



**CIDADE DE  
SÃO PAULO  
GESTÃO**

**PROGRAMA DE PROMOÇÃO À SAÚDE COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E  
COMPLEMENTARES - PROSPIC**

**EQUIPE PROSPIC**

<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE GESTÃO – SG COORDENAÇÃO DE GESTÃO DE SAÚDE DO SERVIDOR</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Carmen Cristovam da Silva Oliveira	631.827.4/1	Coordenação de Gestão de Saúde do Servidor - COGESS
Helena Tieko N. Takahashi	623.660.0	Coordenação de Gestão de Saúde do Servidor- COGESS

**CURSO DE FORMAÇÃO DE INSTRUTORES DE LIAN GONG EM 18 TERAPIAS**

**CRONOGRAMA:**

**MÓDULO I: 1ª PARTE OU PARTE ANTERIOR**

**Exercícios para tratamento e prevenção de enfermidades no pescoço, ombros, região lombar, glúteos e pernas.**

Carga horária de 40 horas, divididas em 13 encontros de 3 horas e 1 hora para elaboração de projeto.

**CONTEÚDO**

Aulas teórico-práticas de Lian Gong em 18 terapias, abordando explicações gerais, demonstração, prática e supervisão.

**A 1ª Parte ou Parte Anterior divide-se em três séries de seis exercícios cada:**

1ª série: exercícios para prevenção e tratamento de dores no pescoço e ombros

2ª série exercícios para prevenção e tratamento de dores nas costas

3ª série exercícios para prevenção e tratamento de dores nos glúteos e nas pernas

**MÓDULO II: 2ª PARTE OU PARTE POSTERIOR**

**Exercícios para tratamento e prevenção de articulações doloridas das extremidades, tenossinovites, cotovelo de tenista e distúrbios funcionais dos órgãos internos.**

Carga horária de 40 horas, divididas em 13 encontros de 3 horas e 1 hora para elaboração de projeto.

## CONTEÚDO

Aulas teórico-práticas de Lian Gong em 18 terapias, abordando explicações gerais, demonstração, prática e supervisão.

### A 2ª Parte ou Parte Posterior divide-se em três séries de seis exercícios cada:

1ª série: Exercícios para a prevenção e tratamento de articulações doloridas das extremidades

2ª série: Exercícios para prevenção e tratamento de tenossinovites

3ª série: Exercícios para prevenção e tratamento de distúrbios funcionais dos órgãos internos

## MÓDULO III: 3ª PARTE - I QI GONG (CONTINUAÇÃO DO LIAN GONG EM 18 TERAPIAS)

O I Qi Gong consiste em 18 exercícios que fortalecem as funções do coração e dos pulmões.

Carga horária de 40 horas, divididas em 13 encontros de 3 horas e 1 hora para elaboração de projeto

## CONTEÚDO

Aulas teórico-práticas do I QI GONG (continuação do Lian Gong em 18 Terapias), abordando explicações gerais, demonstração, prática e supervisão.

## RELAÇÃO DE SERVIDORES FORMADOS COMO INSTRUTORES DE LIAN GONG EM 18 TERAPIAS

### TURMA I - CONCLUSÃO DOS MÓDULOS I, II e III

**Professor:** José Paulo Santos, da Unidade de Medicinas Tradicionais Centro - UMTC - Secretaria Municipal da Saúde

DRE CAMPO LIMPO - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME		
NOME DO SERVIDOR	RF	LOCAL DE TRABALHO
Luciene Pereira Da Silva	806.328/1	CEU Guarapiranga
Marta Fernandes Da Silva	804.557.7	CEU Guarapiranga
Nilza Maria Moretti Rezende	780.455-5	CEU Guarapiranga

DRE SÃO MATEUS - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME		
NOME DO SERVIDOR	RF	LOCAL DE TRABALHO
Andréa Alves Perucci Roque	755.129-1	CEU São Mateus
Ellis França	548.276.3/2	EMEF Vinicius de Moraes

**DRE PIRITUBA/JARAGUÁ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Odile De Medeiros Souza	744.228.9	CEU Perus

**SECRETARIA MUNICIPAL DE SEGURANÇA URBANA - SMSU**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Andréa Keilla Galvão Lemes	680.454.3	Inspetoria do Parque Ibirapuera
Jaime Paixão dos Santos	623.689.8	Inspetoria do Parque Ibirapuera
Martha Evely Theófilo	733.628.4	Subcomando - Divisão de Esporte e Cultura
Ricardo Oliveira Correia	732.647.5	Inspetoria do Parque do Ibirapuera
Wagner Tavares	653.632.8	Inspetoria do Parque do Ibirapuera

**TURMA II - FORMAÇÃO NOS MÓDULOS I, II e III**

**Professor:** José Paulo Santos, da Unidade de Medicinas Tradicionais Centro - UMTC - Secretaria Municipal da Saúde

**DRE GUAIANASES - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Fernando Jose Martins	841.025.9/1	CEU Água Azul
Luciana Ap <sup>a</sup> Tresseno Resende	740.226.1	DRE Guaianases

**DRE IPIRANGA - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Mirna Suemi Ida Nakamae	666.465.2/2	EMEI Prof <sup>a</sup> Lucy Garcia Salgado

**DRE ITAQUERA - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Renata de Godoy	778.922.0/1	CEU Formosa

**DRE PIRITUBA/JARAGUÁ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Christian Carli	744.188.6/1	CEU Perus

**DRE SANTO AMARO - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Claudia dos Santos Lima	748.515.8/2	EMEF Carlos de A. Rizzini

**DRE SÃO MATEUS - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – SME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Vanessa Gianolli Ferreira	743.460.0	CEU Rosa da China

**SECRETARIA MUNICIPAL DE SEGURANÇA URBANA - SMSU**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Djalma Dos Santos	653.246.2/1	Inspetoria Regional Butantã
Glauca Roberta Kurgonas	732.429.4/1	Inspetoria Sede da Prefeitura - Comando Centro
Michele De Jesus Santos	698.517.3/1	Comando Operacional Sul

**SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES E LAZER - SEME**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Alexandre Kesper Pimenta	801.056.100	Taça Cidade de São Paulo de Futebol
Fernanda de Oliveira	742.524.4/3	Departamento de Gestão de Políticas e Programas de Esporte e Lazer - DGPE
Marcia Regina Martinez Tedeschi	526.943.1/3	Departamento de Gestão de Políticas e Programas de Esporte e Lazer - DGPE

## **TURMA III – FORMAÇÃO NOS MODÚLOS I, II e III**

**Professora:** Helena Tieko N. Takahashi, da Coordenação de Gestão de Saúde do Servidor - COGESS / Secretaria Municipal de Gestão - SG

<b>DRE IPIRANGA - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Denise Fabretti	686.861-4	EMEF Cleómenes Campos

<b>SEDE DA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Marcia Maria Machado	738.298.7	Núcleo Técnico de Formação - NTF
Vladimir Mandelli Barbosa	737.170.5	Núcleo de Apoio de Pessoas - COGEP

<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE SEGURANÇA URBANA - SMSU</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Adriana da Silva Duarte	708.086.700	Inspetoria Sede da Prefeitura - Comando Centro
Agapito Marques	569.188.501	Superintendência de Ações Ambientais e Especializadas
Brigida Belarmino Maciel	685.871.600	Divisão de Esportes e Cultura
Eva Pereira Coimbra	788.929.1.00	Inspetoria Sede da Prefeitura - Comando Centro
Lais Mac Arthur Soares Capel	680.054.8	Comando Operacional Sul
Renata Pontes Rodrigues Lima	693.507.600	Comando Operacional Sul
Soraya Alves de Magalhães	698.555.6	Comando Operacional Sul

<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES E LAZER - SEME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Alda Regina Batista Molina	641.553.9	Departamento de Gestão do Esporte de Alto Rendimento - DGEA
Soraia Fernandes Martins	756.984.0	Departamento de Gestão de Políticas e Programas de Esporte e Lazer

**SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL - SMADS**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Mariza Zanaroli Bonavoglia	314.510.7	Coordenação de Gestão do Trabalho - CGP
Rosi Aparecida de Arruda	631.410.4	Coordenação de Gestão do Trabalho - CGP

**SECRETARIA MUNICIPAL DE CULTURA - SMC**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Edson Marçal de Assis	726.180.2	Centro Cultural São Paulo

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE - SMS**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Tânia Liszt Betini	844.372.6	HSPM - Ambulatório de Fisioterapia

**SECRETARIA MUNICIPAL DE GESTÃO - SG**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Márcia da Penha F. de Souza	645.829.7	Coordenadoria de Gestão de Pessoas - DGP
Márcia Valquíria de Aguiar	516.676.4	Coordenação de Gestão de Saúde do Servidor - COGESS

**PREFEITURA REGIONAL SÃO MATEUS - PRSM**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Arlete da Silva	515.539.8	PR-São Mateus

## TURMA IV – FORMAÇÃO NO MÓDULO I

**Professora:** Aimar Gonçalves Killinger, da UBS José Marcílio Malta Cardoso - Secretaria Municipal da Saúde

<b>DRE BUTANTÃ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Arlete Maria Martins Ventura	745.357.4	CEI Cidade de Genebra
Christiane Moraes Kiso	745.628.0	CEI Cidade de Genebra
Claudia Thaumaturgo F. de Souza	694.606.2	DRE Butantã
Joana Darc de Castro Farias	633.922.1	EMEI Antonio Bento
Maria Madalena B. S. R. Agostino	597.082.2	EMEI Antonio Bento
Maria Tereza Martins Mora	754.385.9	CEMEI Profª Leila Gallacci Metzker
Regina Célia	602.137.9	DRE Butantã

<b>DRE PIRITUBA/JARAGUÁ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Elisabete Righetti Estefani	612.934.0	EMEI Neyde Guzzi de Chiacchio Profª
Irene Fumie Tsukada	302.982.4	EMEI Paulo VI
Maria Helena Pereira de Souza	810.360-7	EMEI Ricardo Gonçalves
Monica Rodrigues Legaspe	638.418.8	EMEI Rodolfo Trevisan

<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE SEGURANÇA URBANA - SMSU</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Alessandra Aparecida dos Santos	685.782.5	Inspetoria Regional Freguesia do Ó
Elizabete de Magalhães Santos	706.862.0	Inspetoria Regional Freguesia do Ó
Gislaine Alves de Deus Souza	696144401	Comando Geral da GCM
Jaqueline Novais Pedroso	696130401	Inspetoria Regional Vila Maria/ Vila Guilherme
Leila Ferreira Francisco	581.392.1	Divisão de Tecnologia da Informação e Comunicações

## TURMA V - FORMAÇÃO NO MÓDULO I

**Professora:** Aimar Gonçalves Killinger, da UBS José Marcílio Malta Cardoso - Secretaria Municipal da Saúde

<b>DRE BUTANTÃ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Anatalina Lourenço da Silva	711.046-4	EMEF Prof. Roberto Mange
Elisabete Guedes da Silva	680.430.6	CEI Pinheiros
Luciana Vicente de Souza Vieira	6351743	EMEF Brasil Japão
Lucileide Leite Costa	8064270	CEI São Jorge Arpoador
Márcia Martins Totti Silveira	777.040-5	EMEF Prof. Roberto Mange
Maria Angélica Leiva de Arruda	735.425.8	EMEF Euclides de Oliveira Figueiredo
Maria Cristina Scavazza	753.032.3	CEI Pinheiros
Monica de Assis Galan	727877.2	EMEF Brasil Japão
Roberta de Carlo Smith	7959303	EMEF DES Theodomiro Dias

<b>DRE PIRITUBA/JARAGUÁ - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Bavani Yin	775.581-3	CEU Parque Anhanguera
Elian Rocha Souza Bueno	634.951.0	EMEI Carmen da Silva
Eliane Claudete Fanton Dalalio	7156413/4	EMEF Rui Bloem
Marli Aparecida Lippi	638.590.7	EMEF Rui Bloem
Priscila Barbosa Arantes	748.059.8	EMEI Jardim da Conquista
Vanessa Lilian de Oliveira Nunes	796087-5	EMEI Zélia Gattai

<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE SEGURANÇA URBANA - SMSU</b>		
<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Alfredo José Dantas	771.739.3	Defesa Ambiental Anhanguera
Aurenice Nascimento dos Anjos	737.999.4	Central de Telecomunicações e Videomonitoramento - CETEL
Maria Aparecida do Nascimento	685.676.4	Corregedoria Geral da Guarda Civil Metropolitana
Maria Madalena Rodrigues Lima da Silva	706.866.2	CEJUSC - SMSU
Mirela Godoi Santos	770.808.4	Departamento de Compras e Contratos - DCC
Neusa Maria dos Reis	654.338.3.00	Inspetoria Regional São Mateus - ID 28
Patricia de Oliveira Duarte	696.205.0	Central de Telecomunicações e Videomonitoramento - CETEL

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE - SMS**

<b>NOME DO SERVIDOR</b>	<b>RF</b>	<b>LOCAL DE TRABALHO</b>
Ariadine Benetom de Campos	6261	UBS Butantã
Claudemira Alves de Sant'Ana	7400052	UBS José Marcílio Malta Cardoso
Cleide Alves dos Santos	7400055	UBS José Marcílio Malta Cardoso
Juliana de Jesus Borges dos Santos	7400163	UBS José Marcílio Malta Cardoso
Luciana Pedroso	7401607	UBS José Marcílio Malta Cardoso
Marina Rodrigues do Nascimento	7400217	UBS José Marcílio Malta Cardoso

**ATUALIZAÇÃO****ABRIL/19**