DROGA GINO
3545-1583
RUA 4 -1062 - CENTRO
ACEITAMOS CARTÕES
CONVÊNIO CONFARMA

Jornal ACidade Santa Gertrudes

SGON
Acesse
www.sgon.com.br

SEXTA-FEIRA, 13 DE NOVEMBRO DE 2026 | ANO 18 | EDIÇÃO 954 /JORNALACIDADESANTAGERTRUDES 19 99685.1265 /ACIDADE_JORNAL CIRCULAÇÃO REGIONAL

Destaques



Aniversariantes da Semana

PÁGINA 6



Ana Flavia Ferreira

PÁGINA 5



Sabores da Alê

PÁGINA 5

Dino mantém prazo inicial da 5x2, mas flexibiliza regra de transição

O ministro também manteve o início da vigência da escala 5x2 para o dia 16 de dezembro, conforme previsto na Emenda Constitucional. Página 3



Com a decisão, os empregadores estão autorizados a distribuir as 42h semanais, durante o período de um ano de transição – Foto: Rosinei Coutinho/STF

Shopping RC e Sesi promovem oficina de robótica para crianças

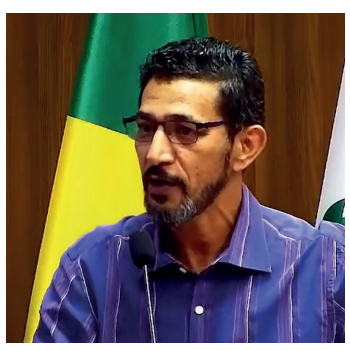


O objetivo do evento é aproximar a metodologia de ensino de robótica da instituição dos jovens estudantes da cidade

Atividade educativa acontece neste sábado (14), a partir das 15 horas, para público de 6 a 10 anos; inscrições prévias são limitadas. Página 6

Vereador cobra dados sobre andamento de unidades habitacionais

O vereador Sivaldo pede no requerimento que caso a prefeitura não disponha das informações, formalize o pedido diretamente ao CDHU. Página 4



Na justificativa do pedido, o parlamentar aponta que, embora a oferta de imóveis seja limitada, há uma grande procura de moradores junto ao seu gabinete

Prefeitura abre prazo para desconto e isenção do IPTU 2027

Aposentados, pensionistas e pessoas com doenças graves têm até 30 de dezembro de 2026 para solicitar os benefícios fiscais para o IPTU 2027. Página 3



A medida visa assegurar suporte a contribuintes em situação de vulnerabilidade socioeconômica ou de saúde

BRK faz feirão para renegociar dívidas de água

Campanha oferece descontos de até 80% à vista e parcelamento em até 36 vezes até o dia 30 de novembro. Página 4

Santa Gertrudes sedia 3º Festival de Incentivo ao Judô

Evento no Ginásio Sebastião Ribeirão reunirá cerca de 300 atletas de cinco cidades da região. Página 4

Festival “Invasão 016” agita o Let’s Go! com rock n’ roll

Evento acontece no sábado (14) e reúne bandas de São Carlos e Rio Claro a partir das 17 horas. Página 6



EDITORIAL

Mais de um século após o 15 de novembro de 1889, a Proclamação da República permanece como um dos marcos fundadores mais emblemáticos - e ao mesmo tempo mais ambíguos - da história brasileira. O gesto liderado pelo Marechal Deodoro da Fonseca encerrou o ciclo monárquico e inaugurou o regime republicano, mas nasceu marcado por um paradoxo que atravessa gerações: a mudança de regime ocorreu sem a participação efetiva da população, que, nas palavras célebres de Aristides Lobo, assistiu a tudo "bestializada".

Esse pecado original ajuda a explicar muitos dos desafios enfrentados pela democracia brasileira desde então. Ao longo de sua trajetória, a República alternou períodos de avanço institucional e consolidação de direitos com rupturas autoritárias, instabilidades políticas e profundas desigualdades sociais. O ideal republicano - que pressupõe a primazia do interesse público sobre o privado, a igualdade perante a lei e o protagonismo cidadão - muitas vezes esbarrou em estruturas patrimonialistas resistentes às transformações do tempo.

Ainda assim, reduzir o 15 de novembro a um movimento de cúpula seria ignorar o longo processo de construção democrática que se seguiu. Foi sob o manto republicano que o país conquistou o voto feminino, consolidou direitos trabalhistas, enfrentou ditaduras e ergueu a Constituição Cidadã de 1988, marco fundamental na garantia das liberdades individuais e sociais. Cada avanço foi fruto menos de decretos e mais da pressão persistente da sociedade civil.

Relembrar a Proclamação da República hoje exige, portanto, mais do que o cumprimento protocolar. Exige reflexão crítica sobre o significado da res publica - a coisa pública. Uma república não se sustenta apenas por símbolos, instituições formais ou alternância de poder; ela se realiza cotidianamente na transparência da gestão, na ética dos representantes, no acesso equitativo à educação, à saúde e à justiça, e na participação ativa de cada cidadão.

Cento e trinta e sete anos depois, o maior tributo ao 15 de novembro não está no olhar nostálgico para o passado, mas no compromisso firme com o aperfeiçoamento democrático.

É viável uma Justiça melhor?



O sistema Justiça brasileiro não vive seus melhores tempos. Há um déficit de credibilidade em virtude de inúmeros fatores. A ética, companhia inseparável do Judiciário, nem sempre está ao seu lado. A eficiência, um princípio que o constituinte derivado acrescentou à versão original do artigo 37 da Constituição da República, passa ao largo das estruturas que só crescem e oneram ainda mais a combalida cidadania.

Parece chegada a hora de repensar, de maneira séria e profunda, o modelo de Justiça tupiniquim. A verdadeira reforma estrutural da Justiça, ainda não se fez. Ela passaria pela unificação do Judiciário. Se ele é "uno", por que repartir-se em cinco ramos? Como acabar com a Justiça de quatro instâncias, bizarrice que só existe no Brasil? E racionalizar a caótica estratégia recursal, que torna os processos intermináveis?

Todos ganhariam se o STF se resumisse à missão de guarda precípua da Constituição, desnecessário estar na cúpula do Judiciário. Afinal, a lei fundamental deve ser objeto de tutela de toda a nacionalidade, não somente da função encarregada de solucionar controvérsias. O STJ deveria ser a Corte de Unificação da Jurisprudência Federal, não terceira instância.

Mas se quiséssemos de fato desenhar um Judiciário contemporâneo ao século XXI, já que preservamos o modelo anterior ao século XIX, poderíamos nos basear na proposta de Richard Susskind, na obra ",Online courts and the future of justice". Para ele, o conceito de acesso à justiça precisa se amparar sobre quatro eixos. O primeiro é a resolução de disputas. O serviço de que já dispomos. Mas, em segundo lugar, deveríamos dispor também de melhores métodos de contenção de disputas. Uma vez surgidas, deveríamos ser capazes de cortá-las pela raiz. Sem procrastinação, sem burocracia, sem o calvário que a parte lesada precisa percorrer entre nós.

A nação que possui mais faculdades de direito do que a soma de todas as outras, espalhadas pelo restante do planeta, não permite que isso ocorra. Há muito interesse a se nutrir dos conflitos. Por isso é que os processos são intrincados, complexos e infindáveis. O terceiro eixo seria a prevenção. Prevenir é sempre melhor do que remediar. Por último e quarto, deveríamos compartilhar a mentalidade da saúde no direito: a promoção da saúde jurídica. Pacificar a sociedade, semear boas práticas, disseminar a harmonia, a fraternidade, a solidariedade e mesmo a cordialidade. Isso é mais ético do que lutar por décadas para obtenção de uma decisão definitiva que, não raro, deixa insatisfeitas ambas as partes. Vamos pensar nisso?

José Renato Nalini é Reitor da Uniregistral, docente da Pós-graduação da Uninove e Secretário-Executivo das Mudanças Climáticas de São Paulo

DROPS

Por Carlinhos Mondini – Zé

'Nada de ficar sofrendo angústia e dor, neste teu complexo inferior dizendo as vezes que não é ninguém. Você é tão importante para Deus. Você tem valor. O Espírito Santo se move em você" - Trecho do louvor Quero que valorize, de Ludmila Ferber. Jesus é Deus, Deus é Jesus. Santa Maria Mãe de Deus.

Alessandro Franco
PINTOR
019 9 9749-1899
Pintura Residencial | Estrutura | Vernizes | Grafiato | Efeito Decorativo

ANDRÉA FONTANARI
ADVOCACIA
Andréa C. P. Fontanari
OAB/SP 274.546
Previdenciario | Trabalhista | Civil
19 3545-4334
andreacpfontanari@gmail.com
Av. 5, 450 CP-19 - Santa Gertrudes - SP

Sartori's
Copiadoras e Impressoras
VENDA, LOCAÇÃO | CARTUCHO DE TONER | ASSISTÊNCIA TÉCNICA

FAÇA SEU ORÇAMENTO E GARANTA UM PRODUTO DE QUALIDADE
www.sartoriscopiadoras.com.br
RUA 18, 705 - AV. 9 E 11 CONSOLAÇÃO - RIO CLARO TEL.: (19) 3532.3304

QUER RECEBER NOSSA
EDIÇÃO DIGITAL GRATUITA?

BASTA ACESSAR NOSSO FACEBOOK, INSTAGRAM OU SE CADASTRAR VIA WHATSAPP
19 99685.1265

@acidade_jornal
facebook.com/jornalacidadesantagertrudes

EXPEDIENTE
Jornal ACidade
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: 13510-025
E-mail: acidade.sg@gmail.com
www.sgon.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.

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

Dino mantém prazo inicial da 5x2, mas flexibiliza regra de transição

O ministro também manteve o início da vigência da escala 5x2 para o dia 16 de dezembro, conforme previsto na Emenda Constitucional

O ministro Flávio Dino, do Supremo Tribunal Federal (STF), concedeu na quinta-feira (12) uma liminar (decisão provisória) para permitir jornadas de trabalho superiores a 8h diárias durante a fase de transição da escala 5x2, que prevê a jornada semanal de 42 horas semanais pelo prazo de um ano. A informação é da Agência Brasil.

O ministro também manteve o início da vigência da escala 5x2 para o dia 16 de dezembro, conforme previsto na Emenda Constitucional que acabou com a escala 6x1 no país.

Com a decisão, os empregadores estão autorizados a distribuir as 42h semanais, durante o período de um ano de transição, entre os cinco dias de trabalho da escala 5x2, o que resultada em jornadas diárias de até 8h24. Dessa maneira, os 24 minutos extra jornada diários não darão direito ao recebimento de hora extra.

"Durante a etapa intermediária - isto é, até 15 de dezembro de 2027 -, a distribuição das 42 horas semanais em cinco jornadas diárias de até 8 horas e 24 minutos, sem incidência do adicional de horas extraordinárias [quanto aos 24 minutos mencionados]", escreveu o ministro.

Ele acrescentou que "com isso, compatibilizam-se as duas decisões do Congresso Nacional, mesmo que se frustre a negociação coletiva. Ou seja, em 16 de dezembro de 2026, será aplicada a jornada semanal de 42 horas, com dois dias de repouso remunerado".

Dino buscou atender aos anseios das confederações que representam empregadores de diversas categorias. Em audiência de conciliação nesta semana, representantes patronais expressaram o receio de não ter tempo hábil para negociar acordos coletivos de trabalho que permitissem a adoção da jornada semanal intermediária de 42h, obrigando-os então a adotar diretamente a escala de 40h.

Ainda na audiência, Dino buscou tranquilizar as confederações patronais, afirmando não haver possibilidade de que a escala semanal intermediária de 42h não fosse permitida, uma vez que a etapa de transição foi determinada pelo Congresso Nacional, numa decisão política incontornável.

O ministro, contudo, negou o adiamento da entrada em vigência da escala 5x2, um pedido que havia sido feito formalmente pela Confederação Nacional da Indústria (CNI) e a Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC), que representam o grosso dos empregadores nacionais.



Com a decisão, os empregadores estão autorizados a distribuir as 42h semanais, durante o período de um ano de transição – Foto: Rosinei Coutinho/STF

As confederações alegam que o prazo de 60 dias dado pela Emenda Constitucional seria exíguo para adequar a jornada de trabalho e alcançar acordo em convenções coletivas de diversas categorias mais complexas.

Setores da indústria, por exemplo, alegam ser necessário treinamento de novos funcionários para que as linhas de produção não acabem tendo o tempo de funcionamento reduzido.

FLEXIBILIZAÇÃO

Por meio da liminar, Dino também autorizou a modulação (flexibilização) do artigo da Emenda Constitucional que permite, em casos excepcionais, a escala 6x1, contanto que a segunda folga semanal seja compensada ainda no mesmo mês da semana em que foi suprimida.

Pela regra aprovada pelo Congresso, caso não seja possível ao trabalhador gozar das duas folgas semanais na mesma semana, somente uma delas pode ser flexibilizada, podendo ser usufruída em outro dia do mesmo mês-calendário.

Prefeitura abre prazo para desconto e isenção do IPTU 2027

Aposentados, pensionistas e pessoas com doenças graves têm até 30 de dezembro de 2026 para solicitar os benefícios fiscais para o IPTU 2027

A prefeitura abriu o prazo para que aposentados, pensionistas e cidadãos com diagnóstico de doenças específicas solicitem benefícios fiscais referentes ao Imposto Predial e Territorial Urbano (IPTU) do exercício de 2027. A medida visa assegurar suporte a contribuintes em situação de vulnerabilidade socioeconômica ou de saúde.

De acordo com as diretrizes divulgadas pela administração municipal, o desconto de 50% no tributo é destinado a aposentados e pensionistas que atendam a critérios cumulativos: ser proprietários de um único imóvel, residir nele e auferir renda mensal de até R$ 1.783,10, montante equivalente a um salário mínimo acrescido de 10%.

Paralelamente, a isenção de 100% do imposto foi estabelecida para pessoas com enfermidades graves, especificamente neoplasia maligna (câncer), Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS), mal de Alzheimer e doença de Parkinson. Para pleitear a imunidade fiscal total, o solicitante também deve comprovar a propriedade e a residência em imóvel único, além de apresentar laudo médico atualizado acompanhado da documentação comprobatória exigida.

O prazo limite dos pedidos encerra-se em 30 de dezembro de 2026. Os interessados devem comparecer presencialmente ao Departamento de Tributos, situado na Avenida São Cristóvão, 56, no Jardim Luciana, com o requerimento devidamente preenchido e os documentos necessários.

Para esclarecimento de dúvidas e orientações adicionais, a prefeitura disponibiliza atendimento por meio do telefone (19) 3545-8000, do canal de mensagens via WhatsApp (19) 93618-0172 e do endereço eletrônico tributos@santagertrudes.sp.gov.br.



A medida visa assegurar suporte a contribuintes em situação de vulnerabilidade socioeconômica ou de saúde

Projeto Sementes do Futuro reúne famílias atípicas

Iniciativa voltada para famílias atípicas promove plantio de árvores e piquenique comunitário no Parque Municipal

O Parque Municipal "Ruy Raphael da Rocha", em Santa Gertrudes, recebe neste domingo (15), a partir das 8h30, a edição do Projeto Sementes do Futuro. Com o lema "Uma criança, uma árvore, um legado", a iniciativa tem como objetivo promover a integração, o contato com a natureza e a convivência entre famílias atípicas da região. A programação do encontro conta com o plantio de árvores e a realização de um piquenique comunitário voltado às famílias participantes. O acesso ao evento será feito pela entrada da Avenida 5, no Centro do município. A ação é uma realização da Associação Mães Atípicas Débora Cacimiro. O evento conta ainda com a parceria da prefeitura, por meio da secretaria de Meio Ambiente, além do apoio do vereador Washington dos Vasos e da Cerâmica Guarani.

Vereador cobra dados sobre andamento de unidades habitacionais

O vereador Sivaldo pede no requerimento que caso a prefeitura não disponha das informações, formalize o pedido diretamente ao CDHU

O vereador Sivaldo da Água (PP) protocolou requerimento na Câmara solicitando ao Poder Executivo informações detalhadas sobre o andamento e o cronograma do conjunto habitacional Santa Gertrudes-C, empreendimento da Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano do Estado de São Paulo (CDHU). O documento, assinado no dia 5 de novembro de 2026, busca esclarecer os próximos passos do processo seletivo e o estágio atual das obras das 38 unidades habitacionais previstas para o município.

Na justificativa do pedido, o parlamentar aponta que, embora a oferta de imóveis seja limitada, há uma grande procura de moradores junto ao gabinete em busca de atualizações sobre o processo. Como a execução do conjunto é de responsabilidade do Governo do Estado, o requerimento questiona se a administração municipal tem recebido relatórios periódicos da CDHU e se possui acesso ao cronograma oficial de início, andamento e conclusão das construções. Entre os pontos específicos encaminhados ao prefeito Gino (PL), Sivaldor indaga se há previsão de datas para a realização do sorteio, convocação e habilitação das famílias cadastradas. O texto também pede esclarecimentos sobre o cumprimento dos prazos estipulados para a obra e questiona se existe a possibilidade de atrasos consideráveis que possam postergar a entrega das moradias. Caso a Prefeitura não disponha desses dados, o documento sugere que o Executivo formalize um pedido de informações diretamente à companhia estadual.]

EMPREENDIMENTO

O empreendimento está localizado entre as ruas 5, 7 e 8, no bairro Jardim Santa Gertrudes II, e é voltado à habitação de interesse social. O projeto prevê a construção de um complexo vertical com 38 apartamentos de 49 metros quadrados de área útil, compostos por dois dormitórios, sala, cozinha, banheiro e área de serviço.

De acordo com dados divulgados pela própria CDHU em julho de 2026, o processo seletivo registrou 1.414 inscrições válidas, referentes aos cadastros efetuados entre os dias 1º e 10 de junho daquele ano. À época da publicação da lista de inscritos aptos, a companhia estadual destacou que a habilitação no cadastro não assegura o direito imediato ao imóvel, ficando a definição dos contemplados condicionada às etapas posteriores de sorteio e comprovação de requisitos previstas em edital.



Na justificativa do pedido, o parlamentar aponta que, embora a oferta de imóveis seja limitada, há uma grande procura de moradores junto ao seu gabinete

BRK faz feirão para renegociar dívidas de água

Campanha oferece descontos de até 80% à vista e parcelamento em até 36 vezes até o dia 30 de novembro

A BRK, empresa responsável pelos serviços de água e esgoto em Santa Gertrudes, mantém até o dia 30 de novembro o Feirão Mega Blue Friday. A iniciativa oferece condições especiais para que os consumidores com faturas em atraso possam regularizar seus débitos antes do encerramento do ano.

De acordo com a concessionária, a campanha prevê descontos que podem chegar a 80% do valor total para pagamentos realizados à vista. Para os clientes que optarem pelo parcelamento, as negociações feitas diretamente nos canais de atendimento da empresa podem ser divididas em até 36 vezes. Há também a possibilidade de parcelamento em até 21 vezes no cartão de crédito.

As negociações podem ser efetuadas de forma digital, por meio da agência virtual Minha BRK, ou através das plataformas parceiras Serasa Limpa Nome e Flexpag.

Segundo Wilson Feliciano, coordenador comercial da BRK em Santa Gertrudes, a ação busca apresentar alternativas que se adaptem ao orçamento dos moradores. O representante da empresa destaca ainda que a quitação dos débitos e a atualização cadastral são medidas importantes para evitar a suspensão do fornecimento e prevenir pendências financeiras no início do próximo ano.

Santa Gertrudes sedia 3º Festival de Incentivo ao Judô

Evento no Ginásio Sebastião Ribeirão reunirá cerca de 300 atletas de cinco cidades da região



A programação esportiva reunirá aproximadamente 300 atletas de diferentes faixas etárias – Foto: Reprodução

Santa Gertrudes sedia neste domingo (15) a terceira edição do Festival de Incentivo ao Judô. O evento será realizado das 9 às 12 horas, no Ginásio Municipal Sebastião Ribeirão, com entrada aberta ao público.

A programação esportiva reunirá aproximadamente 300 atletas de diferentes faixas etárias, dos 5 aos 55 anos. Participarão delegacias e representantes de cinco municípios da região: Santa Gertrudes, Rio Claro, São Carlos, Araraquara e Cordeirópolis.

De acordo com a organização, a iniciativa tem como foco central a promoção da modalidade, a valorização do esforço dos competidores e a difusão dos valores fundamentais associados à prática do judô, a exemplo do respeito mútuo, da disciplina e da superação pessoal. A expectativa é atrair familiares e entusiastas da modalidade para acompanhar as apresentações ao longo da manhã.

NOTAS DE FALECIMENTO

JOSE MARIA LAGES MENDONCA (Tio Bahia), 58 anos, faleceu no dia 06 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

MANOEL ALEXANDRE PEREIRA (Mané), 69 anos, faleceu no dia 07 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

ELIZEU BERNARDO MATOS (Juruna), 62 anos, faleceu no dia 07 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

OCTAVIO SARTORI (Tição), 77 anos, faleceu no dia 08 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

DIVA GRACIANI GIANEI, 85 anos, faleceu no dia 10 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

MARIO ANTONIO ROSSI (Marinho), 63 anos, faleceu no dia 10 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.

LUIZ ANTONIO VERTU (Luizinho), 62 anos, faleceu no dia 10 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério São João Batista em Rio Claro.

NELCINO BARBOSA DE ALMEIDA, 71 anos, faleceu no dia 11 de Novembro e seu corpo foi sepultado no Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro.





SABORES DA ALÊ



BY ALESSANDRA ARTHUR

SALADA DE MACARRÃO CROCANTE

Ingredientes da salada:
2 xícaras de chá de alface americana picada (1 cabeça pequena)
1 xícara de chá de tomate-cereja cortado ao meio
1/2 cebola roxa picada
Salsinha picada a gosto

Ingredientes do macarrão:
1 fio de azeite
2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado
2 xícaras de chá de macarrão gravatinha cozido

Ingredientes do molho:
5 colheres de iogurte natural
1 colher de sopa de mostarda
1/2 colher de sopa de páprica doce
1/2 colher de sopa de ervas finas desidratadas
Suco de 1/2 limão
Pimenta do Reino a gosto
1 fio de azeite
Sal a gosto

Modo de preparo
Separe os ingredientes e organize sua bancada para facilitar os processos!
Coloque o macarrão cozido na cestinha da air fryer, regue com um fio de azeite, salpique o parmesão ralado por cima e deixe assar a 200 ºC por cerca de 20 minutos, até ficarem levemente crocantes. Reserve;
Hora de preparar o molho! Em uma tigela média, adicione o iogurte natural, a mostarda, a páprica doce, as ervas finas desidratadas e a pimenta preta. Misture tudo muito bem;
Por fim, acrescente o suco de 1/2 limão e o fio de azeite, mexendo bem novamente;
Agora, monte sua salada! Em uma tigela grande, coloque a alface americana, os tomates-cereja, a cebola roxa e a salsinha picada.
Regue tudo com o molho preparado anteriormente, acrescentando também o macarrão crocante;
Misture tudo, deixando todos os ingredientes bem envolvidos. Aproveite sua saladinha crocante e bom apetite!



Calor excessivo: quais cuidados devemos ter com a pele nos dias mais quentes?



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

ÚNICA
ESTÉTICA E ODONTOLOGIA

Com as altas temperaturas que temos enfrentado, nossa pele merece uma atenção ainda maior. O calor excessivo, a exposição solar intensa, o suor e a umidade podem provocar diversas alterações na saúde e na aparência da pele, favorecendo o surgimento de manchas, oleosidade excessiva, acne, desidratação e até o envelhecimento precoce.

Um dos cuidados mais importantes é o uso diário do protetor solar. Mesmo em dias nublados, a radiação ultravioleta continua atingindo nossa pele. O ideal é utilizar um protetor com FPS 30 ou superior, adequado ao seu tipo de pele, reaplicando a cada duas horas quando houver exposição solar, ou antes, caso ocorra transpiração intensa ou contato com água. Também é importante evitar a exposição direta ao sol nos horários de maior intensidade, especialmente entre 10h e 16h, além de utilizar chapéus, óculos escuros e roupas com proteção UV.Outro ponto fundamental é a hidratação. No calor, perdemos mais água através da transpiração, o que pode contribuir para o ressecamento e a perda da barreira de proteção da pele. Por isso, beber água ao longo do dia e utilizar hidratantes adequados ao seu tipo de pele são atitudes essenciais. Vale lembrar que até mesmo as peles oleosas precisam de hidratação, sendo interessante optar por produtos leves, com textura em gel ou sérum. A higiene também merece atenção especial. O excesso de suor, associado à oleosidade e à poluição, pode favorecer a obstrução dos poros e o aparecimento de cravos e espinhas. Lavar o rosto duas vezes ao dia com um sabonete específico para sua pele é suficiente na maioria dos casos. Evite lavar excessivamente ou utilizar produtos muito agressivos, pois isso pode comprometer a barreira cutânea e estimular ainda mais a produção de oleosidade. Além disso, é importante ter cuidado com procedimentos estéticos durante períodos de calor intenso. Tratamentos como peelings, microagulhamento e outros procedimentos que deixam a pele temporariamente mais sensível exigem avaliação profissional, proteção solar rigorosa e cuidados específicos no pós-procedimento.



Cuidar da pele no verão e nos dias de calor intenso vai muito além da estética: é uma questão de saúde. Pequenos hábitos diários fazem uma grande diferença na prevenção de danos e na manutenção de uma pele bonita, hidratada e saudável. Afinal, a melhor estratégia é sempre prevenir hoje para preservar a saúde da sua pele no futuro!





Festival “Invasão 016” agita o Let’s Go! com rock n’ roll

Evento acontece no sábado (14) e reúne bandas de São Carlos e Rio Claro a partir das 17 horas

A cena underground e alternativa ganha destaque neste sábado (14) no espaço cultural Let’s Go!, com a realização do evento “Invasão 016”. A programação reúne quatro grupos musicais voltados ao punk rock e ao rock alternativo, com foco na integração regional entre artistas de São Carlos (DDD 016) e Rio Claro.

O line-up da noite conta com as apresentações das bandas são-carlenses Pretexto Para Beber, Ivo e os Passageiros e Ubelina 69, além da representante El Camino, de Rio Claro.

De acordo com a organização, as portas da casa serão abertas ao público a partir das 17 horas, enquanto o início das apresentações musicais está previsto para as 19 horas.

Os ingressos serão comercializados diretamente na portaria do evento pelo valor de R$ 15,00.

SEXTA-FEIRA

Um dia antes, nesta sexta-feira (13), o Let’s Go! abre sua agenda com a edição da “Noite da Pizza Napolitana”. A casa inicia o atendimento às 19 horas.O cardápio da noite destaca pizzas preparadas com massa de longa fermentação, servidas no sistema à la carte ao custo de R$ 35,00 por unidade. A trilha sonora do ambiente ficará por conta de uma apresentação ao vivo do músico André, com repertório do projeto Rock A2.



Line-up da noite conta com as bandas Pretexto Para Beber, Ivo e os Passageiros (foto), Ubelina 69 e El Camino

Shopping RC e Sesi promovem oficina de robótica para crianças

Atividade educativa acontece neste sábado (14), a partir das 15 horas, para público de 6 a 10 anos; inscrições prévias são limitadas.



objetivo do evento é aproximar a metodologia de ensino de robótica da instituição dos jovens estudantes da cidade

O Shopping Rio Claro, em parceria com o Sesi Rio Claro, realiza neste sábado (14), uma edição da Oficina de Robótica voltada ao público infantil. A atividade acontece a partir das 15 horas, em espaço montado ao lado da loja Melissa.

A programação será conduzida pela equipe Thunderbóticos, grupo de robótica do Sesi, e é direcionada a crianças com idade entre 6 e 10 anos. A proposta consiste em apresentar de forma prática e interativa os conceitos da abordagem STEM — sigla em inglês para ciência, tecnologia, engenharia e matemática.

Durante a dinâmica, os participantes são convidados a solucionar desafios lúdicos que estimulam competências como raciocínio lógico, criatividade, colaboração e resolução de problemas, baseados na metodologia (STEM).

De acordo com a coordenadora de Marketing do Shopping Rio Claro, Bárbara Crocco, a iniciativa busca aproximar o público jovem de áreas ligadas à tecnologia e à construção de robôs por meio de atividades educativas fora do ambiente escolar tradicional. “A robótica trabalha diversos campos da ciência para o desenvolvimento de projeto, construção, operação e uso de robôs, e é uma área do conhecimento que tem atraído muitos jovens. Com a Oficina de Robótica, a administração do Shopping Rio Claro aproxima as crianças da metodologia STEMotion do Sesi, que desenvolve habilidades como criatividade, colaboração e resolução de problemas. Venham conhecer de forma lúdica o aprendizado da robótica”, convida Bárbara Crocco, Coordenadora de Marketing do Shopping Rio Claro.

As vagas para participar da oficina são limitadas. Os pais ou responsáveis interessados devem realizar a inscrição previamente, preenchendo o formulário eletrônico com os dados de contato e a escolha de horário, disponível por meio do perfil oficial da equipe no Instagram (@thunderboticos.ftc).

ANIVERSARIANTE DA SEMANA



Gabriel Borges Chiaradia 13.11

