

Cooperativismo**Sicredi alcança R\$ 100 bilhões de captação em depósito a prazo**

Divulgação



O Sicredi, instituição financeira cooperativa presente em todas as regiões do país e mais de 7 milhões de associados, atingiu em junho a marca de R\$ 100 bilhões em captações de depósito a prazo, um aumento de 28% em comparação ao mesmo período de 2022. O montante está aplicado em Recibos de Depósito Cooperativo, ou RDC, pré e pós-fixados, ativos de renda fixa comparáveis ao CDB.

Atualmente, o produto conta com mais de 1,5 milhão de as-

sociados investidores na instituição e, de acordo com Thiago Muller, head de Investimentos e Previdência do Sicredi, o trabalho de excelência das cooperativas para entender e atender as necessidades dos associados, as evoluções tecnológicas, o estímulo à educação financeira e o cenário favorável para renda fixa têm favorecido a evolução da carteira.

“Nosso propósito é de promover a prosperidade para os associados e comunidades, por isso buscamos entender as ne-

cessidades deles e ofertar soluções para a aplicação de suas reservas em investimentos seguros e rentáveis como o RDC. Além disso, prezamos pela educação financeira e essa prática, assim como nossa excelência no relacionamento e às nossas evoluções em termos de experiência do associado nos canais, acabam por explicar nosso cenário de crescimento”, explica Muller.

A capilaridade do Sicredi, que tem mais de 2,5 mil agências, distribuídas em mais de 1,8 mil cidades e ratings positivos nas principais agências classificadoras de risco, como Moody's, Fitch e Standard and Poor's, também favorecem o crescimento dos depósitos a prazo da instituição. A fim de atender aos diversos perfis e gerar diversificação de carteira entre associados pessoa física e jurídica, o Sicredi disponibiliza um portfólio robusto de produtos de investimentos, entre eles soluções de renda fixa e renda variável.

Cultura**Gincana do Ipiranga começa com as provas culturais**

Na manhã de quarta-feira, 12 de julho, os alunos do 6º Ano do Ensino Fundamental à 3ª Série do Ensino Médio participaram da 1ª Etapa da Gincana Recreativa e Cultural, promovida e realizada pelo Colégio Ipiranga.

A prova cultural teve lugar no Centro de Eventos da escola, quando os alunos responderam questões, baseadas em textos previamente estudados, sobre Inteligência Artificial.

Esta etapa da Gincana tem o objetivo de instigar o aluno a demonstrar habilidades e competências em atividades em grupo.

A próxima etapa será no dia 26 de setembro, quando acontecem as provas recreativas.

**Vista Gaúcha**

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS.

Aviso de Licitação

Tomada de Preços nº 06/2023.

Objeto: Construção do Centro Cultural e Turístico - 2ª etapa conforme Contrato de Repasse nº 918146/2021 do Ministério da Cultura. Julgamento: 03/08/2023 às 09h:00min. Local: Centro Adm. Mun., sito a Av. Nove de Maio, 1015. Informações: No Centro Adm. Mun., fone (55) 3552-1005, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. Vista Gaúcha, RS, 14/07/2023.

Claudemir José Locatelli,
Prefeito Municipal

Zaca - Educador Físico

CREF - 016912G/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br

**Evitando Rompimento Muscular**

Músculos rompidos podem acontecer com qualquer pessoa, mas geralmente ocorrem em pessoas que praticam esportes ou levantam pesos. Essa lesão ocorre quando o músculo é esticado além de sua capacidade, fazendo com que ele se separe do tendão.

Embora algumas lesões sejam inevitáveis, existem medidas que você pode seguir para minimizar o risco de ruptura muscular. Você pode incluir na sua rotina algumas medidas para evitar essa lesão dolorosa.

Você pode evitar lesões musculares reservando um tempo para aquecer o corpo antes de praticar atividades físicas. Forçar um músculo frio para executar pode causar lesões de todos os tipos, incluindo lesões musculares.

O aquecimento aumenta a frequência cardíaca e aumenta o fluxo de sangue para os músculos, trazendo-lhes o tão necessário oxigênio. Ele também ativa a conexão nervo-musculo, ajudando você a se mover de forma mais suave e eficiente, minimizando o risco de lesões.

Você provavelmente já ouviu a frase “sem dor, sem ganho”, mas não interprete isso literalmente. Na verdade, a dor é um sinal do seu corpo de que algo está errado e geralmente é o primeiro sinal de uma lesão muscular. Dor frequente decorre de overtraining.

O excesso de treinamento causa desgaste nos músculos, articulações, tendões e ligamentos, aumentando as chances de lesões. Em vez disso, conheça os limites do seu corpo e evite o overtraining se quiser minimizar o risco de ruptura muscular.

Os dias de descanso ajudam a evitar o overtraining e dão aos músculos o tempo de que precisam para curar, se recuperar e voltar mais fortes. Além de tirar pelo menos dois dias de folga de exercícios intensos a cada semana, durma bastante à noite para evitar lesões musculares.

Sem água adequada, seus músculos não conseguem os eletrólitos de que precisam para se manterem saudáveis. A água também ajuda a energizar os músculos, melhorando o desempenho.

Quando você fica desidratado, seus músculos ficam tensos e mais propensos a câibras. Eles também não podem se mover tão bem ou esticar tanto, tornando-os mais propensos a rasgar quando você pratica atividade física.

Alongue-se antes e depois de praticar atividade física. Sempre aqueça antes de alongar e nunca alongue a ponto de doer.

Antes de treinar, faça alongamentos dinâmicos para aquecer o corpo e os músculos. Este tipo de alongamento significa que você se move através da amplitude de movimento sem segurar o alongamento. No final de sua sessão ou prática, use alongamentos estáticos que você mantém no ponto de tensão por pelo menos 10 a 20 segundos para ajudar a evitar lesões musculares.

A prevenção poderá mantê-lo fisicamente ativo por um período longo de tempo, com isso, sua capacidade física e saúde geral estarão preservadas.

Rádio
Província
34 anos

Você faz parte da
nossa história!

PUBLICAÇÕES LEGAIS

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS. Aviso de Licitação Tomada de Preços nº 06/2023. Objeto: Construção do Centro Cultural e Turístico - 2ª etapa conforme Contrato de Repasse nº 918146/2021 do Ministério da Cultura. Julgamento: 03/08/2023 às 09h:00min. Local: Centro Adm. Mun., sito a Av. Nove de Maio, 1015. Informações: No Centro Adm. Mun., fone (55) 3552-1005, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. Vista Gaúcha, RS, 14/07/2023. Claudemir José Locatelli, Prefeito Municipal

EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA DA SOCIEDADE EM CONTA DE PARTICIPAÇÃO DO EMPREENDIMENTO - INTERCITY PRAIA DE BELAS

Dia: 18/07/2023
Horário: 1ª chamada - 17h e 30min / 2ª chamada - 18horas
Local: Edifício Premium Flat & Office - Av. Borges de Medeiros, 2105 - Salão de Eventos
Ordem do dia:
1) Deliberação e Aprovação sobre o mandato até a realização de AGO(marco/2024).
2) Eleição de Conselheiros Titulares e Suplentes.
3) Deliberação e Aprovação do valor da Remuneração do Conselho.
4) Assuntos Gerais, sem caráter deliberativo.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA GERAL DO CONDOMÍNIOEDIFÍCIO PREMIUM FLAT E OFFICE -TORRE FLAT E TORRE OFFICE

TORRE - FLAT 18/07/2023
Horário: 1ª chamada - 17horas 2ª chamada - 17h e 30min
Local: Edifício Premium Flat & Office - Av. Borges de Medeiros, 2105 - Salão de Eventos
Ordem do dia:
1) Deliberação e Aprovação sobre o mandato até a realização de AGO(março/2024).
2) Eleição de Síndico;
3) Eleição de Subsindica, Conselheiros Titulares e Suplentes da Torre Office;
4) Eleição de Subsindica, Conselheiros Titulares e Suplentes da Torre Flat;
5) Assuntos Gerais, sem caráter deliberativo.

EDITAL DE PUBLICIDADE DE INSCRIÇÃO DE CHAPA

ELEIÇÃO SINDICAL – EDITAL DE PUBLICIDADE de REGISTRO DE CHAPA

A Comissão Eleitoral encarregada de dirigir o processo de renovação de quadros do SISTEMA DIRETIVO do Sindicato dos Trabalhadores em Transportes Rodoviários de Guaíba e Região para a gestão 2024/2029 dá conhecimento acerca do registro de inscrição de Chapa Única para concorrer ao pleito que tem votação designada para o dia 29 de setembro de 2023. Analisados os requisitos quanto à elegibilidade foi habilitada, dando-se publicidade através da nominata e disposição de cargos a seguir: DIRETORIA EFETIVA: Presidente – Luiz Carlos Veiga Martins, Vice Presidente – Ideraldo Souza da Silva Secretário Geral – Sandro Roberto de Souza e Silva, Secretário de Finanças – Paulo Stefaniaki, Secretário de Imprensa, Divulgação e Mobilização – Adelar Juriatti, Secretário de Política e Formação Sindical – Ozy Pereira da Silva, Secretário de Políticas Públicas e Sociais – Osny Oliveira Antunes. DIRETORIA SUPLENTE - 1º. Lúcio Barbosa dos Santos, 2º. Raimundo Coelho de Britto, 3º. Cleber Vilson Oliveira Leite, 4º. Delmar Cassemiro de Souza, 5º. Edison Flaviano de Souza Lopes, 6º. Nélcio Correa da Silveira e 7º. Nadir Saete Pena Pain. CONSELHO FISCAL EFETIVO: 1º Conselheiro – Antônio Rodrigues da Silva, 2º Conselheiro – Muller Anderson Ambos Boneberg, 3º Conselheiro – João Paulo Coelho Euzébio. CONSELHO FISCAL SUPLENTE: 1º Conselheiro – João Carlos Araújo Pires, 2º Conselheiro – Guy Edmundo Duarte de Oliveira e 3º Conselheiro – Leandro Baum. DELEGADOS REPRESENTANTES EFETIVOS 1º Delegado - Luiz Carlos Veiga Martins e 2º Delegado - Paulo Stefaniaki. DELEGADOS REPRESENTANTES SUPLENTE - 1º Delegado – Arno Silva de Souza e 2º Delegado – Edson Lewis Nunes. Abre-se o prazo de 3 (três) dias, a partir do dia útil seguinte a esta publicação para impugnação, a ser entregue diretamente na Secretaria da Entidade na Avenida Sete de Setembro nº 547, Centro, Guaíba-RS. Sandor Alves da Silveira p/Comissão Eleitoral.

Uma licitação importante merece grande visibilidade.

**3213.9139
LIGUE
E ANUNCIE.**



OBITUÁRIO

Eunice Nilda Ascenzi de Iglesias



Faleceu no dia 7 de julho, no Hospital Moinhos de Vento, em Porto Alegre, Eunice Nilda Ascenzi de Iglesias. Ela tinha 74 anos e morreu depois de uma parada cardíaca.

Eunice nasceu em Bahia Blanca, na Argentina, no dia 8 de março de 1949. Depois de se casar em 1971, morou por cerca de dois anos em Santiago, no Chile. Após esse período, voltou para Bahia Blanca e em 1974 teve seu primeiro filho, Rodrigo.

No ano seguinte, foi morar na França por causa do doutorado do marido, Roberto. Depois do fim dos estudos, a família escolheu Porto Alegre para viver, já que a cidade era mais próxima da Argentina. Em 1978, o casal teve seu segundo filho, Leonardo, que já nasceu em solo gaúcho.

De acordo com os filhos, Eunice sempre foi muito alegre, extrovertida e jovial. Era fluente em francês, que estudou durante anos na Aliança Francesa, e também no português, que aprendeu ao longo dos anos. Além disso, era uma pessoa extremamente comunicativa e organizada.

Eunice chegou a trabalhar como secretária bilíngue e como professora de espanhol no Brasil, onde transmitia conhecimento com empolgação e maestria. Além do idioma, divulgava a cultura e a culinária do seu país.

Eunice recentemente havia perdido seu único irmão, Ariel, que morava em Viedma, na Argentina. Ela deixa os filhos, Leonardo Andres e Rodrigo Sebastian, as noras Larissa e Roberta e as netas Sofia e Cecília, que moram em Portugal, além dos familiares que ainda residem na Argentina, entre eles sua cunhada Edith, os sobrinhos Ana e Pablo e primos que estão tanto na Argentina quanto na Espanha.

Francisco Edson Pontes



Morreu no dia 7 de julho em Pelotas, no sul do Rio Grande do Sul, Francisco Edson Pontes, o Ceará. Ele estava em tratamento contra um câncer no pâncreas. O diagnóstico tinha sido feito havia seis meses. Recentemente, a família tinha começado uma campanha online para arrecadar recursos para a quimioterapia.

Ex-treinador do Grêmio Esportivo Brasil, Ceará, como era popularmente conhecido, era natural de Fortaleza e dirigiu o clube pelotense em 92 partidas, ao longo de sete passagens. Ele esteve no comando do clube em 1986, 1993, 1994, 1995, 1998, 2000 e 2001, de acordo com informações do jornal Diário Popular. Como treinador, ele foi campeão da Copa Rio Grande do Sul, em 1993, e da Copa João Giuliani Filho, em 1995.

Definido pelos amigos como uma pessoa querida e admirável, ele juntou muitas pessoas em uma corrente de ajuda. O Xavante chegou a participar da campanha de arrecadação para Ceará, compartilhando e incentivando as doações. Nas redes sociais, o clube lamentou o falecimento e desejou força a familiares e amigos.

Ainda segundo informações do Diário Popular, dois ex-presidentes do Brasil de Pelotas lamentaram a perda e destacaram a trajetória de Ceará.

“Professor Ceará foi um profissional exemplar e vitorioso, foi sempre muito correto com o clube e com todos! Pena mesmo”, afirmou Rogério Moreira.

“Convivi com Ceará em diversas oportunidades. Iniciou como técnico interino e conquistou a titularidade por sua trajetória vitoriosa”, lembrou Claudio Andrea.

Edson Pontes deixa sete filhos e nove netos.

Rubens Bellora



Morreu ontem, em Pelotas, o professor e advogado Rubens Bellora. Ele estava em tratamento contra um câncer.

Rubens atuou como professor da Universidade Católica de Pelotas (UCPel) por 45 anos, e foi diretor do Centro de Ciências Jurídicas e Sociais da instituição. De acordo com a UCPel, ele contribuiu para a formação de milhares de alunos do curso de Direito e de outras graduações. Também foi professor da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

Embora tenha nascido em Rio Grande, onde morou até os oito anos, foi em Pelotas que construiu sua formação estudantil. Foi aluno dos tradicionais colégios Gonzaga e Pelotense e graduou-se na Faculdade de Direito da UFPel, em 1966, quando a instituição ainda era denominada Universidade Federal Rural do Rio Grande do Sul. No ano seguinte, ingressou no quadro docente da UFPel. De maneira concomitante, em março de 1971, Rubens passou a ser professor também na UCPel.

Em 1989, aposentou-se na federal e, logo em seguida, foi um dos professores convidados pelo então reitor da UCPel, Jandir Zanotelli, para montar um curso de Ciências Jurídicas e Sociais, a ser ofertado em 1990. A graduação em Ciências Jurídicas e Sociais, posteriormente, ajudou a dar forma ao curso de Direito.

Na subseção de Pelotas da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), foi eleito presidente da entidade por duas vezes, nos anos 1990. E da cidade que lhe acolheu recebeu o título de Cidadão Pelotense, em 4 de julho de 1996.

O presidente da subseção de Pelotas, Víctor de Abreu Gastaud, decretou luto oficial por três dias em razão do falecimento do advogado.

As informações publicadas nesta seção são gratuitas e devem ser enviadas à Redação com nome, endereço, número da identidade do remetente e telefone para contato. E-mail: obituario@zerohora.com.br

PARTICIPAÇÃO DE FALECIMENTO E CONVITE PARA MISSA DE SÉTIMO DIA

Carmen Lucia, Daniela, Marcos, Lucas e Lívia, Marcelo, Beatrice e Antonella, Flávio (in memoriam) e Renata, Maria Teresa e Paulo Roberto, Maria Marta e Eduardo, participam o falecimento do querido

Paulo dos Santos Netto Tschiedel

e convidam para a missa de sétimo dia a realizar-se às 18h do dia 15 de julho, sábado, na Paróquia São Manoel, Av. Coronel Lucas de Oliveira, nº 711, Porto Alegre.