

## Atividade física para gestantes

**E**xercícios para fortalecimento de pernas e braços, hidroginástica moderada, alongamento e relaxamento são algumas das propostas que estão no programa de atividades físicas para gestantes oferecido no CEU Inácio Monteiro. O programa visa contribuir para o bem estar da gestante e também facilitar o parto. “Melhorou o meu condicionamento físico e não tenho mais dores nas costas”, conta Daiane da Silva. Para participar, a gestante precisa da liberação de seu médico. Depois é só fazer a carteirinha no CEU, levando RG, foto e comprovante de residência. As aulas acontecem nas terças e quintas, das 14 às 15h. O CEU Inácio Monteiro fica na rua Barão Barroso do Amazonas, s/n, Setor Inácio Monteiro.



As alunas em atividade: condicionamento físico para o parto

“Meu médico disse que era bom fazer por causa de minhas varizes. E já estou sentindo melhora na circulação”

**Andreza Gomes da Silva**

## Formação para o trabalho

**Jovens no curso: treinamento para o mercado de trabalho**



Aprender a falar corretamente, a trabalhar em equipe, a elaborar um currículo, além de receber noções de computador. Esses são alguns dos conhecimentos que os jovens estão recebendo em um curso oferecido em parceria pela Subprefeitura e a unidade de Itaquera do Senac. O curso tem duração de quatro meses e as primeiras turmas começaram as aulas em abril. A intenção é atender 120 jovens de 14 a 21 anos. Para participar do programa, o jovem precisa estar cursando a partir do 7º ano do Ensino Fundamental, estar matriculado ou ter estudado em escola pública ou programa de Educação de Jovens e Adultos, além de possuir renda familiar de até um salário mínimo. Mais informações no Núcleo de Qualidade da Subprefeitura de Cidade Tiradentes, na Estrada do Iguatemi, 2751, tel. 3396-0000.


## Novidade para crianças e adolescentes

Ganhamos mais um Centro para Criança e Adolescente (CCA), espaço destinado a crianças de 6 a 14 anos atendidas pelo CRAS (Centro de Referência de Assistência Social). É o quinto de nossa região. Os CCAs oferecem atividades socioculturais e esportivas. O novo CCA fica na avenida dos Metalúrgicos, 2255, no setor Santa Etelvina. Tem uma sala para aulas, oficinas de arte ou palestras, uma brinquedoteca, cozinha, banheiros e brinquedos na parte externa. A programação esportiva será desenvolvida em parceria com o Clube Escola Tiradentes.



### AS NOTÍCIAS DO BAIRO NO SEU E-MAIL

Você quer receber todos os meses, por e-mail, o *Aqui Cidade Tiradentes*? Escreva em qual bairro você mora para o e-mail [aquinoticiascidade@prefeitura.sp.gov.br](mailto:aquinoticiascidade@prefeitura.sp.gov.br)

  
 PREFEITURA DE  
 SÃO PAULO  
**Prefeito**  
 Gilberto Kassab

---

**EXPEDIENTE**  
**Jornalista responsável**  
 Sérgio Rondino - MTB 8367  
**Reportagens**  
 Rosângela de Paula

---

Subprefeitura Cidade Tiradentes  
 Estrada do Iguatemi, 2751 tel. 3396-0000  
<http://portal.prefeitura.sp.gov.br/subprefeituras/spct>  
 E-mail: na página

Cidadania é manter a cidade limpa. Não jogue este boletim no chão.

As pessoas entrevistadas autorizaram por escrito o uso de sua imagem e depoimento.

Informação à Comunidade

**AQUI**



PREFEITURA DE  
SÃO PAULO

**CIDADE TIRADENTES**

Maio de 2010

Boletim da Subprefeitura



## FAZENDO MODA

*Jovens do curso de grafite da Estação da Juventude criam oportunidade de gerar renda com grife de camisetas*

**E**riada com a proposta de despertar vocações e apontar alguns caminhos profissionais para os jovens de nossa região, a Estação da Juventude já começa a dar frutos. Um grupo de oito jovens (foto) do curso de grafite da Estação da Juventude acaba de lançar a grife CT Cohab Wear. A ideia é estampar em camisetas grafites e frases associados ao modo de vida e costumes da juventude da periferia. O primeiro lote de camisetas, com estampas criadas durante as aulas do curso, fez o maior sucesso na feira Mercado Mundo Mix, realizada no Clube Homs, na avenida Paulista, no começo de maio.

“Essa grife mostra o quanto os jovens são capazes de produzir a partir dos conhecimentos que absorvem”, afirma o professor Eduardo Credo. E eles estão gostando da oportunidade. “Nunca imaginei que poderia ganhar dinheiro com minha arte”, diz Johnny Ferreira Gomes, 20 anos, um dos grafiteiros. “É uma chance de usar nossa arte de forma positiva”, completa sua colega, Aline de Andrade, 22 anos. Eles continuarão produzindo as camisetas, que estão sendo vendidas na loja do Mercado Mundo Mix, na rua Augusta, 2559, e na Estação da Juventude, na rua Pedro Iovine, 161.