



*Cultura de Paz
nas Escolas*

Cidadania ativa na comunidade escolar



Você tem direitos! E eles são prioridade

Você sabia que, segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), todo jovem tem direitos garantidos por lei? Saúde, educação, lazer, cultura, esporte, proteção e muito mais — tudo isso é seu por direito.

O ECA diz que crianças e adolescentes têm prioridade absoluta. Isso quer dizer que o governo, a família e toda a sociedade devem cuidar para que você tenha acesso a serviços públicos de qualidade, segurança e oportunidades para crescer com dignidade.

Esta cartilha foi feita para mostrar os serviços gratuitos que você pode usar na sua região para se divertir, aprender, cuidar da saúde e conviver com outras pessoas.

SAÚDE

No Brasil, todo mundo tem direito à saúde — e o SUS (Sistema Único de Saúde) existe pra garantir isso e de forma gratuita. Ele não é só atendimento médico: o SUS cuida da sua saúde em várias fases da vida, com vacinas, exames, prevenção, tratamento e até apoio psicológico.

O SUS tem uma rede de serviços que funcionam juntos para te atender:

UBS (Unidade Básica de Saúde)

A UBS é o posto de saúde do bairro, onde você faz consultas, vacina, pega remédio, recebe orientação e é encaminhado para atendimento especializado de saúde, se for necessário.



Cada pessoa tem uma UBS de referência, perto de casa, e há 15 UBSs no território de Parelheiros. Se precisar do atendimento da UBS, procure a UBS mais próxima de onde você mora, levando seu documento de identidade e cartão SUS. Geralmente as UBSs funcionam das 7h às 18h, mas algumas funcionam até 19h.

Caso ainda não tenha um Cartão SUS, a forma mais fácil de fazer um é pelo aplicativo ou site do Meu SUS Digital usando o CPF e a sua senha do Gov.br. Se preferir, na própria UBS é possível fazer o seu cartão. É só você levar seu RG, comprovante de endereço e, se possível, o número do PIS/PASEP. É tudo gratuito.

UPA (Unidade de Pronto Atendimento)

Se precisar de atendimento médico urgente (se tiver febre alta, cortes ou dores fortes, por exemplo), é melhor você ir à UPA, responsável por esse tipo de atendimento.

As UPAs funcionam 24h e você só precisa ir até a UPA mais próxima com seu documento de identidade e Cartão SUS para ter atendimento.

UPA PARELHEIROS

Endereço: Estr. Ecoturística de Parelheiros, 5252 - Jardim Casa Grande, São Paulo - SP - Telefone: (11) 5193-1870

Hospitais públicos

A rede pública de saúde também conta com Hospitais que funcionam 24h se você precisar de internações, cirurgias e tratamentos mais complexos. Alguns hospitais também têm atendimento de Pronto Socorro, para atendimentos de urgência.

Hospital Municipal de Parelheiros “Josnias Castanha Braga”

Endereço: Rua Euzébio Coghi, 841 - Jardim Roschel - São Paulo - SP - Telefone: (11) 4673-9660

CAPS

A rede de saúde também conta com diversos outros serviços para atendimentos, como ambulatórios e Centros de Atenção Psicossocial (CAPS).

O CAPS é um serviço voltado para o cuidado da sua saúde mental. Existe um CAPS voltado especialmente para crianças e adolescentes, o CAPS IJ, onde você pode receber apoio psicológico, fazer acompanhamento com profissionais e participar de atividades que ajudam no seu bem-estar.

Se você tiver interesse no atendimento do CAPS IJ, você pode ir diretamente ao serviço, que é “portas abertas”, e realiza acolhimentos e atendimentos durante todo o seu horário de funcionamento (segunda a sexta-feira, das 7h às 19h). Ou, se preferir, você pode conversar na sua escola ou na UBS que te atende e pedir encaminhamento ao CAPS IJ, para agendar um horário.

CAPS IJ II 'AQUARELA' PARELHEIROS

Endereço: Rua Alessandro Buri, 15, Parelheiros

Telefones: (11) 5921-9301 / (11) 5926-2978

ASSISTÊNCIA SOCIAL

A assistência social é uma política pública que existe para garantir seus direitos quando você ou sua família estão passando por dificuldades. Ela não é caridade, é um direito seu, como jovem, de ter apoio para viver com dignidade.

Essa política oferece serviços e espaços que ajudam em várias situações: falta de renda, problemas familiares, violação de direitos, apoio para estudar, trabalhar ou conviver melhor com outras pessoas.



Um dos principais lugares onde esse apoio começa é o **CRAS (Centro de Referência de Assistência Social)**, que atende famílias do território e ajuda a acessar outros serviços.

Centro de Referência de Assistência Social (CRAS)

O CRAS existe para garantir seus direitos e fortalecer os laços com sua família e com o bairro. Ele também ajuda quem precisa de orientação sobre programas sociais, espaços de convivência ou outros serviços para jovens.

No CRAS você também pode fazer seu Cadastro Único (o CadÚnico) para ter acesso a diversos programas sociais voltados a você e sua família, como o Bolsa Família, Auxílio Gás, Tarifa Social de Energia Elétrica, Minha Casa Minha Vida, entre outros.

Para ser atendido, basta ir ao CRAS mais próximo de sua casa com documento de identidade.

CRAS PARELHEIROS

Endereço: R. Pedro Klein do Nascimento, 100 - Parelheiros.
Telefones: (11) 5920-4162 / 5920-4163 - Horário de funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h.

CRAS MARSILAC

Endereço: R. Henrique Silva, 68 - Emburá
Telefones: 5975-2816 / 5975-2757 - Horário de funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h.

CRAS GRAJAÚ

Endereço: R. Ezequiel Lopes Cardoso, 333 - Parque Grajau
Telefones: 5924-3015 / 5924-5718 - Horário de funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h.

No CRAS também poderão te orientar sobre lugares que ofereçam atividades profissionalizantes, esportivas, de lazer, convivência, ou que mais você tiver interesse, de acordo com a sua faixa etária.

No território de Parelheiros há diversos serviços que podem te interessar, como o CCA, o CJ, CCINTER, e CEDESP. Você pode pedir o encaminhamento a esses serviços no seu CRAS de referência, mas também pode procurá-los diretamente para se orientar sobre as atividades oferecidas e vagas disponíveis.

Centro para Crianças e Adolescentes (CCA)

O que é: O CCA é um espaço gratuito da Prefeitura voltado para crianças e adolescentes de 6 a 14 anos. Lá você pode participar de atividades como esportes, oficinas de arte, apoio escolar, passeios e rodas de conversa. É um lugar seguro para aprender, se divertir e fazer amigos.

Como acessar: Para se inscrever, sua família pode procurar o CRAS mais próximo e pedir o encaminhamento. Também pode ir diretamente ao CCA para solicitar uma vaga, levando seu documento de identidade e o Número de Identificação Social (NIS – o mesmo usado para benefícios da Assistência Social).

O atendimento é feito em dois turnos, de segunda a sexta-feira, e as vagas são voltadas especialmente para quem está em situação de vulnerabilidade.

Há diversos CCAs na região de Parelheiros. Você pode se informar diretamente no CCA sobre a inscrição, mas o CRAS de referência poderá orientar sobre o acesso e pedir o encaminhamento. Todos funcionam de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h.

Centro para Juventude (CJ)

O que é: Assim como o CCA, o CJ é um espaço gratuito da Prefeitura, mas é voltado para adolescentes e jovens de 15 a 17 anos. É um lugar onde você pode participar de oficinas culturais, esportivas e de qualificação profissional, além de rodas de conversa sobre temas importantes da juventude. O CJ oferece um ambiente aco-

lhedor para fortalecer sua autonomia, sua convivência e construção de projetos de vida, com oficinas de empregabilidade, entre outras atividades.

Como acessar: Para participar, também é preciso procurar o CRAS mais próximo e solicitar o encaminhamento. As vagas são destinadas prioritariamente a jovens em situação de vulnerabilidade social.

CJ CONOSCO Vargem Grande

Endereço: R. Alamanda, 28 - Vargem Grande - Parelheiros

Telefone: (11) 5926-4277

E-mail: cjvargemgrande@outlook.com

CJ CONOSCO Herplin

Endereço: R. Carlos Augusto Barroso, 184 - Jd Herplin -

Parelheiros - Telefone: (11) 5921-1518

E-mail: cjjdherplin@outlook.com

Centro para a Criança, Adolescente e Juventude – Intergeracional (CCINTER)

O que é: O CCINTER é um espaço gratuito da Prefeitura que reúne atividades para diferentes faixas etárias - crianças, jovens, adultos e idosos- com o objetivo de promover a troca de experiências e o fortalecimento de vínculos sociais. Por meio de atividades como arte, esporte, culinária e outras oficinas, os CCInters buscam criar um ambiente harmonioso, que valoriza a diversidade e atende às necessidades de cada faixa etária.

Como acessar: Para participar, a família deve procurar o CRAS mais próximo e solicitar o encaminhamento.

CCINTER WALDIR SANTANA (com piscina)

Endereço: Rua Tito Pedro Mascalani, 34 - Parelheiros

Horário de funcionamento: segunda a sexta-feira, das 8h às 17h

CCINTER ARIANO SUASSUNA

Endereço: Av. Doutora Nise Da Silveira, 2200 - Marsilac

Telefone: (11) 59759800

E-mail: ccinter.arianosuassuna@probrasil.org

Horário de funcionamento: segunda a sexta-feira, das 8h às 17h

Centro de Desenvolvimento Social e Produtivo para Adolescentes, Jovens e Adultos (CEDESP)

O que é: O CEDESP é um serviço que oferece proteção social e atividades de capacitação profissional para adolescentes a partir de 15 anos de idade, jovens e adultos em situação de vulnerabilidade social. O serviço oferece cursos profissionalizantes gratuitos, atividades de convívio, e preparação para o mundo do trabalho. São diversos os cursos gratuitos oferecidos: Operador de Micro-computador, Montagem e Manutenção de Micros, Implantação de Redes Locais, Auxiliar Administrativo, Assistente de Recursos Humanos, Panificação, Confeitaria, Desenhista de Páginas Web, Mecânico Auxiliar Automotivo, Auto Cad 2D, Design e Ilustração, Instalações Elétricas Residenciais, Dança, Música, Educação Ambiental e também atividades comuns a todos os usuários: Esporte, Mundo do Trabalho, Formações e Palestras Periódicas.



Foto: "CEDESP Anna Lapini"

Como acessar: Nos sites e redes sociais dos CEDESP você encontra informações sobre cada curso oferecido e como se inscrever. Há muitas atividades que podem te interessar!

CEDESP ANNA LAPINI

Endereço: R. Frei Eustáquio, 250 - Jardim Silveira

Telefone: (11) 5921-6943 / (11) 99962-1869 (WhatsApp)

Instagram: @cedespannalapini - Site: <https://www.ccja.org.br/assistencia-social/cedesp-anna-lapini/>

CEDESP IRMÃ YVONE VENDITTI

Endereço: Rua Henrique Hessel, 300 – Parelheiros (próximo ao Rodanel) - Telefones: (11) 5920-8492 ramal 104 ou pelo WhatsApp:

(11) 5920-8492. - Instagram: @vivendadacrianca

Site: <https://www.vivendadacrianca.com.br/cedesp/>

CULTURA, ESPORTE E LAZER

A cultura, o esporte e o lazer também são direitos seus, garantidos pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA).

Isso significa que todo jovem tem o direito de se divertir, se expressar, criar, praticar esportes e participar da vida cultural da sua comunidade.



Foto: “CEDESP Anna Lapini”

É muito importante ter espaços que te ajudam no desenvolvimento da sua criatividade, na convivência com outras pessoas e na construção de uma vida saudável e equilibrada.

Em Parelheiros, existem vários lugares onde você pode participar de atividades gratuitas, como oficinas de arte, teatro, música, esportes, passeios, eventos e projetos ambientais. São oportunidades para descobrir talentos, aprender coisas novas e fortalecer sua voz no território. Aproveite!

Casa de Cultura Municipal Parelheiros

O que é: A Casa de Cultura é um espaço cultural que oferece oficinas de teatro, dança, música, exposições e eventos comunitários.

Como acessar: Compareça ao local ou acompanhe a programação pelo site da Prefeitura de São Paulo. A maioria das atividades é gratuita e aberta ao público.



Foto: Casa de Cultura de Parelheiros

Endereço: R. Nazle Mauad Lutfi, 169- Parque Tamari
Tel: (11) 5921-1347 - Horário de Funcionamento: Terça a domingo, das 09:00 às 21:00

Escola Municipal de Iniciação Artística (EMIA) – Unidade Parelheiros

O que é: A EMIA é uma escola pública e gratuita que oferece iniciação artística para crianças e adolescentes. As atividades envolvem dança, música, teatro e artes visuais.

Como acessar: Para participar, é preciso fazer inscrição no final do ano e aguardar o sorteio público. A escola também oferece oficinas abertas à comunidade. Fique de olho nas redes sociais da EMIA para saber das novidades e datas de inscrição.

Endereço: R. Nazle Mauad Lutfi, 169 – Parque Tamari
Telefone: (11) 97614-3066 - Horário de Funcionamento: Segunda a sexta-feira, das 8h às 18h e sábado, das 8h às 13h

Parelheiros Saudável Territórios Abraçados/ CPCD

O que é: Projeto educacional que promove atividades de saúde, alimentação, meio ambiente, cultura e cidadania com foco em jovens e famílias. Em 2025 o projeto realizou diversas atividades para jovens, como os ciclos de comunicação (com aulas de fotografia, roteiro e projeto audiovisual), oficinas de escrita, de pintura com terra, etc.

Como acessar: A participação no projeto é gratuita mediante inscrição nas atividades do local. No Instagram do projeto você pode conferir se alguma atividade te interessa!

Endereço: R. das Figueiras, 27 – Vargem Grande/Parelheiros
Instagram: @parelheirossaudavel

Polo de Ecoturismo de São Paulo

Você sabia que Parelheiros é uma das regiões mais verdes de São Paulo? Aqui estão nascentes, trilhas, áreas de preservação ambiental e comunidades cheias de histórias e saberes tradicionais.



Foto: “SelvaSP Ecoturismo”



Foto: "SelvaSP Ecoturismo"

O Polo de Ecoturismo de São Paulo, que fica bem aqui na região, foi criado pra valorizar tudo isso: a natureza, as pessoas e os modos de vida locais.

O que é: Espaço voltado ao turismo ecológico, com trilhas, oficinas, feiras, eventos culturais, vivências com a natureza e muito mais.

Como acessar: Aberto ao público, ideal para passeios em grupo e participação em eventos gratuitos. Você pode se informar mais sobre as atividades no site do Polo de Ecoturismo.

Endereço: Praça Júlio César de Campos – Parelheiros

Site: <https://polodeecoturismosp.com/>



Foto: "SelvaSP Ecoturismo"

Foto: "Parque Natural Municipal Itaim"

Centro Educacional Unificado - CEU Parelheiros

O que é: O CEU Parelheiros é um espaço público que reúne escola, biblioteca, teatro, quadras esportivas, piscina e áreas de lazer. Lá acontecem atividades culturais, esportivas e educativas gratuitas para todas as idades, incluindo oficinas, shows, filmes e campeonatos. É um lugar para aprender, se divertir e conviver com outras pessoas do bairro.

Como acessar: Muitas atividades são abertas ao público e não precisam de inscrição. Para participar de cursos ou oficinas, é só acompanhar a programação no local, no site ou nas redes sociais do CEU. Tudo é gratuito e feito para você aproveitar.



Foto: "Planetário do CEU Parelheiros"

Endereço: Estrada Ecoturística de Parelheiros, 5252 – Parelheiros, São Paulo/SP

Sesc Interlagos

Além dos serviços municipais e projetos gratuitos, próximo a sua região de moradia, há o SESC Interlagos. Mesmo não sendo um serviço público, o SESC oferece muitas atividades gratuitas ou com preços bem acessíveis. Lá você pode participar de oficinas, shows, espetáculos, práticas esportivas, exposições e eventos

abertos ao público. O espaço tem uma grande área verde, quadras, piscinas e trilhas — um ótimo lugar para se divertir, aprender e conviver com outras pessoas. Fique de olho na programação do Sesc, porque sempre tem novidade e muita coisa boa acontecendo por lá!

Como acessar: Algumas atividades exigem agendamento ou credencial do Sesc, mas muitas são abertas ao público. Verifique a programação no site ou presencialmente.

Se você ou seus pais trabalham com carteira assinada no comércio, serviços ou turismo, podem fazer a credencial plena do Sesc. Ela garante acesso a atividades gratuitas ou com desconto, como esportes, shows, cursos, alimentação e uso da piscina.

Para fazer a carteirinha, é só acessar o site do Sesc São Paulo ou ir até a unidade mais próxima com documento com foto, CPF e carteira de trabalho (ou comprovante de vínculo no comércio). Depois de cadastrada, a credencial também pode ser usada pelos dependentes, como filhos e filhas.



Foto: SESC Interlagos

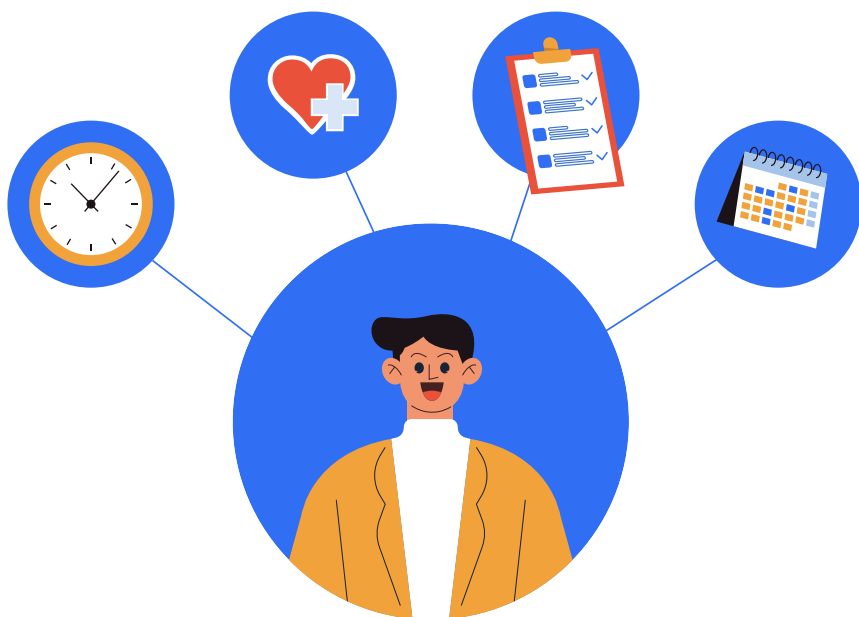
Endereço: R. Antônio Alfredo Campos, 531 – Jardim Guanembu
Horário de funcionamento: Quarta a domingo e feriados, das 9h às 17h - Site: www.sescsp.org.br/unidades/interlagos/

PROGRAMAS E BENEFÍCIOS - OUTRAS FORMAS DE GARANTIR SEUS DIREITOS

Além dos espaços e serviços públicos que você pode frequentar, também existem programas e benefícios criados pelo governo para apoiar os jovens e suas famílias.

Eles ajudam a garantir que você tenha condições de seguir estudando, se deslocar pela cidade, cuidar da saúde e construir seu futuro com mais autonomia.

Aqui você vai conhecer alguns deles, que mostram que seus direitos vão muito além dos serviços públicos: estão também nas oportunidades e no reconhecimento do seu esforço.



PROGRAMA PÉ DE MEIA

Sabia que o governo pode te pagar R\$1.000 por ano se você seguir firme nos estudos!?



A poupança do ensino médio

O Governo Federal tem um programa chamado “Pé de Meia”, que funciona como uma poupança para estudantes do ensino médio da rede pública. A ideia é te incentivar a estudar e ainda ter mais tranquilidade quando se formar.

Quanto você pode receber?

- R\$ 200 por mês: se estiver matriculado e frequentando as aulas direitinho
- R\$ 1.000 por ano: ao concluir cada série do ensino médio
- R\$ 200 extras: se fizer o Enem no 3º ano

Quem tem direito?

- Estudantes do ensino médio da rede pública (que tenham frequência escolar e aprovação nas séries)
- Famílias cadastradas no CadÚnico (Cadastro Único para programas sociais, que você pode fazer no CRAS)

No site do Gov.BR você pode acompanhar sua frequência escolar, saber se foi contemplado no programa e quando vai receber os valores que você tem direito!

BILHETE ÚNICO DE ESTUDANTE

Sabia que você pode pegar ônibus municipal sem pagar nada? Todos os alunos da Rede Pública de ensino que estão no Ensino Fundamental, Médio, Técnico ou Profissionalizante têm direito à gratuidade no transporte público, na cidade de São Paulo.

Passo a passo para conseguir o benefício:

- Vá à secretaria da sua escola e informe que quer usar o Bilhete Único como estudante neste ano. Assim eles enviam seus dados pra SPTrans.
- Acesse o site estudante.sptrans.com.br e acompanhe a confirmação da sua matrícula.
- Depois que a matrícula for confirmada, faça seu cadastro ou pague a taxa de revalidação. Essa taxa tem o valor de 7 passagens e você pode pagar por pix, cartão ou boleto, tanto pelo site quanto nas máquinas dos terminais de ônibus e estações de metrô.

Já tem o cartão de anos anteriores?

Se ele estiver em bom estado (sem trincas, com foto e número legíveis), você pode continuar usando.

Se estiver danificado, peça um novo cartão. O antigo será cancelado e o novo chega em até 15 dias.

O saldo do cartão antigo será transferido para o novo em até 72h após o desbloqueio. É só encostar o novo cartão numa máquina de recarga.

O bilhete será enviado pra sua casa ou pro endereço escolhido no cadastro que pode ser o da sua escola.



PROGRAMA JOVEM APRENDIZ

O Jovem Aprendiz é um programa que ajuda adolescentes e jovens a darem os primeiros passos no mundo do trabalho, com formação profissional e experiência em empresas, sempre com contrato, salário e todos os direitos garantidos por lei. A ideia é que você aprenda uma profissão sem deixar de estudar — por isso, a carga horária é reduzida, variando de 4 a 6 horas por dia, justamente para que o estudo continue sendo prioridade.

Quem pode participar:

Jovens entre 14 e 24 anos, que estão estudando ou já concluíram o ensino médio, com prioridade para quem está em situação de vulnerabilidade social.

Como acessar:

Você pode procurar organizações que oferecem cursos de aprendizagem, como o CEDESP, o Centro para Juventude (CJ), ou instituições como Senac, Senai, CIEE, Espro e Instituto Coca-Cola, que fazem parcerias com empresas.

Também é possível buscar vagas no site gov.br/trabalho ou nas plataformas de emprego.

