

EDITORIAL

Cuidar da mente é cuidar da vida

A saúde mental é o alicerce de uma vida saudável e plena

A mente humana é um tesouro incrível e delicado. Ela nos permite pensar, sentir, agir e interagir com o mundo à nossa volta. No entanto, frequentemente subestimamos a importância de cuidar da saúde mental, priorizando a saúde física. É hora de reconhecer que cuidar da mente é tão vital quanto cuidar do corpo. Afinal, a saúde mental é o alicerce de uma vida saudável e plena.

Quando a saúde mental está comprometida, um emaranhado de desafios e sofrimentos pode surgir. A ansiedade, a depressão, o estresse, as fobias, a insônia, os transtornos alimentares e até mesmo pensamentos suicidas são apenas algumas das batalhas que muitas pessoas enfrentam em silêncio. Os sinais de que algo não está bem podem variar, desde mudanças de humor repentinas até problemas de sono, passando por sentimentos de tristeza e desesperança.

É fundamental reconhecer e entender esses sinais, pois eles servem como alertas da nossa mente de que algo precisa ser abordado. A boa notícia é que, assim como cuidamos do corpo com médicos e hábitos saudáveis, a saúde mental também pode ser tratada com ajuda profissional. Psicólogos e psiquiatras estão prontos para diagnosticar e fornecer o tratamento adequado, oferecendo suporte e orientação.

A importância da saúde mental transcende os limites individuais e afeta todos os ambientes em que vivemos. No trabalho, na escola, em casa e na comunidade, a saúde mental desempenha um papel

crucial. Pessoas mentalmente saudáveis são mais produtivas, criativas, resilientes e capazes de se relacionar de forma saudável. Elas enfrentam os desafios da vida de maneira mais eficaz, tomando decisões acertadas e contribuindo para um ambiente mais positivo.

Então, o que podemos fazer para cuidar da saúde mental? Primeiramente, adotar hábitos saudáveis é essencial. Uma alimentação equilibrada, exercícios regulares e sono adequado são pilares importantes. Aprender a lidar com o estresse, cultivar relacionamentos positivos e buscar ajuda profissional quando necessário são atitudes que fortalecem nossa resiliência mental.

Imagine um mundo em que a saúde mental seja uma prioridade universal. Este seria um mundo com mais pessoas felizes, saudáveis e produtivas. Um mundo em que todos têm as oportunidades necessárias para viver vidas plenas e significativas.

Dados alarmantes da Organização Mundial da Saúde (OMS) revelam que 1 em cada 4 pessoas no mundo sofre de algum transtorno mental. No Brasil, a depressão afeta aproximadamente 16,3 milhões de pessoas, a ansiedade atinge 18,6 milhões e 2,5 milhões enfrentam o transtorno bipolar. A saúde mental é, portanto, uma questão de saúde pública que transcende barreiras de idade, classe social e origem.

Promover a conscientização sobre a importância da saúde mental e implementar ações para apoiar a população nessa jornada é crucial. Devemos quebrar o estigma em torno dos transtornos mentais e oferecer suporte a quem precisa. Ao fazer isso, podemos construir um mundo onde a saúde mental seja cuidada com a mesma dedicação que a saúde física, proporcionando a todos a oportunidade de viver vidas plenas e significativas. Cuidar da mente é cuidar da vida, e é uma responsabilidade que todos compartilhamos.

EDITAIS

Prefeitura do Município de Marquinho

DECRETO Nº 101 de 7 de Novembro de 2023.

Declara Situação de Emergência nas áreas do município afetadas por Tempestade Local/Convectiva - Chuvas Intensas (13214).

O(A) Senhor(a) **ELIO BOLZON JUNIOR**, Prefeito(a) do município de Marquinho, localizado no estado de (s) Paraná, no uso das atribuições legais conferidas pela lei orgânica do Município e pelo Inciso IV do artigo 8º da Lei Federal nº 12.608 de 10 de Abril de 2012,

CONSIDERANDO:

- Que ocorreu chuvas de aproximadamente 374 mm, fonte (sanepar) durante os dias 27/10/2023 a 03/11/2023 sendo que houve maior intensidade das 22:00 hs até às 12:00 hs assim aumentando os níveis dos rios, causando prejuízos na agricultura e pecuária, destruição de algumas pontes e bueiros e estradas rurais que dão acesso ao município, afetando as áreas descritas no Formulário de Informações do Desastre (FIDE) anexo ao presente Decreto;
- Como consequência desse desastre, resultaram os danos e prejuízos constantes dos descritos no formulário FIDE anexo a este Decreto;
- Que o parecer da COMPEDEC municipal relatando a ocorrência desse desastre é favorável à declaração de Situação de Emergência.

DECRETA:

Art. 1º. Fica declarada Situação de Emergência nas áreas do município contidas no Formulário de Informações de Desastre (FIDE) e demais documentos anexos a este Decreto, em virtude do desastre classificado e codificado como **Tempestade Local/Convectiva - Chuvas Intensas (13214)**.

Art. 2º. Autoriza-se a mobilização de todos os órgãos municipais para atuarem sob a coordenação da COMPEDEC municipal, nas ações de resposta ao desastre e reabilitação do cenário e reconstrução.

Art. 3º. Autoriza-se a convocação de voluntários para reforçar as ações de resposta ao desastre e realização de campanhas de arrecadação de recursos junto à comunidade, com o objetivo de facilitar as ações de assistência à população afetada pelo desastre, sob a coordenação da COMPEDEC municipal.

Art. 4º. De acordo com o estabelecido nos incisos XI e XXV do artigo nº 5 da Constituição Federal, autoriza-se as autoridades administrativas e os agentes da Defesa Civil, diretamente responsáveis pelas ações de resposta ao desastre e em caso de risco iminente, a:

- Penetrar nas casas, para prestar socorro ou para determinar a pronta evacuação;
- Usar de propriedade particular, no caso de iminente perigo público, assegurada ao proprietário indenização posterior se houver dano;

Parágrafo único: Será responsabilizado o agente da Defesa Civil ou autoridade administrativa que se omitir de suas obrigações, relacionadas com a segurança global da população.

Art. 5º. De acordo com o estabelecido no Artigo 5º do Decreto-Lei nº 3.365 de 21 de Junho de 1941, autoriza-se o início dos processos de desapropriação, por utilidade pública, de propriedades particulares comprovadamente localizadas em áreas de risco intensificado de desastre.

§ 1º. No processo de desapropriação, deverão ser consideradas a depreciação e a desvalorização que ocorrem em propriedades localizadas em áreas inseguras.

§ 2º. Sempre que possível essas propriedades serão trocadas por outras situadas em áreas seguras, e o processo de desmontagem e reconstrução das edificações, em locais seguros, será apoiado pela comunidade.

Art. 6º. Com fulcro no inciso VIII do Art. 75 da Lei número 14.133, de 01 de abril de 2021, sem prejuízo das restrições da Lei de Responsabilidade Fiscal (LC 101/2000), ficam dispensados de licitação os contratos de aquisição de bens necessários às atividades de resposta ao desastre, de prestação de serviços e obras relacionadas com a reabilitação do cenário de desastre, desde que possam ser concluídas no prazo máximo de cento e oitenta dias (180) consecutivos e ininterruptos, contados a partir da caracterização do desastre e sendo vedada a prorrogação dos contratos.

Art. 7º. Este Decreto entra em vigor na data de sua publicação, devendo vigorar por 180 dias.

REGISTRE-SE, PUBLIQUE-SE, CUMPRA-SE.

Gabinete do Prefeito, 7 de Novembro de 2023.

ELIO BOLZON JUNIOR
Prefeito(a) Municipal

TÚNEL DO TEMPO

08 de novembro

1966 – O presidente dos Estados Unidos, Lyndon B. Johnson, assina uma lei antitruste, permitindo que a National Football League se fundisse com a American Football League.

1968 – A Convenção sobre Trânsito Viário é assinada para facilitar o tráfego rodoviário internacional e aumentar a segurança rodoviária, padronizando as regras uniformes de trânsito entre os signatários.

1973 – A orelha direita de John Paul Getty III é entregue a um jornal junto com uma nota de resgate, convencendo seu pai a pagar US\$ 2,9 milhões.

1977 – Manolis Andronikos, arqueólogo grego e professor da Universidade Aristóteles de Salonica, descobre o túmulo de Filipe II da Macedônia em Vergina.

1983 – O voo 462 da TAAG Angola Airlines cai após a descolagem do Aeroporto do Lubango, matando todas as 130 pessoas a bordo. A UNITA afirma ter abatido a aeronave, embora isto seja contestado.

2002 – O Conselho de Segurança das Nações Unidas aprova por unanimidade a resolução 1441 sobre o Iraque, forçando Saddam Hussein a se desarmar ou enfrentar “sérias consequências”.

2004 – Guerra do Iraque: Mais de 10 000 soldados norte-americanos e um pequeno número de unidades do exército iraquiano participam de um cerco ao reduto insurgente de Falluja.

2011 – O asteroide potencialmente perigoso 2005 YU55 passa a 0,85 distância lunar da Terra (cerca de 324 600 quilômetros), a abordagem mais próxima conhecida por um asteroide de brilho desde o 2010 XC15 em 1976.

2013 – O tufão Haiyan, um dos ciclones tropicais mais fortes já registrados, atinge a região de Visayas, nas Filipinas; a tempestade deixa pelo menos 6 340 pessoas mortas com mais de 1 000 ainda desaparecidas.

Mudas Frutíferas - Pinus - Eucalyptus - Gramas
Paisagismo - Dedetização - Alevinos - Adubo orgânico
Insumos agrícolas - Manutenção de Jardim



42 3635 1087 42 3635 2196

Rua Marechal C. Rondon | 2567 | Laranjeiras do Sul | Paraná

10X NO CARTÃO!

VIAJE PARA SÃO PAULO COM A PRINCESA DOS CAMPOS

Princesa dos Campos

080042 10000

Correio DO POVO DO PARANÁ

Filiado a ADIPR Associação dos Jornais e Periódicos do Paraná

Fundado em 21 de setembro de 1991
GRÁFICA E EDITORA CANTU LTDA
CNPJ: 02.175.166/0001-74

Diretora Executiva: Joiceli dos Santos Fabrício
Jornalista Responsável: Ademir Fagundes - RP 2453
Diretora Adjunta: Fabiana Fabrício
Editor-Chefe: João Victor Fabrício Felix
Impressão: Gráfica Correio

REDAÇÃO ADMINISTRAÇÃO E PARQUE GRÁFICO
R. Cel. Guilherme de Paula, 876 - Centro - Laranjeiras do Sul - PR - Cep 85301-220
Fone: (42) 3635-2944
É proibida a reprodução do conteúdo deste jornal, em qualquer meio de comunicação, eletrônico ou impresso, sem autorização escrita do Jornal Correio do Povo do Paraná.

REPRESENTAÇÕES:
Guaraniaçu (42)3635-2944
Quedas do Iguaçu (42)99929-6410

Não nos responsabilizamos por: opiniões publicadas por seus autores ou fontes, que não refletem necessariamente a opinião deste jornal. Nosso objetivo é fazer com que este veículo seja um instrumento de informação de interesse coletivo. Não nos responsabilizamos por informações contida em anúncios de terceiros.

CONTATOS ONLINE
Redação: redacao@jcorreiodopovo.com.br
Anúncios: comercial@jcorreiodopovo.com.br
Telemarketing: telemarketing@jcorreiodopovo.com.br
Classificados: recepcao@jcorreiodopovo.com.br
Gráfica-serviços: grafica@jcorreiodopovo.com.br
Publicidade legal: publicacao@jcorreiodopovo.com.br

CIRCULAÇÃO: Cantuquiriguaçu e Amocentro;
Laranjeiras do Sul, Guaraniaçu, Quedas do Iguaçu, Cantagalo, Nova Laranjeiras, Candói, Três Barras do Paraná, São Jorge do Oeste, Rio Bonito do Iguaçu, Virmond, Saudade do Iguaçu, Diamante do Sul, Ibema, Catanduvas, Campo Bonito, Porto Barreiro, Marquinho Goioxim, Espigão Alto, Foz do Jordão, Reserva do Iguaçu, Pinhão, Guarapuava, Palmital, Pitanga, Laranjal, Sulina, Chopinzinho, Boa Ventura do São Roque, Santa Maria do Oeste, Saudade do Iguaçu e Coronel Vivida.

Lindomar Pereira - lindomarquedasjc@gmail.com
Curitiba e Brasília Merconeti Soluções em Mídia (42)3079-4666 - www.merconeti.com.br

ASSINATURAS
Receba diariamente na porta de sua casa as edições do Correio do Povo e fique por dentro de todas as novidades da região, estado, país e mundo!

Impresso
Anual: R\$ 299,90

Digital
Anual: R\$ 108,90
Mensal: R\$ 9,90

Impresso + Digital:
Anual: 349,90
Mensal: 29,90


*Valor promocional para novos assinantes

VENDAS EM BANCA
Edição única: R\$ 4,00

Contato: (42) 99828-1511


FALE COM O CORREIO DO POVO:
Gerar: (42) 3635-2944
Sugestões: (42) 99828-1511

PUBLICIDADE
Entre em contato através do Qr-Code para se informar sobre espaços de divulgação:



PORTAL
O site do Correio do Povo é o portal de entrada para a região da Cantu. Com acessos do estado e do país o portal é atualizado 24 horas por dia, nos sete dias da semana.

Acesse pelo Qr-Code abaixo:



REDES SOCIAIS
Instagram: @jcorreiodopovo



Facebook: /jcorreiodopovo



Youtube: /TVCorreioDigital

