

XÔ PINDAÍBA!



99188.8267



www.aqui-ma.com.br



facebook/aqui-ma

CONFIRA O
LISTÃO DO
EMPREGO NA
GRANDE ILHA

Página 3

São Luís, terça-feira, 31/7/2018

nº 3.072

aqui
MA

CAPITAL
R\$ 0,50

Em 10 minutos, tudo o que você precisa saber

15 MINUTOS DE FAMA



GRUPO INVADE
CORREIOS
E DUPLA É
CAPTURADA

Página 8

FAZENDO CONTAS



SAMPAIO
FAZ MATEMÁTICA
CONTRA O
REBAIXAMENTO

Página 7

NA LITÓ!

PREFEITURA
ILUMINA COM
LED TODA
AVENIDA

Página 4

BRUTALIDADE

DEGOLADOR
DE CRIANÇA

Homem mata enteado com
facãozada no pescoço. A
criança de nove meses quase foi
decapitada. O motivo do brutal
crime foi a separação entre o
suspeito e a mãe da vítima



Página 8

DICAS IMPORTANTES

VEJA COMO VOCÊ PODE ECONOMIZAR NA FEIRA

Página 6

PASSA TEMPO

Horóscopo

ÁRIES - Momento em que fará muitas relações, mas poucas amizades sinceras e leais.

TOURO - Só viaje se for de muita necessidade. Cuide da sua saúde e evite excessos.

GÊMEOS - Momento em que receberá o auxílio de pessoas de posição superior.

CÂNCER - Você deverá evitar atritos e discussões.

LEÃO - Conseguirá muito do que pretende realizar.

VIRGEM - Favorável a loteria e a sorteios.

LIBRA - Cuidado com uma nova amizade, pois a intenção pode não ser das melhores.

ESCORPIÃO - Influxos astrais excelentes para tratar de negócios novos.

SAGITÁRIO - Até o meio-dia estará no melhor período para apostas nos jogos.

CAPRICÓRNIO - Analise as pessoas e só dê crédito àquelas honestas.

AQUÁRIO - O sucesso profissional, bem como as novas empresas e empreendimentos, será evidente.

PEIXES - Muito sucesso profissional e social e muita prosperidade geral.

Novelas

MALHAÇÃO: VIDAS BRASILEIRAS

Talíssia homenageia Vinícius na festa de sua formatura. Hugo provoca os dois com o tema casamento. Leandro se insinua para Bárbara, que repreende o menino. Guto se aproxima de Marli e Paulo observa.

ORGULHO & PAIXÃO

Josephine arma para Cecília e Edmundo acredita na mãe. Rômulo e Cecília decidem deixar a mansão. Jorge declara sua paixão por Amélia. Lídia sofre pela rejeição de Uirapuru à sua gravidez.

O TEMPO NÃO PARA

Elmo encontra parte da prancha de Samuca e se preocupa com o amigo. Marocas acorda, assusta-se com Samuca e Marinho ajuda a moça. Waleska e Mateus coordenam a remoção das pessoas congeladas para a Criotec.

SEGUNDO SOL

Remy ameaça Januária e descobre que Valentim é filho de Luzia. Roberval repreende Rochelle por ofender Karen e aceita abrigar as duas em sua casa. Zefa afirma a Severo que eles precisam reunir sua família novamente. Karola e Laureta acreditam que Remy não conseguirá descobrir o segredo delas.

Receita - ARROZ DE FORNO SIMPLES

INGREDIENTES:

3 xícaras (chá) de arroz cozido;
1 peito de frango cozido e desfiado;
2 colheres (sopa) de molho de tomate;
1 colher (sopa) de óleo ou azeite de oliva;
1 lata de seleta de legumes (milho, ervilha, cenoura etc);
1 cebola cortada em rodela;
2 tomates picados em cubos e sem sementes;
1 copo de requeijão cremoso;
1/2 xícara (chá) de queijo mussarela ralado;
Sal, pimenta-do-reino e batata palha a gosto.

MODO DE PREPARO:

1 - Em um recipiente, misture a seleta de legumes com o arroz cozido e reserve.

2 - Aqueça uma panela com o óleo ou azeite e coloque a cebola para refogar em fogo médio.

3 - Assim que a cebola fica translúcida, acrescente o tomate picado e o peito de frango; Continue refogando até dourar levemente.

4 - Adicione o molho de tomate, acerte o sal e adicione pimenta-do-reino a gosto.

5 - Em um refratário que possa ir ao forno, monte as camadas da seguinte forma: arroz, requeijão e molho de frango.

6 - Repita esse processo até acabarem os ingredientes, finalizando com queijo ralado e batata palha.

7 - Leve para assar em forno preaquecido a 200° C, apenas para derreter o queijo.

8 - Sirva quente!

Cruzadas

| (?) I, usina nuclear fluminense | Controle de (?), setor de uma indústria | Fixar a vista em imitar o lobo | Tarefa escolar corrigida na aula seguinte | Satélite (abrev.) | Botequim |
|---|---|-------------------------------------|---|-------------------------------------|-----------------------------|
| Vencer; derrotar | | | | | Moço; garoto |
| | | | | | |
| Instrumento de cordas típico do rock | | | | | |
| Cadeia (bras. pop.) | | | | | |
| Acessório do smoking | | | | | Curso de água doce |
| Triturar | | | | Abreviatura internacional do Brasil | |
| Parte de chapéus | | | | | |
| | (?) e vir: direito de todo cidadão | | Fixa o vegetal ao solo | | |
| Substituiu o video-cassete | | Pele endurecida | | | Jogada do tênis |
| | | Espero; grosso | | | |
| | | | Sair de (?): desaparecer | | Escondido de esquilos |
| Temperatura ideal da cerveja | Inseto semelhante ao marimbondo | | A parcela do sócio | | |
| Maria-(?), doce polvilhado com coco | Ganhador (?), Pinheiro, cantora | | Aquisição comercial | | |
| | | Um dos Sete Anões (Lit. inf.) | | | |
| Relativo ao principal órgão da digestão | | | | | |
| A Árvore Nacional brasileira | | Unidade de venda de fones de ouvido | Vitamina encontrada na cenoura | | 2ª vogal |
| | | Proteção para os olhos do motorista | | | Orlando Drummond, humorista |
| | | | | | |
| Forma de espera em bancos | Artefato bélico que se lança com a mão | | | | |

3/aba.5/htar - ralar: 7/para-sol. 8/paralela. BANCO

Dicas

1 - Coloque um exaustor extra no banheiro para evitar umidade.

2 - Use uma garrafa de plástico para diluir ou misturar tintas. A boca da garrafa serve para segurar o pincel.

3 - Para que os móveis escuros não fiquem com muito pó, use toalhinhas com efeito antiestático.

4 - Não se recomenda lavar as janelas com sabão. Ele cria uma camada no vidro que é muito difícil de eliminar.

PIADA

ELE ENGOLIU UMA BALA

A MÃE PERGUNTA AO MÉDICO:

- DOUTOR! DOUTOR! MEU FILHO ENGOLIU UMA BALA!

O QUE EU FAÇO?

O MÉDICO RESPONDE:

- SÓ NÃO APONTE O MENINO PARA NINGUÉM!

Solução

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----------|---------|-------|-----|----|----|-------|-----|------|---|---|----|------|----------|----|--------|-----------|------|----|---|-----|---------|----|---------|---|
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T | U | V | W | X | Y | Z |
| CONQUISTAR | GRUITARRA | GRAVATA | RALAR | BRA | RA | IR | RATIZ | DVD | CALO | P | S | DE | COTA | VENCEDOR | ME | SONECA | ESTOMACAL | TIPE | PA | E | FLA | PARASOL | LA | GRANADA | |

aQui EMPRESA PACOTILHA SA
End.: Rua Assis Chateaubriand S/N-
Renascença II - São Luís-MA - CEP: 65075-670

Pedro Freire
Diretor-Presidente
pedrofreire@oimparcial.com.br

Pedro Henrique Freire
Diretor de Gestão e Novos Negócios
pedrohfreire@oimparcial.com.br

Celio Sergio
Superintendente Industrial
celiosergio@oimparcial.com.br

Raimundo Borges
Diretor de Redação
borges@oimparcial.com.br

Editor responsável
Saulo Duailibe
sauloduailibe@oimparcial.com.br

FALE CONOSCO - GRUPO O IMPARCIAL

Jornalismo: 3212-2010/3212-2049
Anuncie: 3212-2086/ 3212-2030
Classificados: 3212-2087
Seja um vendedor: 3212-2071
Geral: aqui-ma@oimparcial.com.br

WhatsApp: (98) 991888267
facebook.com.br/oimparcialma
Twitter: @oimparcialonline
Instagram: @oimparcial
Snapchat: impar.online
www.oimparcial.com.br

CONCURSOS
E EMPREGO

Concurso da Seap

Secretaria de Estado de Administração Penitenciária abre Processo Seletivo para Técnico em Enfermagem. O objetivo é atender à unidade prisional da cidade de Zé Doca

No Estado do Maranhão, a Secretaria de Estado de Administração Penitenciária (Seap) anuncia abertura do Processo Seletivo a fim de contratar Técnico em Enfermagem para

a Unidade Prisional da cidade de Zé Doca. A remuneração para a função ofertada é de R\$ 1.500 correspondente à jornada de trabalho de 40 horas semanais.

As inscrições devem ocorrer por meio do endereço eletrônico www.seap.ma.gov.br, até o dia 3 de agosto de 2018.

O candidato deve realizar a entrega dos documentos espe-

ficados no edital, no dia 9 de agosto de 2018, nos endereços discriminados: Seap - Secretaria de Administração Penitenciária, das 13h às 17h, em São Luís - MA. Unidade Prisional de Zé Doca, das

8h às 12h e das 13h às 17h, em Zé Doca. A seleção é composta por Análise Curricular e Comprovação de idoneidade e conduta ilibada na vida privada (investigação social).

Vagas de trabalho

OPERADOR DE CAIXA – Não é necessário experiência na função. Assunto do e-mail: Operador de Caixa.
ASSISTENTE DE MARKETING – Vaga para São Luís. Assunto do e-mail: assistente de marketing.
REPOSITOR – Vaga para São Luís. Assunto do e-mail: repositor.
VENDEDOR (A) – Vagas para São Luís. Atendimento aos clientes com foco na venda de artigos de presente e decoração. Assunto do e-mail: Operador de Caixa.
AUXILIAR ADMINISTRATIVO – Vagas para São Luís. Assunto do e-mail: auxiliar administrativo.
ESTOQUISTA – Vagas para São Luís. Assunto do e-mail: estoquista
AUXILIAR DE SERVIÇOS GERAIS – Vagas para São Luís. Assunto do e-mail: ASG
GERENTE COMERCIAL – Vagas para São Luís. Assunto do e-mail: Gerente Comercial. Interessados devem enviar currículo para atendimento@focoemgente.com.br, até o dia 3/08.
EDUCAÇÃO FÍSICA (BACHARELADO) – Estudantes do curso de educação física a partir do 3º período. Uma vaga para trabalhar cinco horas diárias, com bolsa de R\$600,00, nº da vaga: 82354; e uma vaga para o turno matutino, quatro horas diárias, e bolsa no valor de R\$500,00, nº da vaga: 82349. Interessados devem acessar o site www.superestagios.com.br, preencher os dados correspondentes e procurar pelo número da vaga.
MANICURE - Boa capacidade de comunicação, simpatia, bom senso

estético, profissionalismo, praticidade e organização. Interessadas entre em contato via direct, Messenger, e-mail: rodrigoaraujo06@hotmail.com ou levar o currículo no Endereço: Avenida Contorno Norte, sala 4, Cohatrac 4, São Luís - MA.
SECRETARIA (O) – Necessário experiência comprovada em rotinas administrativas de secretaria de cursos profissionalizantes. De segunda à sábado, com carga horária semanal de 44 horas. Interessados devem enviar currículo com o assunto "Secretaria Prepara Concursos" para o e-mail: curriculoslz2017@gmail.com.
COZINHEIRO – Necessário ter experiência na área. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: recrutamento@fococonsultancy.com.br Quem enviar seu currículo até quarta dia 1º/08 as nossas consultoras irão analisar de forma especial.
CORRETOR(A) DE IMÓVEIS – Necessário ter Ensino Médio completo; CNH A/B e ter veículo próprio; Disponibilidade de horário. Interessados devem enviar currículo com o assunto CORRETOR/A DE IMÓVEIS para recrutamento@bpse.com.br.
REDATOR PUBLICITÁRIO – Necessário Ensino Superior completo ou cursando publicidade e propaganda; Experiência na criação de roteiros para VTS, spots, documentários, campanhas Off e On-line. Interessados devem enviar currículo com pretensão salarial e portfólio para o e-mail: graciellesantana2@gmail.com com o assunto "Redator".

PESSOAS CIOM DEFICIÊNCIA (CONCESSIONÁRIAS) – Vagas variadas para pessoas deficientes. Interessados devem enviar currículo informando o CID da deficiência para: vagas.saoluis@hotmail.com com o assunto "VAGAS PCD".
VENDEDOR DE MÓVEIS – Ensino Médio ou Superior completo ou cursando; Domínio de informática; Experiência em vendas e loja de móveis. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: vagarapida15@gmail.com com o assunto "Vendedor de móveis".
ESTAGIO (ENSINO MÉDIO) – Nova oportunidade de estágio. Carga horária de cinco horas trabalhadas no turno vespertino, com bolsa auxílio de R\$ 500,00. Nº da vaga: 82085. Interessados devem acessar o site: www.superestagios.com.br e procurar pelo número da vaga.
PROMOTOR DE VENDAS (PSIU) - A Psiu, indústria de bebidas genuinamente maranhense, está recrutando Promotor de Vendas. Necessário Ensino Médio completo; Moto própria, CNH A; Experiência na área. Interessados devem enviar currículo com o assunto "PROMOTOR DE VENDAS" para: recrutamento@psiu.ind.br.
CETFAMA FILIAL (DIVERSAS VAGAS) - A clínica CETFAMA filial, abre vagas para algumas especializações. Fonoaudiólogo, Terapeuta Ocupacional, Fisioterapeuta, Educador Físico (com experiência em atendimento com crianças), Psicólogo. Interessados devem enviar

currículo para: cet.fama@hotmail.com
ASSISTENTE COMERCIAL – Graduação completa ou em andamento em Administração ou áreas correlatas; Boa comunicação oral. Interessados devem enviar currículo para: navigare.eventos@gmail.com até o dia 24 de agosto.
MOTORISTA CARRETEIRO – Necessário ter CNH Categoria E; Experiência na função; Disponibilidade para viagens. Interessados devem acessar o site www.phd.webcv.com.br e candidatar-se a esta vaga.
ESTAGIÁRIO (A) EM SOCIAL MEDIA - Cursando Comunicação Social (Comunicação, Jornalismo, Relações Públicas, Marketing e Publicidade e Propaganda); Domínio do pacote Office (Word, Excel, PowerPoint). Desejável ter boa escrita, ser proativa, gostar de trabalhar em equipe, ser ágil. Caso tenha portfólio, favor enviar junto com o currículo. Interessados devem enviar currículo para: rhcriculumslz@gmail.com
TÉCNICO DE ENFERMAGEM – Necessário ter curso técnico em enfermagem; Registro no Conselho Regional de Enfermagem – Coren. Experiência mínima de dois anos na área; Experiência em Instrumentação cirúrgica e em procedimentos em Centro Cirúrgico. Interessados devem enviar currículo com o assunto "TEC DE ENFERMAGEM" para: desenvolvimentoerecruitamentos@gmail.com até o dia 1º.08.2018

Empresa maranhense seleciona ambos os sexos p/ várias funções em vários setores comerciais p/ um novo departamento, será inaugurado.
Obs: c/ ou sem experiência somente nesta segunda ou terça em horário comercial na rua da paz nº245 ao lado da loja Nutry Sport em frente a casa arruda
98 98730-7257 / 98233-8355

BENEFÍCIOS NEGADOS?
 Fale com Advogados especialistas em INSS. Aposentadorias, Auxílio Doença, Benefício aos Idosos/Deficientes, Revisões. Rua Celso Magalhães, 639, loja 3 - Centro de São Luís (próximo ao Ginásio Costa Rodrigues).
98 3302-9934/98477-3886

Contrata-se pessoas para trabalhar com vendas externas, na área de confecções e cosméticos
 E-mail: selecaoointeto@gmail.com
98858-8679

Faça já seu plano de saúde
 Trabalhamos com Unimed, Hapvida, Unihosp, Sulamerica, Bradesco e outros.

98847-2769

Quer falar só no povão? aqui

 LIDER NO SEGMENTO | TIRAGEM DE 30 MIL JORNALS DIÁRIOS | MAIORIA DOS LOTORES CLASSE C

BAIRRO A BAIRRO

Modernização da iluminação na Litorânea

A Prefeitura de São Luís está modernizando o sistema de iluminação da capital. Entre os locais que recebem o serviço, no momento, está a Avenida Litorânea. Bastante movimentada, principalmente durante o período noturno, a via – que é um importante ponto turístico da cidade – congrega diversos perfis de transeuntes, entre eles comerciantes, condutores, consumidores, turistas e praticantes de atividades físicas. O investimento da gestão do prefeito Edivaldo, na substituição de postes e instalação de novos projetores, tem o objetivo de fazer com que os cidadãos possam aproveitar melhor o espaço. O programa de Revitalização e Modernização do parque de iluminação da capital já beneficiou vários bairros, grandes vias e praças.

Com vias iluminadas com equipamentos de qualidade, o motorista terá mais segurança ao transitar. O LED, tecnologia que está sendo utilizada na área, proporciona maior conforto visual e redução de custos da manutenção, além do novo design, que valoriza a via, deixando-a mais harmônica na composição da paisagem urbana.

Usina de resíduos

Prefeito Edivaldo anuncia construção de usina de resíduos inertes e pátio de compostagem em São Luís

O prefeito Edivaldo anunciou a construção de uma usina de beneficiamento de resíduos inertes – para beneficiamento de restos da construção civil – e de um pátio de compostagem para transformação dos resíduos sólidos em novos insumos.

O anúncio foi feito durante visita realizada à área de recuperação ambiental do antigo Aterro da Ribeira, que nesta quarta-feira completa três anos de desativação, um

marco da política de gestão de resíduos sólidos colocada em prática pela Prefeitura de São Luís.

Com a criação da usina e do pátio, o município avança mais nessa área, contribui para a preservação ambiental e estimula a geração de emprego e renda no setor.

Durante a visita ao aterro, que hoje é uma área em permanente processo de tratamento, monitoramento e recuperação ambiental, além

de ponto de transbordo para transporte do lixo coletado na cidade, destinado atualmente à Central de Gerenciamento Ambiental Titara, o prefeito Edivaldo destacou os avanços na área e lembrou que a desativação do antigo aterro sanitário representou uma grande mudança, um marco para a capital e para a melhoria da qualidade de vida dos moradores, principalmente das comunidades do entorno.

Os materiais orgânicos recebidos pelo pátio serão provenientes de feiras e mercados (frutas e legumes), comidas descartadas, entre outros produtos. Já a usina de beneficiamento de resíduos inertes será estruturada para receber entulho de materiais de construção civil, para que também sejam processados e transformados em outros materiais como britas e tijolos, por exemplo, gerando emprego e renda no município.



Rodoviários vão se reunir

O Sindicato dos Rodoviários do Maranhão convoca todos os trabalhadores que atuam no transporte urbano, para Assembleia Geral, que será realizada nesta quarta-feira, dia 1º de agosto, na sede da entidade, localizada na Rua Afonso Pena, Centro.

Na oportunidade, o Sindicato apresentará a pauta de reivindicações, para a celebração da Convenção Coletiva de Trabalho, para vigência entre 1º de setembro de 2018 e 31 de agosto de 2019.

O Sindicato dos Rodoviários, assim que a pauta for aprovada pela categoria, buscará imediata mediação com o Sindicato Patronal. Caso não haja acordo, a entidade vai apelar para o Dissídio Coletivo, na Justiça do Trabalho e ainda poderá deflagrar greve no sistema de transporte público de São Luís, se essa for a vontade expressiva da categoria.

“Quem vai pro segundo turno, sou eu”, disse Maura Jorge

A pré-candidata ao governo Maura Jorge (PSL) concedeu entrevista em uma rádio da capital. A ex-prefeita de Lago da Pedra teria o apoio de cinco partidos, empatando, em número, com a ex-governadora Roseana Sarney (MDB). Além do PRTB, Maura contaria com o apoio do Podemos, PSC, PMN e PHS. Mas os partidos foram esvaziando do projeto da representante de Bolsonaro no Maranhão.

A decisão da ex-prefeita ser candidata ao governo foi vertical. O PSL Nacional, via Bolsonaro, decidiu que Maura Jorge fosse candidata e o início da relação com o presidente Chico Carvalho foi amistosa. “No início não foi uma relação amorosa, mas respeitosa. Ele tinha preparado o partido, não para ter uma candidata ao governo. Claro que tem alguns ajustes e

desajustes, isso aconteceu dentro do processo.”, disse Maura Jorge, na Difusora AM.

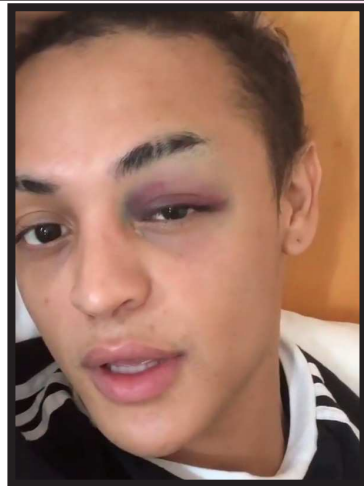
O PSL deve ir para a briga eleitoral apenas com o PRTB. Com a perda dos quatro partidos citados acima, o projeto do PSL perde estrutura e robustez, como a própria Maura definiu na entrevista. “Eu não tenho dinheiro, não tenho estrutura, não tenho prefeituras, todos os políticos estão sendo coagidos.”, falou Maura.

Ela aposta ainda na Internet para fazer a campanha, a exemplo do presidente Jair Bolsonaro. “O grande palanque, hoje, chama-se redes sociais”, disse. “O povo está cansado, por isso o Bolsonaro cresce, por isso a Maura Jorge cresce, explicou. E garantiu dizendo que vai para o segundo turno. “Quem vai pro segundo turno sou eu”, apostou.

TE CONTEI

Bruna Marqueline realiza festão para comemorar seus 23 anos

A atriz Bruna Marqueline realizou, no último fim de semana, uma mega festa para comemorar seus 23 anos de idade. Com direito a avião, trazendo mensagem do namorado Neymar, e apresentações ao vivo de Luisa Sonza, a bela reuniu amigos e familiares para a comemoração. O namorado Neymar cantou para Bruna arrancando sorrisos e muitos beijos da atriz.



Pablo Vittar adia gravação de clipe, após joelhada em seu próprio olho

A cantora Pablo Vittar adiou a gravação de um clipe, após ficar com o olho roxo, devido a uma joelhada dada em si mesma na última quarta, 25. A drag queen explicou como o acidente aconteceu em seu Instagram "Fui brincar, me jogar num colchão e dei uma joelhada na minha cara", disse Pablo. "Tô com muito ódio de mim mesma. Como que a pessoa é burra de se dar uma joelhada? Mas é isso aí, é botar um gelinho e desinchar", completou a maranhense.



Mileide posta foto com o filho e recebe mensagens carinhosas dos fãs

Muita gente acompanhou a novela judicial entre o cantor Wesley Safadão e sua ex-mulher, a maranhense Mileide Mihale. Muitos fãs saíram em defesa da digital influencer e manifestaram apoio por meio das redes sociais. Mileide postou uma foto ao lado do filho e escreveu "Meu coração batendo fora do meu peito! Assim, quer vocês comam, quer bebam, quer façam qualquer outra coisa, façam tudo para a glória de Deus. (1 Coríntios 10:31) #Filhoamado". Os fãs dividiram opiniões nos comentários, mas muitos escreveram mensagens carinhosas a Mileide. "Lindos, Deus abençoe vcs.", escreveu um internauta.

Programa "Algo Mais" comemorou seus 18 anos

Um dos programas de maior audiência aos sábados completou, no último fim de semana, 18 anos de muito sucesso e diversão. O Programa "Algo Mais", apresentado por Paulinha Lobão, teve uma edição super especial no último sábado, 28. Muitos artistas e atrações foram aos estúdios para participarem da comemoração. A apresentadora, Paulinha Lobão, divulgou toda sua gratidão por meio das redes sociais "...chorando de felicidade ao longo de duas horas que celebramos esse encontro eu e meu público ...minha gratidão a todas as pessoas que mandaram mensagens ou pensamentos de luz pra mim. Prometo usar tudo isso pra fazer cada vez melhor ...servir sempre o bem e a luz", disse Paulinha.



Deborah Secco estrela clipe de Simone e Simaria

Está quase tudo certo para que Simaria, que faz dupla com a irmã Simone, volte aos palcos e à rotina de shows. Simone se afastou dos palcos devido a uma tuberculose ganglionar e quem assumiu as pontas foi a irmã. Para comemorar a volta completa da dupla sertaneja, um clipe já foi produzido e lançado no último domingo, 29, no Fantástico. Quem está estrelando é a atriz Deborah Secco com o marido Hugo Moura.



NOSSA

DESDE 2015, nos meses de outubro e novembro, a NOSSA CLINICA realiza MAMOGRAFIA e ULTRASSON. Todos juntos apoiamos essa causa!

3232.1154/3221.2422/9-8909.0999 Rua do Passeio, 643 - Centro (em frente ao hospital Socorrão 1)

de segunda a sábado Ressonância a partir de R\$ 450,00
Mamografia R\$ 70,00
Densitometria R\$ 70,00

| CONSULTAS MÉDICAS | PRINCIPAIS EXAMES (FAZEMOS EXAMES PARA CONCURSO) |
|------------------------------------|--|
| ANGIOLOGIA R\$ 100,00 | AUDIOMETRIA TONAL E VOCAL R\$ 50,00 |
| APLICAÇÃO DE VARIZES R\$ 60,00 | COLPOSCOPIA R\$ 50,00 |
| CARDIOLOGIA (CONS+ ECG) R\$ 120,00 | DENSITOMETRIA ÓSSEA R\$ 90,00 |
| CLÍNICA GERAL R\$ 90,00 | DOPPLER CARÓTIDAS R\$ 180,00 |
| ENDOCRINOLOGIA R\$ 120,00 | ENDOSCOPIA R\$ 175,00 |
| FONOAUDIOLOGIA R\$ 80,00 | ELETROENCEFALOGRAMA R\$ 80,00 |
| GASTROENTEROLOGIA R\$ 100,00 | ELETRCARDIOGRAMA (ECG) R\$ 35,00 |
| GERIATRIA R\$ 120,00 | ECO, MAPA, HOLTER R\$ 120,00 CADA |
| GINECOLOGIA CONSULTA R\$ 100,00 | FUNÇÃO PULMONAR R\$ 85,00 |
| HEPATOLOGIA R\$ 150,00 | MAMOGRAFIA DIGITAL R\$ 80,00 |
| PREVENTIVO R\$ 30,00 | PENISCOPIA R\$ 100,00 |
| REUMATOLOGIA R\$ 100,00 | RAIO X, a partir de R\$ 35,00 |
| NUTRIÇÃO R\$ 90,00 | RESSONÂNCIA a partir de R\$ 450,00 |
| OBSTETRÍCIA R\$ 100,00 | SESSÃO COM FONO R\$ 40,00 |
| OFTALMOLOGIA R\$ 100,00 | TESTE ERGOMÉTRICO R\$ 120,00 |
| ORTOPEDIA R\$ 100,00 | TC CRÂNIO R\$ 250,00 |
| OTORRINO R\$ 100,00 | TC TORÁX R\$ 290,00 |
| RISCO CIRÚRGICO R\$ 120,00 | ULTRASSONOGRAFIA a partir de R\$ 80,00 |
| VASCULAR R\$ 120,00 | VIDEOLARINGOSCOPIA R\$ 150,00 |
| UROLOGIA R\$ 110,00 | |

TEMOS LABORATÓRIO

Temos: Cardiologista, Eco, Mapa, Holter, Ginecologia, Risco Cirúrgico, Ultrassom, Endoscopia.

O CÂNCER DE MAMA NO ALVO DA MODA. IBCC - BRASIL

Economizar na feira

Quer fazer os alimentos renderem mais? Aprenda a reaproveitar sobras, cascas e partes de legumes e verduras. Monte um cardápio mais saboroso e nutritivo

Com a crise do desabastecimento na Grande Ilha de São Luís, onde a população pode ficar sem alimentos, vamos mostrar um cardápio em que se aproveitam sobras. Se tratando de alimentos vivos, o uso de talos, cascas e folhas pode até parecer estranho aos nossos hábitos, contudo, todos esses "restos" são ricas fontes para uma alimentação saudável.

Itens geralmente descarta-

dos em nossas preparações podem ter até mais nutrientes do que a polpa de frutas, verduras ou a folhagem de vegetais. Um dos resultados que mais surpreendeu foi a cenoura. A sua rama e casca são muito mais nutritivas que a própria polpa.

RICAS FONTES DE NUTRIENTES

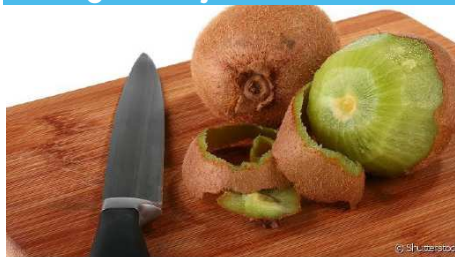
Outro resultado surpreendente foi em relação aos alimentos ricos em potássio. Geral-

mente, as pessoas associam a banana como a principal fonte de potássio, no entanto, a pesquisa descobriu que 100 gramas da casca do pepino é ainda mais rica nesse nutriente. Além disso, a casca do pepino é fonte de fibras, o que torna a sua digestão mais fácil.

O estudo demonstra que as camadas externas de várias frutas são ricas em carboidratos, que fornecem energia às células, fortalecem a parede

celular e servem de reserva energética. As cascas de abacaxi (4 g), de maçã (4,7 g) e de laranja (12 g) podem ser aproveitadas em várias receitas de bolos e sobremesas. De qualquer forma, a polpa da banana superou os demais produtos analisados, com 14 gramas de carboidrato. Um grama de carboidrato possui 3,7 calorias – valor utilizado para medir o valor energético dos alimentos.

○ Higienização:



O primeiro passo para aproveitar o melhor dos nutrientes é realizar uma ampla limpeza dessas cascas, pois elas ficam muito expostas. As cascas do abacaxi, da maçã e da laranja podem ser aproveitadas em várias receitas de bolos e sobremesas.



Rama de cenoura: Em 100 gramas da rama há quatro vezes mais proteína, três vezes mais vitamina C e quantidade ainda maior de ferro se comparada à polpa.



Folha de brócolis: Tem cinco vezes mais proteínas do que seu talo.



Casca da jaca: Apresenta 11 vezes mais vitamina C do que alguns sucos de fruta.



A folha da couve-flor: 100 g da folha contém 122 mg de vitamina C, quantidade quatro vezes maior do que a encontrada no mesmo volume da polpa da laranja, por exemplo.

Casca de pepino: Em 100 gramas da casca do pepino há grande quantidade de potássio e fibras.



Casca de laranja: 100 g de casca de laranja têm 107 mg de fósforo, volume bem superior ao verificado na polpa da fruta (18 mg).

Casca de limão: Possui 3 g de proteínas a cada 100 g, o maior volume entre as frutas estudadas.



AQUI ESPORTES

Pacotão de reforços para a Série B

Após negociações, o Sampaio Corrêa confirmou nomes que vão reforçar a equipe no restante da Série B. Os atletas confirmados são:

- Rogério: zagueiro (São Bento/SP).
- Julinho: lateral esquerdo (Caxias/RS).
- Adilson Goiano: volante (Novo Horizontino/SP).
- Jocinei: meia (Novo Horizontino/SP).
- Mateusinho: atacante (São José/RS).

O presidente Sérgio Frota adiantou que outros nomes ainda estão em negociação e que fez uma proposta ao centroavante Grampola. "Todos os jogadores que estão chegando vêm com o aval do treinador e prontos para estrearem. Fiz uma proposta ao Grampola, mas ele tem sondagens de outros clubes, inclusive da Série A. Se não fechar, vamos tentar trazê-lo também. Além das contratações, estamos fazendo algumas adequações na equipe", afirmou.

Resultados 18ª rodada

- Avaí-SC 0 x 0 CSA-AL
- Paysandu-PA 2 x 0 Figueirense-SC
- Guarani-SP 2 x 1 Brasil-RS
- São Bento-SP 2 x 1 Atlético-GO
- Juventude-RS 0 x 3 Fortaleza-CE
- Goiás-GO 1 x 0 Oeste-SP
- CRB-AL 1 x 1 Londrina-PR
- Criciúma-SC 1 x 0 Vila Nova-GO
- Coritiba-PR 0 x 0 Ponte Preta-SP
- Boa Esporte-MG 3 x 1 Sampaio Corrêa

Jogos da 19ª rodada

- 19h00 - Figueirense-SC x CRB-AL
- 21h30 - Atlético-GO x Paysandu-PA

A fórmula contra o rebaixamento

Veja a conta que o Sampaio Corrêa tem que fazer para escapar do rebaixamento na Série B do Brasileiro. A Bolívia Querida tem que vencer todos os jogos em casa

O Sampaio Corrêa amarga na 19ª colocação da zona de rebaixamento da Série B do Campeonato Brasileiro. Com 16 pontos e há oito jogos sem vencer, o Tricolor tem 20 partidas pela frente, precisando marcar 45 pontos para escapar da delega no fim do ano.

São 60 pontos em disputa, sendo que a Bolívia Querida precisa de 29 para escapar do rebaixamento, segundo matemáticos. Para que isso aconteça, a equipe maranhense precisa vencer nove jogos e empatar dois, ou seja, precisa conquistar 48,33% dos pontos ainda a serem disputados.

Caso queira uma garantia maior, a Bolívia pode vencer 10 partidas das 20 restantes, subindo para 50%, ou a metade, dos jogos que tem pela frente.

Com 10 partidas em casa, o Sampaio tem que vencer todas para escapar do rebaixamento. São 30 pontos que serão disputados diante sua torcida e o necessário para sair dessa situação caótica. Das próximas quatro rodadas, a equipe faz três jogos dentro dos seus domínios, ou seja, nove preciosos pontos que podem deixar o time respirar mais aliviado na competição nacional.

A primeira partida da contagem regressiva será no próximo sábado (4), contra o Criciúma, às 21h, no Estádio Castelão.

A equipe catarinense já esteve na mesma situação que o Sampaio se encontra, em plena recuperação, estando fora da zona de rebaixamento com 20 pontos conquistados, ocupando a 16ª colocação.



Classificação - série B 2018

| P | Clubes | PG | JG | VI | EM | DE | GP | GC | SG | %A |
|-----|--------------|----|----|----|----|----|----|----|-----|------|
| 1º | Fortaleza-CE | 34 | 18 | 10 | 4 | 4 | 26 | 12 | 14 | 63.0 |
| 2º | CSA-AL | 31 | 18 | 8 | 7 | 3 | 25 | 17 | 8 | 57.4 |
| 3º | Figueirense | 28 | 18 | 8 | 4 | 6 | 26 | 23 | 3 | 51.9 |
| 4º | Avaí-SC | 28 | 18 | 7 | 7 | 4 | 25 | 15 | 10 | 51.9 |
| 5º | Coritiba-PR | 28 | 18 | 7 | 7 | 4 | 21 | 18 | 3 | 51.9 |
| 6º | Goiás-GO | 27 | 18 | 8 | 3 | 7 | 24 | 24 | 0 | 50.0 |
| 7º | Vila Nova-GO | 27 | 18 | 7 | 6 | 5 | 16 | 13 | 3 | 50.0 |
| 8º | Atlético-GO | 27 | 18 | 7 | 6 | 5 | 29 | 27 | 2 | 50.0 |
| 9º | Guarani-SP | 26 | 18 | 7 | 5 | 6 | 25 | 22 | 3 | 48.1 |
| 10º | Ponte Preta | 25 | 18 | 7 | 4 | 7 | 18 | 16 | 2 | 46.3 |
| 11º | Paysandu-PA | 24 | 18 | 6 | 6 | 6 | 19 | 21 | -2 | 44.4 |
| 12º | São Bento-SP | 24 | 18 | 5 | 9 | 4 | 20 | 20 | 0 | 44.4 |
| 13º | Juventude-RS | 24 | 18 | 5 | 9 | 4 | 17 | 19 | -2 | 44.4 |
| 14º | Oeste-SP | 22 | 18 | 5 | 7 | 6 | 19 | 24 | -5 | 40.7 |
| 15º | Londrina-PR | 21 | 18 | 5 | 6 | 7 | 18 | 21 | -3 | 38.9 |
| 16º | Criciúma-SC | 20 | 18 | 5 | 5 | 8 | 18 | 21 | -3 | 37.0 |
| 17º | CRB-AL | 20 | 18 | 5 | 5 | 8 | 15 | 22 | -7 | 37.0 |
| 18º | Brasil-RS | 18 | 18 | 4 | 6 | 8 | 16 | 20 | -4 | 33.3 |
| 19º | Sampaio | 16 | 18 | 4 | 4 | 10 | 18 | 26 | -8 | 29.6 |
| 20º | Boa Esporte | 13 | 18 | 3 | 4 | 11 | 13 | 27 | -14 | 24.1 |

**RONDA
POLICIAL**

Sem piedade


**Irmão mata irmão
com facada**

Briga entre irmãos é comum, mas quando ocorre assassinato, já passa da normalidade. Um caso foi registrado em Imperatriz, região Tocantina, onde Robson Lima da Silva foi esfaqueado nas costas pelo próprio irmão, identificado como Daniel Lima da Silva.

Robson foi socorrido e levado para o Hospital Municipal de Imperatriz (HMI), o Socorrão, mas não resistiu e morreu. O caso aconteceu na Vila Mutirão.

Daniel foi preso logo em seguida e encaminhado para a Unidade Prisional de Ressocialização de Imperatriz (UPRI).

**Homem é morto
ao cavar fossa**

Um jovem de 24 anos, identificado como Railton Barros Santos, foi assassinado com quatro tiros. O crime aconteceu em Imperatriz, quando o rapaz estava cavando uma fossa na porta de casa. Ele foi surpreendido pelo suspeito, que já foi identificado pela polícia.

Homem mata enteado com facãozada no pescoço. A criança de nove meses quase foi decapitada. O motivo do brutal crime foi a separação entre o suspeito e a mãe da vítima

Um crime brutal chocou a cidade de Governador Edison Lobão, localizada na região Tocantina. Uma criança de apenas nove meses foi morta, na tarde dessa segunda-feira (30).

O principal suspeito da crueldade é o próprio padrasto da criança, que teria atacado a vítima com um golpe de facão no pescoço. Francielson Gomes Pereira, de 18 anos, quase decapitou a criança. Ele foi preso após o crime.

Mateus Santos da Silva de Matos ainda chegou a ser encaminhado para um hospital, mas não resistiu ao grave ferimento e morreu.

A Polícia Militar colheu informações sobre o caso, no local do crime. Revelaram que Francielson e a mãe da criança moravam juntos, mas se separaram há poucos meses.

O suspeito ainda não havia se conformado com a separação e, como a ex-companheira não queria mais continuar com o relacionamento, Francielson, revoltado com a situação, teria arrombado a porta da casa, matando a criança com um facão.

O padrasto foi capturado e apresentado na 10ª Delegacia Regional de Imperatriz.



Assalto frustrado com reféns

Um grupo de bandidos fez reféns dentro de uma agência dos Correios da cidade de Santa Helena. A Polícia Militar, através do Grupo de Operações Especiais de Pinheiro (GOE), e a Força Tá-

tica do 10º BPM trabalharam pela liberação dos funcionários sequestrados.

De acordo com informações da polícia, homens fortemente armados entraram na agência, mas tive-

ram a tentativa de assalto frustrada pela PM, que fez cerco no local.

A movimentação de populares e curiosos, na rua da agência, foi grande.

Após negociações, por

volta das 12h40 os responsáveis pelo assalto liberaram os reféns e se entregaram para a polícia. A dupla de assaltantes foi encaminhada para a Delegacia Regional de Pinheiro.

