

CEUs com programação voltada para todas as idades

O mês de setembro reserva muitas atividades, shows, cultura, esporte e lazer nos CEUs da Secretaria Municipal de Educação. As atividades dos 46 CEUs contam com diferentes aulas, espetáculos teatrais, filmes, palestras e shows, gratuitos e abertos para todos os públicos.

Durante todo o mês os 46 CEUs da cidade ainda recebem espetáculos de música e teatro,

atividades culturais, esportivas e sessões de cinema do circuito SPCine, tudo de graça.

Além de diversão, esporte, e arte os CEUs também possuem vasto acervo em suas bibliotecas que funcionam diariamente, inclusive fim de semana, e são abertas ao público. As unidades também recebem cursos e oficinas voltadas para todas as idades.

As atividades são atualizadas mensalmente e podem ser conferidas no Portal da Secretaria Municipal de Educação, onde também é possível obter mais informações, como horários, inscrições e programação dos CEUs da Zona Norte acesse: <http://portal.sme.prefeitura.sp.gov.br/Main/Page/PortalSME/Programacao>

Feira de Orgânicos Lar Center celebra a primavera com oficinas criativas para a garotada

Em comemoração à chegada da primavera, o Shopping Lar Center promoverá oficinas infantis de arte, criação de arranjos de flores e customização de ecobags durante a Feira de Orgânicos, que acontece todos os domingos, das 8 às 13 horas, em uma área reservada do estacionamento.

Realizadas em parceria com a PlayDate - movimento de mães em apoio à maternidade consciente -, as atividades

prometem entreter as crianças enquanto os pais fazem suas compras, deixando as manhãs de domingo em família ainda mais animadas.

Dia 22/9 - Pintura em Tela - às 10 e às 11 horas

Os pequenos poderão explorar a criatividade e a imaginação por meio da arte e pintura de quadros.

Dia 29/9 - Ikebana: Arte em

Flor - às 10 e às 11 horas

A garotada terá a oportunidade de montar um pequeno arranjo de flores em homenagem à família, onde cada ramo deve representar um membro de sua família.

A Feira de Orgânicos Lar Center acontece no Estacionamento do Shopping Lar Center que está localizado na Avenida Otto Baumgart, 500 - Vila Guilherme.

Dia da Árvore é celebrado com atividade gratuita no Museu da Energia

Como forma de celebrar o Dia da Árvore, 21 de setembro, o Museu da Energia de São Paulo promove no próximo sábado a partir das 14 horas a oficina especial "Meu Terrário".

Com a orientação dos educadores do Museu, as crianças poderão montar o seu próprio terrário com o uso de materiais recicláveis e aprender, de forma prática, sobre os ecossistemas e os ciclos ecológicos. A ação ainda integra uma visita na Horta Comunitária do Museu.

Os participantes poderão levar um terrário próprio para casa - cada visitante deverá trazer cada vidro de plástico (como para geleias, conservas, extrato de tomate, azeitona, palmito etc), que será reciclado para a montagem dos suportes. Gratuita, a atividade é voltada ao público infantojuvenil. Para participar basta realizar a inscrição pelo e-mail saopaulo@museudaenergia.org.br

O Dia da Árvore - Oficina "Meu Terrário" acontece no Museu da Energia



Crianças e pais durante oficina Meu Terrário no Museu da Energia de São Paulo

está localizado na Alameda Nothmann, 184, Campos Eliseos - Para mais

Informações ligue: (11) 3224-1489 ou acesse: <http://www.museudaenergia.org.br/>

Sesc Santana

Espectáculo "Na fresta da certeza, o vermelho escuro" e a Semana Move 2019 são os destaques

No dia 21 de setembro, sábado, às 14 horas será exibido no Sesc Santana uma Mostra Cinematográfica infantil. A sessão é "PETS: A vida secreta dos bichos". Evento livre e gratuito.

No dia 21 de setembro, sábado, às 19 horas, o Sesc Santana promoverá o evento "DE I GENERADAS 5: Feminismos em pauta" com a presença de Gali. Entre as temáticas levantadas por ela, está a questão da mulher lésbica, ilustrada pela música "Caminhoneira" e o feminismo como é a música "Mulher do Futuro". Para esta nova apresentação, a ribeirãopretana assume a viola caipira, entoando ritmos brasileiros como o baião, xaxado, arrocha e também ritmos latinos como a polca paraguaia e a chacareta argentina, explorando em formato solo a voz com loops, acompanhada de violão e viola. Evento livre e gratuito.

No dia 21 de setembro, sábado, às 15h30, o Sesc Santana promoverá o Bate-Papo "Saúde, Segurança e Pedreiro no Triathlon", com Pedro Bruno Costa. O tema central da conversa tem o intuito de conscientizar os esportistas e iniciantes desta modalidade sobre as possíveis lesões corporais e os cuidados necessários para praticar Triathlon. Recomendado para maiores de 16 anos, evento gratuito.

No dia 22 de setembro, domingo, às 10h30, o Sesc Santana promoverá o evento "Festival de Triatlo indoor". Festival da modalidade que é uma variação do triatlo convencional, composta por três diferentes esportes: natação na piscina, ciclismo em bike estacionária e corrida. A atividade tem o intuito de promover a prática destas três modalidades, o hábito da competição saudável e a interação entre e os participantes. Evento livre e gratuito.

Dos dias 24 e 27 de setembro, em dois horários, 14h30 às 20 horas e 8 às 14 horas, o Sesc Santana disponibilizará aulas abertas de Jump. Venha experimentar uma forma divertida de melhorar sua condição física através de uma aula com muitos saltos e ritmos. O Jump consiste em um exercício aeróbico praticado em um mini trampolim ou cama elástica redonda. Evento livre e gratuito.

No dia 25 de setembro, quarta-feira, às 14 horas, o Sesc Santana promoverá o evento "Brincadeiras Esportivas de

Rua da Fresta de Cultura". Atividades que misturam brincadeiras de rua e atividades esportivas para a comunidade estimulando a interação, o movimento e o hábito da prática de atividade física. Fábrica de Cultura - Rua Franklin de Amaral, 1.575 - Vila Nova Cachoeirinha, São Paulo. Local: Fábrica de Cultura. Evento livre e gratuito.

No dia 25 de setembro, quarta-feira, às 15 horas, será exibido no Sesc Santana uma sessão do filme "Rugas da Vida", com Evandro Souza. Evento livre e gratuito.



O evento será um espetáculo de dança com um tema inspirado na frase "Eu não sou uma mulher?"

No dia 25 de setembro, quarta-feira, às 19h30, o Sesc Santana disponibilizará o evento "Tênis de Mesa com Caroline Kumahara". Será uma apresentação esportiva com a atleta Caroline Kumahara de Tênis de Mesa. Melhor mesatenista feminina do Brasil, possui a melhor posição na história do Tênis de Mesa feminino no ranking mundial. Participou das olimpíadas de Londres (2012) e do Rio (2016), além de duas medalhas no Pan-Americano de Toronto (2015). Evento livre e gratuito.

No dia 26 de setembro, quinta-feira, das 15 às 18 horas ou das 18h30 às 21h30, o Sesc Santana promoverá o evento "Conclusões e Avaliação". Encontros formativos voltados a educadoras e educadores, nos quais serão compartilhadas experiências, pesquisas e saberes de/sobre refugiados e imigrantes que deixaram seus países em razão da violação de direitos humanos. Evento livre e gratuito.

No dia 27 de setembro, sexta-feira às 20 horas, o Sesc Santana promoverá mais um evento do projeto "DE I GENERADAS 5: Feminismos em Pautas" com o espetáculo "Na fresta da certeza, o vermelho escuro". Nesta

ação cênica, mulheres em movimento riscam o espaço finito e alteram a ordem das coisas. A escuridão, na perspectiva feminista negra, é um lugar de infinitas possibilidades. O disparador criativo para o trabalho foi a frase "Eu não sou uma mulher?". Proferida pela lendária Sojourner Truth: I am not a woman? Evento livre e gratuito.

Até o dia 29 de setembro, de terça-feira a domingo, em diversos horários do dia, o Sesc Santana promoverá a Semana Move 2019. No dia 21 desse mês acontecerá o "Jogo de Futsal Feminino Profissional",

às 12h30. A apresentação esportiva através de um jogo amistoso com equipes de Futsal Feminino profissionais. Busca a valorização do esporte feminino e suas práticas, e o associativismo como forma de lazer e promoção da saúde. Evento livre e gratuito.

Até o dia 5 de novembro, será exibido no Sesc Santana uma Mostra Cinematográfica. As sessões rolarão todas as terças-feiras, no horário das 20 horas. A Mostra aborda a questão da identidade e dos direitos junto à exposição "Raiz, Memória e Humanidade", trazendo à tona lutas sociais de grupos populacionais vulnerabilizados pelo contexto sociopolítico do país e pelo Estado. Composta por 10 filmes brasileiros com temas sociais relevantes e contemporâneos, contará com sessões seguidas de bate-papo com mediação da Taturana Mobilização Social. O filme a ser passado nessa terça-feira, dia 24 de setembro é o Jabuti e a Anta. Evento livre e gratuito.

O Sesc está localizado na Avenida Luiz Dumont Villares, 579 - Jd. São Paulo. Para informações sobre essas e outras programações, ligue 0800-118220 ou acesse o site do Sesc: www.sescsp.org.br

Moda & Beleza

Com a chegada da Primavera, saiba como deixar bem conservadas no guarda-roupa

Oficialmente, a partir do dia 23 deste mês começa a primavera: dias mais floridos, menos frios e que, consequentemente, pedem roupas mais leves. Assim, é hora de guardar edredons e as roupas mais volumosas.

Quem ajuda nesta missão é a rede de lavanderia Lava e Leva que separou cinco dicas e cuidados para melhor armazenar as peças mais quentes como lãs, casacos e malhas, veja a seguir.

1- Lave todas as roupas antes de guardar. Caso estejam sujas,

podem criar fungos e também proliferar o mofo;

2- Quanto aos casacos de couro, o ideal é levar antes a uma lavanderia para que o profissional faça uma higienização adequada e também hidratação no couro;

3- Priorize dobrar as malhas e os casacos mais pesados, não coloque-os em cabides. O peso e o tempo em que ficarão expostos podem ocasionar marcas nas peças;

4- Evite usar sacos plásticos. Opode amarelar as roupas. Pode por saco de TNT (tecido não tecido) escuro para proteger contra a luz;



5- As chamadas space bags (embalagens a vácuo) são uma ótima alternativa para guardar melhor as roupas. Elas otimizam o espaço no guarda-roupa e conservam bem as peças.

Coluna de Meditação

Milagre da Fé

A máscara do rosto; a face do artista.

Derrota o bom gosto; esfinge realista.

Você aí, que titubeia por aceitar as provas da vida; aprende que a alma fala através do som proferido pela sua voz; seus lábios dizem que a vida continua e o espírito não tem idade, mas sim, evolução progressiva no caminho para Deus.

Dizei, em alto e bom som: "quanto mais velho fico, mais estou jovem para o Senhor".

Quando você entender a linguagem dos outros povos, costumes de outras raças, credos e religiões, tirando delas energias positivas, você será um sábio antes mesmo de um poliglota. No caso de religião,

todos os caminhos levam a Deus.

Acione o botão verde da esperança e verá a estrada livre a percorrer.

Vamos com a harpa dos anjos, conhecer a fina flor da lira do céu, onde querubins enfeitam a casa de Deus.

Melodia orquestrada por todos aqueles que lá estão com um conjunto harmonioso. Graças Senhor, porque acolheste neste lar, nossos entes queridos e pelos antepassados de todos, que vivem e reinam neste paraíso celestial.

Aleluia, meu Senhor
Posso feliz te dizer
Pela paz, pelo amor
Da vida e do viver

Todos dão ensinamentos
A inteligência é usar
Queles empreendimentos
Que nos vêm julgar

O homem vive a um passo do sonho e da realidade; vai daí ele percorrer mundos na esperança de dias melhores, firmando-se no astral como milagre da fé.

Parabéns à catequese
Parabéns à evangelização
Na ciência do espírito
Em busca de redenção

Ontem, passei no caminho
Hoje, torno a voltar
Não esquecendo o ninho
Que é o lar doce lar.

IRM LÚCIA

Conselho da Mulher Empreendedora e da Cultura da ACSP lança campanha para arrecadar livros e brinquedos para crianças

O Conselho da Mulher Empreendedora e da Cultura (CMEC) da Associação Comercial de São Paulo (ACSP), lança a partir deste mês a campanha do Dia das Crianças ACSP intitulada "Hora de Doar, muita história para contar".

O incentivo à leitura infantil para o desenvolvimento dos futuros cidadãos e para a qualidade da formação por meio da doação de livros, ganha ênfase na arrecadação deste ano. "A leitura é fundamental na Educação Infantil, pois ela tem a capacidade de formar cidadãos mais conscientes e críticos", destaca Ana Cláudia Badra Cotait, presidente do CMEC da Associação Comercial de São Paulo, responsável pela organização da ação.

Todo o material arrecadado será encaminhado para as 15 distritais da ACSP e, estrategicamente, serão distribuídos



Hora de doar, muita história pra contar.

em entidades assistenciais nestas regiões.

As doações podem ser realizadas diretamente nestes pontos de entrega: no prédio da ACSP no Vista, 51) ou nas 15

distritais de bairros da capital.

As doações podem ser entregues até dia 11 de outubro, véspera do Dia da Criança - data que comemora os direitos das crianças e adolescentes e suas responsabilidades pessoais (os pais, em especial) sobre os cuidados necessários durante esta fase da vida. "Mais que doar brinquedos e livros, o nosso propósito é provocar uma grande reflexão sobre o desenvolvimento dos jovens e o impacto da sociedade", afirma Ana Cláudia Cotait.

Interessada em, empar suas riquezas e em apoiar material também estão convidadas a participar desta "corrente do bem".

"Queremos criar um engajamento em torno deste propósito, que é fomentar o hábito da cultura e da leitura infantil. Acreditamos que a transformação de um País começa pela educação", ressalta.

AVISOS RELIGIOSOS

AGRADECIMENTO

Agradeço ao Senhor Jesus Cristo por graça alcançada. **D.M.**

ORAÇÃO PARA GANHAR DINHEIRO

Em nome da água que tudo permeia, da terra que tudo forma, do ar que tudo clareia, do fogo que transforma, que eu alcanço sem demora o que mais desejo, agora... Sei que vou ganhar muito dinheiro, que nem eu mesmo saberei contar. Amém. Publique imediatamente, que sua graça será alcançada. **D.M.**

ORAÇÃO AO PODEROSO SANTO EXPEDITO

Meu Santo Expedito! Meu Santo das Causas justas e urgentes, intercede por mim junto ao Nosso Sr Jesus Cristo, socorre-me nesta hora de aflição e desespero, meu Santo Expedito, Vós que sois um Santo Guerreiro, Vós que sois o Santo dos Afritos, Vós que sois o Santo dos desesperados, Vós que sois o Santo das causas urgentes, proteja-me. Ajuda-me. Dai-me força, coragem e serenidade. Atenda ao meu pedido. "Fazer o Pedido" Meu Santo Expedito! Ajuda-me, Dai-me força, coragem e serenidade. Atenda ao meu pedido. "Fazer o Pedido" Meu Santo Expedito! Ajuda-me a superar estas horas difíceis, proteja-me de todos que possam me prejudicar, proteja minha família, atenda ao meu pedido com urgência. Devolva-me a paz, a tranquilidade. Meu Santo Expedito! Servei grato pelo resto de minha vida e levei vosso nome a todos a que têm fé. Muito obrigado. Rezar um Pai-Nosso, uma Ave-Maria e fazer o Sinal da Cruz. Publicar imediatamente após o pedido. **M.I.**

PRECE PODEROSA PARA PROSPERIDADE

O Criador do Mundo tudo que dissesse peças e receberá embora estejas nas alturas em Vossa Divina Glória inclinaí seus ouvidos à essa humilde criatura para satisfazer-lhe o desejo. Ouve minha prece O Pai amado e fazei que por Vossa Vontade eu obtenha a graça que tanto almejo. (Pedido). Deus supre agora todas as minhas necessidades. Segundo suas riquezas e em glória serei sempre grato p/ suas riquezas sempre ativas presentes imutáveis e abundantes em minha vida. Que isso seja feito pelo poder em nome do Vosso Filho Jesus. Cítai essa prece p/ manhã 7 vezes junto com Salmo 23 e Pai-Nosso. **D.R.M.**