

8ª Conferência Municipal da Cidade terá encontro regional na Zona Norte neste sábado (15)

Os moradores da Zona Norte de São Paulo terão a oportunidade de debater políticas públicas neste sábado (15), durante o Encontro Regional - Norte 3, que acontece das 9h às 12h no CEU Pêra Marmelo, no Jaraguá. O evento faz parte da preparação para a 8ª Conferência Municipal da Cidade e reunirá participantes dos distritos: de Anhanguera, Perus, Jaraguá, Pirituba e São Domingos.

A programação inclui debates sobre mobilidade, meio ambiente e mudanças climáticas, habitação e gestão democrática. As propostas levantadas serão levadas à Conferência Municipal, que acontecerá nos dias 26 e 27 de abril. Para saber mais entre no site: conferenciadacidade.prefeitura.sp.gov.br.

Todos os Encontros Regionais (que já acontecem em outras regiões desde fevereiro, até abril) seguirão uma mesma dinâmica. Inicialmente, no auditório, os participantes assistirão a um vídeo introdutório sobre a Conferência e receberão orientações para contribuir nas discussões. Cada



Foto: AGZN

Temas importantes para o desenvolvimento urbano serão abordados em encontro regional

munícipe será convidado a participar de até quatro salas temáticas, escolhendo aquela(s) que mais despertar(em) seu interesse (Mobilidade, Meio Ambiente e Mudanças Climáticas, Habitação e Gestão Democrática). Além dos temas principais, outros assuntos poderão ser levantados durante os debates, garantindo que cada grupo de discussão tenha a oportunidade de se expressar e se sentir representado. Após

os debates nas salas temáticas, todos retornarão ao auditório para compartilhar as ideias discutidas.

Serviço:

Encontro Regional - Norte 3 Distritos contemplados: Anhanguera, Perus, Jaraguá, Pirituba e São Domingos
Horário: Manhã (9h às 12h)
Local: CEU Pêra Marmelo
Endereço: Rua Pêra-Marmelo, 226 - Jardim Santa Lucrecia



Moda & Beleza

Saiba mais sobre a rotina de cuidados para prevenir ressecamento e envelhecimento da região dos olhos

A pele ao redor dos olhos é uma das mais sensíveis e finas do rosto, exigindo atenção especial.

Segundo a dermatologista convidada da Ricca, Vanessa Perusso, negligenciar essa região pode levar a sinais precoces de envelhecimento, como rugas finas, ressecamento e aspecto cansado. “A pele da área dos olhos possui menos glândulas sebáceas, o que a torna mais propensa à desidratação e ao aparecimento de linhas de expressão”, explica a especialista. Por isso o bastão para a área dos olhos da Ricca é uma dica valiosa, mas manter a skincare também é importante. Veja como:

Hidratação específica para a área dos olhos

Usar produtos formulados para essa região é essencial para manter a barreira cutânea equilibrada e evitar o ressecamento. “Ativos como aloe vera e pepino são aliados poderosos, porque possuem propriedades calmantes, hidratantes e refrescantes, ajudando a suavizar olheiras e reduzir sinais de cansaço”, explica a expert.

Massagem para estimular a circulação

“A aplicação de produtos na área dos olhos deve ser feita com movimentos suaves e circulares para estimular a microcirculação, evitando o inchaço e a formação de bolsas”, recomenda Vanessa. O uso de produtos em formato de bastão também facilita a aplicação sem pressão excessiva.



Foto: Divulgação

Remoção delicada da maquiagem

Evitar produtos abrasivos e o esfrega-esfrega excessivo é essencial para prevenir a sensibilização da pele e a perda de hidratação. “A remoção da maquiagem, quando feita de forma errada, pode comprometer a barreira cutânea e acelerar o envelhecimento da região”, alerta a dermatologista. Águas micelares são uma boa alternativa para limpar suavemente sem causar irritação.

A importância do cuidado contínuo

A curto prazo, a falta de hidratação e proteção pode resultar em ressecamento e sensação de repuxamento. Já a médio prazo, a pele pode começar a apresentar linhas finas e uma aparência mais cansada por conta da desidratação e perda de elasticidade. No longo prazo, pode levar à formação de rugas mais profundas, olheiras persistentes e flacidez na região dos olhos. Por isso, Vanessa reforça que incluir esses hábitos na rotina skincare contribui para manter a pele ao redor dos olhos hidratada, luminosa e com aspecto descansado.

Mandaqui

Evento motiva desvios em linhas de ônibus neste domingo (16)

A SPTrans informa que, neste domingo (16), das 12 às 19h, duas linhas terão seus itinerários alterados durante a realização do ‘Samba é a Alegria da Praça’ no Mandaqui. Confira as mudanças:

1742/10 Jd. Antártica - Metrô Santana

Ida: normal até a Rua

Salvador Tolezano, Rua Gen. José de Almeida Botelho, Av. Direitos Humanos, Av. Zumkeller, prosseguindo normal.

Volta: normal até a Av. Zumkeller, Av. Direitos Humanos, Rua Gen. José de Almeida Botelho, Rua Salvador Tolezano, prosseguindo normal.

211L/10 Mandaqui - Lapa Ida: normal até a Av. Zumkeller, R. Judith Zumkeller, Av. Sta Inês, Av. Parada Pinto, prosseguindo normal.

Volta: normal até a Rua Salvador Tolezano, Rua Gen. José de Almeida Botelho, Av. Direitos Humanos, Av. Zumkeller, prosseguindo normal.

DENGUE MATA!

NO COMBATE À DENGUE, NINGUÉM PODE FICAR PARADO. MUITO MENOS A ÁGUA.



Coloque areia no prato dos vasos de planta



Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de escoar pelas calhas



Não deixe a água da chuva acumular sobre a laje



Mantenha a lixeira e caixa d'água sempre bem fechadas



Entregue seus pneus velhos ao serviço de limpeza urbana



Jogue no lixo todo objeto que possa acumular água



Mantenha bem tampados tonéis e barris d'água



Lave por dentro, com escova e sabão, os utensílios usados para guardar água

COMBATER A DENGUE É UM DEVER DE TODOS.