

Sincomerciários investe na qualificação profissional

Há 13 anos, o Sincomerciários de Ribeirão Preto assumiu o compromisso de dar continuidade à antiga “Escola do Comércio” que nos anos 40 atuava na formação de jovens, preparando-os para o trabalho no comércio da cidade. Surge desse compromisso a Escola CAP – Centro de Aprendizagem que atua na formação e qualificação profissional continuada dos trabalhadores da categoria comerciária e conta com uma equipe de coordenação e docência qualificada, profissionais especializados, mestres e doutorandos.

Além dos comerciários e seus dependentes, a instituição estende seu atendimento a centenas de trabalhadores de outros segmentos, oportunizando o acesso ao aprendizado, desenvolvimento e qualificação profissional.

Como mantenedor, o Sincomerciários desenvolve uma gestão com foco na educação de qualidade, contextualizada com a prática do mercado de trabalho e voltada para o desenvolvimento progressivo do profissional. A didática e dinâmica dos cursos permitem facilitar, por meio de situações empreendedoras, a plena inserção no mercado de trabalho, com perspectivas e garantia de plano de carreira, garantindo a ascensão e melhoria na qualidade de vida do trabalhador.

A Escola CAP oferece cursos de formação técnica e de capacitação. Conheça a “Escola do Comerciário” e encontre o caminho ideal para promover o seu desenvolvimento profissional. Confira alguns dos cursos oferecidos, na página 8.



Mulher,

*um jeito intenso de amar, lutar,
sentir e viver. Um jeito todo especial de Ser!*

Café da Manhã Especial em homenagem ao Dia Internacional da Mulher

Palestra, espaço kids, sorteio de brindes, música ao vivo e muito mais!

**Comerciárias, retirem seu convite gratuitamente na Sede do sindicato
até o dia 20 de março, das 8h às 18h**

**Informações:
(16) 3519-3500**

**26 de Março às 9h
Clube de Campo**

EDITORIAL

Mulheres, luta constante pela igualdade

O Dia Internacional da Mulher, 8 de março, é para ser comemorado e celebrado pela relevante história de lutas e conquistas da mulher em nossa sociedade.

A duras penas estamos reafirmando cada vez mais nossa capacidade e eficiência na gestão das mais diversas atividades do mundo empresarial, seja atuando no comércio, na prestação de serviços, como executivas, docentes, na medicina, na engenharia e em segmentos onde a presença feminina ainda é mais restrita, como na tecnologia da informação, robótica e aviação civil.

No mercado de trabalho, assim como em outras importantes questões, ainda lutamos por igualdade de condições e de salários em relação aos trabalhadores do sexo masculino. Conseguimos transpor, gradualmente e com muito esforço, a barreira deste mercado que ainda é dirigido por homens, o que significa que não nos colocamos nele com o mesmo instrumental. O mercado exige muito mais das mulheres, a maioria de nós enfrenta a árdua jornada tripla de trabalho já que, infelizmente, ainda somos cobradas para dar conta das tarefas domésticas e cuidados com os filhos. Se não sacrificarmos nosso tempo não avançamos ou, em muitos casos, descemos os degraus profissionais.

Persiste uma cultura machista e sexista em nosso país, que não respeita as mulheres, repetindo ideias e comportamentos enraizados nas relações sociais, desconsiderando o quanto a sociedade evoluiu nesse sentido.

Apesar do avanço que representa a lei Maria da Penha, a violência contra as mulheres, dentro e fora de casa, incluindo os abusos sofridos por meio das mídias sociais, ainda é uma terrível realidade enfrentada por muitas

companheiras.

A luta das mulheres é antiga e parece não cessar. Desde o remoto episódio, no início do século passado, quando 145 operárias foram mortas num incêndio de uma fábrica têxtil, em Nova Iorque, em decorrência de condições precárias de trabalho, desbravamos muitos caminhos, enfrentamos preconceito, discriminação, crises e perrengues sem fim. Nos anos 60 atuamos bravamente no movimento de emancipação das mulheres, cuja importância na transformação da sociedade é inegável.

As mudanças de costumes decorridos do episódio foram tão relevantes que deveriam ganhar destaque no currículo das escolas. Isto daria mais força para que nossas meninas e moças formem novas gerações de mulheres mais seguras e aguerridas e, para que nossos meninos e rapazes respeitem as mulheres, dividindo com elas as responsabilidades com o relacionamento em si, com a família e com as tarefas domésticas. Só assim a sociedade avançará, tendo como base a mudança comportamental.

A construção de uma sociedade saudável exige que seja revista a estrutura social, para que possamos estudar, crescer na carreira, escolher casar ou não, ser mãe ou não, poder nos expressarmos livremente e ter participação plena dentro dos parâmetros da igualdade, ocupando os mesmos cargos dos homens nas mesmas condições, sempre vencendo os desafios e reafirmando nossa luta como coletivo de gênero.

É com orgulho e alegria que cumprimento todas as mulheres trabalhadoras e, em especial, cada comerciária. Sigamos juntas na luta constante por igualdade, com determinação, garra e altivez!

Regina Pessoti Zagretti
Presidente do Sincomerciários

Nossos endereços**Sede social:**

Rua General Osório, 782 - 1ª e 2ª sobreloja
Centro - Fone: 16 3519-3500

Subsede Campos Elíseos:

Rua Marquês de Pombal, 506
Campos Elíseos - Fone: 16 3519-3890

Subsede Batatais:

Rua Coronel Joaquim Alves, 635
Centro - Fone: 16 3761-3685

Clube de Campo:

Rua Ézio Lucchiari, 500
Parque São Sebastião - Fone: 16 3629-0717

Academia Ritmo/Locadora Ritmo:

Rua Marquês de Pombal, 405
Campos Elíseos - Fone: 16 3603-6130

Buffet BonBistrô:

Espaço Siena (Clube de Campo)
Fone: 16 3629-7760 - Carmen
Espaço Villa di Toscana (Subsede)
Fone: 16 3603-6130 - Carlos

Espaço Aberto da 3ª Idade

Terças e Quintas das 14h às 17h
Fone: 16 3519-3890

Escola CAP Centro de Aprendizagem:

Rua Alagoas, 349
Campos Elíseos - Fone: 16 3519-3410

Escola CAP Kids:

Rua Alagoas, 333
Campos Elíseos - Fone: 16 3519-3410

**SINDICALIZE-SE
DOCUMENTOS NECESSÁRIOS****TITULAR**

Carteira de Trabalho (CTPS) atualizada, RG, CPF e comprovante de residência.

DEPENDENTES

Cônjuge: Certidão de Casamento, RG e CPF

Filhos menores de 18 anos e solteiros: Certidão de nascimento, RG e CPF

Filhos solteiros até 24 anos, sem renda própria, que estejam cursando faculdade: Necessário apresentar comprovante de matrícula na faculdade (requer renovação anual), RG e CPF

Pai, mãe, sogro e sogra: Documentos de identidade (RG e CPF)

Companheiro e amasiado: Declaração de União Estável ou Escritura Pública de Dependência Econômica (requerida em cartório) ou certidão de nascimento de filhos em comum, RG e CPF.

**SOLICITE A VISITA DE UM DE
NOSSOS CREDENCIADORES**

Ligue 16 3519-3500 ou 16 3629-0717 e agende

Janivaldo, Márcia ou Rita

**DEPARTAMENTO
JURÍDICO****CAUSAS TRABALHISTAS**

Dra. Daniela K. G. Braga

Rua Aureliano G. de Oliveira, 372

Fone/fax: 3636 3261 - Ribeirão Preto

E-mail: danikgoncalves@yahoo.com.br

Dr. Edson Roberto Massonetto

Rua Duque de Caxias, 1235

Fone: 3632 8990 / 3632 8995

Fax: 3636 9856 - Ribeirão Preto

E-mail: massonettoadv@hotmail.com

Dr. José Jorge Simão

Rua São Sebastião, 506 - 5º andar cj. 51

Fones: 3610 8817 - Ribeirão Preto

E-mail: advsimao@netsite.com.br

Dra. Ritamar A. G. Pereira

Rua Aureliano G. de Oliveira, 372 - sl. 31

Fone/fax: 3636 3261 - Ribeirão Preto

E-mail: ritamar@aasp.org.br

CÍVEL E CRIMINAL

Dr. Edson Roberto Borsato

Av. do Café, 681

Fone: 3610 5560 - Ribeirão Preto

E-mail: edsonborsato@ig.com.br

Expediente

Jornal do Sincomerciários - Publicação do Sindicato dos Empregados no Comércio de Ribeirão Preto | **Distribuição gratuita:** Associados e lojas em geral

Presidente: Santa Regina Pessoti Zagretti | **Vice-presidente Executivo:** Oscar Gonçalves | **Vice-presidente:** Fábio João Padilha Leite | **Secretária Geral:** Maria Jivannou de Moraes Ferraz | **Secretário-adjunto:** João Carlos Domingos | **Tesoureiro Geral:** Onofre Ferreira de Almeida Jr. | **Tesoureiro - adjunto:** Hilton Losi Viana | **Diretora de Rel. Públicas:** Edma Célia Fernandes de Oliveira | **Assuntos Trabalhistas e Previdenciários:** Domingas Fernandes dos Santos Mian | **Diretor de Esportes e Lazer:** Paulo Merk Noda | **Diretor de Patrimônio:** Alessandro Bernardes | **Produção editorial:** Panorama Comunicação Fone: 16 3963.2477 | **Jornalista Resp.:** Claudete Araújo - Mtb. 23.313 | **Edição e Finalização:** Claudia Souto de Lima | **Fotos:** João Carlos Domingos | **Impressão:** Vilimpres 16 3628.5696 | **Tiragem:** 10 mil exemplares

POR PRINCÍPIO, SOMOS CONTRA O TRABALHO AOS DOMINGOS E FERIADOS

SEUS DIREITOS

Novos pisos salariais Concessionárias

Válidos até 1/10/2017

Jardineiro, Copeiro, Faxineiro, Lavador de veículos, Ajudante ou Auxiliar ou Assistente de qualquer outra função, desde que exercida fora das oficinas de manutenção — R\$ 1.357,00

Ajudante, Auxiliar ou Assistente de qualquer função exercida nas oficinas de manutenção de veículos — R\$ 1.226,00

Contratados para as funções: Office boy, Enxugador de veículo, Mensageiro e Auxiliar de serviços administrativos — R\$ 1.055,00

Salário normativo de ingresso (Menores aprendizes contratados conforme a legislação) — R\$ 960,00

Concessionários que comercializam automóveis, ônibus, tratores, produtos, máquinas e implementos agrícolas nas funções específicas:

a) Manobristas de veículos e entregadores motorizados — R\$ 1.450,00

b) Outras funções em geral, não citadas anteriormente — R\$ 1.522,00

Concessionários que comercializam motocicletas e empregados admitidos em quaisquer outras funções — R\$ 1.427,00

Garantia mínima de comissionista com salários mistos (fixo + comissão)
Concessionários de quaisquer tipos de veículos, produtos e serviços — R\$ 1.531,00

Concessionários de motocicletas, produtos e serviços correspondentes — R\$ 1.440,00

Garantia mínima de comissionista puro (somente comissão)
Concessionários de quaisquer tipos de veículos, produtos e serviços — R\$ 1.808,00

Concessionários de motocicletas, produtos e serviços correspondentes — R\$ 1.681,00

Salário normativo de ingresso (Menores aprendizes contratados conforme a legislação) — R\$ 960,00

Indenização de quebra de caixa — R\$ 109,00

Auxílio-creche — R\$ 289,00

Auxílio-funeral — R\$ 1.433,00

**Confira a Convenção Coletiva na íntegra em nosso site
www.comerciariorp.org**

Contas Inativas do FGTS

A partir do próximo dia 10 de março, mais de 30 milhões de trabalhadores terão direito a retirar o dinheiro das contas inativas do Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS). São contas que deixaram de receber depósitos da empresa devido à extinção da mesma ou rescisão do contrato de trabalho (veja calendário abaixo).

Antes, só tinha direito a sacar o FGTS de uma conta inativa quem estivesse desempregado por, no mínimo, três anos ininterruptos. Agora, a pessoa que pediu demissão ou foi demitida por justa causa até 31 de dezembro de 2015 vai poder sacar o valor, inclusive quem possui mais de uma conta inativa.

A consulta do saldo pode ser feita pelo site da Caixa ou do próprio FGTS e através de aplicativo para smartphones e tablets. Também pode ser realizada junto ao balcão de atendimento de agências da Caixa ou em um posto de atendimento, utilizando o Cartão Cidadão, desde que tenha em mãos a senha.

Em caso de problemas com essa senha, é preciso comparecer a uma agência da Caixa para regularizá-la.

| ANIVERSÁRIO | SAQUES |
|-------------|-------------|
| JAN/FEV | 10/3 a 9/4 |
| MAR/ABR/MAI | 10/4 a 11/5 |
| JUN/JUL/AGO | 12/5 a 15/6 |
| SET/OUT/NOV | 16/6 a 13/7 |
| DEZ | 14/7 a 31/7 |

Informações oficiais: www.caixa.gov.br

Preço especial para comerciários

Corte masculino
R\$ 11,00



Agende seu horário:
(16) 3519-3500 R. 221
Djair ou Nilson

Centro de beleza dos comerciários
Rua General Osório, 782 - Centro

Sincomerciários firma acordo com Ministério Público de Ribeirão Preto

O Sindicato dos Empregados no Comércio de Ribeirão Preto (Sincomerciários) e o Ministério Público do Trabalho, através de seus representantes, assinaram um **Termo de Compromisso de Ajustamento de Conduta (TAC)** com intuito de trazer novas medidas para a rotina da entidade. O acordo foi firmado no último dia 14 de dezembro de 2016 e, a partir do momento da assinatura, o Sincomerciários passou a assumir novas obrigações com objetivo de otimizar sua relação com os trabalhadores, além de reafirmar sua atuação em parceria com o Ministério Público para trazer benefícios aos comerciários da região. Dessa forma, o Sincomerciários vem a público informar tudo que ficou acordado entre as partes: **I - DAS ASSEMBLEIAS**

1. Compromete-se, imediatamente, a realizar Assembleias de forma transparente, tanto no que se refere à convocação dos associados para participação, quanto à comprovação de suas presenças, confeccionando listagens claras e que assegurem a identificação dos signatários, cumprindo fielmente as disposições estatutárias; **2.** Compromete-se, imediatamente, a respeitar o quórum e demais formalidades estatutárias para deliberações e realização das Assembleias; **3.** Compromete-se, imediatamente, a obedecer aos prazos mínimos de antecedência e as formas de divulgação declinadas no Estatuto Social para fins de convocação de Assembleias sindicais, tornando público, inclusive no site do sindicato, nas redes sociais, no mural de publicação todos os atos, a fim de dar conhecimento aos representados, por meio de divulgação na imprensa escrita, afixação no quadro de avisos do local de trabalho e na sede da entidade sindical; **4.** A presença dos membros votantes nas assembleias deverá ocorrer durante a realização das assembleias. Fica vedada a colheita de assinatura posterior a realização dos eventos. **II - DO PROCEDIMENTO PARA COMPRA E VENDA DE BENS IMÓVEIS** **5.** Compromete-se, imediatamente, a dar mais transparência nas futuras aquisições de bens imóveis. Assim sendo, deverá estabelecer, em todas as futuras compras, total lisura do procedimento, sendo obrigatório a partir da data de: **5.1.** Cotação de preços no mercado, providenciando sempre, a contratação de perito para avaliação do imóvel. Esse documento deverá ser aprovado, inicialmente pela diretoria, e posteriormente pelo conselho fiscal e ainda, assessoria jurídica; **5.2.** Antes da aquisição do imóvel, deverá ser aprovada por assembleia geral; **5.3.** Somente após esse trâmite o imóvel poderá ser adquirido pelo sindicato. **III - DO PROCEDIMENTO PARA COMPRA E VENDA DE BENS MÓVEIS QUE IMPORTEM ALTERAÇÃO PATRIMONIAL DO SINDICATO** **6.** Compromete-se, imediatamente, a adotar regras claras e transparentes para a compra e venda de bens imóveis que importem em alteração do patrimônio sindical, estabelecendo, dentre outras medidas que entender necessárias à lisura do procedimento, a obrigatoriedade da realização de: **6.1.** Cotação de preços no mercado, providenciando, quando necessário, a contratação de perito para avaliação do bem; **6.2.** Parecer do Conselho Fiscal e, **6.3.** Parecer da Assessoria Jurídica. **7.**

Compromete-se, imediatamente, a vedar que as decisões em Assembleia, referentes à movimentação patrimonial ou financeira do Sindicato, sejam delegadas e tomadas exclusivamente pela Diretoria, ainda que em sua maioria. **8.** A compra de bens imóveis deverá ser precedida e aprovada, sempre, em assembleia, visando garantir transparência, democracia e clareza de gestão sindical; **VI - DA CONFUSÃO PATRIMONIAL** **9.** Compromete-se, imediatamente, a não utilizar quaisquer bens do Sindicato pelos membros da Diretoria, Conselho Fiscal ou Delegados sindicais, e ainda seus dependentes, para fins particulares; **10.** Compromete-se, imediatamente, a não permitir que membros da diretoria, conselho fiscal bem como empregados do sindicato atuem como procuradores ou intermediários de particulares/empresas para compra de bens móveis ou imóveis pelo sindicato. **11.** Compromete-se, imediatamente, a utilizar de regras claras e transparentes acerca da aquisição e doação de bens móveis ou imóveis pelo Sindicato, evitando, com isso, a ocorrência de confusão patrimonial e malversação de patrimônio sindical. **12.** Compromete-se, imediatamente, a impedir a efetivação de transações econômicas entre o Sindicato e seus dirigentes, conselheiros e empregados e/ou seus dependentes e parentes, visando evitar a ocorrência de confusão patrimonial; **VII - DA PUBLICIDADE E TRANSPARÊNCIA** **13.** Compromete-se, imediatamente, a proporcionar, por todos os meios em seu alcance, o acesso dos seus representados aos estatutos e às informações contábeis, conferindo-lhes ampla publicidade; **14.** Compromete-se, imediatamente, a manter na entidade sindical registros atualizados dos nomes e dos endereços de seus filiados e, ainda, a comunicação, quando solicitada, ao Ministério do Trabalho, das alterações na Diretoria e no Estatuto da entidade sindical; **15.** Compromete-se a, no prazo de 60 (sessenta) dias, conferir ampla publicidade ao ajuste ora formalizado, direcionando o seu teor a todos os trabalhadores da categoria profissional, publicando em jornal local, no site do Sindicato, mural de publicações na Sede do Sindicato, bem como na CINTEC (Câmara Intersindical de Conciliação) e ainda disponibilizar cópia do Termo a todos os associados que requererem na sede do Sindicato. A comprovação desta cláusula ocorrerá no prazo de 120 (cento e vinte) dias. **DA MULTA POR DESCUMPRIMENTO** Fica ciente o signatário de que o presente **TERMO DE COMPROMISSO** tem eficácia de título executivo extrajudicial, conforme dispositivos legais acima referidos e que: A constatação do descumprimento dos itens acima referidos implicará **multa** no valor de **R\$ 50.000,00 (cinquenta mil reais)** por item descumprido, reajustável até a data do efetivo pagamento, segundo os critérios de atualização monetária da Justiça do Trabalho, e reversível ao Fundo de Amparo ao Trabalhador - FAT ou a destinação outra que melhor atenda ao interesse público, a critério fundamentado do Ministério Público do Trabalho, tudo nos termos dos artigos 5º, 6º e 13º da mencionada Lei 7.347/85.

ATUAÇÃO SINDICAL

Presidente do Sincomerciários representa UGT em encontro internacional

Entre os dias 7 e 9 de fevereiro, a presidente do Sincomerciários, Regina Pessoti Zagretti, participou de uma série de reuniões realizadas entre o Fundo Monetário Internacional (FMI), Banco Mundial, *International Trade Union Confederation* (ITUC), *Global Unions*, *Confederación Sindical Internacional* (CSI) e União Geral dos Trabalhadores (UGT), em Washington/DC, nos Estados Unidos.

Na oportunidade a sindicalista representou a UGT nacional, na condição de Secretária da Mulher da entidade. As reuniões abordaram várias questões de interesse do meio sindical e incluíram discussões acerca das políticas pregadas pelo Banco Mundial e FMI como a desigualdade social, o foco de instituições financeiras internacionais nas questões do mercado de trabalho, saúde e segurança social e o respeito às normas de trabalho, dentre outros.

Durante o encontro, a presidente entregou a Sharan Burrow, responsável pelo ITUC, material referente ao seminário "Fortalecendo a autonomia dos povos indígenas", realizado pela UGT em sua sede em São Paulo.

O seminário teve como foco a inclusão social dos povos indígenas e o respeito ao cumprimento de seus direitos, contidos na Convenção 169, da OIT (Organização Internacional do Trabalho) e na Declaração



A presidente Regina ao lado de Sharan Burrow, Secretária Geral da Confederación Sindical Internacional

dos Direitos dos Povos Indígenas das Nações Unidas.

"Como Secretária da Mulher da UGT Nacional, senti-me honrada em poder participar de um evento tão importante como este. Os assuntos deliberados serão de extrema valia para projetos futuros, não somente da UGT, mas de todo o meio sindical e as categorias que atendem. Representar o sindicalismo e poder mostrar nossa visão a instituições como o FMI e o Banco Mundial, sem dúvida mostra o quanto nossa luta é importante e reconhecida. Agradeço ao presidente Ricardo Patah pela oportunidade e comprometo-me a multiplicar as informações e conhecimentos adquiridos", declarou Regina.

Nota

Toda a logística envolvida na participação da presidente Regina Pessoti Zagretti nesta série de reuniões foi integralmente coberta pela CSI (Confederación Sindical Internacional), visando a representatividade não somente do meio sindical, mas também de todas as mulheres, empoderadas ou não, em tão importante evento.

TURISMO SOCIAL

Cruzeiro fluvial
Barra Bonita - Jaú

Saída: 9 de abril, às 6h

Retorno: 9 de abril, às 16h

Saída na Rua Marquês de Pombal, 506
(Subsede Campos Elíseos)

Passeio das 9h30 às 15h

Almoço

Eclusa

Recreação

Música ao vivo

Visita à capela do

Santo Frei Galvão

Praia Grande
Semana Santa

Saída: 13 de abril, às 18h30

Retorno: 16 de abril, às 15h

Saída na Rua Marquês de Pombal, 506
(Subsede Campos Elíseos)Informações
(16) 3519-3500

Farmácia
Sincomerciários
Fone: (16) 3519-3501

Confira nossas ofertas

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
|  <p>R\$ 14,40</p> <p>Gillette Sensor 3 com 2 cartuchos (cada)</p> |  <p>R\$ 21,25</p> <p>Mel Vale do Mel 800gr (cada)</p> |  <p>R\$ 17,00</p> <p>Repelente Off aerosol (cada)</p> |  <p>R\$ 14,80</p> <p>Ômega 3 Orange com 60 cápsulas (cada)</p> |  <p>R\$ 16,95</p> <p>Kit Viagem Colgate (cada)</p> |  <p>R\$ 8,00</p> <p>Escova Dental Colgate Slim Soft (cada)</p> |
|--|--|--|---|---|---|

Aqui você encontra genéricos com 45% de desconto

*Ofertas válidas enquanto durarem os estoques. Imagens meramente ilustrativas.

NAS COMPRAS ACIMA DE R\$ 100,00 PARCELAMENTO EM 2X

elo VISA Electron MAESTRO VISA MasterCard REDE SHOP

O SINCOMERCÍARIOS PROMOVE LAZER E CULTURA NO DIA A DIA DO COMERCÍARIO

SOCIAL

Os 80 anos do Sincomerciários é comemorado com grande baile



Comerciário, participe dos nossos eventos, eles são preparados especialmente para você e sua família!

Um grande Baile de Aniversário, no Espaço Siena, celebrou os 80 anos de existência do Sincomerciários, no último dia 11 de fevereiro, reunindo mais de 500 pessoas, dentre diretores, associados e convidados, que dançaram e se divertiram ao som da Banda Harley.

O vice-presidente Oscar Gonçalves enalteceu a entidade na abertura do evento: “O Sincomerciários comemora oito décadas, mas permanece com o mesmo espírito jovem e dinâmico de quando essa jornada em prol dos comerciários de Ribeirão Preto e região foi iniciada. Nosso trabalho foi e sempre será o de defender os direitos e conquistas da categoria e oferecer cada vez mais e melhores benefícios para os trabalhadores do comércio e suas famílias”.

Centro de Beleza

DOS COMERCÍARIOS

Promoção para o mês de março
Faça uma hidratação e ganhe um corte de cabelo

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Cauterização - Pé e Mão - Depilação - Sobrancelhas | <ul style="list-style-type: none"> - Hidratação - Escova - Tintura - Reflexo |
|---|--|

Horário de Atendimento:
Segunda a sexta das 8h às 18h | Sábado das 8h

Rua General Osório, 782 - Centro | Fone: (16) 3519-3500

DESTAQUE ACADEMIA RITMO

O senhor Antônio Loria Netto, comerciário aposentado, é destaque nessa edição, como frequentador da Ritmo. Às segundas e quartas, seu primeiro compromisso ao acordar é fazer suas aulas de hidroginástica, na turma da terceira idade. Ele está começando a atividade, mas já sente a diferença na sua disposição física. “A Ritmo tem ótima estrutura, é bem ampla e os professores são muito atenciosos, é completa. Eu me sinto muito bem aqui e recomendo para todos”, enfatiza.



Ele soube da existência da Ritmo por meio do jornal Sincomerciários e seu filho também frequenta aulas na Academia. Associou-se ao Sindicato em 1955 e hoje se orgulha de ser um dos sócios mais antigos, que sempre prestigiou os serviços e usufruiu dos benefícios que a entidade proporciona.

A professora Frederika, de hidroginástica, salienta que a atividade não apresenta nenhuma restrição quanto à faixa etária, indicada para qualquer um, desde adolescentes até pessoas da terceira idade. “Por ser uma atividade de baixo impacto, realizada no meio aquático, pessoas com alguns problemas de saúde como artrose, artrite, desgaste na coluna, entre outros, podem realizar os exercícios tranquilamente, pois ajudam, inclusive, na recuperação de lesões”, explica a professora.

As aulas de hidroginástica para a 3ª idade, na Academia Ritmo acontecem de segunda e quarta das 8h30h às 9h30
Fone: (16) 3603 6130

Baile das Mães

11 de Maio às 22h

Banda Classe A

Clube dos Comerciários

Rua Ézio Lucchiari, 500
Parque São Sebastião

Reserva de Mesas

(16) 3519-3500

ESPORTE E LAZER

Campeonato Primavera

Equipes classificadas para a 2ª fase



América



Amigos dos Pais



Boca Junior



Borussia



Itacua



Popular



São Bento



Super Star

CAMPEONATO DE BOCHA

A Família do Bocha está a todo vapor, participando dos campeonatos no clube de campo. A bocha é um esporte que combate o sedentarismo e traz benefícios sociais e mentais, podendo ser praticada em qualquer etapa da vida.



Pratique esporte. Esporte é vida!

Traga seu amigo **ganhe** 25% de desconto em sua próxima mensalidade

Fit Dance
Terças e quintas
Aulas às 19h30

Venha fazer uma aula grátis!
Basta trazer um documento com foto.

(16) **3603-6130**
Rua Marquês de Pombal, 405
Campos Elíseos - Ribeirão Preto

Venha almoçar no
Clube dos Comerciários!

Self-service
R\$ 30,00 kg
Aos domingos

R\$ 12,00
Prato Feito
Aos sábados

Música ao vivo
todos os domingos
a partir das 14h

Imagens meramente ilustrativas

TRAGA SUA FAMÍLIA PARA APROVEITAR O CLUBE DOS COMERCIÁRIOS!

Invista em seu futuro e realize seus sonhos!

CURSOS TÉCNICOS

Técnico em Contabilidade
Técnico em Segurança do Trabalho

CURSOS DE CAPACITAÇÃO

Auxiliar de Contabilidade

Imposto de Renda (Pessoa Física)

Práticas em Departamento Pessoal

* Os cursos serão iniciados após formação de turma.

Descontos especiais para comerciários e parceiros.

faleconosco@escolacap.com.br
(16) 3519-3410



Rua Alagoas, 349 - Campos Elíseos - Ribeirão Preto/SP

CAPKids

Escola de Educação Infantil

Para crianças de 2 a 5 anos

Projeto Pedagógico

- Educação ambiental
- Oficina literária
- Expressão corporal
- Musicalização
- Inglês (De 4 a 5 anos)

Infraestrutura

- Espaço esportivo
- Salão de eventos
- Playground
- Sala de leitura
- Sala de vídeo



Preços especiais para Comerciários

Rua Alagoas, 333 - Campos Elíseos - Ribeirão Preto - Fone: (16) 3519-3410

A EDUCAÇÃO É O MELHOR CAMINHO PARA O SUCESSO!