

NAS MÃOS DA PGR

PF diz que Bolsonaro desviou valores que podem chegar a R\$ 6,8 milhões

Folhapress

A Polícia Federal afirmou, em relatório que fundamentou o indiciamento do ex-presidente Jair Bolsonaro (PL) no caso da negociação de joias, que houve desvio de itens cujo valor de mercado chegam a R\$ 6,8 milhões.

De acordo com a PF, os elementos de provas da investigação apontam que houve “uma associação criminosa voltada para a prática de desvio de presentes de alto valor recebidos em razão do cargo pelo ex-presidente da República Jair Bolsonaro e/ou por comitivas do governo brasileiro, que estavam atuando em seu nome, em viagens internacionais”.

Esses presentes eram entregues por autoridades estrangeiras e, depois, vendidos no exterior. Segundo a polícia, os valores dessas vendas foram convertidos em dinheiro em espécie e ingressaram no patrimônio pessoal do ex-presidente, sem utilizar o sistema bancário formal, “com o objetivo de ocultar a origem, localização e propriedade dos valores”.

De acordo com a polícia,

as investigações trouxeram indícios de que “os proventos obtidos por meio da venda ilícita das joias desviadas do acervo público brasileiro” retornaram para o patrimônio de Bolsonaro e de sua família, por meio de lavagem de dinheiro, enquanto ele estava nos Estados Unidos, depois de ser derrotado nas eleições presidenciais para Lula (PT).

“A utilização de dinheiro em espécie para pagamento de despesas cotidianas é uma das formas mais usuais para reintegrar o ‘dinheiro sujo’ à economia formal, com aparência lícita”, disse a PF.

Sem sigilo

O ministro Alexandre de Moraes, do STF (Supremo Tribunal Federal), retirou ontem o sigilo do caso da venda de joias recebidas de presente pelo governo brasileiro, que levou a Polícia Federal a indiciar o ex-presidente Jair Bolsonaro (PL).

Na decisão, Moraes determinou que o acesso integral seja garantido aos advogados regularmente constituídos e abriu vista para análise da PGR (Procuradoria-Geral da República) no prazo de 15 dias, conforme prevê o Código de Processo Penal.

O ministro considerou que, com o relatório final do caso apresentado pela PF na semana passada, não há razão para manter o processo sob sigilo. Agora, a PGR terá o prazo de 15 dias para pedir mais provas, arquivar o caso ou apresentar denúncia.

O processo apura se houve tentativa de entrada ilegal no Brasil de joias doadas pela Arábia Saudita e tentativas fraudulentas de reavê-las.

O ex-presidente é suspeito dos crimes de associação criminosa (com previsão de pena de reclusão de 1 a 3 anos), lavagem de dinheiro (3 a 10 anos) e peculato/apropriação de bem público (2 a 12 anos).

Caso seja processado e condenado pelos crimes de tentativa de golpe de Estado, tentativa de abolição do Estado democrático de Direito e associação criminosa, Bolsonaro poderá pegar uma pena de até 23 anos de prisão e ficar ineligível por mais de 30 anos.

ATAS E EDITAIS

publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

SESCOOP/PR AVISO DE LICITAÇÃO PREGÃO ELETRÔNICO 07/2024

OBJETO: Pregão Eletrônico 07/2024 para Aquisição de Mobiliário. **ABERTURA** das Propostas na plataforma Portal de Compras Públicas, no dia 22.07.2024 às 09h30min. www.portaldecompraspublicas.com.br. **NORMAS e INFORMAÇÕES GERAIS:** Resolução SESCOOP/PR nº 91, de 14.12.2023 e Portaria SESCOOP/PR nº 08 de 12.06.2024, Edital, Resolução e Portaria disponíveis no site: www.paranacooperativo.coop.br ou e-mail: licitacao@sistemaocepar.coop.br.

Assis Carlos Pacheco
Presidente da Comissão Permanente de Licitação



SERVIÇO SOCIAL DO COMÉRCIO – SESC PARANÁ AVISO DE LICITAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 60/24
OBJETO: AQUISIÇÃO DE UTENSÍLIOS DE COZINHA, DE ORGANIZAÇÃO E TERMÔMETROS PARA O SESC PARANÁ. **ABERTURA DA SESSÃO PÚBLICA:** 19 DE JULHO DE 2024. **HORÁRIO:** ÀS 10H00 (HORÁRIO DE BRASÍLIA).

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 64/24
OBJETO: REGISTRO DE PREÇOS PARA EVENTUAL AQUISIÇÃO DE ACESSÓRIOS, PERIFÉRICOS, SUPRIMENTOS DE INFORMÁTICA E MATERIAIS DE EXPEDIENTE PARA O SESC PARANÁ. **ABERTURA DA SESSÃO PÚBLICA:** 19 DE JULHO DE 2024. **HORÁRIO:** ÀS 10H00 (HORÁRIO DE BRASÍLIA).

Os Instrumentos Convocatórios e seus Anexos estão à disposição das empresas interessadas no site do SESC PARANÁ <https://www.sescpr.com.br/licitacoes/> e também no site do Banco do Brasil www.licitacoes-e.com.br.

Curitiba, 09 de julho de 2024. ARI FARIA BITTENCOURT. Presidente do Conselho Regional em exercício.



EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

Prezados Senhores(as) Associados(as)
O Comodoro do late Clube Pontal do Sul, no uso de suas atribuições, convoca todos os associados(as) para participarem da Assembleia Geral Ordinária a realizar-se no próximo dia 27 de julho de 2024, na sede da entidade, situada na Rua da Soja n 502, Balneário Pontal do Sul, município de Pontal do Paraná-PR, iniciando-se os trabalhos às 19:00 horas em primeira convocação, ou na falta de quórum necessário, às 19:30 horas em segunda convocação, com qualquer número de presentes, para deliberarem sobre a seguinte ordem do dia:
1 - Prestação de contas do exercício que compreende o período de julho de 2023 a junho de 2024;

Pontal do Paraná, 09 de julho de 2024

Jaime Lopes Botto de Barros
Comodoro

Anuncie suas
atas e editais
aqui, ligue:

(41) 3515-8731
publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

TRI
BU
NA

CASAL DO CRIME

Criminoso da lista da Interpol é preso instantes antes de novo “ataque” em Curitiba

Redação
jornalismo@tribunadoparana.com.br

Um casal colombiano ligado a uma associação criminosa responsável por furtar equipamentos de endoscopia em diversas cidades do Brasil foi preso na última sexta-feira, em Curitiba. O homem capturado estava foragido com alerta vermelho da Interpol por um furto a joalheria em Fortaleza avaliado em R\$ 9 milhões.

A investigação teve apoio da Polícia Federal e apontou que os suspeitos são autores de furtos ocorridos nas cidades de Canoas e Pelotas, no

Rio Grande do Sul, Uberlândia, em Minas Gerais, Itabuna e Vitória da Conquista, na Bahia e em Joinville, em Santa Catarina, ocasionando um prejuízo de aproximadamente R\$ 2 milhões em cada local em que furaram os aparelhos clínicos.

A Polícia Civil do Paraná (PCPR) informou que a dupla planejava furar equipamentos em Curitiba.

Durante a prisão, os policiais apreenderam dentro de um imóvel, materiais utilizados para invasão de clínicas e hospitais, documentos falsos

em nomes de pessoas de nacionalidade venezuelana.

Procurado pela Interpol

O homem preso estava foragido com alerta vermelho na Interpol por participar de um furto a joalheria dentro de um shopping em Fortaleza, ocorrido no ano de 2021, que resultou em prejuízo de R\$ 9 milhões.

Ele apresentava-se nos locais utilizando documentos falsos e com várias passagens policiais em vários estados do Brasil.



Divulgação/Polícia Civil

PESCADORES

14 pessoas condenadas por desviar indenizações

Redação
jornalismo@tribunadoparana.com.br

A 1ª Vara Criminal de Paranaguá condenou 14 pessoas denunciadas pelo Ministério Público do Paraná por corrupção passiva, lavagem de dinheiro e apropriações indébitas de indenizações pagas a pescadores prejudicados por dois acidentes ambientais ocorridos em 2001 no Litoral do estado. A sentença foi publicada na última sexta-feira e responde a denúncia oferecida pela 1ª Promotoria de Justiça de Paranaguá ainda em 2014 a partir da Operação Tarrafa, que apurou os crimes praticados. Entre os condenados, estão um ex-escrivão da Vara Cível, um contador e vários advogados.

As investigações sobre os fatos, conduzidas pelas Promotorias de Justiça de Paranaguá com atribuição nas áreas criminal e de proteção ao patrimônio público, incluíram diversos mandados de prisão e de busca e apreensão cumpridos pelo Grupo de Atuação Especial de Combate ao Crime Organizado (Gaeco). As apurações comprovaram que os crimes foram praticados pelos envolvidos – entre eles, um juiz aposentado e um então escrivão da Vara Cível – nas dependências do Fórum de Paranaguá. As penas aplicadas aos réus variaram de 4 a 22 anos de reclusão, de acordo com o envolvimento de cada um nos crimes apurados.

Acidentes ambientais

As indenizações devidas aos pescadores tiveram origem em dois acidentes ocorridos em 2001: o vazamento de óleo do Poliduto Olapa, em fevereiro, e de nafta, componente químico derramado pelo navio Norma, em outubro. Os incidentes obrigaram os pescadores a deixarem de trabalhar por longos períodos, o que levou a Justiça a determinar o pagamento de indenizações aos prejudicados.

FALECIMENTOS



Eunice Madureira David, 100 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Água Verde.

Valdemiro Ferreira de Lima, 68 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Santa Cândida.

Rachel Linhares Rocha, 90 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Boqueirão.

Marcos Jadir Pinto, 80 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal de Itaperuçu.

Enersina Ricardo, 88 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Boqueirão.

Wagner José dos Santos, 43 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Vertical.

Eronilse Gracelli, 39 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Campestre da Faxina.

Jades Dias Boaventura, 67 anos,

sepultamento hoje, no Cemitério Municipal da Fazenda Rio Grande.

Leonora Fogo, 89 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Memorial da Vida (S.J.Pinhais).

Maria Goreti Nadolni Jacomel, 72 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Paroquial do Santa Cândida.

Vinícius Ferreira Coelho, 17 anos, sepultamento hoje, no Crematório Jardim da Saudade (Pinhais).

Welci Rodrigues de Moura, 58 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Santo Angelo (Campo Largo).

Benjamim Braz de Lima, 80 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Parque Senhor do Bonfim (S.J.Pinhais).

Alice Laureano Scarpini, 90 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Vaticano (Alm. Tamandaré).

Paulo Américo Durigan, 71 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Paroquial de Santa Felicidade.

Nicolas Guilherme Bridi Silvestre, 31 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Boqueirão.

Lourival de Ramos, 77 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Água Azul (Lapa).

Donato Silvestre de Paiva, 82 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal do Boqueirão.

João Carlos Cezotto, 71 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Pedro Fuss (S.J.Pinhais).

Francisco Pozza Filho, 78 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Paroquial Colônia Orleans.

Irma Loli Chavoni, 79 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Parque Senhor do Bonfim (S.J.Pinhais).

Fumie Furusato, 93 anos,

sepultamento hoje, no Cemitério Vertical.

José Romeu de Medeiros, 80 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Paroquial do Campo Comprido.

Rose Inez Câmara, 68 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Municipal Nsa Sra do Carmo (Paranaguá).

José Aparecido de Almeida, 83 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Vertical.

Arminda Cavalli, 85 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Paroquial Nsa Sra do Rosário (Colombo).

Rafael Arsego dos Santos, 43 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Memorial da Vida (S.J.Pinhais).

Maria de Lourdes Nascimento Silveira, 73 anos, sepultamento hoje, no Cemitério Vertical.

Esta página faz parte da edição impressa produzida pelo jornal Tribuna do Paraná



“Bruxos e bruxas” comandam rodízio mágico com massas e pizza

Divulgação

DIVERSÃO NAS FÉRIAS

Redação
jornalismo@tribunadoparana.com.br

Varinhas mágicas, feitiços e poções num almoço comandado por bruxos e bruxas. Interessados de qualquer idade já podem tirar as capas do armário e anotar esta programação no roteiro das férias de julho em Curitiba. A experiência imersiva diretamente da Escola de Magia e Bruxaria será no Beco Diagonal e os ingressos já estão à venda com três faixas de valores, por idade.

Entre os dias 10 e 27 de julho, o restaurante temático vai abrir especialmente para o almoço às quartas, quintas, sextas e sábados e fazer com que os visitantes se sintam verdadeiros estudantes das melhores escolas de magia do mundo. O ingresso dá direito ao almoço com rodízio de pizzas e massas, pocket show

com atores caracterizados e uma varinha mágica exclusiva para levar para casa, com 1h30 de permanência na casa.

O Beco Diagonal estará com personagens à disposição para fotografias num cenário que mais parece cena de filme. Para acompanhar cada fatia de pizza e as massas, o cliente pode pedir a famosa cerveja amanteigada (com ou sem álcool), poções borbulhantes e outras bebidas do cardápio (cobradas a parte).

Antes de ir embora, vale dar aquela passadinha na loja do Beco e conferir os produtos personalizados como a capa da invisibilidade, canecas, pelúcias, chaveiros e outros souvenirs para quem quer levar um pouco mais da magia deste dia para casa.

SERVIÇO

■ Especial de férias no Beco Diagonal

● **Datas do evento:** 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19, 20, 24, 25, 26 e 27/07

● **Horários:** Quarta a sexta – única sessão, das 12h às 13h30. Sábado – Sessão 1: das 12h às 13h30. Sessão 2: das 14h às 15h30

● **Valores:** Adulto: R\$ 99,90. Criança (4 a 10 anos): R\$ 89,90. Criança (até 3 anos): R\$ 29,90

▶ *Bebidas cobradas à parte.

▶ **Menores de 12 anos somente acompanhado por adulto responsável. Ingressos no site

● **Endereço:** Rua Major Heitor Guimarães, 1214 – Campina do Siqueira

COLUNA DA **98^{fm}**



Divulgação

Potência vocal! Yasmin Santos lança novo projeto com “Nem a pau” feat. Simone Mendes

A cantora Yasmin Santos lança o terceiro projeto da carreira, com o título “Eu, Yasmin Santos”. “Nem a Pau” é o single que ganha destaque e abre os lançamentos com a potência total da união das vozes de Yasmin com Simone Mendes. A música, recém-lançada já é sucesso na programação da 98FM.

A cantora conquistou seu espaço na música sertaneja com uma variedade de sucessos que demonstram a sua versatilidade, como “Saudade Nível Hard”, “Abstinência”, “Para, pensa e volta”, “Ciclo Vicioso” e “Principalmente pessoas”. Agora, o momento foi ideal para trabalhar com uma nova produção musical para mesclar o melhor de sua personalidade musical a talentos de outros ritmos. “Eu participei de cada detalhe, do processo todo mesmo,

foi algo inédito para mim porque sempre fiquei mais focada na música enquanto a equipe cuidava dos outros detalhes, eu só acompanhava e via tudo pronto no dia. Dessa vez eu quis fazer diferente, estava lá escolhendo cada uma das 15 composições, os arranjos ao lado do produtor musical, dei pitaco sobre o cenário, me dediquei aos detalhes de cada participação, foi uma aventura e o melhor é ver tudo pronto e dando certo, graças a Deus!”, afirma Yasmin Santos.

A canção “Nem a Pau”, com Simone Mendes aquece para os próximos lançamentos com faixas inéditas e parcerias com Nattan, Matheus & Kauan, Guilherme & Benuto, Gaab, Gabi & Rapha e Raphaela Santos.

Ouçã esses e outros sucessos em 98,9fm ou em 98fmcuritiba.com.br

No site somamos mais de

7,5 milhões
de pageviews mensais

Totalizando mais de

2,3 milhões
de usuários únicos por mês.

Nas redes sociais são mais de

3,7 milhões
de impressões e mais de
meio milhão
de pessoas alcançadas!

No impresso, informamos

14 mil
leitores por dia

Entre em contato conosco e conecte a sua marca e suas ofertas com nossos leitores.



41 99122-4231



TRIBUNA

Esta página faz parte da edição impressa produzida pelo jornal **Tribuna do Paraná**

CRUZADAS

NOVELAS



www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Atrações artísticas em Harbin, na China	Tonel (abrev.)	Renata (?) jornalista e âncora do "Jornal da Globo"	Prete, em operações	É usada por médicos em operações	Obra de Garcia Márquez que se passa na fictícia Macondo	Dez, em inglês	Dito dissimulado	Alcatrão, em inglês
Formação pontiaguda em gruta					Passado de "ser" (pl.) Município da Paraíba			
São erguidos no brinde			A ave de canto harmonioso					
Antônimo de "múltiplo"		"(?) do Sertão", toada da MPB				Micose que afeta os dedos do pé		Não continua (o processo)
Litro (símbolo)								
Relativo a cultura e comportamento de grupos sociais	Lúgubres; funestos (fig.)		Guel (?), cineasta e diretor de televisão					
Emissora italiana			Farinha de mandioca fina (bras.)			Sandro Dias, o skatista Mineirinho		
Peixe com dentes fortes (pl.)		Concordo						
"(?) a quem doer" (dito)			Arthur Rimbaud, poeta francês		Roentgen (símbolo) Silaba de "toldos"		Dança tradicional do baile de debutante	Preposição de lugar
Objeto como a agulha hospitalar e a pilha não recarregável	"Cogito, (?) sum": penso, logo existo (lat.)					Amigo, em francês 3, em romanos		"(?) a Ex", série com Maria Casadevall
Que se passa por sábio e demonstra presunção		Transtorno Obsessivo Compulsivo (sigla)	Casa onde se realiza culto do Candomblé			Religião cujo grande profeta foi Maomé		

BANCO 59 /3/ami — cui — ilé — tar — ten. 4/etrg. 11/etnografico — sofomaniaico. 16/esculturas de gelo.

18H20 | NO RANCHO FUNDO

Zefa Leonel se enfurece quando Blandina avisa que casou com Zé Beltino sem assinar o acordo pré-nupcial. Tõim entrega contas atrasadas para Quinota e Caridade se espanta. Blandina implora que Marcelo Gouveia devolva sua aliança. Ariosto cogita a ideia de desfazer a sociedade com Zé Beltino, para agradar Zefa Leonel. Zefa Leonel se orgulha de Quinota. Seu Tico Leonel se surpreende ao descobrir que Zé Beltino se casou com Blandina. Zé Beltino pede para Tia Salete ser sua madrinha de casamento. Zefa Leonel e a família chegam ao Rancho Fundo.

19H40 | FAMÍLIA É TUDO

Marieta entrega as chaves do carro de Leda para Júpiter. Tom vence a competição, e Cláudio reage enfurecido. Lupita e Guto sofrem um acidente na estrada, e são assaltados. Tom e Vênus se preocupam com o sumiço de Nildes. Otto conta para Netuno/Léo que ele foi contratado para cometer um assassinato. Maya ajuda Luca a procurar Ana. Chicão descobre que foi Lulu quem incentivou Andrômeda a ser desafinada. Os bandidos levam Lupita e Guto para uma mata. Tom pensa em esconder sua doença de Vênus. Júpiter descobre que Lupita e Guto sofreram um acidente na estrada, e se desespera.

21H20 | RENASCER

Aos pés do jequitibá, José Inocêncio confessa a Augusto que já sente a passagem do tempo. Teca incentiva Mariana a voltar para José Inocêncio. Aurora, uma investidora e fazendeira do Espírito Santo, aparece na fazenda de José Inocêncio a convite de Zé Bento. Aurora é apresentada a José Inocêncio, que a trata com desprezo. Ela demonstra seu desejo de aprender mais sobre as técnicas de plantio de cacau. Tião é agredido por Marçal, mas disfarça ao ser questionado por Augusto sobre seus ferimentos. Joana repreende Tião, ao saber que o marido esteve nas terras de Egídio e pede a separação. Rachid não suporta a tristeza do amigo Norberto e decide viajar para tentar encontrar Jacutinga. Rachid pede que Dona Patroa espere por ele. José Inocêncio pede a Tião que fale o nome de quem lhe deu a surra e avisa que o capetinha vai protegê-lo.

14h30 | TERESA

Luisa, chorando, diz que Mariano tentou preveni-la e ela, boba, não o escutou. Luisa diz que quer morrer, e Arthur a responde que ocorreram coisas piores, e eles sempre saíram adiante. Ele pede calma a irmã, mas jura que acertará as contas com Fernando. Joana agradece Heitor por sua compreensão, e diz estar muito feliz com Roberto. Rubens furioso diz a Genoveva que tem vontade de agredir Mariano, pois sua filha não deixa de sofrer por ele. Genoveva o sugere não se meter nos problemas da filha. Arthur agride Fernando e o insulta. Fernando tenta se justificar, dizendo que só buscava apoiar Teresa enquanto ele a tratava mal, e isso foi os aproximando, até que se apaixonaram. Oriana esbofeteia Teresa, e diz que jamais aceitará sua relação com Fernando, e que se ela faz isso para se vingar não conseguirá seus propósitos. Teresa, hipócrita, diz que realmente ama Fernando, mas se Oriana encarar isso como uma vingança pessoal, por ela está perfeito. Aurora pede perdão a Mariano por não ter aceitado ouvi-lo. Mariano responde que a ama e eles se abraçam e se beijam. Armando surpreende Teresa e Fernando se beijando, expulsa Fernando e chorando diz a Teresa que Regina sempre teve razão quanto ao comportamento da filha. Diz ainda que Teresa é calculista, manipuladora e capaz de tudo por dinheiro. Teresa se justifica dizendo que se apaixonou por Fernando e seu casamento com Arthur simplesmente não funciona. Armando diz que ninguém se apaixona e deixa de gostar assim de uma hora pra outra e sem razão aparente. Armando sofre um infarto e, agonizando, pede a Teresa que faça o que é correto. Oriana procura Arthur e o encontra bêbado. Chorando, ela diz que sempre soube que Teresa era uma alpinista social, e ninguém a deu ouvidos. Agora a próxima vítima de Teresa será Fernando. Regina se surpreende ao ver Armando morto.

15h30 | CONTIGO SIM

Mirta quer viajar com Geraldo. Álvaro se irrita com Dário por passear com a irmã. Abel tenta consertar o carro de Nancy. Geraldo implora a Álvaro que não se case com a filha. Ângela não aceita a ajuda de Geraldo para pagar as mensalidades da escola. Nancy poderia encontrar o amor com Abel. Ângela pede a Álvaro que não se case. Ângela e Geraldo passam um momento constrangedor ao parabenizar o casal recém-casado. Leonardo e Ângela discutem novamente. Os negócios de Álvaro podem acabar.

20h30 | A INFÂNCIA DE ROMEU E JULIETA

Téo revela a Amanda que não vai se inscrever no time por causa da Sofia. Romeu diz a Julieta que está chateado por ela só andar com Diego e não dar atenção a ele. Telma desabafa com Mini que nenhum relacionamento dela dá certo. Vera passa o dia com Clara vendo as essências para os novos produtos do Monter Mercado. Pórcia e Bassânio visitam a antiga casa de Laura no Lado Vila para alugar, já que Laura está morando no apartamento de Mauro. Amanda conta a Sofia que Téo se arrependeu e desistiu da vaga do time, e pede para dar uma chance ao filho dela. Vitor afirma que o vídeo em que ele diz ser o responsável pelo desvio de dinheiro da Monter Holding foi feito por inteligência artificial. Karen detesta o piquenique de Patrick e acredita que ele esteja sendo muito grudento. Sofia perdoa Téo. Rosalina admite para Julieta que foi a culpada por causar o acidente de Diego.

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!

www.coquetel.com.br

Solução

O	C	V	I	N	V	O	F	O	S
V	T	S	I	C	O	J	T		
D	T	I	T	I	I	T	E		
I	W	V	O	G	R	E	G		
L	E	V	A	T	R	A	C	S	E
O	R	N	V	O	D				
S	V	R	I	V	R	T	R	S	
E	S	N	E	N	I	R	V	L	C
D	S	I	U	C	I	V	R		
S	E	V	R	V	V	G	U		
O	C	I	F	V	R	G	O	N	T
N	N	R	V	U	T				
V	H	O	N	V	C	O	N	N	
M	V	R	E	S	O	P	O	C	
E	T	E	I	C	T				
C									

HORÓSCOPO

Áries
21.03 a 20.04

O dia pede mais de cautela nas finanças se quiser fugir de prejuízo e evitar os boletos lá na frente, bebê. No amor, mostre seu lado romântico.
Cor: rosa.
Números: 02, 16, 47.

Câncer
21.06 a 21.07

Vale a pena traçar metas mais ambiciosas e cultivar sonhos grandiosos, mas sem exagerar no impulso. No amor, esclareça mal entendidos pra tudo dar certo.
Cor: azul-esverdeado.
Números: 50, 41, 58.

Libra
23.09 a 22.10

Há sinal de tensão nas relações, principalmente nas amizades. Pra evitar problemas, espere a raiva esfriar. No amor, não dê espaço para mal-entendidos.
Cor: azul-claro.
Números: 02, 20, 27.

Capricórnio
22.12 a 20.01

Cuidado com briga ou desentendimento, Caprica, porque esta terça começa um pouco tensa. O astral melhora à tarde com a Lua em Virgem. Animação no amor.
Cor: cereja
Números: 18, 16, 54.

Touro
21.04 a 20.05

Seu desafio hoje é ser mais flexível, mesmo que não concorde com alguns pontos de vista ou atitudes de outras pessoas. O amor fica mais animado.
Cor: preto.
Números: 05, 58, 50.

Leão
22.07 a 22.08

Será preciso ceder em algumas coisas se quiser manter a harmonia com as pessoas. Exigir que tudo seja do seu jeito pode dar confusão! No amor, controle o ciúme.
Cor: lilás.
Números: 23, 44, 08.

Escorpião
23.10 a 21.11

A vida profissional segue em destaque e você vai lutar muito para conquistar o que deseja! Mas podem surgir desafios pelo caminho. O amor fica mais gostoso.
Cor: roxo.
Números: 27, 18, 12.

Aquário
21.01 a 19.02

Pode ser complicado manter a paz com as pessoas ao redor, especialmente em casa. Mas agir com boa vontade será bom. Uma química de outro mundo anima o amor!
Cor: verde.
Números: 17, 24, 08.

Gêmeos
21.05 a 20.06

Você tem facilidade para se comunicar com todo mundo, mas há risco de faltar diplomacia e sobrar fofocas, o que pode ser problema. No amor, o ciúme dá as caras.
Cor: amarelo.
Números: 30, 21, 27.

Virgem
23.08 a 22.09

O dia começa um pouco tenso, meu cristalzinho, e você vai precisar de atenção extra nos estudos. No amor, deixe inseguranças de lado e seja confiante.
Cor: magenta.
Números: 03, 12, 45.

Sagitário
22.11 a 21.12

Seu maior desafio no trabalho será manter os pés no chão e fazer planos realistas. Redobre a atenção nas tarefas de rotina. Tudo certinho no amor.
Cor: verde.
Números: 42, 15, 33.

Peixes
21.02 a 20.03

Seu lado comunicativo ganha destaque, mas talvez não seja de maneira positiva, já que há risco de perder o foco se ficar de conversinha. O amor está protegido.
Cor: bege.
Números: 60, 53, 35.

SONHOS:
Sonhar com Moto

Sonhar com moto é um indício de que você pode estar se sentindo mais livre para realizar seus desejos e alcançar seus objetivos. Acredite nos seus sonhos.

anuncie

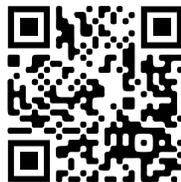
(41) 3515 8730

ou pela internet

<https://tribunapr.com.br/anuncie/>

vendas@tribunadoparana.com.br

MAIS
VAGAS
AQUI!



TRIBUNA
Empregos

TRIBUNA | terça, 09 de julho de 2024

tribunapr.com.br/empregos

15

oportunidades

empregos

contrata-se

TRIBUNA

QUER ANUNCIAR SEU NEGÓCIO ?

99218-2846 | 3515-8730

ANUNCIE AQUI
SUA VAGA E
ENCONTRE O
CANDIDATO IDEAL



TRI
BU
NA

ANUNCIE AQUI
(41) 3515-8730

ATENÇÃO!

Você que está sofrendo por amor, dores no corpo, impotência sexual.

CHEGA DE SOFRER!

Eu tenho a solução consulta taróloga.

Maria Clara
(41)99998.7874

PENSAR COM AFETO

Instagram: @paulamaiapsi_



Desmistificando a terapia: a psicoterapia como chave do crescimento



Deposit Photos

Pessoal, a terapia, muitas vezes envolve mistérios e estigmas, é na verdade uma ponte para o autoconhecimento e o crescimento pessoal. Longe de ser um sinal de fraqueza, buscar ajuda psicológica é um ato de coragem e um passo importante para a melhoria da qualidade de vida.

Vamos explorar como a psicoterapia pode ser uma ferramenta transformadora, sem recorrer a analogias cinematográficas, mas focando em exemplos do cotidiano e na realidade da prática terapêutica.

O Equívoco Comum Sobre a Terapia

Existe um equívoco de que a terapia é exclusivamente para pessoas que enfrentam crises severas ou transtornos mentais. Essa visão limitada não apenas restringe o acesso de muitos à ajuda de que poderiam se beneficiar, mas também perpetua o estigma em torno da saúde mental. Na realidade, a terapia é um espaço para todos que desejam entender melhor a si mesmos, melhorar relações interpessoais, e lidar de forma mais saudável com as adversidades da vida.

A Jornada de Autoconhecimento através da Terapia

1. Exploração do Eu

A terapia oferece um espaço seguro e confidencial para discutir abertamente pensamentos, sentimentos e comportamentos. Este processo de introspecção ajuda a desvendar padrões, crenças limitantes, e objetivos pessoais, promovendo um profundo autoconhecimento.

2. Desenvolvimento Emocional

A capacidade de identificar, aceitar, e expressar emoções de maneira saudável é fundamental para o bem-estar. A terapia auxilia na gestão emocional, permitindo que indivíduos enfrentem de maneira mais resiliente as adversidades cotidianas.

3. Fortalecimento de Relacionamentos

Compreender a si mesmo melhora significativamente a forma como nos relacionamos com os outros. A terapia

pode ajudar a resolver conflitos, desenvolver empatia, e estabelecer limites saudáveis, enriquecendo as relações pessoais e profissionais.

4. Superação de Desafios

Sejam eles medos, inseguranças, ou traumas, a terapia proporciona ferramentas para enfrentar e superar desafios internos. Esse processo de enfrentamento contribui para uma vida mais equilibrada e feliz.

5. Rompendo Barreiras

Iniciar a terapia pode ser um grande desafio, dada a carga de preconceitos que ainda existe em torno da saúde mental. Contudo, reconhecer a necessidade de apoio e buscar ajuda é um passo importante na jornada de cuidado pessoal. A terapia não deve ser vista como um último recurso, mas como uma forma proativa de cuidar de si mesmo.

6. O Impacto Transformador da Terapia

A terapia é uma jornada de descoberta e crescimento. Ao enfrentar questões internas, desenvolver novas perspectivas e aprender estratégias de coping, os indivíduos podem experimentar uma transformação significativa em suas vidas. Além de promover a saúde mental, a terapia pode levar a um aumento na qualidade de vida, satisfação pessoal, e bem-estar geral.

Em suma, a psicoterapia é uma ferramenta poderosa de autoconhecimento e crescimento pessoal. Ela oferece um espaço para refletir, aprender, e evoluir, permitindo que cada pessoa se torne a melhor versão de si mesma. Ao desmistificar a terapia e entender seu valor, podemos abrir caminhos para uma sociedade

mais saudável e resiliente, onde cuidar da mente é tão importante quanto cuidar do corpo.

Com carinho, Paula Maia.

Siga-me em @paulamaiapsi e faça parte de uma comunidade que valoriza o pensamento com afeto e busca uma vida mais plena e significativa. Juntos, podemos compartilhar inspirações, trocar experiências e construir um espaço de apoio e crescimento mútuo. Não perca a oportunidade de se conectar e participar dessa jornada de autodescoberta e transformação.

Paula Maia

Psicóloga e Neuropsicóloga clínica, supervisora e idealizadora do Café, Prosa & Psicologia. Formada em Psicologia pela PUC-GO, Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental e Neuropsicologia (NEPNEURO).

Esta página faz parte da edição impressa produzida pelo jornal Tribuna do Paraná

Hora do almoço



Finzinho da tarde



Hora de dormir



Amanhã cedinho



DIZ AÍ!



Reprodução

facebook/tribunadoparana

Bolsonaro

Alexandre Ras Edi Vellozo

Mas esse cara não era honesto? Contra corrupção? Moralista... **(Sobre a investigação da Polícia Federal que mostrou que o ex-presidente Jair Bolsonaro desviou mais de R\$ 25 milhões em joias).**

tribunapr

Assassinato

@fapribeiro

Enquanto não houver critérios mínimos para colocar pessoas competentes, culturalmente adequadas e comprometidas, isso não será tratado com normalidade.

@iziquielangela

Sou de lá quem devia era o vereador pra o rapaz assassinado!

@patrickschmidt3003

Para resumir... estavam no velório de um parente...o assassino devia grana de um trator...a vítima cobrou, assassino não gostou e matou a vítima no velório do parente deles. **(Sobre o vereador que matou o próprio sobrinho por causa de uma dívida de um trator).**

Átala Alberti



Prato feito

@vilmarpaulino

Parabéns pelo prêmio, este realmente é só para os melhores mesmo, me despertou o interesse em ir conhecer. Hoje em dia é muito difícil encontrar uma comida bem temperada, o único tempero que alguns usam é somente o sal mesmo, infelizmente. Cozinhar é um Dom, e não é pra todos. Mais uma vez. Parabéns!

@jornalacena

É maravilhoso mesmo. Barato e gostoso! **(Sobre a portinha "secreta" no Centro que ganha fama de melhor prato feito da região).**

TRIBOLADAS

by Darta



Tuitadas

Você é o prego que faltava na minha Havaiana. Hoje tô romântico!

MULHER SOLTEIRA

A mulher vai a um supermercado e compra: uma escova de dentes, um tubo de pasta de dentes, um pacote de cereal pequeno, um pacote de refeição congelada para uma pessoa.

Ao passar no caixa, o rapaz querendo puxar papo diz:

- Aposto que você é solteira!
- E a mulher, com um cinismo acentuado:
- Ah é? Como foi que você adivinhou?
- É que você é feia pra caramba!

CAIPIRA PÃO-DURO

O capiau, muito do pão-duro, recebe a visita de um amigo. A certa altura da conversa, o amigo pergunta:

- Se você tivesse seis fazendas, você me daria uma?
- Claro, uai! - respondeu o mineiro.
- Se você tivesse seis automóveis, você me daria um?
- Claro que sim!
- E se você tivesse seis camisas, você me daria uma?
- Não!
- Por que não?!
- Porque eu tenho seis camisas!



O honarede

Pior que o preço do arroz... são as frutas que não calam a boca!! 🍌🍌🍌



EXPEDIENTE

Diretora da Unidade Jornais
Ana Amélia Cunha Pereira Filizola

Coordenadores de Redação
Eduardo L. Klisiewicz - Conteúdo local
Rafael Maia - Operações digitais

Vendas
(41) 3515-8730 tribunapr.com.br
Editora O Estado do Paraná S/A
CNPJ: 76.568.708/0001-05
jornalismo@tribunadoparana.com.br

Redação, Administração e Comercial
Av. Vitor Ferreira do Amaral, 306 Curitiba-PR - CEP: 82530-230
Venda avulsa em Curitiba, região metropolitana, litoral paranaense e Santa Catarina, R\$ 3,00 de segunda a sexta.
Impressão: Press Alternativa

TRIBUNA
grpcom
GRUPO PARANAENSE DE COMUNICAÇÃO

ANJ
Associação Nacional de Jornais

TBR090724 pdf

Código do documento 20bc5125-e1af-4e1a-81c7-2926e8915b0b



Assinaturas



EDITORA O ESTADO DO PARANA SA:76568708000105
Certificado Digital
tppubleg@tribunadoparana.com.br
Assinou

Eventos do documento

08 Jul 2024, 23:07:39

Documento 20bc5125-e1af-4e1a-81c7-2926e8915b0b **criado** por EDITORA O ESTADO DO PARANA SA (d7977d86-df19-41d5-8598-d72d8b545190). Email:tppubleg@tribunadoparana.com.br. - DATE_ATOM: 2024-07-08T23:07:39-03:00

08 Jul 2024, 23:08:09

Assinaturas **iniciadas** por EDITORA O ESTADO DO PARANA SA (d7977d86-df19-41d5-8598-d72d8b545190). Email: tppubleg@tribunadoparana.com.br. - DATE_ATOM: 2024-07-08T23:08:09-03:00

08 Jul 2024, 23:08:44

ASSINATURA COM CERTIFICADO DIGITAL ICP-BRASIL - EDITORA O ESTADO DO PARANA SA:76568708000105
Assinou Email: tppubleg@tribunadoparana.com.br. IP: 191.177.143.96 (bfb18f60.virtua.com.br porta: 61466).
Dados do Certificado: C=BR,O=ICP-Brasil,OU=Certisign Certificadora Digital S.A.,OU=AC Certisign Multipla G7,OU=A1,CN=EDITORA O ESTADO DO PARANA SA:76568708000105. - DATE_ATOM: 2024-07-08T23:08:44-03:00

Hash do documento original

(SHA256):22e722354e9dfb8a06bde48cda5de89e01c16807a8e974423125fb837722970e
(SHA512):3cc8b01a72285df0443f6440183699fece6b75919868d9653711a1d79bb43c96015883fb20226963745e251c07ab058e15e42ef3aa4db953335a7e5e83234e4a

Esse log pertence **única e exclusivamente** aos documentos de HASH acima

Esse documento está assinado e certificado pela D4Sign