

Palestras na CICS Canoas debatem saúde e bem-estar

Primeira edição do Café com Saúde do ano aborda qualidade de vida

Nicole Goulart
pautadc@gruposinos.com.br

Canoas - Com o Salão Nobre lotado, a Câmara de Indústria, Comércio e Serviços (CICS) de Canoas promoveu o Café com Saúde nesta terça-feira (25). O evento contou com palestras sobre bem-estar, qualidade de vida e prevenção. Esta foi a primeira de quatro edições planejadas para 2025.

O administrador e especialista em planejamento para o bem-estar e qualidade de vida no futuro, César Saut, deu início aos trabalhos. O palestrante trouxe para o debate reflexões sobre a vida, uso de tecnologias como a Inteligência Artificial e gerenciamento

do tempo para ter uma vida melhor.

Em seguida, foi a vez do médico especialista em saúde preventiva Victor Sorrentino expor suas ideias sobre os pilares para ter uma vida saudável. O médico debateu sobre tratamentos. “A minha visão é ‘o que eu tenho que fazer para tentar não de-

pendar da medicação?’. Mesmo que eu dependa, eu estou tentando encontrar o motivo que me levou a adoecer. Essa responsabilidade é minha”, afirma.

Sorrentino também comentou a necessidade de cuidar da saúde através de diversos caminhos, como ritmo circadiano, alimentação, sono, gestão emocional



Victor Sorrentino foi um dos palestrantes do evento

e gerenciamento de estresse. O palestrante ressaltou a importância de envelhecer com saúde, não olhando apenas para ausência de doenças, mas com felicidade e qualidade.

“Vida não é só tempo, não é só número, só idade

ou anos. É vida é compartilhar, conversar, estar lúcido o suficiente para poder aproveitar. E isso é depósito, é óbvio, de tudo que nós fazemos ao longo de nossas vidas. Na saúde, é categórico: ou nós plantamos ou nós colhemos”, destaca.

Longevidade que inspira

As palestras promovidas pela CICS Canoas estão diretamente ligadas aos 85 anos da entidade, como observa a presidente Shirley Panizzi. “Quando falamos de saúde, ligamos com doença. Mas estamos lidando com saúde pura e nada mais é do

que promover algo que nos faz bem. Estamos tentando fazer esse link, promovendo saúde em uma entidade longa. Conseguimos inspirar outras pessoas a repensar sua alimentação e modo de vida, espelhando isso na entidade com 85 anos, que é uma senhora revigorada.”

+ De olho nas próximas edições

O Café com Saúde faz parte do programa de promoção da saúde da CICS Canoas. De acordo com a vice-presidente de Saúde, Maria Regina Ronchetti, as próximas edições planejadas para acontecer ao longo do ano prometem promover

mais discussões sobre o assunto. “Vamos trazer sempre palestrantes que falem de saúde. Tratar de saúde para não ter que tratar a falta dela. O nosso objetivo é a longevidade com qualidade de vida, que as pessoas possam aproveitar”, frisa.

Caravana de Empregos realiza ação no Senai

Canoas - A Caravana de Empregos realizada nesta terça-feira (25) contou com mais de 1,5 mil vagas ofertadas por 32 empresas. Organizada pela Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico e Inovação (SM-DEI), a edição itinerante do evento ocorreu no Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (Senai), no bairro Igara.

Por ordem de chegada, centenas de pessoas foram atendidas. O segmento da construção civil foi um dos destaques, com 200 vagas de chamamento imediato.

Natural da Venezuela, a moradora do bairro Rio Branco, Anyimar Pérez, 27 anos, realizou quatro entrevistas na Caravana de Empregos. “Estou confiante.



Anyimar busca recolocação no mercado de trabalho

Uma rede de supermercados sinalizou que serei chamada nesta quinta-feira”, comemora.

Anyimar está há três meses na cidade. A venezuelana conta o que motivou a mudança. “Tenho um filho para criar. No meu país,

trabalhei na polícia. Aqui as coisas são diferentes. Estou tentando vaga para qualquer setor. Quando soube da ação de emprego, fiquei feliz pela oportunidade de fazer várias entrevistas no mesmo dia e local. É uma ótima iniciativa.”

Pontos Populares aborda a segurança alimentar

Canoas - A Caravana dos Pontos Populares de Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (PPSSAN) esteve em Canoas nesta terça-feira (25), com atividades realizadas no auditório Auditório Sady Schwitz na Prefeitura. A ação busca divulgar informações sobre o programa, instituído pelo Decreto Nº 57.791/2024.

A seleção dos municípios que integram a caravana foi feita com base no mapeamento de territórios que possuem iniciativas voltadas à alimentação coletiva. Canoas é um dos dez municípios escolhidos para receber o evento, que tem como objetivo conscientizar a população sobre o direito ao alimento de qualidade e fortalecer

a integração com o poder público estadual.

A abertura do evento contou com a participação da diretora do Departamento Estadual de Segurança Alimentar e Combate à Fome, Naiane Dotto; do secretário-executivo da Câmara Intersecretarias de Segurança Alimentar e Nutricional, Alex Moraes; e da presidente do Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável do RS, Cintia Barenho. “A luta de cada pessoa que atua nessa área é fundamental, e esse histórico de ações bem-sucedidas reforça a importância da segurança alimentar no município”, destacou o secretário de Desenvolvimento Social, Márcio Freitas.

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA SANTA RITA
CONCORRÊNCIA PÚBLICA Nº 02/2025

O Município de Nova Santa Rita, **Torna Público** que se encontra aberta a Concorrência Pública nº **02/2025, Contratação Semi-Integrada de Empresa Especializada em Engenharia/Arquitetura para a Prestação de Serviços de Elaboração do Projeto Executivo de Fundações e Construção (Lote 1) da Escola de Educação Infantil - Creche tipo 1 e para Auxílio na Fiscalização da Obra (Lote 2).** A data de abertura da presente será dia **20/05/2025 a partir das 09:00hs.** O edital e seus anexos estão disponíveis no site: www.pregaoonlinebanrisul.com.br e www.novasantarita.rs.gov.br.

Nova Santa Rita/RS, 26 de março de 2025.
Secretaria Municipal de Compras Públicas

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA SANTA RITA
CONCORRÊNCIA PÚBLICA Nº 03/2025

O Município de Nova Santa Rita, **torna público** que se encontra aberta a Concorrência Eletrônica nº **03/2025**, objeto da presente licitação é a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM ENGENHARIA/ARQUITETURA PARA A PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE CONSTRUÇÃO DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE - PORTE 1 E DE AUXÍLIO NA FISCALIZAÇÃO DA OBRA.** A data de abertura da presente será dia **07/05/2025 a partir das 10h.** O edital e seus anexos estão disponíveis no site: www.pregaoonlinebanrisul.com.br e www.novasantarita.rs.gov.br.

Nova Santa Rita/RS, 26 de março de 2025.
Secretaria Municipal de Compras Públicas

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE CANOAS
EDITAL Nº. 029/2025 - PREGÃO ELETRÔNICO
POR SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS Nº. 006/2025

OBJETO: Fornecimento de medicamentos destinados ao cumprimento de mandados judiciais. Recebimento das propostas: até às 09 horas do dia 09/04/2025. Abertura das propostas: às 09:01 horas do dia 09/04/2025. Início da disputa: às 10 horas do dia 10/04/2025, no site <https://pregaobanrisul.com.br/>. Edital: site www.canoas.rs.gov.br e <https://pregaobanrisul.com.br/>.

Deise Cristine Busato da Silva
Secretária Municipal de Licitações e Contratos

EDITAL Nº 054/2025 - PREGÃO ELETRÔNICO

OBJETO: Contratação de empresa para o fornecimento de um gerador de energia elétrica a diesel, cabinado e insonorizado, com potência de 6,5 kVA, conforme especificações técnicas descritas neste Termo de Referência, visando atender as necessidades das farmácias básica, solidária, do Estado e de ordens judiciais. Recebimento das propostas: até às 09 horas do dia 09/04/2025. Abertura das propostas: às 09 horas e 05 minutos do dia 09/04/2025. Início da disputa: às 9h15 horas do dia 09/04/2025, no site <https://pregaobanrisul.com.br/>. Edital: site www.canoas.rs.gov.br e <https://pregaobanrisul.com.br/>.

Deise Cristine Busato da Silva
Secretária Municipal de Licitações e Contratos

EDITAL Nº. 07/2025 - PREGÃO ELETRÔNICO
POR SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS Nº. 02/2025

OBJETO: aquisição de Insumos Odontológicos, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas neste instrumento. Recebimento das propostas: até às 08 horas do dia 08/04/2025. Abertura das propostas: às 08 horas e 30 minutos do dia 08/04/2025. Início da disputa: às 09 horas do dia 08/04/2025, no site <https://pregaobanrisul.com.br/>. Edital: site www.canoas.rs.gov.br e <https://pregaobanrisul.com.br/>.

Deise Cristine Busato da Silva
Secretária Municipal de Licitações e Contratos