



Cidade de  
São José dos Campos  
Prefeitura Municipal

# JORNAL DO CONSUMIDOR

INFORMATIVO SEMANAL • ANO XIV • Nº 754

FEVEREIRO E MARÇO DE 2010

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
28	1	2	3	4	5	6

• [jconsumidor@sjc.sp.gov.br](mailto:jconsumidor@sjc.sp.gov.br)

• [www.sjc.sp.gov.br](http://www.sjc.sp.gov.br)

## A NOVA FAMÍLIA DO REAL

Novas cédulas começam a circular em abril, mas as antigas continuam valendo

**A**pós mais de 15 anos sem alterações, o Banco Central lançou em todo o país a segunda família das cédulas do real. As notas antigas continuarão valendo e serão substituídas aos poucos pelos bancos, à medida que forem sofrendo desgaste natural.

O projeto das novas cédulas vem sendo desenvolvido desde 2003 pelo Banco Central em conjunto com a Casa da Moeda do Brasil, responsável pela produção das cédulas.

Essa medida atenderá uma antiga reivindicação dos deficientes visuais, que até então enfrentavam dificuldades para reconhecer os valores das notas.

Com tamanhos diferenciados e marcas táteis em relevo aprimoradas em relação às atuais, a nova família de cédulas facilitará a vida dessa parcela da população. Dotadas de recursos gráficos mais sofisticados, as notas ficaram mais protegidas contra as falsificações.

Entre abril e maio estreiam as notas de R\$ 50 e R\$ 100, porque são as cédulas que concentram cerca de 95% das falsificações do dinheiro brasileiro. A partir de 2011, começam a circular as novas notas de R\$ 20 e R\$ 10. As de R\$ 2 e R\$ 5 no primeiro semestre de 2012.

Para a nota de R\$ 1, ainda não existe previsão de lançamento, pois o Banco Central está priorizando a emissão de moedas, pela durabilidade.

A expectativa é de que 100% do dinheiro em circulação já seja da nova família até 2014.

### PRINCIPAIS MUDANÇAS

**TAMANHO** - Quanto maior o valor da nota, maior será o papel. A de R\$ 10 será do tamanho atual, de 13,5 cm por 6,5 cm. Notas menores serão um pouco mais estreitas, com 12,1 cm na de R\$ 2 e 12,8 cm na de R\$ 5. Nos dois casos, a altura será a atual. A cédula de R\$ 20 será um pouco maior que as atuais, com 14,2 cm de largura e os mesmos 6,5 cm de altura. As demais serão maiores na largura e também na altura: a nota de R\$ 50 terá 14,9 cm por 7 cm e as de R\$ 100 serão impressas em 15,6 cm por 7 cm.

verso, ganhou na frente figuras que remetem ao mar. No verso, as figuras de animais foram modificadas e estão agora na horizontal. A nota de R\$ 50, por exemplo, traz a mesma figura da onça pintada, agora deitada sobre uma pedra.

**SEGURANÇA** - Novas nuances nas tonalidades da marca d'água. Cada animal da cédula será a marca d'água, como já é nas notas de R\$ 2 e R\$ 20. Destaque ainda para a faixa holográfica com desenho personalizado nas cédulas de R\$ 50 e R\$ 100.

**VISUAL** - A frente da cédula está mais limpa, mantida a efígie da república. Do lado direito, a cédula ganhou uma faixa com o valor da nota escrito e do lado esquerdo um grafismo com figuras do habitat de cada animal. A nota de R\$ 100, por exemplo, que tem uma garoupa no

**RELEVO** - Inserção da marca tátil em alto relevo no canto das cédulas. A forma muda de acordo com o valor.

### MAIS INFORMAÇÕES

**Banco Central**  
[www.bcb.gov.br](http://www.bcb.gov.br)  
0800-9792345

# Indústria volta a contratar e São José tem saldo positivo

**E**m janeiro foram criados 323 postos de trabalho em São José dos Campos, segundo balanço divulgado dia 18, pelo Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), do Ministério do Trabalho e Emprego. Com isso, o estoque de trabalhadores formais (com carteira assinada) aumentou 0,19%.

A retomada da geração de emprego no setor industrial, que registrou a abertura de 220 vagas em janeiro, foi um dos destaques do bom desempenho do mercado de trabalho no primeiro mês do ano em São José.

Outro destaque foi o setor de serviços, que no mês passado foi responsável pela criação de 416 postos de trabalho, segundo o órgão oficial. A construção civil e o comércio tiveram saldo de emprego negativo. O Caged registrou um total de 7.475 admissões contra 7.152 desligamentos em janeiro.

**INCENTIVO** - Os dados de janeiro, em São José, reforçam a necessidade de mais qualificação da mão de obra no município. A Prefeitura-

ra, por meio da Secretaria de Relações do Trabalho (SRT), já está elaborando o Programa de Geração de Emprego (Progeo), visando estimular a capacitação de mais profissionais para atender a demanda.

## Exportações crescem quase 25% em janeiro.....

As exportações de São José dos Campos aumentaram 24,76% em janeiro de 2010 em comparação com o mesmo período do ano passado, somando US\$ 328,5 milhões contra US\$ 263,3 milhões. O saldo da balança comercial (diferença entre as exportações e as importações) do município foi de US\$ 147,2 milhões no primeiro mês do ano.

Os dados foram divulgados dia 17, pela Secretaria de Comércio Exterior (Secex), do Ministério do Desenvolvimento, Indústria e Comércio Exterior. Aviões, aeroplanos e veículos são os principais produtos exportados pelas empresas do município.

São José se manteve como terceiro maior município exportador do país e o segundo do Estado, superado apenas pelo município de São Paulo. Municípios como Santos (SP) e São Bernardo do Campo (SP) ficaram em oitavo e décimo lugares, respectivamente.



**Venda de aviões ajudaram manter a cidade como terceiro maior município exportador do país**

## Emprega São Paulo tem mais de 20 mil vagas

O programa Emprega São Paulo, do governo do Estado, dispõe atualmente de 20.090 vagas de trabalho em todo o Estado de São Paulo. As mais ofertadas são para operador de telemarketing (2.208), vendedor (1.216) e para a área de limpeza (770). Na Grande São Paulo são 9.024 vagas, 4.962 somente na Capital. No interior e litoral as vagas passam de quatro mil.

Os números de vagas disponíveis por região administrativa são os seguintes: 4.963 em Campinas; 1.505 em Sorocaba; 978 em São José do Rio Preto; 827 em São José dos Campos; 698 em Ribeirão Preto; 582 em Bauru; 331 em Marília; 298 na região Central (São Carlos/Araraquara); 218 na Baixada Santista; 194 em Araçatuba; 176 em Barretos; 150 em Franca; 69 em Presidente Prudente e 16 no Vale do Ribeira.

### MAIS INFORMAÇÕES

#### Sobre o programa

[www.empregasaopaulo.sp.gov.br](http://www.empregasaopaulo.sp.gov.br)

#### Sobre locais das vagas

[www.emprego.sp.gov.br/programas/pat](http://www.emprego.sp.gov.br/programas/pat)

#### Posto de Atendimento ao Trabalhador

(PAT) - SJC - Rua Pedro Ernesto, 111 - Vila Sanches, tel. 3941-2043

## CONCURSOS COM EDITAIS PUBLICADOS

**INSTITUIÇÃO:**Banco do Brasil  
**INSCRIÇÕES:**23/02/10 a 21/03/10  
**VAGAS:**cadastro de reserva  
**SALÁRIO:**R\$ 1.132,80  
**INFORMAÇÕES:**[www.cesgranrio.org.br/eventos/concursos](http://www.cesgranrio.org.br/eventos/concursos)

**INSTITUIÇÃO:**Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)  
**INSCRIÇÕES:**26/02/10 a 04/04/10  
**VAGAS:**191.972  
**SALÁRIO:**salário de acordo com a produção dos recenseadores  
**INFORMAÇÕES:**[www.in.gov.br/imprensa/visualiza/index.jsp?jornal=3&pagina=118&data=05/02/2010](http://www.in.gov.br/imprensa/visualiza/index.jsp?jornal=3&pagina=118&data=05/02/2010)

**INSTITUIÇÃO:**Marinha  
**INSCRIÇÕES:**15/03/10 a 15/04/10  
**VAGAS:**1.250  
**SALÁRIO:**R\$ 465  
**INFORMAÇÕES:**[www.ensino.mar.mil.br/marinhafn/concursos.jsp](http://www.ensino.mar.mil.br/marinhafn/concursos.jsp)

**INSTITUIÇÃO:**Ministério da Cultura  
**INSCRIÇÕES:**01/03/10 a 14/03/10  
**VAGAS:**253  
**SALÁRIO:**R\$ 2.989,28  
**INFORMAÇÕES:**[www.movens.com.br/portal/default.aspx](http://www.movens.com.br/portal/default.aspx)

**INSTITUIÇÃO:**Prefeitura de Belo Horizonte (MG)  
**INSCRIÇÕES:**25/03/10 a 26/04/10  
**VAGAS:**300  
**SALÁRIO:**R\$ 1.300  
**INFORMAÇÕES:**[www.fgrconcursos.org.br/auxiliar\\_adm](http://www.fgrconcursos.org.br/auxiliar_adm)

### EXPEDIENTE



• **DIRETORA DE COMUNICAÇÃO:** ANDRÉA MARTINS • **CHEFE DA DIVISÃO DE IMPRENSA:** JOSÉ EUSTÁQUIO DE FREITAS  
• **EDITOR:** ANTONIO BIBIANO DOS SANTOS • **TEXTOS:** ANTONIO BIBIANO DOS SANTOS, ALBERTO LUIZ DE ANDRADE (ESTAGIÁRIO), IARA GOMES, JULIANA ANDRADE (ESTAGIÁRIA) E LÍDIA BERNARDES • **FOTOS:** ADENIR BRITTO, BETO FARIA, FERNANDO MOURA E RONNY SANTOS • **DIAGRAMAÇÃO:** CARLOS EDUARDO TORRES  
• **CONSULTORIA JURÍDICA:** PROCON • **IMPRESSÃO:** GRÁFICA MUNICIPAL • **TIRAGEM:** 45 MIL EXEMPLARES

PARA FALAR COM O JORNAL DO CONSUMIDOR • **Paço Municipal:** RUA JOSÉ DE ALENCAR, 123, CENTRO, CEP 12209-530

• **TELEFONE:** (12) 3947-8072 • **FAX:** 3947-8039 • **E-MAIL:** [jconsumidor@sjc.sp.gov.br](mailto:jconsumidor@sjc.sp.gov.br)

**PROCON:** • RUA VILAÇA, 681, CENTRO, SÃO JOSÉ DOS CAMPOS • **TELEFONE:** 151

**VIDA  
SIM,  
DROGAS  
NÃO!**

ALERTA SAÚDE

# Justiça volta a permitir exposição de medicamentos

**F**armácias e drogarias de todo o país não estão mais obrigadas a cumprir as regras da Resolução 44 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) que proíbem a venda de produtos não ligados à área de saúde e a exposição de medicamentos ao alcance dos consumidores. Por decisão expedida no dia 19 pelo Tribunal Regional Federal da 1ª região, em Brasília, voltou a ser permitida a disposição em gôndolas de remédios que não precisam de receita médica (caso dos antigripais, analgésicos e antitérmicos),

além da comercialização de produtos de conveniência, como refrigerantes, doces, chocolates, refrigerantes, sorvetes.

Também continuarão sendo executados normalmente os serviços de perfuração de orelha (lóbulo auricular) para colocação de brincos, a administração de medicamentos injetáveis e inalatórios e o controle da pressão arterial.

### MAIS INFORMAÇÕES

Agência Nacional de Vigilância Sanitária  
0800-642 9782  
[www.anvisa.gov.br](http://www.anvisa.gov.br)



Com a medida judicial, volta a ser permitida a disposição de produtos em gôndolas e sobre balcões

## Internet

As vendas pela internet terão normas definidas. Para oferecer medicamentos na web, as farmácias ou drogarias deverão existir fisicamente e estar abertas ao público. Elas também terão de usar endereços com a extensão [.com.br](http://.com.br) e manter o telefone do farmacêutico de plantão para atendimento ao usuário.

Em São José dos Campos existem 177 drogarias e 27 farmácias de manipulação. A fiscalização é feita pela vigilância sanitária da Prefeitura. Até o fechamento desta edição, o órgão ainda não tinha sido notificado oficialmente sobre a decisão do tribunal.

# Manteiga

não afeta coração, diz pesquisa da USP

Consumir manteiga ou margarina em quantidades moderadas não aumenta o risco de ter doenças cardiovasculares. É o que mostra uma pesquisa da Universidade de São Paulo (USP) feita com pessoas que tinham síndrome metabólica, doença que atinge 30% dos brasileiros e aumenta em cinco vezes a chance de sofrer derrames e ataques cardíacos.

O estudo, feito durante o doutorado da nutricionista Ana Carolina Gagliardi no Instituto do Coração (Incor), foi o primeiro no Brasil a estudar se manteiga ou margarina pioram o risco de doenças cardiovasculares. "No Brasil, mais de 50% da população tem o hábito de consumir manteiga ou margarina todos os dias", explica Ana Carolina.

No estudo, a nutricionista solicitou que 66 voluntários deixassem de consumir as manteigas ou margarinas que estavam acostumados. Em seguida, os dividiu em quatro grupos e pediu que consumissem diariamente as quantidades recomendadas por ela. Um dos grupos passou a consumir 15 gramas de manteiga por dia. Um segundo grupo consumiu 18 gramas de margarina com gorduras trans. Outro grupo de voluntários, 36 gramas de margarina sem gorduras trans. E outro, 30 gramas de margarina com fitoesterol, substância que reduz a quan-

tidade de colesterol ruim do sangue. Cada uma dessas quantidades de manteiga ou margarina traz 12 gramas de gordura. Para efeito de comparação, uma colher de sopa de margarina cheia pesa 15 gramas.

Durante a pesquisa, nenhum dos voluntários mudou a dieta. Eles relataram ingerir poucas calorias (1.500 por dia), com mais gordura saturada e menos fibra que o recomendado.

## Poucas variações

Depois de 35 dias, a quantidade de proteínas que indica o risco de infarto permaneceu igual no sangue dos voluntários. O tempo para a mudança de dieta influenciar na quantidade dessas moléculas é de 28 dias. O colesterol ruim, chamado de LDL, também não aumentou no sangue. Somente a margarina com fitoesterol ajudou a reduzir os níveis de colesterol ruim do sangue. O peso também não variou durante esse período.

A pesquisadora explica que, desde que não exagere, a pessoa pode consumir manteiga ou margarina sem culpa. "As gorduras são calóricas, mas se a pessoa diminuir um pouco a quantidade de fritura, por exemplo, pode comer, até mesmo quem deseja perder peso".



## A Receita é Sua

### MACARRÃO DE VERÃO

Fonte: [www.tudogostoso.com.br](http://www.tudogostoso.com.br)

**Ingredientes:** 300 gramas de espaguete fininho ou normal, 1 colher (sopa) de margarina light sem sal, 1 dente de alho picado miúdo, 1 cebola média picada, 2 abobrinhas pequenas picadas, 7 azeitonas picadas, 1 cenoura pequena ralada, 600g de carne de sobrecoxa de frango cortada em cubinhos, 2 cubos de caldo de frango (de preferência o sabor com azeite de oliva), 1 cubo de caldo de tomate ou mais 1 cubo de caldo de frango e 1 colher (sopa) de colorau, 7 tomates médios picados (se preferir, tire a pele), pimenta-do-reino e louro em pó a gosto, 1 colher (chá) de orégano, 250ml de água.

**Modo de fazer:** Cozinhe o espaguete e abobrinha *al dente* (esta de preferência no vapor). Reserve. Na panela, coloque a margarina. Deixe derreter e acrescente a cebola. Deixe dourar e coloque o alho. Acrescente o frango e os cubinhos do caldo. Mexa e deixe dourar. Coloque os tomates, a pimenta-do-reino, o louro e a cenoura ralada. Cozinhe em torno de 10 minutos. Acrescente a água e o orégano. Deixe ferver em fogo médio até encorpar. Coloque a abobrinha, as azeitonas e em seguida o macarrão. Mexa bem e tampe a panela. Cozinhe por 1 minuto e sirva.

Que tal publicar sua receita no Jornal do Consumidor? Envie para [agendajc@sjc.sp.gov.br](mailto:agendajc@sjc.sp.gov.br)

# Inscrições para Festidança já estão abertas



Esta será a 21ª edição do evento que acontecerá na primeira quinzena de junho

Já estão abertas as inscrições para o Festidança 2010, que neste ano chega a sua 21ª edição. O evento é promovido pela Fundação Cultural Cassiano Ricardo (FCCR) de 2 a 13 de junho. As inscrições para o evento ocorrerão em duas datas. Nas categorias Mostra Competitiva e Mostra Nacional de Dança, que exigem seleção, as inscrições vão até o dia 22 de março. Para a Batalha de Danças Urbanas e Mostra Joseense de Dança, que não exigem seleção, as inscrições vão até o dia 28 de março.

**MODALIDADES** – O festival será realizado nas modalidades ballet clássico de repertório, ballet clássico de criação, dança contemporânea, jazz, dança de rua, dança de salão, sapateado, danças folclóricas e étnicas e estilo livre, além de palestras, debates e outras atividades.



## INSCRIÇÕES

Os interessados devem se inscrever na secretaria geral da Fccr, de segunda à sexta-feira, das 8h30 às 16h30. As inscrições também podem ser realizadas pelo Correio, sendo que só serão aceitos os trabalhos postados até a data final do período das inscrições.

**SELEÇÃO** – O resultado da seleção será divulgado no dia 31 de março, no site da Fundação. Os selecionados devem enviar até o dia 9 de abril, declaração de confirmação, indicando a coreografia selecionada e o gênero para o email festidanca@fccr.org.br. Todos os grupos inscritos poderão ser convidados pela Fccr para realizarem apresentações na Mostra Paralela de Dança, que ocorre juntamente com as demais apresentações do Festidança 2010.

## Sinfônica vai se apresentar em bairros da cidade

A Orquestra Sinfônica de São José dos Campos, da Fundação Cultural Cassiano Ricardo, vai dar início a uma programação de apresentação em bairros da cidade. O objetivo da iniciativa é descentralizar cada vez mais as ações culturais da Fundação. A primeira

apresentação está prevista para o dia 7 de março e outras sete devem ocorrer ao longo do primeiro semestre. A proposta é levar a música erudita para perto do público e com isso formar platéias.

A programação será divulgada nos próximos dias por meio do site (abaixo).

## Inscrições para concursos de desenho, fotografia e redação

Já está disponível no site da Fundação Cultural Cassiano Ricardo (abaixo) os editais para os concursos do Programa de Educação Patrimonial (PEP), nas modalidades de redação, desenho e fotografia. Além de focar temas ligados ao patrimônio material, como bens edificados e afins, este ano os concursos vão abordar também o patrimônio imaterial, que constitui de brincadeiras de ruas, esporte na cultura popular e costumes das populações que vi-

vem às margens do Rio Paraíba, que são os piraquaras. Os vencedores receberão prêmios em dinheiro e eletroeletrônicos.



## INSCRIÇÕES

**Redação** – 19/04 a 21/05  
**Fotográfico** – 17/05 a 18/06  
**Desenho** – 16/08 a 17/09

### MAIS INFORMAÇÕES

Fundação Cultural Cassiano Ricardo – Avenida Olivo Gomes, 100, Santana/Parque da Cidade Tel. 3924-7300 ou [www.fccr.org.br](http://www.fccr.org.br)



**EXPOSIÇÃO: 'Com argila, com arte e com amor', da artista plástica Inês Weiss** – A partir do dia 2 (terça), das 9h às 17h (terça a sexta), das 9h às 12h (sábado). Gratuito. Travessa Chico Luiz, 67, Centro (Museu de Arte Sacra de SJC). Tel.: 3921-7226.

**EXPOSIÇÃO: 'História fotográfica da MPB dos anos 70', de Conceição Almeida** – Até dia 7 (domingo), das 16h às 20h (de quinta a domingo). Entrada franca. Largo São Sebastião, 105, São Francisco Xavier. Tel.: 3926-1406.

**EXPOSIÇÃO: 'Simbiose', do artista plástico e ilustrador Sérgio Silva** – Até 13 (sábado), das 9h às 18h (segunda a sexta) e das 9h às 13h (sábado). Entrada franca. Praça Padre João, 34, Centro (Espaço das Artes Helena Caill). Tel.: 3921-7206.

**EXPOSIÇÃO: 'Cinemas, teatros, circo e espaço de diversão em SJC'** – Filmes, textos, fotografias – Até 31/5, das 8h às 17h (segunda a sexta) e

das 9h às 13h (sábado). Entrada franca. Praça Afonso Pena, 29, Centro (Espaço Mário Covas). Tel.: 3921-7587.

**FEIRA: Doação de cães e gatos** – Dia 6 (todo primeiro sábado do mês), das 9h às 17h. Rua das Peônias, 222, Jd. Motorama. Para participar ligue: 3929-1627 (CAV – Clube do Amigo Vira Lata).

**FEIRA DE ARTESANATO PERMANENTE:** Praça Afonso Pena, Centro – aos sábados das 9h às 14h. Praça Sinésio Martins, Jardim Esplanada – aos sábados, das 9h às 14h (apenas produtos hortifrutigranjeiros orgânicos). Praça Ulisses Guimarães, Jardim Aquário (em frente à Etec) – aos domingos, das 9h às 14h. Praça Papa Paulo VI, Vila Industrial – aos domingos, das 9h às 16h.

**LAZER/PASSEIO: Parque Vicentina Aranha – Pista de caminhada, padaria, patrimônio histórico** – Diariamente, das 6h às 20h. Entrada franca. Rua Prudente Meireles de Moraes, 302, Vila Adyanna. Tel.: 3923-7131. **Parque Santos Dumont – Pista de caminhada, brinquedos infantis, quiosques, lago e outros** – Diariamente, das 7h às 22h. Entrada franca. Rua Prudente Meireles de Moraes, 1000, Vila Adyanna. Tel.:

3921-7066 (portaria) / 3921-8667 (Adm). **Parque da Cidade Roberto Bule Marx – Pista de caminhada, lago, flora nativa, Museu do Folclore, Casa Olivo Gomes e outros** – Diariamente, das 5h30 às 19h30 (período de verão). Entrada franca. Avenida Olivo Gomes, 100, Santana. Tel.: 3921-9382.

**TEATRO INFANTIL: Grandes pequeninos (musical)** – Sábado e domingo, às 16h, até dia 14/3. Classificação livre. Ingressos no local. Avenida São João, 2.200 (Teatro Shopping Colinas). Tel.: 3924-4200.

**VÍDEO: 'Festival do Minuto'** – De 9 a 14, c/ exibição de 40 melhores vídeos-minuto. Gratuito. Dia 9 (terça), às 10h30, Espaço Cultural Johann Gutlich, Rua Eliseo Galdino Sobrinho, Jd. Morumbi e às 18h, Espaço Cultural Clemente Gomes, Avenida Olivo Gomes, 100, Santana (Parque da Cidade). Programação completa no site [www.fccr.org.br](http://www.fccr.org.br). Tel.: 3924-7300.



**DIVERSOS: Sabonetes** – Dia 3 (quarta), às 14h e dia 6 (sábado), às 9h30. Rua Floriano Peixoto, 175, Centro. Tel.: 3913-6848 / 3206-7741.

**ESCOLA DA FAMÍLIA: Artesanato, Alfabetização, Inglês básico, informática, auto cad, violão, recreação e outros** – Finais de semana. Gratuito. Avenida Olivo Gomes, 329, Santana (EE Dr. Rui Rodrigues Dória). Tel.: 3921-5766 / 9766-9403.

**ESCOLA DA FAMÍLIA: Artesanato, Dança (samba), Etiqueta, Jardinagem, Padaria, Tapeçaria, Unhas artísticas e outros** – Finais de semana. Inscrições abertas. Gratuito. Rua Maramduba, s/nº, Jd. Satélite (EE Joaquim Andrade Meirelles). Tel.: 3021-6082, c/ Mária.

**JORNADA CIENTÍFICA: 'Cuidados Palativos em Oncopediatria'** – Dia 6 (sábado), a partir das 9h30. Inscrições antecipadas. Avenida Possidônio José de Freitas, 1.200, Urbanova (GACC). Tel.: 3949-6024.

**MERCADO DE TRABALHO: Prático de Oratória em 1 dia** – Dia 6 (sábado), das 8h às 18h. Avenida Nelson D'Ávila, 1.234, São Dimas (Hotel Modena). Inscrições: 9761-2104.

**MERCADO DE TRABALHO: Mat Pilates** – Dias 26 a 28. Inscrições até dia 19. Para profissionais da área de saúde, educação física e dança. Rua Santa Elza, 124, Vila Adyanna. Tel.: 3942-5772.

**OFICINA: Arteterapêutica de Tecelagem** – Inscrições abertas, às terças e quintas, das 9h às 18h. Rua Benedito da Silva Ramos, 420, Jd. Esplanada. Tel.: 3942-7559.