teve seu WhatsApp clonado, e estão aplicando golpes se passando por ela. A vítima tomou conhecimento após uma pessoa, de um site de venda de carros ligar dizendo que precisavam de um código que chegaria em uma mensagem para validar um cadastro para o anúncio da venda de um veículo



Rafael Oliveira Redação

CIDADE

"16 DIAS DE ATIVISMO PELO FIM DA VIOLÊNCIA AS MULHERES" É TEMA DO LINHA DIRETA COM A NOTÍCIA

RAFAELLA MARQUES (COORDENADORA DO CRAM)

No Linha Direta desta sexta (18), a Coordenadora do Centro de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM), Rafaela Marques e a Psicóloga Kriscia Duque, falaram sobre a Campanha "16 dias de Ativismo pelo Fim da Violência Contra as Mulheres" que acontecerá neste mês de novembro.

A campanha inicia-se no dia 21 de novembro, com uma palestra alusiva ao Dia Nacional da Consciência Negra, e se encerra no dia 10 de dezembro – Dia Mundial dos Direitos Humanos.

Essa é uma ação para que as mulheres aprendam mais e se posicionem contra a cultura de estupro e da violência no modo geral. Essas questões da violência sexual e alcançaram um impacto que não pode mais ser silenciado ou ignorado.

Este é um movimento anual, com abrangência em todo o mundo, pela erradicação de todo o tipo de violência com as mulheres e garantia de seus direitos.

Segundo informações da Coordenadora, o programa atende 80 mulheres por mês. Desde janeiro a outubro de 2022 foram 800 atendimentos, e em relação aos anos anteriores, observou-se ter um aumento nessa média.

O **CRAM** e toda a rede de enfrentamento do município de Três Lagoas, composta pela Delegacia da Mulher, PROMUSE (Programa Mulher Segura), Defensoria Pública, CMDM e diversos parceiros definiram a programação das ações da Campanha



Kriscia Duque (Psicóloga do CRAM)

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO FEITA DAS AÇÕES DA CAMPANHA

21/11 – 8h às 14h
Dia nacional da consciência negra
Cine Clube com os idosos.

25/11 – 11h – Anfiteatro do IFMS
Dia internacional da não violência contra as mulheres.

DIA ESTADUAL DE MOBILIZAÇÃO PELO FIM DA VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER – Palestra – um olhar acerca das mulheres que sofrem vio lência psicológica no Município de Três Lagoas/MS.

26/11- 14h às 17h
Sede da SMAS – 1º Workshop de Make-up para mulheres cadastradas nos serviços socioassistenciais.

01/12
Dia mundial de combate a Aids - Participação em ação do IST AIDS.

05/12 -19h
Missão Salesiana – Dia nacional de mobilização dos homens pelo fim da violência contra as mu-lheres (06/12).

JAIRO Queiroz



Ilustrando a capa da 2ª Edição da Revista Bela e Chique, com editorias feitas em homenagem ao mês dos Pais, o médico e pecuarista, doutor **Jairo Queiroz**, um aficionado por genética, tanto que foi por isso que há 37 anos, iniciou a sua criação de cavalos Árabes como titular do Haras dos Faveiros, localizado em Três Lagoas/MS.

JÁ NAS BANCAS...

Clique e garanta a sua!



Colunista Social

CLAUDIO Pereira

A CADA CLIQUE UMA NOVA EMOÇÃO

SÁBADO, 19 DE NOVEMBRO DE 2022.

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos







Aconteceu no último domingo dia 13, na 3R (Antigo Nipo), o **9º encontro do grupo de amigos do Carlinhos**. O encontro contou com a presença de mais **700 pessoas** que não se reuniram só para festar, mas esta turma vai além, cada membro faz parte de um grupo que a cada quatro meses, após participarem de uma doação de sangue em conjunto, confraternizam para agradecer a DEUS por todas bençãos que derrama sobre nós. Esse grupo de amigos são ouvintes do Carlinhos Albert Show que já existe há 16 anos, todos forma na verdade uma grande família com o mesmo intuíto, ajudar o próximo e agradecer a Deus. Ouça também a **Rádio Caçula 96,9 Fm**.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Encontro dos Amigos do Locutor Carlinhos





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva



No último sábado (12), **Raquel de Souza Silva** comemorou seus 40 anos com muito estilo, reunindo amigos e familiares. Sucesso linda.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva







Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva







Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva





Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Festa de 40 anos da Raquel de Souza Silva



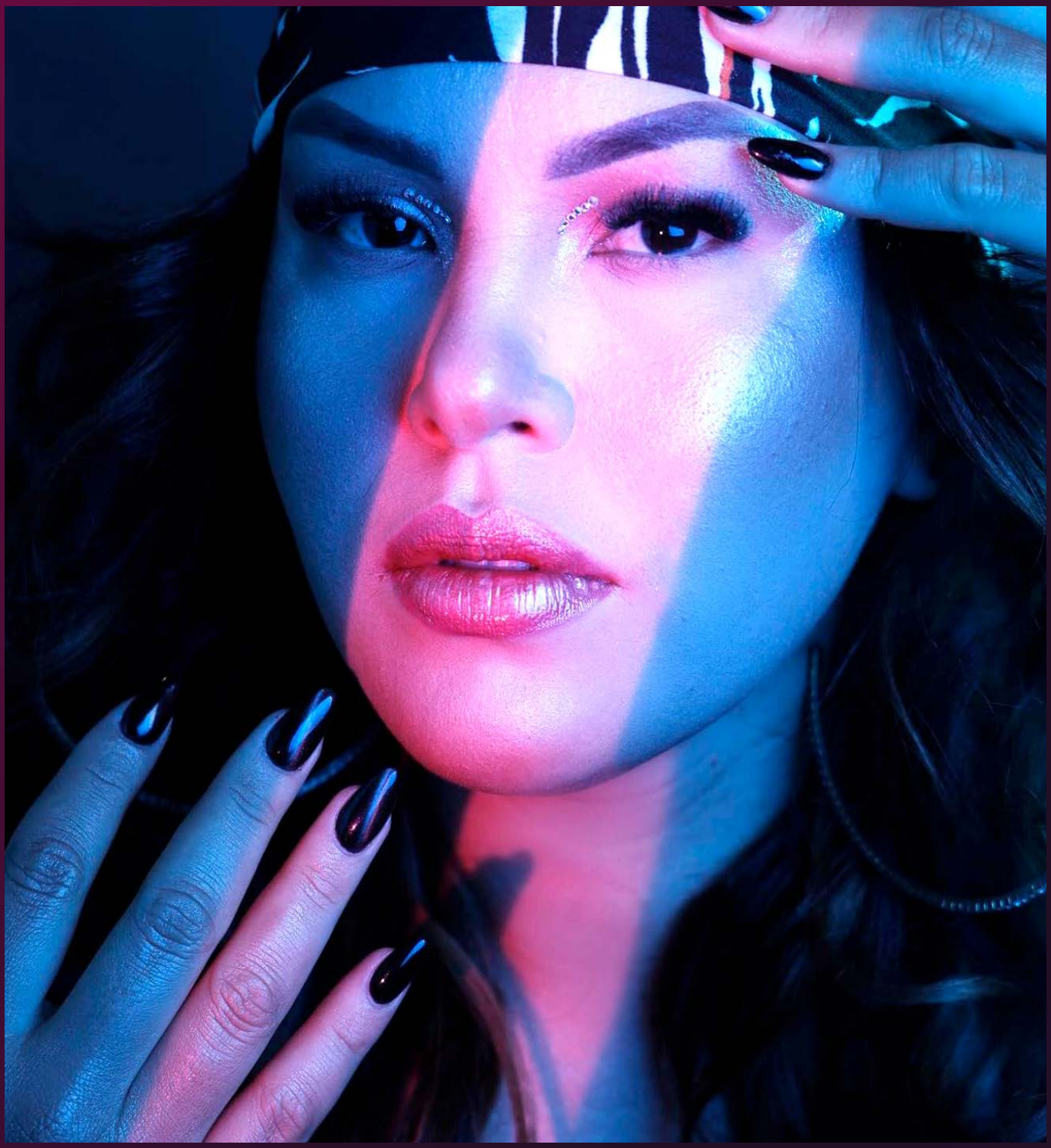




Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Um novo ano vai começar...





Hoje (19) a empresária Silvana Brandão completa mais um ano de vida. Parabéns.

Sucesso Doutora





Amanhã (20) quem vai comemorar mais um ano de vida é a Médica Pediatra a Dra. Patrícia Matos, ela recebeRÁ os parabéns de amigos e familiares. Na foto Patrícia com seu maridão o Dr. Guilherme Fidelis.

Sucesso!!!





Segunda-feira dia 21 quem completará mais um ano de vida é o empresário Roberto Jacinto, ele receberá os parabens de amigos e familiares e claro de sua filhas. Na foto o Dr. Roberto com sua amada esposa Luciane Jacinto.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Parabéns, sucesso e felicidades!





Terça-feira dia 22, quem troca de idade é a empresária Viviane Garcia, ela receberá os parabéns de amigos e familiares, especialmente do seu maridão Hirdonvai e de sua filha Emanuelli.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Um novo ano vai começar...



Terça-feira dia 22, quem vai comemorar seu aniversario com grande estilo será Rodrigo Garcia Javorka, ele receberá os parabéns de amigos e familiares .

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Felicidades e muito sucesso!





Quinta-feira dia 24, quem completará mais uma primavera, é o empresário Márcio Farinazzo Filho, ele receberá os parabéns de amigos e familiares.Na foto Márcio com sua mãe Marcia.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Um super feliz aniversário!





Quem vai comemorar mais uma primavera na próxima sexta-feira (25) é o Gerente Executivo Industrial na Suzano, Eduardo Ferraz. Parabéns.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Parabéns, que Deus Ilumine seus passos!





Sexta-feira, quem completará mais um ano de vida é a Larissa Monteiro Marques. Parabéns.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Um novo ano vai começar...





O cardiologista Dr. Paulo Werner vai comemorar na próxima sexta-feira (25) mais uma primavera e receberá os parabéns de amigos e familiares. Na foto o Dr. Paulo com sua esposa Thassia.

Parabéns, sucesso e felicidades!





O empresário José Roberto Teixeira completará na próxima sexta-feira dia 25 mais uma primavera. Sucesso!

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Parabéns!



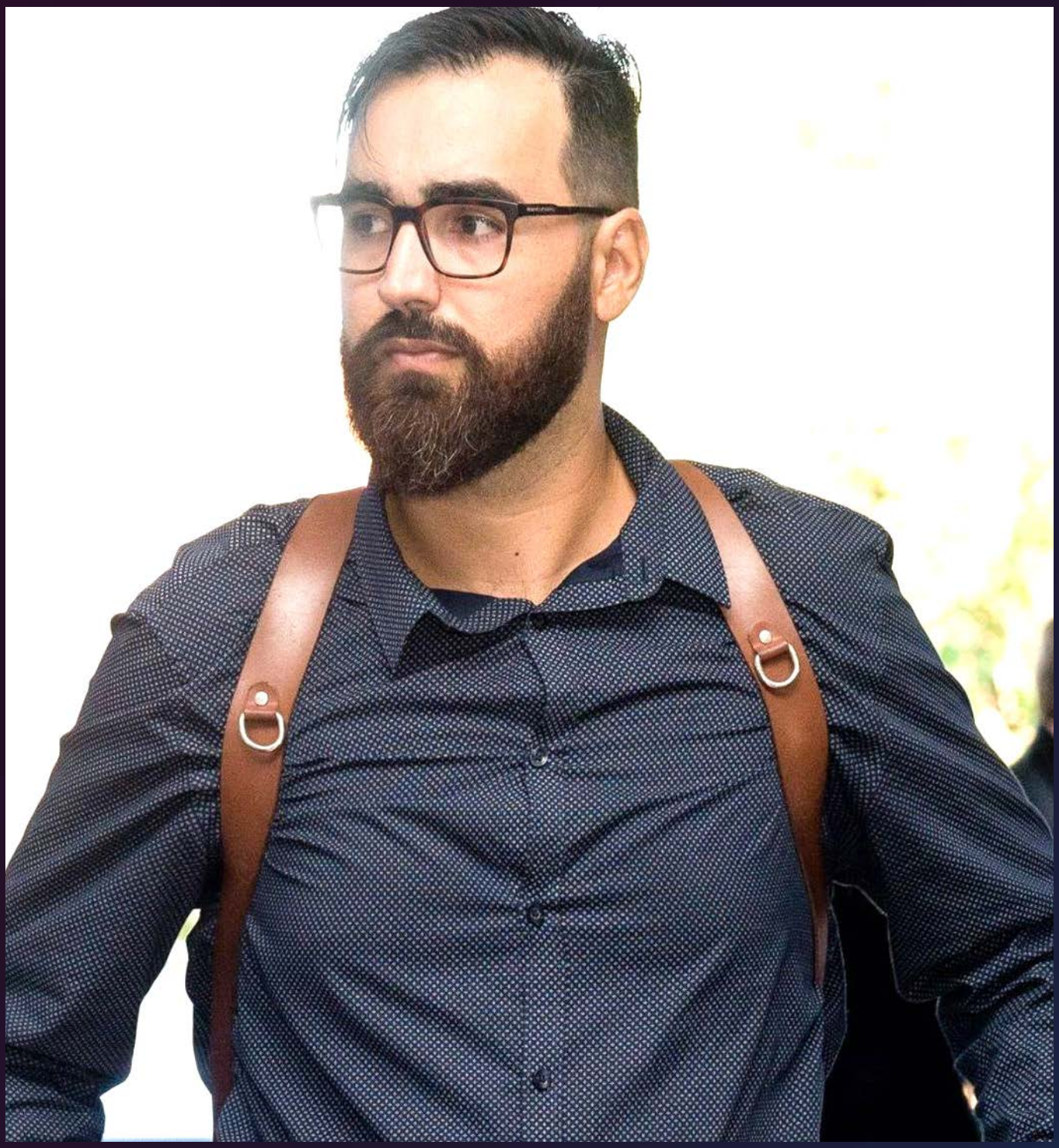


Quem completará mais um ano de vida na próxima segunda-feira (21) é o jovem José Antônio Ferreira, ele receberá os parabéns de amigos e familiares.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

Felicidades e muito sucesso!





O fotógrafo Paulo Duarte vai comemorar amanhã (20) mais uma primavera e receberá os parabéns de amigos e familiares.

Colunista Social
CLAUDIO Pereira

DOUTOR HÉRNIA

PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE HÉRNIA
DE DISCO SEM CIRURGIA!



TRATAMENTO DE HÉRNIA DE DISCO E DOR CIÁTICA SEM CIRURGIA COM EFICÁCIA EM 95,7% DOS CASOS!

LUIZ MEDINA NETO
Crefito: 13/320-001-F

DRA. GIOVANA DOMINIQUE DONATO DA SILVA
Crefito: 3/310890-F

(67) 2104.4081 • (67) 99143.5315 • doutorherniatreslagoas

Av. Dr. Eloy Chaves, 956 - 2º Andar · Condomínio Terrace Business Center · Vila Nova