

# Sabesp promove campanha para uso consciente de água

A Sabesp promove mais uma campanha com o objetivo de comunicar e engajar a população a usar a água de maneira consciente, especialmente diante do período de severa estiagem por que passa São Paulo e também outras regiões do Brasil. Com linguagem atual e inspirada nas redes sociais, a campanha "Toks para Economizar Água - Abriu, Usou, Fechou" tem conteúdos com linguagem digital, trends e tendências de amplo conhecimento e apelo junto à população em diversas cenas e interações dos filmes e outras peças de comunicação.

Veja o vídeo que está no ar aqui: [https://youtu.be/rq8us\\_wEdo4](https://youtu.be/rq8us_wEdo4).

A Sabesp faz campanhas publicitárias e ações de comunicação com foco na economia de água há mais de 40 anos, de maneira permanente e tendo como alvo diferentes públicos, como: instituições públicas, parceiros da iniciativa privada, escolas, universidades, setores da atividade econômica, grandes eventos e ações patrocinadas. A Companhia atua também



Campanha "Toks para Economizar Água - Abriu, Usou, Fechou"

nas redes sociais, com posts e lives temáticas. Por meio da imprensa, com informações e entrevistas, a Sabesp tem entre suas prioridades a mensagem de uso consciente da água.

Uma das últimas ações para chamar atenção a esse tema ocorreu no dia 28/8. A Sabesp realizou o Dia de Mobilização pelo Uso Consciente da Água, visando mobilizar colaboradores, clientes e a população em

geral com ações para disseminar práticas de economia de água no dia a dia. Atividades aconteceram no dia 28/8 presencialmente, envolvendo crianças, comerciantes, unidades de saúde e população em geral, e nas redes sociais com a #eucuidodaágua. Um hotsite [www.sabesp.com.br/eucuidodaagua](http://www.sabesp.com.br/eucuidodaagua) está no ar para marcar a mobilização e reúne informações em torno do assunto.

## Guloseimas para Você

Confira receita do chef Beto Madalosso para um almoço especial

A gastronomia continua sendo uma das melhores formas de aproximar as famílias e a convite da Alegria, o Chef Beto Madalosso criou uma receita exclusiva, com dicas preciosas, para curtir, mesmo sem a presença física. Ele aposta em um prato clássico de macarronada, mas com um toque especial. Confira a receita de espaguete com molho de calabresa Alegria, e vinho branco para tornar o almoço inesquecível.

**Espaguete com calabresa Alegria**

**Ingredientes:** 1 pacote de macarrão espaguete, 1 linguiça calabresa, 1 colher (sopa) de cebola picada, 8 cogumelos paris, 2 colheres (sopa) de creme de leite fresco, 1 cálice de vinho branco, salsinha picada, sal e pimenta a gosto.

**Modo de preparo:** Comece cortando a cebola e os cogumelos em cubinhos. Depois, corte a linguiça em cubos também.



Em seguida, coloque a cebola em uma frigideira quente. Após a cebola dourar, junte a calabresa Alegria e o cogumelo e refogue por alguns minutos. Quando todos os ingredientes estiverem dourados, acrescente o vinho e deixe secar um pouco. Junte o creme de leite fresco ao molho. Depois de mexer bem, coloque a salsinha picada e a pimenta a gosto. Misture novamente com todos os ingredientes e o molho está pronto. Depois, coloque o molho sobre o macarrão cozido e está pronto para servir.

**Arroz Doce Fit: uma opção de sobremesa deliciosa e saudável**

Para os dias mais frios, a nutricionista da Magro preparou uma receita prática, saborosa e irresistível! O Arroz Doce Fit, que fica pronto em uma hora e tem apenas 64 calorias por porção de 60 gramas. Uma sugestão elaborada com Açúcar Magro Fit para os consumidores que desejam reduzir a ingestão de açúcares no dia a dia. Vamos conferir?

**Ingredientes:** 1 xícara (chá) de arroz lavado e escorrido (180g), 2½ xícaras (chá) de água (500ml), 2 xícaras (chá) de leite desnatado (400ml), 5 colheres (sopa) de Açúcar Magro Fit (60g), ½ embalagem de leite de coco light (100ml), 1 embalagem de creme de leite light (200g), 2 canelas em rama, 6 cravos-da-índia.

**Modo de preparo:** Em uma panela coloque o arroz, a água e leve para cozinhar em fogo baixo. Quando o arroz estiver mole, acrescente o leite e cozinhe mais um pouco. Em seguida coloque os outros ingredientes e deixe ferver. Sirva quente ou frio.

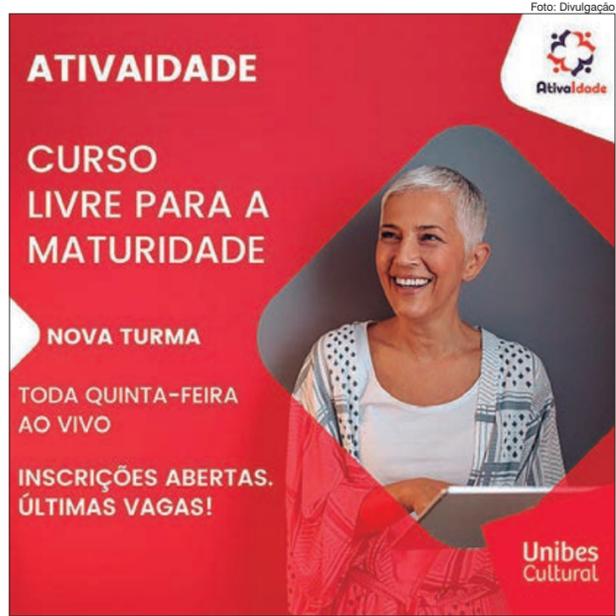


# "Curso Livre para a Maturidade" leva para o público 60+ atividades on-line em programa educacional

A Unibes Cultural, em parceria com o Programa Atividade, traz o "Curso Livre para a Maturidade" um programa de Educação contínua que leva atividades educacionais, culturais, de saúde e de entretenimento para pessoas com mais de 60 anos. O objetivo é ampliar horizontes e fortalecer as conexões de pessoas mais experientes e maduras.

Para o mês de setembro o tema do curso é "Você Consumidor - conheça as características, as necessidades e os comportamentos das pessoas enquanto consumidoras, o que leva uma pessoa a consumir, a tomar uma decisão de compra, a fazer uma compra por impulso, entre outros temas ligados ao consumo".

As inscrições estão abertas no site da Unibes Cultural. As aulas são on-line e acontecem uma vez por semana, sempre as quintas-feiras, das 15 às 16h30 pela plataforma Zoom. Acesse: <https://unibescultural.org.br/cursos/curso-online-para-60-os-desafios-da-maturidade-e-a-preparacao-para-um-futuro-mais-feliz/>



Inscrições para participar estão abertas; curso busca contribuir com a qualidade de vida levando novas experiências e informações aos participantes

## Atividades para o mês da Visibilidade Bissexual e Setembro Azul estão na programação das Fábricas de Cultura

Para acompanhar a importância dos debates atuais e para colaborar com o fortalecimento de diversas comunidades, as Fábricas de Cultura recebem grupos que irão destacar a importância de ações voltadas ao mês da Visibilidade Bissexual e Setembro Azul. Toda a programação é gratuita e as atividades serão apresentadas no canal de YouTube. Não é necessária inscrição para assistir e interagir.

As Fábricas de Cultura atuantes nas zonas norte e sul de São Paulo, inclusive em Diadema, gerenciadas pela Poiesis, são equipamentos da Secretaria de Cultura e Economia Criativa do Governo do Estado de São Paulo.

Nos anos 1970 e 1980, o Lâmpião da Esquina, jornal direcionado ao público LGBT do país, atuou e resistiu à censura da ditadura militar brasileira. A biblioteca da Fábrica de Cultura Jaçaná apresentará informações e a importância desse periódico sobre sexualidade e identidade de gênero. O bate-papo será no dia 13 de setembro, segunda-feira, a partir das 15 horas.

A coletiva Brejo Produções chega com o Dengo Sarau no dia 24 de setembro, sexta-feira, às 18 horas, integrando a agenda da Fábrica de Cultura Capão Redondo. A coletiva é voltada à fomentação da arte bissexual e



Coletiva Brejo Produções realiza o Dengo Sarau

lésbica. Durante a atividade, as integrantes Bárbara Medina, Mayana Vieira e Priscila Oliveira recitam poesias e contam um pouco da história que a coletiva desenvolve no caminho de fazer, de qualquer lugar, um grande e fértil brejo de afeto.

Em homenagem ao mês de visibilidade da Comunidade Surda Brasileira, também conhecido como Setembro Azul, as Fábricas de Cultura Jaçaná e Jardim São Luís recebem atividades da Cia. Arte Raiz, a qual oferece um processo de vivência inclusiva, por meio de exercícios lúdicos.

A Cia. Arte Raiz apresentará:

cantigas e brincadeiras populares em português e na Língua Brasileira de Sinais (Libras), no dia 25 de setembro, sábado, às 16 horas, pela Fábrica de Cultura Jardim São Luís, e a oficina Incluindo com Libras em 26 de setembro (Dia Nacional dos Surdos), domingo, às 17 horas, quando o público poderá conhecer jogos e brincadeiras bilíngues (Português e Libras), a convite da Fábrica de Cultura Jaçaná.

Atividades serão veiculadas no canal de YouTube das Fábricas de Cultura: <https://www.youtube.com/c/fabricasdeculturavideos/videos>

## CUIDADO COM AS FAKE NEWS

**NÃO TEM FONTE? NÃO REPASSE**

**MUITOS ADJETIVOS? DESCONFIE**

**BUSQUE A FONTE ORIGINAL**

**PESQUISE OUTRA FONTE**

**QUEM PUBLICOU? CHEQUE O HISTÓRICO**

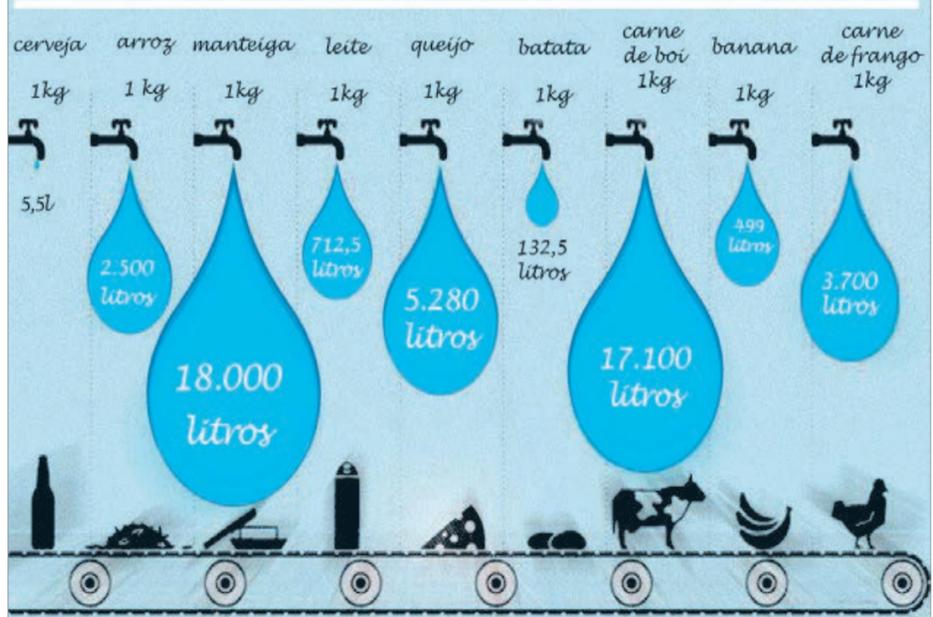
**LEIA A NOTÍCIA INTEIRA**

**CONFIRA A DATA**

**ESTÁ EM DÚVIDA? NÃO REPASSE**

## A água que você não vê

Você consome sem perceber. Veja o quanto de água potável é necessário para produzir itens do seu cotidiano:



**ECONOMIZE ÁGUA**