

SEXTA-FEIRA, 14 DE NOVEMBRO DE 2025 | ANO 19 | EDIÇÃO 902

[/JORNALACIDADESANTAGERTRUDES](#)

19 99685.1265

[/ACIDADE_JORNAL](#)

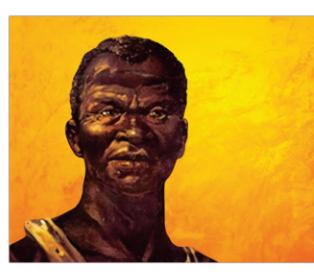
» CIRCULAÇÃO REGIONAL

Destaque



Aniversariantes da semana

PÁGINA 6



Drops:
Consciência Negra

PÁGINA 4



Sabores
da Alé

PÁGINA 5



Censo 2022: População idosa em Santa Gertrudes cresce 62.5%

Pessoas com 60 anos ou mais representam 12.4% da população total da cidade; Mulher de 104 anos pode ser a mais idosa da cidade. Página 3

Mostra Teatral de Santa Gertrudes tem início na quinta-feira

A programação da 8ª Mostra Teatral de Santa Gertrudes tem início na quinta-feira (20), às 20 horas, e segue até o dia 28 de novembro. Todas as peças serão apresentadas no Auditório Municipal Leandro Filier Netto. Ao todo a mostra vai apresentar cinco espetáculos da Cia. Teatral Caboclo Ventura com direção de Brenda Seneme. Página 6



Entre Asas, Antenas e Baygon!, adaptação do texto "Insetos" de Jo Bilac, está em cartaz na Mostra

Inscrições para concurso vão até o dia 11 de dezembro

As inscrições para o Concurso Público de Santa Gertrudes ficam abertas até o dia 11 de dezembro deste ano. São 20 vagas que devem ser preenchidas em cargos públicos vagos e cadastro reserva. As remunerações variam

entre R\$ 1.729,01 para vagas com ensino fundamental incompleto até R\$ 4.648,11 para cargos que exigem ensino superior completo. Para o cargo de médico veterinário a remuneração é de R\$ 93/hora. Página 3

Sivaldo é denunciado e Câmara não revela o teor

O vereador Sivaldo da Água (PP) foi denunciado por suposta quebra de decoro parlamentar na última terça-feira (11). O presidente da Câmara, Willian Bento (PL) não disponibilizou o conteúdo da denúncia. Página 4



Vereador Sivaldo da Água foi denunciado por suposta quebra de decoro parlamentar

Novo Radar já está em operação na Constante Peruchi



: Limite de velocidade do novo radar no KM 172 da Constante Peruchi é de 40 Km/h nos dois sentidos da via

O novo radar instalado pelo governador Tarcísio de Freitas (Republicanos) na Rodovia Constante Peruchi (SP 316, KM 172,300), em Santa Gertrudes, começou a operar na primeira hora da última quarta-feira. A velocidade máxima permitida em ambos os sentidos da via é de 40 Km/h. Com a ativação, o total de equipamentos em operação nas rodovias não concedidas chega a 467. Página 4

Câmara derruba veto do prefeito Gino a dois projetos



Projetos foram considerados inconstitucionais pelo Poder Executivo; com veto, leis passam a valer

A Câmara derrubou na sessão da última segunda-feira (10) o veto do prefeito Gino (PL) a dois projetos que já tinham sido aprovados pela Casa e que seriam sancionados pelo Executivo. O primeiro deles, institui o Programa de Distribuição do Medidor Contínuo de Glicose "Freestyle Libre 2"

às pessoas com diabetes tipo 1, já o segundo versa sobre a priorização da contratação de microempreendedores individuais (MEIs) e microempresas (MEs) para prestação de pequenos serviços de manutenção e reparos em bens e logradouros públicos. Página 4

• Automóvel
• Moto
• Caminhão
• Empresarial
• Residencial
• Vida e Saúde
• Financiamento
• Consórcio

RIO CLARO
corretora de seguros

19 3545.8800 | 19 3545.1230 | 19 95321.0709

Rua 2, 877 | Centro | Santa Gertrudes
santagertrudes@rioclarocorretora.com.br

EDITORIAL

Desde o início das mudanças que estão sendo aplicadas no nosso sistema de comunicação, temos enfrentado algumas dificuldades em relação à transparência das informações no município de Santa Gertrudes. O jornalismo profissional que temos mantido no nosso veículo tem esbarrado em um "medo" sem motivos. Temos observado os acontecimentos, buscado informações corretas e sempre primando por abrir espaço para todos os envolvidos em qualquer notícia, seja ela uma simples divulgação ou um conteúdo mais apurado e polêmico. Nesta semana, observamos dois movimentos que prejudicam o jornalismo profissional e, consequentemente, toda a população.

O primeiro deles, se refere a uma ata referente a 26ª sessão da Câmara publicada no portal do Legislativo e que foi retirada do acesso à população. O segundo caso é relativo à denúncia recebida pela Câmara contra o vereador Sivaldo da Água e que não foi divulgada para apuração da imprensa. Os dois casos, isolados, não merecem tanta repercussão. Mas juntos, eles apontam para um cerceamento na transparência do Poder Legislativo. Fica o alerta para que os poderes, não só o Legislativo, cumpram a legislação e trabalhe de forma transparente. Nós continuaremos fazendo o nosso trabalho. Com tranquilidade, responsabilidade, apoio técnico e jornalismo profissional.

Deixemos a zona de conforto

A sociedade brasileira parece anestesiada. Enquanto o mundo se moderniza, encontra fórmulas eficientes de acelerar o rumo à sustentabilidade, continuamos a fazer as mesmas e velhas coisas que, já se comprovou, não deram certo.

Um exemplo é a educação baseada na memorização de informações transmitidas pelo docente ao aluno. Não se percebeu que os dados estão disponíveis nessas bugigangas eletrônicas e são muito mais atualizados, sedutores e convincentes?

Não é hora de tornar a escola mais agradável, mais lúdica, mais propícia à criatividade, já que estas novas

gerações nasceram com chip e são algorítmicas?

É urgente investir em soluções como aquela de que as populares sandálias havaianas se convertem no piso de academia e banquinhos, numa concretude da economia circular. Não é possível estarmos resignados a acumular lixo em aterros sanitários, que ocupam lugares que deveriam ser reservados a bosques, jardins, parques, lagos e florestas.

Convençamos a população de que a melhor amiga da vida se chama árvore. Que a obrigação de cada ser consciente, nesta quadra desafiadora, é multiplicar a área verde em todas as ci-

dades, a começar pela nossa rua. A defender as árvores, tão vandalizadas, tão hostilizadas, tão derrubadas e extintas.

Vamos aprender com a China, que usa os resíduos sólidos para fazer energia e cujos últimos restinhos se tornam tijolos ecológicos. Deixemos a zona de conforto, aceleremos nossa marcha, acertemos o passo com a contemporaneidade, senão logo seremos exemplo de país que chegou ao declínio sem ter passado pelo ápice.

Essa é uma imagem de Claude Lévi-Strauss, não minha. E eu não gostaria de que ele tenha sido profético e tenha acertado na previsão



do futuro brasileiro.

É preciso acreditar que esta terra abençoada tenha um destino glorioso, mercê dos atributos com que foi provida pela Providência. Sejamos gratos, mas – principalmente – responsáveis.

José Renato Nalini - Reitor da Uniregional, docente da Pós-graduação da Uninove e secretário-executivo das Mudanças Climáticas de São Paulo

DO MUNDO PRA SANTA



POR: FELIPE CICOLIN VITTE
RELAÇÕES INTERNACIONAIS

Protestar é uma forma legítima e eficiente de contestar o poder vigente. É um instrumento que pertence ao povo, uma ferramenta que permite reescrever as possibilidades políticas de uma sociedade. Foi o que ocorreu nas marchas lideradas por Gandhi contra o jugo colonial britânico, na Marcha sobre Washington de Martin Luther King em 1963, e no movimento das Diretas Já, que devolveu ao Brasil o direito de escolher seu próprio

Os arquitetos do futuro, os construtores do presente

destino.

Protestos sobre a agenda climática abundam há décadas. Desde a emergência da ONG enquanto força política internacional, a pauta do meio ambiente esteve presente no centro do debate. E merecidamente.

Enquanto existir uma juventude vítima de um futuro incerto, haverá vozes para desvelar a tamanha injustiça que é negar o direito mais precioso do ser humano — o direito à vida. Mas essa não pode ser a única maneira de lutar pelo nosso planeta. Urge, também, outro tipo de atitude: a ação, tão somente.

Se o século XX foi o século das instituições, o século XXI é o da tecnologia. Já vivemos em um mundo com gerações nativas digitais (como o autor que lhes escreve). A geração Z é a primeira geração que não precisou

aprender tecnologia, talvez o único elemento que atravessa toda a atividade econômica. Nascemos e vivemos com a tecnologia, que se tornou — para o bem e para o mal — integral ao nosso viver. Esse domínio prodigioso é o nosso superpoder, a chave para transformar indignação em resultados.

Por óbvio, já existem esforços nesse sentido. Jovens brilhantes estão desenvolvendo soluções como ferramentas de detecção de queimadas e rastreio de carbono, sistemas de mitigação e alerta de eventos climáticos extremos, entre outros. Isso tudo enquanto pioneiros, enfrentando um estado de mundo jamais visto, com desafios igualmente singulares. Não é fácil, mas é necessário.

Esses esforços já aportam o caminho. Mas há um

risco sempre à espreita: poder técnico sem propósito, que nada mais é que vaidade vazia. Cabe-nos dar direção a essa potência para que ela sirva à vida, ao progresso com sentido. Como Camus bem escreveu, “a verdadeira generosidade para com o futuro reside em dar tudo ao presente.” O mundo precisa de jovens ambiciosos, apaixonados pela vida e inexoráveis na defesa do futuro. Enquanto protestar a maior injustiça da história da humanidade é importante, também o é combatê-la diretamente. Para além de projetar o futuro, há de construir o presente. Essa é a verdadeira ambição.

Felipe Cicolin Vitte - Graduando em Relações Internacionais pela ESPM-SP, foi estudante visitante na Universidade de Harvard

DROPS - POR CARLINHOS MONDINI - ZÉ



O Dia Nacional da Consciência Negra no Brasil (20 de novembro) é um momento de profunda reflexão sobre a história, a luta contra o racismo e a valorização da cultura Afro-brasileira, da qual o Candomblé é uma expressão fundamental e um espaço de resistência. A data, 20 de novembro, celebra a morte de Zumbi dos Palmares em 1695, tornando-o um símbolo da luta contra a escravidão.

ANDRÉA FONTANARI
ADVOGACIA

Andréa C. P. Fontanari
OAB/SP 274.546

Previdenciário | Trabalhista | Civil

19 3545-4334

andreacpf@fontanari@gmail.com

Av. 5, 450 CP-19 - Santa Gertrudes - SP

Sartori's
Copiadoras e Impressoras

VENDA, LOCALÇÃO | CARTUCHO DE TONER | ASSISTÊNCIA TÉCNICA



EXPEDIENTE

Jornal A Cidade

UM JORNAL A SERVIÇO DE SANTA GERTRUDES

O Jornal A Cidade é uma publicação da Empresa

Jornalística A Cidade de Santa Gertrudes Ltda - ME

Avenida 1, nº 336 - sala 3 - Centro - Cep: 13510-000

E-mail: acidade.sg@gmail.com

www.acidadesantagertrudes.com.br | Tel: (19) 3545-2006

As opiniões contidas em textos e artigos assinados são de responsabilidade de seus autores e não condizem necessariamente com a opinião do jornal.

Todas as promoções e eventos divulgados em anúncios publicitários ou matérias nas edições deste jornal é de total responsabilidade de seus idealizadores. Sendo assim, isentando o veículo de qualquer descumprimento da informação divulgada.

Com a plataforma, os

moradores podem acessar mais de dez serviços essenciais a qualquer hora do dia, de forma segura e sem sair de casa. Entre as opções estão emissão de segunda via da fatura, consulta de histórico de consumo, atualização de dados cadastrais e notificações de problemas.

“Os canais digitais foram desenvolvidos para facilitar a rotina dos clientes e garantir que possam resolver suas solicitações de for-

ma simples, sem precisar se deslocar até uma loja física”, destaca Wilson Feliciano, coordenador comercial da BRK em Santa Gertrudes.

Estão disponíveis na Minha BRK os seguintes serviços: 2ª via de conta, Contas pagas, Contas por e-mail, Histórico de consumo, Débito automático, Estrutura tarifária, Tabela de serviços, Autoleitura, Troca de titularidade, Visualização de dados cadastrais, Adicionar

ou remover imóveis, Notificação de problemas

Além da agência virtual, a BRK mantém outros canais de atendimento: o telefone 0800 771 0001, que funciona 24 horas por dia, e o WhatsApp (11) 99988-0001, que responde de segunda a sexta-feira, das 8h às 20h, e aos sábados, das 8h às 14h. O atendimento também está disponível pela página oficial da concessionária.

VOCÊ É O REPÓRTER: Quer mandar a sua sugestão de pauta para a nossa redação e fazer reclamação, colocar seu ponto de vista sobre as nossas matérias, enfim, nos ajudar a construir cada edição do Jornal A Cidade? Aqui você pode ser o repórter, ligue para a nossa redação no (19) 3545.2006 ou, mande um e-mail para: acidade.sg@gmail.com

IBGE: População Idosa de Santa aumentou 62,5% de 2010 a 2022

Dona Amáibile, de 104 anos, é uma das duas pessoas com 100 anos ou mais registradas pelo IBGE em 2022

De acordo com dados do Censo IBGE 2022 a população idosa de Santa Gertrudes registra 2.931 pessoas com 60 anos ou mais. O grupo representa 12,4% da população total da cidade. De acordo com os dados do IBGE, entre 2010 e 2022, quando foram realizados os dois Censos, a população com idade superior a 60 anos aumentou 62,5%. Enquanto nos anos de 2010 Santa Gertrudes registrava 1.803 idosos, em 2022 o instituto contabilizou o aumento expressivo. Fato que chama a atenção é que até 2022, o município registrava so-

mente duas pessoas com 100 anos ou mais.

O jornal A Cidade encontrou uma destas pessoas que pode ser a mais idosa do município. Trata-se de dona Amáibile Ferro Sulato, de 104. A reportagem visitou sua residência e conversou com a senhora, que mesmo com a idade avançada ainda mantém a lucidez e a espirituosidade.

Dona Amáibile comentou que com a idade alguns problemas começam a aparecer. Caso da baixa audição e visão. Mesmo com a visão prejudicada, ela ainda se mantém ativa ao reali-

zar pequenos serviços de costura. "A costura sempre fez parte da minha vida. Aprendi a costurar com minha mãe", conta.

Ela não se recorda ao certo quando se mudou para Santa Gertrudes, mas lembra que morou em Ipeúna com o marido, já falecido, e que nasceu no sítio nos arredores de Rio Claro. "Era uma época muito diferente. A vida passava de outra forma. Era mais devagar. Mas sempre realizando serviços de costura", comenta.

Seu amor pela costura vem de quando sua mãe, dona Maria Valentina (já

falecida) comprou duas máquinas de costura para que ambas pudessem trabalhar. "Comecei lá para os sete ou oito anos. Sempre tive amor pela costura. Hoje eu enxergo pouco. Foi diminuindo minha visão, mas continuo fazendo pequenos reparos", relembra.

Dona Amáibile não poupar os tempos atuais, que para ela, fizeram com que os preços subissem muito. "Tem que falar para os governos baixarem os preços. Está tudo muito caro. Não pode ser assim. Antes as coisas eram mais baratas. Era possível comprar



Dona Amáibile, de 104 anos, pode ser a pessoa mais idosa de Santa Gertrudes

alimentos e as coisas", disse. A fala reflete a lucidez sobre seu entorno, ao comparar como eram as relações comerciais

em sua infância e no ano de 2025, cujo qual ela acompanha pela TV e pelo relato de familiares e amigos.

Concurso público segue com inscrições abertas até 11 de dezembro

Segundo os editais, serão 20 vagas que devem ser preenchidas em cargos públicos vagos e cadastro reserva

As inscrições para o Concurso Público Nº 1/2025 e 2/2025 ficam abertas até o dia 11 de dezembro deste ano. Considerando os dois editais, serão 20 vagas que devem ser preenchidas em cargos públicos vagos e cadastro

reserva.

As remunerações variam entre R\$ 1.729,01 para vagas com ensino fundamental incompleto até R\$ 4.648,11 para cargos que exigem ensino superior completo. Para o cargo de médico veteriná-

rio a remuneração é de R\$ 93/hora.

As vagas para o edital 1/2025 são: motorista, vigia, agente de trânsito, auxiliar de consultório dentário, entrevistador social, escriturário, vigilante sanitário, assistente

social, enfermeiro PSF, engenheiro civil, farmacêutico, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, médico veterinário, psicólogo, psicopedagogo, técnico desportivo e terapeuta ocupacional. Já no edital 2/2025, as vagas são

para agente de combate às endemias e agente comunitário de saúde.

Somente será admitida inscrição para o concurso por meio do site Instituto Mais (www.institutomas.org.br), até às 17 horas do dia 11 de de

zembro de 2025.

As taxas de inscrição variam de R\$ 54 para vagas que exigem ensino fundamental incompleto/completo, R\$ 66 para vagas de ensino médio ou técnico e R\$ 82 para ensino superior completo.

ALIMENTAÇÃO | ROUPAS | ACESSÓRIOS | MEDICAMENTOS | NOVIDADES

AMOR, CARINHO E
RESPEITO AOS ANIMAIS.
AGORA COM
DUAS LOJAS
EM RIO CLARO



petcenter
Contato

LOJA 1

AV. 11, ESQ. RUA 13, N° 1214
SÃO BENEDITO | 3522-8600

LOJA 2

RUA 6-A, ESQ. AV. 38-A, N° 804
VILA ALEMÃ | 3531-1310

NOTAS DE FALECIMENTO

OLIVIA DE ALMEIDA ANDRADE (Livinha), 68 anos, faleceu no dia 11 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

AIRTON HOHNE, 68 anos, faleceu no dia 11 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

LAERTE MARTIN, 68 anos, faleceu no dia 12 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

NILDE MARIA

ROSSINI DORIGO (Nilde do Bazar Ipê), 83 anos, faleceu no dia 12 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

DAISY ALBERTINI PADULA, 99 anos, faleceu no dia 11 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

EDSON JOSE XAVIER DE CAMARGO (Edinho/Dinho), 69 anos, faleceu no dia 12 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

UMBELINA MARTINS TEMPORINI, 83 anos, faleceu no dia 12 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

JOSÉ DA SILVA (Gessy), 81 anos, faleceu no dia 12 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

JOSE LUIZ BARSOTTI, 70 anos, faleceu no dia 13 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

Prefeito Gino amarga derrota e voto é derrubado na Câmara

Gino apresentou veto a dois projetos de lei; por maioria, vereadores derrubaram o voto e leis devem passar a valer

A Câmara derrubou na sessão da última segunda-feira (10) o veto do prefeito Gino (PL) a dois projetos que já tinham sido aprovados pela Casa e que seriam sancionados pelo Executivo. O primeiro deles, institui o Programa de Distribuição do Medidor Contínuo de Glicose “Freestyle Libre 2” às pessoas com diabetes tipo 1, já o segundo versa sobre a priorização da contratação de microempreendedores individuais (MEIs) e microempresas (MES) para prestação de pequenos serviços de manutenção e reparos em bens e logradouros

públicos.

Votaram contrários ao veto, ou seja, para que os dois projetos sejam sancionados e tenham efeito de lei, os vereadores Clayton do Espetinho (Republicanos), Washington dos Vasos (PSDB), Sivaldo da Água (Progressistas), Cassapinha (PL) e Palhaço Totó (Podemos).

Favoráveis ao veto do prefeito Gino, ou seja, pelo arquivamento dos projetos de lei, votaram os parlamentares Pastor Silvano Ceará (Progressistas), Marcos do Gás (PL) e Luiz Basso (PL).

JUSTIFICATIVA

O voto do prefeito aponta inconstitucionalidade na matéria que versa sobre a priorização da contratação de microempreendedores individuais (MEIs) e microempresas (MES) para prestação de pequenos serviços de manutenção e reparos em bens e logradouros públicos. O parecer da Procuradoria do Município aponta “víncio de competência, o que resulta em inconstitucionalidade formal”.

Já em relação ao projeto de lei que institui o Programa de Distribuição do Medidor Contínuo de Glicose “Freestyle Libre 2” às pessoas com diabetes tipo 1 pos-

com diabetes tipo 1, o parecer do jurídico seguido por Gino, destaca, entre outros, a ausência da estimativa do impacto orçamentário e financeiro, “o que pode configurar víncio formal”. “... Decidi vetar totalmente, por inconstitucionalidade”, informou o prefeito no voto à Câmara em documento assinado no dia 29 de outubro.

O QUE DIZEM OS PROJETOS

O projeto que institui o Programa de Distribuição do Medidor Contínuo de Glicose “Freestyle Libre 2” às pessoas com diabetes tipo 1 pos-

sui apenas dois artigos. O primeiro versa sobre instituir o programa e o segundo, informa que a lei entrará em vigor na data de sua publicação.

O projeto sobre os MEIs e MES observa que a contratação poderá ocorrer preferencialmente por meio de credenciamento e privilegia inicialmente profissionais de 16 áreas. A saber: Azulejista; Borracheiro; Carpinteiro; Chaveiro; Eletricista; Encanador; Gesseiro; Jardineiro; Marceneiro; Mecânico; Pedreiro; Pintor; Reparador de móveis; Soldador; Técnico em refrigeração; e Vidraceiros.



Gino tentou barrar dois projetos da Câmara por inconstitucionalidade, mas vereadores rejeitaram seu voto

Vereador é denunciado e Câmara não disponibiliza teor

Sivaldo da Água foi denunciado por suposta quebra de decoro parlamentar; presidente da Câmara não informou o conteúdo da denúncia

A Câmara de Santa Gertrudes recebeu denúncia por quebra de decoro parlamentar na última terça-feira (11) contra o vereador Sivaldo na Água (PP). O jornal A Cidade tentou acesso ao documento, mas não obteve retorno do Poder legislativo. O presidente da Casa, Willian Bento (PL), disse que a denúncia está em fase de análise interna e não informou o teor

da denúncia, que teria sido apresentado por um cidadão da cidade.

A reportagem entrou em contato com o vereador Sivaldo que preferiu não se manifestar e se limitou a dizer “Deixa Deus trabalhar”.

O jornal segue buscando as informações acerca da denúncia e quando houver mais informações o material será publicado no portal www.sgon.com.br.



Vereador Sivaldo na Água não quis se manifestar sobre a denúncia recebida

Novo Radar da Constante Peruchi já está em operação

Velocidade máxima permitida no trecho do KM 172 é de 40 quilômetros por hora nos dois sentidos

O novo radar instalado pelo governador Tarcísio de Freitas (Republicanos) na Rodovia Constante Peruchi (SP 316, KM 172,300), em Santa Gertrudes, começou a operar na primeira hora da última quarta-feira. A velocidade máxima permitida em ambos os sentidos da via é de 40 Km/h. A informação é do Departamento de Estradas de Rodagem (DER).

O equipamento é um dos 26 novos radares instalados pelo governo Tarcísio de Freitas e que entram em operação em rodovias estaduais não concedidas. Com a

ativação, o total de equipamentos em operação nas rodovias não concedidas chega a 467.

O radar faz parte do contrato do Edital nº 145/2023, que prevê a implantação de 649 radares em pontos estratégicos ao longo dos mais de 12 mil quilômetros de rodovias estaduais não concedidas.

Segundo do DER, a escolha de cada ponto de radar resulta de mapeamento técnico que considera histórico de acidentes, excesso de velocidade, características da via, pontos críticos e áreas de travessia de fauna.



Radar começou a operar na cidade na primeira hora da última quarta-feira (12)

UNIMED SMART HELP

Um jeito inteligente de cuidar de você

ACONSELHAMENTO MÉDICO TELEFÔNICO
AGENDAMENTO DE CONSULTAS
Continuidade do atendimento de Aconselhamento Médico Telefônico
ATENDIMENTO PRÉ-HOSPITALAR



ANTES DE IR AO
PRONTO ATENDIMENTO,
LIGUE UNIMED SMART HELP

0800 770 6766
0800 778 8773

*CONSULTE COBERTURA CONTRATUAL

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.
Unimed Rio Claro

somoscoop

ATENDIMENTOS COM
SINTOMAS DE:
•CÓLICA DE RIM
•DORES ABDOMINAIS
•ENXAQUECA
•OUTROS

VENHA FAZER SEU EVENTO NO SPAZIO TUTTI FRATELLI!

Avenida 5, 377 - Centro, Rio Claro/SP

19971043410
spaziotutti@fratelli.com

SABORES DA ALÉ



BY ALESSANDRA ARTHUR

ESCONDIDINHO DE CARNE SECA COM PURÊ DE BATATAS

PURÊ

Batata
1 kg de batatas
Leite
1 xícara de leite
Sal
1 colher de café rasa de sal
Manteiga
1 colher de sopa de manteiga

Azeitona a gosto

Pimenta
Pimenta de sua preferência
200 g de catipiry ou requeijão cremoso
Parmesão ralado
Modo de preparo
Modo de preparo
1h 30min

Depois coloque na pressão por 20 minutos, assim ela fica macia e pode ser desfiada.

Em uma panela coloque o óleo e a manteiga, derreta e adicione a carne desfiada, dê uma refogada e adicione os tomates, cebolas, azeitonas e pimenta, não tem necessidade de adicionar sal porque a carne sempre permanece com um pouco de sal, mas prove caso queira. Quando estiver bem refogado desligue o fogo.

RECHEIO

1 embalagem de carne seca
Óleo
1 colher de sopa de óleo
Manteiga
2 colheres de sopa de manteiga
Tomate
2 tomates picados
Cebola
1 cebola picada
Azeitona

PURÊ:

Cozinhe as batatas com casca na pressão, depois descasque e espere, leve ao fogo em uma panela com o leite, sal e a manteiga e mexa até incorporar. Desligue o fogo e reserve.

RECHEIO:

Dessalgue a carne seca fervendo 3 vezes, troque a água.

MONTAGEM:

Forre o fundo de uma refratária com a carne, por cima espalhe o catipiry, cubra tudo com o purê de batatas e salpique o queijo parmesão por cima, leve ao forno para gratinar e sirva com arroz branco e salada.



Ana Flavia Ferreira Tamiazo
Proprietária da Única- Clínica estética em Santa Gertrudes, especialista em técnicas faciais e depilação a laser.

Para maiores informações:
19 99962-0244
@unicasantagertrudes

Toxina botulínica como tratamento preventivo



A toxina botulínica, popularmente conhecida como Botox, é uma substância injetável que relaxa músculos temporariamente e é muito procurada na estética para suavizar linhas de expressão.

O que a maioria das pessoas não sabe é que o ideal

seria fazer as aplicações antes das linhas se formarem, como preventivo. A aplicação funciona da seguinte forma: a substância inibe a contração dos músculos faciais que estão aderidos à pele, a partir daí a pele não se movimenta mais. Ela é como uma folha de papel, quanto mais ela se “dobra” mais vai ficar marcada, portanto aplicando antes das rugas se formarem essa pele nunca irá conseguir se “dobrar” evitando assim que as marcas apareçam.

Aplicações feitas quando já se tem linhas de expressão

costumam trazer bastante resultado, mas os melhores são obtidos quando fazemos de forma preventiva.

A toxina pode ser aplicada para fins estéticos em regiões como testa, pés de galinha e entre as sobrancelhas, mas também podemos usar para fins terapêuticos como tratamento de bruxismo, enxaqueca, espasmos musculares e hiperhidrose. Os efeitos duram em média de 3 a 6 meses, e o procedimento deve ser realizado apenas por profissionais qualificados.



VOCÊ IMAGINA
nós Iprimimos!

GRÁFICA inovação

SERVIÇOS GRÁFICOS E COMUNICAÇÃO VISUAL

Avenida 1, 323, Centro
Santa Gertrudes

9.8878.4022

Recanto das Margaridas

Imobiliária GRAMADO

imobiliariagramadosg

Entre em contato conosco!

19 99821.6992 | (19) 35453435

Mostra Teatral de Santa Gertrudes tem início na quinta-feira

Cinco espetáculos serão apresentados do dia 20 ao dia 28 de novembro no Auditório Municipal Leandro Filier Netto

A programação da 8ª Mostra Teatral de Santa Gertrudes tem início na quinta-feira (20), às 20 horas com a abertura e apresentação da contação de história "Contos de Axé - Histórias da Mitologia Iorubá", da Cia. Teatral Caboclo Ventura, com direção de Brenda Seneme. O espetáculo, que acontece em sessão única, contará com acessibilidade em libras. Todos os espetáculos da mostra acontecem no Auditório Municipal Leandro Filier Netto, localizado na Rua 01, número 790, no Centro. Os interessados devem chegar no local com

no mínimo 20 minutos de antecedência.

No dia 21 (sexta), haverá a apresentação do espetáculo da Cia Teatral Caboclo Ventura, "Entre Asas, Antenas e Baygon!", adaptação do texto "Insetos" de Jo Bilac com direção de Brenda Seneme.

Nos dias 22 (sábado) às 20 horas e 23 (domingo) às 16 horas e às 20 horas, haverá a apresentação da turma Mista das Oficinas Culturais, com o espetáculo "Cala Boca Já Morreu", adaptação do texto de Luis Alberto de Abreu e direção de Brenda Seneme.

Nos dias 25 e 26, às 20 horas, acontecerá a apresentação da turma Juvenil das Oficinas Culturais, com o espetáculo "O Fantástico Mistério de Feiurinha", adaptado do livro de Pedro Bandeira e direção de Brenda Seneme.

Nos dias 27 e 28 às 20h, encerrando a programação da Mostra Teatral, haverá a apresentação da turma Infantil das Oficinas Culturais, com o espetáculo "Turma da Mônica em: O Mundo Invertido", criação colaborativa a partir do universo de Maurício de Sousa com direção de Brenda Seneme.



Os interessados devem chegar no local com no mínimo 20 minutos de antecedência

Cine Céu exibe Minions 2 A Origem de Gru neste sábado

Em sua segunda edição, sessão de cinema é movida a energia solar e distribuirá pipoca e refrigerante aos participantes

Neste sábado (15), às 19 horas, acontece a 2ª edição do Cine Céu - Sessão de Cinema Movido a Energia Solar, na quadra do Jardim Paulista, localizado na Avenida São Paulo, sem número, Jardim Paulista. Na ocasião será exibido o filme Minions 2 - A Origem de Gru.

Toda a estrutura do projeto é alimentada por energia solar. No caminhão são adaptadas placas solares e equipamentos que permitem gerar a energia necessária para a sessão de cinema acontecer.

Na sessão de cinema serão distribuídos pipocas e refrigerantes para os participantes. Santa Gertrudes foi contemplada com uma sessão de cinema, através de emenda do deputado estadual Marcos Damásio, através de indicação do vereador Luiz Basso. O projeto é realizado através do Instituto Usina de Sonhos, sediado na cidade de Dois Córregos e conta com o apoio da prefeitura de Santa Gertrudes.

O Cine Céu é um projeto de cinema itinerante movido a energia solar, que une arte, cultura e sustentabilidade.



O Cine Céu é um projeto de cinema itinerante movido a energia solar, que une arte, cultura e sustentabilidade

ANIVERSARIANTES DA SEMANA



Gabriel Borges Chiaradia 13.11



Kaio Vitor Estanislau 11.11

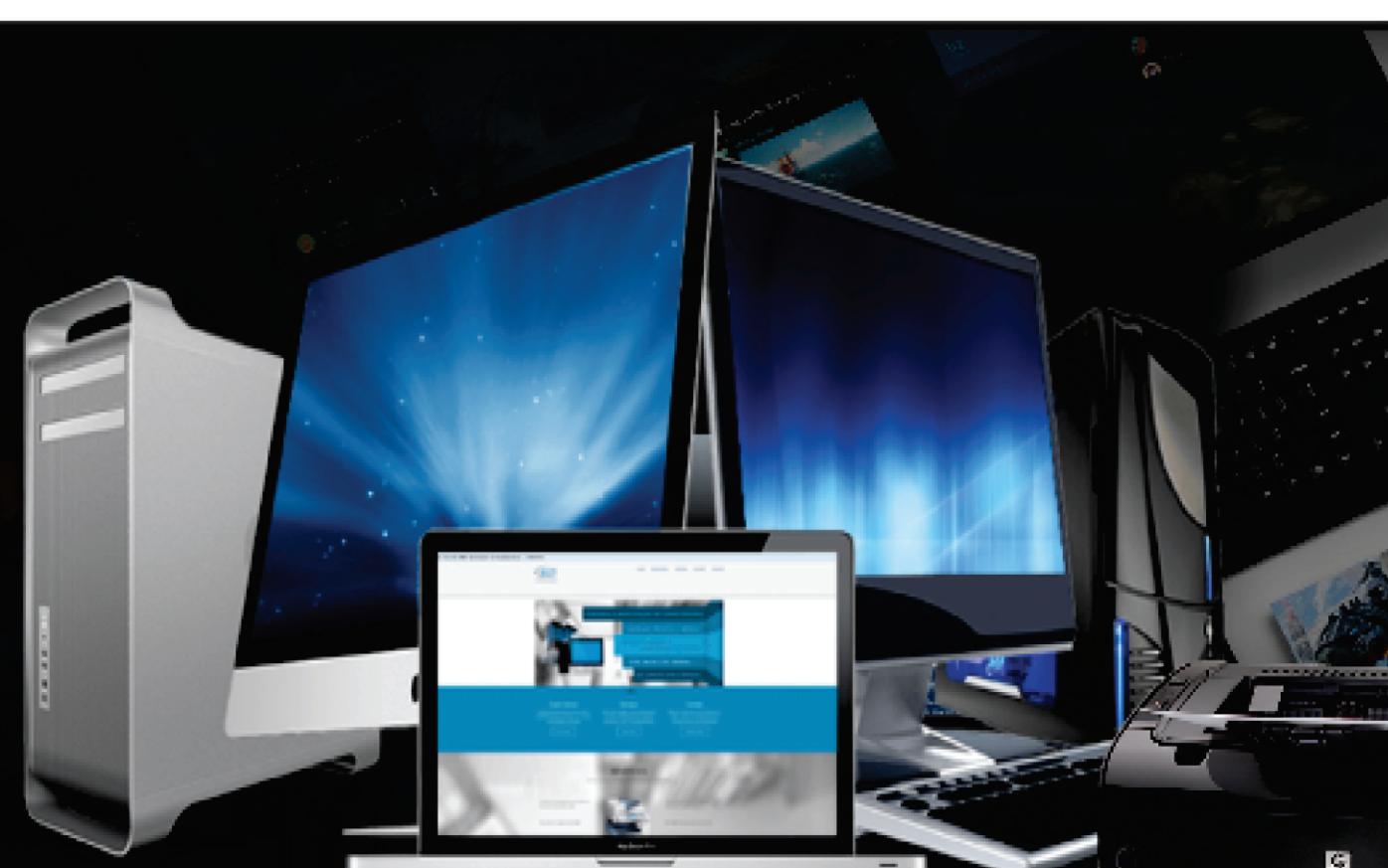
DIGITAL
COMPUTADORES

PREÇOS IMBATÍVEIS!

**COMPUTADORES,
NOTEBOOKS E IMPRESSORAS**

TUDO em 10x sem juros nos cartões Visa e Master.

CORRE APROVEITAR!



RUA 03, Nº. 550 ENTRE AVS 3 E 5 CENTRO SANTA GERTRUDES - F: 19.3545.4151 • 9.97525626



NOVEMBRO AZUL: A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO COM A SAÚDE MASCULINA

Criado para quebrar tabus e incentivar o cuidado masculino com a própria saúde, o movimento da campanha Novembro Azul busca alertar sobre a importância de adotar hábitos saudáveis e realizar exames regularmente. Falar sobre o tema é essencial para reduzir o número de casos avançados e aumentar as chances de cura.

A conscientização promovida pelo Novembro Azul é fundamental porque o câncer de próstata, muitas vezes, se desenvolve de forma silenciosa. Em estágios iniciais, ele pode não apresentar sintomas, o que torna o acompanhamento médico indispensável. Quando há sinais, eles podem incluir dificuldade para urinar, presença de sangue na urina ou no sêmen e dor na região lombar ou pélvica. Identificar esses sintomas precocemente aumenta as possibilidades de tratamento bem-sucedido.

Os cuidados com a saúde masculina devem começar com a prevenção. Isso inclui manter uma alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras e grãos, praticar atividades físicas regularmente, evitar o consumo excessivo de álcool e não fumar. Além disso, é importante realizar consultas médicas de rotina, mesmo na ausência de sintomas. A prevenção é a melhor forma de cuidar do corpo e garantir qualidade de vida.

Portanto não tenha medo. Vamos quebrar o tabu! Esse é um assunto que precisa ser discutido e o cuidado com a saúde masculina é fundamental e deve ser constante! Cuide de você!