



Liege Barbalho

liegebarbalho2@gmail.com.br

Parada na Ladeira!!!

O Sesc RN anuncia o cantor baiano Saulo Fernandes como atração nacional do "Sesc Parada na Ladeira 2026". Esta será a 3ª edição do projeto, que é considerada a maior prévia carnavalesca gratuita de Natal, programada para 22 de janeiro, a partir das 17h, unindo o axé com o tradicional carnaval de rua. O movimento promete atrair um grande público para celebrar o clima carnavalesco no coração da capital potiguar.

*** A programação gratuita e aberta ao público, é uma iniciativa do Sistema Fecomércio, por meio do Sesc RN, que tem como objetivo fortalecer o comércio, levando ações ao Centro de Natal, tanto valorizando o carnaval de rua acessível à população, como também fixando o projeto no calendário cultural e turístico da cidade. O evento terá 50% do valor arrecadado com a venda de bebidas revertido em cestas básicas, que serão entregues ao Sesc Mesa Brasil.

Alerta para pets

No verão, os cuidados com cães e gatos precisam ser redobrados para garantir que eles não sofram com o calor intenso. As altas temperaturas podem causar hipertermia - superaquecimento, colocando a saúde deles em risco. Entre os sinais de alerta mais comuns estão: Ofegância excessiva; língua arroxeadas; salivação intensa; gengivas muito vermelhas ou pálidas; vômito; diarreia; letargia.

*** Para prevenir problemas, é fundamental adotar medidas simples no dia a dia. O primeiro passo é escolher horários mais amenos para passear, como o início da manhã ou final da tarde. Evitar sair entre 10h e 17h, quando o asfalto pode queimar as patas dos animais. Além disso, não usar sapatinhos que cobrem as almofadinhas das patas, pois são regiões importantes para a troca de calor.

*** Deixar sempre os pets em ambientes cobertos e arejados; se necessário, use ventilador ou ar-condicionado. Nunca deixe o animal sozinho no carro, nem por poucos minutos, mesmo com as janelas abertas. Outro ponto essencial é manter água fresca sempre disponível e trocar várias vezes ao dia. Acrescentar cubos de gelo ajuda a refrescar, e há garrafinhas próprias para passeios. Do Uol

A REDE SELFIT Academias receberão convidados na unidade Selfit Arena das Dunas, para celebrar a inauguração das 5 novas unidades em Natal. Na ocasião será apresentado um panorama sobre a expansão da marca no RN. O evento acontecerá na próxima segunda feira, das 19h às 23h, no Lounge Bossa Nova – Arena das Dunas



O ambientalista Josivan Cardoso aniversariando hoje. Parabéns!!!



Charme Luzia Mara Marinho, no verão de Pirangi, litoral sul - RN



Símpatia do prefeito de Natal Paulinho Freire e da primeira dama e vereadora Nina Souza, durante os festejos da virada do ano, que movimentou a capital potiguar



A colunista no click com Dinamene D'Andrea, em tarde de vivas



Pediatra Pedro Cabral e Christiane. Ele celebrando aniversário hoje