

Agenda intensa no STMC, marca comemoração do Dia dos Servidores Públicos!

No dia historicamente constituído de comemoração (28/10), o Sindicato prestigiou o Dia do Servidor com os mais diferentes serviços: Manicure, Massagem, Alongamento, atendimento médico para mediar a pressão arterial e a taxa de glicemia e para coroar as atividades, tivemos música de viola com o Aposentado Orelino.



Em Campinas o estatuto do Servidor Público Municipal foi assinado e sancionado em 1955 e hoje rege uma categoria de cerca de 24 mil pessoas. O Sindicato dos Trabalhadores do Serviço Público Municipal de Campinas tem a honra de representar essa parcela grande de trabalhadores.

O STMC tem mais de 20 anos de históricas lutas e conquistas em prol dos servidores públicos de nossa cidade, sempre em defesa dos direitos trabalhistas e da carreira do funcionalismo.

Passeio com os Aposentados e Pensionistas nas cidades de Pedreira e Serra Negra



No dia (26/09) o STMC realizou mais um passeio com os Aposentados e Pensionistas nas Cidades de **Pedreira** e **Serra Negra**, estâncias turísticas próximas ao nosso município.

Os servidores passearam de trenzinho pela cidade, depois prestigiaram um delicioso almoço, terminando com a visita ao Shopping em Pedreira com muitas louças. Aos que quiseram oportunizamos uma agenda opcional a quem escolhesse visitar a **Serra da Mantiqueira**.



Dia Mundial do idoso ao som de Moacir Franco!

Na quinta-feira (16/10), Coordenação e Diretoria do STMC participaram em conjunto com os Aposentados e Pensionistas de um evento em comemoração ao **Dia do Idoso**. O evento contou com a participação de um grande número de servidores, que prestigiaram o **Show com o cantor Moacir Franco**.



Outubro ROSA, PARTICIPE da Campanha

Como realizar o auto-exame?

Mulher consciente na luta contra o câncer de mama:

1

- **Diante do espelho**
observe se há alterações na pele como retrações e abaulamentos, além de alterações no formato das mamas. Eleve e abaixe os braços lentamente.



2

-  Durante o banho faça a palpação de ambas as mamas, com a pele molhada ou ensaboada. Eleve o braço atrás da cabeça e deslize os dedos suavemente por toda a mama até a axila.

3

- **Deitada**, realize a palpação da mama esquerda mantendo a mão esquerda sob a cabeça e depois repita o exame com o braço esquerdo próximo ao corpo. Deslize os dedos da mão direita pelas partes internas e externas da mam. Repita o procedimento na outra mama.



Fique atento para a agenda do mês de novembro!

Audiência Pública – Orçamento – 03/11 às 14:30 – Câmara Municipal

Cinema no STMC 14/11;

Caminhada Histórica/Cultural 18/11;

Aniversariantes dos meses de Novembro/Dezembro 26/11;

Paço 28/11- entrega de boletins e café da manhã