

The background features a series of overlapping, pointed geometric shapes in shades of blue and red at the top. Below this, a photograph of several hands of different skin tones is shown, some with fingers spread, set against a blue background. The hands appear to be part of a group or performance.

# Outubro 2023

**Sesc Sorocaba**

**Guia de Programação**

**Sesc**



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Legendas de Acessibilidade



## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L	AL	Livre	14	A14	14 anos
10	A10	10 anos	16	A16	16 anos
12	A12	12 anos	18	A18	18 anos

## Funcionamento

Terça a sexta, 9h às 22h. Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h. Unidade aberta dia 7 (feriado).



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Sorocaba. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

## Preços

- **Credencial Plena:** Trabalhador do comércio de bens, serviços e turismo credenciado no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Aposentado, pessoa com mais de 60 anos, pessoa com deficiência, estudante e servidor de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

Foto da capa: José de Holanda

05	<b>Música</b>
08	<b>Teatro</b>
09	<b>Dança</b>
10	<b>Circo</b>
10	<b>Cinema</b>
12	<b>Literatura</b>
14	<b>Artes Visuais</b>
15	<b>Tecnologias e Artes</b>
18	<b>Ações para a Cidadania</b>
20	<b>Alimentação</b>
20	<b>Meio Ambiente</b>
23	<b>Saúde</b>
23	<b>Esporte e Atividade Física</b>
29	<b>Crianças</b>
37	<b>Pessoas Idosas</b>
37	<b>Turismo Social</b>
38	<b>Agenda de Destaques</b>

## Editorial

Você sabia que, segundo a UNESCO, em 1º de outubro é celebrado o Dia Internacional da Música, em muitos países, promovendo a importância da música na cultura e na vida das pessoas? Neste mês, venha experimentar a efervescência cultural dos botequins, ambientes em que boas ideias, inspirações e música se entrelaçam e se confundem, no projeto "Nos bares da vida", além de curtir o show com o Quinteto Ubuntu, um grupo formado por musicistas negros com a proposta de dar visibilidade e protagonismo à obra de compositores e compositoras pretas no cenário da música de concerto. E no projeto Cio da Terra, o WRY apresenta o mais novo álbum da banda, "Aurora", que tem chamado a atenção de diversos setores da imprensa e da crítica musical.

E como em outubro também celebramos o Dia das Crianças, preparamos uma programação muito especial para os pequenos. Teremos mais uma edição da "Feira de Troca de Brinquedos", em que as crianças podem trocar ou doar os brinquedos que não utilizam mais, fazendo a alegria de outra criança. Afinal, trocar pode ser bem mais divertido do que comprar!



E o grupo Tiquequê apresenta o seu sexto espetáculo, "Todo Dia", uma experiência musical transformada em linguagem cênica. As canções deste show são marcadas pela celebração das pequenas alegrias e percalços do cotidiano. De "Acorda, tem comida boa" a "Bichos Nojentos," não faltarão motivos para sorrir. Venha se encantar com as histórias do dia a dia em forma de música.

Este mês te convidamos a refletir sobre o universo da alimentação. O "Experimental! Comida, saúde e cultura" busca promover a alimentação adequada e saudável e ampliar a autonomia em torno das escolhas alimentares.

E a tradicional Copa Sesc, que teve início em 1949, está de volta! Esta competição esportiva envolve trabalhadores de empresas do comércio de bens, serviços e turismo, bem como seus dependentes. Junte-se à emoção dos jogos e celebre a prática esportiva conosco.

Além dessas dicas, tem muito mais aqui no Guia de Programação. Esperamos por você aqui no Sesc.





## CIRCUITO SESC DE ARTES

De 21 de outubro a 26 de novembro de 2023 em 123 cidades. Artes visuais e tecnologias, cinema, circo, dança, literatura, música e teatro, em atividades gratuitas na sua cidade!

### **Itapeva**

Praça Anchieta

21 de outubro, 15h às 19h

### **Itararé**

Praça Francisco Alves Negrão

22 de outubro, 15h às 19h

### **Itapetininga**

Ginásio Ayrton Senna da Silva

4 de novembro, 15h às 19h

### **Araçoiaba da Serra**

Praça Cel. Almeida

5 de novembro, 15h às 19h

### **São Roque**

Praça da Matriz

25 de novembro, 15h às 19h

### **Itu**

Praça Padre Miguel

26 de novembro, 15h às 19h

Para programação completa, acesse:  
[sescsp.org.br/circuitosescdeartes](https://sescsp.org.br/circuitosescdeartes)

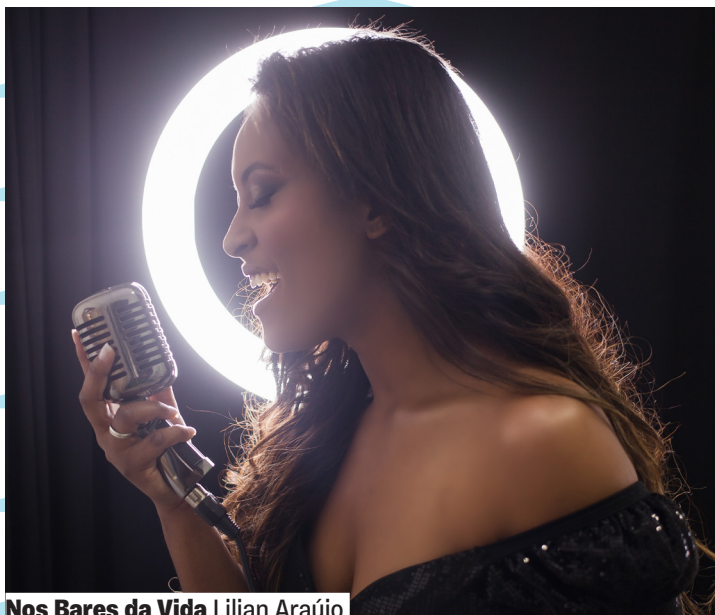


Foto: Marília Vaz

**Nos Bares da Vida** Lilian Araújo

## Música

### **NOS BARES DA VIDA**

Apresentações de artistas que atuam "na noite" da nossa região.

Show

#### **ERALDO BASSO E ITO CARVALHO**

Há 40 anos, Eraldo Basso e Ito Carvalho têm animado as noites paulistas com sua música pulsante, especialmente nos bares de Sorocaba e São Roque. Neste show, apresentarão o repertório autoral de Eraldo, juntamente com as canções que fazem sucesso nos bares onde a dupla se apresenta.

**Dia 1. Domingo,  
17h.**

Convivência.  
Grátis. **AL**

Show

#### **LILIAN ARAÚJO**

A cantora sorocabana está ativa no cenário musical desde 2015. Começou sua carreira em bandas de rock, apresentando-se em pubs na cidade e na região. Seu interesse pela música foi despertado graças à influência de seu irmão, o cantor Hugo Rafael, que também apresentou gêneros como soul, jazz, R&B e blues.

**Dia 8. Domingo,  
17h.**

Convivência.  
Grátis. **AL**



**Nos bares da vida** Gilson e Nicinha

Foto: Nathália Germano

Show

### **GILSON E NICINHA**

A influência de uma família musical despertou a paixão de Nicinha Carmona por cantar e pela arte de interpretar. Gilson Carmona, músico desde a década de 80, conheceu Nicinha e suas vozes se uniram nas interpretações da música popular brasileira. No repertório, canções de Milton Nascimento, 14 Bis, Sá & Guarabyra, Belchior, Elis Regina, Rita Lee, Secos e Molhados, Mutantes, entre outros.

**Dia 15. Domingo,**

**17h.**

Convivência.

Grátis. **AL**

Show

### **DAVI OLIVEIRA E FÁBIO SERRA**

Em 1999, Davi Oliveira fez uma residência de 2 anos no sul da França e gravou o seu primeiro disco, "A ideia do compositor", em 2013. Fábio Serra, músico desde 1997, dissemina a cultura brasileira, afro-brasileira e afro por meio da percussão. Ambos se encontram na noite sorocabana, onde vêm desenvolvendo diversos trabalhos juntos.

**Dia 22. Domingo,**

**17h.**

Convivência.

Grátis. **AL**

Show

### **LYS ARAÚJO**

A cantora cresceu num ambiente artístico, ouvindo Chico Buarque, Elis Regina, Beth Carvalho, Cartola, entre outros bambas do samba. Atualmente a cantora se apresenta em casa de shows e bares de Sorocaba e região cantando clássicos da MPB e do samba raiz.

**Dia 27. Sexta,**

**20h.**

Convivência.

Grátis. **A12**



## CIO DA TERRA

Série de shows dedicada ao lançamento de obras de artistas da região de Sorocaba.

Show

**WRY**

**Aurora**

Formada em Sorocaba, WRY é uma das principais bandas do indie brasileiro, com quase 30 anos de carreira, 8 discos e 2 EPs lançados. Este show apresenta o mais novo álbum da banda, "Aurora", que tem chamado a atenção de diversos setores da imprensa e da crítica musical.

**Dia 13. Sexta, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

A12

## CONCERTOS DA PRIMAVERA

Nomes de larga experiência e jovens talentos apresentam repertórios diversificados e instigantes.

Concerto

**QUINTETO UBUNTU**

Grupo formado por musicistas negros, com a proposta de dar visibilidade e protagonismo a obra de compositores e compositoras pretas no cenário da música de concerto. Com Iberê Carvalho (viola), Uiler Moreira (violino), Marcos Santos (violino), Jayaram Márcio (violoncelo) e Raquel Paixão (piano).

**Dia 20. Sexta, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

AL



Cio da Terra WRY



Teatro Escola de mulheres

Foto: Ronaldo Gutierrez

## TRILHAJAZZ

Projeto que apresenta artistas que partem do Jazz para criar obras que abrem diferentes portas para apreciação musical.

Show

### IRMANDADE ENSEMBLE

Apresentação em parceria com o festival Jazz à Vienne, reúne quatro jovens instrumentistas em ascensão. De um lado, a pianista Raphaële Atlan e a baterista Ananda Brandão, representantes da cena jazzística francesa com conhecimento da música caribenha. Do outro lado, a saxofonista Sintia Piccin e a baixista e cantora Ana Karina Sebastião, exploram o vasto repertório da música brasileira.

**Dia 29. Domingo, 19h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

AL

## Teatro

Espectáculo

### ESCOLA DE MULHERES

**Com Ariel Cannal, Brian Ross, Felipe Souza, Fulvio Filho, Gabriela Westphal, Leandro Tadeu, Luiz Luccas, Rogério Pércore e Vera Espuny**

O clássico de Molière discute, com ironia, leveza e elegância, o machismo na sociedade conservadora e patriarcal da época. Arnolfo repele a ideia de ser traído, e, para isso, educa uma jovem para que se torne a esposa ideal. Entretanto, com muita perspicácia, a jovem faz com que o plano não seja tão fácil assim. Duração: 90 min.

**Dia 14. Sábado, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

A12

Espectáculo

## DOIS DEDOS, PARÁGRAFO

Com Coletivo Cê

Em pleno século 21, diante de ocorrências chocantes e imersas na precariedade do sistema público brasileiro de educação, histórias reais de professoras do ensino infantil, fundamental e médio são levadas ao palco por cinco atrizes.

Entre desabafos emocionantes, surge algo em comum que torna possível acreditar na transformação pela educação: o afeto.

Duração: 60 min.

**Dia 28. Sábado, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

A12

## Dança

Encontro

### CANJA CRIATIVA

Com Coletivo O<sup>12</sup>

Reunindo diversas linguagens artísticas, os "artistas canjeiros" dividem a noite dando curtas "canjas" de suas obras. Reúnem-se cantores, músicos, bailarinos, atores, performers e poetas para um compartilhamento das mais diversas manifestações artísticas.

**Dia 6. Sexta, 19h.**

Convivência.

Grátis. AL

Espectáculo

## QUEÑUAL

Com Cia. Pé no Mundo

Queñual é um texto-dança conduzido por dois personagens que se imaginam numa história contada por um mestre ancião. Nesta jornada por territórios da Cordilheira dos Andes, passam a se questionar o porquê de serem brasileiros os colocam distantes de noções de identidade sul-americana, latino-americana, amefricana.

Duração: 60 min.

**Dia 21. Sábado, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

18

## Circo

Espectáculo

### MOBY DICK E OS CAÇADORES DE BALEIAS

Com Cia. de 2

Três palhaços marinheiros à deriva em alto mar relembram as histórias de seu capitão Ahab, que por vingança os levou a uma jornada perigosa com um único objetivo: caçar Moby Dick.

Duração: 50 min.

**Dia 7. Sábado, 20h.**

Teatro.

Lugares limitados.

● R\$ 30,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 10,00

A14

## Cinema

### CINECAFÉ

A mostra do mês apresenta filmes que relacionam o alimento a uma experiência cultural.

Exibição

### CHÃO

**Direção: Camila Freitas | Documentário | 112 min. | Brasil | 2021**

Durante quatro anos, a diretora do filme acompanhou um grupo de trabalhadores que ocupou parte das terras de uma usina endividada. Acampadas, essas pessoas constroem um refúgio de agroecologia, reflexão política e resiliência diária.

**Dia 3. Terça, 19h.**

Teatro.

Lugares limitados.

Grátis. Retirada de ingressos

1 hora antes. [10](#)

Exibição

### ESTÔMAGO

**Direção: Marcos Jorge | Drama | 112 min. | Brasil | 2007**

Na vida há os que devoram e os que são devorados. Raimundo Nonato descobre um caminho à parte: ele cozinha. E é nas cozinhas de um boteco, de um restaurante italiano e de uma prisão, que Nonato vive sua intrigante história enquanto aprende as regras da sociedade.

**Dia 10. Terça, 19h.**

Teatro.

Lugares limitados.

Grátis. Retirada de ingressos

1 hora antes. [16](#)

Exibição

### SABOR DA VIDA

**Direção: Naomi Kawase | Drama | 113 min. | França/Alemanha/Japão | 2015**

Sentaro administra uma pequena padaria que serve dorayakis, bolos recheados com pasta doce de feijão vermelho. Tokue, uma senhora idosa, oferece ajuda na cozinha, e com sua receita secreta, o negócio prospera. Ao longo do tempo, Sentaro e Tokue abrem seus corações, compartilhando suas antigas feridas.

**Dia 17. Terça, 19h.**

Teatro.  
Lugares limitados.  
Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. **L**

Exibição

### O CLUBE DOS ANJOS

**Direção: Angelo Defanti | Drama | 86 min. | Brasil | 2020**

Um grupo de velhos amigos vê os laços de amizade remendados num nababesco banquete proporcionado por um cozinheiro misterioso. Após a noite mágica de gula e alegria, porém, um deles amanhece morto. Teria o jantar alguma relação com a morte?

**Dia 24. Terça, 19h.**

Teatro.  
Lugares limitados.  
Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. **16**

Exibição

### JULIE & JULIA

**Direção: Nora Ephron | Ficção | 95 min. | EUA | 2009**

Frustrada com o trabalho, Julie Powell embarca em um dedicado e desafiador projeto: preparar as 524 receitas do livro de culinária de Julia Child.

**Dia 31. Terça, 19h.**

Teatro.  
Lugares limitados.  
Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. **12**

Bate-papo

### CINEMA EM REFLEXÃO

**Com Laura Guedes, atriz e gastrônoma e convidadas**

Após cada sessão, um encontro para discutir os aspectos técnicos e teóricos dos filmes apresentados.

Convidadas: Maria Rodrigues, agricultora, agrônoma e assentada no Assentamento Bela Vista (dia 3) e Sylvia Labrunetti, psicóloga (dia 24)

**De 3 a 31 Terças, 21h.**

Teatro.  
Lugares limitados.  
Grátis.



**Literatura** Roda de conversa

Foto: Mirella Ghiraldi

## Literatura

Encontro

### **CLUBE DE LEITURA - UMA TRISTEZA INFINITA, DE ANTÔNIO XERXENESKY**

**Com Thatiana Rocha, bibliotecária**

A obra que iremos debater em outubro é um romance ambientado num contexto após a segunda guerra mundial, investiga a trajetória de um psiquiatra francês que se depara com sua própria história ao tratar de pacientes em uma clínica psiquiátrica.

**Dia 7. Sábado,**

**15h às 17h.**

Biblioteca.

Grátis. **AL**

Oficina

### **CONTOS, EXPLORANDO O HORROR COTIDIANO**

**Com Fabiana Ferraz, escritora**

Oficina de criação literária na qual os participantes irão refletir sobre o cotidiano e os medos comuns, explorando sua transformação em narrativas literárias instigantes e perturbadoras, ao elaborar um conto.

**De 11/10 a 1/11.**

**Quartas, 19h às 21h. Sequencial.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 3/10 às 14h. **A14**

Encontro

### **FEIRA DE LIVROS DE ROMANCE POLICIAL, TERROR E SUSPENSE**

**Com escritores convidados pela ABERST - Associação Brasileira de Escritores de Romance Policial, Suspense e Terror**

Feira de autores e microeditoras associadas à ABERST (Associação Brasileira de Autores de Romance Policial, Suspense e Terror), que busca promover escritores brasileiros de ficção de gênero.

**Dias 14 e**

**15. Sábado e domingo, 13h às 19h.**

Central de Atendimento. Grátis. **AL**

Bate-papo

### **RODA DE CONVERSA: LITERATURA DE TERROR, MEDO E SUSPENSE**

**Com Thiago Ambrósio Lage e Tito Prates.**

**Mediação: Fabiana Ferraz**

Roda de conversa que busca promover autores brasileiros de romance policial, suspense e terror. O debate trata da literatura de medo e enigma, abordando as características do estilo e o processo de criação.

**Dia 14. Sábado, 17h30 às 18h30.**  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Encontro

### **MULHERES DA PALAVRA: COMO FAZER LEITURA CRÍTICA?**

**Com Fabiana Ferraz, escritora e leitora crítica**

Neste encontro, iremos aprender o que é e como fazer a leitura crítica, que auxilia no processo de escrita, com o objetivo de aprimoramento do texto.

**Dia 19. Quinta, 19h às 21h.**  
Sala 1. Grátis. **A14**

Bate-papo

### **CLUBE LEIA MULHERES SOROCABA - CANCROS SOCIAIS: DRAMA ORIGINAL EM CINCO ATOS**

**Com Bruna Bengozi, mediadora do Leia Mulheres Sorocaba**

O livro a ser debatido é "Cancros sociais: drama original em cinco atos", de Maria Ribeiro, que se constitui em um drama que narra a experiência de mulheres negras e mestiças no Brasil escravista relacionada com a exploração sexual pelo homem branco.

**Dia 21. Sábado, 10h30 às 12h30.**  
Biblioteca. Grátis.  
**AL**

Encontro

### **CLUBE DE ESCRITA SOROCABA**

**Com Clube de Escrita Sorocaba**

Os encontros consistem na troca de saberes e compartilhamento de informações, leitura e exercícios, buscando promover a arte da escrita e incentivar novos escritores.

**Dia 26. Quinta, 19h às 21h.**  
Sala 1. Grátis. **A16**

Bate-papo

## LEITURA COLETIVA DE CONTOS

Com **Thatiana Rocha**, bibliotecária

Considerando que a leitura pode ser uma atividade solitária, criamos um espaço para ler coletivamente e debater contos, autores e nossas impressões. Este mês, os contos serão do livro "A menina quebrada" de Eliane Brum.

**Dia 26. Quinta,**

**19h às 21h.**

Biblioteca.

Grátis. **AL**

## Artes Visuais

Exposição

### O CONTEMPORÂNEO NO MACS

Com curadoria de **Allan Yzumizawa**

A exposição apresenta uma breve seleção de obras pertencentes ao acervo do Museu de Arte Contemporânea de Sorocaba.

**Até dia 15. Terças**

**a sextas, 9h às**

**21h30. Sábados,**

**domingos e**

**feriados, 10h às**

**18h30.**

Espaço de

Exposições 1º

Andar. Grátis. **AL**

Curso

### PRODUÇÃO DE EXPOSIÇÕES \_ NÓS DA PRODUÇÃO

Com **Alita Mariah**, coordenadora do Núcleo de Exposições e Programação Cultural do Museu da Língua Portuguesa e **Marina Torre**, integrante do coletivo Nós da Produção

O curso apresenta o processo de organização de uma exposição, explorando todas as etapas de desenvolvimento e execução de um projeto - da elaboração à prestação de contas; do orçamento à coordenação de montagem.

**De 17 a 22. Terça**

**a sexta, 19h às**

**22h. Sábado**

**e domingo,**

**10h30 às 13h30.**

**Sequencial.**

Sala 2. Vagas

limitadas. Grátis.

Inscrições on-line

a partir do dia

10/10 às 14h. **BR**



**Artes Visuais** O contemporâneo no MACS





Foto: Mirella Ghiraldi

## Tecnologias e Artes Animação Pixilation

Encontro

### ILUSTRADORIA

**Com Raphael Fernandes, roteirista e editor de quadrinhos**

Raphael Fernandes é editor e roteirista de quadrinhos há mais de 15 anos. Começou na área como editor-assistente dos títulos de super-heróis da Marvel e DC. Atualmente é responsável pelos quadrinhos da Editora Draco e um dos principais editores da atual cena de quadrinhos.

**Dia 26. Quinta, 19h às 21h30.**

Convivência.  
Grátis. [AL](#)

## Tecnologias e Artes

Oficina

### ANIMAÇÃO PIXILATION: ANIMANDO IDEIAS COM O PRÓPRIO CORPO

**Com Thaiz Urzan, artista e animadora**

Na técnica de Pixilation, utilizamos nosso próprio corpo para criar uma ilusão de movimento, foto por foto, sem filmar.

**De 3 a 31. Terças, 19h às 21h.**

**Sequencial.**  
Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 26/9 às 14h. [A12](#)

Curso

### MULHERES NA FOTOGRAFIA: FOTOGRAFIA PARA MULHERES EMPREENDEDORAS

**Com Samara Amorim, designer de moda**

Desenvolvido para apoiar mulheres empreendedoras a usarem a fotografia como principal ferramenta para contar sua história com as ferramentas disponíveis, sendo elas celular ou câmera. Não é necessário conhecimento prévio sobre fotografia.

**De 10 a 31. Terças, 15h às 17h.**

**Sequencial.**  
Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 3/10 às 14h. [A16](#)

Encontro

**FAÇA VOCÊ MESMO\_DIIY**  
**Com Célia Harumi, educadora**  
**de tecnologias e artes**

Nossa sala fica disponível para o desenvolvimento de seus projetos pessoais, que podem contar com o apoio de nossos educadores com sugestões, ideias e pesquisam juntos as melhores formas de realizá-los, desde o planejamento até a finalização. Para participar, traga sua ideia e seu material.

**De 1 a 29. Sextas,**  
**14h às 17h.**  
**Domingos, 15h às**  
**18h. Exceto dias**  
**8 e 22.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes. Vagas  
limitadas. Grátis.  
A partir de 8 anos.  
Pessoas até 14  
anos devem estar  
acompanhados de  
um adulto.

Oficina

**TRANÇADO KUMIHIMO**  
**Com Célia Harumi, educadora**  
**de tecnologias e artes**

Kumihimo é uma técnica japonesa de trançado de cordões decorativos, feitos a partir de fios entrelaçados em diferentes padrões. O processo utiliza uma ferramenta chamada takadai, que é um disco de papelão com vincos ao redor.

**Dias 5 e 12.**  
**Quintas, 14h**  
**às 16h. Não**  
**sequencial.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes. Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas  
1 hora antes.  
Dia 5. [A12](#)  
Dia 12. [A10](#)

Encontro

**FAÇA VOCÊ MESMO\_DIIY - TAINARA**  
**Com Tainara Martinsons, artista**  
**visual e educadora**

Os encontros serão acompanhados por Tainara Martinsons, especialista em artes gráficas, pintura orgânica e desenho livre. Ela ajudará os participantes a desenvolver projetos pessoais. Traga sua ideia e material.

**De 6 a 27. Sextas,**  
**18h às 21h.**  
**Domingos, 15h às**  
**18h. Exceto dias**  
**1 e 15.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes. Vagas  
limitadas. Grátis.  
A partir de 8 anos.  
Pessoas até 14  
anos devem estar  
acompanhados de  
um adulto.

**ESPAÇO DE TECNOLOGIAS E ARTES**

Misto de laboratório, ateliê e lugar de aprendizado, o ETA incentiva a autonomia criativa e o fazer coletivo por meio de oficinas, cursos e residências. O foco são as atividades relacionadas à cultura e à arte, a partir de ferramentas e suportes das tecnologias ancestrais, digitais, analógicas e sociais. Em diversas unidades.

Oficina

### **PINTURA ORGÂNICA - DO DECALQUE À ARTE FINAL**

**Com Tainara Martinsons, artista  
visual e educadora**

Criação de desenhos em estilo "line art" sobre formas orgânicas coloridas, utilizando a técnica de decalque a partir de fotografias ou das próprias criações, permitindo transferir os desenhos para o papel ou tela.

**Dia 7. Sábado,  
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 8 anos. Crianças até 12 anos devem estar acompanhados de um adulto.

Oficina

### **FENAQUISTOSCÓPIO: BRINQUEDOS ÓPTICOS Com Célia Harumi, educadora de tecnologias e artes**

Nessa oficina, os participantes desenham e montam a estrutura do brinquedo, que ao girar, cria a ilusão de um efeito animado.

**Dia 14. Sábado,  
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. [A10](#) Crianças até 12 anos devem estar acompanhados de um adulto.

Oficina

### **EXPERIMENTAÇÕES COM CIANOTIPIA Com Célia Harumi, educadora de tecnologias e artes**

Na oficina, é explorada a técnica da cianotipia, um processo fotográfico do século XIX que utiliza produtos químicos sensíveis à luz à base de sais de ferro. Quando expostos à luz, esses produtos produzem imagens em tons de azul.

**Dias 19 e 26.  
Quintas, 14h  
às 16h. Não  
sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. [A12](#)

Oficina

### **PINTURA ORGÂNICA EM DIVERSAS SUPERFÍCIES Com Tainara Martinsons, artista visual e educadora**

Os participantes são convidados a observar as variadas formas que existem em seu entorno e, a partir de suas percepções, criar composições de formas orgânicas e cores em diferentes objetos decorativos, como vasos de plantas, placas de madeira ou pedaços de tecido.

**Dia 21. Sábado,  
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. [A12](#)

Oficina

## **TAUMATRÓPIOS - BRINQUEDOS ÓPTICOS**

**Com Célia Harumi, educadora de tecnologias e artes**

Nesta oficina, os participantes decoram estruturas simples que criam a ilusão de um efeito animado, conhecidos como taumatrópios.

**Dia 28. Sábado, 14h às 15h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **AL**  
Crianças até 12 anos devem estar acompanhados de um adulto.

## **Ações para a Cidadania**

Bate-papo

### **AQUILOMBAR-SE: TERRA, COMUNIDADE, CULTURA E RESISTÊNCIA**

Representações do Quilombo Sacopã (RJ) e do Carrapatos da Tabatinga (MG) são recebidas por membros do Quilombo Cafundó para conversar sobre terra, organização comunitária, culturas, subsistência e resistência. Esta ação nacional é parte do Pautas Sociais Rotas: Cruzo Quilombola: organizações comunitárias ancestrais

**Dia 10. Terça, 19h às 21h.**

Convivência. Grátis. **AL**

### **VISITA AO QUILOMBO CAFUNDÓ**

**Com representações dos quilombos Sacopã (RJ) e Carrapatos da Tabatinga (MG)**

Visita ao Quilombo Cafundó, junto com representações quilombolas, estudiosos e ativistas sociais. Esta ação nacional é parte do Pautas Sociais Rotas: Cruzo Quilombola: organizações comunitárias ancestrais

**Dia 11. Quarta, 8h às 18h.**

Atividade Externa. Lugares limitados.  
● R\$ 50,00  
■ R\$ 25,00  
▲ R\$ 15,00

**AL**

Encontro

### **PIMENTA BANIWA**

**Com Gleyson Brazão e Waltermison Brazão, do povo Baniwa, estudantes da UFSCar Sorocaba e integrantes do Centro de Convivência Indígena - CCI**

Os participantes podem conhecer algumas das variedades de pimentas que o povo Baniwa cultiva e que podem ser utilizadas para diversas finalidades: tempero, purificação de alimentos, antisséptico e proteção contra maus espíritos.

**Dia 14. Sábado, 15h às 17h.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **A14**

Encontro

**4º SARAU DIVERSO: É SOBRE VIVER!  
Com apresentação e performances de Be  
Hemp, Marco Antônio Fera, Pamela Bonita e  
Walkiria Costa**

Convidamos todas as diversidades LGBTQIA+, mulheres, populações negras e PCDs, para um Sarau de Artes. O palco estará aberto para poemas, músicas, performances, danças e afins, que dialoguem com questões de gênero e sexualidade e a temática proposta: É sobre viver! Para participar, inscreva-se antecipadamente pelo e-mail [associacaotransgenerosorocaba@gmail.com](mailto:associacaotransgenerosorocaba@gmail.com) com até dia 11/10 ou compareça no dia do evento e inscreva-se na hora com a equipe de produção!

**Dia 19. Quinta,  
19h às 21h30.**  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Bate-papo

**CONVERSAS ENTRE NÓS: RODAS DE  
CONVERSA, TROCAS E ACOLHIMENTOS  
Com Tom Rodrigues, psicólogo e mestre em  
educação sexual**

Roda de conversa mensal, idealizada pelo coletivo Nós Diversos, com o objetivo de proporcionar um espaço de acolhimento para a comunidade LGBTQIAPN+ de Sorocaba e região.

**Dia 25. Quarta,  
19h às 21h.**  
Sala 2. Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de  
senhas 1 hora  
antes. **A16**

Bate-papo

**PLANTAS MEDICINAIS  
Com Mirtes Fernandes, do povo Baniwa e  
Orlania Teixeira, do povo Tariana, estudantes  
da UFSCar Sorocaba e integrantes do Centro  
de Convivência Indígena - CCI**

A sabedoria ancestral dos povos indígenas integra a percepção, observação e compreensão da natureza. O encontro convida o público a conhecer algumas espécies de plantas medicinais e seus diferentes usos para a cura e proteção física e espiritual.

**Dia 28. Sábado,  
15h às 17h.**  
Sala 2. Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de  
senhas 1 hora  
antes. **A14**

# Alimentação

## EXPERIMENTA! COMIDA, SAÚDE E CULTURA

Projeto que busca promover a alimentação adequada e saudável, além de ampliar a autonomia em torno das escolhas alimentares.

Curso

### SAÚDE NA MARMITA: O SEGREDO PARA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA E PRÁTICA

Aprenderemos os segredos para uma alimentação prática e saudável, apresentando soluções fáceis para a preparação de refeições em casa.

Dias 17 e 24.

Terças, 19h às 21h. De 19/10 a 30/11. Quintas, 19h às 21h.

Exceto dia 2. Sequencial.

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 10/10 às 14h. [AL16](#)

# Meio Ambiente

Bate-papo

### SEMENTES: AS FONTES DE VIDA

Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental

Esta atividade é para entusiastas que adoram coletar, trocar ou espalhar sementes. Exploraremos suas características, como cores, tamanhos e formatos, destacando seu papel crucial na preservação da agricultura e da biodiversidade.

Dia 4. Quarta, 19h às 21h.

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. [AL](#)

Oficina

### MINITERRÁRIOS

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

Nesta oficina, cada participante criará seu próprio terrário a partir do reaproveitamento de resíduos.

Dia 5. Quinta, 10h às 12h.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. [AL](#)

Feira

## **FEIRA AGROECOLÓGICA**

### **Com produtores de alimentos da região de Sorocaba**

Com a presença de agricultores e agricultoras da Região Metropolitana de Sorocaba que praticam a agroecologia, promovendo solo saudável e alimentos livres de agrotóxicos e de alunos do curso Cozinha Empreendedora. Não se esqueçam de trazer suas sacolas reutilizáveis.

**Dia 7. Sábado, 10h às 15h.**

Espaço De Exposições. Grátis.

**AL**

Bate-papo

## **DESENHO DE ECOVILAS E ASSENTAMENTOS SUSTENTÁVEIS**

### **Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental e especialista em Design de Ecovilas e assentamentos sustentáveis**

Bate-papo para profissionais de arquitetura, ecologia e estudantes, que discutirá novas organizações de espaços urbanos e rurais para assentamentos sustentáveis.

**Dia 11. Quarta, 19h às 21h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **A16**

Bate-papo

## **ÁRVORES NAS CIDADES**

### **Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental**

Serão discutidas perspectivas e desafios relacionados à observação das características botânicas e paisagísticas das árvores, bem como serão oferecidas dicas sobre como implantar e manter essas árvores nos ambientes urbanos.

**Dia 18. Quarta, 19h às 21h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **AL**

Oficina

## **PEQUENO JARDIM DE TEMPEROS**

### **Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental**

Temperos frescos, sem agrotóxicos e plantados próximo para a colheita são o sonho de qualquer aspirante a cozinheiro. Nesta atividade, montaremos uma pequena floreira com mudas de temperos e serão apresentadas dicas de cultivo orgânico.

**Dia 19. Quinta, 10h às 12h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **A12**

Bate-papo

## **EMERGÊNCIA CLIMÁTICA: UMA ABORDAGEM A PARTIR DA EDUCAÇÃO**

**Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental**

Este encontro visa abordar as preocupações ambientais urgentes do nosso planeta. Por meio de uma abordagem educativa, tem como objetivo apresentar os desafios que as sociedades enfrentam (tanto agora quanto no futuro) em relação às questões climáticas e como podemos atuar para propor soluções.

**Dia 25. Quarta,**  
**19h às 21h.**  
Convivência.  
Grátis. **A12**

Oficina

## **PRODUZINDO ADUBO PARA PLANTAS**

**Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental**

Serão apresentadas maneiras simples e funcionais de descarte e aproveitamento dos resíduos da cozinha com foco na utilização das minhocas no processo de transformação do resíduo em adubo.

**Dia 26. Quinta,**  
**10h às 12h.**  
Sala de Oficinas.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. **AL**

Atividade Externa

## **CARAVANA AGROECOLÓGICA: CIRCUITO CAIPIRA**

**Com agentes de educação ambiental**

A atividade visa a troca de conhecimentos entre agricultores de Sorocaba (SP) e Piracicaba (SP), conectando o público do Sesc à agroecologia e suas manifestações nos territórios. Além disso, teremos dois dias de imersão em fazendas da Agricultura Familiar em ambas as cidades, com transporte, visitas, oficinas, debates, refeições (lanche e almoço) e atividades culturais inclusas. Saídas às 6h30 (dia 28/10) e 7h30 (dia 11/11) do portão do Ginásio do Sesc (Av. Prof. Arthur Fonseca)

**Dia 28/10.**  
**Sábado, 6h30 às 19h30.**  
Com destino ao Sítio São João, em Piracicaba/SP.

**Dia 11/11. Sábado,**  
**7h30 às 18h.**  
Com destino ao Sítio Mãe Terra, em Iperó/SP.

Atividade Externa.  
Vagas limitadas.  
Inscrições on-line a partir do dia 17/10 às 14h.  
● R\$ 50,00  
■ R\$ 25,00  
▲ R\$ 15,00

**A16**





Saúde Pindas Chinesas

Foto: Mirella Ghiraldi

## Saúde

Oficina

### **PINDAS CHINESAS**

#### **Com Plenitude Bem Estar**

Nesta oficina, exploraremos a história, os efeitos e os usos das Pindas Chinesas, que são pequenas trouxinhas feitas com ervas terapêuticas que promovem relaxamento físico e aliviam tensões corporais.

**Dia 17. Terça,**  
**9h30 às 11h e**  
**19h30 às 21h.**

Sala de Práticas Corporais. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.

AL

## Esporte e Atividade Física

Vivência

### **MANHÃS DE YOGA: KUNDALINI YOGA**

#### **Com Mike Altorfer, professor e praticante de yoga**

Kundalini Yoga desperta a energia da base da coluna, ativando os chakras com asanas (posturas), pranayamas (respiração), bhandas (contrações), mudras (gestos com mãos e braços), meditação e mantras. Isso leva ao autoconhecimento, consciência corporal e conexão conexão espiritual entre corpo e mente.

**De 1 a 29.**  
**Domingos, 8h às**  
**9h30.**

Ginásio. Vagas limitadas. Grátis.

A12

Vivência

### **PRAIÃO PARA A FAMÍLIA**

**Com educadores de atividades físicoesportivas**

Que tal colocar o pé na areia e se divertir com a gente? Em nosso praião, a família toda poderá vivenciar mini esportes ou mesmo construir castelos de areia. Crianças deverão estar acompanhadas de um adulto.

**De 7 a 28.**

**Sábados, domingos e feriados, 10h às 12h e 16h30 às 18h30. Exceto dias 21, 22 e 29.**

Quadra Externa (Areia). Grátis. Até 12 anos.

Vivência

### **LUDUS GINÁSTICA ARTÍSTICA**

**Com equipe de professores da Cat Leap Gym**

Os profissionais especializados na modalidade orientam o público nas estações, que contam com aparelhos de ginástica artística infantis e apresentam exercícios de ginástica de solo e saltos.

**De 7 a 29.**

**Sábados, domingos e feriados, 10h às 13h30.**

Ginásio. Grátis. **AL**

### **SEMANA MOVE**

Campanha latino-americana de promoção da prática de esportes e atividades físicas.

Vivência

### **LUDUS - MOVE GINÁSTICA**

**Com USINARTE, Escola de Artes Culturais**

Profissionais da área gímnica orientam o público nas estações de acrobacias e equilíbrio, estimulando a prática, criação e desenvolvimento de acrobacias individuais, em duplas, trios ou grupos.

**Dia 1. Domingo, 10h às 13h30.**

Ginásio. Grátis. **AL**

Ação externa

### **INTEGRASKATE: VIVÊNCIA COM SKATE ADAPTADO**

**Com SkateAnima**

Crianças e adultos com deficiência poderão experimentar e se aventurar em skates adaptados: com gaiolas e suportes. Embora seja voltado para pessoas com deficiência, todos os presentes terão a chance de participar.

**Dia 1. Domingo, 10h às 16h.**

Parque das Águas (Pista de Skate) - Jd. Maria do Carmo. Grátis. Inscrições no horário e local da atividade. **AL**

Apresentação e bate-papo

**ROLÊ NA PISTA - PARASKATE**

**Com Skatecorp e Ruan Felipe, Nando Araújo, Vini Sardi, Jainaine (Jai) e Tony Alves, atletas paraskatistas**

Além das apresentações dos paraskatistas, superando os obstáculos da pista e realizando manobras incríveis, teremos um bate-papo sobre a evolução do esporte na vida das pessoas com deficiência.

**Dia 1. Domingo, 10h às 16h.**

Parque das Águas (Pista de Skate)  
- Jd. Maria do Carmo. Grátis. **AL**

Vivência

**MERGULHO COM CILINDRO**

**Com Dive Club Sorocaba**

Serão ensinadas técnicas básicas de mergulho utilizando o cilindro de oxigênio, que deixa o mergulhador mais livre e também possibilita um mergulho mais profundo.

**Dia 1. Domingo, 10h às 13h30.**

Piscina.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 19/9 às 14h.  
Necessário credencial plena e exame dermatológico válidos. **A12**

Vivência

**SKATE PARK**

**Com profissionais da Milos Eventos**

O público terá a oportunidade de aprender e praticar com orientações de professores especialistas em skate. Com empréstimo de skate e equipamentos de proteção.

**Dia 1. Domingo, 10h30 às 13h30 e 14h30 às 18h30.**

Anfiteatro.  
Grátis. Em caso de chuva, a atividade poderá ser cancelada. **AL**

Torneio

**FESTIVAL DE BASQUETE 3X3**

**Com equipe A Rua Agradece**

Festival de basquete 3x3 com a presença dos atletas Vanessa Sassá, ex-atleta da Seleção Brasileira de Basquete e o atual atleta da Seleção Brasileira, Jonatas Mello.

**Dia 1. Domingo, 14h às 18h.**

Ginásio.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Inscrições no local da atividade 1 hora antes. **A16**

Vivência

### **RECREAÇÃO AQUÁTICA: AQUA JUMP E MERGULHO FULL FACE E LIVRE**

**Com Equipe Viva Mais**

Jogos e brincadeiras que envolvem uma cama elástica inflável na piscina e mergulho full face e livre para todas as idades.

**Dia 1. Domingo, 14h às 18h.**

Piscina.

Grátis.

A partir de 3 anos. Necessário credencial plena e exame dermatológico válidos.

Vivência

### **FUTMESA**

**Com Quality Ville**

Um esporte que mistura futebol, vôlei e tênis de mesa.

**Dia 1. Domingo, 14h às 18h.**

Ginásio.

Grátis. [AL](#)

Vivência

### **PANNA KO**

**Com equipe WZM**

Jogadores disputam um contra um em uma arena inflável.

**Dia 1. Domingo, 14h às 18h.**

Ginásio.

Grátis. [A10](#)

Aula aberta

### **AXÉ 90 - VOLUME 2**

**Com educadores de atividades fisicoesportivas**

Aula aberta de axé.

**Dia 1. Domingo, 16h às 17h.**

Quadra Externa (Areia).

Grátis. [AL](#)



**Semana Move Panna Ko**



Foto: Mirella Ghiraldi

### Copa Sesc Vôlei de areia 4x4 misto

#### **COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS**

Ação que estimula a prática esportiva de trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo e seus dependentes. Inscrições pelo e-mail: [esportes.sorocaba@sescsp.org.br](mailto:esportes.sorocaba@sescsp.org.br)

Torneio

#### **COPA SESC DE TÊNIS DE MESA**

##### **Com Luca Kumahara, mesatenista**

Torneio de Tênis de Mesa, para praticantes e iniciantes na modalidade que possuam a credencial plena ou atividade válidas. Contará com a participação de Luca Kumahara, medalha de prata e bronze em Toronto 2015.

Torneio

#### **COPA SESC DE BEACH TÊNIS**

Torneio aberto para duplas (femininas, masculinas e mistas) com credencial plena válida e acima de 18 anos.

Torneio

#### **COPA SESC DE VÔLEI DE AREIA 4X4 MISTO**

Torneio destinado a praticantes e iniciantes na modalidade, que possuam credencial plena ou atividade válidas. Cada equipe deve ser composta por 4 participantes, sendo 2 homens e 2 mulheres. Entre esses 4 participantes, é obrigatório que pelo menos 2 deles tenham a credencial plena válida.

**Dia 8. Domingo,  
14h às 16h.**

Ginásio.  
Grátis. Inscrições a partir do dia 3.  
A partir de 8 anos.

**Dias 21 e  
22. Sábado e  
domingo, 10h às  
18h.**

Quadra externa (Areia). Grátis.  
Inscrições a partir do dia 3. **A18**

**Dia 29. Domingo,  
10h às 18h30.**

Quadra Externa (Areia). Grátis.  
Inscrições a partir do dia 17. **A16**

**RECREAÇÕES ESPORTIVAS****Com educadores de atividades físicoesportivas**

Necessário apresentar Credencial Sesc válida. Menores de 18 anos deverão estar acompanhados do responsável legal no primeiro acesso, caso não possuam credencial ou precisem renovar.

**GINÁSIO**

Tênis de mesa

**14h às 15h45. Exceto dias 1 e 8.** A partir de 6 anos

Vôlei

**14h às 15h45. Exceto dia 12.** <sup>16</sup>

Basquete masculino

**16h às 17h30.** <sup>16</sup>

Basquete feminino

**17h30 às 18h30.** <sup>16</sup>

Futsal feminino

**16h às 17h15. Exceto dias 1 e 8.** <sup>16</sup>

Futsal misto

**17h15 às 18h30. Exceto dias 1 e 8.** <sup>16</sup>

**De 1 a 29. Sábados, domingos e feriados.**

Ginásio.  
Grátis.

**QUADRA DE AREIA**

Vôlei de areia

**Sábados, domingos e feriados, 12h às 16h30.**

Beach tênis

**Terças e quintas, 18h às 19h.**

**Sábados, 10h às 12h.**

Futevôlei

**Domingos, 10h às 12h.**

**De 1 a 31. Exceto dias 21 e 22.**

Quadra Externa (Areia). Grátis.  
A partir de 13 anos

Aula aberta

**MOVIMENTO CONSCIENTE****Com educadores de atividades físicoesportivas**

Aulas abertas que combinam técnicas de alongamento, yoga, tai chi chuan, pilates, entre outras, voltadas para o bem-estar e percepção corporal.

**De 1 a 29. Sábados, domingos e feriado, 14h às 14h45.**

Sala de Práticas Corporais. Vagas limitadas. Grátis.

<sup>A12</sup>

# Crianças

## BEBÊS SÃO BEM-VINDOS

Vivência

### HOJE É DIA DE ARTE, BEBÊ!

**Com Alan Pablo, educador do programa espaço de brincar**

Através da música, dos elementos espumados e outros brinquedos não-estruturados, convidamos os bebês para uma vivência livre, guiada pelo encanto e a percepção que possa aflorar em cada um deles.

**De 3 a 31. Terças, 16h30 às 18h.**

**De 4 a 18.**

**Quartas, 16h30 às 18h.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 1 hora antes. Até 3 anos.

Vivência

### LUGAR DE CRIANÇA É FAZENDO ARTE!

**Com Alan Pablo, educador do programa espaço de brincar**

Os pequenos artistas são convidados para criar e fazer do nosso ateliê uma experiência única com muita diversão e cheia de sentido.

**Dias 5, 19 e 26.**

**Quintas, das 16h30 às 18h30.**

Espaço de Brincar. Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. 3 a 6 anos.

Vivência

### MEDIAÇÃO DE LEITURA PARA BEBÊS

**Com Alan Pablo, educador do programa espaço de brincar**

Nestes encontros, convidamos famílias e bebês a se sentarem para ler e ouvir histórias.

**De 6 a 20. Sextas, 16h30 às 17h30.**

Biblioteca. Grátis.

**AL**

Vivência

### BRINCARTE - EXPERIMENTANDO MATERIAIS NATURAIS NA ARTE

**Com Aline França, psicopedagoga**

Utilizando diferentes tipos de materiais naturais, as crianças podem brincar no mundo das artes numa experiência sensorial com pinturas, desenhos, modelagem, conduzidos por uma história acolhedora e envolvente.

**Dias 7 e 21.**

**Sábados, 10h30 às 12h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. Até 3 anos.

Oficina

**ATELIÊ PARA PEQUENOS - TINTAS NATURAIS**

**Com Alan Pablo, educador do programa espaço de brincar**

Convidamos crianças e seus familiares a explorarem juntos a pintura com tintas naturais, a partir da imaginação e dos seus sentidos.

**Dia 14. Sábado, 10h30 às 12h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. Até 2 anos e 11 meses.

Vivência

**BRINCAR DE NATUREZA**

**Com Marcos Bravin dos Santos e Alexandre Anezio, agentes de educação ambiental e Alan Pablo, educador do programa espaço de brincar**

Através de um circuito com elementos naturais como terra, água, sementes e folhas, convidamos bebês e seus familiares a explorar um jardim de sensações.

**Dias 25 e 27.**

**Quarta e sexta, 16h30 às 18h.**

**Dia 28. Sábado, 10h30 às 12h.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. **AL**

**ARTES PARA CRIANÇAS**

Vivência

**PRAÇA DO BRINCAR**

**Com educadores de atividades infantojuvenis**

Uma oportunidade para aproveitar em família vivências brincantes em um espaço para o livre brincar, com jogos, exploração de materiais diversos, atividades em grupo e oficinas variadas.

**De 1 a 29.**

**Sábados e domingos, 13h30 às 15h30.**

Diversos espaços (unidade). Grátis. 3 a 12 anos.

Oficina

**PLANTANDO MORANGOS**

**Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental**

Serão apresentadas dicas de como germinar, tirar mudas e cuidados necessários para a colheita de frutos saborosos. Além disso, vamos criar um vaso de forma lúdica e colorida.

**Dia 1. Domingo, 10h30 às 12h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. 4 a 12 anos. Recomendamos o uso de roupas confortáveis



Exibição

### **CURTAS DE ANIMAÇÃO DA PIXAR**

**Vários diretores | Animação | 76 min. | EUA**

Exibição de uma seleção dos curtas-metragens de animação criados pelo estúdio Pixar, responsável por grandes sucessos do cinema e atualmente parte da Walt Disney Pictures.

**Dia 1. Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. **AL**

Circo

### **APLAUSOS E VAIAS**

**Com palhaço Mendonça**

Mendonça, personagem excêntrico, carismático e cheio de habilidade, arruma sua parafernália para realizar seu espetáculo. Duração: 50 min.

**Dia 7. Sábado, 16h.**

Convivência. Grátis. **AL**

Oficina

### **A NATUREZA E SEUS SONS**

**Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental**

Apresentamos às crianças sons produzidos pelo corpo e por pequenos instrumentos, como apitos e chocalhos, que representam fenômenos da natureza, como trovão e chuva.

**Dia 8. Domingo, 10h30 às 11h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. A partir de 6 anos.

Música

### **OPERILDA NA FLORESTA AMAZÔNICA**

Operilda, uma bruxinha apaixonada pelo Brasil, conta a história da música de concerto brasileira às crianças, passeando por diferentes ritmos musicais, estilos e compositores.

**Dia 8. Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 25,00

■ R\$ 12,50

▲ R\$ 8,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso). **AL**

Feira

### **IX FEIRA DE TROCA DE BRINQUEDOS**

**Com educadores de atividades infantojuvenis**

Aquele brinquedo que você não gosta mais pode ser trocado ou doado e fazer a alegria de uma criança que você nem conhece. Trocar pode ser bem mais divertido do que comprar!

**Dia 12. Quinta, 10h às 16h.**

Ginásio. Grátis. **AL**

Oficina

**BRINQUEDARIA: ASSEMBLAGE DE BRINQUEDOS****Com Giulia Prado e Siléia****Alves, arte-educadoras**

As crianças criarão personagens aproveitando os materiais disponíveis e coletados, tecendo novas histórias para brinquedos quebrados.

**Dia 12. Quinta,****10h às 16h.**

Convivência do

Ginásio. Grátis. **AL**

Oficina

**COLORINDO COM A NATUREZA UTILIZANDO****RECEITAS NATURAIS****Com Raquel Arruda, bióloga**

Vamos pintar e aprender a criar tintas naturais, destacando suas possibilidades de uso através de uma vivência lúdica e criativa.

**Dia 12. Quinta,****10h30 às 12h30.**

Sala de Oficinas.

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada

de senhas 30

minutos antes.

4 a 12 anos.

Narração de histórias

**RODAS DE HISTÓRIAS, LIVROS E JOGOS****Com Coletivo Cafuzas**

Encontro para compartilhar histórias e jogos das culturas indígenas, africanas, afro-brasileiras e populares, acompanhados de mediação de leitura de livros relacionados.

**Dia 12. Quinta,****13h30 às 15h30.**Ginásio. Grátis. **AL**

Música

**TIQUEQUÊ****Show Todo Dia**

Os enredos das músicas do show "Todo Dia" chamam a atenção por falarem das pequenas delícias e eventualidades do dia a dia. "Acorda, tem comida boa", "Bichos Nojentos", "Festa na Floresta" e "Praia" fazem parte do repertório.

**Dia 12. Quinta,****15h e 18h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 25,00

■ R\$ 12,50

▲ R\$ 8,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso). **AL**

Circo

**UMA TARDE DE CIRCO****Com Cia. Usinarte**

Aprece o maior espetáculo da terra rasgada, reunindo diversas habilidades circenses, tais como: palhaçaria, números em altura, acrobacias de solo e malabarismo acrobático. Duração: 50 min.

**Dia 12. Quinta,****16h.**

Espaço de

Exposições.

Grátis. **AL**



Foto: Nina Jacobi

**Crianças Tiquequê**

Oficina

**SEMEANDO A VIDA - DAS BOLINHAS DE SEMENTES AO CABELO DE CEBOLINHA**  
**Com Raquel Arruda, bióloga**

Vamos conhecer a técnica "nendo-dango" ou "bolinhas de semente", na qual as sementes são envolvidas em uma camada de argila. Além disso, criaremos vasos lúdicos feitos de argila e plantaremos uma muda de cebolinha.

**Dia 13. Sexta,**  
**10h30 às 12h30.**

Sala de Oficinas.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. 4 a 12 anos.

Oficina

**BRINQUEDOS DE NATUREZA - BONECOS DE CABAÇA**  
**Com Camila de Sá, arte-educadora**

A cabaça, usada em culturas tradicionais como as indígenas e afro-brasileiras, é o fruto oco de uma planta que permite a confecção de vários tipos de objetos como as cumbucas, instrumentos e utensílios. Após a história de "O menino do dedo verde" cada criança montará seu boneco.

**Dia 14. Sábado,**  
**10h30 às 12h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 30 minutos antes.  
4 a 12 anos.

Oficina

**BRINQUEDOS DE NATUREZA - BALÃOZINHO DE CABAÇA**  
**Com Camila de Sá, arte-educadora**

As crianças irão criar balões artísticos feitos de cabaça e bambu, pintados com imagens de pássaros da região.

**Dia 14. Sábado,**  
**14h às 16h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 1 hora antes. 4 a 12 anos.

Narração de histórias

### **IORI DESCOBRE O SOL, O SOL DESCOBRE IORI Com Coletivo Cafuzas**

O medo da pequena Iori nos mostra que muitas vezes um som estranho pode ser um grilo ou lobo uivando e nada como o sol cheio de alegria pra trazer o dia e engolir os sons que a lua traz. Livremente inspirada em publicação de mesmo nome de Oswaldo Faustino.

**Dia 14. Sábado, 16h.**  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Oficina

### **BRINQUEDOS DE NATUREZA: MÓBILE BEIJA-FLORES**

**Com Camila de Sá, arte-educadora**

As crianças terão a oportunidade de criar móveis suspensos de beija-flores. Usaremos a técnica de escultura em papietagem e aplicaremos tinta para dar vida a esses beija-flores.

**Dia 15. Domingo, 10h30 às 12h30.**  
Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 30 minutos antes.  
4 a 12 anos.

Oficina

### **JARDINAGEM PARA CRIANÇAS**

**Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental**

Venha desfrutar de um espaço especial para a prática de jardinagem com crianças, pais e cuidadores, que terão a oportunidade de cultivar plantas com aromas deliciosos, como sálvia, alecrim e manjeriço.

**Dias 21 e 22. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30.**  
Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 30 minutos antes.  
A partir de 6 anos.

Narração de histórias

### **LÍNGUA DO GRIOT Com Coletivo Cafuzas**

Personagens ganham vida nas palavras de Fasseké: sapos que lavam as mãos, moscas silenciosas, ratos astutos e cobras que riem. Com sorte, um dia poderemos encontrar com esse griot extraordinário. Inspirado por "Lendas da África Moderna" de Heloisa Pires Lima e Rosa Maria Tavares Andrade.

**Dia 21. Sábado, 16h.**  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Teatro

**VIDMA, A MENINA TRANÇA-RIMAS****Com Núcleo Caboclinhas**

Vidma, é uma garotinha que vive em um lugar muito frio com sua família. Criativa, adora o mundo das bruxas, no entanto, mexer com bruxa pode ser uma brincadeira muito perigosa, e é nesta brincadeira que Vidma viaja para outro lado do oceano e vive diversas aventuras com figuras excêntricas e engraçadas que jamais pensou existir. Duração: 60 min.

**Dia 22. Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 25,00

■ R\$ 12,50

▲ R\$ 8,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso). **AL**

Oficina

**MÁSCARAS DE ANIMAIS BRASILEIROS****Com Mariana Gomes, pedagoga e educadora ambiental**

Existem várias maneiras de aprender mais sobre a natureza, e quando unimos arte, brincadeiras e conhecimento, as oportunidades de se conscientizar aumentam. Escolhemos dois animais da nossa fauna para que as crianças possam selecionar e criar suas próprias máscaras.

**Dia 28. Sábado, 10h30 às 12h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. 4 a 12 anos.

**Crianças Vidma, a menina trança-rimas**



**Crianças** Circo Fubanguinho

Foto: LAZERUM

Vivência

### **SAMBA DE RODA**

**Com Bando Maré de Março**

O samba de roda é uma manifestação cultural popular diretamente conectada aos fundamentos da Capoeira Angola. Neste encontro, o grupo acolhe todas as pessoas que queiram participar cantando no coro, sambando e batendo na palma da mão.

**Dia 28. Sábado, 16h.**

Convivência.

Grátis. **AL**

Oficina

### **MEU PRIMEIRO PÉ DE TOMATE**

**Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental**

Vamos conversar sobre o ciclo de vida das plantas e descobrir os cuidados necessários para elas crescerem saudáveis. Além de cultivar um tomateiro, as crianças irão personalizar um vasinho.

**Dia 29. Domingo, 10h30 às 12h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 30 minutos antes.  
4 a 12 anos.

Circo

### **CIRCO FUBANGUINHO**

**Com Cia. da Lona Preta**

Um espetáculo inspirado nas charangas, farsas e bufonarias. Nele, dois palhaços, demitidos e expulsos do picadeiro, tentam se inserir a qualquer custo. Duração: 50 min.

**Dia 29. Domingo, 16h.**

Convivência.

Grátis. **AL**

## **Pessoas Idosas**



Encontro

### **PONTO DE ENCONTRO**

**Com técnicos do Sesc Sorocaba**

Encontro para bate-papos e atividades relacionadas ao bem-estar da pessoa idosa.

**Dia 5. Quinta,  
13h30 às 14h30.**  
Sala 2. Grátis.  
60 anos

Encontro

### **DANÇA CIRCULAR - EXPLORANDO AS EXPRESSÕES CORPORAIS EM SUA PLURALIDADE**

**Com o focalizador Lucas Lannes**

A dança circular em formato de roda acolhe e permite que os diversos corpos, cada um com as suas características e possibilidades, participem e interajam coletivamente de forma física, explorando o aprimoramento de forma individual e trabalhando o autoconhecimento e a autorreflexão.

**Dia 19. Quinta,  
13h30 às 14h30.**  
Diversos Espaços  
(Unidade). Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas  
1 hora antes. **AL**

## **Turismo Social**

Excursão

### **TERRITÓRIOS CAIÇARAS E QUILOMBOLAS DO LAGAMAR Cananéia e Ilha do Cardoso (SP)**

O Lagamar é um grande conjunto de Unidades de Conservação e áreas protegidas. As grandes áreas de manguezais e os ecossistemas associados à Mata Atlântica mostram ao visitante a transição que acontece entre a floresta e o mar. A cultura tradicional caiçara mostra-se presente na pesca artesanal, na culinária e na música e dança características, o Fandango. O roteiro inclui transporte, guia de turismo, hospedagem, meia pensão e passeios.

**De 8 a 10/12.**  
Vagas limitadas. **AL**

Inscrições em  
[sescsp.org.br/  
sorocaba](http://sescsp.org.br/sorocaba) de 3 a  
8/10.  
Sorteio: 11/10.  
1ª chamada para  
pagamento: 11 a  
17/10.  
2ª chamada para  
pagamento: 18 a  
19/10.

● R\$ 700,00  
▲ R\$ 1050,00  
Por pessoa em  
apartamento  
duplo

## AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA

3

**CineCafé**  
Chão

4

**Meio ambiente**  
Sementes: as fontes de vida

5

**Tecnologias e artes**  
Trançado  
Kumihimo

10

**CineCafé**  
Estômago

11

**Literatura**  
Contos, explorando o horror cotidiano

12

**Crianças**  
Feira de troca de brinquedos

**Crianças**  
Tiquequê

17

**Saúde**  
Pindas Chinesas

**CineCafé**  
Sabor da vida

18

**Meio ambiente**  
Árvores nas cidades

19

**Literatura**  
Mulheres da palavra: como fazer leitura crítica?

24

**CineCafé**  
O clube dos anjos

25

**Ações para a cidadania**  
Conversas entre Nós: rodas de conversa, trocas e acolhimentos

26

**Artes visuais**  
Ilustradoria

31

**CineCafé**  
Julie & Julia





---

**SEXTA**

---

**SÁBADO**

---

**DOMINGO**

---

**1**

---

**Música**

Eraldo Basso e Ito  
Carvalho

---

**6**

---

**Dança**

Canja Criativa

---

**7**

---

**Crianças**

Aplausos e vaias

**Circo**

Moby Dick e os  
caçadores de  
baleias

---

**8**

---

**Crianças**

Operilda  
na Floresta  
Amazônica

**Música**

Lilian Araújo

---

**13**

---

**Música**

WRY

---

**14**

---

**Ações para a  
cidadania**

Pimenta Baniwa

---

**15**

---

**Música**

Gilson e Nicinha



---

**20**

---

**Música**

Quinteto Ubuntu

---

**21**

---

**Crianças**

Língua do Griot

**Dança**

Queñual

---

**22**

---

**Música**

Davi Oliveira e  
Fábio Serra



---

**27**

---

**Música**

Lys Araújo

---

**28**

---

**Teatro**

Dois dedos,  
parágrafo

---

**29**

---

**Crianças**

Circo fubanguinho

**Música**

Irmandade  
Ensemble

---

## Faça sua Credencial Plena

Para fazer ou renovar a Credencial Plena de maneira on-line, baixe o aplicativo Credencial Sesc SP ou acesse o site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br). Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades.



Consulte a relação de documentos necessários.

---

## Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 40 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido pelos empresários do setor, o Sesc é uma entidade privada que atende cerca de 30 milhões de pessoas por ano. Hoje, aproximadamente 50 organizações nacionais e internacionais do campo das artes, esportes, cultura, saúde, meio ambiente, turismo, serviço social e direitos humanos contam com representantes do Sesc São Paulo em suas instâncias consultivas e deliberativas.



---

## **Informações e horários**

### **Sesc Sorocaba**

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

### **Biblioteca**

Biblioteca e espaço de leitura. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Telefone: (15) 3332-9332 [biblioteca.sorocaba@sescsp.org.br](mailto:biblioteca.sorocaba@sescsp.org.br)

### **Bicicletário**

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Obrigatório o uso de corrente e cadeado por bicicleta. Permanência da bicicleta somente durante o horário de funcionamento da unidade.

### **Brigada de Incêndio**

Para sua segurança, o Sesc Sorocaba possui Brigada de Incêndio treinada com equipamentos de segurança e extintores de acordo com a legislação vigente.

### **Central de Atendimento**

Informações, credenciamento, inscrições em atividades, turismo social e bilheteria. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Telefone: (15) 3332-9933 [fale.sorocaba@sescsp.org.br](mailto:fale.sorocaba@sescsp.org.br)

### **Comedoria**

Terça a sexta, 10h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h30 às 18h30. Shows/espetáculos na Comedoria possuem quantidade reduzida de assentos para maior circulação.

### **Conjunto Aquático**

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Necessário apresentar credencial e exame dermatológico válidos. Menores de 12 anos terão acesso à piscina somente acompanhados dos pais ou responsáveis maiores de 18 anos, conforme Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei 8.069 de 13 de julho de 1990).

### **Cursos e Oficinas**

Inscrições, pagamentos e consulta de vagas pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

### **Espaço de Brincar**

Para crianças acompanhadas de pessoa responsável. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

## **Estacionamento**

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

● R\$ 5,00 (1ª hora) e R\$ 1,50 (hora adicional). ▲ R\$ 10,00 (1ª hora) e R\$ 2,50 (hora adicional)

Preço fechado para espetáculos, após o horário de atendimento da unidade:

● R\$ 6,00. ▲ R\$ 11,00. Até 15 minutos, isento de pagamento. Após o pagamento, a tolerância é de 20 minutos para a saída. Permanência do veículo somente durante o horário de funcionamento da unidade.

## **Exame Dermatológico**

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

● R\$ 10,00. ▲ R\$ 20,00. Venda nos totens de autoatendimento ou Loja Sesc. Grátis para crianças e jovens até 16 anos. Menores devem estar acompanhados pelos pais ou responsável legal. Necessário traje de banho: sunga, biquíni ou maiô, que permita avaliação de virilhas e axilas.

## **Ingressos**

Venda de ingressos on-line a partir da terça-feira da semana anterior à atividade, às 12h, pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br). Venda presencial a partir da quarta-feira, às 17h. Em caso de atividades gratuitas com retirada antecipada de ingressos/senhas, ela deve ser feita na Central de Atendimento.

## **Loja Sesc**

Venda de CDs, DVDs, livros, camisetas e souvenirs. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Loja on-line: [sescsp.org.br/loja](http://sescsp.org.br/loja)

## **Odontologia**

Exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços credenciados e seus dependentes. Consulte período de inscrição. Vagas limitadas. Terça a sexta, 7h às 21h30. Sábados, 9h30 às 18h. Telefone: (15) 3332-9347





## **Quadras**

Atividades esportivas e recreativas. Necessário apresentar credencial. Recomenda-se o uso de trajes esportivos e tênis. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

**SESC SOROCABA**

Rua Barão de Piratininga, 555

Tel.: +55 15 3332-9933

    /sescsorocaba

[sescsp.org.br/sorocaba](http://sescsp.org.br/sorocaba)

**faça sua  
credencial  
sesc**

