

# Polícia Civil leva prevenção às drogas para alunos de escola estadual em Dracena

Cedida Polícia Civil

DA REDAÇÃO

A Polícia Civil, por intermédio da Delegacia Seccional de Polícia de Dracena, promoveu nesta quarta-feira (11), na Escola Estadual Alfredo Machado, palestra sobre prevenção ao uso nocivo de drogas para cerca de mais de 30 alunos, dos 1º, 2º e 3º ano, do ensino médio. A Escola Estadual Alfredo Machado faz parte do Programa de Ensino Integral (PEI), ou seja, as aulas são ministradas do período das 7h às 15h40.

A palestra ficou a



A ação preventiva foi realizada na Escola Estadual Alfredo Machado, no bairro Jardim Brasilândia

cargo do agente policial Reginaldo Rosa, que na oportunidade, abordou sobre os vários tipos de drogas (licitas e ilícitas) e as consequências da dependência química.

Ressaltou a importância

do tema debatido, vez que o ambiente escolar faz parte do convívio social, e a prevenção é o principal caminho para se conseguir diminuir a demanda pelo uso precoce das drogas.

Ao encerrar as explicações, o policial civil Reginaldo Rosa recebeu aplausos dos participantes. A direção da escola agradeceu pelo evento realizado e a parceria com a Polícia Civil.

## CULINÁRIA

### ALMÔNDEGA COZIDA



#### INGREDIENTES

- 1- 1 kg de carne bovina moída de sua escolha
- 2- 1 cebola ralada no ralo fino  
Sal a gosto
- 3- Temperos a gosto (não precisa nada para dar liga)

#### MOLHO:

- 1- 2 colheres (sopa) de óleo (para dourar as almôndegas)
- 2- 1 copo pequeno de extrato de tomate

#### MODO DE PREPARO

- 1- Tempere a carne a seu gosto em uma tigela.
- 2- Amasse, tire uma pequena quantidade de carne na mão (do tamanho de almondegas normal) e aperte bem, movimentado-a nas mãos, faça as bolinhas bem apertadinhas e reserve-as.

3- Coloque o óleo para esquentar em uma panela de fundo largo e coloque almôndegas, uma a uma, se não couber tudo no fundo, pode colocar um pouco por cima das outras.

4- Tampe a panela e deixe as bolinhas cozinharem na mesma água que a carne solta.

5- Quando secar a água, mexa devagar e dê uma leve fritada.

6- Acrescente o extrato de tomate, 1/2 copo (americano) de água e deixe engrossar.

7- Sirva quente.

8- Se quiser acompanhe com um purê de batatas.