



ALERTA DA SES

Período festivo deve ter atenção redobrada para intoxicação por metanol

8

@NOTICIAMAX



Jayme confirma pré-candidatura

O senador Jayme Campos (União Brasil) mais uma vez deixou claro que não pretende recuar da disputa nas eleições de 2026 e colocou como definido que vai pleitear o Governo de Mato Grosso.



“Sou pré-candidato ao Governo de Mato Grosso, não abro mão da minha candidatura. Doa a quem doer”, afirma Jayme Campos

3

Selo diamante

Max Russi reforça compromisso da ALMT com a transparência

O trabalho desenvolvido pela Mesa Diretora da Assembleia Legislativa fez com que o Legislativo mato-grossense, pelo terceiro ano consecutivo, recebesse o Selo Diamante de Transparência Pública, concedido pelo Programa Nacional de Transparência Pública (PNTP). Presidente da Casa, o deputado Max Russi (PSB) destacou que isso é reflexo de um trabalho estruturado e realizado em parceria com o Tribunal de Contas do Estado (TCE-MT), com foco direto no cidadão.



Foto Divulgação

7



10

AEROPORTO ESTÁ ENTRE OS CINCO MAIS BEM AVALIADOS DO PAÍS EM SATISFAÇÃO DOS PASSAGEIROS

Após receber investimentos da ordem de R\$ 280 milhões que marcaram um salto de qualidade e eficiência, o Aeroporto Internacional de Cuiabá – Marechal Rondon, sob gestão da Centro-Oeste Airports (COA), figura entre os cinco mais bem avaliados do país



5

O comércio e a expectativa das vendas com o Natal

Com a chegada do mês de dezembro, o comércio demonstra otimismo com as vendas, na esperança de um final de ano mais animador. Para os brasileiros, o ano foi de muitas preocupações e de poucas realizações.

Por conta disso, os lojistas voltam suas atenções para dezembro, um mês onde tradicionalmente as vendas são melhores. A Fecomércio estima que os consumidores gastarão mais no final de ano, com mais pessoas indo às compras, motivo de boas expectativas por parte do empresário.

riado, que já vê um bom sinal de recuperação da economia, e que deve ser coroada agora, com as vendas natalinas.

Com a melhora na confiança dos consumidores, os varejistas estão esperançosos com a chegada do Natal, para eles, a data comemorativa – a principal em termos de vendas – deverá render ganhos melhores em comparação a 2024.

Com o pagamento da primeira parcela do décimo terceiro, as lojas já veem uma movimentação maior, pois aqueles mais preve-

nidos não esperam a última hora para comprar, sempre buscando pesquisar os preços para depois gastar o seu dinheiro.

E para dar mais comodidade ao consumidor, um novo horário do comércio já está em vigor em Cuiabá, com a abertura das lojas até mais tarde, um incentivo a mais para aqueles que querem ir às compras. De acordo com a Câmara de Dirigentes Lojistas (CDL Cuiabá), os novos horários valem tanto para as lojas de rua, quanto para as dos shoppings centers.

**ARTIGO**

Entrar em 2026 com saúde: porque o descanso é parte do trabalho

O fim do ano sempre nos lembra que correr o tempo todo tem um preço. Entre metas, entregas e acúmulos silenciosos, muita gente esquece que descansar não é um prêmio, muito menos um favor concedido pelo empregador.

É um direito assegurado pela legislação trabalhista, porque a lei comprehende algo que nem sempre o mercado entende: ninguém sustenta produtividade sem pausa, sem respiro e sem tempo para reorganizar a vida.

A CLT garante férias anuais acrescidas de um terço constitucional, conforme previstos nos artigos 129 e 130. Esse período existe para proteger a saúde física, emocional e até jurídica do trabalhador. O tema é ainda mais urgente diante do aumento do adoecimento mental no trabalho.

Estimativas mostram que cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros convivem com sintomas de burnout, condição reconhecida como doença ocupacional pela Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT, 2023).

Esse quadro tem repercussão direta para empresas, que perdem milhões por ano com licenças, queda de produtividade e rotatividade associadas ao esgotamento extremo (Diário do Comércio, 2024).

Por isso, durante as férias, a regra é clara. Não pode haver ligações de trabalho, mensagens pedindo “só um minuto”, convites para reuniões improvisadas ou convocações para resolver pendências.

Tampouco é permitido manter o empregado de sobreaviso, interromper o descanso sem motivo excepcional e sem concordância ou pressionar a venda de parte das férias. Todas essas práticas violam a legislação e podem gerar passivos trabalhistas importantes, com condenações crescentes nos tribunais (TST, 2024).

Há, por outro lado, situações legítimas previstas em lei. O empregador pode definir o período de férias com aviso prévio, fracionar o descanso em até três partes dentro dos limites legais e solicitar um contato de emergência sem transformar isso em trabalho disfarçado.

Em circunstâncias específicas, a lei ainda permite antecipações. Quando ambas as partes conhecem seus direitos, a relação de trabalho se torna mais transparente, mais organizada e menos sujeita a conflitos. Entre profissionais PJ, o assunto também merece atenção. Ainda que não exista férias formais, é essencial pactuar períodos de pausa no contrato. A ausência completa de descanso, somada à rotina típica de empregado, pode resultar no reconhecimento de vínculo trabalhista e no pagamento retroativo de direitos. Há decisões recentes reforçando esse entendimento, principalmente quando o PJ atua com habitualidade, subordinação e metas diárias.

Desacelerar não é apenas uma decisão pessoal. É uma medida de saúde, de prevenção e de justiça nas relações de trabalho. Também é uma forma de evitar erros e desgastes que custam caro para empresas e profissionais.

Entrar em 2026 com equilíbrio não depende só de organizar metas, mas de compreender que a lei existe para garantir dignidade a quem trabalha e proteger a própria sustentabilidade do ambiente laboral.

Informação é cidadania. Quando as pessoas conhecem seus direitos, a justiça deixa de ser um conceito distante e passa a fazer parte do cotidiano. Na advocacia, vejo diariamente como o conhecimento jurídico previne conflitos, fortalece ambientes mais humanos e reduz adoecimentos evitáveis. Que este fim de ano seja, acima de tudo, um lembrete de que descansar é um direito, e respeitar esse direito é o primeiro passo para construir um novo ciclo com mais consciência e menos sobrecarga.



Valéria Lima, advogada especialista em Direito Previdenciário, Regime Geral (iniciativa privada) e Próprio (servidores públicos), MBA em Gestão de Pessoas e membro do Instituto Brasileiro de Direito Previdenciário (IBDP).



Diretor Executivo
Max Feitosa
DRT 2142/MT

DISTRIBUIÇÃO: Cuiabá, Várzea Grande e Baixada Cuiabana
A opinião dos articulistas não representa necessariamente a opinião do jornal, sendo responsabilidade de seus autores.

N M PUBLICIDADE LTDA - CNPJ 57.409.379/0001-05
Endereço : Rua Primavera, Número: 286
Bairro: Bosque da saúde - CEP 78050-030

Diretora Comercial
Gislene Miranda Arruda

Logística e distribuição
Darcy Abílio

Jornalista
Elloise Guedes DRT- 3060/MT

Jornalista
Valdemar Félix- DRT 1008/MT

Senador Jayme Campos confirma pré-candidatura ao Governo do Estado

O senador destacou que tem respaldo tanto em Mato Grosso como em Brasília, junto à direção nacional do UB, para disputar a majoritária

Da Redação

O senador Jayme Campos (União Brasil) mais uma vez deixou claro que não pretende recuar da disputa nas eleições de 2026 e colocou como definido que vai pleitear o Governo de Mato Grosso.

“Sou pré-candidato ao Governo de Mato Grosso, não abro mão da minha candidatura. Doa a quem doer. Meus adversários aceitam ou não, mas tenho certeza de que estou no coração do povo de Mato Grosso”, afirmou, deixando claro que não cederá a pressões e descartando que seu projeto seja um “balão de ensaio”.

Jayme destacou sua trajetória política, lembrando que foi três vezes prefeito de Várzea Grande, governador de 1991 a 1994 e atualmente no segundo mandato no Senado, tendo total preparo para mais uma vez ocupar a cadeira número um do Palácio Paiaguás.

“Estou preparado e vamos aguardar o momento certo para irmos à luta e trabalharmos para vencer e fazer um grande governo — sobretudo um governo humano, que respeite a população mato-grossense por meio de investimentos que beneficiem a maioria do Estado”, ressaltou.

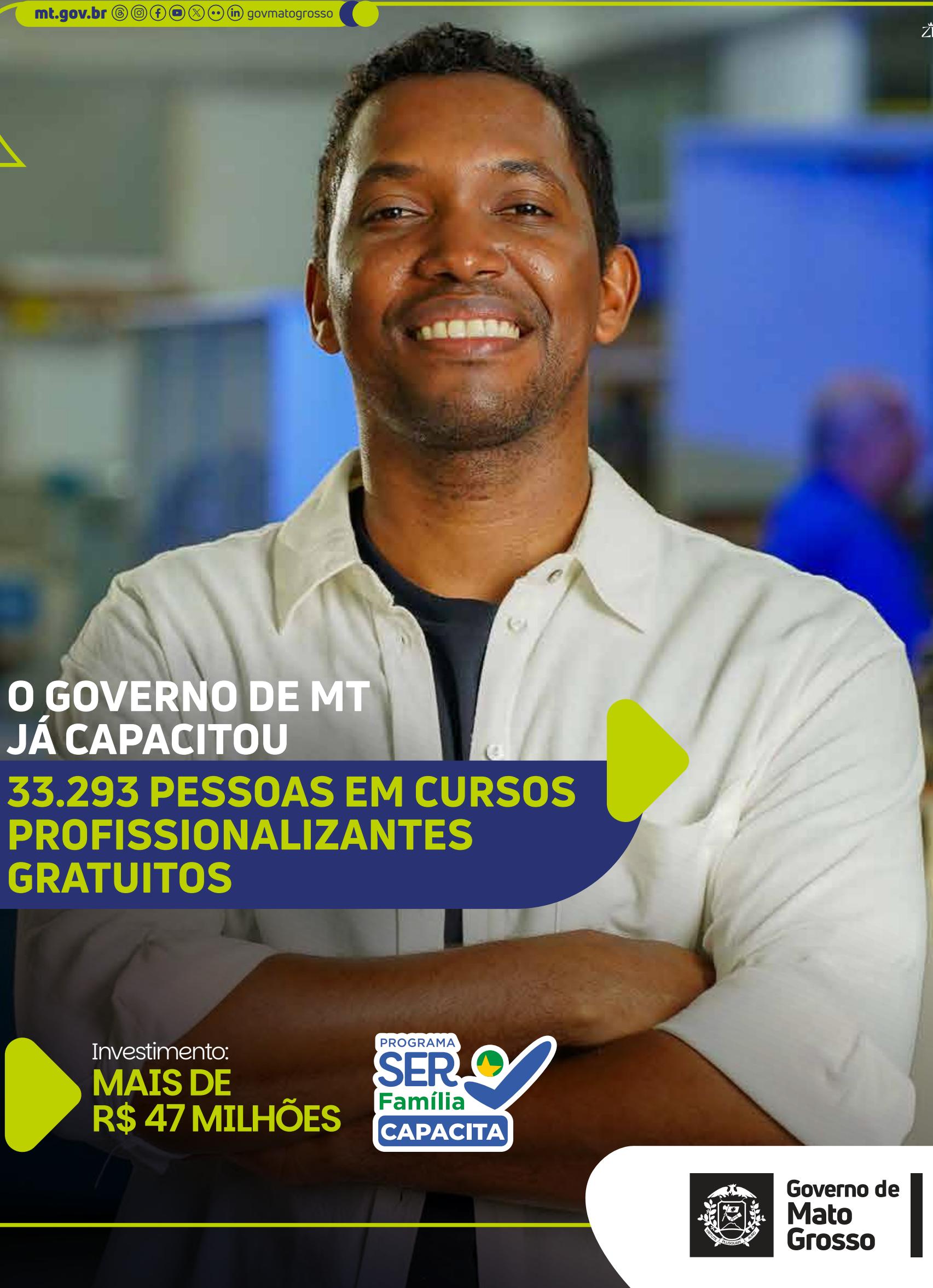
O senador ainda destacou que tem respaldo tanto em Mato Grosso como em Brasília, perante a direção nacional do União Brasil e da própria Federação União Progressista (FUP), formada pelo União Brasil e pelo Partido Progressista, para encampar uma candidatura majoritária.

Mayke Toscano/Secom-MT



“Sou pré-candidato ao governo de Mato Grosso, não abro mão da minha candidatura. Doa a quem doer”, afirma Jayme Campos

“Tenho conversado muito com os principais líderes do União Brasil, como o presidente do Senado, Davi Alcolumbre (AP), e com o próprio presidente da sigla, Antônio Rueda, sobre a importância da legenda continuar à frente de estados como Mato Grosso, que se encontra sob a administração do partido, e todos concordam com minhas pretensões”, afirmou.



O GOVERNO DE MT
JÁ CAPACITOU
**33.293 PESSOAS EM CURSOS
PROFISSIONALIZANTES
GRATUITOS**



Investimento:
**MAIS DE
R\$ 47 MILHÕES**



**Governo de
Mato
Grosso**

MARECHAL RONDON

Aeroporto está entre os cinco mais bem avaliados do país em satisfação dos passageiros

As melhorias estruturais resultaram em maior funcionalidade e comodidade para passageiros e parceiros comerciais

Da Redação

Após receber investimentos da ordem de R\$ 280 milhões que marcaram um salto de qualidade e eficiência, o Aeroporto Internacional de Cuiabá – Marechal Rondon, sob gestão da Centro-Oeste Airports (COA), figura entre os cinco mais bem avaliados do país segundo o acumulado de janeiro a novembro de 2025 na Pesquisa de Satisfação dos Passageiros, conduzida pela Secretaria de Aviação Civil (SAC), vinculada ao Ministério de Portos e Aeroportos. O avanço é expressivo: em 2023, o terminal ocupava a última posição entre os 20 maiores aeroportos brasileiros; em 2024, evoluiu para o oitavo lugar e, agora, está entre os cinco melhores, consolidando um avanço contínuo na percepção de quem utiliza o empreendimento.

A pesquisa é realizada mensalmente e considera itens como conforto da sala de embarque, inspeção de segurança, disponibilidade de tomadas, internet, estabelecimentos comerciais e sanitários, entre outros. Todos os critérios foram beneficiados pelos investimentos realizados pela concessionária nos últimos anos, reafirmando o êxito das ações.

Desde a conclusão das obras de ampliação e modernização, o Aeroporto Internacional de Cuiabá passou a contar com ambientes mais amplos, mais conforto térmico, nova sinalização e mobiliário, além de conjuntos de sanitários com espaços familiares. As melhorias estruturais resultaram em maior funcionalidade e comodidade para passageiros, parceiros comerciais e colaboradores.

Marco Antônio Migliorini, diretor-presidente da Centro-Oeste Airports (COA), destaca que a empresa mantém compromisso inegociável com o aprimoramento dos níveis de segurança, conforto e eficiência de suas infraestruturas. “Quem circulou pelo Aeroporto Marechal Rondon no último ano percebeu o salto de qualidade em conforto, segurança e conveniência. Os investimentos na modernização do terminal elevaram a infraestrutura a um nível compatível com a relevância e com a expectativa da região, tornando o empreendimento ainda mais competitivo para a ampliação da malha aérea, o desenvolvimento turístico e econômico do estado, além de proporcionar uma experiência de viagem mais qualificada. É uma satisfação imensa encerrar o ano com resultados positivos atestados pelos nossos passageiros”, destaca.

Com expansões em todos os setores, as áreas de embarque e saguão se destacaram com espaço total 50% maior. A sala de embarque foi ampliada em cerca de 39%, enquanto o saguão está 21% maior. Quem passa pelo local também pode usufruir de ampla diversidade de produtos e serviços graças à oferta de uma nova praça de alimentação e a inauguração de mais de 35 novos empreendimentos.

Entre as marcas presentes, destacam-se as operadoras de lounges e salas VIP – WP Premium Group, Global Lounge e BRT Lounge –, além de grandes redes nacionais e regionais, como Chilli Beans, Kopenhagen, Bob's, Spoleto, Corona, Fran's



Empreendimento ocupa a 5ª posição no acumulado do ano e chegou à terceira posição na avaliação do último mês de novembro

Café, Pizza Crek, Brahma, Subway, Rei do Mate, Casa do Pão de Queijo, Louvada, Piticas e Nutty Bavarian.

De acordo com Marco Antônio Gomes, superintendente do Aeroporto Internacional de Cuiabá, além das modernizações dos espaços dedicados ao uso dos passageiros, estão sendo feitos incrementos importantes em segurança e eficiência operacional. “Após termos nossos espaços totalmente requalificados, os investimentos continuaram.

Neste ano, inauguramos um avançado Centro de Controle Operacional (CORE), que utiliza Inteligência Artificial, Machine Learning e Internet das Coisas para aperfeiçoar e automatizar processos, e concluímos requalificações nos pavimentos

de pista, taxiways e pátios, atributos que elevam ainda mais a confiabilidade e a eficiência da nossa operação”, destaca.

As intervenções também contemplaram melhorias fundamentais para a conclusão do processo de internacionalização do aeroporto, que passou a ter autorização oficial para operar voos para outros países, incluindo operações comerciais regulares, charter, de carga e táxi-aéreo.

No último mês de agosto, a COA também concluiu R\$ 12 milhões em investimentos voltados à requalificação completa do pavimento de pista e taxiways, além de nova sinalização horizontal, melhorias que elevam os níveis de segurança e eficiência operacional.

Foto Divulgação

MUDANÇA DE HÁBITOS

Férias: como reduzir consumo de energia elétrica em período de casa cheia

O consumo inteligente e mudanças simples de hábitos podem fazer a diferença no final do mês

Da Assessoria

Dezembro é sinônimo de férias escolares, parentes em casa e calor intenso. A soma de tudo isso é uma preocupação comum entre a maioria das famílias mato-grossenses: a conta de energia elétrica no fim mês.

O gerente de operações da Energisa MT, Anderson Rodrigues, explica que pode parecer difícil, mas simples hábitos de consumo eficiente favorecem o uso racional da energia elétrica.

“Essa mudança de comportamento precisa atingir toda a família, desde as crianças até os idosos, que geralmente passam mais tempo em casa”, enfatiza.

Anderson destacou alguns pontos para serem avaliados, no consumo das crianças durante o período de férias que podem influenciar no consumo de energia.

“Quanto mais tempo a TV, videogame, computador e outros eletrônicos ficarem ligados, maior o consumo de energia. E mesmo quando são deixados em stand by, continuam consumindo energia. O ideal é estabelecer horários para que a garotada não fique o dia todo nos eletrônicos e retirá-los da tomada quando não estiver usando”, afirma.

Ainda sobre o uso dos eletrônicos, o gerente explica que se ligados em uma mesma tomada por meio de benjamins (ou T's), pode haver uma sobrecarga nas instalações. Além do aumento da energia, há o risco de um curto-circuito e até um incêndio na residência.



Foto Reprodução

Dicas vão desde o uso racional de equipamentos como máquina de lavar e ferro de passar, até o controle do tempo do banho no chuveiro elétrico

Para os adultos as dicas vão desde o uso racional de equipamentos como máquina de lavar e ferro de passar, até o controle do tempo do banho no chuveiro elétrico.

“É bem comum que com as crianças de férias aumente a quantidade de roupas sujas.

Então, junte a maior quantidade possível para usar a máquina em sua potência máxima. Quando você lava de pouquinho em pouquinho, está desperdiçando água e energia”, analisa.

Por fim, o engenheiro eletricista da Energisa faz um apontamento importante:

“O correto é acompanhar o seu próprio histórico de consumo em kWh com outros períodos do ano para que consiga identificar o que tem influenciado no desperdício de energia na sua casa”, orienta.

SELO DIAMANTE

Max Russi reforça compromisso da ALMT com a transparência

Presidente da AL ressalta que premiação se deve ao trabalho estruturado e realizado em parceria com o TCE, com foco direto no cidadão

REDAÇÃO

O trabalho desenvolvido pela Mesa Diretora da Assembleia Legislativa fez com que o Legislativo mato-grossense, pelo terceiro ano consecutivo, recebesse o Selo Diamante de Transparência Pública, concedido pelo Programa Nacional de Transparência Pública (PNTP). Presidente da Casa, o deputado Max Russi (PSB) destacou que isso é reflexo de um trabalho estruturado e realizado em parceria com o Tribunal de Contas do Estado (TCE-MT), com foco direto no cidadão.

“A Assembleia Legislativa de Mato Grosso recebeu novamente o Selo Diamante de Transparência, uma conquista que comprova o compromisso permanente da instituição com a clareza das informações públicas, o fortalecimento do controle social e a credibilidade junto ao cidadão”, destacou o parlamentar.

“Somos uma Casa presente em 142 municípios, escutando as demandas, realizando audiências públicas, debates, proposições e administrando bem os recursos”, ressaltou Max Russi.

O presidente destacou ainda que o reconhecimento reforça a responsabilidade da gestão com os recursos públicos. “Ser premiada pela forma como conduz seu orçamento demonstra que a Assembleia tem trabalhado com transparência, organização e zelo. Esse resultado também é mérito dos servidores, que se dedicam para oferecer informação rápida e qualificada, seja à imprensa, aos órgãos de controle ou a qualquer cidadão”, completou.



“Ser premiada pela forma como conduz seu orçamento demonstra que a Assembleia tem trabalhado com transparência, organização e zelo”, afirma Max Russi

Max Russi também ressaltou a importância de valorizar boas práticas na administração pública. “O Tribunal de Contas tem punido maus gestores, como deve ser, mas também reconhece quem trabalha de forma correta. Premiar boas gestões estimula o aprimoramento e dá visibilidade às instituições que tratam o dinheiro público com honestidade e responsabilidade”, destacou.

De acordo com Max Russi a Secretaria de Controle Interno da ALMT promoveu uma série de melhorias que atenderam satisfatoriamente às exigências da Atricon.

O presidente do TCE-MT, Sérgio Ricardo, ressaltou a relevância da transparência como instrumento para combater desigualdades e aprimorar a gestão pública.

“Transparência precisa ser reconhecida, premiada e exigida. É ela que garante que os recursos públicos sejam aplicados corretamente e atendam às necessidades da população. Quando gestores são estimulados a aprimorar seus portais e práticas, todos ganham, especialmente o cidadão”, afirmou

Foto Reprodução

ALERTA DA SES

Período festivo deve ter atenção redobrada para intoxicação por metanol

O momento demanda mais atenção para evitar a ingestão de produtos de procedência duvidosa ou adulterados

Elloise Guedes

Com as festas de final de ano, o consumo de bebidas alcoólicas costumam aumentar. Após os casos de intoxicação por metanol, a Secretaria de Estado de Saúde (SES-MT) reforça o alerta à população esse consumo. O momento demanda mais atenção para evitar a ingestão de produtos de procedência duvidosa ou adulterados. Nos últimos meses, foram registrados 15 casos suspeitos de intoxicação por metanol em Mato Grosso. Desses, seis foram confirmados, resultando em três óbitos. Oito casos foram descartados e um segue em investigação em Cuiabá.

A SES identificou 15 lotes de whisky da marca Ballantine's Finest com indícios de falsificação, em que as garrafas originais teriam sido adulteradas com produto clandestino. A população deve sempre verificar rótulo, lote e data de fabricação antes de consumir bebidas alcoólicas e denunciar estabelecimentos que comercializem produtos suspeitos por meio do Fale Cidadão.

De acordo com Menandes Alves de Souza Neto, responsável técnico pelo Centro de Informações Estratégicas de Vigilância em Saúde (Cievs-MT), os sintomas da intoxicação por metanol podem ser enganosamente semelhantes aos de uma embriaguez comum nas primeiras horas, dificultando o diagnóstico precoce.

“Contudo, entre 12 e 24 horas após a ingestão, surgem sinais altamente sugestivos da intoxicação: visão embaçada ou escurecida, fotoftalmia, pupilas dilatadas, dificuldade para caminhar, respiração acelerada e profunda devido à acidose metabólica, confusão mental, sonolência extrema, convulsões e, nos casos mais graves, coma.

A evolução pode ser rápida para cegueira permanente e danos neurológicos severos, tornando o atendimento imediato determinante para evitar sequelas e salvar vidas”, explicou.

O responsável técnico ainda informou que o Cievs atua em regime de prontidão permanente para detectar e responder rapidamente a eventos de saúde pública. “No cenário atual, o Centro coordena a investigação dos casos, orienta profissionais sobre condutas clínicas e exames essenciais, aciona o Lacen para a análise laboratorial e articula com o Ciatox Cuiabá [Centro de Informação e Assistência Toxicológica] para suporte toxicológico especializado. Essa

atuação integrada fortalece a capacidade de resposta do Estado e reduz o tempo entre a identificação dos casos suspeitos e a adoção das medidas necessárias”, acrescentou.

A Pernod Ricard Brasil, importadora oficial da marca Ballantine's Finest, apresentou documentação que comprova a autenticidade e regularidade dos produtos originais de parte dos lotes suspeitos. As evidências laboratoriais e periciais indicam que os casos estão relacionados ao reenvasamento clandestino de garrafas originais, e não a falhas na fabricação ou distribuição pela empresa.

Histórico de casos no Brasil
Os casos de contaminação por metanol no Brasil ganharam destaque após serem identificadas bebidas alcoólicas adulteradas com a substância, altamente tóxica e proibida para consumo humano. O metanol pode causar sintomas graves, como vômitos, dor abdominal, cegueira e até morte.

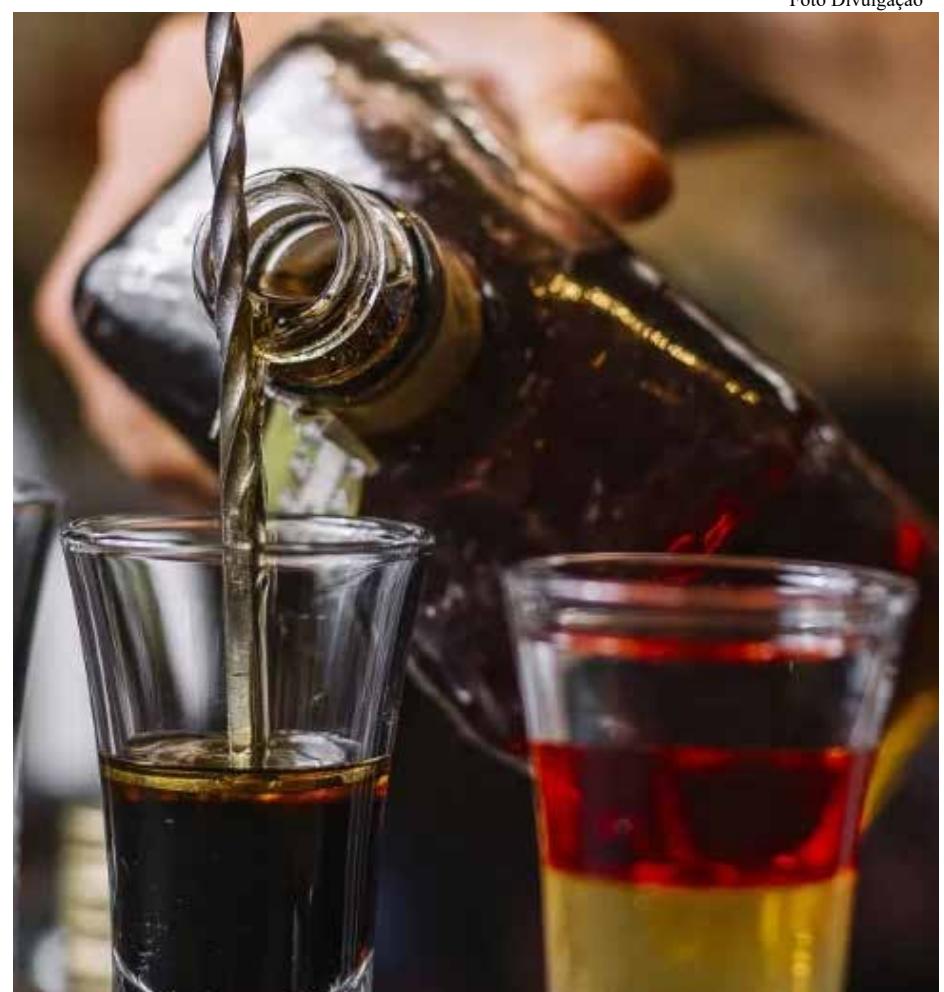


Foto Divulgação

A população deve sempre verificar rótulo, lote e data de fabricação antes de consumir bebidas alcoólicas

Como se prevenir

A melhor forma de evitar a intoxicação por metanol é o cuidado com a origem do que você consome:

- Evite bebidas de origem duvidosa. Sempre prefira produtos com selo fiscal e rótulo, comprados em estabelecimentos confiáveis.
- Não consuma bebidas caseiras ou sem registro, especialmente em eventos ou comemorações.
- Fique atento a embalagens sem lacre, abertas ou alteradas.
- Lembre-se: o metanol não tem cheiro, cor ou sabor diferente do álcool comum, o que torna quase impossível identificá-lo apenas pelo paladar.

Foram confirmados 22 óbitos:

- 10 em São Paulo;
- 5 em Pernambuco;
- 3 no Paraná;
- 3 no Mato Grosso;
- 1 na Bahia;

Outros nove seguem em investigação.

AS FORÇAS DE SEGURANÇA
ESTÃO TRABALHANDO MUITO

• X @ f @ govmatogrosso
mt.gov.br secom_mt

E OS DADOS
COMPROVAM

100 %

das invasões de terra
foram impedidas

(2023-2025)



TOLERÂNCIA
ZERO
CONTRA
FACÇÕES CRIMINOSAS



**Governo de
Mato
Grosso**

PRESENTES GENEROSOS

REDAÇÃO

A data mais importante para o comércio deve render presentes generosos e uma boa quantia para a economia do estado. Segundo a pesquisa “Intenção de Compras para o Natal de 2025”, realizada pelo Instituto de Pesquisa e Análise da Fecomércio Mato Grosso (IPF-MT), 56,78% dos mato-grossenses pretendem realizar compras neste período, percentual superior ao observado no levantamento anterior (48,8%).

A média de gastos também aumentou entre as pesquisas, passando de R\$ 500 em 2024 para R\$ 759,79 em 2025, uma variação real de 45,16%. Com isso, a expectativa é de que o Natal movimente R\$ 1,26 bilhão na economia de Mato Grosso.

O montante é reflexo da pesquisa realizada pelo instituto, que ouviu 509 pessoas entre os dias 1º e 5 de dezembro, em 32 municípios do estado. A margem de erro estimada é de 4%, para mais ou para menos.

O presidente da Fecomércio-MT, Wenceslau Júnior, destacou os motivos para o aumento do gasto observado na pesquisa. “O avanço no ticket médio tem relação, em especial, com o incremento no consumo de itens como viagens. Além disso, a predominância de compras de roupas, acessórios e itens da ceia mostra que o consumo natalino tem como foco produtos voltados à celebração da data, sugerindo que o consumidor prioriza itens temáticos ou tradicionais do período, que obtiveram maior participação neste ano em comparação com 2024”.

É o que aponta o levantamento: 35,99% dos entrevistados buscam por roupas e acessórios, seguidos por 25,95% que pretendem consumir itens para a ceia de Natal e 14,53% que devem comprar cosméticos e perfumes.

Quanto à forma de pagamento, 50,52% informaram que pretendem utilizar o cartão de crédito, enquanto 35,64% afirmaram que devem optar pelo Pix. Em relação ao local das compras, 40,48% pretendem ir a lojas do centro da cidade, seguidos por 21,80% que devem comprar em supermercados, 19,03% em sites ou aplicativos e 13,49% em shoppings.

Natal deve movimentar cerca de R\$ 1,2 bilhão no comércio em MT

Pesquisa aponta que 35,9% dos entrevistados devem comprar roupas e acessórios



A média de gastos aumentou, passando de R\$ 500 em 2024 para R\$ 759,79 em 2025, uma variação real de 45,16%

Na comparação com o Natal do ano passado, 35,29% dos entrevistados informaram que planejam reduzir seus gastos, enquanto 33,56% pretendem manter a faixa de consumo e 22,49% acreditam que irão gastar mais. Wenceslau Júnior reforçou a preocupação quanto ao nível de consumo. “O fato de mais de um terço dos entrevistados planejar reduzir gastos em relação a 2024 evidencia que, apesar do aumento do

ticket médio entre quem compra, ainda há cautela financeira significativa entre as famílias.”

Ainda segundo a pesquisa, entre os 39,88% que afirmaram não ter intenção de consumir no período, 64,09% disseram não ter o hábito de comemorar o Natal, 29,55% alegaram falta de condições financeiras e 5,45% informaram não ter disponibilidade de tempo.

Confira dicas de como entrar em 2026 com o orçamento equilibrado

Da Assessoria

O fim do ano se aproxima e, para muitas pessoas, o último trimestre representa o momento de olhar para trás e perceber que o planejamento financeiro idealizado lá em janeiro ficou pelo caminho. Mas especialistas do Sicoob acreditam que é possível virar o jogo e começar 2026 com mais equilíbrio financeiro e as contas em dia. “O período de fim de ano é o momento ideal para reavaliar prioridades, reorganizar o orçamento e traçar novos objetivos. Planejar agora é o primeiro passo para fazer diferente em 2026”, afirma Eduardo Trigueiro, educador financeiro do Sicoob.

Para o educador, o ponto de partida é compreender a situação financeira atual: colocar na ponta do lápis quanto se ganha, quanto se gasta e onde o dinheiro tem sido usado, com o intuito de identificar excessos e ajustar hábitos. O uso de ferramentas simples, como anotações mensais, ajuda a visualizar oportunidades de economia e a definir metas concretas, quitar dívidas, criar uma reserva financeira ou começar a investir. O especialista orienta ainda que é possível iniciar mudanças significativas mesmo nos últimos meses do ano. Pequenas atitudes, como planejar os gastos com festas, presentes e férias, podem evitar o endividamento e abrir espaço para um 2026 mais leve financeiramente. Outra dica é reservar uma parte do 13º salário para objetivos futuros, seja para formar uma poupança ou garantir segurança diante de imprevistos.

Entre as soluções disponibilizadas no mercado estão previdência privada, Tesouro Direto, Recibos de Depósito Cooperativo (RDC), até outros investimentos mais arrojados, como fundos de investimento e ações. Contudo, antes de sair por aí escolhendo produtos de investimentos, é necessário analisar como estes podem se adequar aos objetivos. Previdência privada, por exemplo, é indicada para objetivos de longo prazo. Já o RDC é uma boa pedida para objetivos de curto prazo, como a formação da reserva financeira. “O planejamento financeiro é uma ferramenta de liberdade e realização. Quando o cooperado se organiza, ele conquista mais autonomia e tranquilidade para aproveitar as oportunidades do novo ano”, reforça Trigueiro. Conheça mais sobre os produtos de investimento do Sicoob: XXX



Escorpião - 21 novembro a 20 dezembro

Um dia de recolhimento e autopercepção. Evite se sobrecarregar com o que não depende de você. À noite, um toque de intuição revela soluções práticas e leves, ajudando a fechar o dia com mais paz interior.

ALIMENTANDO A ALMA

Falando novamente ao povo, Jesus disse: “Eu sou a luz do mundo. Quem me segue, nunca andará em trevas, mas terá a luz da vida”. João 8:12

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

A habilitação para dirigir ônibus	Reprimir (uma novela ou um filme)	Desântimo; abatimento	Nascido na Bélgica	Sílaba de "pingo"	(?) Jorge, cantor de "Burguesinha"	Livre, costas, peito e borboleta
Retornar; voltar						Cultiva (a terra) Objeto precioso
			É treinada na caligrafia	Aqui, em espanhol		
É levantado pelo halterofílista		Mayra (?), judoca brasileira				
(?)-mãe, peça do computador					Fast-(?), tipo de lanchonete	A vogal do meio Litro (símbolo)
Marcha de manobras	Marcha de manobras	Editores (abrev.)		Rumei		
Criança de colo				Da cor da ametista (pl.)		
			Pequena briga			
			Corrigido (o retrato)			
						O teste típico dos cursos de idiomas
Corpo celeste muito pequeno		Que deixou de ser			Herói do Dilúvio (Bib.)	
		Iran Malitano, ator				
Híato de "teor"		(?) Franco, político				Dócil; pacífica
		Sem brilho				
					Empresa de transporte aéreo (sigla)	
Menor partícula da molécula (pl.)		Peça do ventilador		Parte de bonés e quepes		
		Desprezível				
					O som emitido em risadas	
Impedir os movimentos	Indivíduos com direitos civis					Orlando Teruz, pintor
Sucede ao "O"						
Cada extremação da pilha				(?)-fora, festa de despedida		

3/aca. 4/food. 5/placa. 8/ciudadanos. 9/desalento. **BANCO**

16

Espetinho de mussarela

Ingredientes

1,5 kg de queijo mussarela em nozinho - Sal e pimenta a gosto - 1 colher (sopa) de salsa picada - 1/2 xícara (chá) de azeite - 1 colher (cafê) de orégano

Modo de preparo

modo de preparo

1- Em uma tigela, misture todos os ingredientes e deixe descansar por 15 minutos.

2 - Espete os queijos em palitos para churrasco e asse na chapa da churrasqueira por 10 minutos, virando de





Sherlock Holmes

tonycgr@hotmail.com

Foto Divulgação



sobe

O TCE-MT tomou a iniciativa de instalar duas mesas técnicas para buscar soluções para conflitos regulatórios, contratuais e operacionais que afetam o saneamento de Cuiabá e Várzea Grande. A medida ocorre em meio ao debate sobre uma possível intervenção estadual no DAE de Várzea Grande, tema que ganhou força após o presidente do Tribunal, Sérgio Ricardo, sugerir que o Governo de Mato Grosso assumisse a gestão diante da crise hídrica e financeira do órgão. A proposta, porém, foi rejeitada pelo governador Mauro Mendes, que afirmou que os prefeitos devem assumir suas responsabilidades e afastou a ideia de intervenção.

Foto Divulgação



Max Russi destaca LOA de R\$ 40,7 bilhões e admite possível adiamento da votação

O presidente da Assembleia Legislativa de Mato Grosso, deputado Max Russi (PSB), afirmou que a votação da Lei Orçamentária Anual (LOA) de 2026 — que prevê R\$ 40,790 bilhões em receitas e despesas, um aumento de 10,02% em relação ao orçamento atual — deve ocorrer na próxima semana. Russi explicou que a análise pode ser adiada caso algum parlamentar peça vista, já que esse é um instrumento legítimo para garantir que deputados tenham tempo de estudar o projeto com profundidade.

Virginia Mendes lidera entrega de 11 mil cestas natalinas

A primeira-dama de Mato Grosso, Virginia Mendes, conduziu a entrega de 11.264 cestas natalinas do programa SER Família Solidário Natal Abençoado 2025 em cinco bairros de Cuiabá. A ação levou alimentos tradicionais da ceia, panetone e chocolates a famílias em situação de vulnerabilidade.

Virginia Mendes ressaltou que a iniciativa simboliza cuidado, esperança e dignidade. O secretário Klebson Gomes destacou o esforço integrado da rede socioassistencial para que as entregas ocorressem de forma organizada e eficiente.

