Ipiranga News

GRUPO BAIRROS UNIDOS

ANO XXVIII - Nº 1450 Fone: 2914-0655

CIRCULA ÀS QUINTAS - FEIRAS

www.ipiranganews.inf.br - comercial@ipiranganews.inf.br - jornal@ipiranganews.inf.br

SÃO PAULO, 17/09/2026 A 23/09/2026

IPIRANGA NEWS 28 ANOS COM VOCÊ

STF está nas cordas

A crise que envolve ministros do Supremo Tribunal Federal (STF) ultrapassou os limites de uma divergência interna e alcançou uma questão que diz respeito diretamente à sociedade: a credibilidade da instituição encarregada de guardar a Constituição. O episódio reúne acusações de lado a lado, pedidos de investigação, controvérsias sobre procedimentos e a divulgação de documentos cuja própria validade ou alcance é objeto de questionamento. Em um cenário assim, o Supremo precisa oferecer à sociedade aquilo que se espera de qualquer instituição pública submetida ao Estado de Direito: transparência. *NOSSA OPINIÃO. PÁGINA 2*

ANUNCIE SEUS SERVIÇOS AQUI

11 2914-0655

ENTRE EM CONTATO PELO TELEFONE

PIZZARIA RAVENNA

Pizza a partir de R$ 47,00

CALABRESA - BAIANA - NAPOLITANA

MARGUERITA - MUSSARELA

+ DE 50 SABORES DISPONÍVEIS

ESTAMOS NO 99

99 Food

Peça sua PIZZA

3535-5161 OU 3806-1156

Ou venha nos visitar!

Rua Comandante Taylor, 1549

COFRES BONIS

Cofres residenciais, comerciais, porta blindada, Cofre para armas

Rua Silva Bueno, 432

11 4324-1433

www.cofresbonis.com

cofresbonis@gmail.com

SERENIDADE

Casa de Repouso

Hospedagem Completa para Idosos

• Médico • Nutricionista • Enfermagem 24H

• Fisioterapia • Terapia Ocupacional

• Home Care • Área de Lazer • Hotel

Rua Calógero Calia, 442 - Jd. da Saúde

Preços Especiais F: 4562-7317

www.casaderepousoserenidade.com.br

MARÉ ÁGUA

DISTRIBUIDORA DE ÁGUA LTDA

GALÃO 20L/10L

CRISTAL R$ 14,99

MOGIANA (ANTIGA BONAFONTE) R$ 19,99

ÁGUA DE QUALIDADE PARA SUA FAMÍLIA!

ENTREGA INCLUSA

MENCIONE ESTE ANÚNCIO EM SEU PEDIDO

R. MANIFESTO, 640 – IPIRANGA

(11) 2591-2989 | (11) 2273-9003

COMPRA-SE OURO PRATAS E JÓIAS

Avaliamos na hora

Pagamos a vista via PIX

Negociação rápida e segura

Atendemos sábados, domingos e feriados

IPIRANGA

BOM PASTOR, 2100 - SALA 403

VILA MARIANA

RUA DOMINGOS DE MORAES, 348 LOJA 5

98217-5757/2507-9794

COMPRO MÓVEIS E ELETRODOMÉSTICOS

FOGÃO, GELADEIRA, GUARDA-ROUPA, RACK, JOGO DE SOFÁ, ETC.

AVALIO E RETIRO.

TAMBÉM COMPRO MÓVEIS E OBJETOS ANTIGOS.

4354-7183

97700-0395

PIZZARIAS SAN PIETRO ATO DA GULA

Desde 1990

PROMOÇÃO

12 SABORES DE PIZZA

POR APENAS R$ 74,90

San Pietro Rua Vigário Albernaz, 634 - V. Gumercindo

5062-9393 | 5062-2747 | 5072-3728 (Delivery)

Ato da Gula Rua Luís Góis, 342 - Vila Mariana

5072-3099 | 5589-6703 | 2276-2590 (Salão e Delivery)

EMEI Dom Pedro I é invadida por ladrões



Escola, na Praça Nami Jafet, foi invadida durante a madrugada de sexta-feira (11). Criminosos quebraram um vidro e retiraram um cadeado para entrar na unidade, de onde levaram computadores, equipamentos e alimentos. PÁGINA 3

Ipiranga recebe Virada Esportiva



O Parque da Independência será palco de uma programação especial durante a Virada Esportiva. Um dos destaques é o tradicional Festival de Carrinho de Rolimã, que acontece no domingo, 20 de setembro, das 9h às 16h. PÁGINA 2

DEPUTADA FEDERAL JANAINA PASCHOAL 1150

Progressistas

Brasil do futuro é Brasil mais seguro

PROPOSTAS

- Pela proteção da vida;
- Pela proteção da infância;
- Pela defesa das liberdades (religiosa, de expressão e de manifestação);
- Pela defesa da família;
- Pela defesa dos recursos naturais;
- Pela transparência com as contas públicas;
- Por um trabalho técnico e competente;
- Pela investigação e punição de todos os estupros;
- Pela separação dos poderes e segurança jurídica;
- Para conter a ditadura dos Conselhões.

A mulher do Impeachment vai trabalhar para você, em Brasília, de novo!

Federação União Progressista/ Progressistas e União Brasil. CNPJ: 68.455.565/0001-05 / Valor do anúncio: 2.868,00 / Tiragem: 14.000

Mais esporte e câmeras.

Mais segurança para sua familia.

FICHA LIMPA

+ESPORTE −REMÉDIO

GEORGE HATO

DEPUTADO ESTADUAL

15622

ORLANDO MORANDO

DEPUTADO FEDERAL

1555

Mais esporte hoje, menos remédio amanhã

TARCÍSIO 10

O deputado do Smart Sampa

CNPJ: 68.293.767/0001-90 | MDB, Republicanos, PL, PSD, União Brasil, PP, Podemos, PSDB, Cidadania, Solidariedade, PRD, Avante, Novo. | R$ 2.868,75 | Tiragem: 14.000

GRUPO BAIRROS UNIDOS
Ipiranga News
Fundado em 09/10/1997
Jabaquara News
Fundado em 24/03/2000
Expresso News
Fundado em 14/03/2007
Jornais a serviço da comunidade

Diretor Superintendente: (In memoriam) Luiz Antonio de Paula
Diretor Executivo: Mauro Ramos
Diretora Comercial: Vera Helena Ramos
Gerente Comercial: Rafaela Maia
Redação: Paula Ramos
Diagramação: Paula Ramos

facebook.com/ipiranganews @ipiranganews21

REDAÇÃO: R. General Lecor, 246 / CEP: 04213-020 - Ipiranga - SP
Fone / PABX: (011) 2914-0655
e-mails: jornal@ipiranganews.inf.br / comercial@ipiranganews.inf.br
comercial@jabaquaranews.com.br / redacao@jabaquaranews.com.br
Site:www.ipiranganews.inf.br / www.jabaquaranews.com.br
IPIRANGA NEWS É DISTRIBUIDO NAS SEGUINTES ÁREAS: Ipiranga, Alto do Ipiranga, Jardim da Saúde, Vila das Mercês (parte), Bosque da Saúde, Chácara Klabin, São J. Clímaco (parte), Av. Cursino (parte), Jd. da Glória, Jd.Santa Cruz (parte), Vila Livieiro (parte), Moinho Velho, Sacomã, Vila Carioca, Vila Gumercindo, Vila Monumento, Vila Nair, Vila Vera e parte do Cambuci.
JABAQUARA NEWS É DISTRIBUIDO NAS SEGUINTES ÁREAS: Jabaquara, Mirandópolis, Planalto Paulista, Chácara Inglesa, Bosque da Saúde, São Judas, Conceição, Guarani, Parque Jabaquara, Cidade Vargas, Vila Mascote e Vila Mariana.

NOSSA OPINIÃO

STF está nas cordas

A crise que envolve ministros do Supremo Tribunal Federal (STF) ultrapassou os limites de uma divergência interna e alcançou uma questão que diz respeito diretamente à sociedade: a credibilidade da instituição encarregada de guardar a Constituição. O episódio reúne acusações de lado a lado, pedidos de investigação, controvérsias sobre procedimentos e a divulgação de documentos cuja própria validade ou alcance é objeto de questionamento.

Em um cenário assim, o Supremo precisa oferecer à sociedade aquilo que se espera de qualquer instituição pública submetida ao Estado de Direito: transparência, coerência e respeito aos procedimentos. Não há outro caminho a ser seguido nesse momento de grave crise institucional.

A própria ministra Cármen Lúcia reconheceu a dimensão do problema ao lamentar o que chamou de "mal-estar cívico" provocado pelo episódio. Segundo ela, houve uma espetacularização do caso e o Judiciário, em vez de produzir tranquilidade, gerou intranquilidade.

A declaração é especialmente significativa por partir de uma integrante da própria Corte e sintetizar o principal efeito institucional da crise: quando o tribunal responsável por interpretar a Constituição passa a ocupar o centro de uma disputa sobre sua própria atuação, a sociedade tem o direito de saber, com clareza, o que ocorreu e quais critérios serão aplicados para apurar eventuais irregularidades.

> *"A própria ministra Cármen Lúcia reconheceu a dimensão do problema ao lamentar o que chamou de 'mal-estar cívico'"*

Quanto maior o conflito, maior deve ser a disposição para esclarecer fatos, preservar documentos, definir competências e tornar públicos os fundamentos das decisões nos limites permitidos pela lei. A confiança em uma Corte constitucional não depende da ausência de controvérsias, mas da percepção de que elas são enfrentadas por regras impessoais e procedimentos verificáveis.

O Supremo tem agora uma oportunidade de demonstrar que a instituição está acima de seus integrantes individualmente. Isso exige que acusações sejam apuradas com o mesmo rigor, independentemente de quem seja o alvo; que documentos sejam avaliados segundo seu valor jurídico, e não pelo impacto político de sua divulgação; e que as decisões sejam acompanhadas de fundamentação capaz de ser compreendida pela sociedade.

Diante disso, superar a crise não significa apenas encerrar uma disputa entre ministros. Significa restabelecer a previsibilidade institucional e deixar claro, por atos e decisões, que ninguém está acima das regras que o próprio Supremo deve fazer cumprir.

Às vésperas das eleições, a sociedade não precisa de versões concorrentes nem de disputas públicas interminíveis. Precisa saber quais fatos foram comprovados, quais alegações ainda estão sob investigação, quais procedimentos são juridicamente cabíveis e por que cada decisão está sendo tomada. É pela transparência e pela lisura desse processo que a Corte poderá enfrentar a crise sem aprofundar o desgaste institucional que ela própria reconheceu.

Virada Esportiva reúne atividades gratuitas

São Paulo recebe a 19ª edição da Virada Esportiva, evento que reúne milhares de atividades gratuitas voltadas ao esporte, lazer e bem-estar. Durante a programação, moradores de diferentes idades poderão participar de modalidades esportivas, atividades recreativas, aulas abertas e ações que incentivam a prática de exercícios físicos.

Na região do Ipiranga, a programação conta com atividades em diferentes equipamentos públicos. No Parque da Independência, um dos destaques será o tradicional Festival de Carrinho de Rolimã, marcado para domingo, 20 de setembro, das 9h às 16h. A atração reúne participantes de diferentes idades e transforma o espaço em um ponto de encontro para quem gosta da modalidade e para famílias que desejam acompanhar a atividade.

Os CEUs também integram a programação da Virada Esportiva, com atividades gratuitas voltadas ao esporte, recreação e convivência. A iniciativa amplia as possibilidades de acesso da população a práticas esportivas e atividades de lazer, utilizando os equipamentos públicos como espaços de encontro e participação.

Outro destaque da programação é o Centro Esportivo Vila Guarani – Ryuso Ogawa, que receberá uma série de atividades durante o evento. Entre as atrações estão torneio de futsal, capoeira, vôlei, karatê, skate e basquete, além de diversas aulas abertas para quem quiser participar e conhecer novas modalidades.

A Virada Esportiva também é uma oportunidade para quem já pratica alguma atividade física e para aqueles que desejam começar. A variedade de modalidades permite que o público experimente diferentes esportes e encontre opções de acordo com seus interesses e faixa etária.

Parkson e acupuntura

A doença de Parkinson é uma condição crônica, degenerativa e progressiva do sistema nervoso central, relacionada à redução de dopamina causada pela degeneração das células nervosas. Fatores genéticos e ambientais podem estar associados ao seu desenvolvimento.

A doença provoca principalmente **tremores em repouso, rigidez muscular, flacidez e dificuldade de movimentos**, afetando com frequência os membros superiores. É mais comum em pessoas acima dos 50 anos.

Na medicina tradicional chinesa, a acupuntura busca estimular o sistema nervoso periférico e promover respostas no sistema nervoso central, relacionadas à liberação de substâncias como dopamina, noradrenalina e serotonina. Dentro da visão da medicina chinesa, os tremores podem estar associados à estagnação do fígado e à



deficiência de Qi e sangue, sendo trabalhados por meio da circulação do sangue e da tonificação do Yin dos rins.

A acupuntura pode ser utilizada como terapia complementar, sempre com acompanhamento médico e sem substituir o tratamento convencional.

Acupuntura com Mônica: www.morishitaacupuntura.com.br/blog. Entre em contato: 119923-63956. Av Lins de Vasconcelos, 3.352. Perto do metrô Vila Mariana.

BOM APETITE

Lombo Assado com molho de mel e gengibre

Ingredientes: Meio quilo de lombo de porco; ½ xícara (chá) de caldo de galinha; 2 colheres (sopa) de molho hoisin; 1 colher (sopa) de molho de soja; 2 colheres (chá) de vinagre; 2 colheres (sopa) de saquê; 1 colher (chá) de gengibre ralado; 2 colheres (sopa) de mel. Preparo: Coloque o lombo de porco numa tigela de vidro. Em separado, misture bem o molho hoisin, o molho de soja, o vinagre, o saquê, o gengibre e o mel. Despeje esta mistura sobre a carne e deixe marinando durante uma hora. Passado este tempo, escorra (reservando o caldo da marinada) e coloque a carne numa fôrma. Asse durante 30 minutos, virando várias vezes, até ficar dourado por igual. Retire da assadeira e fatie a carne antes de servir. Molho: Na marinada reservada, coloque a 2 colheres (sopa) de amido de milho, misture bem e cozinhe numa panela pequena, mexendo sempre até ferver e engrossar. Sirva o molho em recipiente à parte acompanhando o lombo fatiado. Dica: (1) Pepinos em conserva também vão muito bem como acompanhamento. (2) O molho hoisin também é chamado de molho chinês para churrasco; é composto de especiarias.

Torta Cremosa de Uvas Brancas

Ingredientes: Massa folhada encontrada pronta no supermercado; 500 gramas de uva tipo Itália branca e sem caroço; 3 ovos; 100 gramas de açúcar; 250 ml de creme de leite; 50 ml de licor de sua preferência. Preparo: Com a massa pronta, forre o fundo e os lados de uma fôrma. Faça alguns furos na massa e cubra todo o fundo da fôrma com as uvas que deverão ser colocadas bem apertadas. Leve ao forno pré-aquecido (200º) durante 10 minutos.

Na batedeira, bata os ovos com o açúcar até esbranquiçar. Junte o creme de leite e o licor. Passados os 10 minutos, retirar a massa do forno e cobrir com o creme. Leve ao forno novamente por aproximadamente 30 minutos, ou até que fique dourado. Decore com avelãs e sirva a seguir. Se quiser, polvilhe açúcar de confeiteiro sobre a torta assada.







ClassiNews

LIGUE: 2914-0655

Balcão Central
R. General Lecor, 246

IMÓVEIS

CASA DE VILA
ALUGA-SE
QTO, COZ, BANHEIRO LUZ INDEP.,ÁGUA COLETIVA RUA: DO MANIFESTO,1797 - CASA 1
R$ 1.350,00 + IPTU/26
R$ 56,65 MÊS
(11) 95773-3409
(11) 2215-6355

SEDE PRÓPRIA AB
CORRETOR E CAPTADOR DE IMÓVEIS
Estamos contratando
Imóveis (11) 2272-6899

Anuncie. Ligue 2914-0655

TUDO NEWS

SERVIÇOS DE IPTU
Desdobro, correção de áreas e outros serviços
elsilva1974@gmail.com
Eng. Eduardo 98257-8274

ESTRELA
Esquadrias Metálicas
Ferro e Alumínio
PORTAS, PORTÕES, GRADES, VITRAUX, JANELAS, ETC
R. Marechal Pimentel, 678 - Sacomã
(par. à R. Alencar Araripe, alt. nº 829)
2272.9626 / 2273.7070

EMPRESA CONTRATA: M/F
COSTUREIRAS
Com experiência
BENEFÍCIOS: Convênio Odontológico, Seguro de Vida, Cesta Básica, Vale Transporte e Prêmio.
Comparecer com currículo para processo seletivo:
RUA MAURICIO DE CASTILHO, 30 - Vila Monumento - São Paulo

OKINAWA CUPINS
CUPINS DE SOLO E MADEIRA
BROCAS, BARATAS, PULGAS E RATOS
5012-1226/5012-3996 95397-7761



Ladrões roubam EMEI Dom Pedro I

Nem a Escola Municipal de Educação Infantil (EMEI) Dom Pedro I, localizada na Praça Nami Jafet, escapou da onda de violência que assusta o bairro do Ipiranga. Na madrugada da última sexta-feira (11), criminosos invadiram a escola após quebrarem um vidro e retirarem um cadeado do local. De acordo com a Secretaria da Segurança Pública, foram furtados computadores, mouses, teclados, alimentos destinados às crianças e componentes da instalação elétrica.

O audacioso furto em uma das mais tradicionais escolas da região, localizada no coração do bairro, chocou a comunidade escolar e acentuou o clima de insegurança dos moradores.

As 270 crianças matriculadas na escola ficaram sem aulas e o atendimento foi retomado apenas na terça-feira (15). O caso foi registrado como furto no 17° Distrito Policial. A unidade conta com câmeras de monitoramento e agora os investigadores buscam identificar os autores do crime.



Criminosos invadiram a escola e levaram televisores e cabos

Após o furto, a Guarda Civil Metropolitana (GCM) reforçou as rondas na região.

Essa, inclusive, não é a primeira vez que uma escola é alvo de criminosos no Ipiranga. No ano passado, ladrões invadiram e roubaram a Escola Estadual Visconde de Itaúna.

Quando a escola estava fechada, criminosos invadiram o estabelecimento e subtraíram itens como televisores e cabos, conforme registraram as câmeras de segurança. A análise preliminar das imagens revelou que os responsáveis não eram alunos, mas indivíduos organizados, que aproveitaram a ausência de vigilância efetiva para agir.

Anac permite voos após às 23h em Congonhas

A Agência Nacional de Aviação Civil (Anac) autorizou o aeroporto de Congonhas a operar após às 23h. A decisão da Anac atende ao pedido da Associação Brasileira das Empresas Aéreas (Abear) para ampliar o horário das operações no Aeroporto de Congonhas, em São Paulo, em situações consideradas excepcionais.

Com a decisão, o aeroporto, que funciona entre as 6h e 23h por estar localizado em área residencial, poderia ter seu horário ampliado para além das 23h, mas somente quando ocorrerem eventos extraordinários que provoquem impactos na malha aérea.

A decisão foi aprovada na 27ª Reunião Deliberativa Eletrônica da Diretoria Colegiada da agência e não prevê a alteração do horário oficial de funcionamento do aeroporto e nem vai permitir que sejam programados voos para além do seu horário normal de funcionamento.

Segundo a Anac, o que ocorreu é que a diretoria colegiada estabeleceu uma interpretação para a Resolução 55, em vigor desde 2008, e que veda operações comerciais regulares e de aviação geral no aeroporto depois das 23h, salvo em situações específicas como voos para transporte de enfermos graves ou órgãos para transplante e operações de busca e salvamento. Essa norma, no entanto, não previa o tratamento em situações de contingências, o que foi revisto agora.



Somente em eventos extraordinários com impactos na malha aérea

"A medida busca reduzir impactos em cascata na malha aérea e aos passageiros provocados por eventos extraordinários, como mau tempo, e que afetem voos já previstos para o dia", informou a Anac, por meio de nota.

Segundo a concessionária Aena, que administra o aeroporto, a medida da Anac prevê "eventuais prorrogações do horário operacional" exclusivamente em situações excepcionais, "como eventos meteorológicos adversos, normalmente associados a impactos severos na malha aérea que atende o aeroporto, com potenciais desdobramentos em toda a malha aérea nacional".

"O horário permanece inalterado, e eventuais prorrogações continuam restritas a situações excepcionais, devidamente caracterizadas e avaliadas de acordo com os critérios aplicáveis", acrescenta a concessionária, por meio de nota.

Mercadão do Ipiranga tem Feira de Livros no sábado

O Mercado Municipal do Ipiranga realiza neste sábado (19), sua tradicional Feira de Livros, das 10h às 16h, transformando o local em um espaço de incentivo à leitura e de acesso à literatura para moradores da região de todas as idades.

A feira reúne livros de diferentes gêneros, comercializados diretamente pelos próprios autores independentes, que têm a oportunidade de apresentar seus trabalhos, divulgar suas obras e conversar com o público. A iniciativa aproxima escritores e leitores e amplia o acesso a produções literárias de diferentes estilos. Além da exposição e venda de livros, a programação



Programação contará com atividades voltadas ao público infantil

contará com atividades voltadas ao público infantil, como contação de histórias e brincadeiras que estimulam a imaginação e o aprendizado. As ações buscam proporcionar uma experiência de leitura que envolva toda a família. Rua Silva Bueno, 2.109

Exposição na Estação Tamanduateí revela cuidado de profissionais da saúde

A Estação Tamanduateí da CPTM recebe até 4 de outubro a exposição "Arte de Ver e Ser", com fotografias feitas por profissionais de saúde e funcionários do Hospital Araújo Jorge, de Goiânia.

A exposição ocupa um lugar de destaque na Estação da CPTM justamente para alcançar um público diverso — trabalhadores, estudantes, turistas e passageiros em trânsito — e transformar a passagem diária em um momento de sensibilidade. As imagens convidam o espectador a refletir sobre como o acolhimento e a escuta genuína são partes fundamentais do processo de cuidar.



Imagens transformam passagem diária em momento de sensibilidade

Ao longo das oficinas, esses profissionais foram convidados a enxergar o próprio ambiente de trabalho com outros olhos. De posse de celulares, eles registraram procedimentos clínicos e os detalhes escondidos no cotidiano: o cuidado ao preparar uma medicação, o sorriso desenhado em uma tela de radioterapia, o esforço coletivo para higienizar instrumentos cirúrgicos e o laço de confiança formado durante um atendimento. As fotografias, acompanhadas por legendas escritas pelos próprios autores, traduzem o afeto, a empatia e a dedicação que muitas vezes passam despercebidos no dia a dia. Estação Tamanduateí - Linha 10 Turquesa da CPTM até 04/10/2026, das 4h à 0h. Entrada mediante tarifa da estação

Casa e Cia.
CONSTRUÇÃO - ARQUITETURA - DECORAÇÃO

Produtos Bagarollo DESDE 1972 SOB MEDIDA
Grade de proteção
Fechamento área
Tela mosquiteira
Corrimão
Porta Sanfonada
Grade pantográfica
Porta p/ armário
VENEZIANA 3 F.
VITRÔ CORRER
Várias cores de alumínio
BOX VIDRO E ACRÍLICO
ORÇAMENTO S/ COMPROMISSO
CONSULTE! FACILITAMOS O PAGAMENTO
PORTÃO AUTOMATIZADO ALUMÍNIO E FERRO
10 VEZES
QUALQUER DESENHO AUTOMATIZAMOS SEU PORTÃO
VIA ANCHIETA, 1750 - TEL: 2272-0652 / 9.8846-7887 - www.bagarollo.com.br

PINTURAS
Casas
Apartamentos - Etc
Valor sem concorrência
94583-5858

RASPA TACO
Aplicação de sinteko, bona, vitta berga
Colocação de taco e assoalho
Fs.: 2371-9941
9.6190-2068
Falar com Claudio

CRÉDITO
Liberamos para compra, reforma e construção de seu imóvel, quitação de financiamento e aporte de capital.
Compra de imóvel
Reforma e construção
Quitação de financiamento
Aporte de capital
(11) 99430-9070
Crédito: 400.000,00 | 220x | 1.827,27
600.000,00 | 220x | 2.740,91
1.000.000,00 | 220x | 4.568,18
FGTS

TURISMO

Outono na Grã-Bretanha revela sabores

O início do outono transforma as paisagens da Grã-Bretanha e também marca uma das épocas mais interessantes do calendário gastronômico. Para quem viaja entre setembro e os meses seguintes, a comida se torna uma maneira especial de conhecer o destino, aproximando o visitante de produtores, paisagens e tradições locais.

A temporada acompanha ainda uma tendência cada vez mais presente na gastronomia britânica: a valorização de ingredientes locais, sazonais e de origem conhecida. Experiências farm-to-table, visitas a propriedades rurais, mercados e restaurantes que trabalham com produtores da própria região mostram que, muitas vezes, a viagem começa no campo e termina à mesa.

Nos últimos anos, os espumantes ingleses conquistaram espaço internacional e transformaram o sudeste da Inglaterra em um importante destino de enoturismo. Em Kent e Sussex, colinas, vinhedos e propriedades rurais ganham um charme especial durante a temporada de vindima.

No Gusbourne Estate, em Kent, visitantes podem acompanhar o período da colheita em experiências realizadas em datas selecionadas de setembro. O passeio permite conhecer o trabalho nos vinhedos e, dependendo das condições climáticas, observar a colheita manual, provar uvas diretamente das videiras e conhecer as primeiras etapas da produção.

A experiência inclui ainda degustação guiada de vinhos e almoço sazonal de três pratos no The Nest, restaurante da propriedade. Em Sussex, o Rathfinny Wine Estate, localizado no South Downs National Park, oferece tours e degustações de English Sparkling Wine. A propriedade também abriga o Flint Barns Dining Room, restaurante que valoriza produtos de Sussex, como cordeiro dos South Downs, peixes da costa e trutas da região.

No País de Gales, a gastronomia está fortemente ligada às comunidades rurais. Em Abergavenny, em Monmouthshire, essa relação ganha destaque durante o Abergavenny Food Festival, que reúne produtores, chefs, cozinheiros e artesãos em uma programação de degustações, demonstrações culinárias, palestras e workshops.

A cidade também merece atenção fora do período do festival. Restaurantes independentes e produtores artesanais ajudam a revelar a diversidade gastronômica local, enquanto a proximidade com o Parque Nacional Bannau Brycheiniog permite combinar gastronomia, história e natureza em um mesmo roteiro.



Jardins e pomares do Aberdour Castle, em Fife, na Escócia

Outra experiência diferente pode ser encontrada no Pembrokeshire Coast National Park, onde o visitante troca os campos pelos ambientes costeiros para conhecer o foraging, prática de identificação e coleta responsável de ingredientes encontrados na natureza.

Em St Davids, experiências oferecidas pelo Twr y Felin Hotel levam pequenos grupos à Em Perthshire, região conhecvai muito além das mudanças de cores nas florestas e dos dias mais frescos.

SONIATUR viagens e turismo
44 anos Realizando sonhos
HOLAMBRA, "CAPITAL NACIONAL DAS FLORES"
INCLUSO:TRANSPORTE,SEG VIAGEM,INGRESSO, LANCHE A BORDO.
DIA 20/9/26, DOMINGO | R$ 240,00
NATAL - POÇOS DE CALDAS
DE 22 À 25/12/2026 - RESTA 09 LUGARES
Reservas SôniaTur (11) 2068-5660 (11) 97037-3314

Vivências Tur
Eventos e Turismo
20 ANOS DE VIAGENS EM GRUPO
Noemi Carvalho
Guia de Turismo
PASSEIOS AOS SÁBADOS EM 2026
17 de Outubro de 2026 - sábado
Cunha com Lavandário
Inclui: Micro ônibus, lanche de bordo, almoço, visita a Casa do Artesão e Lavandário (Plantação de Lavandas) com guia local.
Valor do Passeio = R$ 170,00 à vista ou 2 x R$ 85,00
28 de Novembro de 2026 - sábado
Santuário de Aparecida
Inclui: micro ônibus, lanche de bordo, seguro viagem, guia acompanhante, tempo livre para assistir à missa, almoço por conta do passageiro no Espaço de alimentação do Santuário.
Valor do passeio = R$ 135,00 ou 2 x R$ 73,00
05 de Dezembro de 2026 - sábado
Santos com Escuna
Inclui: ônibus executivo, lanche de bordo, almoço, passeio de escuna, city tour panorâmico pelas prais, tempo livre ponta da praia.
Valor por pessoa R$ 129,00 à vista ou 2 x R$ 79,00
Somente pelo WhatsApp: (11) 95584-9517
Acesse: www.vivencias.tur.br
Rua Bom Pastor, 2100 - 5º andar - Ipiranga

Incentivo à leitura: Nabil Bonduki defende isenção de IPTU para livrarias de rua

Entrar em uma livraria, percorrer as estantes, descobrir um livro, conversar com um livreiro ou participar de um lançamento. Em uma cidade cada vez mais marcada pelas compras pela internet, as livrarias de rua continuam oferecendo algo que nenhuma plataforma digital consegue substituir: o encontro.

Reconhecendo a importância desses espaços e as dificuldades para mantê-los abertos, principalmente em uma cidade como São Paulo, o vereador Nabil Bonduki apresentou na Câmara Municipal um projeto de lei que propõe a isenção do IPTU para as livrarias de rua. A iniciativa segue uma política de incentivo semelhante à adotada para cinemas e teatros de rua.

Além da venda de livros, muitas livrarias recebem lançamentos, clubes de leitura, debates e outras atividades culturais. O Mapa de Livrarias de Rua de São Paulo (livrariasderuasp.com.br) reúne 37 desses estabelecimentos, entre livrarias independentes, generalistas e especializadas, que ajudam a movimentar as ruas e a vida dos bairros.

"As livrarias são muito mais do que estabelecimentos comerciais. Elas mantêm as ruas vivas, promovem encontros e debates e incentivam a leitura e a produção cultural. Apoiar sua permanência é também cuidar da vida dos nossos bairros", afirma Nabil, candidato a deputado federal nas eleições de 4 de outubro.

A concorrência com as grandes plataformas digitais e os altos custos de manter um espaço físico são alguns dos desafios enfrentados pelo setor. Para Nabil, a isenção do IPTU é um primeiro passo, que deve ser acompanhado de outras políticas públicas de apoio às livrarias, às editoras e à cadeia do livro.



BELEZA

Sol, calor e cuidados com a pele



Protetor solar precisa fazer parte da rotina diária das pessoas

Com a aproximação dos dias mais quentes (a primavera já está batendo em nossa porta!), manter a maquiagem bonita durante várias horas pode ser um desafio. O calor aumenta a transpiração e a oleosidade, enquanto a exposição ao sol exige cuidados constantes com a radiação ultravioleta. Ao mesmo tempo, o repelente ganha espaço na rotina, principalmente diante da circulação de doenças transmitidas pelo Aedes aegypti, como dengue, chikungunya e Zika.

A boa notícia é que não é preciso escolher entre maquiagem, proteção solar e repelente. Com alguns cuidados simples e a ordem correta de aplicação dos produtos, é possível manter a pele protegida e a maquiagem por mais tempo.

O primeiro passo é o protetor solar. Para o uso diário, a recomendação é escolher um produto de amplo espectro, com proteção contra os raios UVA e UVB e FPS 30 ou superior. Para quem transpira bastante ou passa muitas horas ao ar livre, produtos resistentes à água podem ser uma opção mais adequada. A reaplicação é fundamental, especialmente após suor intenso, contato com água ou uso de toalha.

Uma alternativa prática para quem gosta de maquiagem é o protetor solar com cor, que ajuda a uniformizar o tom da pele e pode substituir a base em muitas situações. Produtos tonalizantes que contêm óxidos de ferro também oferecem uma proteção adicional contraparte da luz visível, que pode contribuir para o agravamento de manchas.

Para quem precisa permanecer maquiada durante o dia, uma rotina simples começa com a pele limpa e hidratada, seguida pelo protetor solar. Depois que o produto estiver bem acomodado, entra a maquiagem.







